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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Психолого-педагогическая коррекция деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

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

Проверка на объем заимствований:
70,58 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована
« 11 » 06 2019 г.
зав. кафедрой ТиПП
_____
Кондратьева О.А.

Выполнил:
студент группы ОФ-410/099-4-1
Панченко Алексей Викторович

Научный руководитель:
к.псх.н., доцент
Рокицкая Юлия Александровна

Челябинск
2019

Оглавление

Глава 1. Теоретические основы исследования проблемы психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

1.1. Проблема конфликта и стратегий его преодоления в теории психологии 7

1.2. Особенности деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков 14

1.3. Модель психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков 21

2. Организация опытно-экспериментального исследования стратегий конфликтного поведения у подростков

2.1. Этапы, методы и методики исследования 30

2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента 35

3. Опытно-экспериментальное исследование эффективности психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

3.1. Программа психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков 43

3.2. Анализ эффективности реализации программы психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков..... 50

3.3. Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков 57

Заключение 66

Библиографический список 70

Приложения 75

Введение

В современном мире, где люди начинают понимать большое значение участия психологии в жизни каждого из нас, где люди начинают изучать психологию не только в рамках профессии, но и для саморазвития, при возникновении конфликтной ситуации человечество прибегает к конструктивным стратегиям для ее решения. Как итог можно наблюдать, что люди либо самостоятельно, либо с помощью машин, начинают анализировать и прогнозировать свои действия, дабы избежать конфликтных ситуаций вовсе.

В истории человечество есть множество примеров, которые доказывают, что вовремя нерешенный конфликт мог привести к гибели целого народа, страны и даже государство. Особенно тяжело сейчас приходятся подросткам, ведь не все взрослые объясняют детям, как правильно решать вопросы в конфликтных ситуациях. И детям приходится «набивать шишки» самим, прежде, чем они найдут нужную стратегию преодоления конфликтных ситуаций. Некоторые даже спустя много лет не могу найти правильную стратегию.

Проблема конфликтного поведения подростка занимает центральное место в исследованиях следующих педагогов и психологов В.А. Андреева, С.А. Беличевой, А.С. Белкина, Л.И. Божович, Е.М. Гилярова, И.В. Гришиной, Я.А. Лупьян, А.В. Мудрик, Т.П.Чистяковой, Н.Е. Щурковой. Они отмечают, что в подростковом возрасте конфликтное поведения сказывается на его отношении к окружающему миру и к себе. В работах П.П. Блонского, А.А. Бодалева, Л.С. Выготского, А.В. Петровского, В.А. Сухомлинского и др. особо внимание уделяется социально-психологическим факторам, которые ведут к возникновению острых социальных конфликтов в подростковом возрасте.

Однако, несмотря на то, что существует большое количество работ, которые рассматривают особенности поведения подростков в конфликтных

ситуациях, недостаточно внимания уделяется изучению взаимосвязи факторов, детерминирующих поведение подростков с различными видами стратегий поведения в конфликте в социально значимых ситуациях.

Поэтому возникает необходимость изучить особенности выбора стратегии поведения в конфликте подростков по причине нарушения коммуникации, что позволит расширить диапазон стратегий поведения в конфликте, послужит условием развития умения находить оптимальные пути их разрешения.

Таким образом актуальность нашей квалификационной работы обусловлена тем, чтобы дети научились пользоваться не только конструктивными стратегиями, но и умели приметь деструктивные стратегии поведения в конфликтных ситуациях.

Цель исследования: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.

Объект исследования: стратегии поведения в конфликте подростков

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.

Гипотеза исследования. Предположим, что:

1. Поведение в конфликте старших подростков характеризуется доминированием таких деструктивных стратегий как «соперничество», «уход», «приспособление»;

2. Психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков будет эффективной если:

- изучить возрастно-психологических особенности поведения в конфликте старших подростков

- разработать теоретически обоснованную модель психологической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков;

- реализовать целенаправленную программируемую деятельность по психологической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.

Задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования.
2. Выявить возрастные особенности подростков при выборе стратегии конфликтного поведения.
3. Разработать модель психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.
4. Определить этапы, методы, методики исследования.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать и реализовать психолого-педагогическую программу коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.
7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.
8. Составить рекомендации педагогам и родителям по коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.

Методы исследования:

1. Теоретические методы: аналитико-синтетический, сравнительно-сопоставительный; моделирование; целеполагание.
2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по психодиагностическим методикам: опросник «стратегии поведения в конфликте» (К. Томаса); методика «личностная агрессивность и конфликтность» (Е.П. Ильин и П.А. Ковалев); методика «уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского).
3. Методы обработки данных, математико-статистического анализа: критерий Т-Вилкоксона.

База исследования:

Исследование проводилось на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №115 г. Челябинска» Для проведения эксперимента мы выбрали учеников 9Б класса. В нем обучается 27 подростков. Из них 15 мальчиков, 12 девочек. Возраст класс 15- 17 лет.

Глава 1. Теоретические основы исследования проблемы психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

1.1. Проблема конфликта и стратегий его преодоления в теории психологии

В настоящее время конфликты можно увидеть во всех сферах жизнедеятельности человека. Особое внимание сейчас уделяется изучению конфликтов между людьми. Одной из причин активного изучения конфликтов между людьми стал тот факт, что люди часто выбирали деструктивные стратегии поведения в конфликте, что приводило к негативным последствиям, иногда даже к летальным.

И прежде чем мы начнем нашу исследовательскую работу по коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения, необходимо дать определение понятию «конфликт». В литературе конфликт расшифровывается как столкновение противоположных взглядов действующих лиц в эпосе, драме, в произведениях лиро-эпического жанра, а также в лирике, если в ней присутствует сюжет. В менеджменте можно увидеть определение конфликта как отсутствие согласия между двумя или более сторонами, которые могут быть конкретными лицами или группами [5]. В психологии понятие конфликта трактуется как одновременное столкновение разнонаправленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов субъектов взаимодействия, фиксируемых ими в жесткой форме. Конфликт – это столкновение, спор, борьба, разногласие [49].

В современной науке существует достаточно много различающихся между собой определений и трактовок понятия «конфликт», которые не выходят за пределы демонстрации его буквального содержания и обладают очевидной неполнотой. Попытки дать исчерпывающее определение пока не принесли конструктивных результатов. Исходя из этого, можно увидеть, что

такое предельно широкое и ёмкое понятие, как конфликт, невозможно выразить в виде одной логической синтагмы [48].

Как и у всех явлений у конфликта также существует своя классификация, свойства, функции, причины, динамика, а также существуют свои методы профилактики и предупреждения конфликтов.

Итак, классификация конфликтов начинается с конфликтов в живой природе и конфликтов в неживой природе, которые в свою очередь подразделяются на классы – социальные, биологические, экологические, физические.

В социальных конфликтах центром является человек, как социальная категория. Социальные конфликты можно разделить на экономические и финансовые (тесно связанны между собой, часто происходят одновременно), религиозные и этнические (конфликты взглядов), военные, политические и информационные (борьба за власть, но разными способами), юридические (способ цивилизованного разрешения социальных противоречий на основе норм права), психологические (главная особенность психологических конфликтов состоит в том, что они сами могут выступать источниками социальных конфликтов), духовные (происходят в особой сфере человека и общества, которую называют духовной сущностью), бытовые конфликты (это бесконечное разнообразие противоречивых ситуаций, возникающих между людьми в сфере семейных, сексуальных, любовных, хозяйственных, дружеских и других отношений. Данные конфликты могут включать в себя в разных масштабах черты всех социальных конфликтов) [12].

Если говорить о биологических конфликтах, то участниками конфликтов являются все живые организмы, а именно растения, микроорганизмы, животные, в том числе и человек. Все противоречия завязаны на борьбе за свет, воду, минеральные элементы, пищу, территорию, укрытие, это борьба за выживание, с подавлением различных видов, с непосредственным агрессивным столкновением [7].

Биологические конфликты являются самыми первыми способами взаимодействия между живыми существами, так как это была борьба микроорганизмов за овладение сферами своего обитания, за свет, питание и территорию. Данный вид взаимодействия в настоящее время является одним из факторов биологической эволюции.

Переходим к третьему классу конфликтов – экологические. Во взаимоотношениях между человеком и природой выделяют три стадии:

− приспособительная. Человек не преобразует природу, а только приспосабливается к ней. Человек зависел от природы, природа играла роль «хозяина» [28].

− утилитраная стадия или как ее можно по-другому охарактеризовать – «хищничество», где роль «хищника» играл человек [28].

− коэволюционная. На данной стадии главенствует идея партнерства с природой. Несмотря на отрицательное влияние друг на друга, участники взаимодействия находят компромиссные решения для дальнейшего сосуществования [28].

Класс физических конфликтов по большей части относится к классу конфликтов неживой природы. Здесь конфликты обусловлены противодействием гравитационных, электромагнитных, внутриядерных, тепловых и других сил. Классификацию физических конфликтов можно представить на основе дифференциации природных сфер: микросферные, геосферные (включает в себя атмосферные, литосферные, магнитосферные конфликты), космические.

Сам по себе конфликт как явление существовали в прошлом, существуют в настоящем и также будут присутствовать в будущем. От него не избавиться на совсем. Благодаря такому явлению мы совершенствуемся, а значит эволюционируем. О конфликте говорили многие философы, ученые, историки, психологи и специалисты других наук.

Со временем менялись условия жизни, видоизменялись и конфликты, иными становились их физические, экономические и социальные

последствия. Но неизменным оставалось отношение к конфликтам общественной мысли как к явлению обыденному, само по себе приходящему, существующему и уходящему. Проблема соотношения противоречия, борьбы и конфликта находят свое отражение в трудах мыслителей глубокой древности.

Еще в древние времена Конфуций выдвинул идею о появлении конфликта, вложил в эту идею и мысли, как избежать конфликта. Можно даже сказать, что он призывал «не делать другим того, чего не желаешь себе, и тогда в государстве и в семье не будет чувства вражды». Что положило начало развития учения о конфликтах, которое нашло в дальнейшем много последователей [цит. по 48].

Главной особенностью взглядов мыслителей эпохи Возрождения на проблему конфликта является то, что они сформировались на древнегреческой философии, но на более высоком и развитом уровне. И несмотря на репрессии со стороны церкви, мыслители придавали всем проблемам земной смысл, освобождая восприятие человека от религиозной власти [5].

С 19 века и по настоящие время идет активное изучение конфликта как некоего процесса и как отдельной науки в целом. В психологии выделяют два основных этапа в истории изучения конфликта: начало 20 века – 50-е годы; конец 50-х годов и по настоящее время. Основанием различения служит степень выделения проблемы конфликта из ряда других проблем, рассматриваемых психологией. В первой половине века конфликт не выделялся в отдельный объект исследования, а рассматривался как составная часть более широких концепций (например, в психоанализе или социометрии). Психологов интересовали либо последствия конфликтов, либо некоторые из причин, приводящие к нему, но не сам конфликт как центральное звено исследования.

В первый период разрабатываются основные подходы к изучению конфликта, разрабатываются понятийный аппарат по теории конфликта.

Появляется много отечественных работ, основанных на анализе зарубежных исследований. В основном данные работы носили критический характер, так как в это время пропагандировалось бесконфликтное развитие нашего общества [48].

Значимыми теориями психологического конфликта также являются теории представителей Чикагской школы (Т.Шибутана), Д.Мида, теория трансактного анализа Э.Берна. Считая главными противоборствующими сторонами «личность – среда», «личность – личность», эти теории особое внимание уделяли рациональной организации любого взаимодействия и бесконфликтных отношений [цит. по 36].

Среди отечественных теорий психологии конфликта наиболее ценными являются подход Л.Петровской об общей методологии конфликта, исследования конфликтов социализации А.Рояк, Т.Драгуновой, подход к внутриличностным конфликтам А. Леонтьева, В.Мясищева, А.Спиваковской и др [цит. по 28].

Современные направления разработки конфликта в психологии: теория организационных систем, переговорные процессы (Р.Фишер, Д.Рубин), игровое направление в профилактике конфликта [19].

В целом исследователи стремятся к изучению реального поведения. В то же время опросные методы, используемые для диагностики стиля разрешения конфликта, позволяют исследовать скорее намерения субъектов, чем реальное поведение. Опрашиваемые испытывают трудности в разграничении некоторых категорий. Для устранения этих недостатков предлагается сочетать самооценки поведения в конфликтной ситуации с взаимооценками и оценками экспертов [38].

На рубеже 60—70-х годов начинает формироваться самостоятельное направление по изучению переговорного процесса как части конфликтного взаимодействия. В настоящее время теория и практика переговорного процесса рассматриваются как одно из перспективных направлений прикладной психологии. Исследования сосредоточены на решении двух

проблем: выявлении совокупности условий, способствующих принятию конфликтующими сторонами решения приступить к переговорам, и изучении процесса переговоров, когда конфликтующие стороны уже приняли решение идти на поиск взаимных соглашений. Наиболее разработана технология переговорного процесса [48].

Последнее также можно отнести и к стратегиям поведения в конфликтных ситуациях. Рассмотрим обобщенную классификацию стратегий поведения участников в конфликтных ситуациях, разработанную К. Томасом и Р. Килменном:

1. Игнорирование или стратегия ухода. Такую стратегию следует применять, если участники не заинтересованы в разрешении конфликта, хотят сохранить хорошее отношение или участники не видят другого выхода.

Данная стратегия является выигрышной, если причины конфликта субъективные, такая стратегия благоприятна. Она дает возможность оценить положение дел и, возможно, прийти к выводу, что противостояние бессмысленно.

Если же конфликт объективный, то эта стратегия ведет к проигрышу обеих сторон, поскольку причины, вызвавшие конфликт, сохраняются. Это может вынудить участников к поиску психологической разрядки, например, к агрессии против посторонних лиц [10].

2. Стратегия приспособления предполагает, что сторона с более высоким рангом к исходу конфликта безразлична и может предоставить оппоненту получить то, что для него важнее, а самой остаться без выигрыша, но и не в проигрыше [17].

3. Если оппонент сильнее второго участника, и он жалеет решить конфликт в свою пользу, то тогда он можно воспользоваться силовой стратегией, то есть решить конфликт с помощью угроз, запугивания другого участника, его провокации, настаивании на собственных вариантах решения конфликта [10].

Стратегия целесообразна, если есть шанс добиться победы, но поскольку проигравшая сторона с поражением обычно не смиряется, конфликт в любой момент может вспыхнуть с новой силой и не известно, чем впоследствии закончиться. Таким образом, при проигрыше одного оппонента выигрыша для другого быть не может.

4. Компромисс как стратегия предполагает разделение примерно поровну выгод и потерь. При применении компромиссной стратегии на фоне предпочтения собственного решения сторонами допускаются как уступки и альтернативы, так и давление и угрозы, привлекается арбитр.

Поскольку все стороны оказываются не в проигрыше, стратегия широко используется на практике, но оптимального решения она, как правило, не дает, так как сама проблема сохраняется [22].

5. Стратегия окончательного разрешения конфликта предполагает прекращение сторонами противоборства, совместный поиск и устранение его причин. Такая стратегия выгодна всем. Во-первых, она превращает оппонентов в партнеров, следовательно, улучшает ситуацию внутри коллектива. Во-вторых, проблема не загоняется вглубь, а исчезает вообще. В-третьих, приобретаемые сторонами выгоды, даже если они распределяются неравномерно, превышают те, которые могут быть получены при любой другой стратегии [7].

Таким образом мы видим, что конфликт как явление существует с момента возникновения Земли. Конфликты существуют не только среди людей, но и во всех сферах живой и неживой природы. Изучение конфликта как явление началось еще в древнее время такими мыслителями как Платон Конфуций, Аристотель и многими другими. Активное изучение конфликта началось с начала 19 века и происходит по сей день. В настоящее время существует пять стратегий поведения в конфликтной ситуации: компромисс, избегание, приспособление, стратегия давления, стратегия окончательного разрешения конфликта.

1.2. Особенности деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

В современной психологии существует много разнообразных теорий периодизации личности. Каждый психолог видит развитие человека по-своему, каждый выделяет свои ступеньки развития человека, тем самым создавая новую теорию периодизации.

Поговорим более подробно про стадию подросткового возраста. Данный период является значимым в общем цикле развития человека. В этот период у ребенка развивается чувство взрослости. В подростковом возрасте идет перестройка организма, развивается самосознание, формируется совершенно новый тип взаимоотношений со взрослыми, сверстниками, расширяется круг интересов, продолжает развиваться умственное развитие, происходит становление морально-этических инстанций.

Д.Б. Эльконин выделил 2 этапа в подростковом возрасте: младший подростковый возраст, который длится с 12 до 14 лет. На этой стадии ведущем видом деятельности является интимно-личностное общение со сверстниками. Ребенок добивается, чтобы к нему относились как ко взрослому, но сам при удобном случае прикрывается тем, что он еще совсем ребенок. Вторым этапом является старший подростковый возраст. Ведущим видом деятельности здесь является учебно-профессиональная деятельность. Ребенок уже на этой стадии начинает задумываться о своей дальнейшей жизни, куда он пойдет учится дальше, кем будет работать, как ему строить свою жизнь дальше. На этом этапе ребенок наиболее сильно подвержен влиянию со стороны взрослых и иногда даже сверстников на дальнейшее развития себя как личности [70].

Центральным новообразованием по мнению отечественных психологов является самосознание. Д.Б Эльконин рассматривал самосознание через призму чувства взрослости, где подросток начинает сравнивать и

отождествлять себя с другими людьми, выстраивает собственные отношения и преобразует свою деятельность. Чувство взрослости –особая форма самосознания, заключающаяся в том, что самосознание выступает как форма осознания своих социальных, а не индивидуальных качеств, т. е. как социальное самосознание [70].

Существует два главных фактора, способствующих формированию чувства взрослости: 1) осознание подростком изменений в своем физическом развитии и половом созревании; 2) социальная среда, которая создает возможность проявить подростку самостоятельность. Прелесть подросткового периода является то, что этот возраст предполагает плавное развитие чувства взрослости [23].

Развитие чувства взрослости происходит через интимно-личностное общение со сверстниками, где подростки пробуют свои навыки в моделировании, проверке и освоении «взрослых» отношений. Подростковый период характеризуется интенсивным формированием нравственных понятий и убеждений, формированием принципов, а также является сенситивным периодом для морального развития личности [15].

При попытке обратить на себя внимание сверстников подросток может пойти по положительному пути (демонстрация достоинств, личностных качество), так и негативным путем (нарушение требований взрослых) [29].

Наиболее важную роль во взаимоотношениях подростков играют личные качества товарища. Именно поэтому подростки не терпят неверность товарищей, уклонение от договоренности, соперничество, занудство и многое другое. Такие особенности поведения порождают обиды, столкновения, конфликты [23].

Отношения между подростками и девушками также видоизменяются, начинает проявляться сильное любопытство к противоположному полу, возникает желание понравиться, в связи с этим подростки начинают заботиться о своей привлекательности. По началу появляется взаимная симпатия, которое позже может перерасти в романтические отношения.

Необходимо также указать, что уровень тревожности на этом этапе может быть чрезвычайно высоким. Это может быть связанно с гормональными перепадами, давление со стороны общества на самоопределение, давление со стороны сверстников, внутреннее давление – быть не таким как все, быть индивидуальностью. Все эти факторы влияют на поведение ребенка, бывает и такое, что подросток совершает некоторые отрицательные поступки, находясь под влиянием этих факторов, то есть выбирать деструктивную стратегию поведения [15].

Чтобы ребенок выбирал конструктивные стратегии поведения, его необходимо научить этому, и также у него должен быть ресурс, чтобы больше не поддаваться влиянию с внешней стороны при выборе стратегии поведения. Таким ресурсом может послужить поддержка семьи, любовь и забота, уважение всех членов семьи к друг другу. Если в семье царит дружелюбная и доверительная атмосфера, то ребенок будет делиться со своими переживаниями со взрослыми. Тем самым родители смогут помочь ребенку в трудный период его жизни [67].

Чтобы понять особенности поведения подростков в конфликтных ситуациях, необходимо разобрать какие виды конфликтов бывают у них. Основные типы конфликтов у подростков:

− внутриличностный. Происходит внутри конкретной личности. Обычно связан с анализом своего поведения, поведения друзей, близких, окружающих, в результате чего возникает чувство неудовлетворённости [31].

