



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Психолого-педагогическая коррекция конфликтного поведения
подростков**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Психология образования»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

60,2 % авторского текста
Работа рекомендуется к защите
рекомендована/не рекомендована
« 30 апреля 2023 г.

зав. кафедрой ТиПП

О.А. Кондратьева Кондратьева О.А.

Выполнил:

студент группы ЗФ-510/099-5-1
Ахметова Алия Жаксыбековна

Научный руководитель:

к.п.н, доцент кафедры ТиПП

Терехова Галина Владимировна

Челябинск
2023

СОЖЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ КАК ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА.....	8
1.1 Понятие «конфликтное поведение» в психолого-педагогической литературе.....	8
1.2 Особенности проявления конфликтного поведения подростков.....	13
1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.....	19
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ.....	28
2.1 Этапы, методы, методики исследования.....	28
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	35
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ.....	43
3.1 Программа психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.....	43
3.2 Анализ результатов исследования психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.....	47
3.3 Психолого-педагогические рекомендации для педагогов и родителей по коррекции конфликтного поведения подростков.....	54
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	59
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	63
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики конфликтного поведения подростков.....	70

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования конфликтного поведения подростков до внедрения программы	77
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков	81
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты исследования конфликтного поведения подростков после внедрения программы	103

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Каждому человеку независимо от возрастных характеристик знакомы ситуации, когда его мнение не совпадает с точкой зрения других окружающих его людей. Возникновение подобной ситуации объясняется разным жизненным опытом, отличающейся у каждого совокупностью личностных качеств, а также индивидуальными особенностями характера. Расхождения во мнениях двух и более людей могут приводить к зарождению конфликта.

Проблемой появления конфликтного поведения занимались ученые в области философии, конфликтологии, психологии и т.д. В психологической науке наиболее полно и тщательно изучены вопросы природы возникновения конфликтного поведения и механизмы его протекания. Стоит отметить, что проблема появления и протекания конфликтных ситуаций становится центральным звеном психологических исследований. В описании некоторых моделей поведения характер и содержание конфликтов становится фундаментальным показателем. В то же время конфликтные ситуации и противоречивость по праву можно считать важнейшим источником личностного развития. Несмотря на это, данная проблема считается все еще не изученной в полном объеме и актуальной на сегодняшний день.

Рассмотренные статистические данные позволяют судить о повышении числа людей с отклонениями в поведении, причем не зависимо от возрастных, социальных и демографических факторов. В связи с повышенной потребностью в общении с другими людьми и сложным противоречивым периодом наиболее уязвимой группой людей с девиантным поведением можно считать подростков. Достаточно распространенным явлением в современных реалиях нами отмечается проявление девиантного поведения в подростковом возрасте в виде асоциальных действий, которые проявляются через алкоголизм,

наркоманию, нарушения общественного порядка, хулиганство, вандализм и прочее. В частности, периоду подросткового возраста характерно проявление конфликтного и агрессивного поведения, что объясняет актуальность исследования. Ведь с конфликтами встречается каждый подросток независимо от условий, в которых находится, и деятельности, которой занимается. Именно поэтому проблема данного исследования состоит в поиске наиболее оптимальных путей и способов конструктивного решения конфликтных ситуаций, а также обучения данному навыку подростков.

Исходя из актуальности проблемы, мы сформулировали тему выпускной квалификационной работы: «Психолого-педагогическая коррекция конфликтного поведения подростков».

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию конфликтного поведения подростков в условиях образовательного учреждения.

Объект исследования: конфликтное поведение подростков.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция конфликтного поведения подростков.

Гипотеза исследования: психолого-педагогическая коррекция конфликтного поведения подростков представляет собой целенаправленный процесс, успешность которого повышается, если:

- сконструировать модель психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков в условиях образовательного учреждения;

- разработать и реализовать психолого-педагогическую программу коррекции конфликтного поведения подростков в условиях образовательного учреждения.

Задачи исследования:

1. Изучить понятие «конфликтное поведение» в психолого-педагогической литературе.

2. Проанализировать особенности проявления конфликтного поведения подростков.

3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

4. Определить этапы, методы и методики исследования конфликтного поведения подростков.

5. Охарактеризовать выборку исследования и проанализировать результаты констатирующего исследования конфликтного поведения подростков.

6. Разработать программу психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

7. Проанализировать результаты исследования после реализации программы.

8. Разработать психолого-педагогические рекомендации по психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

Теоретико-методологические основы исследования: психологические теории развития и возрастной психологии (И. С. Кон, А. М. Прихожан, А. А. Реан, Л. А. Редуш и др.); теории научного моделирования (Н. В. Бордовская, Б. А. Глинский, С. Ю. Головин, А. Н. Дахин, А. А. Реан, Л. М. Фридман, В. А. Штофф и др.); вопросами выбора стратегии поведения в конфликтных ситуациях занимались В. В. Багаева, Н. В. Гришина, Р. Килманн, А. М. Мамонтова, Н. А. Рождественская, Е. М. Рябущенко, А. В. Семенов, А. Н. Сизанов, Н. В. Степанова, К. Томас, Н. В. Фалейтор и др.

Методы исследования:

– теоретические: анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, сравнение, синтез, целеполагание, моделирование;

– эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по методикам: методика К. У. Томаса

«Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированная Н. В. Гришиной; методика «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева; методика «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева.

– методы математико-статистического анализа данных: Т-критерий Вилкоксона.

Научная новизна: разработана модель исследования психолого-педагогической коррекция конфликтного поведения подростков в условиях образовательного учреждения.

Теоретическая значимость исследования: обобщение психолого-педагогической литературы по проблеме коррекции конфликтного поведения подростков.

Практическая значимость исследования: разработана программа психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков в условиях образовательного учреждения.

База исследования: МАОУ «СОШ №124 г. Челябинска», в исследовании принимали участие 24 человека.

ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

1.1 Понятие «конфликтное поведение» в психолого-педагогической литературе

Для раскрытия понятия «конфликтное поведение» обратимся к раскрытию понятий «конфликт» и «поведение».

Приступим к рассмотрению понятия «поведение». Термин «поведение» широко используется для определения активности человека, наряду с такими ее проявлениями, как деятельность, общение, познание [21, с. 51].

Зарубежные исследователи в зависимости от принадлежности к той или иной психологической школе объясняют феномен поведения как: реактивное образование, возникающее у человека в ответ на требования среды и выполняющее функции защиты организма от негативных влияний; активность, по достижению личностной безопасности, снимающая напряжение и решающая проблемы, возникающие между свободой и безопасностью, которая осуществляется в определенной ситуации, включает в себя субъективный фактор и влияние на него условий среды; активность индивида по самосохранению и росту организма, самораскрытию целостной, самоутверждению, преодолению расхождений между реальными и идеальными событиями, удовлетворения своих потребностей и связанная с ней самооценка.

Современный исследователь проблемы поведения Е. В. Змановская, дает такую формулировку этого понятия: поведение – это процесс взаимодействия личности с окружающей средой, опосредствованный индивидуальными особенностями и внутренней активностью личности, который имеет форму преимущественно внешних действий и поступков. По ее мнению, наиболее важными факторами поведения личности есть то,

что оно социально по своей сути, формируется и реализуется в обществе, тесно связано с речевой регуляцией и целенаправленно [34].

Согласно исследованиям Л. С. Выготского и А. Р. Лурия, поведение культурного человека является продуктом эволюционной, исторической и онтогенетической линиями развития и может быть научно понято и объяснено только при помощи трех различных путей, из которых складывается история поведения [19; 43].

Согласно С. Л. Рубинштейну, поведение – это особая форма деятельности. Она становится именно поведением тогда, когда мотивация действий из предметного плана переходит в план личностно-общественных отношений (оба эти плана неразрывны: личностно-общественные отношения реализуются при посредстве предметных). Поведение человека имеет природные предпосылки, но в основе его – социально обусловленная, опосредованная языком и другими знаково-смысловыми системами деятельность (социальная обусловленность поведения) [57].

В. Ю. Большаков в своей теории рассматривает эволюцию поведения как «усложнение поведенческого акта от раздражимости до деятельности. Цепочка поведенческой эволюции выглядит так: раздражимость – безусловный рефлекс – условный рефлекс – инстинкт – деятельность. Каждое нижестоящее звено присутствует в вышестоящем, а каждое последующее – в предшествующих в форме обратной связи» [12].

Б. Скиннер рассматривает поведение в двух плоскостях: оперантное поведение – активное воздействие субъекта на окружающую среду с целью изменения событий, а также респондентное как реакция на определённый стимул [6, с. 30-46]. З. Фрейд считал, что поведение берёт начало в психической энергии, источник которой кроется в нейрофизиологическом состоянии возбуждения. Далее он постулировал: у каждого человека имеется определённое ограниченное количество энергии, питающей психическую активность; цель любой формы поведения индивидуума

заключается в уменьшении напряжения, вызванного неприятным для него скоплением этой энергии, вызывающей состояние стресса [8, с.191]. А. Маслоу, К. Роджерс рассматривают поведение в рамках взаимоотношений – только таким образом индивид может удовлетворить свои основные потребности, заключающиеся в «требовании признания заслуг». Однако такие требования препятствуют свободному поведению индивида и мешают развитию и осознанию им собственной личности [5, с. 34].

Таким образом, поведение – это психологически напряженное свободное внутреннее действие личности ради присвоения новых личностных ценностей в соответствии с общественно значимой личностной программой и реализация ее в определенных социальных и межличностных отношениях, в которые человек вступает и от которых он зависит.

Обратим внимание на рассмотрения понятия «конфликт» в психолого-педагогической литературе. Термин «конфликт» прочно вошел в категориальный аппарат философских, социальных и психолого-педагогических наук, определяя собой достаточно сложную проблему взаимоотношений. Рассмотрим различные точки зрения на трактовку понятия в таблице 1.

Таблица 1 – Подходы к определению понятия «конфликт»

№ п/п	Автор подхода или источник определения	Характеристика понятия
1	Толковый словарь С. И. Ожегова [50]	столкновение сторон, мнений, сил
2	Социологический словарь [62]	открытая борьба между индивидуумами или группами в обществе или между государствами-нациями
3	Психологический энциклопедический словарь [55]	трудно разрешимое противоречие, связанное с острыми эмоциональными переживаниями
4	А. Г. Здравомыслов [33]	это форма отношений между потенциальными или актуальными субъектами социального действия, мотивация которых обусловлена противостоящими ценностями и нормами, интересами и потребностями

Продолжение таблицы 1

№ п/п	Автор подхода или источник определения	Характеристика понятия
5	Р. Дарендорф [23]	любое отношение между элементами, которое можно охарактеризовать через объективные («латентные») или субъективные («явные») противоположности
6	А. Я. Анцупов и А. И. Шипилов [4]	наиболее острый способ разрешения значимых противоречий, возникающих в процессе взаимодействия, заключающийся в противодействии субъектов конфликта и обычно сопровождающийся негативными эмоциями
7	Б. И. Хасан [65]	актуализировавшееся противоречие, т. е. воплощенные во взаимодействии противостоящие ценности, установки, мотивы
8	А. А. Рояк	форма общественного взаимодействия между 2-мя или более субъектами (субъекты в варианте внутреннего конфликта могут быть представлены индивидом, группой, самими собой), которая возникает вследствие несовпадения интересов, желаний, ценностей или восприятия
9	Н. В. Гришина	отсутствие понимания между 2-мя или более сторонами, как столкновение антагонистично 10 направленных, противоречивых друг другу тенденций в сознании индивидов, в межличностных или межгрупповых взаимодействиях, которое обязательно связано с негативными переживаниями, касающимися эмоциональной сферы

Итак, конфликт – это столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, ролей, мнений, ценностей и взглядов участников взаимодействия.

Проблема конфликта и конфликтного взаимодействия является хорошо освещенной в педагогике и психологии, социальной психологии, конфликтологии. Исследованием проблемы конфликтов занимались Л. И. Божович, В. А. Крутецкий, Л. С. Славина. Их труды раскрывают сущность понятия «конфликт», определяют различные виды конфликтов. Вопросами преодоления и разрешения конфликтов занимаются А. Я. Анцупов, Е. М. Бабосов, А. В. Глухова, А. В. Дмитриева, А. И. Шипилов и др., которые изучают конфликты, их особенности в различных сферах социального взаимодействия (семейной,

производственной, образовательной и т.д.), а также исследуют условия и способы конструктивного урегулирования конфликтов. Н. И. Леонов рассматривает психологию конфликтного поведения, методы и концептуальные подходы в исследовании конфликтов и конфликтного поведения, а также занимается вопросами управления конфликтами [3].

Многие ученые (Л. И. Божович, Б. С. Волков, В. И. Илийчука, А. Г. Ковалев, Л. С. Славиной и др.) отмечают, что конфликтное поведение возникает из-за ситуационных факторов. Более того, негативные модели поведения усваиваются гораздо быстрее, чем положительные.

Конфликтное поведение так же может быть осознанным и неосознанным. В первом случае человек специально создает конфликтные ситуации, провоцирует вторую сторону конфликта, своими действиями поддерживает развитие конфликтной ситуации. Неосознанное конфликтное поведение ведет к непониманию в межличностных отношениях. Конфликтное поведение в таком случае определяется набором признаков, которые описаны на рисунке 1.

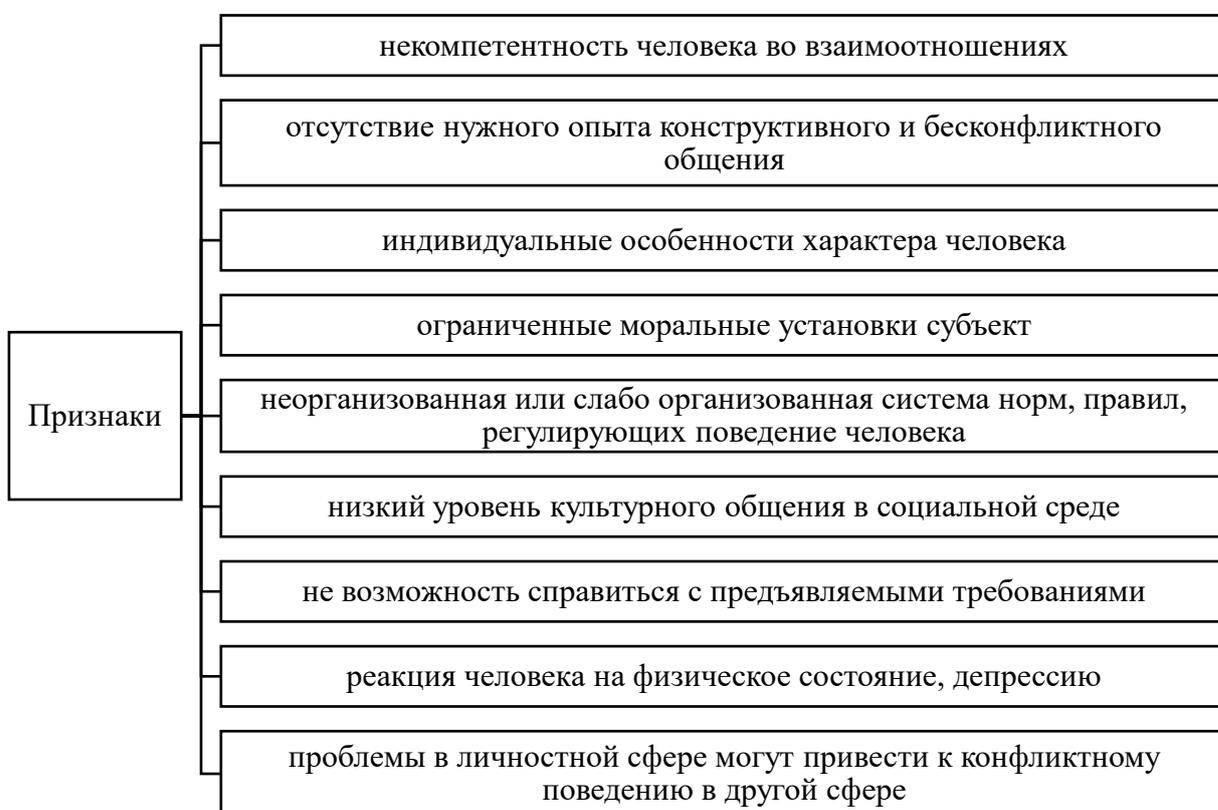


Рисунок 1 – Признаки конфликтного поведения подростков

Важнейшими условиями протекания конфликта являются:

1 Пространственно-временные: место осуществления противоречия и время, в течение которого оно должно быть разрешено.

2 Социально-психологические: климат в конфликтующей группе, тип и уровень взаимодействия.

3 Социальные: вовлечённость в противоречие интересов различных социальных групп: половых, семейных, профессиональных, этнических.

Подводя итоги данного параграфа, отметим, что согласно современным исследованиям, конфликтное поведение является неотъемлемой стороной человеческого существования. Под конфликтным поведением мы будем понимать специфическую форму действий человека, характеризующуюся неустойчивым настроением, агрессивностью, повышенной ранимостью, эмоциональным напряжением, сопровождающимся демонстрацией превосходства в силе или применением силы по отношению к другому человеку или группе лиц (враждебность). Конфликтное поведение чаще бывает вызвано неспособностью одной или обеих сторон преодолеть свой эгоцентризм.

1.2 Особенности проявления конфликтного поведения подростков

Подростковый возраст – это этап онтогенеза, который находится между детством и взрослостью, являющийся одним из самых непростых детских возрастов. Подростковый возраст – это период развития детей от 11-12 до 14-15 лет, (что соответственно приблизительно, среднему школьному возрасту, учащимся 5-7 классов), отличающийся мощным подъемом жизнедеятельности и глубокой перестройкой организма.

На этапе пубертатного периода у многих школьников отмечается наличие конфликтного поведения. Проявление признаков конфликтности по отношению к окружающим выступает своего рода способом доказывания собственного мнения и позиции в той или иной области. Это обуславливает повышенную сложность прохождения данного жизненного

этапа. Подростковый возраст является переходным этапом между детством и периодом взросления. На данном возрастном этапе ребенок начинает изучать себя и формируется собственный мировоззренческий взгляд. Кризис подросткового периода протекает в двух вариантах проявления: либо своим поведением школьник добивается независимости в виде негативных эмоций, упрямства и агрессивности, либо полная зависимость от взрослых (пассивность, несамостоятельность).

Изменения в поведении детей чаще всего можно отметить в особенностях общения. Это проявляется в том, что подросток стремится к взаимоотношению со взрослыми как равноправный партнер взаимодействия, но обладает еще недостаточным объемом знаний и навыков. В свою очередь, взаимодействие с другими подростками приобретает характер напряженности и противоречивости в интересах [4]. Причиной, обуславливающей появление конфликтных ситуаций среди подростков, являются различные поводы. Решение данных ситуаций требует рекомендаций от взрослого. Конфликтное поведение в пубертатном периоде проявляется в виде непослушания, спора, навязывания своей точки зрения окружающим, недопонимания, мнения о собственном превосходстве, не выполнения обязанностей, низкой успеваемости, чрезмерной лени [1].

Согласно словам К. Н. Поливановой, конфликт появляется на определенной стадии кризиса как механизм. Нельзя исключать появление конфликта и в другие периоды жизни подростка. Конфликт служит основой ситуации обучения. Его продуктивная функция представляет собой педагогическое построение взаимодействия с окружающим миром [53].

Изменение межличностных отношений с окружающими приводит к возникновению конфликтов. Принятие правильных решений в ситуациях конфликта проблематично для школьника, что влечет за собой появление деструктивных тенденций. Чаще всего в качестве стратегии решения

конфликта подростки выбирают влияние на саму ситуацию, что обуславливается недостаточным уровнем развития в социальной сфере.

Выделяют основные типы и причины конфликтов у подростка, представленные в таблице 2 [11].

Таблица 2 – Типы конфликтов и причины их возникновения

№ п/п	Типы конфликтов	Причины их возникновения
1	внутриличностный конфликт	такой конфликт может возникнуть при низкой удовлетворённости жизнью, друзьями, учебой, отношениями со сверстниками, малой уверенностью в себе и близких людях, а также со стрессом
2	межличностный конфликт	когда люди с различными взглядами, чертами характера совсем не могут ладить друг с другом, в корне различаются взгляды и цели таких людей
3	конфликт между личностью и группой	может возникнуть конфликт, если эта личность займет позицию, отличающуюся от позиций группы, например, весь класс срывает урок, а один подросток остается в классе, несмотря на его устойчивую нравственную позицию, его отношения с классом будут конфликтом, так как он идет против мнения группы
4	межгрупповой конфликт	возникает из-за противоречий и идейных установок двух различных групп

В данный момент выделяют четыре группы конфликтных подростков на основе определенного типа поведения:

Первая группа подростков характеризуется устойчивым комплексом аморальных, аномальных и примитивных потребностей. Такие подростки равнодушны, эгоистичны. Это типичные проявления данной группы подростков. Им присуща драчливость, дерзость, грубость, злоба. В их поведении в большинстве случаев преобладает физическая агрессивность.

Во вторую группу подростков можно внести детей с деформированными ценностями и потребностями. Они обладают большим кругозором и широким интересом, что делает их более индивидуальными. Их желание занять более высокое положение осуществляется с помощью подавления более слабых. Такие подростки импульсивны, у них происходит частая смена настроения. Они обычно лживы и

раздражительны. За счет неправильного представления о достоинстве и мужестве, таким группам подросток большое удовольствие приносит чужая боль.

Третью группу подростков можно охарактеризовать, как детей с конфликтностью между положительными и неправильными взглядами, ценностями, потребностями. Их отличает скупость интересов, лживость и притворство. Такие подростки, как правило, апатичны, не стремятся к достижениям. В их поведении преобладают вербальная и косвенная агрессивность.

Четвертая группа подростков характеризуется детьми со слабыми потребностями и отсутствием определенных интересов, а также весьма ограниченным кругом общения. Такие подростки безвольны, мнительны, заискивают перед более сильными товарищами. Для этих подростков типична мстительность и трусливость. В их поведении преобладают негативизм и вербальная агрессивность [13, с. 44].

Отечественные психологи, такие как Ф. М. Бородкин, В. П. Захаров, Н. М. Коряк, описали пять основных типов конфликтных личностей [13; 31].

1. Демонстративный тип – чаще всего любит привлекать к себе внимание, хорошо приспосабливается к различным ситуациям. Не терпит нудной и кропотливой работы, старается ее избегать, не планирует свой и день, не умеет вести себя рационально. Вспыльчив, в большинстве случаев становится источником конфликтных ситуаций, но при этом сам себя не считает таковым.

2. Ригидный (негибкий) тип, он отличается завышенной самооценкой, подозрителен, высказывает все прямо. Плохо воспринимает критику, не считается с мнением окружающих, болезненно обидчив.

3. Неуправляемый тип. Такой тип характерен импульсивностью, не предсказуем в поведении, часто агрессивен, несамокритичен, обладает высоким уровнем притязаний. В случае неудачи склонен обвинять других,

не умеет грамотно планировать свою деятельность. Не принимает во внимание прошлый опыт, плохо соотносит свои поступки с целями и обстоятельствами.

4. Сверхточный тип отличается скрупулезностью и точностью в работе, предъявляет завышенные требования к себе и к окружающим, имеет повышенную тревожность, чувствительность, обидчив. В поведении очень часто проявляет несдержанность. Плохо строит взаимоотношения в группе.

5. Бесконфликтный тип. Он отличается внушаемостью, внутренней противоречивостью. Так же неустойчив в оценках и мнениях, непоследователен в поведении. Ориентирован на быстрый успех, поэтому склонен к изрядным компромиссам. Не обладает силой воли и не задумывается над своими поступками и действиями [31, с. 67].

