



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Южно-Уральский государственный  
гуманитарно-педагогический университет»  
ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ»

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

**ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СЕМЬЕЙ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПО  
ФОРМИРОВАНИЮ ПАТТЕРНОВ ПОВЕДЕНИЯ  
В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ**

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы магистратуры  
«Психолого-педагогическое сопровождение семьи»

Проверена на объем заимствований:  
68,76 % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
« 14 » 11 2017 г.  
зав. кафедрой ППиПМ  
Волчегорская Е.Ю.

Выполнила:  
Студентка группы ЗФ-308/207-2-1  
Боровинская Юлия Николаевна

Научный руководитель:  
кан.пед.наук, доцент кафедры ПП и ПМ  
Жукова Марина Владимировна

Челябинск  
2017

## Содержание

Введение.....	3
Глава I. Теоретические аспекты проблемы работы с семьёй по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях.....	10
1.1 Типы семьи и семейного воспитания и их влияние на формирование паттернов поведения в конфликтных ситуациях.....	10
1.2 Сущность понятия «конфликт», стратегии поведения в конфликте...	29
Выводы по I главе.....	40
Глава II . Организация исследования по взаимодействию с семьей старших школьников в процессе формирования паттернов поведения в конфликтных ситуациях.....	42
2.1 Цели и задачи экспериментальной работы.....	42
2.2 Реализация программы практикума по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях.....	44
Выводы по II главе.....	76
Глава III. Результаты исследования и их обсуждение.....	77
3.1 Анализ и интерпретация результатов (констатирующего этапа экспериментальной работы).....	77
3.2 Анализ и интерпретация результатов (контрольного этапа экспериментальной работы).....	81
Выводы по III главе.....	84
Заключение.....	85
Список литературы.....	87
Приложения	

## ВВЕДЕНИЕ

*«Если существует нечто,  
что мы желаем изменить в ребенке,  
нужно вначале исследовать и посмотреть,  
не является ли это тем,  
что лучше было бы изменить в нас самих»*

Карл Густав Юнг

Семья является важным социальным институтом общества, тем фундаментом, который определяет развитие ребёнка и, в более глобальном смысле развитие общества.

Семья полноправный субъект воспитательно-образовательного процесса, и именно от условий семейного воспитания, зависит формирование личности ребёнка, его познавательной активности и развитие образовательных потребностей.

В первую очередь семейное воспитание направлено на развитие у ребенка представлений о необходимости следовать определенным нормам поведения, так как без этой способности невозможно выполнять указания взрослого, сосредоточиться на каком-нибудь деле и довести его до конца, планировать свои поступки. Все эти действия требуют произвольности, то есть способности управлять собой, регулировать свое поведение и деятельность.

Проблемами семейного воспитания занимались С.Л. Рубинштейн, Н.А.Лобан, Л.Б.Шнайдер, А.Г.Харчев, Э.Гидденс, А.Е. Личко, В.Н. Дружинин Д. Леви; Э.Г. Эйдемиллер, Юстицкис, и др.

Издавна проблематика конфликта была предметом изучения философов Конфуция, Платона, Аристотеля. Проблемы урегулирования конфликтов рассмотрены в трудах Н.А Лобана, И.И Санжаревского, А. Я. Анцупова, А. И. Шипилова, К.Хорни, Э. Эриксона, М. Дойча , А.Р. Лурия, К. Левина, Н.В. Гришиной, Е.С. Кузьмина, Я.Л. Коломинского, Б.И. Хасана, В.С. Мерлина, Т.А. Полозовой, А.И. Шипилова, Н.И. Леонова, С.М. Емельянова и др.

Исследования по проблемам формирования паттернов поведения проведены Е. Мелибруда, К.У. Томасом, Р.Х. Килменом.

Скоростной век, постоянно растущее количество семей конфликтных, неблагополучных, с обедненной степенью психолого-педагогической культуры, и культуры вообще, вместе с загруженностью родителей значительно коверкает отношения детей и родителей.

Это наблюдается в оскудении, поверхностности взаимосвязи детско-родительских отношений, утрате взаимной деятельности, недостатке внимания и чуткости друг к другу. Что неизбежно ведет к установке заниженной самооценки, неверию в собственные возможности к негативной степени самоутверждения, нередко выражающееся в педагогической запущенности и задержках психического развития [65].

Многие родители некомпетентны в вопросах семейного воспитания, не знакомы с закономерностями развития и воспитания детей в разные возрастные периоды. Взрослые порой не представляют целей семейного воспитания, не видят оптимальные пути достижения этих целей, воспитывают собственных детей подобно тому, как воспитывали их самих, не учитывая современную социальную ситуацию развития.

Отдельным вопросом представляется нам патетическая ненадежность самих родителей, что сказывается в первую очередь на детях. В психологии и в медицине известен пагубный эффект слова на самочувствие человека. В прямом смысле психотравмирующие моменты толкования родителей – это весомая социально-психологическая проблема.

В настоящее время перед нами расстилается неизмеримый простор насущных задач семейной проблематики, безотлагательно нуждающихся в гипогенном, абстрактном осознании, требующем осязаемого увеличения экспериментальных трудов.

Одним из важнейших условий реализации сложных задач становится включение родителей в образовательный процесс, не только в качестве заказчиков и потребителей образовательных услуг, а, прежде всего, в

качестве активных субъектов образовательного процесса. Современные родители, принимая эту роль, зачастую рассматривают ее односторонне, чаще с позиции права, а не обязанности. Вместе с тем и международное, и российское законодательство, характеризуя роль родителей, прежде всего, определяет область их ответственности в процессах образования и воспитания.

Так в «Конвенции о правах ребенка» (ст.18) говорится о том, что «родители или в соответствующих случаях законные опекуны несут основную ответственность за воспитание и развитие ребенка. Наилучшие интересы ребенка являются предметом их основной заботы» [27].

В «Семейном кодексе РФ» (ст.63) указывается на то, что «родители несут ответственность за воспитание и развитие своих детей. Они обязаны заботиться о здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии своих детей» [54].

Закон РФ «Об образовании» (ст.18) гласит о том, что «родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в раннем детском возрасте» [57].

Принципиально, в конце концов, уразуметь, что жизнь делают люди и то, какие взаимоотношения вырабатываются между ними в социуме, вычерчивает все, что в целом происходит с человечеством и миром, в котором оно находится.

Таким образом, актуальность исследования проблемы взаимодействия с семьей старших школьников по формирования паттернов поведения в конфликтных ситуациях достаточно велика.

На социальном уровне значимость работы обусловлена необходимостью способствовать установлению и развитию отношений партнерства и сотрудничества в процессе общения.

На научном уровне значимость работы заключается в том, что, несмотря на имеющееся немалое количество исследований по данной теме,

актуальной становится проблема привлечения родителей старших школьников к формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях.

На практическом уровне значимость работы обусловлена недостаточностью методической обеспеченности процесса взаимодействия педагога с семьёй по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях.

Таким образом, налицо **противоречие** между необходимостью формирования у старших школьников эффективных стратегий и паттернов поведения в конфликтных ситуациях с одной стороны и недостаточным методическим обеспечением процесса взаимодействия с родителями в данном направлении с другой.

Данное противоречие обусловило **проблему** нашего исследования: каково содержание программы практикума по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях.

Это определило выбор **темы** магистерской диссертации: «Взаимодействие с семьей старших школьников по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях».

**Цель** нашей работы: теоретическое обоснование и экспериментальная проверка результативности практикума взаимодействия педагога с семьей старших школьников по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях.

В соответствии с поставленной целью, необходимо решить следующие **задачи**

1. Изучить сущность понятия «семья» в психолого-педагогической литературе;
2. Охарактеризовать типы семейного воспитания и рассмотреть их влияние на формирование паттернов поведения в конфликтных ситуациях

3. Изучить сущность понятия «конфликт». Стратегию поведения человека в конфликтной ситуации, способы урегулирования конфликтов.

4. Экспериментальным путем проверить результативность практикума по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях.

**Объектом** исследования выступает процесс формирования у старших школьников паттернов поведения в конфликтных ситуациях.

**Предметом** исследования является формирование паттернов поведения в конфликтных ситуациях у старших школьников в процессе взаимодействия педагога и семьи.

**Гипотеза** исследования: внедрение в учебно-воспитательный процесс практикума взаимодействия педагога с семьей старших школьников, направленного на формирование паттернов поведения в конфликтных ситуациях приведет к снижению уровня конфликтности.

**Методологическая основа исследования:**

- личностно-ориентированный подход, позволивший определить содержание программы практикума для учащихся и родителей с учетом личностных особенностей субъектов.
- системно-деятельностный подход, позволивший разработать структуру практикума.

На разных этапах работы использованы различные **методы** психологического исследования.

1. Теоретические: анализ отечественной и зарубежной философской, психолого-педагогической и научно-методической литературы, классификация, сравнение, синтез, обобщение;

2. Эмпирические: тестирование, эксперимент (констатирующий, формирующий и контрольный);

3. Методы математической статистики: обработка результатов полученных в ходе эксперимента, анализ и обобщение материала.

**Теоретическая значимость** заключается в том, что обоснованы возможности, содержание совместной деятельности педагога и семьи по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях.

**Практическая значимость** магистерской диссертации состоит в том, что разработанная программа практикума может быть использована с целью предупреждения и разрешения конфликтных ситуаций, как у детей, так и у их родителей.

**База исследования** МАОУ СОШ № 41 г. Челябинска. В выборочную совокупность вошли 19 учащихся 10 «А» класса (девочки), и 21 учащаяся 10 «Б» класса (девочки), а так же их родители.

#### **Основные этапы:**

На первом этапе изучалась степень исследования проблемы в психолого-педагогической литературе, анализировались основные понятия, формулировались методологические положения исследования, разрабатывалась методика проведения экспериментальной работы, подбирался методический инструментарий; осуществлялось проведение констатирующего этапа экспериментальной работы, и разрабатывалась программа практикума.

На втором этапе в рамках формирующего эксперимента внедрялась программа практикума «Пойми и прими» по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях в учебно-воспитательный процесс.

На третьем, проводился контрольный этап экспериментальной работы;

На четвертом этапе проводились обработка и анализ полученных результатов, оформление работы, корректировка выводов.

**Апробация** исследования осуществлялась путем:

1. Выступление с результатами исследования на заседании методического объединения естественно-технологического направления МАОУ СОШ №41.

2. Выступление на педагогическом совете МАОУ СОШ №41

«О проблемах взаимодействия с семьей по урегулированию конфликтных ситуаций»

3. Публикация в сборнике статей победителей VIII международной научно-практической конференции, состоявшейся 7 февраля 2017г. Пенза – в печати. Боровинская Ю.Н. «Роль нарушения внутрисемейных отношений в возникновении конфликтов в системе «родители-дети»

4. Международная конференция по коммуникациям, образованию, языку и социальным наукам, Осло, Норвегия 12 декабря 2017г. «Анализ результатов изучения поведения в конфликтных ситуациях девочек старшего школьного возраста и их родителей»

5. V Международный педагогический форум молодых ученых «Тенденции, перспективы и приоритеты развития современной системы образования» 13 декабря 2017 г. Самара «Работа с семьей по формированию паттернов и стратегий поведения в конфликтных ситуациях».

Структура работы: Магистерская диссертация состоит из введения, трех глав, выводов по главам, заключения, библиографического списка, включающего 67 источников и приложения.

# **ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ВЛИЯНИЯ ТИПОВ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ НА ПОВЕДЕНИЕ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ**

## **1.1. Типы семьи и семейного воспитания и их влияние на формирование паттернов поведения в конфликтных ситуациях**

В реалиях XXI века остро стоят вопросы по поводу того, как нам обрести устойчивый, гармоничный союз с другим человеком и каким образом сохранить этот союз на протяжении всей жизни.

Лучше всего это выразил С. Л. Рубинштейн: «Отношение к другому человеку, к людям составляет основную ткань человеческой жизни, ее сердцевину. «Сердце» человека все соткано из его человеческих отношений к другим людям; то, чего оно стоит, целиком определяется тем, к каким человеческим отношениям человек стремится, какие отношения к людям, к другому человеку он способен устанавливать» [50].

Богатство духовного мира личности зависит от разнообразия и глубины системы ее отношения к различным аспектам жизни.

В жизни любого человека семья занимает важное место. Семья часто рассматривается как самый малый социальный институт, социальная ячейка общества.

Существует достаточно определений понятия «семья». В социальной психологии семья рассматривается малой социальной группой, важнейшей формой организации личного быта, основанной на супружеском союзе и родственных связях, т.е. отношениях между мужем и женой, родителями и детьми, проживающими вместе и ведущими совместное хозяйство [2]. Именно в ней растет и получает воспитание ребенок, с первых лет своей жизни он усваивает правила совместного проживания, нормы межличностных отношений.

Характеризуя сложную систему взаимоотношений, под семьей понимают ценнейшую форму устройства частной жизни, вид социальной идентичности, малую группу, организованную на брачной связи,

родственном союзе или адаптации, стало быть, на многогранных отношениях между супругами, родителями и детьми, братьями, сестрами, иными родственникам, проживающими под одной крышей и ведущими совместный быт.

Специалисты разных сфер используют определение, популярное еще в советское время, предложенное крупным деятелем в области социологии семьи А.Г. Харчевым: «Семья это исторически конкретная система взаимоотношений между супругами, между родителями и детьми, это малая социальная группа, члены которой связаны брачными или родительскими отношениями, общностью быта и взаимной моральной ответственностью, социальная необходимость в которой обусловлена потребностью общества в физическом и духовном воспроизводстве населения» [58].

В своей работе мы придерживались более современного, короткого, но емкого определения, данного английским социологом Энтони Гидденсом, который представляет семью, как группу людей, имеющих прямые родственные связи, а обязательства по заботе о детях принимают на себя взрослые члены группы [11].

Семья – центральный институт социализации поднимающихся поколений, семья представляет собой индивидуальную сферу жизни и воспитания детей, особенности которой характеризуются набором свойств отдельно взятой семьи. К таким параметрам относят следующие:

1. Демографический – устройство семьи (расширенная, включающая иных родственников, или нуклеарная, состоящая лишь из родителей и детей; полная или неполная; имеющая одного ребенка, не имеющая детей, или семья с тремя детьми и более).
2. Социально-культурный – просветительский уровень родителей, их причастие к общественной жизни.
3. Социально-экономический – материальные характеристики и участие родителей в профессиональной деятельности..

4. Техничко-гигиенический – среда пребывания, обустроенность жилья, особенности жизненного уклада [6].

Социализация личности зависит от структуры и типа семьи, от взаимоотношений в семье, влияния и авторитетности родителей. Первейшим условием проживания, плодотворного развития и существования семьи становятся отношения между членами семьи, которые основываются на взаимной вере и коммуникабельности.

Маркером взаимопонимания в семье представляются такие компоненты как восприятие, признание, содействие.

В последние десятилетия явно наблюдается цепь направлений ориентированная на усовершенствование семьи:

- переключение от больших семей традиционного типа к нуклеарным семьям (родители и дети);
- уменьшение рождаемости;
- несоразмерность в протяженности жизненного пути мужчин и женщин;
- умножение числа расторжений семейных союзов;
- увеличение количества детей, возвращающихся без семьи, или в условиях изоляции с родителями или другими близкими родственниками;
- уравнивание отношений в семье, переход от крепкого закрепления ролей к взаимозаменяемости супругов, сообщничество, содействие и обоюдная помощь;
- значительный рост числа юных родителей – несовершеннолетних;
- подъем числа правонарушений на семейно - бытовой основе;
- увеличение количества семей без детей, в которых статус «бездетная» осознанный выбор партнеров;
- возникновение семей, где два супруга, а не только муж, как в традиционной семье, занимаются профессиональной карьерой, самореализацией [25].

Не смотря на это, за минувшие годы обозначился очевидный прогресс, в сторону избрания семьи, как оптимальной категории партнерской связи. Что в свою очередь является залогом саморазвития и субъективного процветания.

Важность семьи, ее популярность, несомненно растет, что подтверждается учеными социологами, так Голод выявил особенности современной семьи: [12]

1. Особая роль родительства, как института первичной социализации человека.
2. Фундаментом семейного союза являются любовь, привязанность принятие и опора.
3. Система семьи значится довольно открытой. Правовые, этические, религиозные, социально-психологические преграды развода супругов минимизированы.
4. Переключение от большой семьи (наличие других близких родственников) к нуклеарной, являющейся наиболее типичным вариантом семейной системы.

Исследования ученых-социологов дают возможность проанализировать психологические особенности российских семей:

1. Значительный градус финансовой, душевной, чувствительной подчиненности партнеров семьи друг от друга;
2. Бессвязность семейных ролей, их неудовлетворительная согласованность;
3. Минимальная эмоциональная вовлеченность, опосредованность представителя сильного пола в жизнь семьи;
4. Противоборство между поколениями вследствие совместного проживания и размытости границ семейной системы [66].

Микроклимат в семье обусловлен устоями общения, финансовым и эмоциональным состоянием ее членов, типом семьи. Семья как первичное социальное звено общества консолидирует людей, координирует развитие

подростающего поколения, когнитивную, трудовую деятельность индивида, реализуя определенные функции.

По мнению А.Г. Харчева основной является функция репродуктивно-биологическая (воспроизводство населения), хотя не менее важными считаются следующие:

- воспитательная – социализация подрастающего поколения;
- хозяйственно-бытовая – подкрепление физической ситуации семьи, содержание детей и престарелых;
- экономическая – предоставление финансов одних членов семьи для других, протекция несовершеннолетних и пожилых;
- функция социального контроля – ответственность старшего поколения за младшее; обязательства членов в обществе, в различных сферах деятельности, это обязанность между супругами, родителями и детьми,
- духовное общение – благочестивое обогащение всех членов семьи;
- социально-статусная – реализация возможности определенного социального положения в обществе для всех членов семьи;
- досуговая – организация времяпрепровождения, развитие обоюдного обогащения кругозора каждого в семье;
- эмоциональная – реализация душевной защиты всех членов семьи, организация эмоциональной устойчивости личности;
- социальная функция семьи – обеспечение охраны семьи государством, путем формирования законодательной базы в сфере социально – правовой охраны и защиты прав и интересов материнства и детства, а также семьи в целом [58].

Рано или поздно свершаются преобразования в структуре и авторитетности разных функций семьи, что является следствием межличностных отношений и возрастных границ ее представителей. Основными функциями семьи сегодня значатся:

– хозяйственная функция – удовлетворенность материальных нужд участников семейства (в жилье, пище, одежде и т.д.) в соответствии доходов и финансового состояния мужа и жены;

– репродуктивно-воспитательная функция – удовлетворение необходимости партнеров в браке, воспроизведении потомства, заботе, воспитании и развитии детей;

– сексуально-эротическая функция – утоление сексуально-эротических нужд партнеров по браку в соответствии специфики воспитания, житейских укладов и др.;

– эмоциональная функция – обеспечение членов семьи душевным теплом, оказание содействия, уважение и признание, участие и надежность, принятие ценности собственного «Я»;

– рекреативная функция – обеспечение совместного свободного времяпрепровождения, обоюдного духовного обогащения, в соответствии с просветительскими и образовательными потребностями, профессиональной занятостью;

– ценностно-ориентационная функция – обеспечение наилучших установок для разностороннего усовершенствования личности, попечение каждого из членов семьи, проявление единых целеполаганий, намерений, оберегание и защита каждого в семье.

– функция социального контроля – поручительство исполнения социальных требований участниками семьи, в частности, за тех, кто имеет некоторые ограничения и отсутствие способности самостоятельно выстраивать взаимоотношения [2,34].

Современные семьи отдают предпочтение городской жизни, что приводит к минимизированию общесемейной деятельности и преобладанию потребления обширного количества внесемейных заведений. Современная городская семья сегодня отличается стремлением к финансовой независимости экономической самостоятельности партнеров по браку, что

приводит к уничтожению домашних обязанностей, минимизации бытовых забот, в результате стремления слабого пола к профессиональной карьере.