− межличностный. Происходит между двумя определенными личностями. Такой конфликт обычно происходит, когда взгляды людей не совпадают на определенные вещи, либо их разногласия связанны с их различиями в чертах характера. Примером межличностного конфликт может служить конфликт между педагогом и учеником, конфликт между двумя учениками [6].

− конфликт между группой и личностью. Участниками конфликта как уже видно из названия являются группа и личность. Возникает такой

конфликт, если в группе находится одна личность, взгляды которой отличаются от взглядов группы. Примером может служить решение класса воскресного времяпрепровождения. Весь класс захотел пойти в кино, но один ученик хочет, чтобы все пошли в театр. Также примером такого типа конфликт может служить конфликт между учителем и классом.

− межгрупповой конфликт. Возникает из-за различий во взглядах между группами людей. Примером такого конфликта может служить выбор игры во время урока физической культуры. Девочки желают играть в волейбол, а мальчики хотят играть только в футбол. Зал один и можно будет провести игру только по одному виду спорта [10].

Предпосылками к конфликтному поведению могут служить следующие факторы: физиологические (половое созревание, физиологическое развитие, гормональный всплеск и т. д.), психологические (эмоциональная нестабильность, усложнение когнитивных процессов, стремление к самоуважению, мотивация к самоутверждению), социо-культурные (рост давления со стороны общества, освоение социально-значимой деятельности).

Благодаря большому количеству исследований в области поведения подростков в конфликтных ситуациях можно сказать, что их поведение подчиняется общим закономерностям протекания конфликта. Согласно исследованиям К.Томаса в конфликтной ситуации могут использоваться пять главных стилей поведения: приспособление, компромисс, сотрудничество, избегание, соперничество. Использование каждого из них определяется интересами сторон и желанием каждой из них достигнуть своих целей [27].

Стиль соперничества наблюдается, в основном, у школьников, которые пользуются авторитетом среди сверстников. У них отмечается твердость характера, сила воли, стремление удовлетворить собственные интересы, при этом интересы другой стороны их совершенно не интересуют. Данная стратегия характеризуется активной борьбой индивида за свои интересы, идеи, мотивы. Индивид применяет все доступные ему средства для достижения поставленной цели. Этот тип поведения не рассчитан на

поражение. Его девизом можно считать фразу «идет напролом». Такая модель поведения является деструктивной. Здесь имеет место настойчивое противоборство, соперничество, бескомпромиссное отстаивание своих интересов. Такая форма поведения может сформироваться у человека еще в детстве в силу индивидуально-психологических особенностей личности, а также от условий его социального развития [21].

Стиль сотрудничества – один из непростых методов поведения подростков в конфликте, к этому стилю школьники прибегают только в том случае, когда не хотят портить отношения со сверстниками. Обе стороны конфликта должны обладать дипломатическими способностями, то есть – умением договариваться, защищая свои интересы и при этом учитывать интересы своего оппонента, умением слушать других и при этом сдерживая свои эмоции. Отсутствие одного из этих умений делает этот стиль неэффективным. Для достижения цели необходимо не только найти баланс интересов, но и признать ценность межличностных отношений. Для этого требуется проанализировать другие стратегии поведения, результаты от других стратегий. Данная стратегия является конструктивной для решения конфликтной ситуации. Здесь отражается стремление двух сторон совместными усилиями разрешить возникшую проблему. Принцип данной стратегии: «Давай оставим взаимные обиды. Я предпочитаю… А ты?». Ребенок, используя стратегию «сотрудничества» с целью удовлетворения своих интересов и отстаивая собственные интересы, должен быть, вынужден принимать во внимание нужды и желания другой стороны. Выбирая данную стратегию, ребенок несколько напоминает взрослого, готового к ведению переговорного процесса, поиску альтернатив и конструктивному разрешению конфликта [28].

Стиль компромисса подразумевает под собой урегулирование разногласий с помощью взаимных уступок. От стиля сотрудничества этот стиль отличается тем, что конфликтующие стороны договариваются между собой на ранней стадии конфликта, так как понимают, что противник имеет

не менее убедительные аргументы и возможности для достижения поставленной цели, все стороны хотят одного и того же, но достичь цели, не уступая друг другу, одновременно не получится. Она заключается в том, что стороны приходят к взаимовыгодным условиям разрешения конфликта. Целью данной тактики является сохранение и дальнейшее положительное развитие межличностных отношений. Компромисс предполагает, что действия участников конфликта регулируются за счет взаимных уступок, выработки промежуточного решения, устраивающего обе стороны, при котором особо никто не выигрывает, но и не теряет. Следует отметить, что для подростков при компромиссном решении проблемы, разделение ответственности или предмета конфликта поровну нередко воспринимается как самое справедливое решение. Данную модель поведения решения конфликтных ситуаций можно считать конструктивной [11].

Стиль избегания выбирается подростками тогда, когда они не совсем уверены в своей правоте или, когда эта проблема не стоит для них на первом месте, или может когда другие стороны инцидента имеют больше возможностей для достижения цели. Предмет конфликта в данной стратегии не является важным ни для одной стороны, ни для другой. Применяя данную стратегию подростки таким образом пытаются обратить на себя внимание. В этой стратегии одна сторона всегда будет сильной, а вторая – слабой. Обычно принято считать, что в таких ситуация слабая сторона будет всегда в проигрыше. Однако есть ситуации, где сильная сторона уступает слабой, так как предмет конфликта для нее является наименее важным. Кроме того, данная форма поведения выбирается тогда, когда подросток не хочет отстаивать свои права, сотрудничать в конфликтной ситуации, воздерживается от высказывания своей позиции, уклоняется от спора. Такое поведение возможно, если ситуация слишком сложна и разрешение конфликта потребует много сил у его участников, либо у подростка не хватает настойчивости для решения конфликта в свою пользу. Данный стиль используют неуверенные в себе, замкнутые дети. Они считают, что для них

главное ситуации конфликта сохранить спокойствие, самообладание. Если конфликт помещает сохранению внутренней гармонии, то они отказываются предмета разногласия. Они считают, что лучше сохранить добрые отношения с другими детьми, чем отстаивать собственную точку зрения, осознают, что правда может быть не на их стороне, чувствуют, что у них недостаточно качеств, необходимых для лидера, или шансов победить. В случае этой стратегии уместно вспомнить пословицу «И волки сыты и овцы целы» [11].

Стиль приспособления означает, что подросток не заинтересован защищать свои собственные интересы, он идет на сделку с другими сторонами в ущерб себе, но при этом сохраняет дружеские отношения со сверстниками. Характерной чертой данной стратегии является то, что участник конфликта действует совместно с другой стороной, но при этом не пытается отстаивать собственные интересы в целях сглаживания атмосферы и восстановления благоприятного микроклимата в группе. Отличие от стратегии «уклонение» состоит в том, что при уклонении ребенок не подстраивается под другого ребенка, ничего не делает для удовлетворения его интересов. Он подстраивается под сложившуюся ситуацию и уходит от проблемы, то есть подросток соглашается сделать то, что хочет от него другая сторона, поступается своими интересами, меняя свою позицию под позицию другой стороны. Принцип данной стратегии − все, что вы хотите — только давайте жить дружно. Таким образом, стратегия «приспособления», «уступки» в конфликте используется ребенком, если ситуация не особенно для него значима и важнее сохранить хорошие отношения с соперником, чем отстаивать свои собственные интересы [10].

Ещё одной из форм поведения подростка в конфликтной ситуации является агрессия. Данная форма является формой протеста против непонимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением в обществе [60].

Агрессия может быть вызвана необходимостью защитить себя или удовлетворить свои потребности в ситуации, в которой растущий человек не

видит иного выхода, кроме как драка или вербальная угроза. Агрессивное, враждебное поведение порождают негативные эмоции: гнев, страх, месть, враждебность и выражается в драках, побоях, оскорблениях, телесных повреждениях [60].

Кроме ситуативных признаков на поведение подростков влияют природные особенности темперамента. Так возбудимость и сила эмоций, служат условием формирования вспыльчивости и раздражительности, неумение сдерживать себя. Естественно, что в состоянии фрустрации подросток с подобной психической организацией ищет выхода внутреннему напряжению, в том числе и в драке, ругани и открытом конфликте [57].

Подводя итог можно сказать, что конфликт является обычным явлением в жизни подростка и служит не только способом реализации себя среди своих сверстников, но также является способом взаимодействия с окружающими людьми. Конфликтность подростков обусловлена спецификой данной возрастного периода. Чтобы ребенок выбирал конструктивные способы разрешения конфликтов ему необходимы внутренние ресурсы. Которыми могут служить любовь и забота близких, доверительная атмосфера внутри семьи, благодаря чему ребенок сможет приобрести новый опыт взаимодействия.

1.3. Модель психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

В современном мире прежде, чем создать что-то, будь то деталь от какого-либо механизма, или кондитерское изделие, или даже исследование какого-либо явления или процесс, нужно сначала создать примерную, а иногда и досконально точную модель будущего результата. Модель в переводе с латинского означает меру, образ, способ. Данный термин используется для обозначения некой вещи или прообраза, сходного в каком-

то плане с другой вещью. Именно поэтому этот термин также используют в контексте проблематики научных исследований для обозначения аналога какого-либо объекта, явления или системы.

Опираясь на эту модель уже можно разрабатывать ход своих дальнейших мыслей, то есть заниматься процессом моделирования. В науке данный термин обозначает совокупность нескольких процессов, связанных с моделью. И.Б. Новик и А.Е. Уемов в своей книге «Моделирование и аналогия» дают следующее определение моделированию: «Моделирование - опосредованное практическое и теоретическое исследование объекта, при котором непосредственно изучается не сам интересующий нас объект, а некоторая вспомогательная искусственная или естественная система (модель): а) находящаяся в некотором объективном соответствии с познаваемым объектом; б) способная замещать его на определенных этапах познания и в) дающая при исследовании в конечном счете информацию о самом моделируемом объекте» [63].

В нашей работе мы исследуем процесс психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте. Для того чтобы приступить к созданию модели данного исследования, разберемся в понятие «психолого-педагогическая коррекция». Психолого-педагогическая коррекция – это форма совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей, основанная на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития. Коррекционная работа также направлена на создание условий для полноценного психического развития каждого ребенка в образовательном учреждении и семье [63].

При постановке коррекционных целей психолог руководствуется знаниями закономерностей психического развития ребенка как активного процесса, реализуемого в сотрудничестве с взрослым, представлениями о

структуре и динамике возраста, деятельности теорией в формировании возрастных новообразований, психологической информацией о социокультурной ситуации развития конкретного ребенка [1].

Также для создания модели нам потребуется четкая цель, которая и поможет выстроить нужный нам путь исследования. Представим графически «Дерево целей» процесса психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте. (рис. 1)

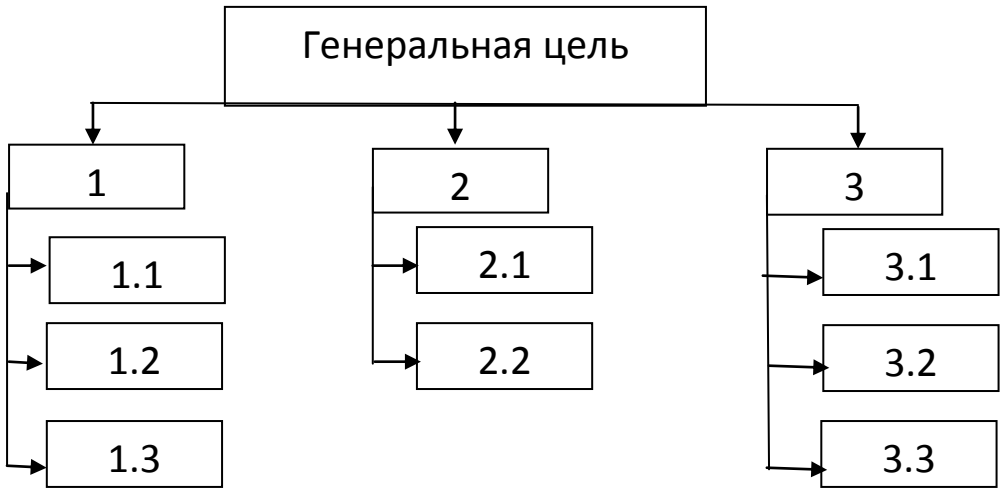

Рисунок 1. Древо целей психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.

1. Изучить теоретические основы исследования проблемы психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.

1.1. Проанализировать проблему конфликта и стратегии его преодоления в теории психологии.

1.2. Выявить особенности преодоления конфликтных ситуаций у подростков.

1.3. Разработать модель психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.

2. Провести исследование по изучению стратегий конфликтного поведения у подростков.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку исследования и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

3. Провести экспериментальную работу по проведению психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.

3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

3.3. Составить рекомендации по коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.

На основе древа целей построим модель психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте (рисунок 2).

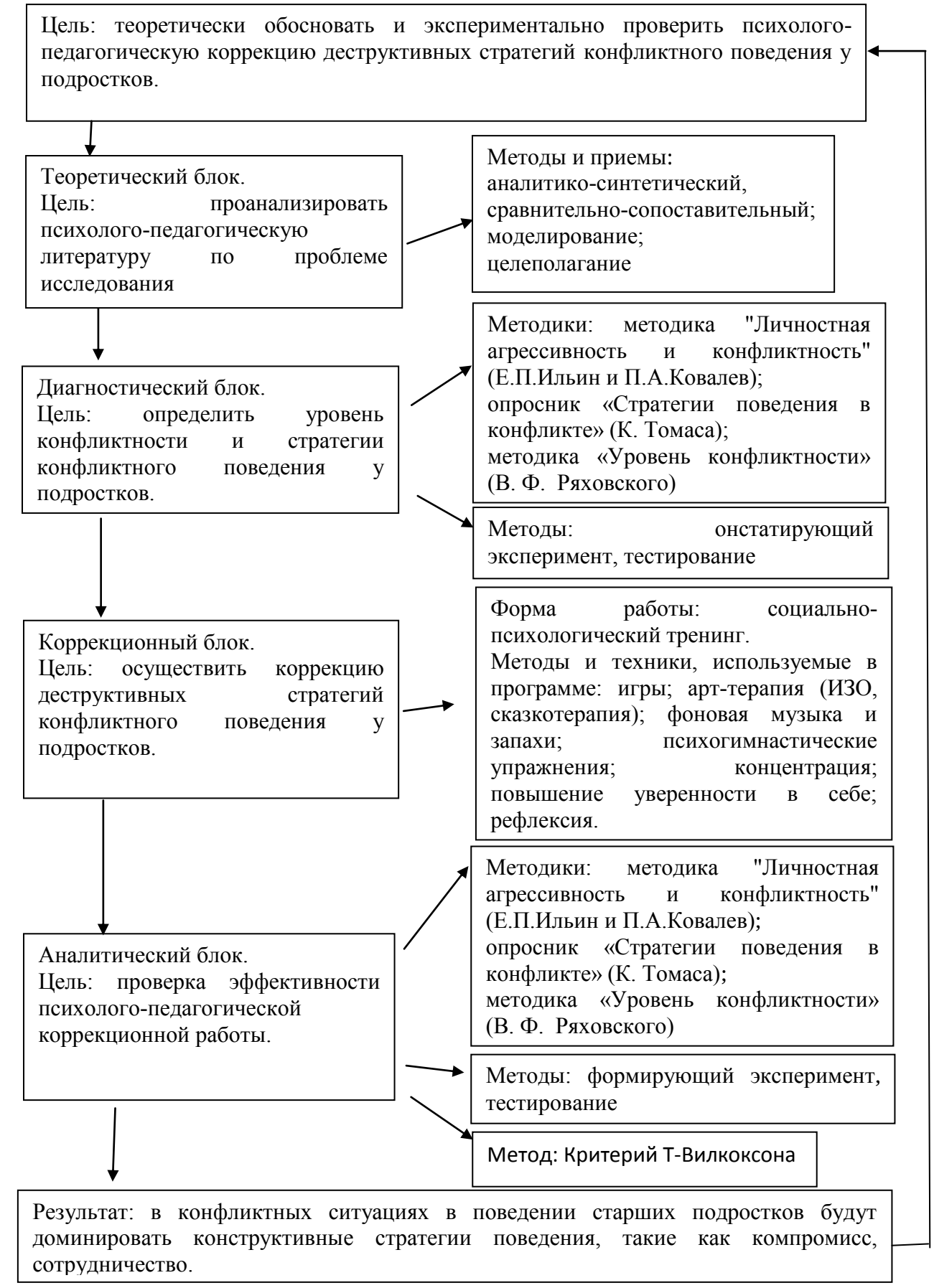

Рисунок 2. Модель психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

Модель психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков является актуальной, поскольку позволяет на основе одной проблемы работать в нескольких направлениях. Данная модель охватывает все формы работы педагога-психолога для получения полной картины по вышеназванной проблеме как до проведения психолого-педагогической коррекции, так и после.

Для реализации, поставленной нами цели по коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте необходимо провести следующие мероприятия:

Теоретический блок – подбор и изучение информации по проблеме коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте; анализ психолого-педагогической литературы, моделирование и подбор методик для проведения констатирующего эксперимента.

Методы исследования:

теоретические: аналитико-синтетический, сравнительно-сопоставительный; моделирование; целеполагание.

Диагностический блок – выявление стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте.

Методы исследования:

эмпирические: констатирующий эксперимент, тестирование по психодиагностическим методикам: опросник «Стратегии поведения в конфликте» (К. Томаса). Данная методика позволяет определить преобладающую стратегию преодоления конфликтных ситуаций. Методика "Личностная агрессивность и конфликтность" (Е. П. Ильин и П. А. Ковалев). Методика предназначена для выявления склонности личности к агрессивности и конфликтности. Методика «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского). Данная методика позволяет оценить степень собственной конфликтности.

Коррекционный блок – осуществление психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте. Выбор деструктивных стратегий поведения в конфликтах чаще всего связан с нестабильностью эмоционального фона подростка, а также не знанием других стратегий преодоления конфликтных ситуаций. Поэтому на первом этапе коррекционной работы научим подростков стабилизировать свой эмоциональный фон, поможем им научиться анализировать свое поведение. На втором этапе коррекционной работы мы расскажем и покажем все стратегии преодоления конфликтных ситуаций, а также расскажем какие из них являются деструктивными и почему. Данный блок включает в себя:

1. Разработку программы по коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте.

2. Проведение программы по коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте.

Основная форма работы: социально-психологический тренинг.

Методы и техники, используемые в программе:

- игры;
- арт-терапия (ИЗО, сказкотерапия);
- фоновая музыка и запахи;
- психогимнастические упражнения;
- концентрация;
- повышение уверенности в себе;
- рефлексия.

Аналитический блок – осуществление оценки эффективности проведенной коррекционной работы. Проведение повторной диагностики по ранее использованным методикам с целью выявления результата, а также применение математической обработки данных для подтверждения наших результатов. Ещё в данный блок входит разработка рекомендаций родителям и педагогам по коррекции деструктивных стратегий преодоления

конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте. По итогу проведенных мероприятий можно будет увидеть реализацию цели по коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте.

Методы исследования:

эмпирические: формирующий эксперимент, тестирование по психодиагностическим методикам: опросник «Стратегии поведения в конфликте» (К. Томаса), методика "Личностная агрессивность и конфликтность" (Е. П. Ильин и П. А. Ковалев), методика «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского);

методы обработки данных, математико-статистического анализа: критерий Т-Вилкоксона.

Таким образом для организации проведения психолого-педагогической коррекционной программы использовался метод построения «дерева целей». Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу (распределенная по уровням, ранжированная) совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева»). Также была построена модель психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте. Модель состоит из четырех блоков: теоретического, диагностического, коррекционного, аналитического.

Выводы по 1 главе

Проводя наше исследование, мы увидели, что конфликты являются неотъемлемой частью нашей жизни. Конфликт как явление существует с момента возникновения Земли. Конфликты существуют не только среди

людей, но и во всех сферах живой и неживой природы. Изучение конфликта как явление началось еще в древнее время. Но активное изучение конфликта началось с начала 19 века и происходит по сей день. В современной науке существует достаточно много различающихся между собой определений и трактовок понятия «конфликт», которые не выходят за пределы демонстрации его буквального содержания и обладают очевидной неполнотой. Попытки дать исчерпывающее определение пока не принесли конструктивных результатов. В настоящее время существует пять стратегий поведения в конфликтной ситуации: компромисс, избегание, приспособление, стратегия давления, стратегия окончательного разрешения конфликта.