Поведение подростков в конфликтной ситуации подчиняется общим закономерностям протекания конфликтов. Согласно исследованиям К. Томаса, в конфликтной ситуации могут использоваться пять главных стилей поведения: приспособление, компромисс, сотрудничество, избегание, соперничество. Использование каждого из них определяется интересами сторон и желанием каждой из них достигнуть своих целей [64].

Стиль соперничества наблюдается, в основном, у школьников, которые пользуются авторитетом среди сверстников. У них отмечается твердость характера, сила воли, стремление удовлетворить собственные интересы, при этом интересы другой стороны их совершенно не интересуют.

Стиль сотрудничества – один из непростых методов поведения подростков в конфликте, к этому стилю школьники прибегают только в том случае, когда не хотят портить отношения со сверстниками. Обе стороны конфликта должны обладать дипломатическими способностями, то есть – умением договариваться, защищая свои интересы и при этом учитывать интересы своего оппонента, умением слушать других и при

этом сдерживая свои эмоции. Отсутствие одного из этих умений делает этот стиль неэффективным [64].

Стиль компромисса подразумевает под собой урегулирование разногласий с помощью взаимных уступок. От стиля сотрудничества этот стиль отличается тем, что конфликтующие стороны договариваются между собой на ранней стадии конфликта, так как понимают, что противник имеет не менее убедительные аргументы и возможности для достижения поставленной цели, все стороны хотят одного и того же, но достичь цели, не уступая друг другу, одновременно не получится [64].

Стиль избегания выбирается подростками тогда, когда они не совсем уверены в своей правоте, или, когда эта проблема не стоит для них на первом месте, или может когда другие стороны инцидента имеют больше возможностей для достижения цели. Во всяком случае, уход от проблемы или отсрочка не являются бегством, а вполне разумная реакция на конфликтную ситуацию. По истечении какого-то времени эти разногласия, приведшие к конфликту, могут разрешиться сами собой или подросток может заняться этими вопросами позже, когда в его распоряжении будут дополнительная информация и возможности [64].

Стиль приспособления означает, что подросток не заинтересован защищать свои собственные интересы, он идет на сделку с другими сторонами в ущерб себе, но при этом сохраняет дружеские отношения со сверстниками. Этот стиль используется школьниками не для разрешения конфликта, а для собственного спокойствия и стабильности.

Таким образом, в связи с тем, что в подростковом возрасте серьезно изменяется деятельность подростка, общение, окружение, в подростковом возрасте наблюдается возникновение конфликтности. Поведение подростков в конфликтной ситуации подчиняется общим закономерностям протекания конфликтов. Можно выделить характерные особенности подросткового возраста: эмоциональная незрелость, недостаточно развитое умение контролировать собственное поведение, соразмерять желания и

возможности в удовлетворении своих потребностей, повышенная внушаемость, желание самоутвердиться и стать взрослым.

1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

Период подросткового возраста характеризуется активным формированием образа «Я» у школьников, а также осознанием собственных возможностей и развитием мировоззренческой позиции и ценностей, которые активно сопоставляются с общественными ценностями. Данные новообразования приводят к возникновению конфликтов с окружающими. На выбор стратегии поведения в них воздействие оказывает не только среда, но и личностные особенности и уровень развития психических функций. В зависимости от выбранной стратегии поведения определяется степень участия школьника в конфликтной ситуации. Зачастую в силу гормональных и психических изменений подростком выбирается неэффективная и неправильная форма поведения в условиях конфликта. Это приводит не только к неспособности выходить из конфликтной ситуации и решать возникшую проблему, но и влечет за собой полный отказ от взаимодействия в дальнейшем с близким человеком, с которым возникла спорная ситуация, или возникновение различных форм агрессивных реакций (вербальных, физических). Обуславливается появление подобных проблем также и одной из психологических характеристик личности – отсутствием умения управлять собственными эмоциями. В связи с этим остро встает необходимость проведения коррекции конфликтного поведения у школьников подросткового возраста. Уделим внимание характеристике понятия «коррекция».

Итак, А. А. Осипова полагает, что коррекция в психологии характеризуется как комплекс специальных мероприятий, целью которого является оказание целенаправленного воздействия на нарушенные

психические функции или отклонения в поведении, которые не характеризуются устойчивостью и необратимостью [51].

По мнению Г. С. Абрамовой, психологическая коррекция описывается как целенаправленный процесс влияния педагога-психолога на психологические особенности личности для их изменения и совершенствования, чаще всего специалист работает с конкретной проблемой или запросом [1].

Основываясь на рассмотренных точках зрения, понятие «психолого-педагогическая коррекция» в контексте этого исследования мы будем характеризовать как целенаправленная деятельность педагог-психолога, которая основывается на комплексе мероприятий, способствующих исправлению некоторых психологических и личностных особенностей личности, которые в соответствии с проведенными диагностическими пробами приняты отклоняющимися от оптимальных значений и общепринятых критериев.

Организация коррекции конфликтного поведения подростков начинается с определения основных целей предстоящей деятельности. Для этого мы использовали метод целеполагания, автором которого является В. И. Долгова. Основная суть данного метода заключается в разработке по определенному алгоритму «дерева целей», которое представляет собой схематическое описание основных целей и задач, а также включает в себя графическое отображение основных направлений исследования, которые в совокупности дают возможность достигать поставленных целей. Структура классического дерева целей основывается на представлении генеральной цели в самом ее основании, а также отображении более мелких, которые в комплексе позволяют решать основную (генеральную цель) [21].

Представим далее «дерево целей» психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков на рисунке 2.



Рисунок 2 – «Дерево целей» психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

В соответствии с «деревом целей» мы определили генеральную цель – теоретически обосновать и разработать программу психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков. Для достижения данной цели были определены промежуточные цели, которые позволяют достичь результата.

1. Рассмотреть психолого-педагогическую коррекцию конфликтного поведения подростков как психолого-педагогическую проблему.

1.1. Проанализировать сущность понятия «конфликтное поведение».

1.1.1. Рассмотреть точки зрения отечественных и зарубежных исследований на понятие «поведение».

1.1.2. Раскрыть подходы к характеристике понятия «конфликт».

1.2. Рассмотреть особенности проявления конфликтного поведения подростков.

1.2.1. Охарактеризовать типы конфликтов и причины их возникновения.

1.2.2. Выделить основные типы конфликтных личностей.

1.3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

1.3.1. Рассмотреть сущность метода моделирования в психолого-педагогических исследованиях.

1.3.2. Разработать «дерево целей».

1.3.3. Разработать структурные блоки модели психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

2. Исследовать особенности конфликтного поведения подростков на констатирующем этапе.

2.1. Спланировать этапы, подобрать методы и методики проведения исследования.

2.1.1. Спланировать этапы проведения исследования.

2.1.2. Выбрать методы исследования.

2.1.3. Подобрать диагностический инструментарий.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования на констатирующем этапе эксперимента.

2.2.1. Определить выборку исследования.

2.2.2. Провести констатирующий этап.

2.2.3. Проанализировать результаты диагностики на констатирующем этапе эксперимента.

3. Реализовать психолого-педагогическую коррекцию конфликтного поведения подростков.

3.1. Разработать и реализовать психолого-педагогическую программу по коррекции конфликтного поведения подростков.

3.1.1. Определить цели, задачи, принципы коррекционной работы.

3.1.2. Разработать календарно-тематическое планирование для детей.

3.1.3. Описать структуру планируемых занятий.

3.2. Проанализировать результаты формирующего этапа экспериментального исследования.

3.2.1. Провести диагностику проявления конфликтного поведения подростков на формирующем этапе эксперимента.

3.2.2. Сравнить результаты диагностики до и после проведения коррекционной программы.

3.2.3. Проанализировать эффективность экспериментального воздействия.

3.3. Разработать практические рекомендации по проблеме коррекции конфликтного поведения подростков.

3.3.1. Составить рекомендации педагогам.

3.3.2. Разработать рекомендации родителям.

После того, как определены цели, приступим к описанию модели психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков. Перед этим следует уделить внимание характеристике понятий «модель» и «моделирование».

Под моделью понимается воспроизведенный в общем виде и в совокупности своих свойств определенный предмет или явление. Объект, которые воспроизводится в виде модели, является образцом или прототипом.

Модель является схемой изображения объекта исследования, в которой отражаются наиболее важные и существенные свойства и признаки.

Процесс построения модели для изучения объекта исследования, уточнения его свойств и характеристик, в научной литературе понимается как моделирование.

Модель психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков была разработана с помощью метода моделирования – построения, наглядного отображения и представления основных свойств исследуемого объекта [7]. Разработанная нами модель психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения включает следующие структурные блоки:

- 1) теоретический;
- 2) диагностический;
- 3) коррекционный;
- 4) аналитический.

Опишем подробнее разработанную модель на рисунке 3.

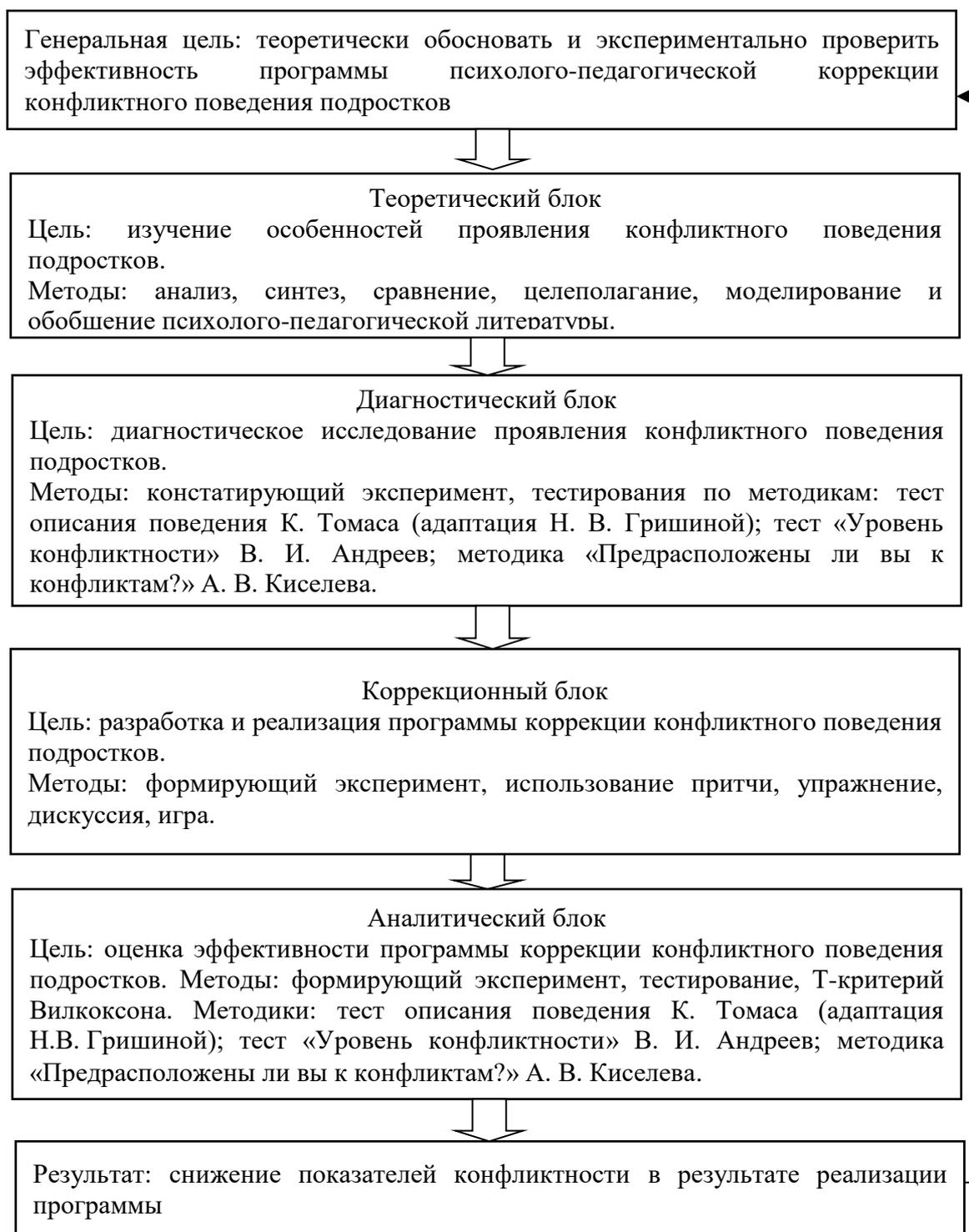


Рисунок 3 – Модель психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

Разработанная нами модель включает шесть блоков: целевой, теоретический, диагностический, коррекционный, аналитический, результативный.

Целевой блок модели включает цель и задачи. Цель – теоретически обосновать и разработать программу психолого-педагогической коррекции

конфликтного поведения подростков. Задачи формируются в соответствии с этапами проводимой работы и включают:

- исследование проявления конфликтного поведения подростков;
- создание благоприятных условий для коррекции конфликтного поведения подростков.

Теоретический блок направлена на изучение и анализ психолого-педагогических подходов к характеристике проблемы конфликтного поведения подростков.

Диагностический блок включает диагностику конфликтного поведения подростков с помощью методик:

- методика К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированная Н. В. Гришиной;
- методика «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева;
- методика «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева.

Коррекционный блок работы по коррекции конфликтного поведения подростков положены следующие принципы:

1. Доступность предлагаемого материала, соответствие возрастным особенностям детей.
2. Систематичность и последовательность в проведении коррекционной работы.
3. Личностно-ориентированный подход к детям.

В соответствии с целью и задачами работы основной формой является групповое занятие. В качестве методов коррекции конфликтного поведения подростков использовались следующие:

- использование притчи;
- упражнение;
- дискуссия;
- игра.

Аналитический блок включает в себя оценку эффективности реализации модели, проведение итоговой диагностики.

Результат модели представляет собой достижение поставленной цели – снижение показателей конфликтного поведения подростков результате реализации программы.

Таким образом, основная цель исследования на основе использования метода «дерево целей» заключается в теоретическом обосновании и разработке программы психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков. Для разработки программы мы описали психолого-педагогическую модель, которая включает в себя несколько компонентов, которые отражают содержание работы по коррекции конфликтного поведения подростков. К ним относятся следующие блоки: теоретический, диагностический, коррекционный, аналитический. В основе работы лежит комплекс принципов, этапов, форм и методов воздействия.

Выводы по первой главе

Обобщая вышесказанное, отметим следующие выводы:

Проанализировав различные точки зрения на понятия «поведение» и «конфликт», мы пришли к выводу, что под конфликтным поведением мы будем подразумевать особую форму поведенческих реакций и действий в тех или иных ситуациях личности, в которых прослеживаются нестабильность эмоционального состояния, проявления агрессивных форм взаимодействия, существенно повышенном уровне ранимости и восприимчивости к критике, эмоциональном напряжении, которые появляются в целях демонстрации своего мнения и утверждения его превосходства. Основной причиной возникновения конфликтного поведения является отсутствие у одного из участников конфликта желания и силы воли преодолеть свой собственный эгоцентризм.

Конфликтное поведение проявляется у человека независимо от возраста, в том числе и в достаточном сложном возрастном периоде – подростковом. На данном жизненном этапе конфликтное поведение

является основной формой поведения, ведь на протяжении своего развития в подростковом возрасте личность развивается не только физически, но и претерпевает внутренние психические изменения (формирование собственных интересов, мнения, мировоззрения), которые постоянно вступают в противоречие с общественным мнением. В семье из-за повышенного желания быть самостоятельным в решениях и действиях подросток часто вступает в конфликт с родителями, которые пытаются ограничивать и устанавливать правила.

Подчеркнем, что наиболее эффективным коррекции конфликтного поведения подростков является в том случае, если применять комплексную психолого-педагогическую программу. Для разработки содержания программы нами изучены психолого-педагогические литературные источники по теме исследования. На основе проведенного анализа для понимания основных аспектов нашего исследования и его структуры мы разработали модель коррекции конфликтного поведения подростков. Данная модель включает в себя ряд ключевых блоков: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический блоки. Каждый из блоков имеет свою направленность и значимость для процесса коррекции конфликтного поведения школьников. Так, первый – теоретический блок – направлен на изучение зарубежной и отечественной литературы по проблеме. Диагностический блок связан с исследованием особенностей проявления конфликтного поведения школьников с применением трех диагностических методик. Следующий этап (формирующий) основывается на разработке психолого-педагогической программы, которая непосредственно оказывает влияние на снижение уровня конфликтности школьников. В рамках данного блока с подростками применялись упражнения, театрализованные этюды, игры, игровые задания. Последний (аналитический) блок включает в себя проведение повторного исследования, а также анализ его результатов с помощью применения методов математической статистики.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИИ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

2.1 Этапы, методы, методики исследования

Основная цель практической части работы заключалась в исследовании влияния программы по коррекцию конфликтного поведения подростков. Основными задачами необходимо считать следующие:

1. Подбор диагностического инструментария и на основе этого исследование особенностей конфликтного поведения подростков.
2. Разработка и организация использования программы по коррекции конфликтного поведения подростков.
3. Анализ результатов внедрения программы в работу с подростками.

Исследование конфликтного поведения подростков состояло из трех этапов:

1. Поисково-подготовительный этап основывается на анализе отечественных и зарубежных исследований в области проблемы, рассмотрение существующих диагностических методик изучения конфликтного поведения школьников, а также выбор среди них тех, которые будем применять на констатирующем эксперименте. В ходе теоретического анализа литературных источников мы рассмотрели подходы к определению сущность понятия «конфликтное поведение» и его составляющих, охарактеризовали основные особенности проявления конфликтного поведения у подростков, теоретически обосновали необходимость разработки модели и описали ее.

2. Опытно-экспериментальный этап: проведение констатирующего этапа эксперимента, обработка результатов. Нами был проведен диагностический комплекс испытуемых по трем методикам. Затем полученные результаты были обработаны и подведены по ним итоги в виде диаграмм и сведены в общие таблицы. Описание комплекса занятий профилактики и коррекции конфликтного поведения подростков.

3. Контрольно-обобщающий этап: проверка гипотезы и оформление работы. Обобщение полученных результатов.

Для организации исследования конфликтного поведения подростков нами использовались следующие методы и методики:

1) теоретический: анализ литературных источников по данной теме, синтез, обобщение, сравнение, моделирование, целеполагание;

2) эмпирический: констатирующий эксперимент, тестирование по методикам:

– методика К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированная Н. В. Гришиной;

– методика «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева;

– методика «Предрасположены ли вы к конфликтам?»
А. В. Киселева.

3) математико-статистический: коэффициент Т-критерий Вилкоксона.

Отметим, что первая группа методов – это теоретические. Данная группа методов исследования предназначены для теоретического осмысления проблемы исследования, систематизации научных исследований, а также их интерпретации и обоснования. Данная группа методов применяется при проведении любого педагогического эксперимента и является фундаментальной для науки. Охарактеризуем подробнее каждый их методов, входящих в группу теоретических.

Итак, анализ психолого-педагогической литературы является одним из основных теоретических методов исследования, который основывается на мыслительной операции, основанной на условном разделении целостного объекта на составные элементы [17]. Работа с научной и методической литературой базируется на отборе психолого-педагогических источников по заданной проблеме, их изучение и реферирование с изложением собственного мнения [49, с. 151].

Согласно идеям А. К. Смирнова, обобщение – это интеллектуальный процесс, он связан с выделением главного из совокупности, а также с созданием нового на основе данного выделения [69, с. 15]. На основе этого отметим, что обобщение является мыслительной операцией, которая основывается на выявлении набора признаков или свойств, которые присущи группе предметов или явлений. Так, для обобщения любого научного понятия необходимо убрать все свойства, характеризующие предмет этого понятия. В. В. Петрова подчеркивает, что обобщение заключается в освоение навыков синтеза, абстрагирования, анализа определенных изучаемых явлений [61, с. 147].

Метод синтеза является методом теоретического познания действительности, который заключается в объединении в единое целое выявленных при анализе частей или структурных элементов изучаемого явления (предмета). В данном случае анализ как теоретический метод исследования основывается на мысленном разделении объекта на составляющие его свойства или признаки для их детального исследования и понимания [21, с. 107].

Сравнительный метод – один из самых распространенных методов в разных науках. Сравнение – это научный метод познания, в процессе его неизвестное (изучаемое) явление, предметы сопоставляются с уже известными, изучаемыми ранее, с целью определения общих черт либо различий между ними [65].

Моделирование – это теоретический метод педагогического исследования, основанный на составлении определенной модели организации работы с детьми и последующего использования ее в практике работы [19]. Именно этот метод позволяет структурировать организацию учебного процесса, спланировать его проведение. В исследовании могут использоваться следующие виды моделей:

– структурные модели – один из видов моделей, описывающий лишь структурные элементы, на которых основывается;

– структурно-функциональная модель – вид моделей, которые основываются не только на описании структурных компонентов, но и включении в нее функций реализации того или иного этапа процесса.

Не менее важным методом на этапе теоретической работы в рамках исследования играет метод целеполагания. На основе исследований Н. В. Мезенцевой отметим, что целеполагание – сознательный процесс определения и постановки целей педагогической деятельности, в котором отражается способность учителя планировать и трансформировать общественные цели в цели своей и совместной деятельности с воспитанниками, а также конкретизировать цели и выбирать эффективные способы ее достижения. Его значение для психологических исследований описано подробно В. И. Долговой. В трудах психолога описывается использование «дерева целей», которое включает в себя схематическое изображение основных направлений деятельности специалиста для достижения целей педагогического исследования. Структура дерева целей основывается на описывании генеральной цели и подцелей, которые в совокупности позволяют достигать общей (генеральной) цели [24].

Следующая группа методов исследования является эмпирической. Эмпирическая группа методов характеризуется как комплекс методов непосредственного взаимодействия субъекта и объекта научного психолого-педагогического исследования, в целях целенаправленного чувственного познания особенностей свойств и признаков объекта. Основное назначение применения этих методов в получении и накоплении основной информации по состоянию объекта научного исследования в конкретный промежуток времени, исследовании накопленного педагогического опыта по решению выявленных проблем в особенностях развития объекта, а также построении на основе этого траектории развития. В рамках нашего исследования мы выбрали несколько эмпирических методов, которые охарактеризуем подробнее.

Констатирующий эксперимент выявляет факты, закономерности, сложившиеся в ходе развития человека [20, с. 60]. Цель этого метода заключается в сборе данных и фактов об изучаемом субъекте в определенной сфере его жизни. Для этого подбираются валидные и надежные диагностические методики, которые дают возможность более точно изучать некоторые характеристики испытуемого.

Формирующий эксперимент дает возможность исследовать особенности целенаправленного влияния на развитие отдельных свойств личности с помощью создания определенного набора [20, с. 60]. Основными задачами в работе этого вида эксперимента являются планирование мероприятий и организация их в практической деятельности педагога.

Метод тестирования основывается на целенаправленном сборе определенных фактов о психической реальности с использованием стандартизированных инструментов, к которым относятся тесты. В рамках исследования для организации обследования конфликтного поведения подростков нами были использованы тестовые методики. Рассмотрим его более подробно.

1. Методика «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях» с помощью методики К. У. Томаса, адаптированная Н. В. Гришиной. Данная методика направлена на исследование наличия у подростка признаков предрасположенности к проявлению конфликтного поведения. Методика предполагает анкету, которая состоит из 30 ситуаций и предложенных вариантов их решения. Каждый испытуемый должен выбрать один предложенный вариант решения к ситуации. Обобщение результатов проводится в соответствии с ключом. Интерпретация полученных данных проводится на основе пяти вариантов поведения в конфликтной ситуации. Более подробное описание диагностической методики вместе с текстом анкеты охарактеризовано в приложении 1.