Неторопливо, но непрестанно свершается нивелирование близких отношений среди родственников, распространение внесемейного круга, пристрастие к безнравственности и сомнительным, порой порочным ресурсам. Новый, неизведанный мир настолько соблазнителен, что с легкостью завоевывает человеческие души с невообразимой легкостью.

Что не может не отразиться на особенностях взаимодействия с окружающими. Наряду с этим бесспорное влияние на поведение оказывает структура семьи характер межличностных отношений,

Осложнение родительских взаимоотношений не редко является следствием торможения интеллектуального развития чада. Неблагополучные отношения и неудовлетворительны условия пребывания, свойственные подавляющему числу как говорится трудных подростков, ведут к снижению адаптивных способностей, послаблению стрессоустойчивости, повышению неуверенности в себе и своих силах и тревожности. Поэтому особенно важно, в каком типе семьи воспитывался ребенок.

### **Типы семьи и семейного воспитания**

Семья – это столп, на основе которого выстраивается взаимодействие с окружающими. Несмотря на то, что семья является самой древней и наиболее широко распространенной социальной группой, знания о ней у большинства людей сводятся к разделению – на благополучные и не благополучные.

Сегодня нет полной классификации семей по причине их многообразия, обусловленного национальными, культурными, религиозными, возрастными и многими другими различиями. Чем больше таких групп выделяется, тем более обстоятельно и научно обоснованно исследуется семья.

Использование различных типологий помогает получить более полную картину важнейших характеристик семьи в социальном и научном плане: брачности, разводимости, рождаемости, влияния семьи на воспитание детей.

Классификацию типов семей осуществляют по следующим критериям: составу семьи, количеству детей, стажу супружеской жизни, социально-ролевым признакам, профессиональной занятости и карьере супругов, уровню благополучия и др.

Используя перечисленные критерии, ученые, предлагают самые различные классификации типов семей. Например, Д. Леви выделяет следующие четыре типа семей:

- нуклеарная семья (муж, жена, дети);
- пополненная семья – расширенное по своей структуре сожителство (муж, жена, их дети, взрослые родители других поколений, возможно другие близкие родственники живущие под одной крышей);
- смешанная семья, являющаяся следствием брака разведенных родителей (неродные родители и приемные дети, дети от прежних браков);
- семья родителя-одиночки (матери или отца) [31].

Е.А. Личко, разобрал классификацию семей следующим образом

По структурному составу:

- полная,
- неполная,
- искаженная или деформированная (наличие отчима или мачехи)

По функциональным особенностям:

- гармоничная семья
- дисгармоничная семья.

По семейному стажу супругов выделяют:

- семья молодоженов. На днях образовавшаяся семья, пребывающая в медовом периоде, характерным состоянием такой семьи является ощущение эйфории. Они еще грезят радужными мечтами, грандиозными планами

мечтами, зачастую оторванными от реальности. Они еще в самом начале своего жизненного пути, полны уверенности в своих силах, так как пока для них в жизни все просто;

– молодая семья – следующая ступень. Семья, впервые столкнувшаяся со сложностями. К молодоженам приходит осознание того, что для крепких отношений одной любви недостаточно. Проявляются первые претензии, желание изменить, перекроить партнера;

– семья, ждущая ребенка. Очередная стадия, к которой приближается семья, в ожидании первого ребенка. В этот период происходят значительные перемены с каждым из партнеров. Внимательность и опека супруга становится беспредельной;

– семья среднего супружеского возраста (3-10 лет совместной жизни). Это достаточно критическая фаза супружеской жизни. В эти годы прослеживается однообразие, скука, наблюдается шаблонность взаимоотношений, разочарование, что приводит к конфликтам и зачастую к расторжению брака;

– семья старшего супружеского возраста (10-20 лет). Душевное спокойствие и моральное благополучие супругов в этот период напрямую зависит от глубины их личностных характеристик и обоюдной уступчивости;

– пожилые супружеские пары. На эту ступень поднимаются пары, поженившие своих детей, имеющие внуков.

По наличию детей рассматривают следующие разновидности семей:

– инфертильные (бездетные) семьи, в которых на протяжении десятка лет дети так и не появились. Союз этот не прочный, треть этой категории расстаются, инициатором разрыва является супруг.

– однопородная семья. Городские семьи в этом перечне составляют 53,65%, сельские от 38 до 42%. Мнение значительного числа специалистов совпадают в том, что представители этой группы люди безответственные, с отсутствием трудолюбия и эгоцентризмом. Каждая вторая такая семья обречена на крах,

остальные же не обеспечивают достойного развития ребенку, т.к. их педагогические возможности не благоприятны.

– малодетная семья (семья, воспитывающая двоих детей). Семья крепчает с появлением следующего ребенка в три раза.

– многодетная семья – обладателем этого статуса является семья с тремя детьми и более. Чрезвычайно редкие разводы случаются здесь из-за финансовой несостоятельности мужа или по нравственно-психологическому прогоранию его же [12].

И.В.Гребенников разграничил семьи на три типа по распределению семейных ролей:

- авторитарная с откровенным оттенком патриархальности;
- автономная – супруги распределяют роли и не вмешиваются в сферу влияния друг друга;
- демократическая – управление семьей лежит на плечах обоих супругов в равной мере. [15]

Например, С.И. Голод выделяет три исторических типа семьи по критерию власти: патриархальный, детоцентрический, супружеский.

Основой патриархальной (традиционной) семьи является авторитарная власть мужа, зависимость детей от родителей. В такой семье преобладает авторитарная система воспитания и абсолютная родительская власть.

Детоцентрический (современный) тип семьи предполагает равноправие супругов, близость отношений между всеми членами семьи и преобладание воспитательной функции. Особенностью данного типа семьи является планируемость рождения детей, малодетность, ограниченность репродуктивного периода.

Отличиями, характерными для супружеского (постсовременного) типа семьи является личностный рост и самореализация каждого из членов семьи, в то время как воспитательная функция хотя и не отодвигается на второй план, но, тем не менее, является не первичной [21].

А.И. Антонов и В.М. Медков предложили классификацию семей по тому же признаку и выделяют на этой основе:

- патриархальные семьи, где отец является главой семейства;
- матриархальные, где несомненной властью и авторитетностью обладает мать;
- эгалитарные семьи, с преобладающим ситуативным распределением ролей, с неявным проявлением семейного главенствования [2, 34].

Безусловно, положительными последствиями нуклеаризации является повышение уровня самостоятельности и ответственности детей и родителей, но затрудняется процесс передачи опыта, духовных и нравственных ценностей, традиций семьи от прародителей подрастающему поколению.

Таким образом, воспитательный опыт старшего поколения оказывается практически не востребованным, что значительно обедняет личность ребенка, усложняя процесс формирования социально приемлемых норм поведения, эмпатийного отношения к членам своей семьи, эмоциональной привязанности. Рассогласование воспитательных воздействий, применяемых старшим и молодым поколением, приводит к конфликтности, перед ребенком возникает проблема «подстраивания» к требованиям взрослых, ребенок вынужден изворачиваться и лгать [23].

В исследованиях В.Н. Дружинина описано, что семья оказывает сильное влияние на совокупность физической и духовной жизни человека, охватывает все аспекты его личности [19].

Благоприятное формирование личности в первую очередь продиктовано семьей. Следовательно, чем благополучней семья, тем эффективнее воспитательный процесс.

В гармоничных семьях участники ощущают тепло, заботу, эмоциональную симпатию друг к другу, среди них не наблюдается соперничества, каждый знает и исполняет свои обязанности. Члены гармоничной семьи не игнорируют друг друга, не узурпируют над

функциями остальных. Такие семьи отличаются отсутствием устойчивых подгрупп, таких как (мать-дочь, отец-сын и др.) [3].

Гармоничные внутрисемейные отношения характеризуются сотрудничеством и взаимопомощью, равноправием всех участников семейного союза, гибкостью оценок и образа действий в соответствии ситуации или обстоятельств, взаимодействие с детьми данных семьях происходит по товарищески, не подчеркивая свое превосходство, допуская обсуждение собственных распоряжений. Поведение ребенка корректно направляется, без жесткой критики, ребенок получает похвалу и поощрение. Родители в данных семьях придерживаются демократического стиля воспитания детей, что стимулирует развитие индивидуальности.

Эти факторы приводят психотерапевтическому эффекту понимания, принятия и одобрения личности детей. Позволяют направлять возникающие конфликты «родители дети» в конструктивное русло, ослабляет уровень конфликтности в семье [20].

Неэффективность родительского отношения к ребенку зачастую является основной причиной детско-родительских конфликтов.

В дисгармоничных семьях отмечается противоборствующее взаимодействие супругов и детей, напряженность, отчуждение, затяжное нарушение психологического климата, невозможность найти приемлемые варианты общения между собой. Во взаимоотношениях сохраняется дистанция, в расчет не принимаются чувства и эмоции детей, что приводит к невротическим срывам членов семьи, возникновению чувства постоянного беспокойства и тревоги у детей. Преимущественными считаются авторитарные методы воспитания, жесткая система зачастую необоснованных запретов, что приводит к преобладанию деструктивных конфликтов. Уровень конфликтности семьи в достаточной степени высокий [53].

Пребывание в неблагополучной семье неизбежно приводит к демонстрации низкого уровня социальной нормативности. Детям,

воспитывающимся в такой семье характерна неразвитость произвольных форм поведения, дисгармоничность интеллектуальной сферы, они отличаются повышенной агрессивностью, конфликтностью, низким уровнем саморегуляции, отрицательной волевой направленностью, неадекватной самооценкой. Эти дети не способны сочувствовать, сопереживать, т.к. были лишены эмпатийного общения.

Существуют авторские классификации неблагополучных семей. Л.С.Алексеева в качестве основания для такой классификации выделяет характер внутрисемейных коммуникаций и внутрисемейное поведение. В связи с этим она выделяет пять типов неблагополучных семей:

- конфликтная;
- аморальная;
- педагогически некомпетентная;
- уклоняющаяся, т.е. не обеспечивающая надлежащий контроль и уход за ребенком;
- семья, ведущая асоциальный образ жизни [14].

В основе классификаций В.М. Целуйко лежат так же доминирующие факторы неблагополучия семьи. С этой точки зрения все неблагополучные семьи она делит на две большие группы:

- первая группа – семьи с явной формой неблагополучия: проблемные, конфликтные, многодетные, малообеспеченные, асоциальные, аморально-криминальные, семьи с недостатком воспитательных ресурсов.
- вторая группа – семьи со скрытой формой неблагополучия: недоверчивая (легкомысленная, хитрая) семья; семья, ориентированная на успех; семья известных людей; семья состоятельных родителей и др. [61].

Наиболее полная классификация типологии семейных структур и их основных разновидностей дана В.С. Торохтием в его книге «Психология социальной работы с семьей». В сводной таблице автор указывает более десяти критериев, по которым можно определить тот или иной тип семьи,

перечисляет около пятидесяти видов семей и называет их отличительные признаки. В частности, в особую группу он относит семьи по ценности направленности:

- детоцентристскую;
- семью потребления;
- психотерапевтическую;
- семью «здорового образа жизни»;
- семью «тщеславия»;
- спортивно-походную;
- интеллектуальную и др.

По критерию профессиональности занятости ученый выделяет семьи полной или частичной занятости:

- семью безработных;
- семью пенсионеров;
- бикарьерную семью и др. [56].

Разумеется, реальные семьи обладают не одним, а несколькими признаками по выделенным критериям. В этой связи одна и та же семья может быть отнесена к нескольким группам одновременно и охарактеризована по разным основаниям. Кроме того, трудно установить, какие из критериев являются основаниями для типизации, а какие лишь описывают так называемые семейные формы.

В этой связи можно констатировать, что классификация типов семей представляет собой сложную задачу и требует особого внимания со стороны ученых и специалистов-практиков.

Проблема отношений родителей к детям является, одной из наиболее значимых. Существенные стороны отношения родителей к детям представлены в виде трех групп факторов.

Первая группа факторов отличается реактивным характером отношения, на детей проецируются проблемы родителей их неумение

уравновешивать кризисные ситуации в психологическом совершенствовании ребенка, трудность в установлении отношений, разрыв между словом и делом.

Вторая группа факторов выражена неприятием детей, непониманием своеобразия личностного развития ребенка, несоответствием требований и ожиданий родителей потребностям и возможностям ребенка, негибкостью в отношениях с детьми, неравномерностью отношения родителей на протяжении процесса воспитания, несогласованностью отношений между родителями.

Третья группа факторов характеризуется импульсивностью, тревожностью, доминантностью, гиперсоциальностью, недоверием к возможностям детей, недостаточной отзывчивостью, противоречивостью в отношениях с детьми.

Нелишне обозначить, что эти факторы «отклоняющегося воспитания» имеют обыкновение проявляться в неполных и конфликтных семьях [20].

Еще Л.С. Выготский высказывал мнение, что семья является ведущим институтом социализации личности, закладывает фундаментальные основы в процессе становления и выработки мировоззрения ребенка, играющую основную роль в его социальном развитии. Направленность мировоззрения в первую очередь определяется характером межличностного взаимодействия между родителями и детьми, от стиля семейного воспитания, от требований, предъявляемых ребенку в процессе воспитания [10].

Исходя из вышесказанного, психологи и педагоги выделяют несколько типов семейного воспитания. Рассмотрим основные:

– Эмоциональное отвержение – это тип воспитания, который характеризуется тем, что родители не проявляют нужных эмоций по отношению к ребенку. В таких семьях дети отучаются проявлять эмоции, по отношению к окружающим. Они вырастают замкнутыми, с низкой самооценкой. Данный тип семейного воспитания приводит к тому, что дети не умеют радоваться, огорчаться, сопереживать.

– Жестокое отношение – данный тип семейного воспитания характеризуется эмоциональным неприятием. Демонстрацией этого является жестокость. Она может проявляться как в физическом, так и в психологическом насилии над ребенком. Которое существует как в открытой форме (суровые расправы за проступки и непослушание) так и в скрытой форме (душевное безразличие, черствость и зло по отношению к детям). У детей, воспитанных таким образом, часто проявляются нарушения личности и высокий уровень агрессии в отношениях со сверстниками.

– Повышенная моральная ответственность – на ребенка возлагают ответственность, которая не свойственна его возрасту, т.е. приписывают ему роль старшего, требуют честности и порядочности, но не учитывают потребности самого ребенка. При таком типе воспитания дети обделены вниманием со стороны взрослых. Часто детям дается установка на самопожертвование, хотя эти жертвы никому не нужны. У таких детей низкая эмоциональная сфера, они теряются в интенсивно эмоционально окрашенных ситуациях.

– Противоречивое воспитание – характеризуется резкой сменой приемов воспитания. К примеру, родители переходят от лояльного стиля воспитания, к авторитарному и наоборот. Часто этот тип возникает в тех семьях, где взрослые конфликтуют по поводу стиля воспитания ребенка. Такое отношение родителей приводит к упрямству, тревожности, неустойчивости самооценки со стороны ребенка.

– Гипопротекция – проявляется в недостатке интереса к жизни ребенка, характеризуется отсутствием контроля. Родители предоставляют ребенка самому себе, не уделяя ему должного внимания. Что ведет к отставанию в развитии, проявлению аддиктивных реакций у ребенка. Дети чувствуют, что являются нежеланными и реагируют на это по-разному. Одни становятся замкнутыми, отстраняются от сверстников, родителей и пытаются найти близкого человека на стороне. Некоторые дети хотят всячески понравиться своим родителям, поэтому становятся льстивыми, хотят угодить взрослыми,

а если не удастся, то начинают проявлять агрессию, истерику, грубость, чтобы обратить на себя внимание.

– Гиперпротекция – гиперопека, проявляется в стремлении полностью контролировать ребенка, в попытках защитить и уберечь его от внешнего мира. Этот тип является следствием нереализованной потребности родителей в любви. Ребенка жалеют, балуют, оберегают от трудностей, стараются выполнить все за него. Такая чрезмерная любовь родителей приводит к тому, что дети растут эгоистами, беспомощными, не способными нормально общаться со сверстниками. Данный тип воспитания проявляется в двух радикально противоположных формах: мягкой (потакающей) и жесткой (преобладающей). В результате гиперопеки ребенок теряет способность к самостоятельному принятию решений в незнакомых ситуациях, рассчитывая на помощь взрослых и прежде всего родителей.

– Ипохондричность – это такой тип воспитания, где смыслом существования семьи является борьба с болезнью ребенка. Вся жизнь семьи строится на его самочувствии. В результате самооценка ребенка связана с болезнью. Со временем он начинает манипулировать взрослыми, ссылаясь на ухудшение самочувствия. Такие дети прекрасно умеют вызывать жалость окружающих, они становятся эгоистичными, у них развивается неадекватный уровень притязаний.

– Любовь – данный тип является наиболее гармоничным, среди вышеизложенных типов семейного воспитания. Родители, принимают ребенка безоговорочно, таким, какой он есть, просто любят, стараются учитывать его интересы, заботятся о проявлении инициативы. Если ребенок попал в сложную ситуацию, родители ему помогают, они спокойны и рассудительны. В таких семьях преобладает демократический стиль управления, где учитываются интересы всех членов семьи, не исключая ребенка [66].

Основной задачей семейного воспитания является интеграция ребенка в социум, обеспечение развития присущего природе самого человека и той страны, в которой он родился [6].

Выстраивать взаимоотношения цивилизованно, бесконфликтно удается далеко не всем семьям, что напрямую зависит от культуры поведения. Уровень, на котором находится нравственная культура родителей, их стремления и социальные отношения, бесспорно, влияют на развитие личности ребенка в связи с чем, обратимся к понятию семейная культура, которая включает в себя:

- осознание безусловной ценности семьи как первоосновы нашей принадлежности к народу, отечеству;
- понимание и поддержание таких нравственных устоев семьи, как любовь, взаимопомощь, почитание родителей, забота о младших и старших, ответственность за другого;
- бережное отношение к жизни человека, забота о продолжении рода.

Можно выделить несколько основных условий, которые обеспечивают оптимальный тип семейного воспитания. Ими являются:

- неподдельная любовь к детям;
- единство требований со стороны членов семьи, последовательность в поведении;
- соразмерность воспитательных мер, включая наказания и прощения;
- недопустимость участия детей в конфликтах взрослых [26].

Все эти требования способствуют созданию теплой и надежной атмосферы внутри семьи обеспечивают ребенку спокойствие и стабильность.

Семья может с одной стороны сформировать полноценную личность, укрепить ее физическое и психическое состояние, в то же время она может и разрушить все жизненные уклады человека.

Отдельной сложностью кажется нам душевная ненадежность именно родителей, которая, отпечатывается и на их детях. У разных специалистов бытует мнение о пагубном воздействии слова на самочувствие человека.

В данном контексте психотравмирующий эффект вербального вещания – это тоже огромная социально-психологическая проблема.

Дж. Лэм и У. Лэм растолковали следующие принципы воспитания детей (по Х. Джайнотту):

- сосредоточенно выслушивать ребенка. Родители, внимательно слушающие своего ребенка, демонстрируют ему, что его мнение ценят, прислушиваются к нему, укрепляют уважение ребенка к самому себе

- стараться не допускать таких слов и действий, которые могут унижить ребенка, оскорбить его чувства или вызвать у него злость

- проявлять чувства и выражать мысли и без агрессивности, стараться честно говорить о том, что они испытывают, и при проявлении собственных эмоций уважительно относиться к личности ребенка.

С точки зрения Х. Джайнотта, родители нуждаются в практической помощи по семейному воспитанию посредством формирования у них искусства коммуникации управления поведением детей [33].

Мы видим, что тип воспитания влияет на формирование характера ребенка. Ошибки в семейном воспитании приводят к проявлению агрессивного, не однозначного поведения. Существует тесная взаимосвязь между типом семейного воспитания и развитием психологических и эмоциональных расстройств у ребенка. Задача у педагога состоит в том, чтобы оказать помощь родителям по устранению ошибок семейного воспитания, что приведет к профилактике конфликтных ситуаций школьников.