В жизни подростка конфликт является обычным явлением и служит не только способом реализации себя среди своих сверстников, но также является способом взаимодействия с окружающими людьми. Конфликтность подростков обусловлена спецификой данной возрастного периода. Чтобы ребенок выбирал конструктивные способы разрешения конфликтов ему необходимы внутренние ресурсы. Которыми могут служить любовь и забота близких, доверительная атмосфера внутри семьи, благодаря чему ребенок сможет приобрести новый опыт взаимодействия.

Для организации проведения психолого-педагогической коррекционной программы использовался метод построения «дерева целей». Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу (распределенная по уровням, ранжированная) совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева»). Также была построена модель психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте. Модель состоит из четырех блоков: теоретического, диагностического, коррекционного, аналитического.

Глава 2. Организация опытно-экспериментального исследования стратегий конфликтного поведения у подростков

2.1. Этапы, методы и методики исследования

Психолого-педагогическое исследование стратегий преодоления конфликтных ситуаций ы старшем подростковом возрасте проводилось в 3 этапа.

Первый этап – поисково-подготовительный (2018-2019 г.). В этот этап входит изучение актуальности проблемы, теоретический анализ отечественной и зарубежной литературы по конфликтологии, определение целей и задач исследования, определение концепции и методологии исследования. Уточнена тема, сформулирована гипотеза, осуществлен выбор объекта и предмета исследования.

Второй этап – экспериментальный (2018 г.). Произведен подбор методов и методик диагностики, проведен констатирующий и формирующий эксперимент, разработана и реализована психолого-педагогическая программа по коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков.

Третий этап – контрольно-обобщающий (2019 г.). Завершен качественный и количественный анализ полученных результатов. Сформулированы выводы. Результаты работы оформлены в курсовой работе.

В нашем исследовании использован комплекс методов и методик:

Теоретические методы: аналитико-синтетический, сравнительно-сопоставительный; моделирование; целеполагание.

Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по психодиагностическим методикам: опросник «стратегии поведения в конфликте» (К. Томаса); методика «личностная агрессивность и

конфликтность» (Е.П. Ильин и П.А. Ковалев); методика «уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского).

Методы обработки данных, математико-статистического анализа: критерий Т-Вилкоксона.

Дадим краткое описание используемых методов:

Анализ – операция мысленного или реального расчленения целого (вещи, свойства, процесса или отношения между предметами) на составные части, выполняемая в процессе познания или предметно-практической деятельности человека [49].

Анализ литературы – это метод научного исследования, предполагающий операцию мысленного или реального расчленения целого на составные части, выполняемая в процессе познания или предметно-практической деятельности человека [38].

Аналитический метод – это общий термин, означающий совокупность частных методов изучения, включая анализ и синтез, абстрагирование, допущение "при прочих равных условиях", индукцию и дедукцию, единство логического и исторического, математические и статистические методы [56].

Дерево целей (целеполагание) – это структурированный иерархический перечень целей организации, в котором цели более низкого уровня подчинены и служат для достижения целей более высокого уровня [38].

Констатирующий эксперимент – метод, который устанавливает наличие определенного и обязательного явления или факта [56].

Математико-статистический анализ – это метод для обработки данных, полученных методами опроса и эксперимента, а также для установления количественных зависимостей между изучаемыми явлениями [56].

Метод – это способ достижения какой-либо цели, решения конкретной задачи [49].

Методика – это некий готовый «рецепт», алгоритм, процедура для проведения каких-либо нацеленных действий [49].

Обобщение понятий –логическая операция, посредством которой в результате исключения видового признака получается понятие более широкого объема, но менее конкретного содержания; форма приращения знания путём мысленного перехода от частного к общему в некоторой модели мира, что обычно соответствует и переходу на более высокую ступень абстракции [38].

Психологическое моделирование – создание моделей навыков и психических процессов на основе описаний глубинной структуры субъективного опыта [56].

Синтез – соединение составных частей в единое целое, раскрывающее более или менее существенные связи и отношения элементов, выделенных анализом [49].

Систематизация – это действие или последовательность действий, в результате выполнения которых определенное множество несвязанных элементов превращается в множество элементов, между которыми установлены определенные связи [49].

Сравнительно-сопоставительный метод – выявление различных универсалий, многообразных индивидуально проявлений объекта исследования [56].

Тест – система специальных заданий, позволяющих измерить уровень развития или состояние определенного психологического качества или свойства отдельного индивида - объекта наблюдения. Стандартизованная методика психодиагностическая, инструмент для объективного измерения одного или нескольких аспектов целостной личности через вербальные или невербальные ответы, или через другие виды поведения [38].

Тестирование – это метод психологической диагностики, использующий стандартизированные вопросы и задачи (тесты), имеющие определенную шкалу значений [38].

Формирующий эксперимент – целенаправленное воздействие на испытуемого (испытуемых) с целью создания, выработки определенных качеств, умений [38].

Эксперимент – полноценное исследование, которое соответствует изменению некоторых факторов с целью проследить результаты изменений [38].

Сейчас мы дадим краткое описание применяемых нами методик.

Тест-опросник К. Томаса на поведение в конфликтных ситуациях.

Тест К. Томаса позволяет выявить стиль поведения в конфликтной ситуации. Опросник Томаса не только показывает типичную реакцию на конфликт, но и объясняет, насколько она эффективна и целесообразна, а также дает информацию о других способах разрешения конфликтной ситуации.

При помощи специальной формулы вы можете просчитать исход конфликта.

Инструкция:

В каждой паре выберите то суждение, которое наиболее точно описывает ваше типичное поведение в конфликтной ситуации [16].

Методика "Личностная агрессивность и конфликтность" (Е. П. Ильин и П. А. Ковалев).

Методика предназначена для выявления склонности субъекта к конфликтности и агрессивности как личностных характеристик. Анализ результатов проходит по следующим шкалам: вспыльчивость, компромиссность, наступательность, мстительность, нетерпимость к мнению других, обидчивость, подозрительность, неуступчивость.

Инструкция:

Перед вами ряд утверждений. Определите, насколько вы согласны с каждым из них. Если вы согласны с утверждением, выберите ответ: «Да», если не согласны – «Нет» [65].

Методика «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского).

Данная методика позволяет определить степень конфликтности личности. Методика состоит из 10 видов поведения в конфликтных ситуациях, а участнику необходимо оценить по этим видам свое поведение и поставить ему оценку.

Инструкция:

Вам необходимо оценить по 7-бальной шкале, насколько в вас представлено каждое из перечисленных свойств. Семь баллов означает, что в вашем поведении всегда проявляется свойство, описанное в левой части таблицы, 1 балл – для вас характерно поведение, описанное в правой части [16].

Т-критерий Вилкоксона.

Т-критерий Вилкоксона применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность: является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Критерий применим в случаях, когда признаки измерены по крайней мере по шкале порядка, и сдвиги между вторым и первым тоже могут быть упорядочены.

Суть метода состоит в том, что сопоставляются абсолютные величины выраженности сдвигов в том или ином направлении. Для этого сначала все абсолютные величины сдвигов ранжируются, а потом суммируются ранги. Если сдвиги в ту или иную сторону происходят случайно, то и суммы их рангов окажутся примерно равны. Если же интенсивность сдвигов в одну сторону больше, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях.

Ограничения в применении Т-критерия Вилкоксона:

1. Минимальное количество испытуемых, прошедших измерения в двух условиях - 5 человек. Максимальное количество испытуемых – 50 человек, что диктуется верхней границей имеющихся таблиц.

2. Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, количество наблюдений n уменьшается на количество нулевых сдвигов [52].

Если брать во внимание все вышеперечисленное можно сделать вывод, что наша работа делиться на 3 этапа: поисково-подготовительный, экспериментальный и контрольно-обобщающий. Определили, что в нашей работе мы использовали теоретические методы (аналитико-синтетический, сравнительно-сопоставительный; моделирование; целеполагание), эмпирические методы (констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по психодиагностическим методикам: опросник «стратегии поведения в конфликте» (К. Томаса); методика «личностная агрессивность и конфликтность» (Е.П. Ильин и П.А. Ковалев); методика «уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского)), методы обработки данных, математико-статистического анализа (критерий Т-Вилкоксона). Также мы дали краткое описание применяемых нами методов и методик.

2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Исследование проводилось в 2018 году на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №115 г. Челябинска» Для проведения эксперимента мы выбрали учеников 9Б класса. В нем обучается 27 подростков. Из них 15 мальчиков, 12 девочек. Возраст класс 15- 17 лет. Из неполной семьи в этом классе только 3 ученика. Все остальные из благополучных семей. В классе присутствуют подростки с низкой успеваемостью. Много детей со средней успеваемостью, у некоторых

подростков успеваемость чуть выше, чем средний уровень успеваемости класса. У класса есть успехи в других видах деятельности.

Межличностные отношения в классе находятся на среднем уровне. Класс сплачивается во время мероприятий, где надо соревноваться с другими ребятами из других классов. Дети собираются за пределами школы для общего времяпровождения, например, отмечания дня рождения одноклассника, поход в кинотеатр. Несколько раз в год ребята ходят в театр, музеи, кино и другие развлекательные заведения. Ученики слушаются учителя, отпрашиваются, когда им надо куда-либо выйти. В классе присутствует неформальный лидер.

Классным руководителем класса является Купавых Екатерина Вячеславовна. Дети уважают классного руководителя, но в силу своих специфических возрастных особенностей за помощью обращаются редко. Привыкли все вопросы решать самостоятельно. Дети часто участвуют в различных конкурсах. Таким образом, уровень познавательной активности учащихся имеет высокие показатели, при этом видна эмоциональная неустойчивость детей.

Проведя диагностику по методике теста-опросника К. Томаса «стратегии поведения в конфликте», мы получили следующие результаты. (рисунок 3)

Проанализировав данный рисунок, мы видим, что часть учащихся, а именно 26% (7 учащихся) придерживаются стратегии «сотрудничества», а это значит, что при возникновении конфликта ребята ценят своего напарника в конфликтной ситуации, при этом не забывают и про свои интересы. Приходят к общей цели сообща. Стратегию «компромисс» выбрали 22,2% (6 учащихся). Это означает, что ребята идут друг другу на уступки при решении конфликтных ситуаций. Такой же результат показали ребята, Которые выбрали стратегию «уход». Скорее всего они находятся в конфликтной ситуации ради того, чтобы на них обратили внимание, предмет конфликта им особо не важен. Они спокойно могут прожить и без него.

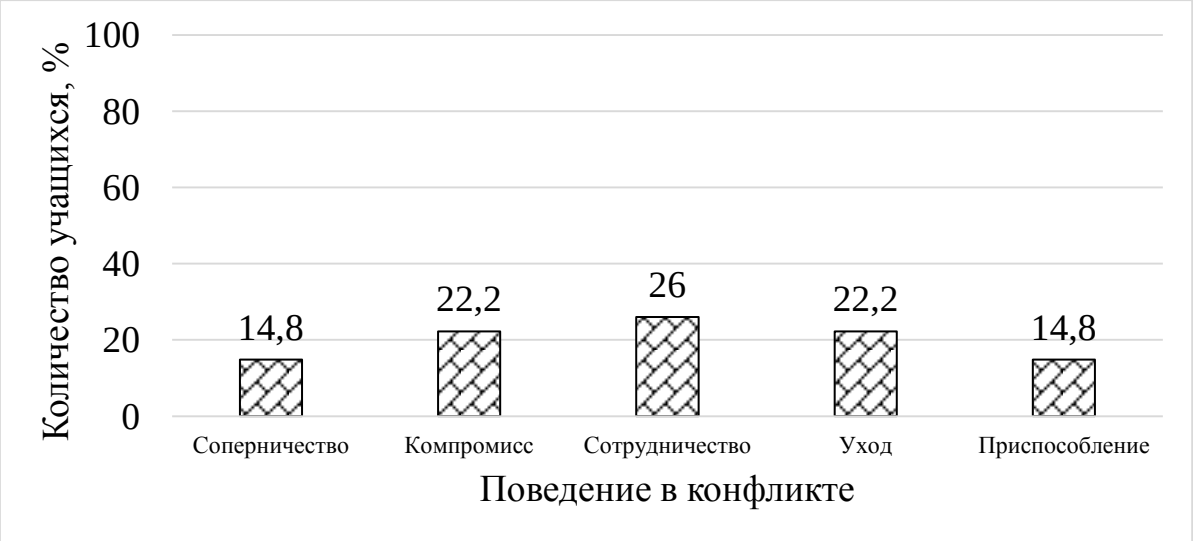

Рисунок 3. Результаты диагностики поведения в конфликте по тесту-опроснику К. Томаса «стратегии поведения в конфликте»

«Соперничество» выбрали 14,8% (4 учащихся). Ребята конкурируют между собой в конфликтной ситуации, победитель забирает все, у проигравшего может упасть на некоторое время самооценка, могут ухудшится межличностные отношения, а также есть вероятность возникновения внутреннего конфликта. В тактике «приспособления» работают 14,8% (4 учащихся). Они могут приспособится к любой ситуации и воспользоваться теми средствами, которые приведут к достижению успеха с наименьшими потерями.

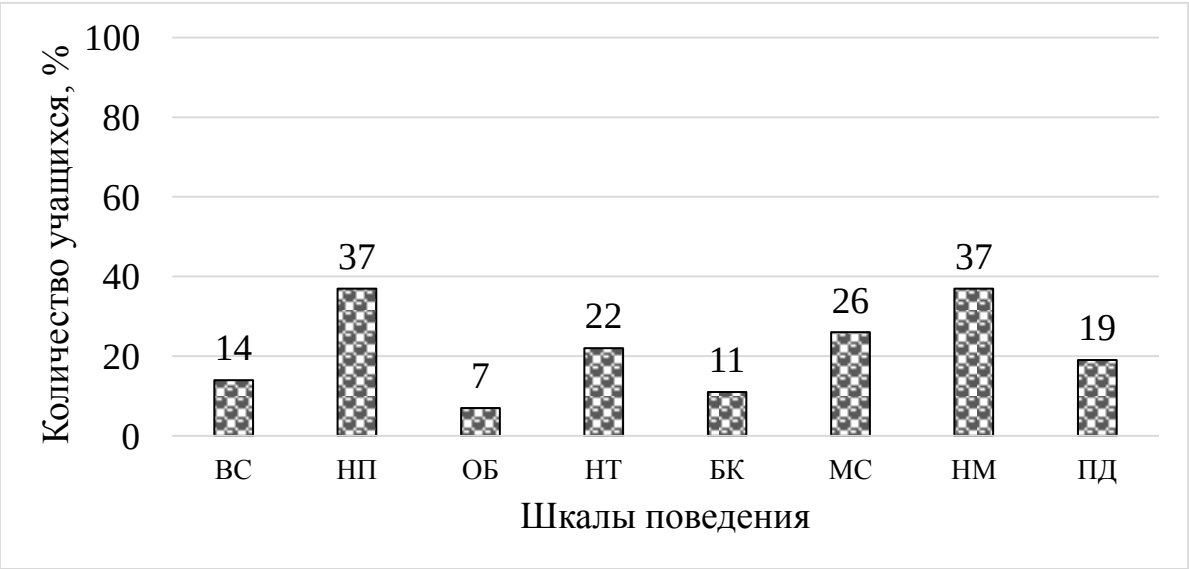

Рисунок 4. Результаты диагностики поведения по методике Е.П. Ильина и П.А. Ковалева "Личностная агрессивность и конфликтность". (Примечание: ВС – вспыльчивость; НП –

напористость; ОБ – обидчивость; НТ – неуступчивость; БК – бескомпромиссность; МС – мстительность; НМ – нетерпимость мнения других людей; ПД – подозрительность)

Полученные нами результаты диагностики (рисунок 4) показывают, что склонных к вспыльчивому поведению в конфликтных ситуациях в классе находятся 14% (4 ученика). Такие дети готовы к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении. У них низкий самоконтроль поведения. Самые высокие показатели получились у таких стилей поведения как напористость и нетерпимость к мнению других людей – по 37% (по 10 учащихся). Ученики, привыкшие к такому стилю при возникновении конфликта, стремятся сразу атаковать противника, захватывая инициативу в свои руки. Они активно отстаивают свои взгляды, не считаясь с мнением соперника. Ученики склоны игнорировать мнение других людей, даже если мнение другого человека оказывается верным. А вот самый низкий показатель получил стиль «обидчивость» - всего 7% (2 ученика). У таких подростков повышенная чувствительность к критике, замечаниям. Они остро реагируют, если их заслуги не замечают или уделяют недостаточное внимание.

Подростков, которые не хотят уступать ни при каких обстоятельствах, которые категорично настаивают на собственной точке зрения в классе оказалось всего 22% (6 человек). Похожий стиль поведения и у бескомпромиссных подростков. У них отсутствует стремление урегулировать разногласия, уступая в чём-то при обмене, низкая мотивация к избеганию напряженных отношений в будущем. И таких детей в классе всего 11% (3 человека).

Мстительных детей, которые желают навредить окружающим, совершить, по их мнению, возмездие, причинить им такую же боль, какую окружающие причинили им, в классе оказалось 26% (7 детей). А вот подозрительных подростков, которые ищут в любой ситуации скрытый негативный смысл и которые убеждены, что другие люди строят против них

заговоры, в классе всего 19% (5 человек). Такие дети сомневаются в искренности и честности намерений других людей. Они могут быть настолько подозрительными, что могут не доверять даже себе.

Результаты диагностики по методике В.Ф. Ряховского «Уровень конфликтности» показывают следующее: 19% (5 учеников) имеют свойство избегать конфликтные ситуации. Они готовы отказаться от своей точки зрения, своих интересов, чтобы сохранить хорошие отношения и избежать напряженности. Учеников, которые не любят конфликты и стараются тактично решить любую ситуацию, в классе 41% (11 человек). Если же таким ученикам все же придется вступить в спор, они учитываю, как это может отразиться на взаимоотношениях с окружающими.

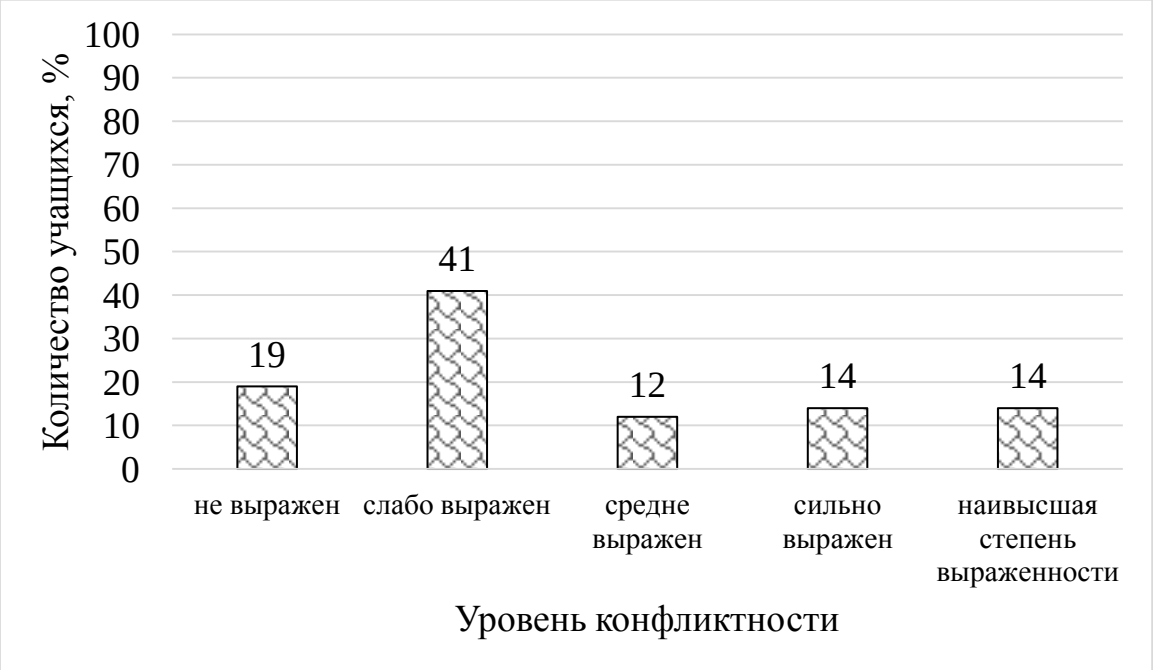

Рисунок 5. Результаты диагностики поведения по методике В.Ф. Ряховского «Уровень конфликтности»

У 12% (3 человека) конфликтность выражена слабо. При возникновении конфликтных ситуаций такие подростки стараются их сгладить, но в критических ситуациях решительно отстаивают свои интересы. Выраженную конфликтность показывают 14% (4 ученика). Данные ученики настойчиво отстаивают своё мнение, даже если это может

отрицательно сказаться на взаимоотношениях с окружающими. Такие же показатели и у группы с высокой степенью конфликтности. Такие подростки зачастую сами являются инициаторами спора.