2. Методика «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреев. Данная методика предполагает исследование проявления уровня конфликтности у личности. Она состоит из 14 тестовых вопроса, для ответа на которые предложен перечень вариантов. Необходимо выбрать один вариант, который наиболее подходящим считает для себя респондент. Результаты исследования обобщаются по уровням в соответствии с балльной системой. Подробное описание диагностической методики нами представлено в приложении 1.

3. Методика «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева. Целью исследования в соответствии с этой методикой является определение особенностей личности, которые могут вызывать вступление в конфликтные ситуации. Школьникам предлагает 9 вопросов с вариантами ответов, среди которых нужно выбрать один вариант. Результаты исследования обобщаются на основе балльной системы. Описано подробнее диагностический инструментарий методики в приложении 1.

Отдельную группу составляют методы математической статистики, основная цель применения которых в обработке результатов эмпирического исследования, а также установления связи между изучаемыми признаками. Применение методов математической статистики дает возможность не просто обобщать результаты исследования, но повышает надежность полученных выводов, а также позволяет сделать теоретическое обобщение на основе проведенных расчетов. Обработка получаемых в ходе исследования данных дает возможность более удобно обобщать результаты, а также систематизировать их в наглядный вид – с применением диаграммного и табличного вида.

Для анализа полученных результатов в рамках нашего исследования нами применялся метод математической статистики – Т-критерий Вилкоксона. Данный метод используется для сравнения между собой результатов исследования одной группы, полученных при соблюдении двух разных условий. С помощью Т-критерия Вилкоксона можно

определять не только направленность выявленных изменений, но и степень их выраженности.

Исследование с помощью Т-критерия Вилкоксона предполагает составление рабочих гипотез – нулевой и альтернативной. К ним относятся следующие положения:

Нулевая гипотеза (далее – H_0): Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

Альтернативная гипотеза (далее – H_1): Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Опишем подробнее алгоритм вычисления эмпирического значения в соответствии с Т-критерием Вилкоксона на рисунке 4.

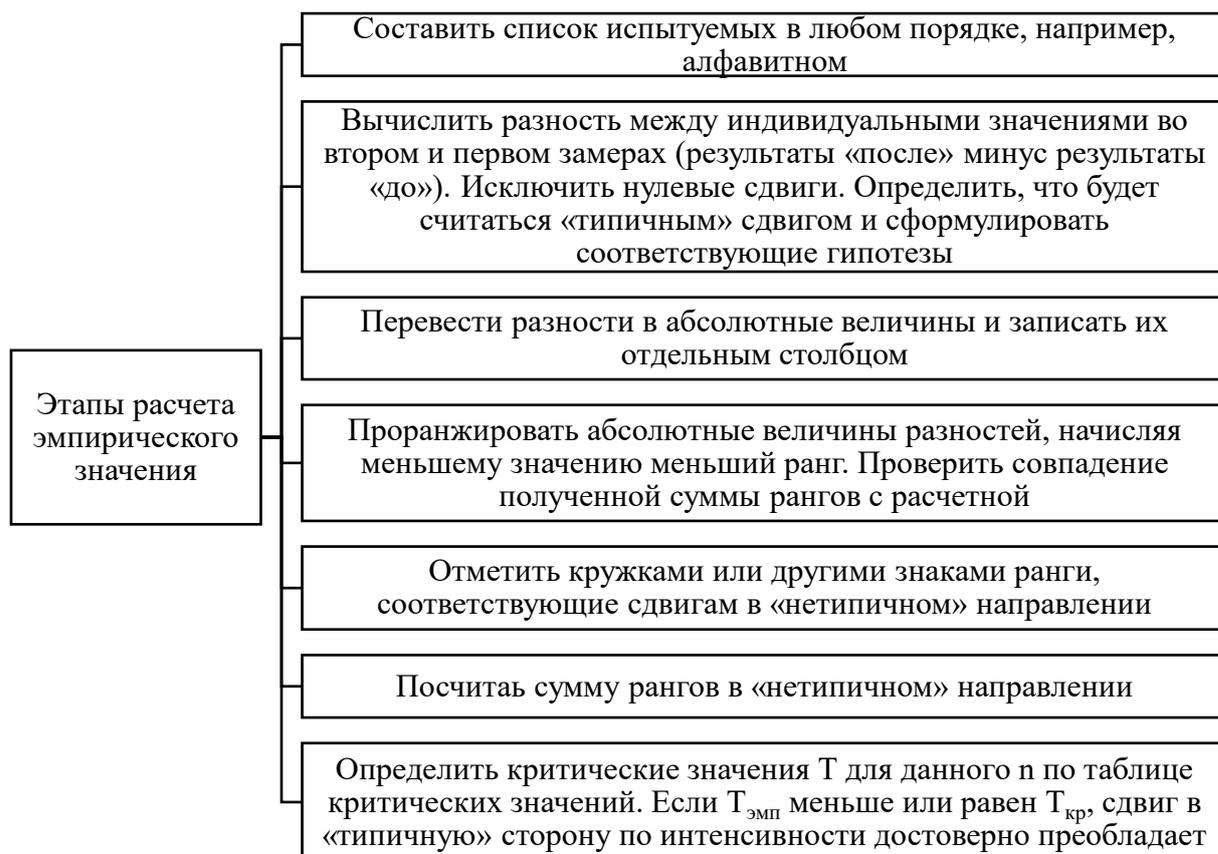


Рисунок 4 – Алгоритм вычисления эмпирического значения с помощью Т-критерия Вилкоксона

Таким образом, исследование конфликтного поведения подростков состояла из трех этапов: поисково-подготовительный, исследовательский, контрольно-обобщающий этапы. В исследовании мы использовали теоретические методы, к которым можно отнести анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, сравнение и синтез, моделирование, целеполагание. В качестве методов сбора эмпирических данных мы использовали следующие: методика К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированная Н. В. Гришиной; методика «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева; методика «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева. Методом математико-статистической обработки результатов, полученных в ходе исследования использован Т-критерий Вилкоксона.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

В рамках констатирующего эксперимента мы уделили внимание изучению особенностей проявления конфликтного поведения у школьников в подростковом возрасте. Для проведения эксперимента нами выбрана группа обучающихся 8 «В» класса в количественном составе 24 человека, находящиеся в возрастном диапазоне от 14 до 15 лет. Группу составляют 11 мальчиков и 13 девочек.

Дети объединены в единый класс и обучаются этим составом с 2015 года. Анализируя темпераменты обучающихся класса, стоит отметить заметное преобладание сангвиников, также отмечено существенное количество холериков и флегматиков. При работе с классом важно учитывать особенности темперамента каждого подростка. Большая часть школьников характеризуются как уравновешенные. Рассматривая личностные особенности обучающихся, подчеркнем, что большая часть обладают достаточно высоким уровнем интеллекта, имеют хорошо развитую память, мышление. Большинство подростков обладают

положительной мотивацией к учебному процессу, проявляют интерес к учебе. Среди школьников отмечено всего четыре человека, кто получает в большинстве случаев оценки «хорошо», оставшиеся дети делятся на группу отличников (половина от оставшихся учащихся) и обучающихся с оценками «удовлетворительно» и «хорошо». Не успевающих в исследуемом классе нами не отмечено.

Рассмотрим результаты исследования конфликтного поведения в выбранной группе подробнее по каждой из методик. Проанализируем результаты исследования по методике 1 К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированной Н. В. Гришиной. В процессе исследования по данной методике нами изучены особенности поведения в конфликтных ситуациях. Результаты исследования, представленные в [Приложение 2, Таблица 1]. Обобщая данные, описанные в [Приложение 2, Таблица 2], представим их на рисунке 5.

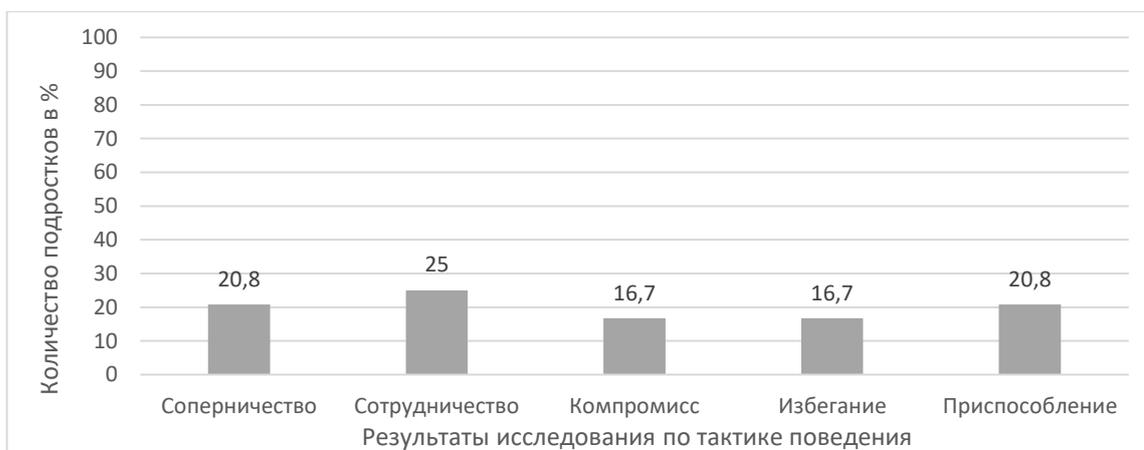


Рисунок 5 – Результаты исследования особенностей поведения в конфликтных ситуациях у подростков по методике К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированной Н. В. Гришиной

Обобщая полученные данные, стоит отметить следующие выводы:

– в группе преобладающее количество детей (25 % – 6 детей) принимают тактику поведения «сотрудничество». Представители этой группы концентрируют свое внимание на собственных интересах, а также учитывают пожелания окружающих. Эти дети понимают ценность межличностных отношений, а также строят свои взаимоотношения со

сверстниками и педагогами на основе этого. Данная стратегия поведения в конфликтных ситуациях предполагает объединение усилий двух сторон для решения конкретной возникшей проблемной ситуации;

– у 5 детей (20,8 % детей группы) наблюдается тактика в конфликте «соперничество». Сторонники этой стратегии поведения в конфликте свои интересы ставят выше, чем интересы окружающих, перед ними чаще всего стоит выбор между интересом к борьбе и гармоничными взаимоотношениями, где чаще всего выбирают первый вариант;

– также у 5 детей (20,8 % детей группы) ярко выраженное приспособленческое поведение в конфликте. Данная стратегия поведения в конфликте предполагает ориентир на интересы и мнение общества и сниженную значимость своих собственных интересов. Выбор этого варианта поведения обуславливается чаще всего личностными особенностями школьника. В рамках стиля поведения «приспособление» конфликтная ситуация может превратиться из конструктивной в деструктивную;

– 16,7 % детей группы (4 человека) в качестве особенности поведения в конфликте занимают позицию «избегания». Эта поведенческая стратегия в конфликте считается компромиссной и предполагает стремление личности избегать конфликта, в ходе чего не учитываются интересы ни собственные, ни тех, кто окружает;

– у оставшихся 16,7 % детей группы (4 человека) наблюдается преобладание компромисса во время конфликта. Данная стратегия поведенческих реакций в конфликтной ситуации предполагает учет как своих интересов, так и мнения окружающих, т.е. своего рода сохранение баланса между интересами, где каждый из участников идет на компромиссы. Этот подход не оказывает разрушительного воздействия на взаимодействие и дает возможность развивать межличностные отношения между людьми. Но чаще всего выбор этой стратегии не приводит к решению проблемной ситуации и допускает ее повторение.

Рассмотрим результаты исследования по методике 2 «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева. В рамках исследования по

данной методике нами изучался уровень конфликтности подростка. Представим полученные данные в таблице [Приложение 2, Таблица 3].

Подводя итог по изучению уровня конфликтности подростка, представим результаты в таблице [Приложение 2, Таблица 4].

Анализируя результаты, представленные в таблице 4 приложения 2, мы видим, что большая часть детей имеет высокий уровень конфликтности. Представим полученные данные на рисунке 6.

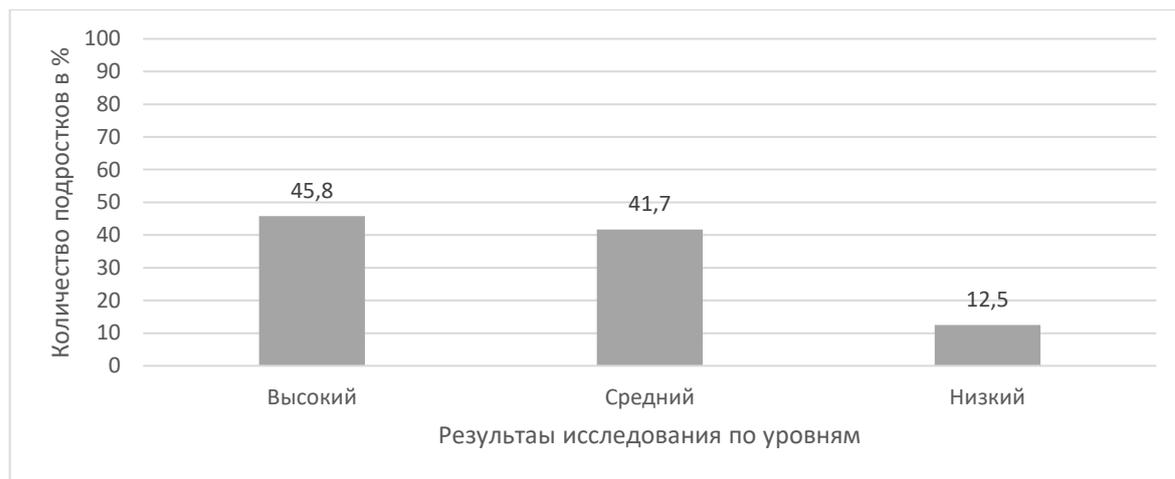


Рисунок 6 – Результаты исследования уровня конфликтности у подростков по методике «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева

Проанализировав полученные данные, стоит отметить следующие выводы:

– у 12,5 % детей группы (3 человека) наблюдается низкий уровень конфликтности. Данная группа детей характеризуется терпимостью к поведению и мнению окружающих, критика со стороны не является для них причиной для возникновения конфликта. Эти школьники не дают кому-то возможности управлять собственным поведением, не вступают в споры. Им свойственно желание участвовать в совместной деятельности, с легкостью распределяют роли в организуемом занятии, контроль собственных эмоциональных проявлений, проявление стремления общаться со сверстниками и педагогом;

– у 41,7 % детей группы (10 человек) наблюдается средний уровень конфликтности. Данная категория обучающихся достаточно спокойно

воспринимает сложности во взаимодействии со сверстниками и взрослыми, слышит мнение окружающих и учитывает его. Но несмотря на это им характерно отстаивание своего мнения или интереса в том случае, когда возникают противоречащие им ситуации. При достижении своих целей могут использовать достаточно жесткие методы с целью доказывания собственной точки зрения и ее правоты. Этой группе детей свойственна принципиальность, которая может в некоторых ситуациях стать причиной появления конфликтной ситуации;

– у 45,8 % детей группы (11 человек) наблюдается высокий уровень конфликтности. Данная группа школьников характеризуется агрессивными реакциями по отношению к критике в свой адрес, достаточно эмоционально реагируют на ситуации, когда окружающие люди не прислушиваются к их точке зрения, которое, по мнению детей этого уровня, является лидирующим и первостепенным. При возникновении конфликтных ситуаций с участием этих подростков ими проявляется нетерпимость, возможно использование оскорблений и унижения партнера по конфликту.

Рассмотрим результаты исследования по методике 3 «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева. Цель использования методики заключается в определении уровня предрасположенности подростка к конфликтам подростков. Представим полученные данные в таблице [Приложение 2, Таблица 5].

Подытоживая результаты исследования уровня предрасположенности подростка к конфликтам подростков, представим результаты в таблице [Приложение 2, Таблица 6].

Обобщая результаты, описанные нами в таблице [Приложение 2, Таблица 6], мы видим, что большая часть детей группы находится на высоком уровне предрасположенности подростка к конфликтам (более 50 % детей). Представим полученные данные на рисунке 7.

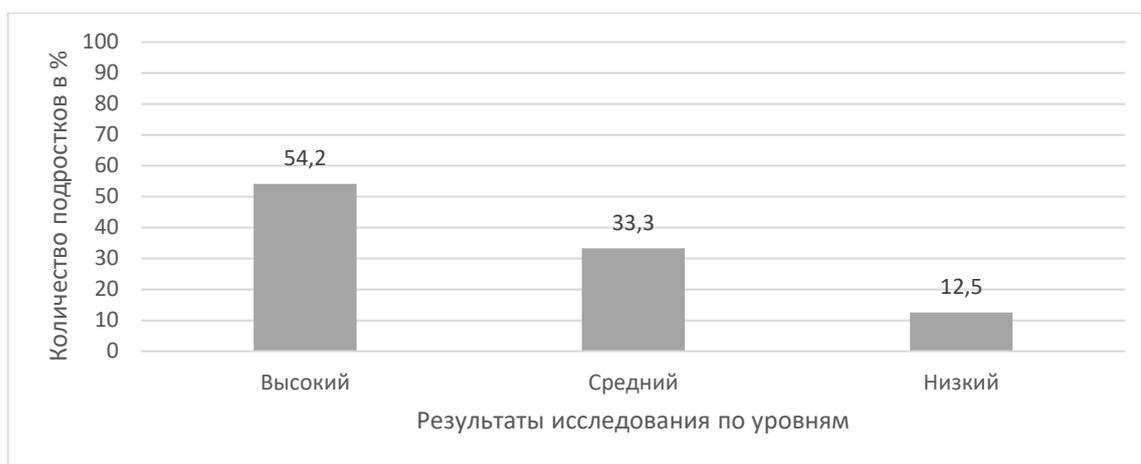


Рисунок 7 – Результаты исследования уровня predisposition подростка к конфликтам по методике «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева

Подводя итоги по результатам третьей методики, стоит отметить следующие выводы:

Анализ результатов исследования показывает, что 12,5 % (3 детей) имеют уровень predisposition к конфликтам низкий. Данная группа школьников не вступает в конфликтные ситуации и стремится не поддерживать взаимоотношений с агрессивными и конфликтными личностями. При попадании в конфликт выбирают стратегию приспособления или компромисса.

Средняя predisposition к конфликтам выявлена у 33,3 % (8 детей). Этим обучающимся характеризует общительность и наличие достаточно развитых коммуникативных навыков, которые дают возможность адаптироваться в любом коллективе, но при возникновении конфликтов данные школьники не уходят в сторону и отстаивают свою позицию.

54,2 % (13 детей) имеют уровень predisposition к конфликтам высокий уровень. Эти подростки активные в межличностных взаимодействиях, но несмотря на это им не свойственны компромиссы в общении, трудности с установлением межличностных отношений с окружающими, в некоторых ситуациях проявляют агрессивные реакции. Им характерно принятие роли инициатора конфликтных ситуаций, причем

без наличия определенной цели. Помимо этого, им достаточно трудно прекращать конфликт и решать проблему, которая стала его причиной.

Обобщая результаты исследования конфликтного поведения у подростков, отметим следующие выводы:

– у большей части группы наблюдается такие тактики поведения в конфликте, как «соперничество», «избегание», «приспособление» (более половины подростков);

– в исследуемой группе детей с высоким и средним уровнем конфликтности достаточно много (более 80 % от общего числа – около 20 человек);

– достаточно высокая предрасположенность к конфликтам более чем у половины детей группы.

В связи с полученными результатами нами выявлена необходимость разработки программы для работы с подростками с высоким и средним уровнем проявления конфликтного поведения, а также создания условий для детей с низким уровнем конфликтности для профилактики.

Выводы по второй главе

Подытоживая вышесказанное, отметим следующие выводы:

Для исследования конфликтного поведения у подростков в практике образовательной организации нами организована опытно-экспериментальная работа на базе МАОУ «СОШ №124 г. Челябинска». В исследовании по предупреждению конфликтного поведения в подростковом возрасте принимали участие 24 подростка.

Для изучения конфликтного поведения группы нами использовались следующие методики:

– методика К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированная Н. В. Гришиной;

– методика «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева;

– методика «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева.

Обобщая результаты исследования конфликтного поведения у подростков, нами отмечено, что у большей части группы наблюдается такие тактики поведения в конфликте, как «соперничество», «избегание», «приспособление» (более половины подростков). В исследуемой группе детей с высоким и средним уровнем конфликтности достаточно много (более 80 % от общего числа – около 20 человек). Достаточно высокая предрасположенность к конфликтам более чем у половины детей группы.

Данные результаты позволяют судить о необходимости разработки программы для работы с подростками с высоким и средним уровнем проявления конфликтного поведения, а также создания условий для детей с низким уровнем конфликтности для профилактики.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

3.1 Программа психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

На основе проведенного исследования на констатирующем этапе нами выявлена необходимость организации специальной работы по коррекции проявления конфликтного поведения у подростков. Для этого мы разработали и апробировали психолого-педагогическую программу.

Пояснительная записка программы. В современном обществе особую важность приобретает проблема предотвращения и решения конфликтов различного происхождения. В том числе данная проблема касается сферы взаимодействия подрастающего поколения с обществом. Для решения данной задачи в сфере образования Правительством разработана Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Этот документ в качестве одной из основных целей системы воспитания ставит формирование навыков выхода из конфликтных ситуаций, а также толерантное отношение к людям другой культуры или этнического происхождения, ведь наша страна является многонациональной.

Возникновения различных конфликтов между людьми, в частности, межэтнических позволяет судить о сохранении существенной значимости реализации работы по решению этой проблемы на этапе школьного обучения. Это подтверждает актуальность исследования.

Коллектив класс для ребенка является первой и важнейшей группой, в которой он проводит достаточно много своего времени, учится общаться и взаимодействовать. На этапе подросткового возраста ведущим видом деятельности становится общение со сверстниками, что подчеркивает еще большую актуальность более внимательного отношения к организации воспитательной работы и формированию психологического климата в коллективе.

Программа разработана с учетом исследований М. Р. Битяновой, И. В. Дубровиной, С. А. Игумнова Р. В. Овчаровой, И. А. Фурманова.

Основная цель программы: формировать умения эффективного поведения в конфликтных ситуациях.

Основные задачи реализации программы:

1. Обучить учащихся конструктивным способам управления эмоциональным состоянием.

2. Сформировать у учащихся способность анализировать и адекватно оценивать свое состояние, осознавать вред агрессивного поведения.

3. Сформировать у учащихся способность осознавать свою агрессивность, обучение способам безопасной разрядки агрессии.

4. Сформировать у учащихся навыки сопротивления стрессовым ситуациям.

5. Способствовать осознанию учащимися важности дружбы и настоящих друзей в жизни человека.

Программа предусматривает возможность реализации индивидуального подхода к ребенку, работу с различными подгруппами детей, учитывает их возрастные и психофизиологические особенности.

Предполагаемый положительный результат:

- понимание того, что может послужить причиной конфликта;
- умение выбирать способ поведения в конфликтной ситуации;
- формирование навыков управления эмоциями в ситуации общения с собеседником;

- освоение техник конструктивного решения в межличностных конфликтах.

Форма работы: групповая.

Основные методы: использование притчи, упражнение, дискуссия, игра.

Продолжительность занятия: 35 – 45 минут.

Возраст участников: 13-14 лет.

Количество человек: 24 человека.

В рамках занятия соблюдались следующие структурные элементы:

– ритуал приветствия позволяет спланировать участников, создавать атмосферу группового доверия и принятия;

– основное содержание занятия – совокупность функциональных упражнений и техник;

– рефлексия занятия предполагает участниками две оценки занятия: эмоциональную (понравилось – не понравилось) и смысловую (почему это важно для каждого конкретно, зачем и чему мы научились, что запомнилось больше всего);

– ритуал прощания – смысловое завершение занятий.