## **1.2.Сущность понятия конфликт стратегии поведения в конфликте**

Неполадки в системе социализации не только порождают конфликты поколений, но и ведут к дезорганизации социальной жизни, к распаду общества, утрате его культуры, целостности [52].

Несомненно, семью нельзя назвать единственной средой, в которой реализуется развитие ребенка. Но даже самые фатальные просчеты педагогов, как правило, не оказывают столь непредотвратимого последствия на формирование личности подрастающего человека, как искаженные действия родителей, непринятие ими ребенка, конфликты.

1. По статистике специалистов-конфликтологов в 80-85% наблюдаются противоборства в семье, а в оставшихся 15-20% случаются разногласия по всевозможным причинам [32].
2. Женская половина населения оценивает воздействие конфликтов на жизнь семьи гораздо значительнее, чем мужская: 39 % относительно 20 % как «весомое» и 24 % относительно 14 % как «очень весомое» (в итоге – 63 % относительно 34 %). Объясняется это тем, что семья и дети занимают в жизни женщин больший смысл, чем в жизни мужчины [64].

Известный факт, что в подростковом возрасте детско-родительские отношения претерпевают критические моменты. В этот возрастной период отношения преобразуются за счет принятия самостоятельности и взросления ребенка, а предприимчивая роль подростка в этот момент предельно взлетает.

Исследователи А.И. Антонов, С.В.Ковалев, Л.Д. Столяренко, выявили что, наибольшее недопонимание и отчуждение между родителями и детьми происходит в период с 17 до 28 лет, когда дети, игнорируя чужой опыт, предпочитают учиться на собственных ошибках. В то время, как родители испытывают потребность общения со своими детьми, потребность в передаче жизненного опыта. [24]

Анализируя вышесказанное, сам собой напрашивается вывод. Восприятие и оценивание субъектами конфликта складываются под влиянием пола, возраста, уровня образования и социального статуса индивида.

Закрывая глаза на некоторые нюансы в понимании конфликтов отдельными людьми, признается основное – осознание колоссальной роли конфликтов и их обширного воздействия на различные сферы деятельности. [28].

Статистика подтверждает серьезность пагубной роли конфликтов на современное общество. Засвидетельствовано, что в России каждый год результатом межличностных конфликтов становятся самоубийства – 55тысяч человек, насильственной смертью заканчивают жизнь более 100 тысячи такое же количество людей бесследно пропадают.

В наибольшей степени распространены столкновения «родители - дети». Более чем в 30% случаев наблюдаются конфликты (по мнению подростка) с родителями, в том числе и в благополучных семьях [64].

Многие родители не компетентны в вопросах семейного воспитания. Не знакомы с закономерностями развития и воспитания детей в разные возрастные периоды, четко не представляют целей семейного воспитания, не видят оптимальные пути достижения этих целей, воспитывают собственных детей подобно тому, как воспитывали их самих, не учитывая современную социальную ситуацию развития. Что нередко сопровождается конфликтам [37].

Конфликт представляется противоборством, столкновением, оппонентов, во время которого хотя бы один из которых осознает опасность собственно личным интересам.

Имеет смысл подчеркнуть, данная формулировка включает в себя все разнообразие данного определения, и внутриличностные – сторонами которого являются личностные образования, тенденции и ощущения, и

межличностные – сторонами которого являются собственно личности, и межгрупповые – где сторонами конфликта являются группы

Здесь представляется полный охват свойств конфликта, представленных А. Я. Анцуповым и А. И. Шипиловым» [3].

Исключительным является то, что кратким определением охвачены имеющиеся разновидности конфликта, не изолированные друг от друга с переходами и связями с преобразованиями одного вида в другой.

Конфликт (от лат. *conflictus* – столкновение) в широком смысле направленное на преодоление противоречия столкновение, противостояние двух начал, проявляющееся в активности сторон [29].

Конфликт – противоречие, столкновение противоположных взглядов, интересов, точек зрения, форм поведения: разногласие внутри человека или между людьми, чреватое для них серьезными последствиями, состоянием внутреннего дискомфорта, или трудностями в установлении нормальных взаимоотношений [29].

Конфликт семейный – конфликтные взаимоотношения между членами семьи (мужем и женой, родителями и детьми, братьями и сестрами), порожденные противоречиями ее развития и функционирования как системы, расхождением интересов, оценок, взглядов и целей индивидов, входящих в состав данной семьи [29].

Выделяют также бытовые конфликты – столкновение между индивидами и / или группами в бытовой сфере, возникшее из-за обладания жизненно важными ресурсами в пище, одежде, жилище, поддержании здоровья, проведении досуга и т.п., где интересы, потребности и цели одних лиц и групп сталкиваются с потребностями, интересами, и целями других [29].

Внутриличностный конфликт – состояние неудовлетворенности человека обстоятельствами жизни, связанное с наличием у него противоречащих друг другу интересов, чувств, стремлений, потребностей [29].

Как правило, конфликты в системе «родители-дети» вызваны различными нарушениями внутрисемейного взаимодействия.

В рамках семьи, происходит формирование личности, как самого ребенка, так и его родителей. Формирование структуры личности ребенка происходит с момента рождения под воздействием тесных отношений с близкими родственниками.

В любом конфликте присутствуют основные элементы:

Кто? — стороны конфликта, Количество участников два и более;

Из-за чего? — содержание противоречий;

Почему? Ради чего? — причина столкновений.

Что делают? — действительное противоборство, реальные поступки ;

Что чувствуют? — агрессивность между оппонентами, повлекшая за собой значительные душевные волнения хоть одной стороны конфликта.

О чем думают? — мнение о конфликтном положении, чаще не совпадающем с действительностью [62].

Конфликт — истинное положение оппонентов, которое характеризуется сопротивлением противоположных точек зрения, имеющим непосредственную связь с резкими отрицательными чувствами.

Для предотвращения развития конфликта, необходимо придерживаться следующих профилактических мер:

– воздержаться от унижений и оскорбляющих высказываний; не прибегать к угрозе, принуждению, применению силы, повлекшей оппонента исполнять ваши требования;

– даже если возникает желание прервать общение с агрессором (выйти из комнаты, покинуть помещение, отвернуться и замолчать), воздержаться от прекращения контакта;

– твердо продолжать поиск вариантов, удовлетворяющих обе стороны. Положительно действуют здесь примиряющие жесты, выражение сочувствия, угрызений совести обмен любезностями, презентами [9].

В случае уверенности одним из участников конфликта в том, что воздействие силовыми методами есть единственно верный путь для получения желаемого, появляется вероятность усиления конфликта.

В случае не решенной содержательной беседы возникает эскалация агрессивности, враждебная позиция переходит на личность оппонента.

Оппонент воспринимается врагом, обладающим низменными качествами. Участниками конфликта воображаются картины, в которых оппоненту причиняется моральный, материальный или физический ущерб. Необходимо обратить внимание, что подобным образом реагируют на ситуацию оба оппонента. Такое восприятие имеет название — зеркальное.

Подобное зеркальное восприятие, повлекшее возникновение новых инцидентов по отвлеченным поводам неизбежно приводит к иррадиации конфликта.

Конфликтующие стороны начинают искать союзников, партнеров, поддерживающих их взгляд на проблему, которые в свою очередь укрепляют убеждение в собственной правоте. На стадии откровенного конфликта стороны находятся в уничтожающих потрясениях в отношении противника на протяжении долгого времени. Значимость взаимоотношений в этот период последовательно подвергается сомнению [5].

Существуют три способа прекращения конфликта:

– Разъединение — всякое прекращение взаимодействия, сведение контактов к нулю, Конфликтные взаимодействия заканчиваются прекращением связи с оппонентом.

– Силовое решение — неизменное пролонгирование собственной стратегии поведения, полностью игнорируя позицию оппонента, проявление физического, административного, служебного, общественного натиска на него.

– Примирение — использование одного из известных способов: уступка (отречение одной стороны от своих интересов); компромисс (сокращение

начальных стремлений обеими сторонами); интегративное решение (обоюдное постановление, соблюдающее интересы двух сторон).

При переходе конфликта в завершающую фазу — кризис отношения портятся безвозвратно.

Психологический кризис — это состояние личности [41].

Определить, что взаимоотношения перешли в стадию кризиса можно по следующим внешним признакам:

- Оппонент, выведенный из душевного равновесия настолько, что имеет место опасность физического насилия;

- Отношения разрушены до такой степени, что при встрече, или даже ожидании ее, оппоненты испытывают потрясающие угнетающие эмоции, приводящие к стычкам. Складывается впечатление крайне нездорового характера отношений, с постоянным ожиданием срыва.

- Впечатлительные близкие люди тоже страдают от этих отношений, эмоционально, физически или экономически;

- Один из оппонентов окончательно принял решение прекратить отношения или тревожится, что другой решил их прервать.

Для того, чтобы благополучно управлять конфликтом в первую очередь необходимо обуздать эмоциональные реакции, которые возникают в ответ на решающее явление или предвосхищение такового.

Умозаключением Альберта Эллиса стало то, что эмоция это не простая непосредственная реакция на ситуацию, а интерпретация нашего сознания на реальное событие. Таким образом, наши эмоции прямое отражение наших мыслей на происходящее.

Эллис охарактеризовал наиболее часто встречающиеся паттерны (шаблоны) губительного мышления, их четыре.

В состоянии сильного расстройства или в порыве совершения неразумных поступков, зачастую можно наблюдать у человека один или несколько данных паттернов: обвинение себя или других, преувеличение требований, нагнетание ужаса, обесценивание серьезности происходящего.

– Обвинение себя или других, так называемые в кругах специалистов «мысли-обвинители»: «Все из-за него... Если бы не она... Все потому, что они плохие друзья...Я сам во всем виноват. Нет ей прощения.»

– Преувеличение требований. Данный паттерн имеет другое название «мысли - обязательства». Взамен того, чтобы охарактеризовать собственные ожидания, человеком предъявляются к себе и к другим людям завышенные запросы: « Он должен быть решительнее... Она должна была это предотвратить... Я была обязана сохранить секрет...Они должны быть аккуратнее... Надо было сделать по другому...»

– Нагнетание ужаса, страха, преувеличение важности. « Все кончено... Так больше продолжаться не может... А если ... Будет невыносимо, если... Я просто ненавижу, когда... Меня бесит, когда... Это ужасно...»

– Обесценивание серьезности происходящего, самооправдание. «Ну и пусть... Меня это должно волновать?... Мне без разницы... Какое мне дело?»

Негативные разрушающие переживания появляются в ответ на первые три паттерна, последнее — самооправдание — способствует блокировке разрядки стресса, подталкивая к его игнорированию. Самым губительным, для душевного здоровья и гармоничного выстраивания отношений с близким, дорогими людьми является именно этот стиль поведения. Пагубные переживания лишь снимают стресс, но не имеют выхода, а к другим вариантам разрядки не обращаются. Окружающие же не принимают во внимание переживания этого человека, так как попросту не догадываются о его чувствах.

А. Эллис подытожил, что особые установки, имеющиеся у субъекта, включаются в состоянии стресса именно шаблонами губительного мышления.

Фундаментальная склонность личности к сложившейся форме реагирования на какой-либо объект называется установкой. Установка включает в себя:

Ментальный компонент — содержит информацию об объекте. Значимость ситуации для человека определяется именно когнитивной сферой. Неизбежной воспринимается ситуация, вызванная обстоятельствами извне. В случае когда человек не находит конструктивного выхода из возникшей ситуации, либо признает значимость для себя, он ощущает личную ответственность за случившееся. Старается положительно разрешить исход. Если же серьезность возникновения проблемы перекладывается на других, то и преодоление ситуации автоматически становится их задачей [59].

Существует два вида когнитивной оценки:

- первичная – что следует предвидеть – опасности или расположения;
- вторичная – взвешивание своих возможностей и ресурсов для преодоления трудности.

Аффективный компонент — эмоциональное отношение к объекту. Контроль эмоций осуществляется именно эмоциональной сферой. Решающую роль здесь играет уровень личной эмоциональной значимости, умение, приобретенное в прошлом успешно справляться с подобными ситуациями и готовность к ее возникновению.

Перечисленные факторы оказывают влияние на эмоциональное восприятие случившегося, которое варьируется от хладнокровия до состояния истерии, от пассивности и бездействия до бешеной паники.

Поведенческий компонент — устойчивый способ внешнего поведения. Реакция человека зависит от ментального взвешивания состояния (итог умозаключений на событие) и ее эмоционального восприятия. Степень осмысления трагичности ситуации зависит от следующих факторов: характерных черт личности, материального и социального окружения, от имеющейся информации, личных мыслительных восприятий реальности.

В процессе социализации личности формируются различные стратегии поведения, как результативные, так и не действенные.

– Конструктивное (результативное) поведение – это активная деятельность, направленная на ликвидацию пагубной ситуации, благодаря адекватному восприятию действительности.

– Пассивность, не конструктивность проявляется бегством, уходом от травмирующей ситуации, результатом которого становится обманчивое чувство безопасности, в действительности не дающее стабильности и уверенности [39].

Межличностные отношения выстраиваются тремя способами.

Первый способ поведения принято называть агрессивным, когда человек думает только о себе и «идет по чужим головам».

Второй – пассивный, в этом случае человек всегда ставит интересы других выше своих собственных.

Третий – асертивный, в последнем варианте человек думает, прежде всего, о себе, но принимает в расчёт и интересы других.

Пассивная или агрессивная манера поведения связана, прежде всего, с заниженной самооценкой и превращается в замкнутый круг. Человек, достаточное количество времени прибегающий к данным моделям поведения, обычно бывает о себе недостаточно высокого мнения. Его поведение можно назвать – либо самоуничижительным, либо оскорбительным для посторонних, что – оборачивается презрением, пренебрежением и желанием поскорее избавиться из общения. Как следствие человек вновь отгадет подтверждение собственной низкой самооценки [36].

Отмечают три основных поведенческих модели: пассивная, агрессивная и асертивная.

Основные показатели это душевные настроения переживаемые человеком, совершившим то или иное действие.

Пассивное поведение демонстрируется, когда человек колеблется, говорит тихим голосом, прячет взгляд, не может ничего сказать по существу, соглашается со всем, не считается с собственными чувствами, не

высказывает своего мнения, ставит себя на ступень ниже других, причиняет боль себе из страха сделать больно другим. То есть:

- человек подчиняет себя другим (не ощущает себя ценностью);
- основное переживание – уязвленность (страх конфликта, боязнь настойчивого поведения);
- человек подстраивается под потребности окружающих;
- не может прямо выражать свои пожелания;
- перекладывает контроль и ответственность на другого.

Пассивному человеку мысли о принятии правильных действий зачастую приходят, по истечению подходящего момента.

Агрессивным поведением характеризуется человек начинающий говорить прежде, чем собеседник успел закончить свою речь, разговаривает вызывающе, ставит себя выше других, смотрит на всех свысока, с пренебрежением отзывается о предмете разговора, старается навязать своё мнение окружающим, страстно изливает свои чувства, доставляет страдания другим, чтобы не доставить боль себе, другими словами:

- самоутверждается за счёт принижения другого человека;
- с презрением, унижением относится к остальным, оскорбляет;
- достигает цели путем унижения другого;
- старается иметь полный контроль над другими.

Общаясь с агрессивным человеком необходимо понимать, что предпринимает агрессор, и соответственно реагировать.

Ассертивное поведение отличается открытостью, человек легко даёт знать о своих чувствах (любовь, сожаление, гнев). Откровенно высказывает своё мнение, на вопросы отвечает без заминки, разговаривает естественным для себя тоном, охотно обсуждает предложенную тему, не избегает взглядов на собеседника, ставит себя на ступень равенства с остальными, не причиняет боли ни себе, ни другим.

Самоуважение и самоутверждение являются маркером асертивного поведения. Человек оставляет за собой и право выражать свои чувства, убеждения, мысли, и не испытывать при этом чувства вины и стыда. Никогда не унижает, не уязвляет другого человека.

Уверенному человеку свойственны и злость и страх, и любые другие чувства, кроме чувства вины, стыда за себя как за человека. Однако чувство вины и стыда за проступок – вполне адекватная реакция в определённой ситуации.

Асертивное поведение – осознанный выбор человека решающего, как поступать и не стыдиться и не виниться за это. Асертивное поведение само по себе ценность, позволяющая человеку ощущать себя ценностью.

Применяя навыки такого поведения, человек имеет возможность очень многого достичь. Центральным критерием уверенного поведения является проявление личностной свободы и ощущение психологической независимости в самовыражении.

В итоге различные способы поведения в конфликте неизбежно приведут возможным исходам: победа, поражение, уход, компромисс или решение.

Стилем разрешения конфликта называют целенаправленное применение стратегий, направленных на достижение заранее намеченного исхода, [51].

Целесообразный выбор стратегии — это выбор, основанный на представлениях о том, куда может привести тот или иной путь. Кеннет У. Томас и Ральф Х. Килманн разработали модель, описывающую пять возможных стилей разрешения конфликта.

Различают следующие основные типы взаимодействия в конфликтных ситуациях: сотрудничество, соперничество, компромисс, избегание и приспособление.

Сотрудничество является самой продуктивной стратегией поведения, позволяющей управлять конфликтом без потерь для всех участников.

Следующая степень по продуктивности разрешения споров это компромисс, характеризующийся удачным завершением конфликтной ситуации с минимальным уроном для интересов каждой из сторон конфликта.

Соперничество предполагает разрешение конфликта с пользой для одной стороны и с ущербом интересов другой.

Самыми малопродуктивными, оказываются стратегии приспособления и избегания, не способствующие выходу из конфликтной ситуации, а лишь растягивающие таковую на неопределенное время или вообще не разрешающие ее.

Одним из важнейших условий реализации поставленных задач становится включение родителей в образовательный процесс, не только в качестве заказчиков и потребителей образовательных услуг, а прежде всего, в качестве активных субъектов образовательного процесса. Современные родители, принимая эту роль, зачастую рассматривают ее односторонне, чаще с позиции права, а не обязанности. Вместе с тем и международное, и российское законодательство, характеризуя роль родителей, прежде всего, определяет область их ответственности в процессах образования и воспитания.

### **Выводы по I главе**

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования позволил сформулировать следующие выводы:

1. Семья – группа людей, имеющих прямые родственные связи, а обязательства по заботе о детях принимают на себя взрослые члены группы. Семья выступает как первичный воспитательный институт, связь с которым человек ощущает на протяжении всей своей жизни. Семья является важнейшим фактором социализации личности, в ней закладываются основы нравственности, формируются социальные нормы поведения, раскрывается внутренний мир и индивидуальные качества личности.

2. Типы семейного воспитания имеют различные основания для классификации, так ученые различают: 1. Эмоциональное отвержение; 2. Жестокое отношение; 3. Повышенная моральная ответственность; 4. Противоречивое воспитание; 5. Гипопротекция; 6. Гиперпротекция; 7. Ипохондричность; 8. Любовь. Благоприятное формирование личности в первую очередь продиктовано семьей. Следовательно, чем благополучней семья, тем эффективнее воспитательный процесс.

3. Конфликт – противоречие, столкновение противоположных взглядов, интересов, точек зрения, форм поведения: разногласие внутри человека или между людьми, чреватое для них серьезными последствиями, состоянием внутреннего дискомфорта, или трудностями в установлении нормальных взаимоотношений. В процессе социализации личности формируются различные стратегии поведения, как конструктивные, так и пассивные. Различают три основных модели поведения: пассивная, агрессивная и асертивная. Таким образом, три способа поведения в конфликте могут привести к пяти различным исходам: победа, поражение, уход, компромисс и решение. Различают пять типов взаимодействия в конфликтных ситуациях: сотрудничество, соперничество, компромисс, избегание и приспособление. Целесообразный выбор стратегии — это выбор, основанный на представлениях о том, куда может привести тот или иной путь.