По результатам исследования видно, что 11 учащихся (по методике К.Томаса) используют деструктивные стратегии преодоления конфликтных ситуаций. По методике В.Ф. Ряховского у 11 учеников конфликтность выражена слабо, либо имеет высокую степень. В связи с этими показателями мы определяем группу в количестве 11 человек для дальнейшей коррекционной работы. Такие ученики могут становиться инициаторами споров, и скорее всего окружающие отрицательно относятся к данным ученикам.

Выводы по 2 главе

Беря во внимание все вышеперечисленное можно сделать вывод, что наша работа, посвященная изучению психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков, осуществлялась в 3 этапа: поисково-подготовительный, экспериментальный и контрольно-обобщающий.

В нашем исследовании использован комплекс методов и методик:

Теоретические методы: аналитико-синтетический, сравнительно-сопоставительный; моделирование; целеполагание.

Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по психодиагностическим методикам: опросник «стратегии поведения в конфликте» (К. Томаса); методика «личностная агрессивность и конфликтность» (Е.П. Ильин и П.А. Ковалев); методика «уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского).

Методы обработки данных, математико-статистического анализа: критерий Т-Вилкоксона.

Также дали определение основным теоретическим понятиям, охарактеризовали выборку и проанализировали выбираемы стратегии в конфликтных ситуациях у старших подростков.

По результатам диагностик видно, что 50% подростков имеют деструктивные стратегии поведения в конфликтах. По тесту-опроснику К.Томасса мы видим, что часть учащихся, а именно 26% (7 учащихся) придерживаются стратегии сотрудничества. Стратегию «компромисс» выбрали 22,2% (6 учащихся). Такой же результат показали ребята, которые выбрали стратегию «уход». «Соперничество» выбрали 14,8% (4 учащихся). В тактике «приспособления» работают 14,8% (4 учащихся).

Полученные нами результаты диагностики по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» показывают, что склонных к вспыльчивому поведению в конфликтных ситуациях в классе находятся 14% (4 ученика). Самые высокие показатели получились у таких стилей поведения как напористость и нетерпимость к мнению других людей – по 37% (по 10 учащихся). А вот самый низкий показатель получил стиль «обидчивость» - всего 7% (2 ученика). Подростков, которые не хотят уступать ни при каких обстоятельствах, которые категорично настаивают на собственной точке зрения в классе оказалось всего 22% (6 человек). Похожий стиль поведения и у бескомпромиссных подростков, а именно у 11% (3 человека).

Мстительных детей, в классе оказалось 26% (7 детей). А вот подозрительных подростков, в классе всего 19% (5 человек).

Результаты диагностики по методике «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского) показывают следующее: 19% (5 учеников) имеют свойство избегать конфликтные ситуации. Учеников, которые не любят конфликты и стараются тактично решить любую ситуацию, в классе 41% (11 человек). У 12% (3 человека) конфликтность выражена слабо. Выраженную конфликтность показывают 14% (4 ученика). Такие же показатели и у группы с высокой степенью конфликтности. Такие подростки зачастую сами являются инициаторами спора.

По результатам исследования видно, что 14 учащихся (по методике К.Томаса) используют деструктивные стратегии преодоления конфликтных ситуаций. По методике В.Ф. Ряховского у 11 учеников конфликтность выражена слабо, либо имеет высокую степень. В связи с этими показателями мы определяем группу в количестве 11 человек для дальнейшей коррекционной работы. Такие ученики могут становиться инициаторами споров, и скорее всего окружающие отрицательно относятся к данным ученикам.

Глава 3. Опытно-экспериментальное исследование эффективности психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

3.1. Программа психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

Проведенное нами теоретическое изучение проблемы выбора деструктивных стратегий поведения в старшем подростковом возрасте, а также экспериментальное исследование поведения испытуемых в конфликтных ситуациях доказывают необходимость проведения серии коррекционных занятий, направленных на коррекцию деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте. Данная программа реализована в МБОУ «СОШ №115 г. Челябинска». В программе приняли участие 11 детей в возрасте 15-17 лет.

В нашей психолого-педагогической программе по коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций принимают участия дети с выраженной степенью конфликтности, для понижения уровня конфликтности, дети со слабо выраженной конфликтностью, для профилактики высокой степени конфликтности, а также дети, использующие деструктивные стратегии преодоления конфликтных ситуаций.

В.А. Жмуров считал, что проблемы в межличностном взаимоотношении возникают у индивида, который не умеет общаться в обычной жизни без помощи агрессивных всплесков. Поэтому разработанная нами коррекционная программа направлена на создание условий для работы со стратегиями поведения в конфликтах нуждающимся в их преодолении, да и может быть со временем, осознающим всю тяжесть негативных последствий людей. Ведь только в тренинговой группе, чувствуя себя

принятым, человек пользуется полным доверием и не боится доверять другим сам.

Цель групповых занятий: коррекция деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций через формирование и закрепление социально приемлемых способов удовлетворения собственных потребностей во взаимодействии с окружающими.

Задачи групповых занятий:

1. Расширение информации о собственной личности, осознание своих потребностей, анализ и оценка собственного поведения.

2. Отреагирование негативных эмоций и обучения приемам регулирование своего эмоционального состояния.

3. Обучение альтернативным способам поведения, внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов в ситуации, провоцирующих агрессию.

4. Формирование положительных установок в общении со сверстниками.

Разработанная программа рассчитана на участников в возрасте от 15 до 17 лет, состоящая из 10 занятий, каждое из которых занимает около 1,5 часов требуемого для проведения времени. Программу рекомендуется проводить 2 раза в неделю.

Основная форма работы: социально-психологический тренинг. Данный метод является одним из методов активного обучения и психологического воздействия, осуществляемого в процессе интенсивного группового взаимодействия и направленного на повышение компетентности в сфере общения, в котором общий принцип активности обучаемого дополняется принципом рефлексии над собственным поведением и поведением других участников группы.

Данная программа опирается на ряд принципов:

1. Принцип добровольного участия в работе;

2. Принцип «я – высказываний»;

3. Принцип «не перебивать, когда говорит другой»;

4. Принцип толерантности по отношению к другим членам группы;

5. Принцип симпатии в участии – участник должен чувствовать себя в полной безопасности;

6. Принцип конфиденциальности.

Занятия имеют чёткую структуру, состоящие из нескольких взаимосвязанных частей, а именно:

1. Ритуал приветствия. Цель: создание комфортной атмосферы, настрой участников на работу, снятие напряжения.

2. Разминка. Воздействие на эмоциональное состояние подростков, уровень их активности. Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность.

3. Основное содержание занятия. На данном этапе выполняются основные цели каждого конкретного занятия программы. Включает несколько упражнений, направленных на развитие коммуникативной компетентности обучающихся, сплочение коллектива.

4. Рефлексия. Оценка занятия

5. Ритуал прощания. По аналогии с ритуалом приветствия.

Данная программа состоит из модифицированных упражнений, основой для которых стали работы таких психологов, как Е.К. Малютова и Г.Б. Манина, Е.В. Ессенакис, С.В. Гиппиус, О.Н. Истратова, А. Гревцов, М.Р. Битянова, К. Фопель, И.В. Вачков.

Коррекционная программа:

Занятие № 1. «Знакомство». Цель: установление групповых правил. Знакомство. Сбор проблематики.

Упражнение № 1. «Вам послание». Цель: осуществлять эмоциональный разогрев.

Упражнение № 2. «Интервью». Цель: установка контактов, знакомство.

Упражнение № 3. «Мы похожи, мы отличаемся». Цель: установление дружеской обстановки, сплочение коллектива.

Упражнение № 4. «Индивидуальность». Цель: предоставление возможности исследования своего характера, способности к самопознанию.

Занятие № 2. «Каков я на самом деле?» Цель: продолжить знакомство с участниками. Создать положительную мотивацию к предстоящим занятиям. Закрепить навыки самоанализа, способность к более глубокому самораскрытию, которое ведёт к изменению себя.

Упражнения № 1. «Счёт до десяти». Цель: осуществлять эмоциональный разогрев.

Упражнения № 2. «Каков я человек?». Цель: предоставление возможности исследования своего характера, способности к самопознанию.

Упражнения № 3. «Мой портрет в лучах солнца». Цель: актуализация знаний о себе.

Упражнения № 4. «Ловим комаров». Цель: осуществить эмоциональную разгрузку.

Занятие № 3. «Агрессивность». Цель: осознание и оценка собственного нежелательного поведения и его влияния на окружающих людей.

Упражнение № 1. «Передай иначе». Цель: осуществить эмоциональный разогрев участников и настроить их на предстоящую работу.

Упражнение № 2. Работа с «сердитым журналом». Цель: осознание и оценка собственного агрессивного поведения, его основных проявлений, целей и последствий.

Упражнение № 3. «Глаза в глаза». Цель: формирование способности к эмпатическому пониманию и принятию индивидуальности других.

Упражнение № 4. «Фигура». Цель: эмоциональная разрядка, развитие способности к взаимопониманию, формирование групповой сплоченности.

Занятие № 4. «Калейдоскоп чувств» Цель: отреагирование негативных эмоций и обучение приемам регулирования эмоционального состояния.

Упражнение № 1. «Калейдоскоп». Цель: эмоциональный разогрев, осознание внутренних и внешних проявлений эмоциональных переживаний.

Упражнение 2. «Мой гнев». Цель: вывести участников на осознаваемый уровень проявления своего гнева, показать его природу и особенности; способствует отреагирование негативных эмоций.

Упражнение №3. «Я рисую свой гнев». Цель: выявление индивидуальных особенностей собственного гнева, отреагирование негативных эмоций.

Упражнение №4. Дыхательная гимнастика. Цель: продемонстрировать эффективность техники снятие напряжения, регуляция собственного эмоционального состояния.

Занятие №5 «Познание своего Я» Цель: расширение информации о собственной личности и проблеме агрессивного поведения.

Упражнение № 1. «Угадай какой я!» Цель: эмоциональный разогрев, включение участников тренинга в групповой процесс.

Упражнение № 2. «Я – индивидуальность». Цель: актуализация «Я - мотиваций», усиление диагностических процессов мотиваций, активизация процессов мотивации и волевой регуляции.

Упражнение № 3. «Я - агрессивный». Цель: обучение распознавание основных типов ситуаций, провоцирующих агрессивное поведение.

Упражнение № 4. «Импульс». Цель: способствует эмоциональной разрядке, формированию чувства общности с группой.

Занятие № 6. «Работа с обидами»

Упражнения № 1. «Антоним». Цель: осуществлять эмоциональный разогрев.

Упражнения № 2. «Детские обиды». Цель: изучить и проанализировать источники возникновения обид.

Упражнения № 3. «Футболка с надписью» Цель: формирование адекватной самооценки.

Упражнения № 4. «Обиженный человек» Цель: анализ собственного поведения и поступков окружающих людей.

Упражнения № 5. «Копилка обид». Цель: обучение позитивным способам преодоления обид.

Занятие № 7. «Правильные поступки!». Цель: переоценка жизненных поступков путём поиска альтернативных способов выхода из ситуаций, провоцирующих агрессию.

Упражнение № 1 «Сиамские близнецы». Цель: создание благоприятной эмоциональной атмосферы для дальнейшей работы в парах.

Упражнение № 2. «Эпизод из жизни». Цель: проигрывание и переоценка жизненных ситуаций, в которых участники находились в конфликтном состоянии.

Упражнение № 3. «Ситуация в автобусе». Цель: проигрывание ситуаций, провоцирующих проявление конфликта.

Упражнение № 4. «Преодоление». Цель: составление плана действий в ситуациях, усложняющих жизнь в достижении желаний.

Занятие № 8. «Мои сильные стороны». Цель: Совместный поиск и обучение альтернативным способам поведения и эмоционального реагирования в ситуациях, провоцирующих конфликт.

Упражнение № 1. «Пойми меня». Цель: эмоциональный разогрев, развитие способности к взаимопониманию, формирование групповой сплоченности.

Упражнение № 2. «Репетиция поведения». Цель: обучение альтернативным способам поведения и эмоционального реагирования в ситуациях, провоцирующих конфликт.

Упражнение № 3. «Сад моей души». Цель: осознание собственной ценности и значимости вне зависимости от внешних ситуаций, обучение технике эмоционального напряжения и восстановления гармоничного состояния.

Упражнение № 4. «Мои сильные стороны». Цель: активизировать умение мыслить о себе в положительном ключе, стимулировать уверенность

в собственных возможностях к поведенческим изменениям, закрепить способность к позитивной оценке других людей: групповая поддержка.

Занятие № 9. «Переоценка». Цель: закрепление навыков эмоционального реагирования в ситуациях, провоцирующих конфликт.

Упражнение № 1. «Атом». Цель: эмоциональный разогрев.

Упражнение № 2. «Мультяшки гневаются». Цель: демонстрация смешных сторон конфликтного поведения – смехотерапия.

Упражнение № 3. «Позитивный язык». Цель: переоценка негативных эмоций по отношению к себе и другим.

Упражнение № 4. «Найди хорошее». Цель: переоценка негативного восприятия неприятных, конфликтных ситуаций.

Упражнение № 5. «Я-стратег». Цель: расширить спектр возможных стратегий поведения в ситуациях, провоцирующих конфликт.

Занятие № 10. «Завершение». Цель: закрепление представлений участников о своей уникальности, обогащение сознания позитивными, эмоционально-окрашенными образами личности.

Упражнение № 1. «Благодарен тому, что…». Цель: сосредоточение внимания участников на позитивных аспектах и реалистичных установках в повседневной жизни.

Упражнение № 2. «Я реальный, я идеальный, я глазами других». Цель: закрепление представлений участников об уникальности своей личности.

Упражнение № 3. «Машина времени». Цель: выработка новых способов решения жизненных проблем.

Упражнение № 4. «Счастье». Цель: выработка альтернативных способов выхода из проблемной ситуации.

Упражнение № 5. «Подарок». Цель: закрепление позитивного настроя проделанной работы.

Таким образом, реализация программы коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте, позволит нам осуществить обучение навыкам самопознания

конфликтного состояния, развитие представления о собственной ценности, уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии. Это всё необходимо для того, чтобы, обеспечить участников средствами, позволяющими ему наиболее эффективно вступать в различные виды отношений, решая встающие перед ними каждодневные задачи.

Цель групповых занятий: коррекция деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций через формирование и закрепление социально приемлемых способов удовлетворения собственных потребностей во взаимодействии с окружающими. Задачи групповых занятий: 1. Расширение информации о собственной личности, осознание своих потребностей, анализ и оценка собственного поведения; 2. Отреагирование негативных эмоций и обучения приемам регулирование своего эмоционального состояния; 3. Обучение альтернативным способам поведения, внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов в ситуации, провоцирующих агрессию; 4. Формирование положительных установок в общении со сверстниками.

3.2. Анализ эффективности реализации программы психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

После реализации психолого-педагогической программы по коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков была проведена повторная диагностика по следующим методикам: опросник «Стратегии поведения в конфликте» (К. Томаса); методика "Личностная агрессивность и конфликтность" (Е.П. Ильин и П.А. Ковалев); методика «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского).

На рисунке 6 представлены результаты диагностики до и после реализации программы по методике опросник «Стратегии поведения в конфликте» (К. Томаса).

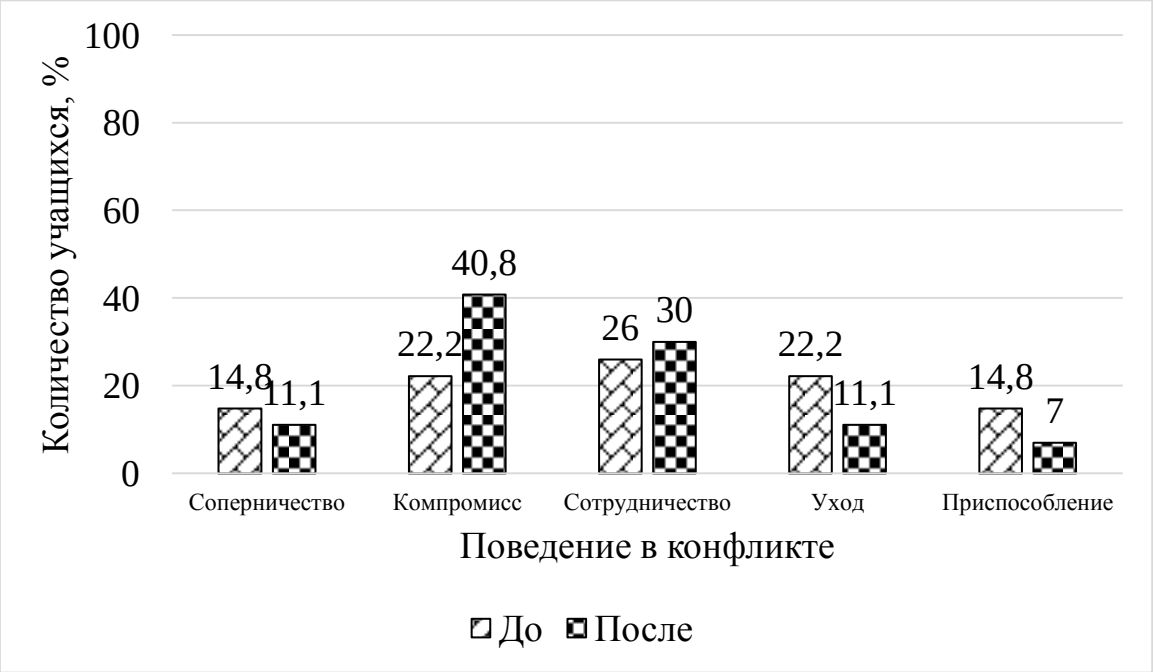

Рисунок 6. Результаты диагностики поведения по тесту-опроснику К. Томаса «Стратегии поведения в конфликте» «до» и «после» реализации программы

Как мы видим, учащихся, выбирающих конструктивные стратегии поведения для преодоления конфликтных ситуация стало значительно больше. А именно после реализации программы стратегию «компромисс» выбирают уже 40,8% (11 учеников). Данный результат показывает, что дети научились идти на уступки друг другу, при этом сохраняя положительное взаимоотношение. Стратегии «сотрудничество» придерживается 30% (8 учеников). Ученики научились сообща находить выход из конфликтной ситуации, научились взаимодействовать с другим людьми для достижения цели. «Соперничество» выбрали 11,1% (3 учащихся). Ребята по-прежнему конкурируют между собой в конфликтной ситуации, победитель забирает все, у проигравшего может упасть на некоторое время самооценка, могут ухудшится межличностные отношения, а также есть вероятность возникновения внутреннего конфликта. Такой же результат показали ребята,

Которые выбрали стратегию «уход». Скорее всего они находятся в конфликтной ситуации ради того, чтобы на них обратили внимание, предмет конфликта им особо не важен. Они спокойно могут прожить и без него. В тактике «приспособления» теперь работают 7% (2 учащихся). Они, как и раньше могут приспособится к любой ситуации и воспользоваться теми средствами, которые приведут к достижению успеха с наименьшими потерями.