В рамках реализации комплекса занятий необходимо придерживаться следующих принципов:

1. Принцип добровольного участия в работе.
2. Принцип «я – высказываний».
3. Принцип «не перебивать, когда говорит другой».
4. Принцип толерантности по отношению к другим членам группы.
5. Принцип симпатии в участии – участник должен чувствовать себя в полной безопасности.

6. Принцип конфиденциальности.

В таблице 3 представлен перспективный план программы по профилактике конфликтного поведения подростков.

Таблица 3 – Перспективный план по профилактике и коррекции конфликтного поведения у подростков

№ п/п	Цель	Структура занятия
1	установить контакт с учащимися, сформировать гармоничную Я-концепцию, развить навыки самоанализа, принятия себя.	1. Упражнение «Встаньте те, кто...» 2. Упражнение «Я и мир вокруг меня» 3. Упражнение «Какой Я? Чем Я отличаюсь от других людей?» 4. Упражнение «Мой герб»
2	сформировать у учащихся способность осознавать свои чувства, обучить конструктивным способам управления эмоциональным состоянием	1. Дискуссия «Наши эмоции» 2. «Притча о могущественном царе – властителе необозримых земель» 3. Упражнение «Как управлять своими эмоциями» 4. Упражнение «Вверх по радуге» 5. Упражнение «Вькинь» 6. Упражнение «Незаконченные предложения» 7. Домашнее задание. Нарисовать приятное чувство.

Продолжение таблицы 3

№ п/п	Цель	Структура занятия
3	сформировать у учащихся способность выражать свои эмоции в неагрессивной, безоценочной манере; обучить навыку Я-сообщений.	1. Упражнение «Встреча» 2. Упражнение «Ищем достойные пути выражения чувств» 3. Упражнение «Учимся составлять Я-высказывание» 4. Домашнее задание. В общении с окружающими попрактиковаться в использовании Я-высказываний.
4	сформировать у учащихся навык сопротивления стрессовым ситуациям.	1. Дискуссия «Стрессовые ситуации» 2. Тест «Мой уровень напряжения» 3. Упражнение «Учится справляться со стрессовой ситуацией» 4. Упражнение «Встреча со стрессом»
5	сформировать у учащихся способность анализировать чувство обиды и его влияние на взаимоотношения людей; развить навык конструктивного избавления от обиды.	1. Дискуссия «Что такое обида?» 2. Упражнение «Детские обиды» 3. Упражнение «Как выразить обиду и досаду» 4. Упражнение «Копилка обид» 5. Домашнее задание. Вспомнить недавнюю обиду, полученную от близкого или, наоборот, от не очень знакомого человека, и написать ему письмо на отдельном листе бумаги.
6	сформировать у учащихся способность анализировать и адекватно оценивать свое состояние, осознавать вред агрессивного поведения.	1. Групповая дискуссия «Ассоциации» 2. Упражнение «Как я зол» 3. Упражнение «Агрессивное существо» 4. Упражнение «Рецепт агрессивности» 5. Притча «Небеса и ад».
7	сформировать способность осознавать свою агрессивность, обучить способам безопасной разрядки агрессии.	1. Групповая дискуссия 2. Упражнение «Лист гнева» 3. Игра «Датский бокс» 4. Упражнение «Договор о поведении» 5. Упражнение «Подарок для самого агрессивного»
8	сформировать способы конструктивного поведения в проблемных ситуациях, развить умение принимать ответственность за свои поступки.	1. Групповая дискуссия 2. Упражнение «Стоп! Подумай! Действуй!» 3. Упражнение «Рассказы по фотографиям» 4. Упражнение «Ситуации» 5. Индийская притча «О слоне»
9	дать учащимся возможность осознать важность дружбы и настоящих друзей в жизни человека.	1. Групповая дискуссия 2. Упражнение «Испуганный ежик» 3. Упражнение на расслабление 4. Релаксация «Верный друг»
10	сформировать способность концентрировать силы и внимание, умение осознавать достижения, развить навыки уверенного поведения.	1. Групповая дискуссия 2. Тест «Насколько я уверен в себе» Тест аналогичен методике Дембо – Рубинштейн. 3. Притча «О двух лягушках» 4. Упражнение «Круг силы» 5. Упражнение «Копилка моих успехов, хороших

Работа с детьми по коррекции конфликтного поведения проводится в соответствии с составленным нами перспективным планом, структура которого подробнее описана в приложении 3.

Исходя из наблюдений за подростками в процессе игр-занятий, мы можем констатировать положительный настрой школьников, в самом начале проведения первых игр многие отказывались принимать участие и, недоумевая, задавали вопрос: «А зачем это?», «Не хочу». Однако уже на втором занятии процессом игр увлеклись практически все, этому способствовала доброжелательная атмосфера и азарт самых активных участников. В обычных играх-тренингах подростки узнавали новое о своих одноклассниках, с которыми проучились много лет, раскрывали положительные качества и черты, развивали чувство понимания и сопереживания к другим людям.

Таким образом, в рамках экспериментальной работы нами была разработана программа психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков, цель которой формировать умения эффективного поведения в конфликтных ситуациях и описаны рекомендации для педагогов и родителей по профилактике и коррекции конфликтного поведения подростков. Программа включает в себя 10 занятий, продолжительность каждого из которых от 35 до 45 минут. Каждое из занятий организовано с учетом трех этапов: ритуал приветствия, основная часть и ритуал прощания.

3.2 Анализ результатов исследования психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

Обобщая результаты опытно-экспериментальной работы и применения психолого-педагогической программы, нами было проведено повторное исследование в группе подростков. Рассмотрим результаты этого исследования подробнее также по каждой из методик отдельно.

Результаты исследования по методике К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированной Н. В. Гришиной, на контрольном этапе представлены в [Приложение 4, Таблица 1]. На основе полученных данных сгруппируем детей в зависимости от уровня. Обобщая полученные данные по группам, представим результаты в таблице [Приложение 4, Таблица 2].

Исходя из таблицы [Приложение 4, Таблица 2], мы видим, что на контрольном этапе преобладающее количество детей выбирает в качестве стратегии поведения в конфликте – сотрудничество (41,7 % испытуемых – 10 человек). Достаточно небольшую группу составляют дети, которые используют компромисс в решении конфликтных ситуаций (25 % – 6 человек). Представим полученные данные на констатирующем и контрольном этапах на рисунке 8.



Рисунок 8 – Результаты исследования особенностей поведения в конфликтных ситуациях у подростков по методике К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированной Н. В. Гришиной, до и после эксперимента

Обобщая данные по рисунку 8, стоит отметить следующие выводы:

– в группе отмечена тенденция увеличения количества детей, использующих тактику поведения в конфликте «сотрудничество» на 16,7 % (4 человека). Дети в классе стали больше уделять внимание не

только собственным интересам, но и интересам сверстника, стало больше внимания уделяться ценности межличностных взаимодействий;

– в исследуемой группе уменьшилось количество детей с явным соперничеством – с 20,8 % (5 человек) до 8,3 % (2 человека), что составляет 12,5 % (на 3 человека). Стоит отметить, что несмотря на проведенные мероприятия, часть детей все-таки опирается на личные интересы;

– незначительно уменьшилось количество детей с приспособленческим поведением в конфликте (всего на 4,1 % – 1 человек). У данной группы детей наблюдается низкий уровень направленности на личные интересы, они все также жертвуют личными интересами в пользу интересов соперника;

– заметно уменьшилось количество детей с поведенческой тактикой – избегание (в 2 раза – на 8,4 % – на 2 человека). Стратегия этой группы детей по-прежнему заключается в желании уйти от конфликта. Она характеризуется невысокой степенью ориентированности на личный круг интересов и интересы соперника и считается обоюдной;

– возросло количество детей с выбором компромисса в качестве тактики поведения в конфликте на 8,3 % (на 2 человека). Эта группа детей способна идти на уступки в некоторых ситуациях.

Следуя логике исследования, необходимо отследить эффективность влияния проведенной работы с использованием методики «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева. Представим полученные данные в таблице [Приложение 4, Таблица 3]. Обобщая результаты изучения уровня конфликтности у подростков на констатирующем и контрольном этапах, представим результаты в таблице [Приложение 4, Таблица 4].

Анализируя результаты, представленные в таблице 4 приложения 4, мы видим, что большая часть детей на контрольном этапе эксперимента

имеет низкий уровень конфликтности. Представим полученные данные на рисунке 9.

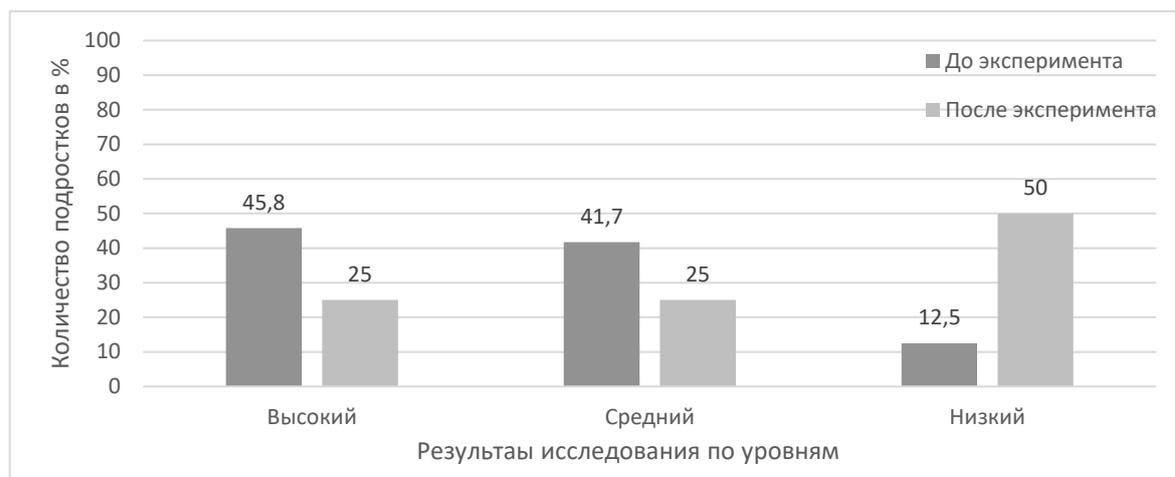


Рисунок 9 – Результаты исследования уровня конфликтности у подростков по методике «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева до и после эксперимента

Проанализировав полученные данные, стоит отметить следующие выводы:

- уменьшилось на 20,8 % (на 5 человек) количество детей с высоким уровнем конфликтности;
- уменьшилось количество детей со средним уровнем конфликтности на 16,7 % (на 4 человека);
- увеличилось на 37,5 % (на 8 человек) количество детей с низким уровнем конфликтности.

Для определения значимых различий между показателями на констатирующем и контрольном этапе по изучению уровня конфликтности нами был использован критерий Т-Вилкоксона.

В начале определим нулевую (H_0) и альтернативную (H_1) гипотезу.

Нулевой гипотезой (H_0) является положение о том, что результаты, полученные при изучении уровня конфликтности на контрольном этапе значительно ниже значений констатирующего этапа.

В качестве альтернативной гипотезы (H_1) принимаем следующее положение: результаты по уровню конфликтности, полученные на контрольном этапе, превышают показатели констатирующего этапа.

Результаты математической обработки данных констатирующего и контрольного этапов представлены в [Приложении 4, таблице 5].

Исходя из математико-статистических расчетов, мы видим, что $T_{эмп} = 27$. При расчете мы не брали во внимание нулевые сдвиги. Из таблицы критических значений критерия Т-Вилкоксона [Приложение 4, таблица 6] для выборки 23 человека $T_{кр}$ для $p \leq 0,01$ составляем 62, в то время как $T_{кр}$ для $p \leq 0,05$ равно значению 83. Отразим зону значимости на рисунке 10.

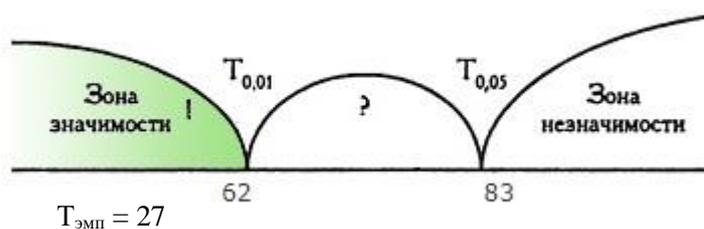


Рисунок 10 – Ось значимости

Таким образом, на основе проведенного исследования установлено расположение полученного показателя ($T_{эмп} = 27$) в зоне значимости. Поэтому мы пришли к применению предложенной альтернативной гипотезы: результаты по уровню конфликтности, полученные на контрольном этапе, превышают показатели констатирующего этапа. Данный факт позволяет судить о том, что под влиянием программы уровень конфликтности в группе снижается.

Целесообразным предоставляется рассмотреть определения предрасположенности к конфликтам у подростков на основе методики «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева. Представим полученные данные в таблице [Приложение 4, Таблица 7]. Обобщая результаты констатирующего и контрольного этапов, представим результаты в таблице [Приложение 4, Таблица 8].

Подводя итоги по контрольному этапу изучения предрасположенности к конфликтам, выявлено преобладающее количество детей низкого уровня – половина от общего количества участников

исследования. Для сравнения результатов констатирующего и контрольного этапов представим полученные данные на рисунке 11.

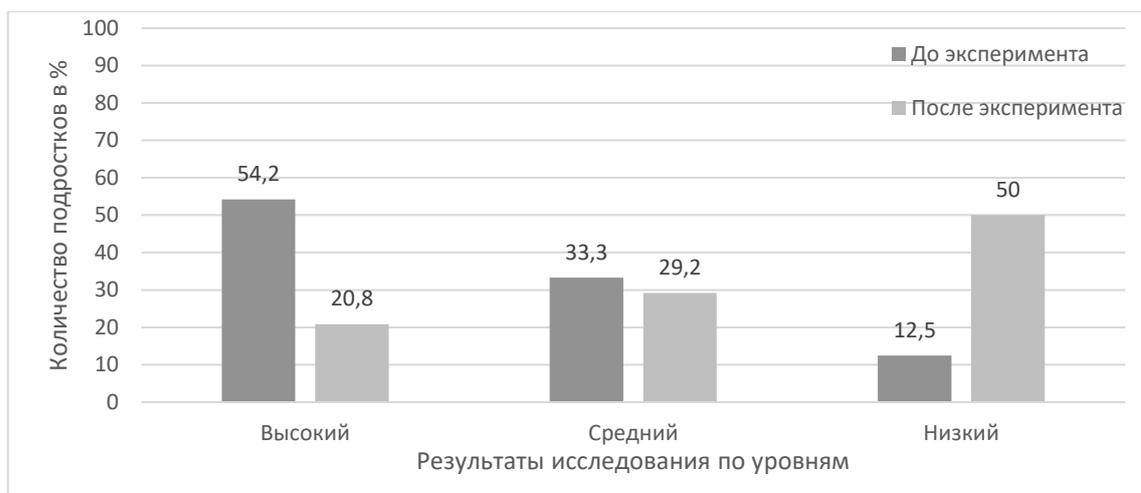


Рисунок 11 – Результаты исследования уровня предрасположенности подростка к конфликтам по методике «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева до и после программы

Подводя итоги по результатам третьей методики, стоит отметить следующие выводы:

- уменьшилось на 33,4 % (на 7 человек) количество детей с высоким уровнем предрасположенности;
- уменьшилось количество детей со средним уровнем конфликтности на 4,1 % (на 1 человека);
- увеличилось на 37,5 % (на 8 человек) количество детей с низким уровнем предрасположенности.

Для определения значимых различий между показателями на констатирующем и контрольном этапе по изучению уровня предрасположенности подростков к конфликтам нами был использован критерий Т-Вилкоксона.

В начале определим нулевую (H_0) и альтернативную (H_1) гипотезу.

Нулевой гипотезой (H_0) является положение о том, что результаты, полученные при изучении уровня предрасположенности подростков к конфликтам на контрольном этапе значительно ниже значений констатирующего этапа.

В качестве альтернативной гипотезы (H_1) принимаем следующее положение: результаты по уровню предрасположенности подростков к конфликтам, полученные на контрольном этапе, превышают показатели констатирующего этапа.

Результаты математической обработки данных констатирующего и контрольного этапов представлены в [Приложении 4, таблице 9].

Исходя из математико-статистических расчетов, мы видим, что $T_{эмп} = 13,5$. При расчете мы не брали во внимание нулевые сдвиги. Из таблицы критических значений критерия Т-Вилкоксона [Приложение 4, таблица 10] для выборки 21 человека $T_{кр}$ для $p \leq 0,01$ составляем 49, в то время как $T_{кр}$ для $p \leq 0,05$ равно значению 67. Отразим зону значимости на рисунке 12.

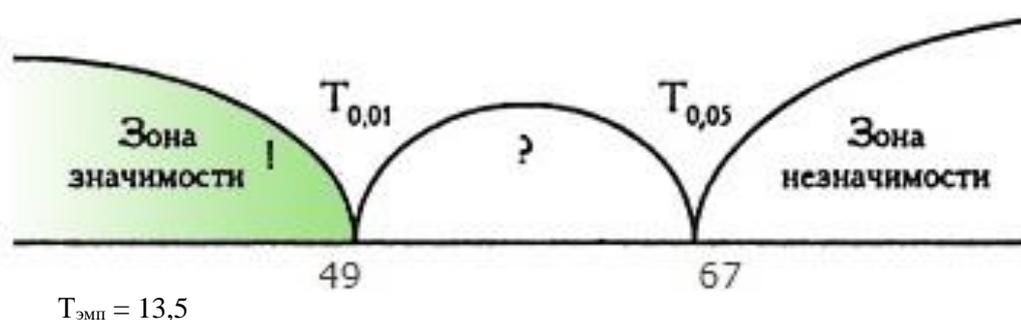


Рисунок 12 – Ось значимости

Таким образом, на основе проведенного исследования установлено расположение полученного показателя ($T_{эмп} = 13,5$) в зоне значимости. Поэтому мы пришли к применению предложенной альтернативной гипотезы: результаты по уровню конфликтности, полученные на контрольном этапе, превышают показатели констатирующего этапа. Данный факт позволяет судить о том, что под влиянием программы уровень предрасположенности к конфликтам снижается.

Подводя итоги данного пункта, сделаем следующие выводы:

– в исследуемой группе увеличилось количество детей, выбирающих в качестве тактики в конфликте «сотрудничество» и «компромисс» (на 16,7 % – на 4 человека – и на 8,3 % – на 2 человека соответственно);

– заметно уменьшилось количество детей с высоким и средним уровнями конфликтности (на 20,8 % – на 5 человек и 16,7 % – на 4 человека соответственно);

– наблюдается тенденция сокращения количества детей с высоким и средним уровнями предрасположенности к конфликтам (на 33,4 % – на 7 человек и 4,1 % – на 1 человека соответственно).

Полученные результаты свидетельствуют о положительной тенденции к сокращению конфликтных ситуаций в группе подростков, эффективному выстраиванию конструктивных взаимоотношений в детском коллективе, развитию навыков сотрудничества и взаимодействия между подростками. Гипотеза исследования подтверждена.

3.3 Психолого-педагогические рекомендации для педагогов и родителей по коррекции конфликтного поведения подростков

Рассмотрим подробнее основные рекомендации по профилактике возникновения конфликтного поведения у подростков. Как педагогам, так и родителям требуется комплекс знаний о эффективных способах выхода из конфликтных ситуаций, а также владение навыками обучения этому подростков. Для более точного понимания признаков проявления конфликтности родителям и педагогам необходимо четко понимать, какие трудности могут повлечь за собой возникновение конфликтного поведения. В соответствии с этой информацией необходимо выстраивать взаимодействие с подростком.

Особую роль в появлении конфликтного поведения на этапе школьного обучения играют личностные особенности учителя и стиль его педагогической работы. Данное воздействие проявляется в нескольких ключевых аспектах. К ним относятся:

1. Стиль и особенности взаимодействия учителя со школьниками становится образцом для его повторения при общении со сверстниками. Выбранная педагогом стратегия поведения в образовательном процессе

может оказывать влияние межличностные отношения подростков с родителями. Наиболее оптимальным можно считать личностный стиль построения образовательного процесса, который основывается на сотрудничестве, взаимопомощи и взаимоподдержке, что сокращает риски возникновения конфликтного поведения.

2. Педагог должен принимать участие в конфликтных ситуациях обучающихся для своевременного корригирующего воздействия на их течение, а также выработки у детей навыков правильного поведения в конфликтной ситуации. В зависимости от хода конфликта может оказать консультативную помощь подросткам или контролировать ситуацию со стороны.

Подчеркнем, что родители в период подросткового возраста остаются по-прежнему важнейшими участниками воспитательной работы. Именно поэтому необходимо описать рекомендации по взаимодействию со школьниками родителей. К ним относятся следующие ключевые положения:

1. Рекомендуется самим родителям избегать конфликтов в присутствии подростка для создания правильной модели поведения у него.

2. Необходимо осознанно понимать особенности своего подростка и иметь адекватное представление о его возможностях, чтоб предъявлять к нему посильные требования и давать задачи, которые он сможет выполнить.

3. Необходимо интересоваться успехами и неудачами ребенка на протяжении всего процесса обучения, а не один – два раза в год во время нахождения на родительском собрании.

4. Лучше всего не применять методы наказаний, основанные на насилии. Применение данного метода влечет за собой снижение уровня доверия к родителям и взрослым в целом, возникновению конфликтных ситуаций.

5. В процессе взаимодействия с подростком эффективно применять прием «Я-послание», который смягчает высказывание, снижает его наступающую позицию. Применение Я-послания дает возможность в межличностных отношениях быть более открытыми и честными. Представим использование этого приема в таблице 4.

Таблица 4 – Пример использования приема «Я-послания»

Ты-послания	Я-послания
Ты поступил плохо.	Я думаю, что...
Ты не должен.	Мне не нравится, что...
Почему ты получил двойку.	Я очень расстроился, когда увидел, что ты получил двойку.
Если ты не сделаешь этого, то ты будешь наказан.	Мне кажется, что в данной ситуации ты не прав.

6. Эффективно применять приемы активного слушания, использование которого дает возможность более глубоко обсуждать проблему, совершенствовать взаимоотношения.

7. Необходимо дозировать время проведения школьника за просмотром телевизионных передач и компьютерными играми. Соблюдение данного принципа позволяет снижать агрессивность у детей, сокращать негативное влияние телевидения на формирование общей картины мира у подростка.

8. Важно родителям самим контролировать негативные эмоции и следить за своими поступками. Нами описаны принципы избавления от гнева в таблице 5, которые мы рекомендуем родителям и самим подросткам.

Таблица 5 – Шесть рецептов избавления от гнева

№ п/п	Содержание	Пути выполнения
1	Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно	<ul style="list-style-type: none"> – слушайте своего ребенка; – проводите вместе с ним как можно больше времени; – делитесь с ним своим опытом; – рассказывайте ему о своем детстве, победах и неудачах;

		– если в семье несколько детей, постарайтесь общаться не только со всеми вместе, но и уделяйте свое «безраздельное» внимание каждому из них в отдельности.
--	--	--

Продолжение таблицы 5

№ п/п	Содержание	Пути выполнения
2	Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса и вас легко вывести из равновесия	– отложите совместные дела с ребенком; – старайтесь не прикасаться к ребенку в минуты раздражения.
3	Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии	говорите детям прямо о своих чувствах, желаниях, потребностях: «Я очень расстроена, хочу побыть одна. Поиграй, пожалуйста, в соседней комнате»
4	В те минуты, когда вы расстроены или разгневаны, сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить	– примите теплую ванну, душ; – выпейте чаю; – послушайте любимую музыку
5	Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности, которые могут вызвать ваш гнев	– не позволяйте выводить себя из равновесия; научитесь предчувствовать наступление собственного эмоционального срыва и не допускайте этого, управляя собой и ситуацией
6	К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее	изучайте силы и возможности своего ребенка.