## **ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПО ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С СЕМЬЕЙ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПАТТЕРНОВ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ**

### **2.1. Цели и задачи экспериментальной работы**

Эксперимент проходил в рамках образовательного процесса МАОУ СОШ № 41г. Челябинска. В эксперименте приняли участие 19 девочек «10А» класса, 21 девочка 10 «Б» класса, и их родители.

**Цель** экспериментальной работы: доказать результативность разработанной программы практикума по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях «Пойми и прими».

Нами были поставлены следующие **задачи**:

1. Изучить стратегию поведения участников в конфликтных ситуациях;
2. Разработать программу практикума по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях. Экспериментальным путем проверить эффективность разработанной программы;
3. Проанализировать полученные результаты.

Исследование проводилось в три этапа:

1. Констатирующий этап

В ходе первого этапа экспериментальной работы изучалась психолого-педагогическая литература, подбирался диагностический инструментарий. Была выбрана группа учащихся и родителей, проведена методика, направленная на определение стратегии поведения в конфликтных ситуациях.

2. Формирующий этап

На втором этапе была внедрена разработанная нами программа практикума по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях «Пойми и прими».

3. Контрольный этап

На заключительном этапе была повторно проведена используемая вначале методика, для выявления улучшения взаимоотношений, выполнена работа по анализу диагностических данных, их обобщение и оформление.

Нами была выбрана одна из самых распространенных методик диагностики поведения личности в конфликтной ситуации – методика Томаса Кеннета – известного американского специалиста в области психологии конфликта, адаптированная Н.В.Гришиной [48].

Данная методика определяет возможные способы реагирования человека на конфликтные ситуации, выявляет тенденции его взаимоотношений в сложных условиях. Методика позволяет выяснить, насколько человек склонен к соперничеству и сотрудничеству в коллективе, стремится ли он к компромиссам, уходит от конфликтов или, наоборот, старается обострить их [40].

В опроснике описывается каждый из пяти перечисленных возможных вариантов, 12 суждениями о поведении индивида в конфликтной ситуации. В различных сочетаниях они сгруппированы в 30 пар, в каждой из которых респонденту предлагается выбрать то суждение, которое является наиболее типичным для характеристики его поведения.

Соревнование (конкуренция), выражающееся в стремлении добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому.

Сотрудничество, когда участники ситуации приходят к консенсусу, полностью удовлетворяющему интересы обеих сторон.

Компромисс – соглашение на основе взаимных уступок, предложение варианта, временно снимающего возникшее противоречие.

Избегание, для которого характерно как отсутствие стремления к взаимодействию, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей.

Приспособление, выступающее антиподом соперничеству, направленное на принесение в жертву собственных интересов ради другого [16].

Доминирующим считается тип (типы) поведения, набравший (ие) максимальное количество баллов.

Процедура проведения: исследуемому предлагается тестовый бланк, бланк ответов и шариковая ручка (карандаш).

Инструкция: Вам предлагается 30 пар суждений, которые помогут определить некоторые особенности Вашего поведения. В каждой паре имеются два варианта (А и Б), из которых Вы должны выбрать тот, который в большей степени соответствует Вашим взглядам, Вашему мнению о себе.

Отвечайте на вопросы быстро, не задумываясь. Здесь не может быть правильных или ошибочных ответов: люди различны, каждый высказывает свое мнение.

В тесте используется термин «другой» — это вовлеченный в конфликт человек, заинтересованный в его разрешении.

Интерпретация: за каждое совпадение ответа с ключом испытуемому начисляется один балл, затем суммируются баллы в каждой колонке. Количество баллов, набранных индивидом по каждой шкале, дает представление о выраженности у него тенденции к проявлению соответствующих форм поведения в конфликтных ситуациях.

## ***2.2. Реализация программы практикума по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях***

XXI век не принес уменьшения числа конфликтов. Напротив, возобладало мнение, что конфликт — одно из естественных состояний человеческих отношений. Вряд ли можно рассчитывать на то, что человечество в ближайшем будущем откажется от силовых методов решения спорных вопросов. Поэтому на первый план выходит не столько предотвращение конфликтов, сколько управление ими.

Взаимодействие ребенка с родителем является первым опытом взаимодействия с окружающим миром. Этот опыт закрепляется и формирует определенные модели поведения с другими людьми, которые передаются из

поколения в поколение. В каждом обществе складывается определенная культура взаимоотношений между родителями и детьми, возникают социальные стереотипы, определенные установки и взгляды на воспитание в семье [33].

В системе детско-родительских отношений родитель является ведущим звеном и от него в большей мере зависит, как складываются эти отношения, поэтому одной из поставленных задач является формирование навыков сотрудничества с ребенком. Признание за ребенком права на собственный выбор, на собственную позицию обеспечивает понимание и лучшее взаимодействие в семье. Ведь при нарушенных отношениях в семье вопрос осуществления воспитательных функций весьма проблематичен [38].

Многие родители достаточно хорошо осознают недостатки своего воспитания, но очень часто им не хватает элементарной психологической грамотности, чтобы решить свои проблемы. Анализ семейных ситуаций в группе помогает родителю взглянуть на себя со стороны, « глазами других », и тем самым как бы объективизировать свое поведение. Родители начинают лучше понимать собственные стереотипы воспитания, которые не являются результатом осознанного выбора воспитателя, а обычно перенимаются либо « по наследству » от своих родителей, либо являются следствием представлений об отношениях ребенка и родителя, полученных из близкого социального окружения, средств массовой коммуникации и информации.

Встречаются семьи, которые вообще не интересуют все происходящее в образовательном учреждении, не волнуют успехи и проблемы их ребенка.

По мнению Р. Дрейкуса, родители, продолжающие говорить с детьми с позиции власти и превосходства, не осознают того, что дети слушают их с позиции равенства, и по этой причине авторитарные методы воспитания обречены на неудачу [33].

В случае общения с детьми важнейшим условием эффективного взаимодействия является признание ценности ребенка, уважения его права

быть таким, какой он есть, то, что называется в психологии термином принятие.

Участвуя в группе наравне с взрослыми, подростки становятся более самостоятельными и ответственными [45].

Для успешного воспитания важно, чтобы отношение между педагогами и родителями были доверительными, чтобы родители принимали активное участие в воспитательном процессе, помогая своему ребенку развиваться. Поэтому грамотный педагог всегда ищет новые формы и методы работы с семьей.

Нами была создана программа практикума «Пойми и прими». Участниками практикума являются учащиеся 15-17 лет и их родители.

В программе использованы идеи Т.Гордона, К. Роджерса, А.Адлера, Р.Дрейкуса, а также опыт работы психологов Санкт-Петербурга, сотрудников Института Тренинга: Н. Ю. Хрящевой, Е. В. Сидоренко, Е. И. Лебедевой, Г. Л. Исуриной.

Концептуальной основой практикума является идея сотрудничества взрослого с ребенком, поэтому основная **цель** — способствовать установлению и развитию отношений партнерства и сотрудничества в процессе общения, экспериментальное испытание новых способов поведения.

#### ***Задачи практикума:***

- расширение возможностей понимания своего ребенка;
- улучшение рефлексии своих взаимоотношений с ребенком;
- выработка новых навыков взаимодействия с ребенком;
- активизация коммуникаций в семье и в обществе.

Собственно, основная задача этого практикума — не замена, а расширение репертуара поведения в конфликтных ситуациях, обеспечивающее автономное, осознанное принятие решений.

Программа предполагает занятия с родителями и их детьми в течение полугода с периодичностью один раз в неделю, по субботам. Каждое занятие рассчитано на 2 часа, всего 20 занятий.

В группу вошли девочки 10 «Б» класса в количестве 21 человек, и их родители. Формирование группы происходило на добровольной основе.

Информация о формировании группы и возможности принять участие в практикуме была сообщена родителям на родительском собрании.

Краткий рассказ о практикуме и режиме работы в группе позволил избежать возможных уходов из группы из-за низкой мотивации или недостаточной информированности о целях и задачах практикума.

Эффективность участия в практикуме во многом зависела от общих установок родителей на групповую работу, от готовности и умения слышать различные позиции людей, извлекать из этого опыт. Важно, что в результате работы у участников группы появилась возможность самостоятельно решать возникающие проблемы.

Участие в психологическом практикуме, основанном на передаче лично-значимой обратной связи, предполагает добровольность и высокую мотивированность. Участники не разучивают последовательность действий, а проводят экспериментальное испытание новых способов поведения.

### ***Общая структура практикума***

Практикум « состоит из трех блоков: «управление эмоциями», «анализ конфликта» и «уверенное поведение в реализации переговорной стратегии».

В каждом блоке собраны и представлены алгоритмы, методические приемы, или техники, практически доказавшие свою эффективность.

В первом разделе содержатся техники, разработанные в традициях различных психотерапевтических школ и направленные на урегулирование разрушающих эмоционально-насыщенных переживаний. Основная задача этих техник — лишить конфликт «эмоциональной подпитки», перевести его разрешение в рациональный план действий.

Во втором разделе содержатся методические приемы, помогающие проанализировать требования оппонентов друг к другу, выявить интересы сторон, выбрать эффективную стратегию поведения, подготовить предложения, направленные на принятие интегративного решения.

В третий раздел включены психотехнические приемы, позволяющие уверенно излагать свою позицию, аргументировать ее, проявлять настойчивость в отстаивании собственных прав, защищать свои интересы, противостоять давлению, обращаться за помощью, делать шаги к примирению» [9].

Каждый участник выбирает для анализа трудную конфликтную ситуацию, которую он реально пережил в прошлом.

1. Участник получает задание использовать некоторый алгоритм для работы со своей ситуацией.

2. Он выполняет инструкцию и приобретает некоторый опыт работы с собственным конфликтом. В ряде упражнений он, помимо этого, получает опыт психологической помощи другому лицу из роли «консультанта».

3. Он осмысляет этот опыт и делится своими соображениями с остальными участниками.

Последовательно выполняя упражнения практикума, участники используют предлагаемые техники для продвижения в своей ситуации.

Необходимо заметить, что участникам практикума дается не готовый рецепт поведения в конфликтных ситуациях, а «адекватный» алгоритм поведения, расширяющий их возможности в дополнение к способам, уже имеющимся в их опыте. Собственно, основная задача этого тренинга — не замена, а расширение репертуара поведения в конфликтных ситуациях, обеспечивающее автономное, осознанное принятие решений.

## ***Содержание программы практикума***

### ***Занятие 1. Приветствую ВАС!***

***Цель:*** Знакомство участников друг с другом и с групповой формой работы. Выяснение ожиданий и опасений. Общая ориентация в проблемах участников.

***Задачи:***

- знакомство участников группы;
- знакомство участников с целями и задачами тренинга;
- создание доброжелательной атмосферы, эмоционального комфорта;
- формулировка опасений и ожиданий.

***Условия проведения практикума:*** занятие проводится в кабинете педагога, под спокойное музыкальное сопровождение. Каждая встреча проводится совместно (дети и родители).

***Оборудование:***

Следует обратить внимание на важность заполнения бланков-таблиц выполнения домашних заданий, так как их обсуждение всегда происходит на текущем и последующих занятиях. Отвечая на вопросы, участники заполняют таблицу.

### ***Упражнение «История моего имени»***

***Цель:***

- более осмысленно поработать с именами;
- уделить внимание всем именам и их историям, а не только немногим известным или наоборот необычным;
- установить правильное обращение по именам ко всем участникам практикума: так, как им нравится, с правильным произношением и т. д.;
- потренировать чувствительность к различным языкам, культурам, семейным историям, обратиться к личной значимости собственного имени и происхождения через признание других;

Условия:

- время: 10-20 минут
- материалы: бейджи, скотч, маркеры, таблички с именами.

Ход упражнения:

Участники и педагог по очереди представляются и рассказывают что-либо о своем имени, о фамилии или прозвище:

- нравится оно им или нет. – По возможности, что оно означает;
- почему родители (мать, отец) выбрали это имя (семейная история, если есть);
- какой жизненный опыт они получили благодаря своему имени в повседневной жизни и в особых ситуациях (анекдоты, истории и т. п.).
- как они хотят, чтобы их называли на занятиях. Если во время тренинга используются бейджи или наклейки для имени, их необходимо подготовить заранее.

### ***Психгимнастическое упражнение на создание работоспособности***

#### ***«Поменяйтесь местами те, кто...»***

**Цель:** создание открытости, доверия, эмоциональной свободы, сплоченности в группе.

Участники садятся по кругу, педагог стоит в центре круга. «Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем это так: стоящий в центре круга (для начала им буду я) предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает каким-то общим признаком. Этот признак он называет. Например, я скажу: «Пересядьте все те, у кого есть сестры», — и все, у кого есть сестры, должны поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре круга, должен постараться успеть занять одно из мест, а тот, кто останется в центре круга без места, продолжит игру. Используем эту ситуацию для того, чтобы побольше узнать друг о друге».

Когда упражнение завершено, тренер может обратиться к группе с вопросом: «Как ваше настроение сейчас?», «Готовы к дальнейшей работе?».

«Посмотрите, какие мы разные, а сколько у нас общего».

Упражнение позволяет снизить напряжение, улучшает настроение, активизирует внимание и мышление [46].

### ***Упражнение «Крепкий орешек»***

***Цель:*** осознание каждым участником своей индивидуальности.

Для реализации данного задания берем контейнер с грецкими орехами (количество соответствует числу участников). Педагог предлагает каждому выбрать себе только один. Отводится время на изучение его структуры, особенностей строения, требуется запомнить все его индивидуальные отметины. Далее орехи возвращаются в контейнер, смешиваются. Задача состоит в том, чтобы отыскать именно свой орех, среди остальных. Он практически сразу опознается.

По завершении распознавания своих орешков, педагог предлагает обсудить результаты.

Любопытно знать, по каким признакам участники определили именно свой орех? Какой принцип они использовали? Точно вспомнили его особенности, или по принципу, что останется, тот мой. По началу кажется, что все орехи одинаковые, но стоит присмотреться пристальнее, становится очевидным, что различия налицо. Каждый орех обладает своими индивидуальными особенностями, углублениями, подъёмами...

По завершении педагог обращается к группе: Обратите внимание, мы с вами на первый взгляд одинаковые, или очень похожие, а на самом деле все совершенно уникальны, каждый со своими характерными чертами, достоинствами и недостатками. Их необходимо разглядеть и принять.

Орешки остаются участникам занятия на память.

### ***Упражнение «Письмо в будущее»***

**Цель:** У каждого участника есть ожидания, которые он или она зачастую не могут озвучить. Возможность написать письмо самому себе дает участникам время обдумать свои ожидания от практикума

- условия: – Время: максимум 10 мин.
- материалы: бумага, конверты и ручки.

Участники располагаются так, чтобы им ничего не мешало. Педагог объясняет правила упражнения и раздает бумагу, ручки и конверты. Участникам выделяется примерно 5 мин на то, чтобы написать письмо самим себе, в котором они должны рассказать о своем настроении, а также отметить, чего они ждут от совместных занятий и чего бы им хотелось избежать. Если участники не хотят писать о своих ожиданиях, то могут нарисовать их. Затем участники вкладывают письма в конверты, заклеивают их и что очень важно – подписывают свои имена. Далее письма отдаются педагогу на хранение, а в конце практикума выдаются обратно. Тогда участники смогут оценить, оправдались ли их ожидания, или нет, а также изменились ли они сами в ходе совместной деятельности. Кроме этого очень важно, чтобы затем участники обсудили друг с другом свои ожидания от педагога, группы и темы практикума.

Важно дать понять участникам, что никто, кроме автора письма, не будет читать его. Неразглашение содержания письма является основным смыслом упражнения. Письмо самому себе не заменяет обсуждение собственных ожиданий с другими участниками группы.

Тот, кто вначале имеет четкое представление относительно своих ожиданий и целей, в ходе процесса лучше понимает, насколько оправдываются его ожидания или в чем причины неудовлетворенности результатом.

## ***Занятие 2. «Управление эмоциями»***

**Цель:** Изучение эмоциональных состояний, сопровождающих конфликтное взаимодействие.

**Ход работы:** Шаги с 2 по 5 выполняются каждым участником практикума индивидуально, 6-й — в рабочей группе.

1. Вспомните, когда и где в последнее время вы испытывали перечисленные выше разрушающие переживания.

*Таблица 1  
Перечень иницирующих событий*

«С» Негативные эмоциональные реакции	«А» Иницирующие события
Эмоции тревожной группы (волнение, беспокойство)	1. 2.
Эмоции агрессивной группы (гнев, обида)	3. 4.
Эмоции аутоагрессивной группы (чрезмерное чувство вины)	5. 6.
Эмоции депрессивной группы (глубокое уныние)	7. 8.
Сильное огорчение	9. 10.

2. «Составьте таблицу, где напротив каждой группы переживаний опишите ряд ситуаций, в ответ на которые у вас возникли эти эмоции. Постарайтесь вспомнить по несколько ситуаций на каждую группу эмоций. Возможно, некоторые из эмоциональных переживаний вам не свойственны, вы их никогда не испытываете. В таком случае пропустите соответствующую рубрику.

3. Опишите, что вы сделали в каждой ситуации: ваши переживания и ваше ответное поведение. Обратите внимание на то, что важно описать не только ваши поступки во внешнем плане поведения, но и ваши эмоциональные переживания при этом» [9].

*Таблица 2*  
*Перечень негативных ответов*

«А» Иницирующие события 1-10 из таблицы №1	«С» Мой негативный ответ на событие Переживание и поведение (чрезмерные, разрушающие переживания и неконструктивное поведение)
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.
8.	8.
9.	9.
10.	10.

4. «Определите, являются ли эти чувства аутентичными, оправданными. Для этого необходимо оценить, помогают ли вам эти переживания конструктивно завершить ситуацию. Определите также, было ли ваше поведение конструктивным. Для этого каждый эпизод оцените по следующим критериям:

- помогает ли мне это добиваться своих целей?
- помогает или мешает мое поведение тем, кто дорог для меня?

- помогает ли мне это в отношениях с окружающими?
- испытывая эти чувства, я достигаю того, чего хочу, или избавляюсь от дискомфорта, вызванного неудачей?
- влияет ли это разрушительно на мое здоровье?

Если хотя бы по одному из перечисленных критериев вы получаете негативный ответ, реакцию можно отнести к неконструктивной, неоправданной.

5. Выберите только те иницирующие события, на которые вы ответили неоправданными, негативными, разрушающими переживаниями.

После того, как все таблицы будут заполнены, нам предстоит обсудить результаты проделанной работы.

6. Расскажите об опыте, приобретенном Вами при выполнении этого упражнения.

Обсуждение и выводы:

1. Какие чувства являются для вас «излюбленными»?
2. Какие ситуации требуют от вас повышенного внимания для защиты от разрушительных переживаний?
3. Какие разрушающие переживания оказались наиболее и наименее характерными для вас?
4. Опишите типы иницирующих событий, к которым участники группы оказались наименее толерантными.
5. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?»[9].

### ***Занятие 3. Губительное мышление***

**Цель:** Изучение иррациональных убеждений, запускающих разрушающие переживания.

**Ход работы:**

1. Определите ситуации, которые вызывают у вас разрушающие переживания. Проверьте, не обесцениваете ли вы ситуацию для снятия с себя ответственности.

2. Определите, какие ваши чувства и поведение являются причиной неприятных для вас последствий. Если последствия негативны, возможно, имеет смысл отнести эти ситуации к категории, требующие решения.

Таблица 3

*Идентификация иррациональных верований*

«С» Неконструктивная поведенческая реакция и соответствующие ей разрушающие переживания	
Обнаруженный шаблон вредоносного мышления	
«В» Иррациональные верования, запускающие реакцию	

3. «Запишите в первой ее строке неоправданные чувства и соответствующее им поведение, от которых вы решили отказаться.

4. Запишите во второй строке шаблоны засоряющего мышления, которые лежат в основе каждой группы разрушающих переживаний и неразумного поведения.