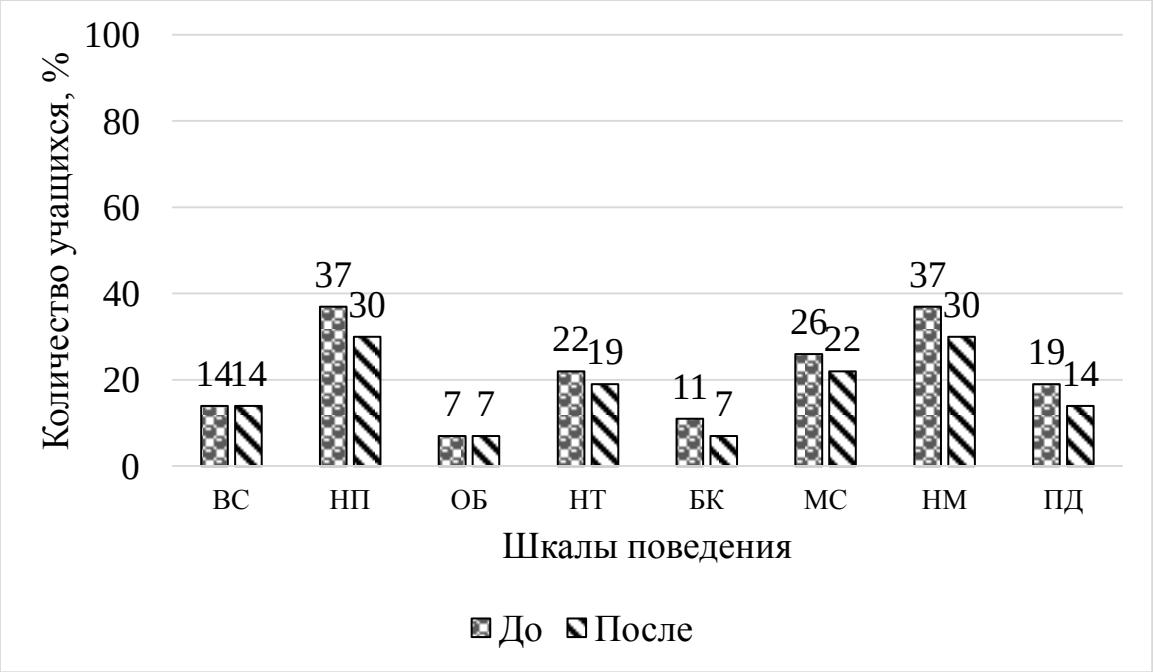

Рисунок 7. Результаты диагностики поведения по методике Е. П. Ильина и П. А. Ковалева "Личностная агрессивность и конфликтность" «до» и «после» реализации программы. (Примечание: ВС – вспыльчивость; НП – напористость; ОБ – обидчивость; НТ – неуступчивость; БК – бескомпромиссность; МС – мстительность; НМ – нетерпимость мнения других людей; ПД – подозрительность)

Полученные нами результаты диагностики по методике Е. П. Ильина и П. А. Ковалева «Личностная агрессивность и конфликтность» после реализации коррекционной программы показывают, что количество учеников, склонных к вспыльчивому поведению в конфликтных ситуациях, осталось без изменений, а именно 14% (4 ученика). Такие дети готовы к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении. У них низкий самоконтроль поведения. Самые высокие показатели остались держать такие

стили поведения как напористость и нетерпимость к мнению других людей – по 30% (по 8 учащихся). Ученики, привыкшие к такому стилю при возникновении конфликта, стремятся сразу атаковать противника, захватывая инициативу в свои руки. Они активно отстаивают свои взгляды, не считаясь с мнением соперника. Ученики склоны игнорировать мнение других людей, даже если мнение другого человека оказывается верным. А вот самый низкий показатель также делят два стиля: «обидчивость» и «бескомпромиссность» - по 7% (по 2 ученика). Подростки, выбирающие раньше стиль «бескомпромиссность», научились идти на уступки другим людям, что положительно влияет на их взаимоотношения с окружающими.

Подростков, которые не хотят уступать ни при каких обстоятельствах, которые категорично настаивают на собственной точке зрения в классе снизилось до 19% (5 человек).

Мстительных детей, которые желают навредить окружающим, совершить, по их мнению, возмездие, причинить им такую же боль, какую окружающие причинили им, в классе снизилось незначительно – 22% (6 детей). Такие дети ещё не научились прощать обиды и идти на уступки с другими людьми. Количество подозрительных подростков, которые ищут в любой ситуации скрытый негативный смысл и которые убеждены, что другие люди строят против них заговоры, тоже снизилось незначительно – 14% (4 человек). Такие дети по-прежнему сомневаются в искренности и честности намерений других людей. Они могут быть настолько подозрительными, что могут не доверять даже себе.

Результаты диагностики по методике «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского) после реализации программы показывают следующее: 19% (5 учеников) имеют свойство избегать конфликтные ситуации. Они готовы отказаться от своей точки зрения, своих интересов, чтобы сохранить хорошие отношения и избежать напряженности. Учеников, которые не любят конфликты и стараются тактично решить любую ситуацию, в классе 48% (13

человек). Если же таким ученикам все же придется вступить в спор, они учитываю, как это может отразиться на взаимоотношениях с окружающими.

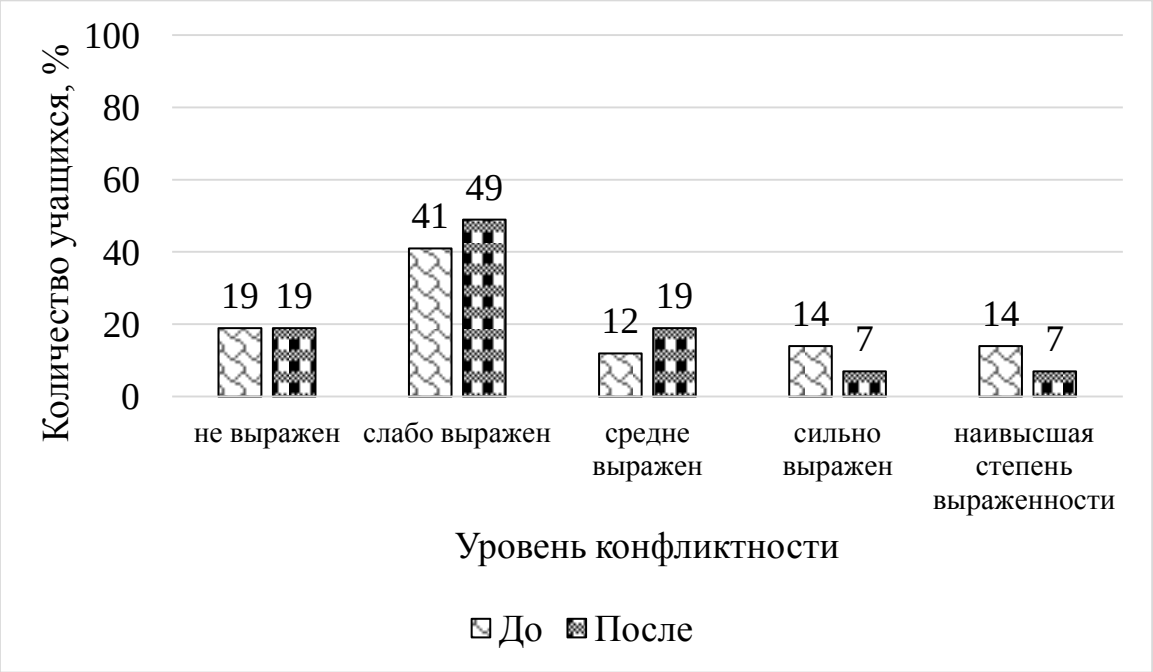

Рисунок 8. Результаты диагностики поведения по методике В.Ф. Ряховского «Уровень конфликтности» «до» и «после» реализации программы

У 19% (5 человека) конфликтность выражена слабо. При возникновении конфликтных ситуаций такие подростки стараются их сгладить, но в критических ситуациях решительно отстаивают свои интересы. Выраженную конфликтность показывают 7% (2 ученика). Данные ученики настойчиво отстаивают своё мнение, даже если это может отрицательно сказаться на взаимоотношениях с окружающими. Такие же показатели и у группы с высокой степенью конфликтности. Такие подростки зачастую сами являются инициаторами спора.

По результатам исследования видно, что 14 учащихся (по методике К.Томаса) используют деструктивные стратегии преодоления конфликтных ситуаций. По методике В.Ф. Ряховского у 11 учеников конфликтность выражена слабо, либо имеет высокую степень. В связи с этими показателями мы определяем группу в количестве 14 человек для дальнейшей

коррекционной работы. Такие ученики могут становиться инициаторами споров, и скорее всего окружающие отрицательно относятся к данным ученикам.

Для анализа эффективности программы по психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте мы обобщили данные, полученные при повторной диагностике и представили их на рисунке 9.

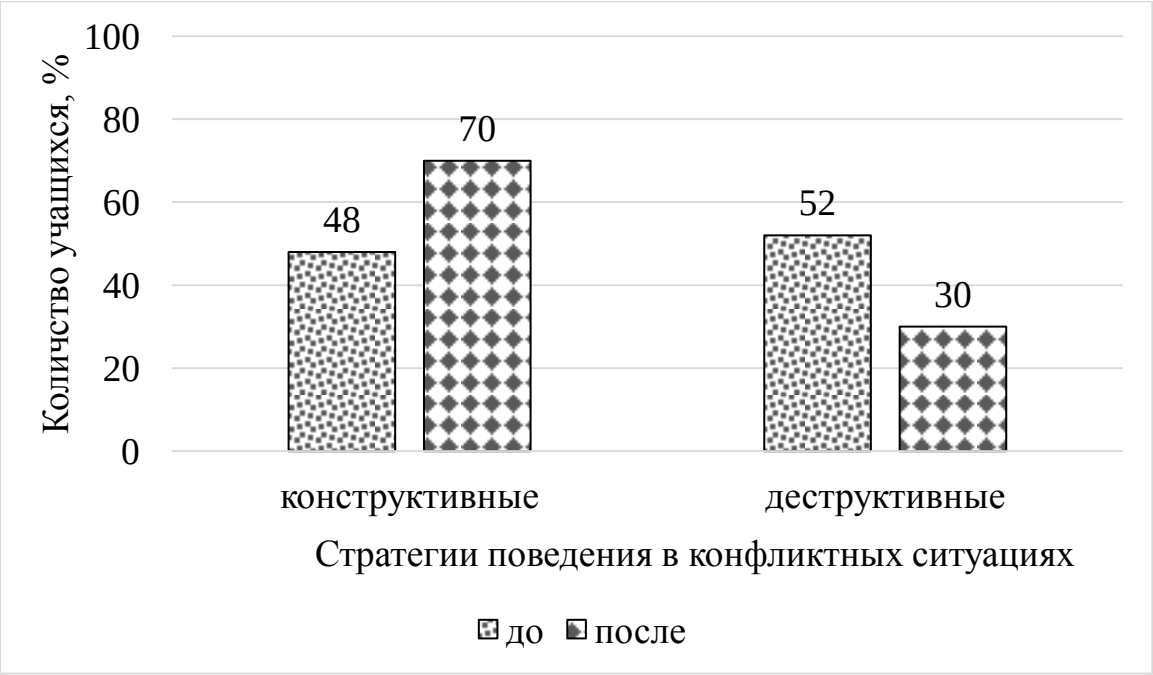

Рисунок 9. Обобщенные данные по диагностике выбора стратегий поведений преодолении конфликтных ситуациях в старшем подростковом возрасте «до» и «после» реализации программы

Как показано на рисунке, количество старших подростков, выбирающих конструктивные стратегии поведения в преодолении конфликтных ситуаций выросло до 70%, что свидетельствует об эффективности проведенной программы по психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте. При этом в группе испытуемых все же наблюдались подростки, выбирающие деструктивные стратегии преодоления конфликтных ситуаций. Они составляют 30% испытуемых.

Для проверки гипотезы исследования о том, что в результате реализации программы психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте изменятся, воспользуемся критерием Т-Вилкоксона.

Мы сопоставили показатели первичной и вторичной диагностики выбора стратегии поведения в конфликтных ситуациях у старших подростков по методике В.Ф. Ряховского «Уровень конфликтности».

Гипотеза:

Н0: Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения выбора деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций не превосходит интенсивности сдвигов в сторону ее увеличения.

Н1: Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения выбора деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций превышает интенсивности сдвигов в сторону ее увеличения.

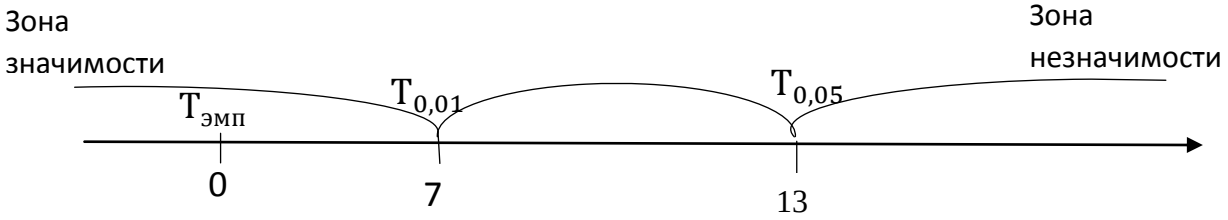

Рисунок 10. Ось значимости

Расчет Т-критерия Вилкоксона полностью представлен в прил. 4.

$T_{эмп} = 0$

$T_{эмп} \leq T_{кр}$

$0 \leq 7$ (ρ 0,01) – из этого следует, что интенсивность сдвигов в сторону уменьшения выбора деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций не превосходит интенсивности сдвигов в сторону ее увеличения.

Таким образом выбор деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте изменился в результате реализации коррекционной программы. Преобладающими стали

конструктивные стратегии поведения при преодолении конфликтных ситуаций. Гипотеза исследования подтвердилась.

3.3. Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

В результате проведенного эмпирического исследования были выработаны рекомендации по коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков. Коррекция стратегий поведения подростков направлена на перевод ее в социально приемлемые формы. На начальных этапах не показаны групповые формы, более эффективна индивидуальная работа.

С самого начала, параллельно, необходимо начинать работу с семьёй. Особое место в коррекционной работе следует уделять формированию круга интересов подростка также на основе особенностей его характера и способностей. Необходимо стремиться к максимальному сокращению периода свободного времени подростка – «времени праздного существования и безделья» за счёт привлечения к положительно формирующим личность занятиям: чтение, самообразование, занятие музыкой, спортом, хобби [6].

Исходя из того, что развитие ребёнка осуществляется в деятельности, а подросток стремится к утверждению себя, своей позиции, как взрослый, среди взрослых, то необходимо обеспечить включение подростка в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создаёт возможности подростку реализовать и утвердить себя на уровне взрослых [8].

Психологический смысл этой деятельности состоит для подростка в том, что, участвуя в ней, он фактически приобщается к делам общества, занимает в нём определённое место и удерживает свою новую социальную позицию среди взрослых и сверстников. В процессе этой деятельности

подросток признаётся взрослыми, как равноправный член общества. Это создаёт оптимальные условия и для реализации его потребностей. Такая деятельность предоставляет подростку возможность развития его самосознания, формирует нормы его жизнедеятельности [8].

При защитном поведении рекомендуется, прежде всего, работа по обучению средствам общения. Кроме того, необходимо снять тревожность, чему способствует теплая эмоциональная атмосфера домашнего общения, душевный комфорт, ибо это результат ощущение небезопасности, угрозы внешнего мира [14].

Физическое избегание. Самый простой вид защиты - физическое избегание, т.е. сведение общения к минимуму. В такой ситуации можно общаться через посредника, когда с неприятным человеком нужно уладить какие-то дела, а эмоционально-чувственная сфера не дает спокойно этого сделать. Постарайтесь представить, как бы хотелось выйти их такой ситуации в идеале и составьте шаблоны подходящих фраз. В ситуациях противостояния, когда на Вас давят высказывания, затрагивающие ваше достоинство, на первое место выдвигается умение проявить выдержку, самообладание. Сделать это бывает совсем непросто, но крайне важно.

Традиционно психологическая литература делала акцент на «разрешение» конфликта, подчеркивая, что его можно и необходимо разрешить: достичь идеального бесконфликтного состояния, когда люди работают и взаимодействуют в полной гармонии с самими собой и окружающими. Однако повседневная практика показала, что:

1. Большинство усилий по полному устранению конфликтов оказываются тщетными;

2. Конфликты, кроме негативной функции, способны нести и позитивное начало [14].

Отсюда К.Томас предположил, что необходимо перенести акцент с устранения конфликтов на контроль или управление ими. Впервые в социальной психологии был поставлен вопрос о неоднозначном отношении к

личностным конфликтам и было показано, что одна из задач управления – научиться управлять всеми фазами конфликта.

Согласно К.Томасу при избегании конфликта ни одна из сторон не достигнет успеха. При таких формах поведения, как конкуренция, приспособление и компромисс, возможны два варианта: или один из участников в выигрыше, а другой проигрывает, или оба проигрывают, так как идут на уступки друг другу. Только одна стратегия –сотрудничество – приносит выигрыш двум сторонам.

Для более наглядного представления наиболее ярких качеств и моделей поведения в конфликтах, каждую из ситуаций можно представить в виде образов тех или иных животных. Вот ситуации, при которых использование предлагаемых стратегий поведения наиболее уместно.

Приспособление к ситуации («медведь») [3]

- наиболее важная задача –восстановление спокойствия и стабильности, а не разрешение конфликта;
- предмет разногласий более существен для оппонента, чем для вас;
- открывается возможность более сложных проблемных ситуаций по сравнению с той, которая рассматривается сейчас, а пока необходимо упрочить взаимное доверие;
- необходимо признать собственную неправоту;
- утверждение своей точки зрения требует много времени и значительных интеллектуальных усилий;
- вы хотите сохранить мир и добрые отношения с другими людьми;
- вы чувствуете, что важнее сохранить с кем-то хорошие взаимоотношения, чем отстаивать свои интересы;
- вы понимаете, что итог намного важнее для другого человека, чем для вас.

Компромисс («лиса») [3]

- у сторон одинаково убедительные аргументы;

- необходимо время для урегулирования сложных проблем;
- требуется принять срочное решение при дефиците времени;
- сотрудничество и директивное утверждение своей точки зрения не приводят к успеху;
- обе стороны обладают одинаковой властью и имеют взаимоисключающие интересы;
- вас может устроить временное решение;
- удовлетворение вашего желания имеет для вас не слишком большое значение, и вы можете несколько изменить поставленную в начале цель;
- компромисс позволит сохранить взаимоотношения, и вы предпочитаете хоть что-то получить, чем все потерять.

Сотрудничество («сова») [3]

- необходимо найти общее решение, если каждый из подходов к проблеме слишком важен и не допускает компромиссных вариантов;
- основной целью обсуждения является приобретение совместного опыта работы, получение широкой информации;
- необходима интеграция точек зрения и сближение мнений участников конфликтной ситуации;
- представляется важным усиление личностной вовлеченности в деятельность и групповой сплоченности;
- у вас есть время поработать над возникшей проблемой (это хороший подход к разрешению конфликтов на основе перспективных планов);
- вы и ваш оппонент хотите поставить на обсуждение некоторые идеи и потрудиться над выработкой решения.

Игнорирование, избегание («черепаха») [3]

- источник разногласий тривиален и несуществен по сравнению с более важными задачами;
- необходимо время, чтобы восстановить спокойствие и создать условия для трезвой оценки ситуации;

• изучение ситуации и поиск дополнительной информации о природе конфликта представляется более предпочтительными, чем немедленное принятие какого-либо решения;

• предмет спора не имеет отношения к делу, уводит в сторону и при этом является симптомом других, более серьезных проблем;

• подчиненные или коллеги могут сами успешно урегулировать конфликт;

• напряженность слишком велика, вы чувствуете необходимость ее ослабления;

• у вас мало власти для решения проблемы или для ее решения желательным для вас способом;

• пытаться немедленно решить проблему опасно, поскольку открытое ее обсуждение может только ухудшить ситуацию.

Соперничество, конкуренция («акула») [3]

• требуются быстрые и решительные меры в случае непредвиденных и опасных ситуаций;

• целесообразно при решении глобальных проблем, связанных с эффективностью деятельности (при уверенности в своей работе);

• идет взаимодействие с обучаемыми, предпочитающими авторитарный стиль;

• исход очень важен для вас, и вы делаете ставку на собственное решение возникшей проблемы;

• вы обладаете достаточным авторитетом для принятия решения, вполне очевидно, что предлагаемое вами решение наилучшее;

• вы чувствуете, что у вас нет иного выбора и что вам нечего терять.