Таким образом, в рамках данного параграфа нами были рассмотрены рекомендации по коррекции конфликтного поведения подростков. Одной из основных рекомендаций можно считать личный пример взрослого, который должен транслировать бесконфликтное поведение и адекватные способы решения возникающих конфликтных ситуаций.

Выводы по третьей главе

Подытоживая вышесказанное, отметим следующие выводы:

В рамках экспериментальной работы нами был разработан комплекс занятий, цель которой формировать умения эффективного поведения в конфликтных ситуациях и описаны рекомендации для педагогов и родителей по профилактике и коррекции конфликтного поведения

подростков. Основная цель комплекса занятий: формировать умения эффективного поведения в конфликтных ситуациях. Основными методами, используемыми в рамках реализации комплекса, являются имитационные игры, групповая дискуссия, практические упражнения, работа в парах и мини-группах, мини-лекции, презентации. В комплекс входят 13 занятий.

Обобщая результаты опытно-экспериментальной работы, подчеркнем следующее:

– в исследуемой группе увеличилось количество детей, выбирающих в качестве тактики в конфликте «сотрудничество» и «компромисс» (на 16,7 % – на 4 человека – и на 8,3 % – на 2 человека соответственно);

– заметно уменьшилось количество детей с высоким и средним уровнями конфликтности (на 20,8 % – на 5 человек и 16,7 % – на 4 человека соответственно);

– наблюдается тенденция сокращения количества детей с высоким и средним уровнями предрасположенности к конфликтам (на 33,4 % – на 7 человек и 4,1 % – на 1 человека соответственно).

Полученные результаты свидетельствуют о положительной тенденции к сокращению конфликтных ситуаций в группе подростков, эффективному выстраиванию конструктивных взаимоотношений в детском коллективе, развитию навыков сотрудничества и взаимодействия между подростками. Гипотеза исследования верна.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подводя итог теоретического анализа и опытно-экспериментального исследования по проблеме конфликтного поведения подростков, сделаем следующие основные выводы:

Нами проанализирована психолого-педагогическая литература и рассмотрены подходы к характеристике ключевых понятий исследования «поведение» и «конфликт». На основе этого мы установили, что под конфликтным поведением подразумевается особая форма поведенческих реакций и действий в тех или иных ситуациях личности, в которых прослеживаются нестабильность эмоционального состояния, проявления агрессивных форм взаимодействия, существенно повышенном уровне ранимости и восприимчивости к критике, эмоциональном напряжении, которые появляются в целях демонстрации своего мнения и утверждения его превосходства. Основной причиной возникновения конфликтного поведения является отсутствие у одного из участников конфликта желания и силы воли преодолевать свой собственный эгоцентризм.

Конфликтное поведение проявляется у человека независимо от возраста, в том числе и в достаточном сложном возрастном периоде – подростковом. На данном жизненном этапе конфликтное поведение является основной формой поведения, ведь на протяжении своего развития в подростковом возрасте личность развивается не только физически, но и претерпевает внутренние психические изменения (формирование собственных интересов, мнения, мировоззрения), которые постоянно вступают в противоречие с общественным мнением. В семье из-за повышенного желания быть самостоятельным в решениях и действиях подросток часто вступает в конфликт с родителями, которые пытаются ограничивать и устанавливать правила.

В результате проведенного теоретического обоснования модели коррекции конфликтных реакций личности в подростковом возрасте нами

установлены основные методы и приемы, которые позволяют проводить профилактику возникновения конфликтных ситуаций в группе, а также снижать уровень агрессивности и повышать степень владения навыками действий в группе. К этим методам можно отнести тренинговые упражнения, мини-лекции, игры и рефлексю.

Исследование конфликтного поведения подростков состояло из трех этапов: поисково-подготовительный, исследовательский, контрольно-обобщающий этапы. В качестве методов сбора эмпирических данных мы использовали следующие: методика К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированная Н. В. Гришиной; методика «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева; методика «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева.

Опытно-экспериментальная работа была организована и проведена в МАОУ «СОШ №124 г. Челябинска». В исследовании по предупреждению конфликтного поведения в подростковом возрасте принимали участие 24 подростка.

Обобщая результаты исследования конфликтного поведения у подростков, отметим следующие выводы:

– у большей части группы наблюдается такие тактики поведения в конфликте, как «соперничество», «избегание», «приспособление» (более половины подростков);

– в исследуемой группе детей с высоким и средним уровнем конфликтности достаточно много (более 80 % от общего числа – на 18 человек);

– достаточно высокая предрасположенность к конфликтам более чем у половины детей группы.

Исходя из результатов исследования, видно, что в группе детей необходимо проводить работу по профилактике и коррекции конфликтного поведения.

В ходе формирующего эксперимента мы разработали и апробировали программу коррекции и профилактики конфликтного поведения в коллективе подростков, которая включала в себя 10 занятий. Основная цель реализации программы состоит в формировании у подростков умений самостоятельно и конструктивно решать возникающие конфликты. На занятиях нами предполагалось использование таких методов и приемов, как имитационные игры, групповая дискуссия, практические упражнения, работа в парах и мини-группах, мини-лекции, презентации. Периодичность проведения занятий – один раз в неделю. Для повышения эффективности работы в рамках формирующего эксперимента нами разработаны рекомендации для родителей и педагогов, которые позволяют корригировать возникающие конфликтные ситуации и выходить из них наиболее успешно.

Обобщая результаты опытно-экспериментальной работы, подчеркнем следующее:

– в исследуемой группе увеличилось количество детей, выбирающих в качестве тактики в конфликте «сотрудничество» и «компромисс» (на 16,7 % – на 4 человека – и на 8,3 % – на 2 человека соответственно);

– заметно уменьшилось количество детей с высоким и средним уровнями конфликтности (на 20,8 % – на 5 человек и 16,7 % – на 4 человека соответственно);

– наблюдается тенденция сокращения количества детей с высоким и средним уровнями предрасположенности к конфликтам (на 33,4 % – на 7 человек и 4,1 % – на 1 человека соответственно).

Для доказательства этого вывода мы использовали Т-критерий Вилкоксона. В ходе математико-статистического анализа нами выявлено, что при сравнении результатов до и после внедрения программы получены следующие эмпирические значения:

1) уровень конфликтности: $T_{\text{эмп}} = 27$;

2) предрасположенность к конфликтам: $T_{\text{эмп}} = 13,5$.

На основе критических значений при изучении уровня конфликтности для выборки 23 человека ($T_{кр}$ для $p \leq 0,01$ составляем 62, $T_{кр}$ для $p \leq 0,05$ равно значению 83) и для выборки 21 человек с учетом исключения нулевых сдвигов при изучении предрасположенности к конфликтам ($T_{кр}$ для $p \leq 0,01$ составляем 49, $T_{кр}$ для $p \leq 0,05$ равно 67) мы пришли к выводу о том, что полученные эмпирические значения находятся в зоне значимости, а это означает, что результаты контрольного этапа преобладают над результатами констатирующего этапа.

Полученные результаты свидетельствуют о положительной тенденции к сокращению конфликтных ситуаций в группе подростков, эффективному выстраиванию конструктивных взаимоотношений в детском коллективе, развитию навыков сотрудничества и взаимодействия между подростками.

Таким образом, цель достигнута, задачи решены, гипотеза доказана (является верной).

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова Г. С. Практическая психология / Г. С. Абрамова. – Москва : Акад. проект, 2002. – 490 с. – ISBN 5-8291-0174-2.
2. Акутина С. П. Психолого-педагогическая коррекция конфликтного поведения подростков, воспитывающихся в условиях учреждений интернатного типа / С. П. Акутина. Е. С. Хрустова // Молодой ученый. – 2015. – № 8 (88). – С. 837-840.
3. Андреева Г. М. Социальная психология / Г. М. Андреева. – Москва : Просвещение, 2000. – 262 с. – ISBN 978-5-7567-0274-3.
4. Анцупов А. Я. Конфликтология / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. – Санкт-Петербург : Питер, 2013. – 288 с. – ISBN 978-5-496-01605-6.
5. Бабосов Е. М. Конфликтология / Е. М. Бабосов. – Минск : Тетра-Системс, 2001. – 464 с. – ISBN 985-470-144-1.
6. Балакирева Н. А. Психолого-педагогическая профилактика деструктивных конфликтов в межличностных отношениях подростков / Н. А. Балакирева, И. А. Ахметшина, А. А. Лосева // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 74-1. – С. 319-323.
7. Баныкина С. В. Конфликты в современной школе: изучение и управление / С. В. Баныкина, Е. И. Степанов. – Москва : ЛИБРОКОМ, 2012. – 179 с. – ISBN 978-5-397-02367-2.
8. Беличева, С. А. Сложный мир подростка / С. А. Беличева. – Екатеринбург : Сред. Урал. кн. Изд-во, 2009. – 129 с. – ISBN 5-699-02553-7.
9. Березин С. В. Психологическая коррекция в условиях межличностного конфликта / С. В. Березин // Вопросы психологии. – 2001 – № 2. – С. 2–5.
10. Богданов В. Н. Психология личности в конфликте: учебник для высших учебных заведений / В. Н. Богданов, В. Г. Зазыкин. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – 211 с. – ISBN 5-469-00230-6.

11. Божович Л. И. Избранные психологические труды / Л. И. Божович. – Москва : Просвещение, 1995. – 455 с. – ISBN 5-87977-023-0.
12. Большаков В. Ю. Эволюционная теория поведения / В. Ю. Большаков. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского университета, 2001. – 496 с. – ISBN 5-288-03020-0.
13. Бородкин Ф. М. Внимание. Конфликт!: Общество и личность / Ф. М. Бородкин, Н. М. Коряк. – Москва : Книга по Требованию, 2013. – 190 с. – ISBN 5-02-029097-1.
14. Бреслав Г. Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности / Г. Э. Бреслав. – СПб : РЕЧЬ, 2016. – 144 с. – ISBN 5-9268-0317-9.
15. Бука Т. Л. Психологический тренинг в группе / Т. Л. Бука, М. Л. Митрофанова. – Москва : Институт Психотерапии, 2008. – 144 с. – ISBN 5-89939-128-6.
16. Вишнякова Н. Ф. Конфликтология / Н. Ф. Вишнякова. – Минск : Университетское, 2000. – 246 с. – ISBN 985-09-0303-1.
17. Волков Б. С. Детская психология в вопросах и ответах / Б. С. Волков, Н. В. Волкова. – Москва : Сфера, 2001. – 254 с. – ISBN 5-89144-166-7.
18. Володин А. В. Исследование личностных особенностей конфликтного поведения подростков / А. В. Володин // Цивилизация знаний: российские реалии. Труды Девятнадцатой Международной научной конференции. – Москва, 2018. – С. 879-882.
19. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – Москва : Эксмо, 2005. – 1136 с. – ISBN 5-699-02553-7.
20. Головей, Е. Ф. Практикум по возрастной психологии / Е. Ф. Головей, Е. Ф. Рыбалко. – Санкт-Петербург : Речь, 2010. – 693 с.
21. Гребенкин Е. В. Конструктивная конфликтология в школе / Е. В. Гребенкин. – Новосибирск : НГПУ, 2011. – 96 с. – ISBN 985-470-144-1.

22. Гришина Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 464 с. – ISBN 978-5-91180-895-2.
23. Дарендорф Р. Элементы теории социального конфликта / Р. Дарендорф // Социологические исследования. – 1994. – № 5. – С. 142-147.
24. Долгова В. И. Системные инновационные технологии целеполагания / В. И. Долгова // XXXV International Research and Practice Conference «Global crisis of contemporaneity in the sphere of mindset, social values and political interests correlation»: сб.труд. Международной виртуальной Интернет-конференции (Лондон, 05 – 12 ноября 2012). – Лондон, Великобритания, 2012. – С. 41-45.
25. Дорохова А. В. Разрешение конфликта / А. В. Дорохова. – Москва : Академия, 2008. – 192 с. – ISBN 978-5-7695-4391-3.
26. Драгунова, Т. В. Психологические особенности подростка. Возрастная и педагогическая психология / Т. В. Драгунова. – Москва : Академия, 2011. – 356 с. – ISBN 5-93134-195-1.
27. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология / В. Н. Дружинин. – Санкт-Петербург : Питер, 2011. – 318 с. – ISBN 5-8046-0176-8.
28. Духновский С. В. Диагностика межличностных отношений / С. В. Духановский. – Санкт-Петербург : Речь, 2010. – 141 с. – ISBN 978-5-9268-0781-6.
29. Емельянов С. М. Практикум по конфликтологии / С. М. Емельянов. – Санкт-Петербург : ПИТЕР, 2000. – 341 с. – ISBN 5-272-00113-3.
30. Ершов А. А. Психология конфликтов / А. А. Ершов. – Санкт-Петербург : Ленинградский государственный университет им. А. С. Пушкина, 2015. – 296 с. – ISBN 5-8290-0415-1.
31. Захаров А. И. Происхождение и психотерапия детских неврозов / А. И. Захаров. – Санкт-Петербург : изд-во КАРО, 2006. – 671 с. – ISBN 5-89815-704-2.

32. Захарченко Е. Конфликты в школе: причины возникновения и способы разрешения / Е. Захарченко // Директор школы. – 2008. – № 1. – С. 27-32.
33. Здравомыслов А. Г. Социология: теория, история, практика / А. Г. Здравомыслов. – Москва : Наука, 2008. – 382 с. – ISBN 978-5-02-035407-4.
34. Змановская Е. В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения) / Е. В. Змановская – Москва : Академия, 2010. – 228 с. – ISBN 978-5-7695-4921-2.
35. Канцлер Л. А. Особенности поведения подростков разных типов темперамента в конфликтных школьных ситуациях / Л. А. Канцлер, Л. И. Бочанцева // Международный студенческий научный вестник. – 2017. – № 3. – С. 32-35.
36. Ковалев Б. П. Психология школьного конфликта: социально-перцептивные и рефлексивные аспекты / Б. П. Ковалев, С. В. Кондратьева, Л. А. Семчук. – Гродно : ГрГУ, 2011. – 171 с. – ISBN 985-417-242-2.
37. Коломинский Я. Л. Психология взаимоотношений в малых группах / Я. Л. Коломинский. – Москва : Академия, 2006. – 350 с. – ISBN 978-5-17-069390-0.
38. Комиссаров В. В. Математические методы в психологии / В. В. Комиссаров, Н. В. Комиссарова. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2017. – 130 с. – ISBN 978-5-7782-3336-2.
39. Крогиус Н. В. Личность в конфликте / Н. В. Крогиус. – Саратов : ИСУ, 2006. – 135 с. – ISBN 5-204-00113-1.
40. Кузьмина В. М. Исследование склонности подростков к конфликтному поведению в условиях спортивно-игровой деятельности / В. М. Кузьмина // Педагогика и психология. – 2012. – № 4. – С. 8-13.
41. Куимова Н. Н. Взаимосвязь тревожности и стиля поведения подростков в конфликтной ситуации / Н. Н. Куимова, Ю. А. Григошина // Современное образование. – 2018. – № 2. – С. 40-50.

42. Кулагина И. Ю. Возрастная психология. Развитие ребёнка от рождения до 17 лет / И. Ю. Кулагин. – Москва : Издательство УРАО, 2007. – 176 с. – ISBN 5-204-00205-7.
43. Лурия А. Р. Лекции по общей психологии / А. Р. Лурия. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 320 с. – ISBN 978-5-459-01166-1.
44. Манина, К. Е. Особенности конфликтного поведения современных подростков / К. Е. Манина // Акмеология. – 2014. – № 2 (50). – С. 192-197.
45. Мустаева Ф. А. Основы социальной педагогики / Ф. А. Мустаева. – Москва : Академия, 2011. – 258 с. – ISBN 5-8291-0103-3.
46. Мустафина А. А. Профилактика конфликтного поведения у подростков / А. А. Мустафина // Молодой ученый. – 2018. – № 21 (207). – С. 455-460.
47. Мухина В. С. Возрастная психология / В. С. Мухина. – Москва : Академия, 2007. – 456 с. – ISBN 5-7695-0146-4.
48. Обозов Н. Н. Психология межличностных отношений / Н. Н. Обозов. – Москва : ВЛАДОС, 2000. – 192 с. – ISBN 5-11-001480-9.
49. Огородник С. И. Возможности психолого-педагогической профилактики конфликтного поведения в подростковом возрасте / С. И. Огородник, Л. В. Лященко // Молодой ученый. – 2016. – №24. – С. 296-299.
50. Ожегов Т. И. Толковый словарь русского языка / Т. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова. – Москва : ИПИ Технологии, 2003. – 944 с. – ISBN 5-85632-007-7.
51. Осипов А. А. Общая психокоррекция / А. А. Осипов. – Москва : Сфера, 2000. – 512 с. – ISBN 5-89144-100-4.
52. Перевозкин С. Б. Методы математической статистики в научно-исследовательской работе психолога / С. Б. Перевозкин, Ю. М. Перевозкина. – Новосибирск : Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИНХ», 2017. – 162 с. – ISBN 978-5-7014-0797-6.

53. Поливанова К. Н. Психология возрастных кризисов / К. Н. Поливанова. – Москва : Академия, 2005. – 450 с. – ISBN 5-7695-0643-1.
54. Попова Е. В. Исследование гендерных различий конфликтного поведения старших подростков / Е. В. Попова, Д. С. Сушко // Культура и образование: от теории к практике. – 2016. – Т. 1. – С. 83-88.
55. Прохоров А. М. Большой энциклопедический словарь / А. М. Прохоров. – Москва : Норинт, 2004. – 1456 с. – ISBN 5-85270-160-2.
56. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Д. Я. Райгородский. – Москва : Бахрах-М, 2011. – 206 с. – ISBN 5-89570-005-5.
57. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – 720 с. – ISBN 978-5-459-01141-8.
58. Рыбакова М. М. Конфликты и взаимодействие в педагогическом процессе / М. М. Рыбакова. – Москва : Просвещение, 2001. – 128 с. – ISBN 5-09-002987-3.
59. Сапогова Е. Е. Психология развития человека / Е. Е. Сапогова. – Москва : Аспект-Пресс, 2006. – 460 с. – ISBN 5-7567-0154-0.
60. Скорнякова А. Ю. Методика применения математических методов в психологии и педагогике / А. Ю. Скорнякова. – Пермь : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2016. – 49 с. – ISBN 978-5-907459-72-4.
61. Смирнова Т. С. Особенности конфликтного поведения в подростковом возрасте / Т. С. Смирнова, А. А. Ручкина // Молодой ученый. – 2016. – № 4. – С. 706-708.
62. Социологический словарь / отв. ред. Г. В. Осипов, Л. Н. Москвичев. – Москва : Норма, 2008. – 608 с. – ISBN 978-5-468-00195-0.

63. Субботина С. Н. Конфликтное поведение учащихся с экстра- и интропунитивным реагированием / С. Н. Субботина, А. А. Николаева, И. А. Савченко // Педагогика и просвещение. – 2018. – № 4. – С. 122-130.

64. Томас Ш. Стратегия конфликта / Ш. Томас. – Москва : ИРИСЭН, 2007. – 366 с. – ISBN 978-5-91066-004-9.

65. Хасан Б. И. Конструктивная психология конфликта / Б. И. Хасан. – Москва : Питер, 2003. – 250 с. – ISBN 5-94723-557-9.

66. Царева О. Исследование стилей поведения подростка в конфликтных ситуациях в зависимости от эмоциональных свойств личности / О. Царева // Прикладная психология и психоанализ. – 2006. – № 3. – С. 5-15.

67. Черанева Е. К. Особенности конфликтного поведения подростков разного социометрического статуса в ученической группе / Е. К. Черанева // Вестник Вятского государственного гуманитарного университета. – 2008. – №3-1. – С. 138-141.

68. Чикова И. В. Психологические особенности конфликтности современных подростков / И. В. Чикова, М. С. Мантрова // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2019. – № 4 (29). – С. 386-389.

69. Шабашева И. В. Исследование конфликтного поведения личности подростков / И. В. Шабашёва // Психология в системе социально-производственных отношений. Материалы Международной научно-практической конференции. – Санкт-Петербург, 2018. – С. 123-127.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики конфликтного поведения подростков

Методика 1. Методика К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированной Н. В. Гришиной

К. Томас выделяет следующие типы поведения в конфликтной ситуации:

- соперничество (конкуренция) как стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому;
- приспособление, означающее в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого;
- компромисс;
- избегание, для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей;
- сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Цель: изучение особенностей поведения в конфликтных ситуациях.

Инструкция: Вам предлагается 30 пар несложных суждений. Каждое суждение описывает возможное поведение человека в ситуации общения с другим человеком. Каждый раз читайте подряд два суждения: А и Б, - и выбирайте то, которое в большей степени характеризует ваше собственное поведение. Выбранное суждение отметьте.

1. А: Иногда я предоставляю другим возможность взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

Б: Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны.

2. А: Я стараюсь найти компромиссное решение.

Б: Я пытаюсь уладить дело с учетом интересов другого и моих собственных.

3. А: Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б: Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.

4. А: Я стараюсь найти компромиссное решение.

Б: Я иногда жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

5. А: Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.

Б: Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

6. А: Я пытаюсь избежать возникновения неприятностей для себя.

Б: Я стараюсь добиться своего.

7. А: Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.

Б: Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться другого.

8. А: Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б: Я первым делом стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.

9. А: Я думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

Б: Я предпринимаю все усилия, чтобы добиться своего.

10. А: Я твердо стараюсь достичь своего.

Б: Я пытаюсь найти компромиссное решение.

11. А: Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.

Б: Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.

12. А: Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

Б: Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет навстречу мне.

13. А: Я предлагаю среднюю позицию.

Б: Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему.

14. А: Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.

Б: Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.

15. А: Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.

Б: Я стремлюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряженности.

16. А: Я стараюсь не задеть чувств другого.

Б: Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.

17. А: Обычно я настойчиво стараюсь добиться своего.

Б: Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

18. А: Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

Б: Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.

19. А: Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

Б: Я стремлюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.

20. А: Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.

Б: Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.

21. А: Ведя переговоры, я стремлюсь быть внимательным к желаниям другого.

Б: Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.

22. А: Я пытаюсь найти позицию, находящуюся посередине между моей позицией и точкой зрения другого человека.

Б: Я отстаиваю свои желания.

23. А: Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желание каждого из нас.

Б: Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

24. А: Если позиция другого кажется ему очень важной, я стараюсь пойти навстречу его желаниям.

Б: Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.

25. А: Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.

Б: Ведя переговоры, я стремлюсь быть внимательным к желаниям другого.

26. А: Я предлагаю среднюю позицию.

Б: Я обычно озабочен тем, чтобы удовлетворить желание каждого из нас.

27. А: Зачастую я избегаю позиции, которая может вызвать споры.

Б: Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

28. А: Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б: Улаживая ситуацию, я часто стремлюсь найти поддержку у другого.

29. А: Я предлагаю среднюю позицию.

Б: Не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

30. А: Я стараюсь не задеть чувств другого.

Б: Я всегда занимаю такую позицию в споре, чтобы мы совместно с заинтересованным человеком могли добиться успеха.

Обработка и интерпретация результатов:

1) В соответствии с приведенным ниже ключом посчитайте число совпадений ответов по каждому из способов регулирования конфликтов.

КЛЮЧ:

Противоборство (соревнование, конкуренция):

3а, 6б, 8а, 9б, 10а, 13б, 14б, 16б, 17а, 22б, 25а, 28а.