3. Установите, какие иррациональные верования «запускают» вредоносное мышление.

6. Обсудите в рабочей группе полученные результаты. Пусть каждый участник дискуссии расскажет группе о неоправданных чувствах и поведении, от которых решил отказаться, о засоряющих мыслях, побуждающих эти переживания, и иррациональных верованиях, лежащих в их основе. Остальные участники, выслушав рассказ, могут поделиться своими догадками о характере иррационального верования. Руководитель дискуссии заботится о том, чтобы у каждого участника была возможность высказаться и быть услышанным.

Обсуждение и выводы:

1. Какие шаблоны вредоносного мышления являются для вас

«излюбленными »)?

2. Какие шаблоны вредоносного мышления оказались наиболее и наименее характерными для вашей рабочей группы?

3. Какие иррациональные верования были выявлены и насколько они характерны для вашей рабочей группы?

4. Как вы можете охарактеризовать позитивное мышление и лежащие в его основе установки?

5. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?» [9].

#### ***Занятие 4. Я-концепция***

***Цель:*** «Изучение роли Я-концепции, ее влияния на протекание конфликта.

***Ход работы:*** На первом этапе работа выполняется индивидуально.

1. Выберите инициирующее событие, вызвавшее у вас разрушающие переживания. Вспомните, что произошло. Можете закрыть глаза. Воспроизведите ту ситуацию как можно полнее: представьте, что у вас есть пленка с видеозаписью той сцены, и вы вставляете кассету в видеомагнитофон и включаете его на воспроизведение. Когда вы увидите себя и других людей в той сцене, помните, что вы сейчас зритель и видите происходящее, глядя на экран. Сейчас вас там реально нет, вам ничто не может причинить вреда! Вы видите себя и ваших оппонентов со стороны: что вы говорили и что говорили вам? Что вы чувствовали тогда? Запомните это и «выключите телевизор».

2. Возьмите лист бумаги и напишите двадцать различных ответов на вопрос «Кто я?» так, чтобы ваши описания отражали ваши представления о себе, когда вы были в той ситуации. Стремитесь к тому, чтобы это были такие ваши представления о себе, какими они были в той ситуации, а не теперь. Помните, что вы отвечаете самому себе, а не кому-то другому. Располагайте описания в том порядке, в котором они приходят вам в голову. Не заботьтесь об их логичности.

3. Теперь дайте двадцать характеристик вашему оппоненту:

опишите, каким вы восприняли его в этой сцене; «кем» он был?

Далее упражнение выполняется в парах. Договоритесь, кто из вас первым будет играть роль клиента, а кто — консультанта.

4. Оцените с помощью своего «консультанта» каждое суждение, характеризующее вас: если оно отражает интенцию «Я считаю, что Я — в порядке по отношению к самому себе», то отметьте его знаком «+». Если интенция: «Я не в порядке по отношению к себе», отметьте его «-». Если интенция не ясна — поставьте «О».

5. Обсудите ваши определения оппонента. Если интенция в оценке «Он не ОК по отношению ко мне» — поставьте «-». Поставьте «+» или «О» если интенция, соответственно, «Он ОК по отношению ко мне» или нейтральна.

6. Определите экзистенциальную позицию, в которой происходило ваше взаимодействие. Изменялась ли она в той ситуации? Если да, то как? Есть ли у вас «излюбленная» позиция?

7. Какие чувства вы испытывали, и какие тенденции в вашем поведении характеризовали их?

8. Какие из выявленных убеждений по отношению к партнеру и самому себе способствовали развитию разрушающих переживаний?

9. К чему вы стремились, в какую позицию вы пытались «поместить» оппонента? Удачно? Что можно было бы изменить сейчас, чтобы ситуация была завершена более успешно?

10. Отметьте выраженность каждой позиции в вашем поведении. Для этого сделайте на соответствующих осях отметки, отражающие вашу интуитивную оценку времени, которое вы проводите в каждой из позиций (рис. 1).

11. Поменяйтесь ролями. Помогите вашему «клиенту» найти ответы, на те же вопросы.

Далее упражнение выполняется в рабочей группе.

12. Обсудите в рабочей группе полученные результаты.

Руководитель дискуссии заботится о том, чтобы у каждого участника была возможность высказаться и быть услышанным.

Обсуждение и выводы:

1. Что вы узнали о себе и своих эмоциональных реакциях?
2. Что вы узнали о роли Я-концепции и системы убеждений в формировании эмоциональных реакций?
3. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?» [9].

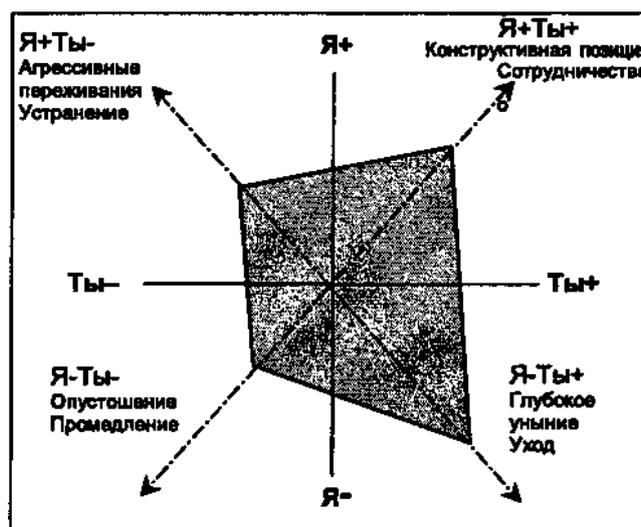


Рис. 1. Кораллограмма

### Занятие 5. Изменение эмоциональной реакции

Цель работы: «Управление эмоциональными реакциями в конфликтной ситуации.

Ход работы: Работа выполняется в парах. Договоритесь, кто из вас первым будет играть роль клиента, а кто — консультанта.

Задача «консультанта» — беседа с «клиентом» и внимательно его выслушивая, помочь ему заполнить Таблицу 4.

1. Расскажите своему «консультанту» об инициирующих событиях и эмоциональных реакциях, над которыми вы решили поработать.
2. Разберитесь с его помощью в том, какие вредоносные рассуждения звучат в вашей голове и запускают разрушающие переживания; какие иррациональные верования запускают эти шаблоны.
3. Найдите опровержение обнаруженным убеждениям.

4. Затем старые рассуждения замените новыми фразами, начинающимися со слов: «Мне хотелось бы... Было бы лучше, если... Я бы предпочел...». Для формулировки конструктивных рассуждений используйте позитивные убеждения: все люди свободны, все люди сами отвечают за свою жизнь, все люди автономны. Отметьте для себя, как изменилось ваше восприятие ситуации.

5. Противопоставьте неоправданным чувствам те, которые, с вашей точки зрения, были бы более уместными и которыми вы предпочли бы впредь реагировать на подобные ситуации. Описывая желаемые реакции, используйте только позитивные формулировки. Вместо пожеланий «не сердиться», «не волноваться» опишите реакции, которые хотели бы у себя видеть.

6. Поменяйтесь ролями.

7. Проанализируйте две реальные конфликтные ситуации, в которых вы участвовали; составьте по таблице на каждую ситуацию.

Далее упражнение выполняется в рабочей группе» [9].

*Таблица 4.  
Использование РЭТ для изменения реакции*

«С» Иницирующее событие:	Напишите в этой колонке: Что произошло; что вызвало вашу реакцию?
Шаг 1: Разрушающие переживания, неконструктивное поведение на это событие «С-Р»	Что вы делали и что переживали в ответ на событие «С»?
Шаг 2: Вредоносные мысли «М»	Какие убеждения послужили основанием для этой реакции «R»?
Шаг 3: Опровержение	Как вы можете опровергнуть эти убеждения?
Шаг 4: Конструктивные рассуждения и	Используйте для построения рассуждений позитивные убеждения: все

убеждения «+М»	люди свободны; все люди сами отвечают за свою жизнь; все люди автономны
Шаг 5: Ресурсные переживания и поведение, завершающие ситуацию «+R»	Как вы намерены себя вести, чтобы завершить ситуацию. Какие переживания это вызывает?

8. Расскажите группе о том, как вы преобразовали негативные переживания в - приемлемые, с помощью метода разумных предпочтений.

Обсуждение и выводы

1. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?
2. Как вы можете охарактеризовать позитивное мышление и лежащие в его основе установки?
3. Какие возможности вы видите в использовании этого метода? Какова область его применения и возможные ограничения?

### **Занятие 6. Изменение состояния через изменение поведения**

Цель работы: «Изучение состояния глубокой мышечной релаксации и техники ее достижения.

Ход работы: Упражнение представляет собой модификацию буддийской медитативной техники. Выполняется в течение 10-20 минут.

Для выполнения упражнения поставьте кресла или стулья по кругу. Участники садятся лицом друг к другу. Каждый находит удобное для себя положение, в котором можно было бы сохранять неподвижность в течение 15-20 минут.

Концентрация на дыхании выполняется следующим образом.

1. Сядьте удобно. Смотрите на пол в 1-2 метрах перед собой, ни на чем не фиксируя взгляд.
2. Примите медитативную позу. Расслабьте тело. Сконцентрируйтесь на дыхании. Не меняйте естественного ритма дыхания, а только следите за ним. Дыхание можно мысленно сопровождать фразами: «Я

чувствую свой вдох... чувствую свой выдох...» и т. д.

Это упражнение только кажется простым. Вы можете столкнуться с ограничением возможностей удерживать свое внимание на дыхании. В чем эти трудности и как они преодолеваются:

1) неудобство и беспокойство, вызванное позой, — расслабить мышцы, успокоить себя представлением какого-либо образа;

2) затрудненное дыхание — отказаться от попыток управлять дыханием, наблюдать за ним со стороны;

3) потеря контроля и наступление сна — держаться за нить дыхания, не пытаться специально поддерживать бодрствование, возвращаться к заданию после отвлечений;

4) слезятся и устают глаза, возникает жжение и резь — научиться смотреть расслабленно и вяло, с полуприкрытыми веками, ни на чем не фиксируя взор;

5) глаза непроизвольно закрываются — научиться смотреть из-под век;

6) внимание постоянно соскальзывает — мягкое, ненавязчивое возвращение к работе.

По мере выполнения упражнения возникают периоды рассеянности со сменой картин и мыслей.

3. Сконцентрировав свое внимание на дыхании, можно повторять примерно следующие медитативные фразы:

Я вдыхаю... Я выдыхаю...

Грудная клетка расслаблена... (один дыхательный цикл) Я вдыхаю... Я выдыхаю...

Мое тело расслаблено... (один дыхательный цикл) Я вдыхаю... Я выдыхаю...

Я чувствую покой и расслабление... (один дыхательный цикл) Я вдыхаю... Я выдыхаю...

Приятное ощущение... (вдох) Приятное ощущение... (выдох) Приятно дышать... (вдох) Приятно дышать... (выдох) Я чувствую тепло... (вдох) Я чувствую тепло... (выдох) Все расслаблено... (вдох) Все расслаблено... (выдох) Спокойствие и тишина... (вдох) Спокойствие и тишина... (выдох)

«Декада». По мере успешного освоения упражнения «Дыхание», можно перейти к более сложной технике медитации.

1. Сохраняйте естественный рисунок дыхания. Во время выдоха сосредоточьте внимание на дыхании, мысленно произнесите число (от одного до десяти) и представьте, что число опускается из головы в живот.

2. На первом выдохе мысленно произносится «раз», на втором — «два» и так далее до «десяти»; 11-й выдох — снова «раз», 12-й — «два», 20-й — «десять», 21-й — «раз» и так далее. (мысленный счет в пределах 10).

Концентрация на дыхании, счет и представление «опускающегося» числа происходит во время выдоха. В промежутках между выдохами не думайте ни о чем.

Отсутствие физической активности, постоянство окружающей обстановки, примитивный характер умственной деятельности — все это довольно быстро приводит к глубокой умиротворенности, успокоенности, дремоте. Сознание начинает балансировать на грани между реальностью и фантазией, когда восприятие действительности переплетается с грезами.

Одному может показаться, что зазвенел звонок; другой увидит на полу несуществующих насекомых; третий неожиданно вздрогнет и испытает нестерпимое желание почесать ухо. Все эти переживания характерны для перехода в сон.

#### Обсуждение и выводы

1. Обсудите ваши выводы в рабочей группе. Расскажите о своих ощущениях и впечатлениях.

2. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?

3. Какие возможности вы видите в использовании этого метода?

Какова область его применения и возможные ограничения?» [9].

## **Занятие 7. Изменение эмоционального последствия ситуаций**

**Цель:** «Изучение техник изменения эмоционального последействия конфликтной ситуации.

### ***Ход работы:***

1. Вспомните событие, которое до сих пор вызывает у вас обиду и негодование.
2. Подумайте, способны ли вы извлечь какую-то пользу из этих обстоятельств?
3. Если бы вам пришлось пережить их снова, что бы вы изменили, а что оставили без особых перемен?
4. Что еще необходимо сделать, чтобы расстаться с обидой? Что мешает вам расстаться с ней? Быть может, вам просто нужно высказаться? Вы хотите получить извинение? Или увидеть, что другая сторона прилагает усилия для исправления положения? Что вам нужно для того, чтобы распрощаться с этим чувством?
5. Используйте метод визуализации для работы с неприятными воспоминаниями. Для выполнения этого упражнения займите удобное положение, закройте глаза и в течение некоторого времени сосредоточьтесь на своем дыхании.

### **Этап 1. Релаксация**

Воздух сначала заполняет брюшную полость, а затем вашу грудную клетку и легкие. Сделайте полный вдох, затем несколько легких спокойных выдохов.

Теперь спокойно, без специальных усилий сделайте новый вдох. Обратите внимание, какие части вашего тела соприкасаются со стулом и полом. В тех частях тела, где поверхность поддерживает вас, постарайтесь ощутить эту поддержку немного сильнее. Вообразите, что стул и пол приподнимаются, чтобы поддержать вас. Расслабьте те мышцы, с помощью которых вы сами поддерживаете себя.

### **Этап 2. Возвращение к инициирующему событию**

Вспомните событие, которое продолжает действовать на вас, вызывая разрушающие воспоминания. Представьте в деталях, что тогда происходило: что вы видите? Кто присутствует и участвует в той сцене? В чем они одеты? Что они говорят? Что говорите вы? Отметьте интонации, громкость, тембр. Что вы чувствуете? Отметьте ваши ощущения. Представьте, что к этим ощущениям привязаны тонкие веревочки, вы их крепко держите в левом кулаке и почему-то не спешите отпустить.

Как вы теперь считаете: чего вам не хватило тогда для эффективного завершения ситуации? спокойствия? выдержки? уверенности? чуткости? ощущения собственного благополучия? ценности? компетентности?

### Этап 3. Оживление приятных воспоминаний

В вашем опыте наверняка есть ситуации, где вы демонстрировали качества, которых вам не хватило в трудной ситуации. Это — ваши позитивные ресурсы и они уже имеются в вашем опыте. Вспомните то время своей жизни, когда вы были уверены, что по-настоящему любимы. Выберите какой-нибудь эпизод этого периода и заново переживите его во всех деталях. Вспомните эпизоды, когда вы переживали ощущения, которых вам не хватало в той трудной ситуации. Выберите один из таких эпизодов и воскресите его в своей памяти. Восстановите зрительные образы, звуки и, главное, — ваши ощущения. Старайтесь усилить переживание этих позитивных ощущений и сохранить их. Представьте, что к этим ощущениям привязаны тонкие веревочки. Возьмите их в правый кулак и не отпускайте.

### Этап 4. Повторное возвращение к инициирующему событию

Снова вернитесь к инициирующему событию. В вашем левом кулаке опять зажаты ощущения дискомфорта, но в правом кулаке уже имеются необходимые ресурсы: нужные качества, нужное состояние. Сделайте теперь в воображении то, что вы хотите сделать для завершения ситуации. Что произошло? Что вы видите? Что вы делаете? Что вы говорите и что вам отвечают? Чем эта ситуация отличается от старой? Как отличаются ваши ощущения?

Завершив ситуацию, «отпустите» ваши чувства, разжав оба кулака.

6. Обсудите ваши выводы в рабочей группе. Выслушайте каждого, поделитесь с ним своими предположениями о том, какие еще преимущества от наличия неразрешенного конфликта он не принял во внимание.

Обсуждение и выводы

1. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?
2. Какие возможности вы видите в использовании этого метода?

Какова область его применения и возможные ограничения?» [9].

### **Занятие 8. Готовность разрешить конфликт**

**Цель:** «Изучение вторичных выгод, связанных с наличием нерешенного конфликта.

**Ход работы:**

1. Ответьте для себя на ряд вопросов:

Какие преимущества вы получаете, оставляя проблему нерешенной?

Чему вы можете научиться, разрешая этот конфликт? Каким вы предпочитаете быть: правым или счастливым?

2. Обсудите ваши выводы в рабочей группе. Выслушайте каждого, поделитесь с ним своими предположениями о том, какие еще преимущества от наличия неразрешенного конфликта он не принял во внимание.

Обсуждение и выводы

1. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?
2. Какие возможности вы видите в использовании этого метода?

Какова область его применения и возможные ограничения?

### **Занятие 9. Выявление мотивации оппонентов**

**Цель:** Изучение методического приема «Карта конфликта » для выявления интересов конфликтующих сторон.

**Ход работы:**

1. Вспомните две конфликтные ситуации, в которых вы участвовали.

2. Начертите в центре листа квадрат и опишите предмет, из-за

которого разгорелся конфликт.

3. Опишите, какие требования предъявляли друг к другу стороны в начале конфликтного взаимодействия.

4. Опишите потребности и опасения каждой стороны. Стремитесь, чтобы было перечислено не менее пяти-шести пунктов: чем больше интересов, затронутых конфликтом, вы сможете выявить, тем больше предложений по урегулированию конфликта удастся сделать позже.

5. Дальше работа осуществляется в диадах. Объединитесь в пару с другим участником семинара. Найдите удобное место и сядьте друг напротив друга. Вы по очереди будете играть роли психолога и клиента, который консультируется по поводу возникшего конфликта.

6. Осуществляя роль консультанта, вы помогаете клиенту проанализировать конфликт. Ваша задача — внимательным выслушиванием, вопросами и замечаниями оказать помощь в составлении карты его конфликта. Необходимо категорически воздерживаться от оценок поведения участников конфликта, выдерживать максимально нейтральную позицию.

7. После смены ролей расскажите вашему консультанту о вашем собственном конфликте.

#### Обсуждение и выводы

1. Обменяйтесь впечатлениями о проделанной работе. Опишите опыт, который вы приобрели, выполняя это упражнение.

2. Какую роль в понимании конфликта сыграл анализ интересов сторон?

3. Какой опыт вы приобрели, осуществляя роль психолога-консультанта?

4. Что вы можете сказать о достоинствах изучаемого метода, об области его применения и его ограничениях?» [9].

#### **Занятие 10. Оценка приоритетов**

**Цель:** «Изучение стратегии выявления приоритетов в интересах оппонентов.

***Ход работы:***

1. На основе потребностей и опасений составьте список ваших интересов и проранжируйте его.

2. Проранжируйте предполагаемые интересы вашего оппонента.

**Обсуждение и выводы**

1. Обсудите полученный опыт. Что вы узнали о себе, ранжируя свои интересы? Расскажите рабочей группе о ваших впечатлениях.

2. Выслушивая рассказы коллег, будьте внимательны. Можете задавать уточняющие вопросы, чтобы помочь им осознать дополнительные интересы в их ситуации» [9].

**Занятие 11. Оценка соотношения ресурсов конфликтующих сторон**

**Цель:** «Изучение роли власти и ресурсов в выборе стратегии поведения.

***Ход работы:***

1. Определите соотношение власти между вами и вашим оппонентом в рассматриваемом вами конфликте.