Рекомендации родителям по общению с подростком в старшем подростковом возрасте:

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям подростка.

2. Демонстрировать модель положительного поведения. Показывайте подростку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нечестных высказываний о своих друзьях или коллегах, строя планы "мести".

3. Быть последовательным в наказаниях подростка, наказывать за конкретные поступки. Четко разделять санкции и наказания.

4. Наказания не должны унижать подростка.

5. Обучать распознанию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.

6. Развивать способность к эмпатии.

7. Расширять поведенческий репертуар подростка.

8. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.

Техники эффективной коммуникации:

1. Техника эмпатического («активного») слушания. Предоставление обратной связи о его чувствах, переживаниях эмоциональных состояниях. Невербальные компоненты: доброжелательная открытая поза, контакт «глаза в глаза» на одном уровне с подростком. Вербальные компоненты: повторение «слова в слово», перефразирование (что подросток хотел сказать?), обозначение эмоционального состояния [21].

2. Техника эффективной похвалы. Критерии эффективной похвалы. Не должна содержать сравнения со сверстниками. Не должна содержать прямой оценки личности подростка. Содержит реалистическое описание действий, его усилий, результатов действий. Похвала должна содержать критерии оценки и создавать возможности для формирования позитивной Я-концепции. Похвала должна содержать описание чувств взрослого [21].

3. Техника введения запретов и ограничений. Содержание запретов и ограничений: - Физическая и личностная безопасность подростка. - Сохранность оборудования. - Постоянство времени и места занятия. Ограничений должно быть немного, они предъявляются в ясной и понятной

словесной форме, имеют тотальный императивный характер и предъявляются безлично [21].

4. Техника «Я - высказывание». Цель «Я–высказывания» - не вежливость и мягкость (но и не грубость), а ясность и прямота.

1). Объективно описать событие (ситуацию) без эмоционально окрашенных выражений и без своего истолкования: «Когда на меня поднимают голос…», а не «Когда ты на меня орешь…» или «Когда ты хочешь меня унизить...»

2). Описать свою реакцию (когда мы говорим «Я», мы находимся на безопасной почве): Эмоциональная реакция: «Я обижена», «Я рассержена», «Я чувствую себя забытой». Описание поведения: «Я ухожу в себя», «Я решаю все делать сам», «Я начинаю кричать на тебя» [21].

5. Высказывать свои пожелания: «Мне хотелось бы…», - не формировать их как требования. Когда мы говорим другим, что они должны сделать что-то, они зачастую противятся этому. Если они не чувствуют свободы выбора [21].

6. Представить, как можно больше альтернативных вариантов.

7. Физическая и личностная безопасность ребенка [21].

Таким образом, при работе по коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций у подростков важен принцип комплексного подхода. Коррекционно-развивающая работа будет эффективной лишь при совместной работе с педагогами и родителями, поэтому для них были составлены психолого-педагогические рекомендации.

Выводы по 3 главе

Для коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте была реализована психолого-педагогическая программа, которая позволит нам осуществить обучение

навыкам самопознания конфликтного состояния, развитие представления о собственной ценности, уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии. Это всё необходимо для того, чтобы, обеспечить участников средствами, позволяющими ему наиболее эффективно вступать в различные виды отношений, решая встающие перед ними каждодневные задачи.

Цель групповых занятий: коррекция деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций через формирование и закрепление социально приемлемых способов удовлетворения собственных потребностей во взаимодействии с окружающими. Задачи групповых занятий: 1. Расширение информации о собственной личности, осознание своих потребностей, анализ и оценка собственного поведения; 2. Отреагирование негативных эмоций и обучения приемам регулирование своего эмоционального состояния; 3. Обучение альтернативным способам поведения, внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов в ситуации, провоцирующих агрессию; 4. Формирование положительных установок в общении со сверстниками.

После реализации психолого-педагогической программы по коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте была проведена повторная диагностика по следующим методикам: опросник «Стратегии поведения в конфликте» (К.Томаса); методика "Личностная агрессивность и конфликтность" (Е.П. Ильин и П.А. Ковалев); методика «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского).

По результатам повторной диагностике видно, что количество старших подростков, выбирающих конструктивные стратегии поведения в преодолении конфликтных ситуаций выросло до 70%, что свидетельствует об эффективности проведенной программы по психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте. При этом в группе испытуемых все же

наблюдались подростки, выбирающие деструктивные стратегии преодоления конфликтных ситуаций. Они составляют 30% испытуемых.

После проведения математической обработки результатов психолого-педагогического исследования нами были составлены рекомендации для родителей и педагогов по коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте.

Заключение

Проводя наше исследование, мы увидели, что конфликты являются неотъемлемой частью нашей жизни. Конфликт как явление существует с момента возникновения Земли. Конфликты существуют не только среди людей, но и во всех сферах живой и неживой природы. Изучение конфликта как явление началось еще в древнее время такими мыслителями как Платон Конфуций, Аристотель и многими другими. Активное изучение конфликта началось с начала 19 века и происходит по сей день. В настоящее время существует пять стратегий поведения в конфликтной ситуации: компромисс, избегание, приспособление, стратегия давления, стратегия окончательного разрешения конфликта.

В жизни подростка конфликт является обычным явлением и служит не только способом реализации себя среди своих сверстников, но также является способом взаимодействия с окружающими людьми. Конфликтность подростков обусловлена спецификой данной возрастного периода. Чтобы ребенок выбирал конструктивные способы разрешения конфликтов ему необходимы внутренние ресурсы. Которыми могут служить любовь и забота близких, доверительная атмосфера внутри семьи, благодаря чему ребенок сможет приобрести новый опыт взаимодействия.

Для организации проведения психолого-педагогической коррекционной программы использовался метод построения «дерева целей». Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу (распределенная по уровням, ранжированная) совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева»). Также была построена модель психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте. Модель состоит из

четырех блоков: теоретического, диагностического, коррекционного, аналитического.

Беря во внимание все вышеперечисленное можно сделать вывод, что наша работа делиться на 3 этапа: поисково-подготовительный, экспериментальный и контрольно-обобщающий.

В нашем исследовании использован комплекс методов и методик:

Теоретические методы: анализ, систематизация, обобщение понятий, моделирование, «дерево целей»;

Психодиагностические методы: опросник «Стратегии поведения в конфликте» (К. Томаса); методика "Личностная агрессивность и конфликтность" (Е. П. Ильин и П. А. Ковалев); методика «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского).

Также дали определение основным теоретическим понятиям, охарактеризовали выборку и проанализировали выбираемы стратегии в конфликтных ситуациях у старших подростков.

По результатам диагностик видно, что почти половина подростков имеют деструктивные стратегии поведения в конфликтах. По тесту-опроснику К. Томасса мы видим, что часть учащихся, а именно 26% (7 учащихся) придерживаются стратегии сотрудничества. Стратегию «компромисс» выбрали 22,2% (6 учащихся). Такой же результат показали ребята, которые выбрали стратегию «уход». «Соперничество» выбрали 14,8% (4 учащихся). В тактике «приспособления» работают 14,8% (4 учащихся).

Полученные нами результаты диагностики по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» показывают, что склонных к вспыльчивому поведению в конфликтных ситуациях в классе находятся 14% (4 ученика). Самые высокие показатели получились у таких стилей поведения как напористость и нетерпимость к мнению других людей – по 37% (по 10 учащихся). А вот самый низкий показатель получил стиль «обидчивость» - всего 7% (2 ученика). Подростков, которые не хотят уступать ни при каких обстоятельствах, которые категорично настаивают на собственной точке

зрения в классе оказалось всего 22% (6 человек). Похожий стиль поведения и у бескомпромиссных подростков, а именно у 11% (3 человека).

Мстительных детей, в классе оказалось 26% (7 детей). А вот подозрительных подростков, в классе всего 19% (5 человек).

Результаты диагностики по методике «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского) показывают следующее: 19% (5 учеников) имеют свойство избегать конфликтные ситуации. Учеников, которые не любят конфликты и стараются тактично решить любую ситуацию, в классе 41% (11 человек). У 12% (3 человека) конфликтность выражена слабо. Выраженную конфликтность показывают 14% (4 ученика). Такие же показатели и у группы с высокой степенью конфликтности. Такие подростки зачастую сами являются инициаторами спора.

По результатам исследования видно, что 14 учащихся (по методике К. Томаса) используют деструктивные стратегии преодоления конфликтных ситуаций. По методике В. Ф. Ряховского у 11 учеников конфликтность выражена слабо, либо имеет высокую степень. В связи с этими показателями мы определяем группу в количестве 14 человек для дальнейшей коррекционной работы. Такие ученики могут становиться инициаторами споров, и скорее всего окружающие отрицательно относятся к данным ученикам.

Для коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте была реализована психолого-педагогическая программа, которая позволит нам осуществить обучение навыкам самопознания конфликтного состояния, развитие представления о собственной ценности, уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии. Это всё необходимо для того, чтобы, обеспечить участников средствами, позволяющими ему наиболее эффективно вступать в различные виды отношений, решая встающие перед ними каждодневные задачи.

Цель групповых занятий: коррекция деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций через формирование и закрепление социально приемлемых способов удовлетворения собственных потребностей во взаимодействии с окружающими. Задачи групповых занятий: 1. Расширение информации о собственной личности, осознание своих потребностей, анализ и оценка собственного поведения; 2. Отреагирование негативных эмоций и обучения приемам регулирование своего эмоционального состояния; 3. Обучение альтернативным способам поведения, внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов в ситуации, провоцирующих агрессию; 4. Формирование положительных установок в общении со сверстниками.

После реализации психолого-педагогической программы по коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте была проведена повторная диагностика по следующим методикам: опросник «Стратегии поведения в конфликте» (К. Томаса); методика "Личностная агрессивность и конфликтность" (Е. П. Ильин и П. А. Ковалев); методика «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского).

По результатам повторной диагностике видно, что количество старших подростков, выбирающих конструктивные стратегии поведения в преодолении конфликтных ситуаций выросло до 70%, что свидетельствует об эффективности проведенной программы по психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте. При этом в группе испытуемых все же наблюдались подростки, выбирающие деструктивные стратегии преодоления конфликтных ситуаций. Они составляют 30% испытуемых.

После проведения математической обработки результатов психолого-педагогического исследования нами были составлены рекомендации для родителей и педагогов по коррекции деструктивных стратегий преодоления конфликтных ситуаций в старшем подростковом возрасте.

Библиографический список

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учебник для студентов вузов. − М.: Академический Проект. – 2010 – 480 с.

2. Алексеев А.В. Посреднические технологии регулирования социальных конфликтов. М.: Академия. – 2015 – 233 с.

3. Андреева А. Психологическая поддержка ребенка. / Воспитание школьников. − 2010 – № 3 – С. 27-30.

4. Андреев В.И. Конфликтология: искусство спора, ведения переговоров, разрешения конфликтов. М.: Владо. – 2012 – 199 с.

5. Анцупов А.Я. О междисциплинарном подходе к изучению конфликта//Современные социальные технологии: Сущность, многообразие форм и внедрение: Материалы международной научно-практической конференции / под ред. А.И.Шипилова. М.: МГУ. – 2015 – 288 с.

6. Анцупов А.Я. Профилактика конфликтов в школьном коллективе. М.: Владос. – 2013 – 199 с.

7. Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Конфликтология: Учебник для вузов. — М.: ЮНИТИ. – 2009 — 551 с.

8. Аракелов Г. Г., Жариков Н. М. Учителям и родителям о психологии подростка. — М.: Просвещение. –2015 — 163 с.

9. Асмолов А.Г. Психология личности. М.: Академия, 2013. 208с.

10. Афонькова В. М. Конфликты в коллективе старшеклассников и пути их преодоления. М.: Академия. – 2015 – 219 с.

11. Бабосов Е.М. Конфликтология. М.:Амалфея. – 2014 – 204 с.

12. Белкин А.С. Конфликтология: наука о гармонии. М.: Академия. – 2015 – 261 с.

13. Божович Л.И. Личность и формирование в детском возрасте. М.: Академия. – 2014 – 382 с.

14. Бородкин Ф.М. Внимание: Конфликт! М.: Наука. 2014 – 207 с.

15. Выготский Л. С. Сборник сочинений: В 6 т. М.: Просвещение. 2013 – Т. 1 – 674 с.

16. Глуханюк Н.С. Практикум по психодиагностике. М.: Академия. – 2013 – 188 с.

17. Гомелаури М.Л. Конфликты в подростковом возрасте и социальные ожидания. СПб: Феникс. – 2016 – 269 с.

18. Гришина Н.В. Психология конфликта. СПб: Питер. – 2013 – 277с.

19. Громова О.Н. Конфликтология. М.: Владос. – 2013 – 291 с.

20. Гусева А.С. Конфликт: Структурный анализ. М.: Академия. – 2016 – 303 с.

21. Данакин Н.С. Конфликты и технология их предупреждения. М.: Академия. – 2015 – 347 с.

22. Драгунова Т.В. Проблема конфликта в подростковом возрасте // Вопросы психологии. – 2016 – №2 – С.21-26.

23. Драгунова Т. В. Психологические особенности подростка. Возрастная и педагогическая психология. — М.: Академия. – 2011 — 356 с.

24. Ершов А.А. Социально-психологические аспекты конфликта. Социальная психология и социальное планирование. СПб: Питер.–2013–217с.

25. Ершов А.А. Социально-психологические аспекты конфликтов. М.: Академия. – 2014 –. 375 с.

26. Зимняя И.А. Педагогическая психология. М.: Логос. – 2014–239с.

27. Иванов В.И. Конфликтология: проблемы становления и развития. М.: Академия. – 2014 – 230 с.

28. Иванов В.Н. Конфликты и конфликтология. М.: Академия. – 2014 – 193 с.

29. Казанская В.Г. Подросток. Трудности взросления. СПб: Питер. – 2016 – 297 с.

30. Калитеевская Е.Р. Пути становления самодетерминации личности в подростковом возрасте //Вопросы психологии. – 2016 – №3 – С. 13-18.

31. Калмыкова Е.С. Внутриличностные противоречия и условия их разрешения. М.: Академия. – 2016 – 313 с.

32. Кичанова И.М. Конфликт: за и против. М.: Наука. – 2013 – 250 с.

33. Ковалев А.Г. Конфликты в коллективе и пути их преодоления. М.: Владос. – 2015 – 266 с.

34. Ковачик П. Предупреждение и разрешение конфликтов. М.: Владос. –2014 – 196 с.

35. Козер Л.А. Функции социального конфликта. М.: Наука. – 2014 – 264 с.

36. Козырев Г.И. Введение в конфликтологию. М.: Академия. – 2015 – 177с.

37. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах. М.: Владос. – 2014 – 351 с.

38. Конюхов Н. И. Словарь-справочник по психологии. — М.: Владос. – 2010 – 438 с.

39. Крайг Г. Психология развития. СПб: Питер. – 2014 – 377 с.

40. Крогиус Н.В. Личность в конфликте. СПб: Сфера. – 2015 – 288 с.

41. Кулагина И.Ю. Мотивация, конфликт и контроль действия // Вопросы психологии. –2016 – № 2 – С. 31-39.

42. Лейн Д. Детская и подростковая психология. СПб: Сфера. – 2014 – 381 с.

43. Левин К. Разрешение социальных конфликтов. СПБ: Речь. – 2012 – 246 с.

44. Леонов Н.И Индивидуальный стиль поведения в конфликтной ситуации. М.: Академия. – 2014 – 271 с.

45. Леонов Н.И. Конфликтология. Воронеж: НПО «МОДЭК». – 2012 – 265 с.

46. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Академия. – 2015 – 261 с.

47. Лисина М. И. Общение детей со взрослыми и сверстниками: общее и различное исследование по проблемам возрастной и педагогической психологии. — М.: Просвещение. – 2013 — 324 с.

48. Новосельцев В. И. Конфликтология: курс лекций / Изд. 2-е, исправленное и дополненное. – Воронеж: Воронежский институт высоких технологий. – 2012 – 294 с

49. Ожегов С. И. Словарь русского языка. М.: Мир и Образование. – 2015 – 734 с.

50. Олпорт Г. Становление личности: избранные труды. М.: Смысл. – 2012 – 361 с.

51. Петровский А.В. Психология. Словарь. М.:Академия.–2014–358с.

52. Ратанова Т.А. Психодиагностические методы изучения личности. М.: Академия. –2015 – 348 с.

53. Реан А.А. Социальная психология. СПб: Сфера. – 2014 – 392 с.

54. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности. М.: Академия. –2014 – 289 с.

55. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога: В 2 кн. — М.: Владос. – 2013 — Кн. . — 384 с.

56. Розин В.М. Психология: теория и практика. М.: Форум-Информ. – 2014 – 389 с.

57. Рояк А.А. Психологический конфликт и особенности индивидуального развития ребенка. М.: Академия. – 2015 – 392 с.

58. Рубин Д. Социальный конфликт. М.: Владос. – 2013 – 285 с.

59. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер. –2013 – 344 с.

60. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. М.: Московский психолого-социальный институт. – 2013 – 228 с.

61. Сорокина А.И. Конфликтность в поведении детей и подростков. Уфа: СПК. – 2014 – 173 с.

62. Столин В.В. Самосознание личности. М.:Академия. – 2013– 366с.

63. Узнадзе Д.Н. Психологические исследования. М.: Наука. – 2015 – 299 с.

64. Фельдштейн Д.И. Психологические особенности развития личности в подростковом возрасте//Вопросы психологии.–2016–№6–С.26-32.

65. Фетискин Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Владос. – 2014 – 391 с.

66. Фопель К.В. Психологические группы. М.: Генезис. – 2015– 188с.

67. Хапаева С.С. Конструктивные и деструктивные последствия конфликтов в отношениях учитель-ученик. М.: Академия. – 2014 – 190 с.

68. Хасан Б.И. Конструктивная психология конфликта. СПб: Питер-Пресс. – 2014 – 294 с.

69. Хухлаева О.В. Психология подростка. М.: Генезис. – 2012 –349 с.

70. Шаповаленко И.В. Возрастная психология. М.: Гардарики. – 2014 – 403 с.

71. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. М: Академия. – 2013 – 462 с.

72. Юнг К.Г. Архетип и символ. М.: Генезис. – 2012 – 451 с.

73. Ядов В.А. О диспозиционной регуляции социального поведения личности. М.: Академия. – 2013 – 367 с.

Приложения

Приложение 1

Методики диагностики деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

Методика «Личностная агрессивность и конфликтность»

Авторы Е. П. Ильин и П. А. Ковалев. Методика предназначена для выявления склонности субъекта к конфликтности и агрессивности как личностных характеристик.

Инструкция

Вам предлагается ряд утверждений. При согласии с утверждением в карте опроса (приводится ниже) в соответствующем квадратике поставьте знак "+" ("да"), при несогласии — знак "-" ("нет").

Текст опросника

1. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
2. В спорах я всегда стараюсь захватить инициативу.
3. Мне чаще всего не воздают должное за мои дела.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не уступлю.
5. Я стараюсь делать все, чтобы избежать напряженности в отношениях.
6. Если по отношению ко мне поступают несправедливо, то я про себя накликаю обидчику всякие несчастья.
7. Я часто злюсь, когда мне возражают.
8. Я думаю, что за моей спиной обо мне говорят плохо.
9. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
10. Мнение, что нападение — лучшая защита, — правильное.
11. Обстоятельства почти всегда благоприятнее складываются для других, чем для меня.
12. Если мне не нравится установленное правило, я стараюсь его не выполнять.
13. Я стараюсь найти такое решение спорного вопроса, которое удовлетворило бы всех.
14. Я считаю, что добро эффективнее мести.
15. Каждый человек имеет право на свое мнение.
16. Я верю в честность намерений большинства людей.
17. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмехаются.
18. В споре я часто перебиваю собеседника, навязывая ему мою точку зрения.
19. Я часто обижаюсь на замечания других, даже если и понимаю, что они справедливы.
20. Если кто-то "корчит" из себя важную персону, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Я предлагаю, как правило, среднюю позицию.
22. Я считаю, что лозунг из мультфильма: "Зуб за зуб, хвост за хвост" справедлив.
23. Если я все обдумал, то я не нуждаюсь в советах других.
24. С людьми, которые со мной любезнее, чем я мог ожидать, я держусь настороженно.
25. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю на это внимания.
26. Я считаю бестактным не давать высказаться в споре другой стороне.
27. Меня обижает отсутствие внимания со стороны окружающих.
28. Я не люблю поддаваться в игре даже с детьми.
29. В споре я стараюсь найти то, что устроит обе стороны.
30. Я уважаю людей, которые не помнят зла.
31. Утверждение: "Ум — хорошо, а два — лучше" — справедливо.