Сотрудничество:

2б, 5а, 8б, 11а, 14а, 19а, 20а, 21б, 23а, 26б, 28б, 30б.

Компромисс:

2а, 4а, 7б, 10б, 12б, 13а, 18б, 20б, 22а, 24б, 26а, 29а,

Избегание (уход, уклонение):

1а, 5б, 6а, 7а, 9а, 12а, 15б, 17б, 19б, 23б, 27а, 29б, 30а

Уступчивость (приспособление):

1б, 3б, 4б, 11б, 15а, 16а, 18а, 21а, 24а, 25б, 27б

2) За каждый ответ, совпадающий с ключом, соответствующему типу поведения в конфликтной ситуации начисляется один балл. Доминирующим считается тип набравшие максимальное количество баллов.

Методика 2. «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева

Инструкция: Ребята! При ответе на вопрос выберите один вариант ответа, под конкретной буквой, запишите букву после номера вопроса

1. Характерно ли для вас стремление к доминированию, то есть к тому, чтобы подчинить своей воле других?
 - а) нет
 - б) когда как
 - в) да
2. Есть ли в вашем коллективе люди, которые вас побаиваются, а возможно и ненавидят?
 - а) да
 - б) ответить затрудняюсь
 - в) нет
3. Кто вы в большей степени?
 - а) пацифист
 - б) принципиальный
 - в) предприимчивый
4. Как часто вам приходится выступать с критическими суждениями?
 - а) часто
 - б) периодически
 - в) редко
5. Что для вас было бы наиболее характерно, если бы вы возглавили новый для вас коллектив?
 - а) разработал бы программу развития коллектива на год вперед и убедил бы членов коллектива в ее перспективности;
 - б) изучил бы, кто есть кто, и установил бы контакт с лидерами;
 - в) чаще советовался бы с людьми.
6. В случае неудач какое состояние для вас наиболее характерно?
 - а) пессимизм
 - б) плохое настроение
 - в) обида на самого себя
7. Характерно ли для вас стремление отстаивать и соблюдать традиции вашего коллектива?
 - а) да
 - б) скорее всего да
 - в) нет
8. Относите ли вы себя к людям, которым лучше в глаза сказать горькую правду, чем промолчать?
 - а) да
 - б) скорее всего да

- в) нет
9. Из трех личностных качеств, с которыми вы боретесь, чаще всего вы стараетесь изжить в себе
- а) раздражительность
б) обидчивость
в) нетерпимость критики других
10. Кто вы в большей степени?
- а) независимый
б) лидер
в) генератор идей
11. Каким человеком считают вас ваши друзья?
- а) экстравагантным
б) оптимистом
в) настойчивым
12. С чем вам чаще всего приходится бороться?
- а) с несправедливостью
б) с бюрократизмом
в) с эгоизмом
13. Что для вас наиболее характерно?
- а) недооцениваю свои способности
б) оцениваю свои способности объективно
в) переоцениваю свои способности
14. Что приводит вас к столкновению и конфликту с людьми.
- а) излишняя инициатива
б) излишняя критичность
в) излишняя прямолинейность

Обработка результатов тестирования

Все ответы к каждому вопросу имеют свою оценку в баллах. Результаты исследования измеряются в баллах на основе шкалы, описанной в таблице 1.1. Замените выбранные вами буквы баллами и подсчитайте общую сумму набранных вами баллов.

Таблица 1.1 – Обработка результатов тестирования

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
А	1	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	1
Б	2	2	3	2	2	3	2	2	1	1	1	2	1	2
В	3	1	2	1	1	1	1	1	3	2	3	1	3	3

Определенная сумма баллов характеризует уровень конфликтности личности:

- 14-23 баллов – низкий;
24-32 баллов – средний;
33-42 баллов – высокий.

Методика 3. Тест «Предрасположены ли Вы к конфликтам?»
А. В. Киселев

У любого человека можно выделить черты характера, предрасполагающие к конфликтам в межличностном общении. У одних они ярко выражены, у других слабее. О том, что вы сами в соответствующих условиях можете содействовать возникновению конфликта, необходимо знать. Это поможет вам правильно определить поведение и скорректировать его. Из предлагаемых ответов на вопросы выберите подходящий вариант.

1. Как вы реагируете на критику?
 - а) как правило, критика меня глубоко обижает;
 - б) критику обычно принимаю глубоко к сердцу;
 - в) пытаюсь учесть, если критика справедлива;
 - г) на критику обычно не обращаю внимания
2. Верите ли вы людям?
 - а) придерживаюсь того мнения, что лучше никому не верить;
 - б) людям почти не верю;
 - в) я верю, людям, когда нет особых оснований для недоверия;
 - г) обычно я доверяю всем людям без разбора.
3. Вы умеете бороться за свою точку зрения?
 - а) я всегда упорно отстаиваю свои взгляды;
 - б) отстаиваю свои взгляды лишь тогда, когда полностью убежден, что прав;
 - в) скорее уступлю, чем буду энергично отстаивать свои взгляды;
 - г) предпочитаю отказаться от своих взглядов, чем из-за них конфликтовать.
4. Вы предпочитаете руководить или подчиняться?
 - а) в любом деле люблю руководить сам;
 - б) люблю, как руководить, так и быть руководимым;
 - в) охотно работаю под чьим-либо руководством;
 - г) как правило, предпочитаю работать под чьим-нибудь руководством и ответственность передаю ему
5. Если вас кто-то обидел...
 - а) стараюсь отплатить тем же.
 - б) боюсь мстить из-за дальнейших последствий;
 - в) считаю месть лишним, ненужным усилием;
 - г) если меня кто-то обидел – обиду быстро забываю.
6. Вас попытались обойти в очереди...
 - а) способен того человека вышвырнуть вон;
 - б) ругаюсь, но если только ругаются другие;
 - в) молчу, хотя возмущен;
 - г) предпочитаю отступить, в ссору не вникаю;
7. Просто ли вас «выбить из колеи»?
 - а) я легко расстраиваюсь по самым незначительным вопросам;
 - б) я расстраиваюсь, когда на то есть уважительные причины;

в) расстраиваюсь редко и только по серьезным причинам;
г) меня мало что расстраивает.

8. Вы «лед» или «пламя»?

- а) я горяч и вспыльчив;
- б) не очень вспыльчив;
- в) скорее спокоен, чем вспыльчив;
- г) я вполне спокойный человек.

9. Легко ли вам говорить правду?

- а) я всегда говорю то, что думаю, прямо в глаза;
- б) бывает, что я могу сказать все, что я думаю;
- в) говорю обдуманно, лишь после размышления;
- г) я не раз взвешиваю свои слова, прежде чем что-нибудь сказать.

Обработка результатов:

В зависимости от варианта ответа поставьте за:

а) 1 балл, за б) – 2, за в) – 3, за г) – 4 балла.

Суммируйте результаты.

Интерпретация результатов:

От 9 до 19 баллов. Вы человек тяжелый в общении, подчас идете на конфликт не ради дела, а «из-за принципа». Возможно, вы, не признаваясь самому себе, испытываете удовлетворение, давая волю своим эмоциям и наблюдая, как разгораются страсти вокруг вас. Иногда о вас люди говорят: «Борец за правду», «Смелый, не боишься критиковать недостатки». Но, прислушайтесь к мнению других: «Побереги свои нервы и нервы окружающих», «Твою бы энергию да в мирных целях». Признавайтесь себе честно, так ли велика польза от вашей борьбы за справедливость?

От 20 до 25 баллов. Эта сумма позволяет считать вас человеком уживчивым, общительным, покладистым, способным противостоять обострениям отношений в группе.

От 26 до 34 баллов. Вы едва ли являетесь источником конфликта. Однако общение с вами немногим доставляет удовольствие, поскольку не интересен тот человек, который всегда и во всем со всеми соглашается. К тому же пассивность, стремление уйти в сторону невольно делает вас косвенным виновником конфликтных ситуаций.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования конфликтного поведения подростков до
внедрения программы

Таблица 2.1 – Результаты исследования по методике К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированной Н. В. Гришиной

№	Обозначение испытуемого	Стили поведения				
		Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление
1	Испытуемый 1		+			
2	Испытуемый 2				+	
3	Испытуемый 3		+			
4	Испытуемый 4	+				
5	Испытуемый 5				+	
6	Испытуемый 6				+	
7	Испытуемый 7		+			
8	Испытуемый 8					+
9	Испытуемый 9	+				
10	Испытуемый 10		+			
11	Испытуемый 11			+		
12	Испытуемый 12					+
13	Испытуемый 13		+			
14	Испытуемый 14					+
15	Испытуемый 15	+				
16	Испытуемый 16			+		
17	Испытуемый 17		+			
18	Испытуемый 18					+
19	Испытуемый 19				+	
20	Испытуемый 20	+				
21	Испытуемый 21					+

Продолжение таблицы 2.1

№	Обозначение испытуемого	Стили поведения				
		Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление
22	Испытуемый 22			+		
23	Испытуемый 23	+				
24	Испытуемый 24			+		

Таблица 2.2 – Обобщенные результаты исследования особенностей поведения в конфликтных ситуациях

Параметры	Стили поведения				
	Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление
Кол-во детей	5	6	4	4	5
в %	20,8	25	16,7	16,7	20,8

Таблица 2.3 – Результаты исследования по методике «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева

№	Обозначение испытуемого	Количество баллов	Уровень
1	Испытуемый 1	25	Средний
2	Испытуемый 2	37	Высокий
3	Испытуемый 3	15	Низкий
4	Испытуемый 4	38	Высокий
5	Испытуемый 5	26	Средний
6	Испытуемый 6	37	Высокий
7	Испытуемый 7	15	Низкий
8	Испытуемый 8	38	Высокий
9	Испытуемый 9	27	Средний
10	Испытуемый 10	37	Высокий
11	Испытуемый 11	17	Низкий
12	Испытуемый 12	33	Высокий

Продолжение таблицы 2.3

№	Обозначение испытуемого	Количество баллов	Уровень
13	Испытуемый 13	33	Высокий
14	Испытуемый 14	34	Высокий
15	Испытуемый 15	26	Средний
16	Испытуемый 16	37	Высокий
17	Испытуемый 17	24	Средний
18	Испытуемый 18	37	Высокий
19	Испытуемый 19	32	Средний
20	Испытуемый 20	34	Высокий
21	Испытуемый 21	31	Средний
22	Испытуемый 22	34	Высокий
23	Испытуемый 23	28	Средний
24	Испытуемый 24	36	Высокий

Таблица 2.4 – Обобщенные результаты исследования уровня конфликтности подростков

Параметры	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
Количество детей	11	10	3
в %	45,8	41,7	12,5

Таблица 2.5 – Результаты исследования по методике «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева

№	Обозначение испытуемого	Количество баллов	Уровень
1	Испытуемый 1	21	Средний
2	Испытуемый 2	27	Высокий
3	Испытуемый 3	25	Средний
4	Испытуемый 4	31	Высокий
5	Испытуемый 5	24	Средний

Продолжение таблицы 2.3

№	Обозначение испытуемого	Количество баллов	Уровень
6	Испытуемый 6	27	Высокий
7	Испытуемый 7	11	Низкий
8	Испытуемый 8	28	Высокий
9	Испытуемый 9	25	Средний
10	Испытуемый 10	29	Высокий
11	Испытуемый 11	16	Низкий
12	Испытуемый 12	27	Высокий
13	Испытуемый 13	22	Средний
14	Испытуемый 14	29	Высокий
15	Испытуемый 15	22	Средний
16	Испытуемый 16	31	Высокий
17	Испытуемый 17	24	Средний
18	Испытуемый 18	32	Высокий
19	Испытуемый 19	25	Средний
20	Испытуемый 20	33	Высокий
21	Испытуемый 21	20	Средний
22	Испытуемый 22	32	Высокий
23	Испытуемый 23	21	Средний
24	Испытуемый 24	29	Высокий

Таблица 2.6 – Обобщенные результаты уровня предрасположенности подростка к конфликтам

Параметры	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
Количество детей	13	8	3
в %	54,2	33,3	12,5

Программа психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

Занятие 1. Цели: установить контакт с учащимися, сформировать гармоничную Я-концепцию, развить навыки самоанализа, принятия себя.

1. Упражнение «Встаньте те, кто...»

Инструкция учащимся: Встаньте те, у кого сейчас хорошее настроение... у кого плохое... (у кого в классе есть друзья, у кого нет друзей, но очень хотели бы их иметь; кто знает, что мы сегодня будем делать; кто не знает, что мы сегодня будем делать; кто хочет заниматься здесь; кто не хочет здесь находиться и т. п.).

2. Упражнение «Я и мир вокруг меня»

Инструкция учащимся: Возьмите лист бумаги. Оставляя середину пустой, нарисуйте все, что вас окружает в жизни, – с кем приходится общаться, взаимодействовать, с чем сталкиваться. В центре нарисуйте себя. Расскажите о своем рисунке.

1. Вопросы для обсуждения:
2. Нравится ли тебе твой рисунок, портрет?
3. Что из нарисованного более важно для тебя, что – менее?
4. Есть ли граница между тобой и окружающим миром?
5. К чему из окружения ты обращен на рисунке?
6. Как ты взаимодействуешь с тем, что нарисовано вокруг тебя?
7. Что это для тебя значит?

Модификация упражнения: Отметьте на своем рисунке знаком «плюс» положительные связи (с кем и с чем вам приятно взаимодействовать), знаком «минус» – отрицательные связи (с кем или с чем неприятно взаимодействовать).

3. Упражнение «Какой Я? Чем Я отличаюсь от других людей?»

Инструкция. Педагог-психолог предлагает учащимся в течение 1 мин письменно ответить на вопрос: «Чем люди отличаются друг от друга?». В ходе обсуждения участники выясняют, что это: внешность, одежда, черты характера, желания, мечты и др. Затем педагог-психолог предлагает учащимся в тетрадях описать себя, выбрав характеристики из числа уже записанных и добавив недостающие. Например, внешность (светлоглазый, темноглазый, высокий, невысокий, худой, крепкий и др.); характер (веселый, спокойный, ранимый, бойкий), равнодушный, сочувствующий и др.); способности (умею рисовать, играть на музыкальном инструменте и др.); интересы (люблю читать, ходить в музеи, смотреть фильмы о волшебниках, когда в доме много гостей и др.).

По желанию ученики зачитывают свои записи. Можно использовать другой вариант: педагог-психолог сам зачитывает ответы, задача учащихся – угадать автора. При обсуждении важно подвести детей к выводу о том,

что все люди отличаются друг от друга, они разные и этим интересны и значимы.

4. Упражнение «Мой герб»

Инструкция. Педагог-психолог рассказывает о том, что такое герб, какова его символика и значение. Далее предлагает каждому участнику на отдельном листе бумаги придумать и нарисовать свой герб, отразив в нем личные особенности. Если кто-то из учеников смущается и ссылается на неумение рисовать – достаточно изобразить контур и какие-то условные знаки.

После завершения работы педагог-психолог организует выставку. Рисунки необходимо разложить или повесить, каждому присвоить порядковый номер. Задача учащихся – угадать авторов. Все предположения необходимо фиксировать, чтобы затем определить самого проницательного участника.

Гербы педагог-психолог вкладывает в персональные папки учащихся. В дальнейшем на занятиях следует напоминать им о том, что у каждого есть свой герб, который можно изменить.

Занятие 2. Цели: сформировать у учащихся способность осознавать свои чувства, обучить конструктивным способам управления эмоциональным состоянием.

1. Дискуссия «Наши эмоции»

Педагог-психолог предлагает участникам проанализировать ситуацию: учитель вбегает в класс взмыленный, злой, нервный. Разговоры учеников, плохая дисциплина, смех вызывают у него взрыв эмоций. Ученики озадачены таким поведением. Что же произошло с учителем? Почему он так себя ведет?

Примечание. В ходе обсуждения ситуации важно подвести участников к выводу о том, что эмоциональное состояние во многом определяет поступки человека.

2. «Притча о могущественном царе – властителе необозримых земель»

Педагог-психолог предварительно просит учеников ответить на вопросы: «Приятны ли вам минуты, когда вы находитесь во власти отрицательных эмоций? Можно ли что-то с этим сделать?».

Далее он рассказывает притчу.

Притча о могущественном царе – властителе необозримых земель

Жил-был могущественный царь, властитель многих земель. Как-то однажды почувствовал он себя расстроенным. Созвал всех своих мудрецов и обратился к ним: «Неведома мне причина, но что-то велит мне искать особое кольцо, которое сможет успокоить мою душу. А кольцо это таково – в несчастье оно должно радовать меня и поднимать мне настроение, а в радости, когда бы я ни бросал на него свой взгляд, печалить».

Глубоко задумались мудрецы, стали совещаться. Спустя время они наконец поняли, какое кольцо хотел иметь их властелин...

(Здесь педагог-психолог предлагает ученикам представить себя в роли мудрецов – собраться на совет и решить, какое кольцо хотел иметь царь. После того как участники выскажут свое мнение, педагог-психолог рассказывает конец притчи.)

И принесли мудрецы кольцо своему царю. И сияла на нем надпись: «Все проходит – и это пройдет».

Вопросы для обсуждения:

1. Всегда ли у нас есть возможность и желание ждать, пока плохое настроение пройдет само?

2. Надо ли что-то делать, чтобы наши чувства не выплескивались, превращаясь в бурное море? Если да – то как?

Примечание. В ходе обсуждения необходимо подвести учащихся к мысли о необходимости уметь справляться со своим плохим настроением, раздражением и подобными чувствами.

3. Упражнение «Как управлять своими эмоциями»

Слово педагога-психолога: Известный американский психолог К. Роджерс считает, что нет плохих чувств или эмоций. Все чувства принадлежат человеку, и все они важны для него. Другое дело, как он их выражает. Каждый человек – хозяин собственных чувств, он может предусмотреть и предотвратить отрицательные последствия своих эмоций. Поэтому своими эмоциональными реакциями на ту или иную ситуацию человек может и должен научиться управлять. Какие есть способы, с помощью которых человек может спустить пар? Как вести себя, чтобы не испортить отношения с окружающими? (*Педагог-психолог предлагает ученикам высказать свои предположения.*)

Джинн, герой мультфильма про Аладдина, в гневе начинал раздуваться и багроветь. Но у него был сообразительный партнер, который открывал клапан и выпускал лишний пар, когда джинн готов был лопнуть.

В Японии, например, придумали куклу-начальника, на которой подчиненный может разрядить свой гнев.

«Мозговой штурм». Педагог-психолог предлагает участникам придумать разнообразные способы для того, чтобы регулировать собственные эмоциональные состояния, управлять раздражением, злостью, плохим настроением. Все варианты педагог-психолог фиксирует на доске. Затем учащиеся записывают их в тетрадях в виде памятки.

4. Упражнение «Вверх по радуге»

Инструкция учащимся: Закройте глаза, сделайте глубокий вдох. Представьте, что вместе с этим вдохом вы взбираетесь вверх по радуге, а выдыхая – съезжаете с нее, словно с горки.

Упражнение повторяется 3–4 раза, один раз – с открытыми глазами.

5. Упражнение «Выкинь»

Упражнение выполняется в кругу. Если в помещении недостаточно свободного пространства, можно выполнять стоя.

Инструкция учащимся: Представьте, что в ваших ладонях лежит комок из неприятных эмоций, от которых вы хотели бы избавиться. Этот

комочек становится все тяжелее, тяжелее и тяжелее. И вот уже он настолько стал тяжелым, что невозможно больше держать и необходимо избавиться от него. И теперь вы должны выкинуть этот комочек за круг (*или вниз, на пол*). Соберите при этом все силы, даже можете крикнуть, чтобы было легче... Поделитесь своими впечатлениями.

6. Упражнение «Незаконченные предложения»

Слово педагога-психолога: В одной и той же ситуации люди проявляют свои чувства и ведут себя по-разному. Их поведение зависит от многих факторов: от личностных особенностей, воспитания и др. А как вы проявляете свои чувства? Допишите в тетрадах следующие предложения:

1. Я плачу...
2. Я чувствую себя глупо, когда...
3. Мне неприятно, если...
4. Я боюсь, когда...
5. Желая другим добра, когда...
6. Я горжусь собой...
7. Стараюсь уединиться, когда...
8. Я стремлюсь помочь другим, если...
9. Я веду себя смело...
10. Говорю неправду, если...

По окончании работы педагог-психолог предлагает учащимся по желанию прочитать и обсудить свои записи.

7. Домашнее задание

Нарисовать самое приятное чувство.

Занятие 3. Цели: сформировать у учащихся способность выражать свои эмоции в неагрессивной, безоценочной манере; обучить навыку Я-сообщений.

1. Упражнение «Встреча»

Примечание. Упражнение можно проводить по-разному. Желательно, чтобы участвовали все ученики. Если такой возможности нет, тогда несколько пар разыгрывают ситуации перед классом.

Инструкция. Участники делятся на две группы и образуют два круга – внешний и внутренний, выстраиваясь друг напротив друга. Ученики, которые находятся во внутреннем круге, – участники предложенной педагогом-психологом ситуации. Задача учеников, которые находятся во внешнем круге, – оказать им поддержку на словах. После каждой ситуации участники внешнего круга по условному сигналу делают шаг в сторону, оказываясь перед другими учениками, и т. д. После того как каждый участник внешнего круга высказал слова поддержки, круги меняются ролями: теперь ученики внешнего круга – участники ситуаций, а внутреннего – оказывают им поддержку.

Примеры ситуаций

1. Ученику надо подойти к учителю и попросить его о чем-то, но он очень робеет. Подбодрите его.

2. Человеку, стоящему напротив, сегодня в чем-то не повезло. Он очень огорчен, хотя и не подает виду. Окажите ему поддержку.

3. Вы встретились с приятелем, и он сделал для вас что-то приятное. Выразите словами свои чувства к нему.

4. В школе к вашему однокласснику отнеслись несправедливо. Как вы можете ему помочь?

Вопросы для обсуждения:

1. Как себя чувствовали, когда вам оказывалась поддержка?

2. Легко ли было находить и говорить нужные для человека слова?

3. *Важно, чтобы учащиеся отметили, что после участия в упражнении они почувствовали, как приятно бывает выразить свои добрые чувства человеку и как приятно принимать добрые чувства от других людей.*

4. Как быть с неприятными чувствами? Как их выразить, высказать, чтобы не навредить ни себе, ни другому человеку?

5. Какие есть способы выражения чувств?

6. Что важнее: уметь выражать свои чувства в открытой и вместе с тем культурной форме или уметь скрывать чувства?

После обсуждения педагог-психолог предлагает ученикам проанализировать любую ситуацию из жизни по схеме. Например: «Я договорилась встретиться у метро с подругой в определенное время. Мы собирались пойти в больницу навестить нашу общую знакомую. Прождав полчаса и так не дождавшись ее, я позвонила ей домой и узнала, что она уехала в другое место». Схема составления Я-сообщения в таблице 1.1.

Таблица 3.1 – Схема составления Я-сообщения

Факт	Мои чувства	Что делать с чувствами?	Как их выразить? Каковы последствия?
Невыполненное обещание встретиться →	досада, раздражение, обида, разочарование	Подавить →	можно лопнуть
		Выразить →	чтобы ей тоже стало неприятно
		Выразить →	чтобы сохранить отношения

Вопросы для обсуждения:

1. Как вы думаете, какие чувства испытывает человек в подобной ситуации?

2. Что делать человеку с теми чувствами, которые он испытывает?

Во время обсуждения ученики довольно легко находят два пути выражения чувств – или подавить, сдержать свои чувства, промолчать, или выразить их агрессивно, высказав все, что накопилось.

3. Что происходит с человеком, когда подавляет в себе чувства?