2. Определите соотношение ваших ресурсов и ресурсов вашего оппонента, необходимых для того, чтобы в течение длительного времени настойчиво и последовательно добиваться своего. Помните, что если цель очень значима, уровень мобилизации ресурсов повышается.

3. Обсудите выводы, к которым вы пришли в вашей рабочей группе.

**Обсуждение и выводы**

1. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?

Какие выводы сделали?»[9].

**Занятие 12. Обоснование стратегии взаимодействия**

**Цель:** «Изучение возможностей целесообразного выбора стратегий поведения в конфликте на основе вероятностного прогнозирования.

***Ход работы:***

1. Используя «Матрицу возможностей» (см. таблицу 5), оцените

достоинства различных вариантов поведения в конфликте.

2. В первой колонке опишите ваши возможные действия, которые вы гипотетически можете предпринять в русле каждой стратегии. Стремитесь, чтобы вариантов было больше.

3. Во второй колонке напротив каждого варианта вашего поведения опишите вероятный ответ оппонента и последствие реализации данной стратегии.

4. В третьей колонке оцените вероятность каждого исхода, используя 10-ти балльную шкалу.

5. В четвертой колонке оцените, насколько этот исход для вас желателен. 1 балл будет обозначать полную нежелательность, 10 — максимальную привлекательность.

6. В пятой колонке вам предстоит перемножить оценки вероятности и желательности по каждому варианту поведения. Максимальное произведение будет указывать на вариант, к которому следует проявить повышенное внимание» [9].

Таблица 5

Матрица возможностей

1	2	3	4	5
Возможный Подход (подробное описание)	Вероятный результат применения этого подхода	Вероятность реакции «Р» от 1 до 10	Желательность такого итога «А» от 1 до 10	Итоговая оценка «Р*А»
Уклонение 1) 2)				
Приспособление 1) 2)				
Соперничество 1) 2)				
Компромисс 1) 2)				

Сотрудничество				
1)				
2)				

7. Обсудите ваши выводы в рабочей группе.

### **Обсуждение и выводы**

1. К какому выводу вы пришли, оценивая варианты поведения в конфликте?

2. Что нового вы узнали о себе и для себя?

### **Занятие 13. Выработка взаимовыгодных предложений**

**Цель:** Изучение этапа подготовки предложений.

#### **Ход работы**

1. Заполните «Генератор Альтернатив». Запишите как можно большее количество предложений, привлекательных для оппонента и удовлетворяющих ваши интересы.

*Таблица 6*

#### *Генератор Альтернатив*

Интересы Мои интересы	Важные		Маловажные
Важные	Зона повышенной трудности		«Валюта Переговоров»
Средние			
Маловажные	«Валюта Переговоров»		Легко добиться согласия в начале переговоров

2. Подготовьте запасные варианты (НАОП). Что вы будете делать, если все ваши варианты будут отвергнуты?

3. Продумайте, какие критерии справедливости будут использоваться при выборе предлагаемых альтернатив.

4. В рабочей группе расскажите, какие варианты будут предложены. Что будет обоснованием достоинства варианта?

5. Выслушивая остальных участников дискуссии, не перебивайте их, не оценивайте и не критикуйте их варианты. Если у вас появился еще не прозвучавший вариант, можете его высказать.

6. Обменяйтесь впечатлениями, обсудите, какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение, подготовьте выводы.

### ***Обсуждение и выводы***

1. К какому выводу вы пришли в процессе подготовки взаимовыгодных вариантов разрешения конфликта?

2. Что нового вы узнали о себе и для себя?

### **Разработка запасных вариантов**

«Подготовьте запасные предложения. Что вы будете делать, если предложенные варианты будут отвергнуты?

Рабочей группе расскажите, какие запасные варианты были предложены.

Что вы будете делать, если ваш оппонент проявит настойчивость и не откажется от своих исходных требований? Какие альтернативы? Какая из них является лучшей (НАОП)? Выслушивая остальных участников дискуссии, не перебивая, оценивайте и не критикуйте их варианты. Если у вас есть еще не прозвучавший вариант, можете его высказать. Обменяйтесь впечатлениями, обсудите, какой опыт вы получили, выполняя это упражнение, подготовьте выводы» [9].

### ***Выводы***

К какому выводу вы пришли в процессе подготовки взаимных вариантов разрешения конфликта? Что нового вы узнали о себе и для себя?

## **Занятие 14. Изложение своей позиции**

***Цель:*** «Изучение эффективных способов изложения своей позиции.

***Ход работы:***

Упражнение выполняется в рабочей группе.

1. Сформулируйте ваши предложения в конструктивной форме.
2. Представьте, что ваш оппонент находится перед вами. Выскажите ему ваши варианты решения конфликта.
3. Члены группы высказывают свои мнения по поводу понятности и конструктивности сформулированных предложений.

#### ***Обсуждение и выводы***

1. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?
2. Обменяйтесь вашими впечатлениями. Какие выводы вы для себя сделали?» [9].

### **Занятие 15. Ассертивный спор**

**Цель:** «Изучение техники ассертивного спора при обсуждении вопросов, вызывающих разногласия.

#### ***Ход работы:***

1. Упражнение выполняется в рабочей группе. Группа делится на равные половины. Каждая из сторон будет защищать свое мнение по какому-нибудь спорному вопросу, причем это мнение должно быть диаметрально противоположным мнению оппонентов.
2. Первая сторона высказывает свое мнение и подкрепляет его аргументами. Затем свою позицию аргументировано излагает кто-то из оппонентов.
3. Обязательное условие: любой оппонент обязан повторить аргументы противоположной стороны прежде, чем приступит к изложению своей точки зрения. Он излагает позицию и аргументы «противника», затем произносит: «И я считаю, что...», высказывает свою позицию и аргументирует ее » [9].

#### ***Обсуждение и выводы***

1. Обсудите, какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение.
2. Что вы узнали о себе?
3. Как влияет на ход спора использование техник активного слушания?

## **Занятие 16. Ассертивная защита своих прав**

**Цель:** «Изучение метода ассертивной защиты своих прав.

**Ход работы:**

Упражнение выполняется в рабочей группе

1. Первый участник, главное лицо (протагонист), высказывает группе справедливое требование.
2. Остальные участники отказываются его выполнять, приводя свои аргументы.
3. Протагонист повторяет аргументы, демонстрируя, что их слышал, и повторяет свое предложение в несколько иной формулировке.
4. Обмен репликами длится три минуты. Затем протагонистом становится другой член группы.

**Обсуждение и выводы**

1. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?
2. Что вы узнали о себе?
3. Какие закономерности вы увидели и к каким выводам пришли?
4. Какие достоинства и ограничения вы увидели у этой техники? Какова, на ваш взгляд, область ее применения?» [9].

## **Занятие 17. Ассертивная просьба**

**Цель:** «Изучение ассертивной просьбы о любезности.

**Ход работы:**

Упражнение выполняется в рабочей группе.

1. Вспомните ситуацию, в которой вам необходимо было получить что-то для вас важное и вы хотели, чтобы ваш партнер сам догадался и предложил вам это.
2. Представьте, что этот человек сидит на пустом стуле в центре круга. Сформулируйте вашу просьбу и попросите его о любезности.
3. Остальные члены группы делятся с говорящим своими впечатлениями: была ли просьба ассертивной, не присутствовала ли в ней

агрессия или робость.

4. В роли «просящего» по очереди должны побывать все участники.

***Обсуждение и выводы***

1. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?
2. Что вы узнали о себе?
3. Какие закономерности вы увидели и к каким выводам пришли?
4. Какие достоинства и ограничения вы обнаружили у этой техники? Какова, на ваш взгляд, область ее применения?» [9].

**Занятие 18. Ассертивный отказ**

***Цель:*** «Изучение личностных границ и техники ассертивного отказа.

***Ход работы:***

Упражнение выполняется в рабочей группе.

1. Группа просит участника сделать что-либо из того, что он делать не обязан.
2. Задача первого участника — последовательно в течение трех минут отказывать группе в просьбе.
3. После того, как отведенное время закончится, члены группы делятся с говорящим своими впечатлениями: был ли отказ ассертивным; не присутствовала ли в нем агрессия или робость.
4. Затем «отказывающим» становится следующий участник.
5. В роли «отказывающего» по очереди должны побывать все участники.

***Обсуждение и выводы***

1. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?
2. Что вы узнали о себе?
3. Какие закономерности вы увидели и к каким выводам пришли?
4. Какие достоинства и ограничения вы обнаружили у этой техники?

5. Какова, на ваш взгляд, область ее применения?» [9].

### **Занятие 19 Примиряющие жесты**

**Цель:** «Изучение умиротворяющих жестов.

**Ход работы:**

Упражнение выполняется в рабочей группе.

1. Вспомните конфликтную ситуацию, которая произошла после того, как вы нарушили данное вами обещание или ненамеренно причинили человеку неудобство.

2. Представьте, что этот человек сидит на пустом стуле в центре круга. Сформулируйте и произнесите высказывание, используя те примирительные жесты, которые представляются вам уместными.

3. Остальные члены группы делятся с говорящим своими впечатлениями: была ли реплика асертивной, не присутствовала ли в ней агрессия или робость, вызывала ли она снижение напряжения.

4. В роли «умиротворяющего» по очереди должны побывать все участники.

**Обсуждение и выводы**

1. Какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение?

2. Что вы узнали о себе?

3. Какие закономерности вы увидели и к каким пришли выводам?

4. Какие достоинства и ограничения вы увидели у этой техники? Какова, на ваш взгляд, область ее применения?» [9].

### **Занятие 20. Письма из прошлого**

**Цель:** Сопоставление ожиданий и результатов, достигнутых во время участия в практикуме.

**Ход работы:**

Участники вскрывают свои конверты, перечитывают письмо «самому себе». Вспоминают свое настроение «тогда», свои опасения, чаяния, ожидания.

Участники оценивают, оправдались ли их ожидания, или нет, а также изменились ли они сами в ходе совместной деятельности. Кроме этого очень важно, чтобы участники обсудили друг с другом свои ожидания от педагога, группы и темы практикума.

Далее участникам предлагается вновь пройти исследование на определение стратегии поведения. Раздаются тестовый бланк, бланк ответов и шариковая ручка (карандаш). Проводится контрольный эксперимент.

### **Выводы по II главе**

1. В рамках формирующего этапа экспериментальной работы внедрялась программа практикума по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях;

2. Программа практикума «Пойми и прими» основана на личностно-ориентированном и системно-деятельностном подходах и включает 3 блока: «управление эмоциями», «анализ конфликта» и «уверенное поведение в реализации переговорной стратегии».

3. Цель и задачи программы практикума – установление и развитие отношений партнерства и сотрудничества в процессе общения, экспериментальное испытание новых способов поведения, расширение возможностей понимания своего ребенка, выработка новых навыков взаимодействия с ребенком, активизация коммуникаций в семье и в обществе.

4. Ожидаемые результаты: расширение репертуара поведения в конфликтных ситуациях, обеспечивающее автономное, осознанное принятие решений.

## Глава III. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

### 3.1. Анализ и интерпретация результатов констатирующего этапа экспериментальной работы

Проведенные в 2015 - 2016 учебных годах исследования девочек учащихся 10-х классов и их родителей, определяющих стратегии поведения по методике Томаса позволили выявить следующие результаты.

Индивидуальные результаты изучения стратегий поведения испытуемых учащихся 10-х классов экспериментальной группы на этапе констатирующего эксперимента в приложении.

В результате констатирующего эксперимента участники ЭГ и КГ были разделены на пять групп, по степени выраженности отношения к той или иной стратегии поведения в конфликтной ситуации. Распределение учащихся представлено в таблице (табл.7).

Таблица 7

*Распределение испытуемых учащихся 10-х классов по стратегиям поведения в конфликтных ситуациях (констатирующий этап)*

Стратегия поведения в конфликте	Результативный признак			
	ЭГ		КГ	
	№	%	№	%
Соперничество	2	9,52	2	10,52
Сотрудничество	4	19,04	5	26,31
Компромисс	9	42,85	6	31,57
Избегание	6	28,57	3	15,78
Приспособление	3	14,28	4	21,05

Таким образом, к стратегии «соперничество» прибегают 9,52% испытуемых экспериментальной группы и 10,52% контрольной. Эти учащиеся готовы к конкуренции, открытой борьбе за свои интересы, отстаивание своей позиции. Стремятся доказать, что другой не прав, осуществляют попытки перекричать его, применить физическое насилие. Выдвигают требования беспрекословного послушания, попытки перехитрить, призвать на помощь союзников, шантажировать разрывом отношений.

Стратегию сотрудничество используют лишь 19,04% и 26,31% соответственно. Этим участникам эксперимента характерен совместный поиск решения, удовлетворяющего интересы обеих сторон. Человек сотрудничающий определяет потребности участников, старается их удовлетворить, признает ценности других, равно как и свои собственные, объективно отделяет проблему от личности, ищет неординарные решения, не щадит проблему, щадит людей.

Чаще других стратегий учащиеся избирают компромисс 42,85% в экспериментальной группе и 31,57% в контрольной. Эти участники стараются урегулировать конфликт через взаимные уступки. Стараются поддерживать дружеские отношения, ищут справедливого исхода, делят предмет желаний поровну, избегают самовластия и напоминания о своем первенстве, стремятся получить что-то и для себя, но избегают лобовых столкновений, немного уступают ради сохранения отношений.

Уклоняются от конфликта, предпочитая стратегию избегание 28,57% контрольной группе и 15,78% девочек, принявших участие в эксперименте. Этим учащимся свойственно стремление выйти из конфликтной ситуации, не разрешая ее: молчание, демонстративное удаление, обиженный уход, затаенный гнев, депрессия, игнорирование обидчика, ехидные замечания по его поводу за его спиной, переход на «чисто деловые отношения», даже полный отказ от отношений с оппонентом.

Приспособление, как стратегию видят возможной 14,28% и 21,05% в соответствующих группах. Участникам конфликта характерно изменение своей позиции, перестройка поведения, сглаживание противоречий, отказ от своих интересов. Субъект подавляет свои негативные эмоции, делает вид, словно все в порядке, продолжает действовать, словно ничего не произошло, мирится с происходящим, чтобы не нарушить покой, ругает себя за свою раздражительность, молчит, возможно, вынашивая план мести.

Разработчик методики утверждает, что при выборе стратегии избегания конфликта ни одна из сторон не получает выигрыша. При выборе

стратегии конкуренции, приспособления или компромисса в выигрыше оказывается только один из участников (другой — проигрывает), либо проигрывают оба (идя на компромиссные уступки, не реализуют всех возможностей ситуации). И лишь при выборе стратегии сотрудничества выигрыш получают обе стороны.

Для большей наглядности данные представлены на рисунке (рис. 2).

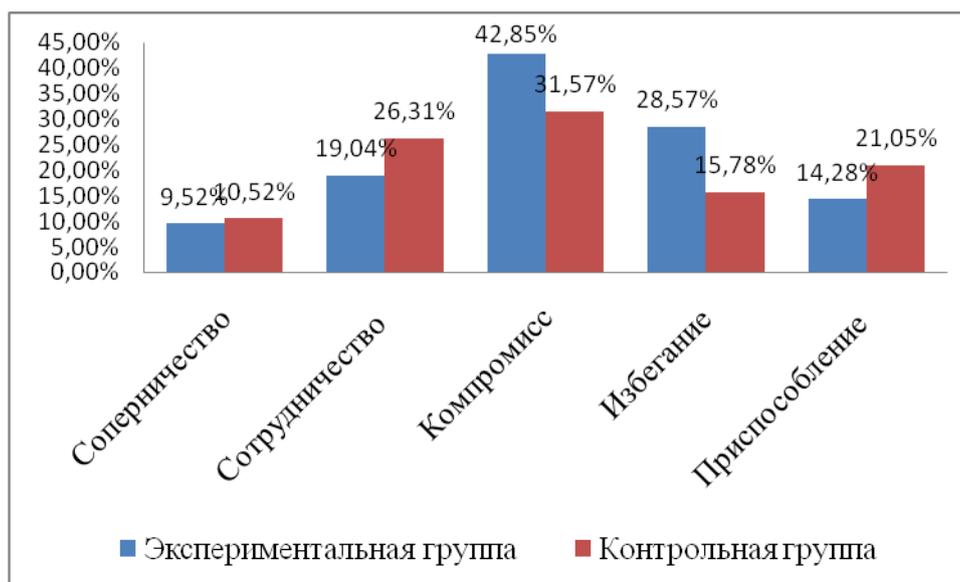


Рис.2 Распределение учащихся по преобладающей стратегии поведения в конфликте (констатирующий этап эксперимента)

Для оценки различий между ЭГ и КГ нами был использован критерий «хи квадрат» ( $\chi^2$ ) К. Пирсона.

Число степеней свободы равно 4

Значение критерия составляет 1.503

Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$  составляет 9.488

Связь между факторным и результативным признаками отсутствует, уровень значимости  $p > 0.05$

Следовательно, мы можем взять эти две группы для исследования, потому что между ними нет различий.

Родители также выдержали констатирующий этап эксперимента, результаты представлены в таблице (табл.8).

Данных участников мы также распределили на пять групп по преобладанию определенных стратегий поведения.

Таблица 8

*Распределение испытуемых родителей по стратегиям поведения в конфликтных ситуациях (констатирующий этап)*

Стратегия поведения в конфликте	Результативный признак			
	ЭГ		КГ	
	№	%	№	%
Соперничество	5	23,80	4	21,05
Сотрудничество	2	9,52	3	15,78
Компромисс	6	28,57	6	31,57
Избегание	5	23,80	4	21,05
Приспособление	4	19,04	3	15,78

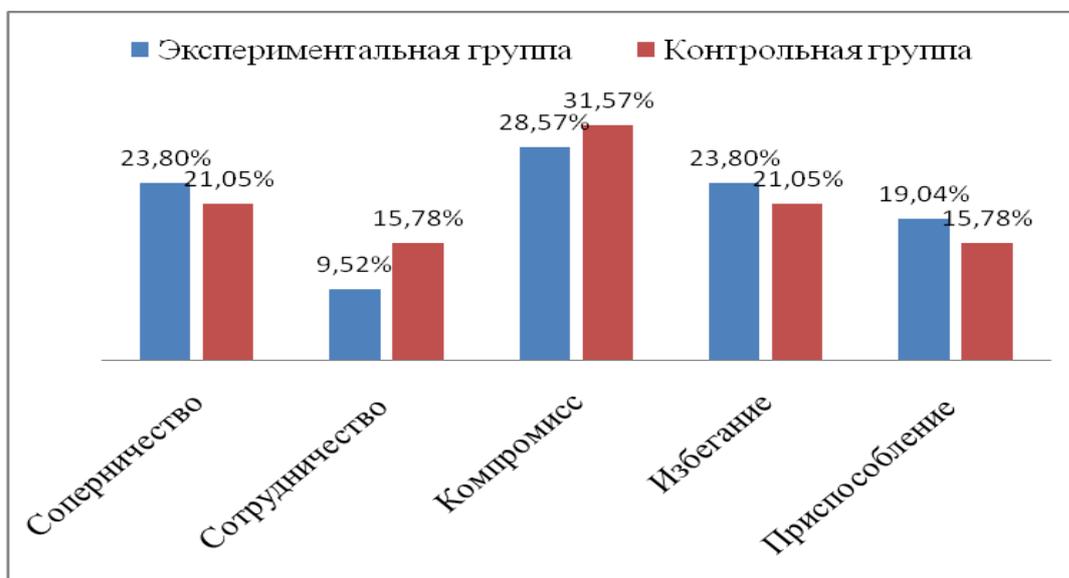
Число степеней свободы равно 4

Значение критерия  $\chi^2$  составляет 0.471

Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$  составляет 9.488

Связь между факторным и результативным признаками отсутствует, уровень значимости  $p > 0.05$ .

Наглядно данные представлены на рисунке (рис.3).



*Рис.3 Распределение родителей по преобладающей стратегии поведения в конфликте (констатирующий этап)*

Соответственно, и в данных группах различий не наблюдается.