32. Утверждение: "Не обманешь — не проживешь" тоже справедливо.
33. У меня никогда не бывает вспышек гнева.
34. Я могу внимательно и до конца выслушать аргументы спорящего со мной.
35. Я всегда обижаюсь, если среди награжденных за дело, в котором я участвовал, нет меня.
36. Если в очереди кто-то пытается доказать, что он стоит впереди меня, я ему не уступаю.
37. Я стараюсь избегать обострения отношений.
38. Часто я воображаю те наказания, которые могли бы обрушиться на моих обидчиков.
39. Я не считаю, что я глупее других, поэтому их мнение мне не указ.
40. Я осуждаю недоверчивых людей.
41. Я всегда спокойно реагирую на критику, даже если она кажется мне несправедливой.
42. Я всегда убежденно отстаиваю свою правоту.
43. Я не обижаюсь на шутки друзей, даже если они злые.
44. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение важного для всех вопроса.
45. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.
46. Я верю, что за зло можно отплатить добром, и действую в соответствии с этим.
47. Я часто обращаюсь к коллегам, чтобы узнать их мнение.
48. Если меня хвалят, значит, этим людям от меня что-то нужно.
49. В конфликтной ситуации я хорошо владею собой.
50. Мои близкие часто обижаются на меня за то, что в разговоре с ними я им "рта не даю открыть".
51. Меня не трогает, если при похвале за общую работу не упоминается мое имя.
52. Ведя переговоры со старшим по должности, я стараюсь ему не возражать.
53. В решении любой проблемы я предпочитаю "золотую середину".
54. У меня отрицательное отношение к мстительным людям.
55. Я не думаю, что руководитель должен считаться с мнением подчиненных, ведь отвечать за все ему.
56. Я часто боюсь подвохов со стороны других людей.
57. Меня не возмущает, когда люди толкают меня на улице или в транспорте.
58. Когда я разговариваю с кем-то, меня так и подмывает скорее изложить свое мнение.
59. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
60. Я всегда стараюсь выйти из вагона раньше других.
61. Вряд ли можно найти такое решение, которое бы всех удовлетворило.
62. Ни одно оскорбление не должно оставаться безнаказанным.
63. Я не люблю, когда другие лезут ко мне с советами.
64. Я подозреваю, что многие поддерживают со мной знакомство из корысти.
65. Я не умею сдерживаться, когда меня незаслуженно упрекают.
66. При игре в шахматы или настольный теннис я больше люблю атаковать, чем защищаться.
67. У меня вызывают сожаление чрезмерно обидчивые люди.
68. Для меня не имеет большого значения, чья точка зрения в споре окажется правильной — моя или чужая.
69. Компромисс не всегда является лучшим разрешением спора.
70. Я не успокаиваюсь до тех пор, пока не отомщу обидчику.
71. Я считаю, что лучше посоветоваться с другими, чем принимать решение одному.
72. Я сомневаюсь в искренности слов большинства людей.
73. Обычно меня трудно вывести из себя.
74. Если я вижу недостатки у других, я не стесняюсь их критиковать.
75. Я не вижу ничего обидного в том, что мне говорят о моих недостатках.
76. Будь я на базаре продавцом, я не стал бы уступать в цене за свой товар.
77. Пойти на компромисс — значит показать свою слабость.

78. Справедливо ли мнение, что если тебя ударили по одной щеке, то надо подставить и другую?
79. Я не чувствую себя ущемленным, если мнение другого оказывается более правильным.
80. Я никогда не подозреваю людей в нечестности.

Обработка результатов

Для удобства обработки ответов (мнений по утверждениям) целесообразно, чтобы испытуемые свои ответы ("да", "нет") заносили в карту опроса, имеющую следующий вид:

Ответы на вопросы соответствуют 8 шкалам: «вспыльчивость», «наступательность», «обидчивость», «неуступчивость», «компромиссность», «мстительность», «нетерпимость к мнению других», «подозрительность». За каждый ответ «да» или «нет» в соответствии с ключом к каждой шкале начисляется 1 балл. По каждой шкале испытуемые могут набрать от 0 до 10 баллов.

Ключ к расшифровке ответов

Ответы "да" по позициям 1, 9, 17, 65 и ответы "нет" по позициям 25, 33, 41, 49, 57, 73 свидетельствуют о склонности субъекта к вспыльчивости.

Ответы "да" по позициям 2, 10, 18, 42, 50, 58, 66, 74 и ответы "нет" по позициям 26, 34 свидетельствуют о склонности к наступательности, напористости.

Ответы "да" по позициям 3, 11, 19, 27, 35, 59 и ответы "нет" по позициям 43, 51, 67, 75 свидетельствуют о склонности к обидчивости.

Ответы "да" по позициям 4, 12, 20, 28, 36, 60, 76 и ответы "нет" по позициям 44, 52, 68 свидетельствуют о склонности к неуступчивости.

Ответы "да" по позициям 5, 13, 21, 29, 37, 45, 53 и ответы "нет" по позициям 61, 69, 77 свидетельствуют о склонности к бескомпромиссности.

Ответы "да" по позициям 6, 22, 38, 62, 70 и ответы "нет" по позициям 14, 30, 46, 54, 78 свидетельствуют о склонности к мстительности.

Ответы "да" по позициям 7, 23, 39, 55, 63 и ответы "нет" по позициям 15, 31, 47, 71, 79 свидетельствуют о склонности к нетерпимости к мнению других.

Ответы "да" по позициям 8, 24, 32, 48, 56, 64, 72 и ответы "нет" по позициям 16, 40, 80 свидетельствуют о склонности к подозрительности.

Сумма баллов по шкалам "наступательность (напористость)", "неуступчивость" дает суммарный показатель позитивной агрессивности субъекта. Сумма баллов, набранная по шкалам «нетерпимость к мнению других», «мстительность», дает показатель негативной агрессивности субъекта. Сумма баллов по шкалам «бескомпромиссность», «вспыльчивость», «обидчивость», «подозрительность» дает обобщенный показатель конфликтности.

Диагностика конфликтности (Тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»)

Вашему вниманию предлагается тест, позволяющий оценить степень вашей собственной конфликтности.

Тест содержит шкалу, которая будет использована вами для самооценки по 10 парам утверждений. Выполнение его сводится к следующему. Вы оцениваете каждое утверждение левой и правой колонки. При этом отметьте кружочком, на сколько баллов в вас проявляется свойство, представленное в левой колонке. Оценка производится по7-балльной шкале. 7 баллов означает, что оцениваемое свойство проявляется всегда, а 1 балл указывает на то, что это свойство не проявляется вовсе.

1. Рветесь в спор	7654321	Уклоняетесь от спора
2. Свои выводы сопровождаете тоном, не терпящим возражений	7654321	Свои выводы сопровождаете извиняющимся тоном

3. Считаете, что добьетесь своего, если будете рьяно возражать	7654321	Считаете, что если будете возражать, то не добьетесь своего
4. Не обращаете внимания на то, что другие не принимают доводов	7654321	Сожалеете, если видите, что другие не принимают доводов
5. Спорные вопросы обсуждаете в присутствии оппонента	7654321	Рассуждаете о спорных проблемах в отсутствие оппонента
6. Не смущаетесь, если попадаете в напряженную обстановку	7654321	В напряженной обстановке чувствуете себя неловко
7. Считаете, что в споре надо проявлять свой характер	7654321	Считаете, что в споре не нужно демонстрировать свои эмоции
8. Не уступаете в спорах	7654321	Уступаете в спорах
9. Считаете, что люди легко выходят из конфликта	7654321	Считаете, что люди с трудом выходят из конфликта
10. Если взрываетесь, то считаете, что без этого нельзя	7654321	Если взрываетесь, то вскоре ощущаете чувство вины

Оценка результатов

На каждой строке соедините отметки по баллам (отметки кружочками) и постройте свой график. Отклонение от середины (цифра четыре) влево означает склонность к конфликтности, а отклонение вправо будет указывать на склонность к избеганию конфликтов.

Подсчитайте общее количество отмеченных вами баллов. Сумма, равная 70 баллам, указывает на очень высокую степень конфликтности; 60 баллов — на высокую; 50 баллов — на выраженную конфликтность. Число баллов 11-15 указывает на склонность избегать конфликтных ситуаций.

Тест-опросник К. Томаса на поведение в конфликтной ситуации.

Тест К. Томаса позволяет выявить ваш стиль поведения в конфликтной ситуации. Опросник Томаса не только показывает типичную реакцию на конфликт, но и объясняет, насколько она эффективна и целесообразна, а также дает информацию о других способах разрешения конфликтной ситуации. При помощи специальной формулы вы можете просчитать исход конфликта. Тест-опросник К. Томаса на поведение в конфликтной ситуации. (Методика Томаса):

Инструкция: В каждой паре выберите то суждение, которое наиболее точно описывает ваше типичное поведение в конфликтной ситуации.

Стимульный материал (вопросы).

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

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

2 А/ Я стараюсь найти компромиссное решение.

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

3 А/ Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.
Б/ Я стараюсь успокоить другого и стремлюсь, главным образом, сохранить наши отношения.
4 А/ Я стараюсь найти компромиссное решение.
Б/ Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.
5 А/ Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.
Б/ Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
6 А/ Я стараюсь избежать возникновения неприятностей для себя.
Б/ Я стараюсь добиться своего.
7 А/ Я стараюсь отложить решение сложного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.
Б/ Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться чего-то другого.
8 А/ Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.
Б/ Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.
9 А/ Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.
Б/ Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.
10 А/ Я твердо стремлюсь достичь своего.
Б/ Я пытаюсь найти компромиссное решение.
11 А/ Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.
Б/ Я стараюсь успокоить другого и стремлюсь, главным образом, сохранить наши отношения.
12 А/ Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.
Б/ Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет навстречу мне.
13 А/ Я предлагаю среднюю позицию.
Б/ Я пытаюсь убедить другого в преимуществах своей позиции.
14 А/ Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.
Б/ Я пытаюсь показать другому логику и преимущество своих взглядов.
15 А/ Я стараюсь успокоить другого и стремлюсь, главным образом, сохранить наши отношения.
Б/ Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряженности.
16 А/ Я стараюсь не задеть чувства другого.
Б/ Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.
17 А/ Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.
Б/ Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
18 А/ Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.
Б/ Я дам возможность другому в чем-то оставаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.
19 А/ Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.
Б/ Я стараюсь отложить решение сложного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.
20 А/ Я пытаюсь немедленно разрешить наши разногласия.
Б/ Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.
21 А/ Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.
Б/ Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.
22 А/ Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей и той, которая отстаивается другим.
Б/ Я отстаиваю свои желания.
23 А/ Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

Б/ Иногда я предоставляю другим возможность взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.
24 А/ Если позиция другого кажется ему очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.
Б/ Я стараюсь убедить другого в необходимости прийти к компромиссу.
25 А/ Я пытаюсь показать другому логику и преимущество своих взглядов.
Б/ Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.
26 А/ Я предлагаю среднюю позицию.
Б/ Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого.
27 А/ Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.
Б/ Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.
28 А/ Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.
Б/ Улаживая спорную ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого.
29 А/ Я предлагаю среднюю позицию.
Б/ Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.
30 А/ Я стараюсь не задеть чувств другого.
Б/ Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы могли совместно с другим заинтересованным человеком добиться успеха.

Ключ к опроснику

1. Соперничество: ЗА, 6В, 8А, 9В, 10А, 13В, 14В, 16В, 17А, 22В, 25А, 28А.
2. Сотрудничество: 2В, 5А, 8В,11А, 14А, 19А, 20А, 21В, 23В, 26В, 28В, ЗОВ.
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, ЗВ, 4В, 11В, 15А, 16А, 18А, 21 А, 24А, 25В, 27В, 30А.

Обработка и интерпретация результатов теста: Количество баллов, набранных испытуемым по каждой шкале, дает представление о выраженности у него тенденции к проявлению соответствующих форм поведения в конфликтных ситуациях.

Приложение 2

Результаты исследования деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

Таблица 1.

Результаты диагностики по тесту-опроснику К. Томаса «Стратегии поведения в конфликте»

Стратегия	Количество учащихся	Количество учащихся, %
Соперничество	4	14,8
Сотрудничество	7	26
Компромисс	6	22,2
Уход	6	22,2
приспособление	4	14,8

Таблица 2.

Результаты диагностики по методике Е. П. Ильина и П. А. Ковалева "Личностная агрессивность и конфликтность"

Шкалы	Количество учащихся	Количество учащихся, %
Вспыльчивость	4	14
Напористость	10	37
Обидчивость	2	7
Неуступчивость	6	22
Бескомпромиссность	3	11
Мстительность	7	26
Нетерпимость к мнению других	10	37
Подозрительность	5	19

Таблица 3.

Результаты диагностики по методике «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского)

Баллы	Количество учащихся	Количество учащихся, %
Менее 15	5	19
15 – 30	11	41
31 – 50	3	12
51 – 60	4	14
Более 60	4	14

Приложение 3

Программа психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

Коррекционная программа рассчитана на 10 занятий, каждое из которых длится 60 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Каждое занятие необходимо начинать с приветствия и заканчивать подведением итогов.

Описание групповых занятий

Занятие № 1. «Знакомство»

Цель: установление групповых норм. Знакомство. Сбор проблематики.

Правила групповой работы. Время: 5 мин.

1. Искренность в общении. В группе не стоит лицемерить и лгать. Если вы не готовы быть искренним в обсуждении какого-то вопроса - лучше промолчать.

2. Обязательное участие в работе группы в течение всего времени. Ваше отсутствие может привести к нарушению внутригрупповых отношений, к тому, что у других не будет возможности услышать ваше мнение по обсуждаемому вопросу.

3. Невынесение обсуждаемых проблем за пределы группы. Все что говорится здесь, должно остаться между нами. Это - одно из этических оснований нашей работы. Не стоит обсуждать чьи-то, проблемы с людьми, не участвующими в тренинге, а также с членами группы вне тренинга. Лучше это делать непосредственно на занятии.

4. Право каждого члена группы сказать «стоп» - прекратить обсуждение его проблем. Если вы чувствуете, что еще не готовы быть искренними в обсуждении

вопросов, касающихся лично вас, или понимаете, что-то или иное упражнение может нанести вам психологическую травму - воспользуйтесь этим принципом.

5. Каждый участник говорит за себя, от своего имени. Не стоит уходить от обсуждения и допускать рассуждения типа: «все так думают», «большинство так считают». Попытайтесь строить свои рассуждения примерно так: «я думаю...», «я чувствую...», «мне кажется...».

6. Не критиковать и признавать право каждого на высказывание своего мнения. Нас достаточно критикуют и оценивают в жизни. Давайте в группе учиться понимать других, чувствовать, что человек хотел сказать, какой смысл вложил в высказывание.

7. Общение между всеми участниками и ведущим - на «ты». Этот принцип создает в группе обстановку, отличную от той, что существует за ее пределами. Это будет трудно, потому что мы привыкли к определенной иерархичности в отношениях.

8. Правило «0:0». Участники не должны опаздывать на занятия. Введение санкций за опоздание: прочитать стихотворение, спеть, рассказать анекдот и другие.

Процедура знакомства. Время: 5 мин. Руководитель группы представляется и просит по кругу назваться остальных членов группы, при этом участники могут выбрать тот вариант имени, которым они хотели бы называться в группе.

Сбор проблематики. Время:20 мин. Для того чтобы получить первоначальное представление об ограничениях, затруднениях и проблемах, возможно обсуждение по трем основным направлениям:

а) что не нравится и что нравится в жизни;

б) что не нравится и что нравится дома;

в) что не нравится и что нравится в институте, в школе.

Обсуждение проводится отдельно по каждому направлению. Здесь следует стремиться к тому, чтобы высказался каждый член группы. Очень важно соблюдать последовательность обсуждения: вначале негативный опыт, а затем позитивный. Обсуждение этого опыта дает возможность рассказать о собственных переживаниях, с одной стороны, и отреагировать негативные эмоции, с другой. Обсуждение позитивного опыта часто приводит к осознанию, что не все так плохо, что есть люди, на которых можно положиться, которые могут оказать поддержку, понимают и любят.

Упражнение № 1. «Вам послание». Время:5 мин.

Оборудование: мягкая игрушка или мяч.

Процедура проведения: упражнение выполняется в круге. Каждому участнику предлагается назвать имя сидящего слева от него и сказать, например: «Оля, я думаю, что ты…..», передавая при этом игрушку (мяч). Тот передает сообщение дальше по часовой стрелке.

Упражнение № 2.«Интервью». Время: 20 мин.

Оборудование: листы бумаги (по количеству участников), пишущие принадлежности.

Процедура проведения: участникам игры предлагается выбрать из всех присутствующих того человека, с которым они меньше всего знакомы. Разбившись, таким образом, на пары можно приступать к игре, суть которой заключается в составлении биографии своего напарника и нарисовать его портрет. Ведущий определяет продолжительность интервью (10 мин.) за которое каждый участник должен побывать как в роли репортера, так и в роли интервьюируемого. После этого, собравшись все вместе, участники рассказывают все то, что им удалось выяснить о своем напарнике в ходе интервью. Вопросы для обсуждения: - легко ли было составлять биографию напарника? - с какими трудностями столкнулись при её составлении? - что больше нравиться: быть интервирующим или же рассказчиком?

Упражнение № 3 «Мы похожи, мы отличаемся». Время: 15 мин.

Оборудование: листы бумаги (по количеству участников), пишущие принадлежности.

Процедура проведения: Участники разбиваются на пары. В течение 5-х минут каждой паре необходимо найти у себя 10 сходных и 10 отличных качеств. Причем оценивать могут внешность, события и личностные качества. Затем поочередно каждая пара рассказывает группе о своих наблюдениях. Далее обсуждение по кругу: «что было труднее найти - сходство или отличия?».

Упражнение № 4 «Индивидуальность». Время:15 мин.

Процедура проведения: Игра, с помощью которой можно лучше узнать друг друга. Называется ситуация, на которую участникам, проигрывая, следует ответить. Варианты высказываний: - тот у кого есть брат, должен щёлкнуть пальцами. - у кого голубые глаза - трижды подмигните; - чей рост больше 1м 70см, пусть крикнет «КингКонг»; - чей рост меньше 1м 80см, пусть крикнет «Ура»; - тот, кто сегодня утром съел вкусный завтрак, пусть погладит себя по животу; - кто родился в мае, пусть возьмет за руку одного члена группы и потанцует с ним; - кто любит собак, должен пролаять; - любящие кошек, скажут «Мяу!»; - те, у кого есть красные детали одежды, получают особое задание: они должны сказать соседу справа, что он сегодня замечательно выглядит, причём в разных формах; - у кого есть замужняя сестра, пусть скажет соседу слева, что это и тебе советую; - кто пьет кофе с сахаром и молоком, встаньте по росту; - кто хоть раз в жизни курил, должен крикнуть: «Я это одабриваю!»; - пусть единственный ребенок своих родителей поднимется на стул; - кто рад, что попал в эту группу, громко скажет «А!»; - кто считает себя любознательным человеком, пусть поменяется местами с тем, кто думает так же; - кто изредка мечтал стать невидимым, спрячется за одного из участников; - тот, кто умеет играть на каком-нибудь музыкальном инструменте, пусть покажет, как это делается; - те, у кого с собой есть шоколадка, жвачка или конфета, трижды громко чмокнете; - кто порой злоупотребляет алкоголем, должен обойти, пошатываясь, вокруг своего стула.

Выходная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - чего вы узнали нового о своих товарищах? Ритуал прощания: участникам предлагается при помощи фразы: «Спасибо тебе за то, что…» обратится к участнику сидящему, слева от него. Тот - следующему и так по часовой стрелке до завершения круга. Затем ведущий просит участников сказать дружно всем вместе – «До свидания!».

Занятие № 2. «Каков я на самом деле?»