Если он подавляет свои чувства, все время прощает другому подобное поведение по отношению к себе, то рискует собственным здоровьем (здесь можно рассказать ученикам о психосоматических заболеваниях). Вывод: промолчишь – себя потеряешь.

4. Что происходит с человеком, когда он «взрывается», агрессивно выражает свои чувства?

Если он взорвется и все выскажет собеседнику, чтобы тому было неприятно, обидно, то они поругаются, и отношения могут испортиться. Вывод: закричишь – других потеряешь.

Слово педагога-психолога: Как видите, оба пути ведут к неприятным результатам. А ведь должен существовать еще и какой-то третий путь, чтобы можно было выразить свои чувства и при этом сохранить отношения. Иногда человеку бывает трудно передать свои эмоции, потому что он не может найти правильные слова для описания того, что он чувствует. Как, на ваш взгляд, можно выразить свои чувства, чтобы никому не было обидно?

Ученики предлагают свои варианты. Выводы можно зафиксировать на доске в виде картины, изобразив дорогу с камнем на распутье, как в сказке (рисунок 3.1).

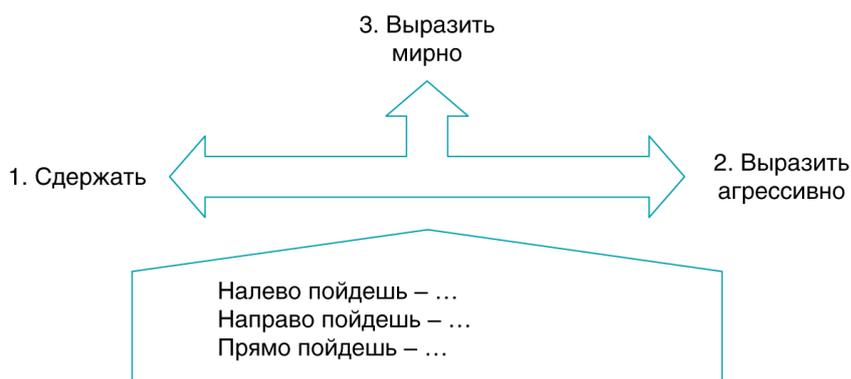


Рисунок 3.1 – Варианты решения конфликтной ситуации

2. Упражнение «Ищем достойные пути выражения чувств»

Инструкция. Ведущий предлагает разыграть следующую ситуацию: мама отчитала своего ребенка при друзьях за то, что он не вымыл посуду. В упражнении участвуют 2-3 пары. Один ученик играет роль мамы, другой – сына (дочери).

На этапе обсуждения педагог-психолог рассказывает о технике Я-высказывания, объясняет разницу между Я- и Ты-высказыванием. Я-высказывание предполагает выражение говорящим своих мыслей и чувств («Я очень беспокоюсь, если тебя нет дома в десять часов вечера»). Эта техника помогает выразить свои чувства, не унижая другого человека, и делает общение более непосредственным.

Ты-высказывание направлено на обвинение другого человека, упреки («Ты опять пришел домой в одиннадцать часов вечера»). При этом

человек, к которому обращена речь, испытывает негативные эмоции (гнев, раздражение, обиду). Алгоритм Я-высказывания:

- 1) Объективно описываем ситуацию.
- 2) Описываем свои чувства, связанные с ней.
- 3) Предлагаем аргументированные варианты улучшения общения.

Например, схема выхода из разыгранной ролевой ситуации может быть такова:

Когда ты накричала на меня при ребятах...

↓

я почувствовал себя неудобно (неловко, мне было обидно и т. п.)

↓

поэтому, мама, я очень прошу тебя не высказывать свои замечания в присутствии моих друзей...

↓

тогда я буду прислушиваться к твоим замечаниям

3. Упражнение «Учимся составлять Я-высказывание»

Инструкция. Каждый учащийся получает карточку с описанием ситуации, к которой надо составить Я-высказывание. Примеры ситуаций лучше всего подобрать из тех, что происходили в классе, с учениками которого педагог-психолог реализует программу. После окончания работы ученики зачитывают свои варианты.

Примеры ситуаций

- 1) Твой друг (подруга) попросил(а) у тебя какую-то вещь и испортил(а) ее.
- 2) Твой младший брат (сестра) изрисовал(а) твои учебники ручкой.
- 3) Твои друзья пошли гулять, а тебя не позвали с собой.
- 4) Твой учитель незаслуженно обвинил тебя в том, что ты списал контрольную работу у соседа.
- 5) Твои родители пообещали тебе что-то, но не выполнили свое обещание.
- 6) Друг взял книгу на три дня. Она вам нужна, чтобы написать сочинение. Прошло три дня, а книги нет.

4. Домашнее задание

В общении с окружающими попрактиковаться в использовании Я-высказываний.

Занятие 4. Цель: сформировать у учащихся навык сопротивления стрессовым ситуациям.

1. Дискуссия «Стрессовые ситуации»

Слово педагога-психолога: В жизни каждого человека бывают ситуации, которые заставляют переживать, волноваться, нервничать, испытывать психическое и физическое напряжение, находиться в стрессовом состоянии.

Стресс – это состояние психического напряжения. Человек испытывает его в ответ на ситуацию, которая представляет реальную или

предполагаемую угрозу физическому или душевному благополучию человека. Какие это могут быть ситуации?

Примечание. В ходе обсуждения ученики создают «копилку стрессовых ситуаций». Педагогу-психологу необходимо подвести участников к выводу: и в школе, и дома, и на улице, в общении с близкими, друзьями и незнакомыми людьми человек может столкнуться с подобными ситуациями.

2. Тест «Мой уровень напряжения»

Работа в тетрадях.

Инструкция учащимся: Ответьте на вопросы – «да» или «нет». За каждый ответ «да» поставьте 1 балл и подсчитайте сумму. В ходе исследования заполняется бланк, описанный в таблице 3.2.

Таблица 3.2 – Бланк к тесту «Мой уровень напряжения»

Вопрос	Ответ
В прошлом месяце ты...	
1) ...волновался, когда писал контрольную работу?	
2) ...был расстроен после спора?	
3) ...волновался, когда опаздывал куда-либо?	
4) ...с тобой случилось нечто, что вызвало возбуждение?	
5) ...чувствовал себя одиноким или угнетенным?	
6) ...волновался, когда выступал перед одноклассниками?	
7) ...волновался, когда знакомился с кем-нибудь?	
8) ...столкнулся с неприятностями в семье?	
9) ...переживал, когда участвовал в соревновании?	
10) ...был напряжен, оттого что слишком перегружен делами?	
11) ...столкнулся с неприятностями в школе?	
12) ...не смог выполнить намеченное?	
13) ...волновался, когда выходил к доске?	
14) ...с трудом мог уснуть?	
15) ...во сне видел кошмары?	
Сумма	

Интерпретация результатов:

0–5 баллов – низкий уровень напряжения;

6–10 – средний уровень;

11–15 – высокий уровень.

3. Упражнение «Учится справляться со стрессовой ситуацией»

Инструкция учащимся: Заполните таблицу (таблица 3.3). В первый столбик запишите примеры ситуаций, которые у вас вызывают стресс. Примеры можно взять из предыдущего теста или предложить свои варианты. Во втором столбике запишите приемы, способы, которые позволят снизить напряжение в этих ситуациях.

Таблица 3.3 – Образец таблицы для анализа умения справляться со стрессовой ситуацией

Стрессор	Что я могу сделать, чтобы уменьшить свое напряжение
1. Контрольная работа	Выучить материал, настроиться психологически
2.	

После завершения работы педагог-психолог проводит обсуждение, в ходе которого по своему выбору предлагает ученикам наиболее эффективные упражнения для снятия стресса.

4. Упражнение «Встреча со стрессом»

Инструкция. Учащиеся делятся на три команды. Задание – сочинить рассказ или сказку о волшебной антистрессовой палочке. По окончании работы сказки зачитываются.

Занятие 5. Цели: сформировать у учащихся способность анализировать чувство обиды и его влияние на взаимоотношения людей; развить навык конструктивного избавления от обиды.

1. Дискуссия «Что такое обида?»

Педагог-психолог предлагает учащимся обсудить следующие вопросы:

1. Что такое обиды?

2. Когда и на что люди обижаются друг на друга?

Варианты ответов педагог-психолог записывает на доске.

2. Упражнение «Детские обиды»

Инструкция учащимся: Вспомните какой-нибудь случай из своего детства, когда вы чувствовали на кого-то сильную обиду. Мысленно возвратитесь в ту ситуацию, восстановите в памяти свои переживания. Нарисуйте или опишите их конкретно или абстрактно, символически... Как сейчас вы относитесь к обиде? Нарисуйте или опишите.

После выполнения задания желающие рассказывают о том, что они вспомнили, и показывают рисунки (зачитывают описания), характеризующие их переживания «тогда» и «сейчас». Педагог-психолог обсуждает с участниками, как изменяются чувства человека к обидчику в зависимости от времени, прошедшего с момента нанесения обиды.

3. Упражнение «Как выразить обиду и досаду»

Слово педагога-психолога: Иногда бывает трудно показать другому человеку, что ты на него обижен. Нелегко передать свои эмоции, найти правильные слова для описания своих чувств. Как вам кажется, как реагируют на обиду уверенные, неуверенные и грубые люди?

В группе проводится обсуждение. Вслед за этим педагог-психолог предлагает выполнить упражнение.

Инструкция. Для упражнения необходимо четное число участников. Если количество учеников нечетное, один из подростков выступает в роли наблюдателя или помощника педагога-психолога.

Каждый учащийся по очереди достает из коробки половинку карточки. На одной половинке обозначена роль обидчика, в чем состоит обида. На другой – роль обиженного, как он реагирует на обиду, как ведет себя – уверенно, неуверенно, грубо. Задача участников – найти вторую половину и разыграть сценку для группы. Сценка должна быть сыграна в утрированной форме, с подчеркнутым, акцентированным поведением. Педагог-психолог предлагает ученикам самим решить, будут ли они разыгрывать сценку с куклой (игрушкой) или без нее. При этом он обращает внимание на то, что кукла – это в каком-то смысле способ уйти от себя, скрыться за маской.

Примечание. Сложность задания в том, что половинок с ролью обидчика в три раза меньше, чем с ролью обиженного. В результате должны получиться группы по четыре человека, в чем участники убеждаются сами, как бы увидев воочию, что возможна разная реакция на одну и ту же ситуацию.

Вопросы для обсуждения:

1. О чем говорят те или иные формы поведения?
2. Что чувствует обидчик, когда ему отвечают уверенно, неуверенно или грубо?

По результатам обсуждения учащиеся выделяют эффективные и неэффективные способы выражения обиды, досады.

4. Упражнение «Копилка обид»

Инструкция. Педагог-психолог предлагает каждому участнику нарисовать на отдельном листе бумаги «копилку» и поместить (записать) в нее все обиды, которые были пережиты «до сегодняшнего дня».

После завершения работы педагог-психолог проводит дискуссию «Что делать с копилкой обид?». Он говорит о бесплодности накопления обид, о жалости к самому себе как одной из плохих привычек, предлагает учащимся решить, что делать с копилкой. Как правило, участники предлагают ее уничтожить, например: порвать все листочки, сложить их в какую-то емкость (пакет) и выбросить в мусор, сжечь (если есть возможность и соблюдены меры безопасности).

Далее педагог-психолог предлагает мозговой штурм «Что делать с текущими обидами?». В процессе обсуждения участники придумывают,

что можно делать с обидой и обидчиком. Педагогом-психологом поддерживаются предложения типа:

- записывать обиду, а потом рвать листочки;
- выбрасывать в мусорное ведро со словами «Эта обида мне больше не нужна»;
- мысленно отправлять обиду в небо (или пускать по ветру, воде), следить за тем, как по мере удаления она становится все меньше и меньше;
- нарисовать карикатуру на обидчика;
- написать письмо обидчику;
- не обращать внимания, игнорировать;
- сделать бумажный самолетик, записать на нем свою обиду и выпустить в окно и т. п.

После мозгового штурма педагог-психолог задает новый вопрос «Как в дальнейшем относиться к обидчику?». При этом необходимо подчеркнуть, что реакции типа «они все пожалеют», «наказать обидчика» и т. п. безрезультатны. Лучше всего следовать афоризму: «Слабые не умеют прощать, способность прощать – качество, присущее сильным».

Необходимо спросить учащихся, как они понимают это высказывание. Можно предложить им для обсуждения еще ряд высказываний об обиде и обидчиках, например:

1. Душевно здоровый человек унижен и оскорблен быть не может.
2. Лучше никак не ответить, чем ответить грубостью.
3. Не расстраиваться – это хранить душевную чистоту и энергию, держать душу на нужной волне.
4. Быть незаслуженно обиженным – пустяк, если вы не продолжаете об этом помнить.
5. Обида – несогласие, сочувствие самому себе.
6. Обидеть невозможно. Можно только обидеться.
7. Ближнего обидеть – самому в беде быть.
8. Обиду злобой не успокоишь, огня маслом не погасишь.

После обсуждения педагог-психолог предлагает каждому учащемуся попробовать простить того человека, который его обижает или когда-то обидел, постараться отделить личность человека от поступка (ведь каждый может ошибиться и совершить глупый поступок, который обидит другого). Учащиеся шепотом или про себя говорят: «Я прощаю того, кто меня обидел».

5. Домашнее задание

Вспомнить недавнюю обиду, полученную от близкого или, наоборот, от не очень знакомого человека, и написать ему письмо на отдельном листе бумаги. Письмо выстроить по следующему алгоритму:

- описать свои мысли о поступке;

– привести аргументы для оправдания и прощения – ход мыслей зафиксировать на бумаге.

Занятие 6. Цель: сформировать у учащихся способность анализировать и адекватно оценивать свое состояние, осознавать вред агрессивного поведения.

1. Групповая дискуссия «Ассоциации»

Предложите учащимся ответить на вопросы:

1. В каких ситуациях люди злятся друг на друга?
2. Чем полезна и вредна злость?
3. Как может проявляться злость?

Попросите подобрать ассоциации к словам агрессия и радость. Все варианты запишите на доске.

Вывод. Агрессия бывает словесная и физическая, и она независимо от формы проявления всегда ранит человека.

2. Упражнение «Как я зол»

Предложите участвовать в упражнении учащемуся, который хочет поругаться, завяжите ему глаза. Выберите из группы участника, который станет объектом злости. Учащийся с завязанными глазами не должен знать, кто это. Его задача – выместить злость на человеке, которого он не видит, агрессивно высказаться в его адрес.

Развяжите глаза учащемуся и предложите ему извиниться перед невинной жертвой вербальной агрессии, например: «Я вовсе не тебя имел в виду, извини!».

Вывод. Словесная агрессия наносит вред и обиду тому, кому она предназначалась. Кроме того, разрушаются отношения с теми, кто просто наблюдал за ее выражением.

3. Упражнение «Агрессивное существо»

Предложите участникам создать из всего плохого, злого и агрессивного, что есть в каждом из присутствующих, некое фантастическое существо. Они могут отдать «когти», «зубы», «шипы», «жала», «перепончатые крылья» и т. п. Один из участников (кто хорошо рисует) изображает его на доске.

Попросите учащихся придумать, что можно сделать с этим агрессивным существом (стереть, зачеркнуть). Предложите свой способ, например: посадить его на космический корабль (стул). Все участники одновременно нажимают на кнопку «Старт» на пульте управления. Агрессивное существо улетает в космос.

4. Упражнение «Рецепт агрессивности»

Упражнение состоит из трех этапов. Каждому учащемуся необходимо:

1) Записать в тетради рецепт, который поможет создать агрессивного человека. Например: взять пару крепких кулаков, добавить громкий голос, перемещать с большой порцией жестокости и т. д.

2) Подумать над тем, проявляют ли агрессивное поведение одноклассники, мысленно ответить на вопросы:

1. Что мне кажется агрессивным?
 2. Когда я проявляю агрессивность?
 3. Каким образом я могу вызвать агрессию по отношению к себе?
- 3) Записать в тетради, как окружающие в течение учебного дня проявляют агрессию по отношению к нему. Для этого страницу нужно разделить пополам. Слева записать признаки агрессивного поведения со стороны окружающих, справа – как сам учащийся проявляет агрессию по отношению к другим.

После выполнения задания предложите участникам зачитать свои записи, поделиться размышлениями, мыслями и чувствами.

5. Притча «Небеса и ад»

Предложите учащимся прослушать, а затем обсудить притчу.

Небеса и ад

Один молодой воин пришел к мудрому пожилому человеку и спросил его:

– О, мудрец, раскрой мне тайну жизни. В чем разница между небесами и адом?

Мудрец на мгновение задумался и ответил:

– Ты молодой и глупый. Как человек, подобный тебе, может понять такое? Ты слишком невежествен.

Услышав такое, молодой воин рассвирепел.

– Да за такие слова я готов тебя просто убить! – закричал он и достал меч из ножен, чтобы покарать мудреца. В это же мгновение мудрец сказал:

– Вот это и есть ад.

Услышав эти слова, молодой воин вновь вставил меч в ножны.

– А вот это и есть небеса, – заметил старик.

Вопросы для обсуждения:

1. В чем смысл притчи?

2. Почему пожилой мудрец сказал, что насилие – это ад?

Занятие 7. Цели: сформировать способность осознавать свою агрессивность, обучить способам безопасной разрядки агрессии.

1. Групповая дискуссия

Учащиеся размышляют, что делать с агрессией и гневом. Обсуждают способы поведения человека в ситуации, когда кто-то обзывается, ругается.

2. Упражнение «Лист гнева»

Расскажите учащимся про «лист гнева», продемонстрируйте его традиционный вариант – например, лист бумаги со злым изображением и надписью «Порви меня». Предложите учащимся нарисовать собственные листы гнева и отразить в них свою злость. По желанию участники показывают свои рисунки, затем делают с ними, что хотят (например, порвать, вложить или вклеить в тетрадь и т. п.).

Вопросы для обсуждения:

1. Может ли агрессия быть конструктивной?

2. Как можно отстаивать свои интересы, сохраняя при этом хорошие отношения с партнером?

3. Игра «Датский бокс»

Игра позволит развить умение сохранять контакт с партнером во время спора.

Слово педагога-психолога: Кто может рассказать мне о каком-нибудь своем хорошем споре? Как все происходило? Почему этот спор ты считаешь хорошим? О чем вы спорили?

Я хочу показать вам, как с помощью большого пальца руки вы можете провести хороший спор. Игру, в которую мы будем играть, придумали датские мужчины, скучая в долгую темную зиму. Но несмотря на это, в ней могут участвовать и девочки, и мальчики, потому что все зависит не от силы, а от скорости реакции и остроты глаз. Можно выиграть и хитростью.

Разбейте участников на пары, предложите выполнить следующую последовательность действий:

1) встать друг напротив друга на расстоянии вытянутой руки;

2) сжать руки в кулаки и прижать их к кулакам партнера – мизинец прижать к мизинцу, безымянный – к безымянному, средний – к среднему, указательный – к указательному. Участникам необходимо стоять так, словно они привязаны друг к другу.

Восемь пальцев прижаты друг к другу, большие пальцы вступают в бой. Сначала необходимо направить их вертикально вверх. Затем один из участников в паре считает до трех, и на счет три начинает раунд. Побеждает тот, чей большой палец окажется сверху и прижмет большой палец партнера к руке хотя бы на секунду.

Как только определится победитель, можно начинать следующий раунд. После нескольких раундов необходимо сделать перерыв, чтобы учащиеся составили новые пары.

После окончания партнеры должны поблагодарить друг друга за честную игру.

Вывод. Агрессивность бывает и конструктивной – т. е. можно отстаивать собственные интересы и сохранять при этом хорошие отношения с партнером. Многим людям это дается лишь с большим трудом, т. к. они привыкли к тому, что хорошие отношения связаны с дружелюбным поведением, а агрессивность – с большим отчуждением от партнера.

4. Упражнение «Договор о поведении»

Это упражнение подходит для тех детей, кто обладает повышенной агрессивностью.

Предложите учащимся заключить договор о поведении, который позволит им контролировать себя и сдерживать проявление негативных эмоций. Раздайте им готовые бланки, попросите их заполнить.

Договор стороны (вы и каждый конкретный учащийся) составляют на определенный срок и закрепляют его своими подписями. Срок

окончания договора должен быть не позже срока окончания занятий по данной программе. В течение всего периода действия договора необходимо отслеживать, как проходит работа учащихся над собой. Чтобы оказать дополнительную поддержку, привлечите родителей или учителей. Предварительно попросите разрешения у каждого учащегося на то, чтобы сообщить часть сведений о его успехах родителям (классному руководителю).

Имя _____

Срок действия договора: с _____ по _____

Поведение, которое я хочу изменить: _____

Способы изменения поведения:

а) сосчитать до 10, прежде чем сказать что-нибудь;

б) определить, насколько сильно я разозлен ситуацией (оценить по 10-балльной шкале);

в) подумать о последствиях моего поведения;

г) игнорировать ситуацию;

д) сказать, что я очень разозлился;

е) попросить взрослого выслушать и остановить меня;

ж) другое:

Люди, с которыми я собираюсь отрабатывать новые способы, поведения:

Вознаграждение, которое я хочу получить за умение справляться со своей агрессией: _____

Санкции за недостойное агрессивное поведение: _____

Согласны: _____

подпись учащегося

подпись ведущего

Дата заключения: _____

Дата проверки: _____

5. Упражнение «Подарок для самого агрессивного»

Приготовьте заранее сладкие призы, а также торт или коробку конфет для общего чаепития.

Покажите участникам приз за первое место и объявите, что он достанется самому агрессивному учащемуся.

Претенденты определяются самовыдвижением. Если их несколько, кандидата на приз выбирают общим голосованием.

Предложите самым добрым, на ваш взгляд, участникам вручить призы агрессивным учащимся. Затем устройте совместное чаепитие.

Занятие 8. Цели: сформировать способы конструктивного поведения в проблемных ситуациях, развить умение принимать ответственность за свои поступки.

1. Групповая дискуссия

Предложите учащимся в ходе дискуссии рассказать о сложных ситуациях, с которыми они сталкивались в жизни. Обсудите, как они воспринимали критику в свой адрес, что вызывало у них страх или раздражение, стремились ли они обвинить в своих проблемах других людей.

2. Упражнение «Стоп! Подумай! Действуй!»

Участники объединяются в группы по 3–4 человека. Каждая группа получает описание ситуации, три карточки («СТОП!», «ПОДУМАЙ!», «ДЕЙСТВУЙ!»), листы бумаги для ответов. В карточках разные ситуации. Они связаны с реальными жизненными трудностями школьников.

Например: старшие ребята требуют денег или поссорился с другом (подругой). После знакомства с ситуацией участники берут первую карточку «СТОП!» На ней записаны переживания, чувства, желания школьника, которые могут возникнуть в предлагаемой ситуации. Например: испуг, страх, тревога, растерянность, оцепенение – для ситуации с вымогательством денег старшими ребятами; обида, огорчение, безразличие, раздражение, злость – в случае ссоры с другом (подругой). Задача: в течение 3–4 мин обсудить ситуацию и переживания, которые она вызывает. Если участники согласны с ними, ставят на листе для ответов плюс, если нет – минус. При необходимости записывают комментарии.

Далее участники берут карточку «ПОДУМАЙ!», на которой записаны три возможные реакции на ситуацию. Например: убежать, согласиться, ударить, закричать – в ситуации вымогательства денег; отомстить, расплакаться, не разговаривать, делать вид, что ничего плохого не произошло – в случае ссоры с другом (подругой). Задача: за 3–4 мин обсудить возможные реакции, дописать свои варианты.

В завершение учащиеся выполняют задание к карточке «ДЕЙСТВУЙ!» – приводят свои варианты решения проблемы.