Анализ результатов констатирующего этапа экспериментальной работы позволил нам утверждать, что необходима совместная работа по формированию и развитию отношений партнерства и сотрудничества в процессе общения, экспериментальное испытание новых способов поведения.

Программа практикума «Пойми и прими» по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях представлена в параграфе 2.2.

### 3.2. Анализ и интерпретация результатов формирующего этапа экспериментальной работы

После внедрения нами практикума «Пойми и прими» в учебно-воспитательный процесс, мы провели повторное исследование учащихся и их родителей на предмет преобладания стратегий поведения, также используя методику Томаса.

В результате были получены данные, представленные в таблице (табл. 9).

Таблица 9

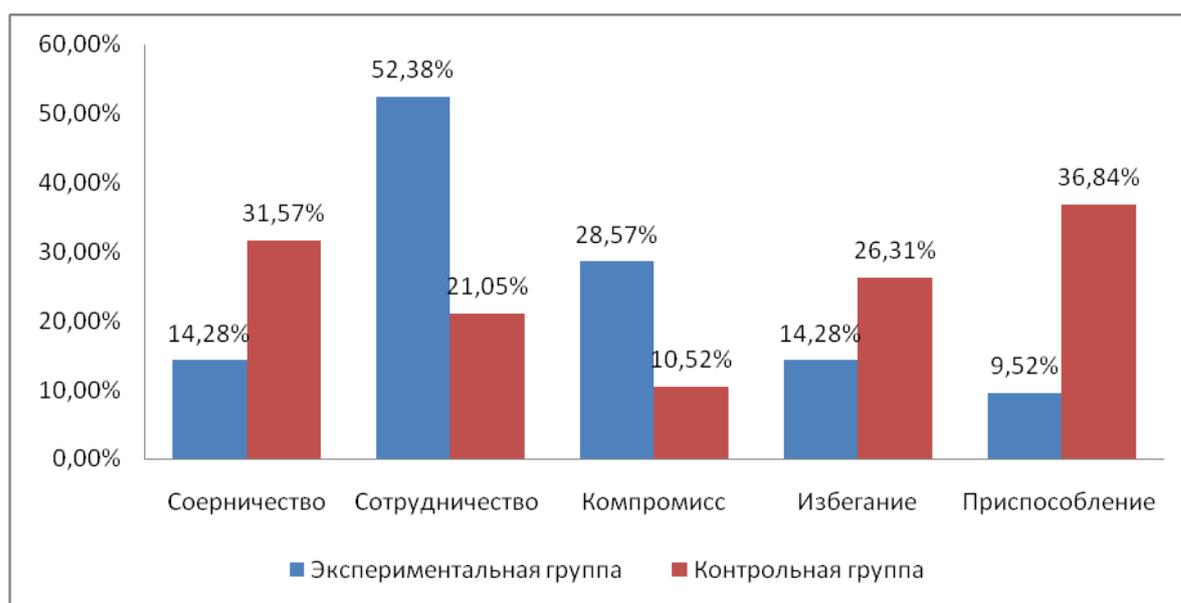
*Распределение учащихся 10 классов, испытываемых по стратегиям поведения в конфликтных ситуациях (контрольный этап)*

Стратегия поведения в конфликте	Результативный признак			
	ЭГ		КГ	
	№	%	№	%
Соперничество	3	14,28	6	31,57
Сотрудничество	11	52,38	4	21,05
Компромисс	6	28,57	2	10,52
Избегание	3	14,28	5	26,31
Приспособление	2	9,52	7	36,84

По итогам формирующего эксперимента мы можем констатировать значительное увеличение учащихся экспериментальной группы, выбравших сотрудничество, как приоритетную стратегию поведения 52,38%, что на 33,34% больше, чем вначале эксперимента. Дети контрольной группы

прибегают к данной стратегии лишь в 21,05 % случаев, что меньше показателей экспериментальной группы на 31,33%, это можно считать существенной разницей. Соперничество избрали 14,28 % учащихся экспериментальной группы, и 31,57% учащихся контрольной группы. Стратегию компромисс считают приемлемой 28,57% учащихся экспериментальной группы, и лишь 10,52% детей контрольной группы, с разницей в 18,05% . Также снизились показатели экспериментальной группы таких неконструктивных стилей поведения, как избегание 14,28% и приспособление 9,52%, в то время как в группе контрольной они выросли на 10,53% избегание и на 15,79% приспособление.

Наглядно результаты представлены на рисунке (рис 4).



*Рис.4 Распределение учащихся по преобладающей стратегии поведения в конфликте (контрольный этап)*

Число степеней свободы равно 4

Значение критерия  $\chi^2$  составляет 9.528

Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$  составляет 9.488

Связь между факторным и результативным признаками статистически значима при уровне значимости  $p < 0.05$

Таблица 10

*Распределение испытуемых родителей по стратегиям поведения в конфликтных ситуациях (контрольный этап)*

Стратегия поведения в конфликте	Результативный признак			
	ЭГ		КГ	
	№	%	№	%
Соперничество	1	4,76	6	31,57
Сотрудничество	10	47,61	4	21,05
Компромисс	10	47,61	3	15,78
Избегание	2	9,52	3	15,78
Приспособление	5	23,80	6	31,57

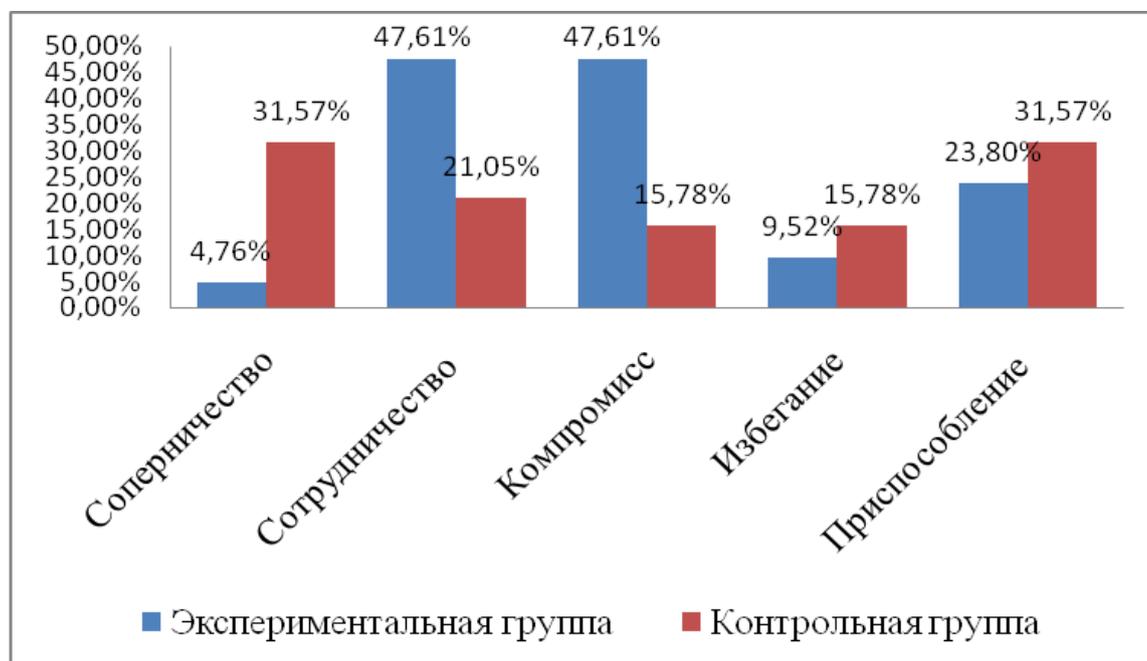
Число степеней свободы равно 4

Значение критерия  $\chi^2$  составляет 9.622

Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$  составляет 9.488

Связь между факторным и результативным признаками статистически значима при уровне значимости  $p < 0.05$

Наглядно результаты представлены на рисунке (рис 5).



*Рис.5 Распределение родителей по преобладающей стратегии поведения в конфликте (контрольный этап)*

### Выводы по III главе

Результаты констатирующего этапа эксперимента подтвердили актуальность проблемы нашего исследования, выявив низкий процент участников, предпочитающих сотрудничать в конфликтных ситуациях. Что позволило бы им конструктивно разрешать конфликты, с пользой для обеих сторон. Так учащиеся экспериментальной группы показали лишь 19,04%, в то время как, учащиеся контрольной группы 26,31%. Родители экспериментальной группы показали 9,52% и 15,78% в контрольной группе.

Преимущественно отдали предпочтение стратегии компромисс 42,85% учащихся в экспериментальной группе и в 31,57% учащихся в контрольной группе. Родители экспериментальной группы обнаружили 28,57%, в то время как родители в контрольной группе 31,57% участников; недостаточную методическую обеспеченность процесса взаимодействия с семьей в данном направлении.

Разработанная и реализованная программа практикума «Пойми и прими» по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях показала свою эффективность в решении проблемы нашего исследования.

В результате внедрения программы произошли существенные изменения. Значительно повысился показатель сотрудничества в экспериментальной группе с 19,04%, до 52,38%, что на 33,34% больше, чем вначале эксперимента, и на 31,33% больше по сравнению с контрольной группой.

Таким образом, мы наблюдаем существенные сдвиги в сторону сотрудничества и снижение уровня конфликтности.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование позволило изучить проблему взаимодействия с семьей старших школьников по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях. Педагогическая теория предлагает различные подходы к ее решению. Учитывая накопленный психолого-педагогический опыт, адаптируя его к современным условиям образовательного процесса, мы теоретически обосновали возможность и экспериментально проверили свою концепцию решения проблемы, взаимодействия с семьей по формированию паттернов поведения.

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования показал, что ее актуальность обуславливается отрицательным влиянием конфликтов на взаимоотношения как внутри семьи, так и вне ее.

Также он позволил определить ключевые понятия и основные подходы к практической работе с семьей старших школьников. На основании этого анализа были выделены наиболее значимые факторы, способствующие формированию эффективных паттернов поведения в конфликтных ситуациях.

Успешность решения исследуемой проблемы мы видим в целенаправленном процессе взаимодействия с семьей старших школьников по формированию адекватных паттернов поведения в конфликтных ситуациях, ассертивной личности, обладающей навыками конструктивного общения.

Констатирующий этап эксперимента подтвердил низкий уровень бесконфликтного общения, выявив минимальный процент участников, предпочитающих сотрудничать в конфликтных ситуациях. Это подтвердило актуальность нашего исследования.

Одним из важных направлений в решении данной проблемы явилась разработка и реализация программы практикума «Пойми и прими» по формированию паттернов поведения в конфликтных ситуациях. Программа основана на личностно-ориентированном и системно-деятельностном

подходах, включает три блока: управление эмоциями, анализ конфликта и уверенное поведение в реализации переговорной стратегии.

Нами доказано, что ориентированность учебно-воспитательного процесса на формирование паттернов поведения в конфликтных ситуациях способствует установлению и развитию отношений партнерства и сотрудничества в процессе общения.

Результаты, полученные на контрольном этапе экспериментальной работы, позволили установить, что разработанная и реализованная в образовательном процессе программа эффективна. Свидетельством является повышение уровня сотрудничества, с 19,04%, до 52,38%, что на 33,34% больше, чем вначале эксперимента, и на 31,33% больше по сравнению с контрольной группой.

Таким образом, поставленные в работе цели и задачи реализованы в полном объеме. Гипотеза подтверждена. Внедренная в учебно-воспитательный процесс программа показала свою результативность в решении проблемы нашего исследования.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Абрамова, Г.С. Практическая психология [Текст] / Г.С.Абрамова – М.: Академия, 2009.– 496 с.
2. Антонов, А.И. Социология семьи [Текст] / А.И. Антонов – М.: Изд-во Международного университета бизнеса и управления “Братья Карич”, 1996. – 304 с.
3. Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Конфликтология [Текст]/ А.Я.Анцупов,: Учебник для вузов. — М.: ЮНИТИ, 2000. – 551с.
4. Архиреева Т.В. Психология родительства и детско-родительских отношений [Текст] / Т.В. Арихеева – Великий Новгород: Новгородский государственный университет им. Ярослава Мудрого, 2006. - 214 с.
5. Базилюк В.В. Разрешение педагогических конфликтов [Текст] / В.В. Базилюк; М – во образ. и науки Рос. Федерации: Челяб. гос. пед. ун – т. – Челябинск: ЧГПУ, 2005. – 139 с.
6. Беличева, С.А. Социальная психология личности в вопросах и ответах: Учеб. Пособие для студентов вузов [Текст] / С.А. Беличева – М.: Гардарики, 1999. – 395 с.
7. Бодалев, А.А. Общая психодиагностика [Текст] / А.А. Бодалев – СПб.: Речь, 2000. – 438 с. [9]
8. Большой энциклопедический словарь [Текст] / под ред. Прохорова А.М. – СПб.:1998. – 208 с.
9. Васильев Н. Н. В 19 Тренинг преодоления конфликтов [Текст] / Н.Н.Васильев— СПб.: Речь, 2007. — 174 с.
- 10.Выготский, Л.С. Психология [Текст]/ Л.С. Выготский – М.; Апрель пресс, 2000. – 1006с.
11. Гидденс Э. Социология: [пер. с англ.] [Текст] / Э. Гидденс – М.: РГБ, 2009. – 629с.
12. Голод С.И. Семья и брак: историко-социологический анализ [Текст] / С.И. Голод Санкт- Петербург, ТОО ТК «Петрополис», 1998. – 272 с.

13. Горбатов Д.С. Практикум по психологическому исследованию: Учеб. пособие [Текст]/ Д.С. Горбатов - Самара: Издательский дом «БАХРАХ-М», 2003.- 272 с.
14. Горленко, В.П. Семейведение [Текст] / В.П. Горленко – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2013. – 47 с.
15. Гребенников, И.В. Основы семейной жизни: учебное пособие [Текст] / И.В. Гребенников. – М.: Просвещение, 1991. – 158 с.
16. Гришина Н.В. Психология конфликта. 2-е изд. [Текст] / Н.В. Гришина СПб.: Питер, 2010. 544 с.
17. Губкина, Т. Я умею быть счастливым человеком [Текст] / Т. Губкина – М.: Изд. дом «Первое сентября», 2008.–с.
18. Давлетчина С.Б. Словарь по конфликтологии [Текст] / С.Б. Давлетчина – Улан-Удэ: Изд-во ВСГПУ, 2005. – 100 с.
19. Дружинин В.Н. Психология и психодиагностика общих способностей [Текст] / В.Н. Дружинин – М.; Наука, 1994.- 303с.
20. Жукова // Проблемы и перспективы развития современной семьи: материалы Международной научно-практической конференции. – Челябинск: Изд-во Челябинского государственного педагогического университета, 2008. – С. 40-46.
21. Жукова М.В., Запорожец В.Н., Шишкина К.И. Психология семьи и семейного воспитания: конспекты лекций. – Челябинск, ЗАО «Цицero», 2014. – 223 с.
22. Жукова, М.В. Нарушение системы внутрисемейных отношений как причина формирования аддиктивного поведения детей [Текст] Жукова // Проблемы и перспективы развития современной семьи: материалы Международной научно-практической конференции. – Челябинск: Изд-во Челябинского государственного педагогического университета, 2008. – С. 40-46.

23. Жукова, М.В. Роль семейного социума в формировании отклоняющегося поведения школьников [Текст] / М.В. Жукова, Е.В. Фролова, К.И. Шишкина // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2015. № 9. С. 48-53
24. Инина – Понуровская Е.Ю. Конфликтные отношения между родителями и детьми //Актуальные вопросы современной психологии: материалы междунар. науч. конф. (г. Челябинск, март, 2011г.). Челябинск: Два комсомольца, 2011.- С. 31-34.
25. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие [Текст] О.А. Карабанова — М.: Гардарики, 2005. — 320 с. (в пер.)
26. Колесов, Д.В. Предупреждение вредных привычек у школьников [Текст] / Д.В. Колесов. – М.: УРАО, 1999. – 140 с.
27. Конвенция о правах ребенка [Электронный ресурс]. – Режим доступа [http://zakon.edu.ru/catalog.asp?ob\\_no=12885](http://zakon.edu.ru/catalog.asp?ob_no=12885)
28. Конфликты и взаимодействия / авт. – сост. А.В. Комарова [Текст] / А.В. Комарова, О.М. Ольшевская. Минск: Красико – Принт , 2008. – (деятельность классного руководителя). – 125с.
29. Краткий психологический словарь [Текст] / под ред. Л.А. Карпенко, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский – Ростов-на-Дону: «Феникс», 1998. – 487 с.
30. Курбатов В.И. Конфликтология: учебное пособие для вузов [Текст] / В.И. Курбатов. – Изд. 3 –е, стер. – Ростов – на – Дону: Феникс, 2009. – (Высшее образование). – 445с.
31. Леви, Г. Народонаследие, окружающая среда и качество жизни [Текст] / Г.Леви, Л. Ачдерсон – М.: 1979. – 53 с.
32. Лобан Н.А. Конфликтология: учеб. – метод. комплекс [Текст] / Н.А. Лобан.- Минск: Изд-во МИУ, 2012. -296 с.
33. Марковская И. М.Тренинг взаимодействия родителей с детьми [Текст] И. М. Марковская— СПб.: Речь, 2005. — 150с, ил.

34. Медков, В.В. Социология семьи [Текст] / В.В. Медков – М.: Изд-во Международного университета бизнеса и управления “Братья Карич”, 1996. – 304 с.
35. Мелибруда Е. Я — Ты — Мы: Психолог. возможности улучшения общения: Пер. с польск. / [Текст] Вступ. ст. и общ. ред. А.А. Бодалева и А.Б. Добровича. — М.: Прогресс, 1986. — 256 с.: ил.
36. Мони́на Г. Б., Лютова-Робертс Е. К. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители) [Текст] / Г. Б. Мони́на. — СПб.: Издательство «Речь», 2007. — 224 с.: ил.
37. Недвецкая, М.Н. Основы педагогического взаимодействия школы и семьи. Учебно-методическое пособие [Текст] / М.Н. Недвецкая. – М.: АПК и ППРО, 2006. – 145 с.
38. Недвецкая, М.Н. Подготовка педагогических кадров к организации взаимодействия школы и семьи: Методическое пособие [Текст] / М.Н. Недвецкая – М.: Издательство ООО «Франтера», 2007. – 96с.
39. Недвецкая, М.Н. Управление качеством педагогического взаимодействия школы и семьи: Монография [Текст] / М.Н. Недвецкая – М.: АПКиППРО, 2008. – 240 с.
40. Обозов Н.Н. Психология конфликта [Текст] / Н.Н. Обозов Издательство: ЛНПП «Облик», 2009. 48 с.
41. Олифи́рович Н.И. Психология семейных кризисов [Текст] / Н. И. Олифи́рович, Т. А. Зинкевич-Куземкина, Т. Ф. Велента — СПб.: Речь, 2006. — 360 с.
42. Педагогический энциклопедический словарь [Текст] / под ред. Б.М. Бим-Бад. – М.:2003. – 368 с.
43. Петровская, Л.А. Психология [Текст] / под ред. Л.А. Петровский. – М.: Педагогика, 1991. – 368 с.
44. Платонов, К.К. О системе психологии [Текст] /К. К. Платонов. – М.: Педагогика, 1991. – 369 с.