Совет. Группы для упражнения лучше создать по половому признаку и подобрать примеры ситуаций для девочек и мальчиков. Например, старшие ребята требуют денег; предлагают покурить и т. п. – для мальчиков. На улице подходит незнакомый мужчина, представляется кинорежиссером, предлагает немедленно поехать на киностудию – для девочек.

3. Упражнение «Рассказы по фотографиям»

Упражнение развивает эмоциональный интеллект учащихся, стимулирует интерес и внимание к собственному внутреннему миру, к пониманию чужих эмоций и сопереживанию.

Для проведения упражнения заранее подготовьте фотографии людей, которые выражают различные эмоциональные состояния.

Раздайте каждому участнику по одной фотографии. Попросите внимательно посмотреть на снимок и ответить на вопросы:

Какое настроение у человека на фотографии?

Какие эмоции он испытывает?

Придумайте, почему человек испытывает такие эмоции?

Что произошло до того, как его сфотографировали?

4. Упражнение «Ситуации»

Предложите участникам проанализировать по схеме ситуации, в тетрадях записать ответы. Ситуации должны быть понятны и близки учащимся.

Материал к упражнению

Ситуация 1. Света принесла в школу плеер. Она получила его накануне в подарок. Все друзья захотели послушать. Когда очередь дошла до Димы, он случайно сломал одну из кнопок. Света, увидев это, страшно разозлилась.

Ситуация 2. Новые соседи Петровых неожиданно решили прийти к ним в гости. Маша и Саша смотрят по телевизору любимое шоу. В гостях у ребят три лучших друга. Отец Маши и Саши выключил телевизор перед приходом гостей. Резко попросил детей привести дом в порядок. Саша задает вопросы отцу, почему он должен это сейчас делать. Отец очень злится. Маша смущается перед своими друзьями, убегает в свою комнату и плачет.

Ситуация 3. Когда Зина пришла в новую школу, Вика – классная заводица и командирша – решила сразу показать ей, «кто здесь хозяин». Она подговорила одноклассников не принимать новенькую в игры и не разговаривать с ней. Некоторым ребятам не нравилось, что девочку обижают просто за то, что она новенькая. Но все же они боялись открыто говорить о своем мнении, ведь Вика и против них может подговорить ребят.

Ситуация 4. С пятиклассницей Машей не общаются одноклассницы. Им не нравится, что она носит немодную одежду; ее прическа кажется им смешной. Иногда они обзывают ее. Но обычно просто не замечают, а если и обращаются к ней, то только по фамилии. Когда, набравшись смелости, Маша все же предпринимает попытки присоединиться к разговору или игре, одноклассницы отворачиваются или уходят, после чего хихикают и сплетничают.

Схема анализа:

- 1) определить проблему;
- 2) придумать варианты решений;
- 3) определить последствия каждого решения;
- 4) выбрать лучшее решение.

5. Индийская притча «О слоне»

Слово педагога-психолога: Проблемы во взаимоотношениях были всегда. Люди стараются понять друг друга в сложных ситуациях. Это не

всегда получается, потому что не все видят проблемы одинаково, – об этом и рассказывает индийская притча.

О слоне

Давным-давно жили в одном маленьком городе шесть мудрецов. Мудрецы были слепыми. Однажды в город привели слона, и они захотели увидеть слона. Но как?

– Я знаю! – воскликнул один мудрец. – Мы ощупаем его.

– Хорошая идея, – согласились другие, – тогда мы будем знать, какой он.

Первый ощупал большое плоское ухо. Оно медленно двигалось вперед-назад.

– Слон похож на веер, – закричал первый мудрец.

Второй мудрец потрогал ноги слона.

– Слон похож на дерево, – воскликнул он.

– Вы оба не правы, – сказал третий, – он похож на веревку. Этот мудрец держал в руках слоновий хвост.

Четвертый мудрец нащупал рукой острый клык.

– Слон похож на копье, – воскликнул он.

– Нет, нет, – закричал пятый, – слон, как высокая стена.

Он говорил так, ощупывая бок слона.

Шестой мудрец дергал слоновий хобот.

– Вы все не правы, – сказал он, – слон похож на змею.

Шестеро слепых кричали друг на друга целый час, но так и не узнали, как выглядит слон.

Вопросы для обсуждения:

Почему мудрецы не понимали друг друга?

Что мудрецам было необходимо сделать, чтобы узнать, как на самом деле выглядит слон?

Занятие 9. Цели: дать учащимся возможность осознать важность дружбы и настоящих друзей в жизни человека.

1. Групповая дискуссия

Предложите учащимся обсудить следующие вопросы:

1. Какие качества необходимы для того, чтобы поддерживать дружбу?

2. Есть у вас такие качества? Назовите их.

3. Что может привести к ссоре, разрыву отношений?

4. Сколько друзей может быть у человека?

5. Как строить отношения со знакомыми и друзьями?

На этом этапе предложите учащимся разработать рекомендации, как поддерживать дружеские отношения, и записать их в тетрадь.

Материал к дискуссии. Как поддерживать дружеские отношения

1) Проявляй интерес к заботам и увлечениям друга.

2) При возникновении конфликтных ситуаций старайся решать их совместно.

3) Не давай советов, а помогай другу найти решение.

- 4) Умей отстаивать собственные интересы.
- 5) Если хочешь, чтобы тебя понимали, – объясняй, делись сомнениями, мыслями, чувствами.
- 6) Не стесняйся переспрашивать, уточнять.
- 7) Выражай свои чувства открыто, старайся избегать оценок.
- 8) Для человека важно его имя. Клички и обидные прозвища не поддерживают дружбу.
- 9) Помни: одну и ту же ситуацию два человека видят с разных точек зрения. Каждый может быть прав по-своему.

2. Упражнение «Испуганный ежик»

Прежде чем выполнять упражнение, попросите учащихся ответить на вопросы:

1. Кто видел настоящего ежика?
2. Что делает ежик, когда его пугает лисица или собака?

Предложите одному из учащихся сыграть роль испуганного ежика. Задача остальных участников – жестами, словами установить с ним контакт, успокоить и заслужить доверие, чтобы он развернулся. Повторите упражнение несколько раз с разными «ежиками».

Вопросы для обсуждения:

1. Что вы чувствовали, когда были в роли «ежика»?
2. Что чувствовали, когда устанавливали контакт с «ежиком»?
3. Как пытались установить контакт, вызвать доверие «ежика»?
4. Что было трудно/легко?
5. Что помогло заслужить доверие «ежика»?
6. В каких ситуациях вы ведете себя подобно «ежику»?
7. Что помогает установить контакт в реальной ситуации?

3. Упражнение на расслабление

Попросите детей ответить на вопросы:

1. Кому вы доверяли свои заботы и проблемы, когда были маленькими (родителям, бабушкам, дедушкам, братьям, сестрам, игрушкам, доброй фее)?
2. С кем сейчас делитесь проблемами или заботами?
3. Куда идете, когда хотите поразмышлять над каким-то сложным вопросом?

Предложите учащимся принять удобное положение, закрыть глаза и сделать три глубоких вдоха. Для релаксации используйте следующий текст.

Материал к упражнению. Релаксация «Верный друг»

Представьте, что вы гуляете по небольшой тропинке в лесу. Вокруг растут высокие деревья. Слышен плеск воды. Вы подходите к мосту над мелкой спокойной речкой. Останавливаетесь посередине моста и смотрите вниз на воду. На ее поверхности каждый из вас видит свое отражение.

Вдруг вы чувствуете, что рядом есть кто-то еще. Он стоит неподалеку, его присутствие вас успокаивает, вам приятно, что рядом кто-то есть. Вы видите, как рядом с вашим отражением в воде появляется еще

одно. Этот кто-то хорошо к вам относится и отлично понимает. Может быть, вы его уже знаете, а может, видите в первый раз. Это может быть старый мудрый человек, а может – какое-то животное или герой ваших фантазий. Главное – вы чувствуете, что это верный друг, которому можно полностью доверять (30 с).

Он зовет вас вместе с ним перейти через этот небольшой мост. Вместе вы поднимаетесь на холм, поросший мягкой травой. Там вы находите уютную пещеру. Друг первым входит в нее и садится поодаль. Приглашает сесть рядом с ним. Он начинает рассказывать о вашей жизни. Вы и представить не могли, что кто-то другой может так хорошо знать все ваши скрытые мысли и чувства и говорить о них с таким пониманием (6 с). И тогда вы понимаете, что можете говорить со своим верным другом о самых важных вещах. Можете задать ему вопрос, ответ на который вас интересует... Возможно, вы услышите ответ в его словах, а может, он придет в каких-то звуках, в особенном выражении лица или движении (1 мин).

В любой момент, когда вам потребуется совет или понимание, вы можете прийти к этому другу. Обсудить с ним важные для вас вопросы, услышать его мнение... А теперь поблагодарите своего верного друга за поддержку и попрощайтесь с ним на сегодня... Медленно пройдите той же тропой через холм к маленькому мосту. Еще раз посмотрите на свое отражение в воде. Вспомните, как было приятно, когда вы оказались на этом мосту не один, как это хорошо, когда есть человек, которому можно полностью доверять... А теперь потянитесь, напрягитесь и расслабьте свое тело... медленно откройте глаза.

Вопросы для обсуждения:

1. Кто был вашим верным другом?
2. Как вы себя чувствовали, когда выполняли упражнение?
3. Чем смог помочь верный друг?

Занятие 10. Цели: сформировать способность концентрировать силы и внимание, умение осознавать достижения, развить навыки уверенного поведения.

1. Групповая дискуссия

Предложите учащимся обсудить вопрос «Зачем нужна человеку уверенность?»

В ходе обсуждения подведите их к выводу о том, что важно быть уверенным в себе и правильно выражать собственные чувства. Подчеркните, что надо учиться принимать мнение и чувства окружающих, строить отношения на равных, уметь обратиться с просьбой, а при необходимости вежливо ответить отказом.

2. Тест «Насколько я уверен в себе»

Тест аналогичен методике Дембо – Рубинштейн.

Задача учащихся – оценить свою уверенность в каждой из шести ситуаций на предмет уверенности или неуверенности (см. рис.2.2).

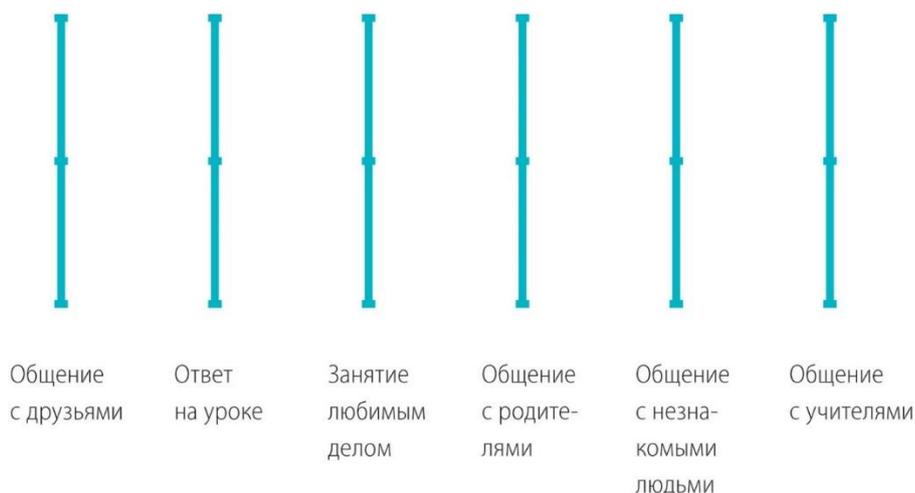


Рисунок 2.2 – Стимульный материал для детей

Крайняя точка снизу на линии означает неуверенность, крайняя сверху – очень сильную уверенность. Значком «Х» на каждой линии необходимо отметить уровень уверенности в каждой ситуации. Значком «У» – желаемый уровень уверенности.

3. Притча «О двух лягушках»

Расскажите учащимся притчу, попросите объяснить ее смысл.

О двух лягушках

Две лягушки упали в погреб и попали в банку с молоком. Одна сдалась, прекратила сопротивление и погибла. Другая лягушка продолжала прыгать и биться, хотя все ее движения казались бессмысленными. Со временем молоко под ударами лап лягушки загустело и превратилась в масло. Благодаря этому лягушка и смогла выпрыгнуть из банки.

4. Упражнение «Круг силы»

Расскажите учащимся о ситуациях, в которых, чтобы добиться поставленной цели, необходимо почувствовать себя сильными, уметь сконцентрироваться и собраться. Акцентируйте внимание на том, что в основе успешности человека лежит его уверенность в себе. Попросите ответить на вопросы:

1. Что вы делаете, когда надо решить сложную задачу?
2. Как настраиваетесь, например, перед контрольной работой, чтобы ее успешно написать?

Познакомьте учащихся со способом концентрации сил и внимания – он поможет в сложных ситуациях быстро обрести покой и уверенность.

Упражнение на концентрацию сил и внимания «Круг силы»

Сядь удобно, закрой глаза. Сделай три глубоких вдоха. Представь, что стоишь на сцене. Большой прожектор сверху освещает мягким теплым светом. Ты стоишь в круге золотого света. Вдохни теплый золотой свет...

Почувствуй, как сила и тепло проникают во все части тела, до самых кончиков пальцев рук и ног.

Ты стоишь в кругу своей силы на том самом месте, где ты чувствуешь себя самым сильным, прилежным, самым внимательным и спокойным.

Ты можешь представлять свой золотой круг в любой момент, когда захочешь почувствовать прилив новых сил и уверенность в себе. Этот свет охранит тебя, согреет и наполнит свежими силами.

Теперь напрягись, потянись и открой глаза.

5. Упражнение «Копилка моих успехов, хороших поступков»

Попросите учащихся в тетрадях написать заголовок «Копилка моих успехов и хороших поступков». Предложите им мысленно вспомнить все хорошее, что они совершили за последнее время. Возможно, они выполнили сложное и неприятное домашнее задание, подготовились к трудному уроку, выучили наизусть длинное-предлинное стихотворение, получили отличную оценку по какому-то предмету, помогли в чем-то родителям и проч. Попросите выбрать три поступка, которыми учащиеся особенно гордятся, и записать в копилку. После того как они зафиксируют в тетрадях свои достижения, предложите каждому похвалить себя за успехи и записать похвалу под каждым поступком, достижением. Рекомендуйте учащимся и в дальнейшем пользоваться этой копилкой – записывать в конце недели свои достижения и хорошие поступки и обязательно хвалить себя.

6. Упражнение «Абстрактная живопись»

Раздайте участникам по листу бумаги формата А4. Попросите их взять карандаш или фломастер, закрыть глаза и разрисовать лист таким образом, чтобы на нем не осталось свободного пространства (*1–2 мин*). Затем попросите учащихся открыть глаза, внимательно взглянуться в рисунок, придумать, на что он похож, и дорисовать таким образом, чтобы вышло осмысленное изображение (*6–10 мин*). На заключительном этапе учащиеся презентуют свои работы (*1 мин на каждого человека*).

Вопросы для обсуждения:

1. Какие рисунки запомнились, показались наиболее интересными? Чем именно?
2. Какие качества требуются, чтобы успешно справиться с таким заданием?
3. Где в жизни пригодятся эти качества?

Примечание. Психологический смысл упражнения в том, что на этапе создания рисунков тренируется креативность участников, на этапе презентации – уверенное поведение в ситуации представления группе результатов своего труда.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты исследования конфликтного поведения подростков после внедрения программы

Таблица 4.1 – Результаты исследования по методике К. У. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях», адаптированной Н. В. Гришиной

№	Обозначение испытуемого	Стили поведения				
		Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление
1	Испытуемый 1		+			
2	Испытуемый 2			+		
3	Испытуемый 3		+			
4	Испытуемый 4				+	
5	Испытуемый 5			+		
6	Испытуемый 6				+	
7	Испытуемый 7		+			
8	Испытуемый 8					+
9	Испытуемый 9		+			
10	Испытуемый 10		+			
11	Испытуемый 11			+		
12	Испытуемый 12					+
13	Испытуемый 13		+			
14	Испытуемый 14					+
15	Испытуемый 15			+		
16	Испытуемый 16		+			
17	Испытуемый 17		+			
18	Испытуемый 18					+
19	Испытуемый 19			+		
20	Испытуемый 20	+				
21	Испытуемый 21			+		

Продолжение таблицы 4.1

№	Обозначение испытуемого	Стили поведения				
		Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление
22	Испытуемый 22		+			
23	Испытуемый 23	+				
24	Испытуемый 24		+			

Таблица 4.2 – Обобщенные результаты исследования особенностей поведения в конфликтных ситуациях после проведения программы

Параметры	Стили поведения									
	Соперничество		Сотрудничество		Компромисс		Избегание		Приспособление	
	До	После	До	После	До	После	До	После	До	После
Кол-во детей	5	2	6	10	4	6	4	2	5	4
в %	20,8	8,3	25	41,7	16,7	25	16,7	8,3	20,8	16,7

Таблица 4.3 – Результаты исследования по методике «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева

№	Обозначение испытуемого	Количество баллов	Уровень
1	Испытуемый 1	15	Низкий
2	Испытуемый 2	28	Средний
3	Испытуемый 3	20	Низкий
4	Испытуемый 4	8	Средний
5	Испытуемый 5	21	Низкий
6	Испытуемый 6	27	Средний
7	Испытуемый 7	21	Низкий
8	Испытуемый 8	34	Высокий
9	Испытуемый 9	20	Низкий
10	Испытуемый 10	24	Средний
11	Испытуемый 11	16	Низкий

Продолжение таблицы 4.3

№	Обозначение испытуемого	Количество баллов	Уровень
12	Испытуемый 12	36	Высокий
13	Испытуемый 13	27	Средний
14	Испытуемый 14	27	Средний
15	Испытуемый 15	22	Низкий
16	Испытуемый 16	34	Высокий
17	Испытуемый 17	22	Низкий
18	Испытуемый 18	37	Высокий
19	Испытуемый 19	21	Низкий
20	Испытуемый 20	20	Низкий
21	Испытуемый 21	19	Низкий
22	Испытуемый 22	37	Высокий
23	Испытуемый 23	19	Низкий
24	Испытуемый 24	26	Средний

Таблица 4.4 – Обобщенные результаты исследования уровня конфликтности подростков после проведения программы

Параметры	Уровни					
	Высокий		Средний		Низкий	
	До	После	До	После	До	После
Количество детей	11	6	10	6	3	12
в %	45,8	25	41,7	25	12,5	50

Таблица 4.5 – Результаты расчета Т-критерия Вилкоксона по методике «Уровень конфликтности личности» В. И. Андреева

№	Результаты исследования		Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
	до эксперимента	после эксперимента			
1	25	15	-10	10	17
2	37	28	-9	9	14.5

Продолжение таблицы 4.5

№	Результаты исследования		Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
	до эксперимента	после эксперимента			
3	15	20	5	5	8.5
4	38	8	-30	30	23
5	26	21	-5	5	8.5
6	37	27	-10	10	17
7	15	21	6	6	10.5
8	38	34	-4	4	6.5
9	27	20	-7	7	12.5
10	37	24	-13	13	21
11	17	16	-1	1	1
12	33	36	3	3	4
13	33	27	-6	6	10.5
14	34	27	-7	7	12.5
15	26	22	-4	4	6.5
16	37	34	-3	3	4
17	24	22	-2	2	2
18	37	37	–	–	–
19	32	21	-11	11	19
20	34	20	-14	14	22
21	31	19	-12	12	20
22	34	37	3	3	4
23	28	19	-9	9	14.5
24	36	26	-10	10	17

Нулевые показатели исключаем из полученной матрицы значений. В связи с этим выборка сократилась на 1 человека. Количество человек в выборке составляет 23.

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=276$.

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\Sigma(R)_p = \frac{N(N + 1)}{2} = \frac{23(23 + 1)}{2} = 276.$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те сдвиги, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены жирным шрифтом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T = \sum R_r = 8.5 + 10.5 + 4 + 4 = 27.$$

Критические значения Т при n=23 представлены в таблице 4.6.

Таблица 4.6 – Критические значения

n	Т _{кр}	
	0.01	0.05
23	62	83

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае отрицательных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости: Т_{эмп} < Т_{кр} (0,01). Т_{эмп} находится в зоне значимости.

Таким образом, нами принимается альтернативная гипотеза.

Таблица 4.7 – Результаты исследования по методике «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А. В. Киселева

№	Обозначение испытуемого	Количество баллов	Уровень
1	Испытуемый 1	19	Низкий
2	Испытуемый 2	24	Средний
3	Испытуемый 3	19	Низкий
4	Испытуемый 4	32	Высокий
5	Испытуемый 5	18	Низкий
6	Испытуемый 6	23	Средний
7	Испытуемый 7	10	Низкий
8	Испытуемый 8	28	Высокий
9	Испытуемый 9	17	Низкий
10	Испытуемый 10	24	Средний
11	Испытуемый 11	17	Низкий

Продолжение таблицы 4.7

№	Обозначение испытуемого	Количество баллов	Уровень
12	Испытуемый 12	29	Высокий
13	Испытуемый 13	19	Низкий
14	Испытуемый 14	24	Средний
15	Испытуемый 15	18	Низкий
16	Испытуемый 16	31	Высокий
17	Испытуемый 17	18	Низкий
18	Испытуемый 18	33	Высокий
19	Испытуемый 19	17	Низкий
20	Испытуемый 20	25	Средний
21	Испытуемый 21	16	Низкий
22	Испытуемый 22	32	Высокий
23	Испытуемый 23	19	Низкий
24	Испытуемый 24	24	Средний

Таблица 4.8 – Обобщенные результаты уровня предрасположенности подростка к конфликтам после проведения программы

Параметры	Уровни					
	Высокий		Средний		Низкий	
	До	После	До	После	До	После
Количество детей	13	5	8	7	3	12
в %	54,2	20,8	33,3	29,2	12,5	50

Таблица 4.9 – Результаты расчета Т-критерия Вилкоксона по методике «Предрасположены ли Вы к конфликтам?» А. В. Киселев

№	Результаты исследования		Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
	до эксперимента	после эксперимента			
1	21	19	-2	2	6
2	27	24	-3	3	8.5

Продолжение таблицы 4.9

№	Результаты исследования		Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
	до эксперимента	после эксперимента			
3	25	19	-6	6	17
4	31	32	1	1	2.5
5	24	18	-6	6	17
6	27	23	-4	4	11
7	11	10	-1	1	2.5
8	28	28	–	–	–
9	25	17	-8	8	20
10	29	24	-5	5	14
11	16	17	1	1	2.5
12	27	29	2	2	6
13	22	19	-3	3	8.5
14	29	24	-5	5	14
15	22	18	-4	4	11
16	31	31	–	–	–
17	24	18	-6	6	17
18	32	33	1	1	2.5
19	25	17	-8	8	20
20	33	25	-8	8	20
21	20	16	-4	4	11
22	32	32	–	–	–
23	21	19	-2	2	6
24	29	24	-5	5	14

Нулевые показатели исключаем из полученной матрицы значений. В связи с этим выборка сократилась на 3 человека. Количество человек в выборке составляет 21.

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=231$.

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\Sigma(R)_p = \frac{N(N + 1)}{2} = \frac{21(21 + 1)}{2} = 231.$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те сдвиги, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены жирным шрифтом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T = \Sigma R_r = 2.5+2.5+6+2.5 = 13.5.$$

Критические значения Т при n=21 представлены в таблице 4.10.

Таблица 4.10 – Критические значения

n	Т _{кр}	
	0.01	0.05
21	49	67

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае отрицательных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости: $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}(0,01)$. $T_{\text{эмп}}$ находится в зоне значимости.

Таким образом, нами принимается альтернативная гипотеза.