45. Попова, Т.В. Воспитательная работа в старших классах: проблемные дискуссии, деловые игры, интеллектуальные поединки [Текст] / Т. В. Попова, В. Н. Пташкина. – Волгоград: Учитель, 2009. – 207 с.
46. Психогимнастика в тренинге [Текст] / Под редакцией Н.Ю. Хрящевой. – СПб.: «Речь», Институт тренинга, 2000. – 256 с.
47. Психологическая диагностика. Учебное пособие [Текст] / под ред. К.М. Гуревича – М.: УРАО, 1997. – 98 с.
48. Райгородский Д. Я. (редактор-составитель). Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие [Текст] / Д. Я. Райгородский – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2001. — 672 с.
49. Роберт Т. и Джин Байярд «Ваш беспокойный подросток» [Электронный ресурс] Режим доступа: [www.страдис.рф](http://www.страдис.рф)
50. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии – СПб: Издательство «Питер» [Текст] / С.Л. Рубинштейн – 2000 - 712 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»)
51. Савина Н.Г. Внутриличностные конфликты: учебно – методическое пособие для студентов вуза по направлению «Психолого-педагогическое образование» [Текст] / Наталья Георгиевна Савина – Челябинск : ЧГПУ, 2012. – 53 с.
52. Санжаревский И.И. История, методология и техника исследования проблем общества и личности в социологии – Изд. 4-е, испр. и доп. [Текст] / И.И. Санжаревский – Тамбов: 2012.
53. Семейное воспитание: история и современность // Сб. науч. ст. по пробл. педагогики ненасилия: Материалы XXIV Всерос. науч. - практ. конф. (Санкт-Петербург, 19 апр. 2008г.) /Междунар. Ассос. «Педагогика ненасилия» и др.; отв. Ред. А.Г. Козлова и др.
54. Семейный кодекс РФ от 29.12.1995 №223-ФЗ (ред. от 30.12.2015) [Электронный ресурс]. – Режим доступа [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_8982/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8982/)

55. Станкин М.И. Психология общения. – М.: Моск. психол. – соц. ин – т.; Воронеж: МОДЭК, 2000. (Библиотека школьного психолога)– 304 с.
56. Торохтий, В.С. Основы психолого-педагогического обеспечения социальной работы с семьей: Учеб. пособие для студентов социальных фак. И вузов Российской Федерации [Текст] / В.С. Торохтий – М.: Издательство Московского государственного университета, 2000. – 203с.
57. Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.1012 № 273 [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://www.zakonrf.info/zakon-ob-obrazovanii-v-rf/>
58. Харчев, А.Г. Нравственность и семья [Текст] / А.Г. Харчев – М.: Знание, 1981. – 48 с.
59. Хасан Б.И.Разрешение конфликтов и ведение переговоров: учеб. – метод. пособие для вузов [Текст] / Б.И. Хасан–М. : Мирос, 2001. – 176 с.: ил.
60. Хрестоматия по общей психологии. Психология мышления [Текст] / под ред. Ю.Д. Гиппенрейтер – М.: Наука, 1981. – 320 с.
61. Целуйко, В.М. Современная семья: социально-психологические и этические проблемы [Текст] / В.М. Целуйко – Волгоград: Государственное учебное учреждение «Волгоградский институт молодежной политики и социальной работы», 2001. – 233 с.
62. Чернышев А.С. Практикум по решению конфликтных педагогических ситуаций [Текст]: учебное пособие /А.С.Чернышев – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Изд – во Моск. Психол. Соц. ин – та; Воронеж: МОДЭК, 2010.(Библиотека студента). – 185 с.
63. Шапарь, В. Б., Шапарь О.В. Практическая психология. Проективные методики. / В. Б. Шапарь, О. В. Шапарь. — Ростов н/ Д: Феникс, 2006. — 480 с.
64. Шейнов, В.П. Управление конфликтами [Текст] / В.П. Шейнов – СПб: Питер, 2014.-576 с.

65. Шнайдер, Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций [Текст] — М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2000.— 512 с.
66. Эйдемиллер, Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапии. Методическое пособие [Текст] / Серия: “Психодиагностика: педагогу, врачу, психологу (Вып. 1). Под общей редакцией д.м.н; проф. Л.И. Вассермана. – М.: “Фолиум”, 1996. – 48 с
67. Юстицкис, В.В. Психология и психотерапия семьи [Текст] / В.В. Юстицкис – СПб.: Питер, 1999. – 651 с.

# ПРИЛОЖЕНИЯ

**Методика диагностики предрасположенности личности  
к конфликтному поведению К. Томаса  
Адаптация Н. В. Гришиной**

*Текст опросника*

1. А) Иногда я предоставляю возможность другим 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 не согласны.
2. А) Я стараюсь найти компромиссное решение.
3. Б) Я пытаюсь уладить дело с учетом интересов другого и моих собственных.
4. А) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.  
Б) Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.
5. А) Я стараюсь найти компромиссное решение.  
Б) Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.
6. А) Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.  
Б) Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
7. А) Я пытаюсь избежать возникновения неприятностей для себя.  
Б) Я стараюсь добиться своего.
8. 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 своего.
9. А) Обычно я настойчиво пытаюсь добиться своего.  
Б) Я первым делом стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.
10. А) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

Б) Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.

11. А) Я твердо стремлюсь достичь своего.

Б) Я пытаюсь найти компромиссные решения.

12. 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.

13. 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 мне навстречу.

14. А) Я предлагаю среднюю позицию.

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

15. А) Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.

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

16. А) Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.

Б) Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряженности.

17. А) Я стараюсь не задеть чувств другого.

Б) Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.

18. А) Обычно я настойчиво пытаюсь добиться своего.

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

19. 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.

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

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

21. А) Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.  
Б) Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.
22. А) Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.  
Б) Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.
23. А) Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей позицией и точкой зрения другого человека.  
Б) Я отстаиваю свои желания.
24. А) Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.  
Б) Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.
25. А) Если позиция другого кажется ему очень важной, я стараюсь пойти навстречу его желаниям.  
Б) Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.
26. А) Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.  
Б) Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.
27. А) Я предлагаю среднюю позицию.  
Б) Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.
28. А) Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.  
Б) Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.
29. А) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.  
Б) Улаживая ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого.
30. А) Я предлагаю среднюю позицию.  
Б) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.
31. А) Я стараюсь не задеть чувств другого.

Б) Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы совместно с другим заинтересованным человеком могли добиться успеха.

**Бланк ответов**

№	соперничество	сотрудничество	компромисс	избегание	приспособление
1				А	Б
2		Б	А		
3	А				Б
4			А		Б
5		А		Б	
6	Б			А	
7			Б	А	
8	А	Б			
9	Б			А	
10	А		Б		
11		А			Б
12			Б	А	
13	Б		А		
14	Б	А			
15				Б	А
16	Б				А>
17	А			Б	
18			Б		А
19		А		Б	
20		А	Б		
21		Б			А
22	Б		А		
23		А		Б	
24			Б		А
25	А				Б
26		Б	А		
27				А	Б
28	А	Б			
29			А	Б	
30		Б			А

***Ключ к опроснику***

1. Соперничество: 3А, 6В, 8А, 9В, 10А, 13В, 14В, 16В, 17А, 22В, 25А, 28А.
2. Сотрудничество: 2В, 5А, 8В, 11А, 14А, 19А, 20А, 21В, 23В, 26В, 28В, 30В
3. Компромисс: 2А, 4А, 7В, 10В, 12В, 13А, 18В, 22А, 23А, 24В, 26А, 29А
4. Избегание: 1А, 5В, 6А, 7А, 9А, 12А, 15В, 17В, 19В, 20В, 27А, 29В
5. Приспособление: 1В, 3В, 4В, 11В, 15А, 16А, 18А, 21 А, 24А, 25В, 27В, 30А

**Индивидуальные результаты изучения стратегий поведения  
испытуемых учащихся 10-х классов (ЭГ)  
на этапе констатирующего эксперимента**

№	Имя. Ф	1	2	3	4	5	Преобладающий стиль (стили)
1.	Анна Б.	1	7	6	8	8	Избегание, Приспособление
2.	Елизавета Б.	6	5	4	9	5	Избегание
3.	Анастасия Г.	3	8	10	7	2	Компромисс
4.	Диана Г.	8	3	4	9	6	Избегание
5.	Динара Г.	8	7	10	5	0	Компромисс
6.	Александра Г.	6	9	10	1	5	Компромисс
7.	Алена Д.	3	7	7	9	4	Избегание
8.	Анастасия К.	5	8	5	5	6	Сотрудничество
9.	Анна К.	11	6	6	7	0	Соперничество
10.	Софья К.	3	7	9	3	8	Компромисс
11.	Елизавета К.	7	6	8	5	4	Компромисс
12.	Дарья Н.	8	7	8	6	1	Соперничество, Компромисс
13.	Анна Н.	7	6	9	5	3	Компромисс
14.	Полина П.	3	8	5	8	6	Сотрудничество, Избегание
15.	Анастасия С.	1	7	7	7	8	Приспособление
16.	Валерия Т.	1	8	9	7	4	Компромисс
17.	Лера Т.	2	9	5	7	7	Сотрудничество
18.	Ника Ц.	6	4	5	6	9	Приспособление
19.	Марина Ч.	5	10	8	4	4	Сотрудничество
20.	Эльвира Ш.	4	7	10	1	7	Компромисс
21.	Оксана Ю.	7	5	7	8	3	Избегание

**Индивидуальные результаты изучения стратегий поведения  
испытуемых учащихся 10-х классов (КГ)  
на этапе констатирующего эксперимента**

№	Имя. Ф	1	2	3	4	5	Преобладающий стиль (стили)
1.	Елизавета А.	5	8	7	5	5	Сотрудничество
2.	Дарья Б.	9	4	6	5	6	Соперничество
3.	Яна Б.	0	6	6	9	10	Приспособление
4.	Юлия Б.	0	7	6	7	10	Приспособление
5.	Анастасия Д.	6	8	7	8	0	Сотрудничество
6.	Мария Д.	0	4	9	7	7	Компромисс
7.	Виктория З.	1	9	11	3	7	Компромисс

8.	Екатерина К.	6	5	10	5	4	Компромисс
9.	Алина М.	7	5	8	6	4	Компромисс
10.	Ульяна М.	12	6	4	5	2	Соперничество
11.	Ирина П.	6	8	4	9	3	Избегание
12.	Оксана П.	7	5	7	8	3	Избегание
13.	Валерия П.	4	7	10	1	7	Компромисс
14.	Любовь Р.	5	10	8	4	4	Сотрудничество
15.	Кристина С.	6	4	5	6	9	Приспособление
16.	Альбина С.	2	9	5	7	7	Сотрудничество
17.	Лия Х.	1	8	9	7	4	Соперничество
18.	Светлана Ш.	1	7	7	7	8	Приспособление
19.	Ангелина Я.	3	8	5	8	6	Сотрудничество Избегание

**Индивидуальные результаты изучения стратегий поведения  
испытуемых родителей 10-х классов (ЭГ)  
на этапе констатирующего эксперимента**

№	Имя. Ф	1	2	3	4	5	Преобладающий стиль (стили)
1.	Марина Л.Б.	10	8	4	4	5	Соперничество
2.	Геннадий В. Б.	5	7	8	3	6	Компромисс
3.	Светлана С. Г.	6	5	9	4	6	Компромисс
4.	Людмила М. Г.	5	4	5	7	8	Приспособление
5.	Сергей Б. Г.	10	1	6	9	5	Соперничество
6.	Юлия Д. Г.	0	8	7	5	8	Приспособление
7.	Ирина З. Д.	0	7	7	9	4	Приспособление
8.	Анна. Д. К.	9	1	11	3	7	Компромисс
9.	Валерий П. К.	4	10	5	6	5	Сотрудничество
10.	Оксана Т. К.	4	6	8	5	8	Компромисс, Избегание
11.	Григорий Э.К.	5	4	5	4	12	Избегание
12.	Самвэл.Р. Н.	3	4	5	8	9	Избегание
13.	Татьяна М. Н.	3	7	8	5	7	Компромисс
14.	Федор О. П.	7	1	7	10	4	Приспособление
15.	Любовь П. С.	10	5	4	3	4	Соперничество
16.	Ольга Б. Т.	9	6	5	4	6	Соперничество
17.	Валерия К. Т.	7	2	9	7	5	Компромисс
18.	Кристина Ю.Ц.	4	1	7	8	9	Избегание
19.	Маргарита И.Ч.	8	5	3	7	7	Соперничество
20.	Наталья Д. Ш.	6	8	2	5	3	Сотрудничество
21.	Ольга Р. Ю.	0	2	8	7	11	Избегание

**Индивидуальные результаты изучения стратегий поведения  
испытуемых родителей 10-х классов (КГ)  
на этапе констатирующего эксперимента**

№	Имя. Ф	1	2	3	4	5	Преобладающий стиль (стили)
1.	Юлия В. А.	2	8	7	9	5	Избегание
2.	Екатерина Ю. Б.	5	0	6	8	6	Избегание
3.	Ольга О. Б.	4	5	7	2	9	Приспособление
4.	Жанна Е. Б.	3	8	4	6	10	Приспособление
5.	Наталья С. Д.	7	5	10	7	2	Компромисс
6.	Кирилл А. Д.	10	1	6	5	7	Соперничество
7.	Зинаида П. З.	4	9	7	3	7	Сотрудничество
8.	Николай С. К.	8	5	5	6	7	Соперничество
9.	Лидия Н. М.	6	6	7	11	0	Избегание
10.	Марина В. М.	3	7	9	3	8	Компромисс
11.	Евгений Д. П.	4	5	8	6	7	Компромисс
12.	Павел Т. П.	8	6	7	7	1	Соперничество
13.	Алина Э. П.	7	9	6	5	3	Сотрудничество
14.	Лариса Д. Р.	8	7	5	6	3	Соперничество
15.	Оксана Н. С.	1	7	7	7	8	Приспособление
16.	Светлана Н. С.	1	8	9	4	7	Компромисс
17.	Инга В. Х.	2	9	5	7	8	Сотрудничество
18.	Станислав Б. Ш.	7	5	8	8	3	Компромисс, Избегание
19.	Егор В. Я.	4	7	10	1	7	Компромисс

**Индивидуальные результаты  
изучения стратегий поведения испытуемых учащихся 10-х классов (ЭГ)  
на этапе контрольного эксперимента**

№	Имя. Ф	1	2	3	4	5	Преобладающий стиль (стили)
	Анна Б.	1	7	6	8	8	Избегание, Приспособление
2.	Елизавета Б.	6	5	4	9	5	Избегание
3.	Анастасия Г.	3	8	10	7	2	Компромисс
4.	Диана Г.	8	3	4	9	6	Избегание
5.	Динара Г.	8	7	10	5	0	Компромисс
6.	Александра Г.	6	9	10	1	5	Компромисс
7.	Алена Д.	3	7	7	9	4	Избегание
8.	Анастасия К.	5	8	5	5	6	Сотрудничество

9.	Анна К.	11	6	6	7	0	Соперничество
10.	Софья К.	3	7	9	3	8	Компромисс
11.	Елизавета К.	7	6	8	5	4	Компромисс
12.	Дарья Н.	8	7	8	6	1	
13.	Анна Н.	7	6	9	5	3	Компромисс
14.	Полина П.	3	8	5	8	6	Сотрудничество, Избегание
15.	Анастасия С.	1	7	7	7	8	Приспособление
16.	Валерия Т.	1	8	9	7	4	Компромисс
17.	Лера Т.	2	9	5	7	7	Сотрудничество
18.	Ника Ц.	6	4	5	6	9	Приспособление
19.	Марина Ч.	5	10	8	4	4	Сотрудничество
20.	Эльвира Ш.	4	7	10	1	7	Компромисс
21.	Оксана Ю.	7	5	7	8	3	Избегание

**Индивидуальные результаты изучения стратегий поведения  
испытуемых учащихся 10-х классов (КГ)  
на этапе контрольного эксперимента**

№	Имя. Ф	1	2	3	4	5	Преобладающий стиль (стили)
1.	Елизавета А.	5	8	7	5	5	Сотрудничество
2.	Дарья Б.	9	4	6	5	6	Соперничество
3.	Яна Б.	0	6	6	9	10	Приспособление
4.	Юлия Б.	0	7	6	7	10	Приспособление
5.	Анастасия Д.	6	8	7	8	0	Избегание
6.	Мария Д.	0	4	9	7	7	Компромисс
7.	Виктория З.	1	9	11	3	7	Компромисс
8.	Екатерина К.	6	5	10	5	4	Компромисс
9.	Алина М.	7	5	8	6	4	Компромисс
10.	Ульяна М.	12	6	4	5	2	Соперничество
11.	Ирина П.	6	8	4	9	3	Избегание
12.	Оксана П.	7	5	7	8	3	Избегание
13.	Валерия П.	4	7	10	1	7	Компромисс
14.	Любовь Р.	5	10	8	4	4	Сотрудничество
15.	Кристина С.	6	4	5	6	9	Приспособление
16.	Альбина С.	2	9	5	7	7	Сотрудничество
17.	Лия Х.	1	8	9	7	4	Компромисс
18.	Светлана Ш.	1	7	7	7	8	Приспособление
19.	Ангелина Я.	3	8	5	8	6	Избегание

**Индивидуальные результаты изучения стратегий поведения  
испытуемых родителей 10-х классов (ЭГ)  
на этапе контрольного эксперимента**

№	Имя. Ф	1	2	3	4	5	Преобладающий стиль (стили)
	Марина Л.Б.	10	8	4	4	5	Соперничество
2.	Геннадий В. Б.	5	7	8	3	6	Компромисс
3.	Светлана С. Г.	6	5	9	4	6	Компромисс
4.	Людмила М. Г.	5	4	5	7	8	Приспособление
5.	Сергей Б. Г.	10	1	6	9	5	Соперничество
6.	Юлия Д. Г.	0	8	7	5	8	Сотрудничество, Приспособление
7.	Ирина З. Д.	0	7	7	9	4	Избегание
8.	Анна. Д. К.	9	1	11	3	7	Компромисс
9.	Валерий П. К.	4	10	5	6	5	Сотрудничество
10.	Оксана Т. К.	4	6	8	5	8	Компромисс
11.	Григорий Э.К.	5	4	5	4	12	Приспособление
12.	Самвэл.Р. Н.	3	4	5	8	9	Приспособление
13.	Татьяна М. Н.	3	7	8	5	7	Компромисс
14.	Федор О. П.	7	1	7	10	4	Избегание
15.	Любовь П. С.	10	5	4	3	4	Соперничество
16.	Ольга Б. Т.	9	6	5	4	6	Соперничество
17.	Валерия К. Т.	7	2	9	7	5	Компромисс
18.	Кристина Ю.Ц.	4	1	7	8	9	Приспособление
19.	Маргарита И.Ч.	8	5	3	7	7	Соперничество
20.	Наталья Д. Ш.	6	8	2	5	3	Сотрудничество
21.	Ольга Р. Ю.	0	2	8	7	11	Приспособление

**Индивидуальные результаты изучения стратегий поведения  
испытуемых родителей 10-х классов (КГ)  
на этапе контрольного эксперимента**

№	Имя. Ф	1	2	3	4	5	Преобладающий стиль (стили)
1.	Юлия В. А.	2	8	7	9	5	Избегание
2.	Екатерина Ю. Б.	5	0	6	8	6	Избегание
3.	Ольга О. Б.	4	5	7	2	9	Приспособление
4.	Жанна Е. Б.	3	8	4	6	10	Приспособление
5.	Наталья С. Д.	7	5	10	7	2	Компромисс
6.	Кирилл А. Д.	10	1	6	5	7	Соперничество
7.	Зинаида П. З.	4	9	7	3	7	Сотрудничество
8.	Николай С. К.	8	5	5	6	7	Соперничество

9.	Лидия Н. М.	6	6	7	11	0	Избегание
10.	Марина В. М.	3	7	9	3	8	Компромисс
11.	Евгений Д. П.	4	5	8	6	7	Компромисс
12.	Павел Т. П.	8	6	7	7	1	Соперничество
13.	Алина Э. П.	7	9	6	5	3	Сотрудничество
14.	Лариса Д. Р.	8	7	5	6	3	Соперничество
15.	Оксана Н. С.	1	7	7	7	8	Приспособление
16.	Светлана Н. С.	1	8	9	4	7	Компромисс
17.	Инга В. Х.	2	9	5	7	8	Сотрудничество
18.	Станислав Б. Ш.	7	5	8	8	3	Компромисс, Избегание
19.	Егор В. Я.	4	7	10	1	7	Компромисс