Цель: продолжить знакомство с участниками. Создать положительную мотивацию к предстоящим занятиям. Закрепить навыки самоанализа, способность к более глубокому самораскрытию, которое ведёт к изменению себя.

Ритуал приветствия: Участники сидят в кругу. «Начнём сегодняшний день так: встанем, (психолог встаёт, побуждая к тому же всех участников группы) и поздороваемся, причём это надо сделать с каждым, никого не пропуская».

Входная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнения № 1. «Счёт до десяти» Время:10 мин.

Цель: осуществлять эмоциональный разогрев.

Процедура проведения: все становятся в круг, не касаясь друг друга плечами и локтями. По сигналу «начали» следует закрыть глаза, опустив свои носы вниз и сосчитать до десяти. Хитрость состоит в том, что считать надо по очереди. Кто-то скажет «один», другой – «два», третий – «три» и т.д. Однако в игре есть одно правило: цифру должен произнести только один человек. Если два голоса одновременно скажут, например, «четыре», счёт начинается сначала. «Всё ясно? Начали? У вас есть десять попыток. Если вы доведёте счёт до десяти и не собьётесь, считайте себя волшебниками, а свою группу – необыкновенно согласованной. После каждой неудавшейся попытки, вы можете открыть глаза и посмотреть друг на друга, но без переговоров. Попробуйте понять друг друга, но без переговоров».

Упражнения № 2. «Каков я человек?» Время:30 мин.

Цель: предоставление возможности исследования своего характера, способности к самопознанию.

Оборудование: листы бумаги и ручки.

Процедура проведения: «человек часто задаёт вопросы, но в основном другим. Эти вопросы могут быть о чём угодно, только не о себе. Сейчас мы с вами попытаемся ответить на вопрос: какой я человек? Возьмите лист бумаги и ответьте на предлагаемые вопросы: - мой жизненный путь: каковы мои основные успехи и неудачи? С чем это связано? - влияние семьи: как на меня влияют мои родители, братья и сёстры, другие близкие? Возможно, ли что-то изменить? И хотелось бы? - моё мнение о том, как видят меня другие? Ваши ответы должны быть предельно откровенными, так, как, кроме вас, их никто не увидит. Только с вашего разрешения с этими ответами ознакомлюсь я. В конце занятия у вас накопятся ответы на этот простой и одновременно такой сложный вопрос: какой я человек? Эти ответы помогут вам лучше разобраться в себе.

Упражнения № 3. «Мой портрет в лучах солнца» Время:15 мин.

Цель: актуализация знаний о себе.

Оборудование: листы бумаги и ручки.

Процедура проведения: всем задаётся вопрос: «Почему человек заслуживает уважения?». Идёт обсуждение. Далее даётся задание: «Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите своё имя и нарисуйте свой портрет. Затем, вдоль лучей напишите все свои достоинства, всё хорошее, что знаете о себе. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей. Это будет ваш ответ на вопрос: Почему я заслуживаю уважения?».

Упражнения № 4. «Ловим комаров» Время:10 мин.

Цель: осуществить эмоциональную разгрузку.

Процедура проведения: «давайте представим, что наступило лето, я открыл форточку и к нам в аудиторию (группу) налетело много комаров. По команде «начали», вы будете ловить комаров вот так!». Психолог в медленном или среднем темпе делает хаотичные движения в воздухе, сжима и разжимая при этом кулаки. То поочерёдно, то одновременно. «Каждый участник ловит комаров в своём темпе и в своём ритме, не задевая тех, кто сидит рядом». По команде «стоп», участники заканчивают выполнение упражнения.

Выходная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Ритуал прощания: Участники встают в круг, кладут при этом свои руки на плечи соседа справа и слева. По счёту психолога «один, два, три» говорят все дружно «До свидания!».

Занятие № 3. «Агрессивность».

Цель: осознание и оценка собственного нежелательного поведения и его влияния на окружающих людей.

Ритуал приветствия: Психолог говорит участникам: «сейчас каждый по очереди будет вставать в центр, поворачиваться лицом к группе и здороваться со всем любым способом. Мы же все вместе будет повторять каждое предложенное приветствие».

Входная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение № 1. «Передай иначе». Время: 10 мин.

Цель: осуществить эмоциональный разогрев участников и настроить их на предстоящую работу.

Оборудование: мяч.

Процедура проведения: участники садятся в круг. Ведущий даёт первому участнику (справа или слева от него) мяч. Задание заключается в передаче мяча, таким образом, чтобы способ передачи его от участника к участнику ни разу не повторялся. Для

тех, кто никак не может придумать оригинальный, ещё не использованный в игре способ передачи мяча, команда придумывает смешные штрафные санкции.

Упражнение № 2. Работа с «сердитым журналом». Время:40 мин. (20 мин. на работу, 20 мин. на обсуждение).

Цель: осознание и оценка собственного агрессивного поведения, его основных проявлений, целей и последствий.

Оборудование: листы бумаги и ручки.

Процедура проведения: участники тренинга работают индивидуально с так называемым «сердитым журналом», в качестве которого можно использовать тетрадь или стандартные листы бумаги. Им предлагают вспомнить ситуации, в которых они вели себя агрессивно и проанализировать их по следующей схеме: Описание Ситуации Насколько был рассержен (по 5-тибалльной шкале) «Горячительные» мысли (о чем думал) Что реально сказал Чего хотел добиться Последствия Ближайшие Отсроченные После выполнения индивидуальной работы проводится общегрупповая дискуссия об основных причинах, целях и последствиях агрессивного поведения. Желающие могут зачитать свои записи. В ходе дискуссии ведущий подводит подростков к пониманию того, что лежит в основе агрессивного поведения и каким последствиям оно может приводить. Он может предложить для обсуждения заранее заготовленную таблицу или же таблица заполняется вместе с участниками в ходе обсуждения. Итог обсуждения – активизация потребности участников в поиске, выборе и принятии решения об изменении собственного нежелательного поведения. Основные причины и последствия агрессивного поведения (результаты групповой дискуссии) Внутренние (истинные) причины Цели (желания) Расплата Постоянный поиск подтверждения собственной значимости. Неуверенность в себе. Власть (доминирование над другими). Избегание доминирования над собой кого-либо или чего-либо. Победа в споре. Мщение Защита и восстановление нарушенных прав. Здоровье, энергия, активность (в результате – вялость, апатия, усталость). Отношение с людьми (потеря любви, дружбы, уважения). Ощущение полноты жизни (отсутствие радости, счастья, опустошенность) .

Упражнение № 3. «Глаза в глаза». Время: 20 мин.

Цель: формирование способности к эмпатическому пониманию и принятию индивидуальности других.

Процедура проведения: участники группы хаотически передвигаются по комнате: встречаясь, останавливаются, смотрят друг другу в глаза. Инструкция ведущего: посмотри на человека, стоящего перед тобой. Посмотри ему в глаза, постарайся понять, что у него на душе. Ему светло, спокойно? Или его что-то тревожит? Он напряжен? Отчего? Чего он боится? Перед вами человек. Он такой же, как и вы. Он так же, как вы, хочет быть счастливым, так же бывает одинок. Он часто ошибается, говорит и делает глупости, страдает от этого. Ему бывает трудно. Посмотри ему в глаза и скажи: «Я – это я, ты – это ты. Ты пришел в этот мир не для того, чтобы соответствовать моим ожиданиям. Я признаю твое право быть самим собой, а не таким, каким я хочу тебя видеть». После выполнения упражнения проводится общее обсуждение. Участники делятся своими впечатлениями и переживаниями.

Упражнение № 4. «Фигура». Время: 15 мин.

Цель: эмоциональная разрядка, развитие способности к взаимопониманию, формирование групповой сплоченности.

Процедура проведения: ведущий предлагает участникам тренинга с закрытыми глазами построиться, взявшись за руки, таким образом, чтобы получилась определенная фигура (круг, квадрат, треугольник).

Выходная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Ритуал прощания: Участники встают в круг. По команде психолога «начали», участники подходят друг к другу, пожимая двумя руками руку участника, говорят - «До свидания! Мы ещё встретимся!».

Занятие № 4. «Калейдоскоп чувств»

Цель: отреагирование негативных эмоций и обучение приемам регулирования эмоционального состояния.

Ритуал приветствия: Психолог предлагает участникам по кругу проговорить справа сидящему человеку «здравствуй, мне приятно тебе сказать, что…».

Входная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение № 1. «Калейдоскоп». Время: 5 мин.

Цель: эмоциональный разогрев, осознание внутренних и внешних проявлений эмоциональных переживаний.

Процедура проведения: ведущий просит каждого участника представить себя какой-нибудь одной частью тела – рукой или головой. Затем он называет эмоцию или чувство, а участники должны выразить их от имени той части тела, которую они выбрали. После выполнения упражнения участники делятся своими наблюдениями, - чем и какие эмоции было передавать легче?

Упражнение 2. «Мой гнев». Время: 40 мин (первый этап – 15 мин, второй – 25 мин).

Цель: вывести участников на осознаваемый уровень проявления своего гнева, показать его природу и особенности; способствует отреагирование негативных эмоций.

Процедура проведения: на первом этапе для настроя на работу с внутренними образами и ощущениями проводится небольшая тренировка. Инструкция: «Закройте глаза, примите удобную для вас позу, расслабьтесь, почувствуйте, как ваше тело тяжелеет, и теплая волна расслабления растекается по вашим мышцам. Сейчас я буду предлагать вам кое-что представить, услышать, ощутить. Не старайтесь и не заставляйте себя сделать это, просто позвольте себе наблюдать за собой. Вообразите красивую розу…звон колокольчика…вкус клубники… пушистую кошку… звук дождя… запах апельсина… лезвия бритвы… гудок поезда… морскую волну. Представили? А сейчас на счет «три» вы откроете глаза и окажетесь в комнате. Раз, два, три». Участники открывают глаза и обсуждают в парах полученный опыт. На втором этапе происходит расслабление и погружение в переживание собственных негативных эмоций. Ведущий: «Вспомните одну из последних ситуаций, которая вызвала у вас сильное чувство гнева. Вспомните обстановку и людей, окружающих вас. Как и где зарождался ваш гнев? Где он находился? Какого он цвета? Имеет ли форму, если да, то какую? Из какого материала состоит? Легкий он или тяжелый, мягкий или упругий, холодный или горячий? Есть ли у него запах, вкус? Какой звук у вашего гнева? Изменился ли он, пока вы его рассматривали? Какой он сейчас?». Ведущий предлагает участникам поделиться своими переживаниями.

Упражнение №3. «Я рисую свой гнев». Время: 40 мин.

Цель: выявление индивидуальных особенностей собственного гнева, отреагирование негативных эмоций.

Оборудование: листы бумаги, цветные карандаши или фломастеры.

Процедура проведения: психолог предлагает участникам тренинга нарисовать свой гнев таким, каким они его увидели и почувствовали (в ходе выполнения предыдущего упражнения). После выполнения задания происходит обмен переживаниями. Рисунки нельзя интерпретировать, можно только задавать вопросы типа: что ты чувствовал, когда рисовал это? Что ты хотел передать этим цветом, формой? Рисунки можно навесить на стенд, чтобы предоставить возможность убедиться в том, что каждый человек неповторим и уникален, как уникальны и разнообразны переживания одной и той же эмоции у разных людей.

Упражнение №4. Дыхательная гимнастика. Время: 15 мин.

Цель: продемонстрировать эффективность техники снятие напряжения, регуляция собственного эмоционального состояния.

Процедура проведения: участникам предлагается выполнить сведущие дыхательные упражнения (можно выполнять в любой позе: сидя, стоя, лежа): На счет 1- 2-3-4-5- делаем вдох; На счет 1-2-3-4-5-6-7- глубокий выдох. Повторите 3-5 раз. На счет 1-2-3-4-5-6-7- делаем вдох; На сч 118 черту. Остальные должны угадать, что он хотел сказать. Угадавший занимает его место и выполняет тоже самое задание.

Занятие № 5. «Познание своего Я»

Цель: расширение информации о собственной личности и проблеме агрессивного поведения.

Ритуал приветствия: Психолог просит участников встать в круг. Затем положить руки друг другу на плечи и приветливо посмотреть друг на друга.

Входная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение № 1. «Угадай какой я!» Время: 10 мин.

Цель: эмоциональный разогрев, включение участников тренинга в групповой процесс.

Процедура проведения: один человек выходит на середину круга. Его задача – одним жестом передать своё настроение, особенности характера или какую-нибудь черту. Остальные должны угадать, что он хотел сказать. Угадавший занимает его место и выполняет тоже самое задание.

Упражнение № 2.«Я – индивидуальность». Время: 30 мин.

Цель: актуализация «Я - мотиваций», усиление диагностических процессов мотиваций, активизация процессов мотивации и волевой регуляции.

Процедура проведения: процедура упражнения направленность обсуждения те же, что в упражнении № 2 предыдущего занятия. Предлагаемые серии. Серия 1. Я никогда не… Серия 2. Я хочу, но, наверное, не смогу… Серия 3. Если я действительно захочу, то…

Упражнение № 3. «Я - агрессивный». Время: 40 мин.

Цель: обучение распознавание основных типов ситуаций, провоцирующих агрессивное поведение.

Оборудование: доска для записей.

Процедура проведения: психолог предлагает участникам поделиться воспоминаниями о ситуациях, в которых они вели себя агрессивно. Участники высказываются по кругу. Затем идет общее обсуждение, делается вывод, который записывается на доске. Участники читают его и добавляют, если что-то упущено. Если обозначение ситуаций вызывает затруднение у участников тренинга, то психолог предлагает их сам: нарушение прав, реагирование на требования, реагирование на агрессию и т. д.

Упражнение № 4. «Импульс». Время: 10 мин.

Цель: способствует эмоциональной разрядке, формированию чувства общности с группой.

Процедура проведения: участники группы образуют круг, держась за руки. Ведущий задает определенный ритм, сжимая ладонь своего соседа, и все участники передают его по «цепочке». Импульс должен обязательно вернуться к ведущему. По мере прохождения по кругу возможно искажение переданной ведущим «информации». Если это произошло, то задание выполняется заново.

Выходная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Ритуал прощания: Участники встают в круг. По команде психолога «начали», участники подходят друг к другу, пожимая руку, говорят - «До свидания! До скорых встреч!».

Занятие № 6. «Работа с обидами»

Цель: раскрыть сущность природы обид и обучить тому, как справляться с ними.

Ритуал приветствия: Участники, взявшись за руки, говорят все вместе дружно – «Здравствуйте!».

Входная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнения № 1. «Антоним» Время:5 мин.

Цель: осуществлять эмоциональный разогрев.

Оборудование: мяч.

Процедура проведения: «сейчас мы будем бросать друг другу мяч, называя при этом какое-нибудь состояние или чувство, а, поймав брошенный нам мяч, будем называть антоним к нему – противоположное состояние или чувство. Например: я бросаю мяч Тане и говорю – «грустный». Таня, поймав мяч, называет антоним – «весёлый», затем бросает мяч кому-то ещё и называют своё чувство или состояние. Постарайтесь быть внимательными и не бросать мяч кому-либо повторно, пока мяч не побывает у всех».

Упражнения № 2. «Детские обиды» Время:15 мин.

Цель: изучить и проанализировать источники возникновения обид.

Оборудование: листы бумаги, ручки, карандаши.

Процедура проведения: «вспомните случай из детства, когда вы почувствовали сильную обиду. Вспомните свои переживания и нарисуйте, либо, опишите их в любой (конкретной или абстрактной) манере. Как вы сейчас относитесь к этой обиде (нарисуйте или опишите)? Желающие рассказать о том, что они вспомнили (показывают рисунки, зачитывают описания) «тогда» и «сейчас». Ваш личный опыт помогает вам справляться с обидами? И как?». Обсуждение: - что такое обида? - как долго сохраняются обиды? - справедливые и несправедливые обиды и т.д.

Упражнения № 3. «Футболка с надписью» Время:15 мин.

Цель: формирование адекватной самооценки.

Оборудование: листы бумаги и ручки.

Процедура проведения: «изобразите и закрепите «надпись на футболке» для себя и для другого человека, любого какого захотите». Обсуждение: - какую «футболку» - для себя и для других – было делать труднее и интереснее? И почему? - другие люди и я, из-за чего возникают трения? Непреднамеренные и преднамеренные обиды.

Упражнения № 4. «Обиженный человек» Время:15 мин.

Цель: анализ собственного поведения и поступков окружающих людей.

Процедура проведения: «закончите предложение: я обижаюсь, когда…. Нарисуйте выражение лица обиженного человека. Подумайте и запишите или нарисуйте, как реагируют на обиду уверенные и неуверенные люди».

Упражнения № 5. «Копилка обид» Время:15 мин.

Цель: обучение позитивным способам преодоления обид.

Оборудование: листы бумаги, ручки, карандаши.

Процедура проведения: участникам предлагается нарисовать или описать «копилку» и поместить в неё все обиды, которые они пережили до сегодняшнего дня. После этого проводиться обсуждение на тему: что делать с этой копилкой. Психолог рассказывает о бесплодности накопленных обид, о жалости к самому себе как одной из самых плохих привычек. Все решают, что можно сделать с копилкой. Психолог поддерживает предложения разорвать её и предлагает действительно сделать это. Ещё раз подчёркивается, что умение выразить обиду, досаду важно для самого себя. Реванш, месть не решают проблему. Поддерживаются предложения типа: записывать обиду, а потом рвать записку, мысленно отправлять обиду в небо, или пускать по ветру, воде, следя, как

по мере удаления она становится всё меньше и меньше. Обсуждение: - что делать с «текущими» обидами? - как в дальнейшем относиться к обидчику? - как прощать обиды.

Выходная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии? Ритуал прощания: Участники встают в круг, взявшись за талию соседа, справа и слева по счёту психолога «один, два, три» говорят все дружно «До свидания!».

Занятие № 7. «Правильные поступки!»

Цель: переоценка жизненных поступков путём поиска альтернативных способов выхода из ситуаций, провоцирующих агрессию.

Ритуал приветствия: Участники сидят в кругу. Каждый начинает с приветствия обращённого к соседу справа: «Привет! Ты сегодня замечательно выглядишь». И так по кругу, пока все не скажут.

Входная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение № 1 «Сиамские близнецы» Время:10 мин.

Цель: создание благоприятной эмоциональной атмосферы для дальнейшей работы с агрессивным поведением в парах.

Процедура проведения: ведущий говорит следующее: «выберите партнера. Представьте себе, что вы и ваш партнер – одно целое, что вы, как сиамские близнецы, приросли бок к боку. Крепко обнимите партнера за талию одной рукой и считайте, что этой руки у вас нет. Есть только по одной руке на каждого. Ходить – сложно. Ноги тоже частично срослись, так что приходится шагать как одному существу – сначала шаг двумя сросшимися ногами, потом единый шаг двумя «боковыми» ногами. Пройдитесь по комнате, привыкайте друг к другу. Попробуйте позавтракать. Садитесь за стол. Перед вами воображаемый завтрак: тарелка сосисок с капустой, стакан кофе, булочка. Помните, что на двоих у вас – две руки. В одну руку берите нож, в другую – вилку. Режьте и ешьте, кладите кусочки в каждый рот по очереди. Потом напейтесь кофе с булочкой».

Упражнение № 2. «Эпизод из жизни». Время:20 мин.

Цель: проигрывание и переоценка жизненных ситуаций, в которых участники находились в агрессивном состоянии.

Процедура проведения: ведущий просит участников разделиться на пары и вспомнить какую-нибудь историю из своей жизни, в которой они чувствовали раздражение и агрессию. Сначала участники придумывают истории, затем в парах репетируют, причём каждый из них должен вспомнить и проиграть свою историю. Затем производится инсценировка пережитых воспоминаний в паре, остальные участники группы наблюдают за их действиями. Главной особенностью этого упражнения является то, что здесь участники не только заново переживают события прошлого, но и переоценивая (перепроигрывая) их, разрешают ситуации не так как они произошли, а наиболее конструктивным способом. После проигрывания историй идёт обсуждение по кругу: почему вы выбрали именно эту историю? Трудно ли вам её было проигрывать? Что вы чувствуете после вашей исценировки?

Упражнение № 3. «Ситуация в автобусе». Время:20 мин.

Цель: проигрывание ситуаций провоцирующих проявление агрессивного поведения.

Процедура проведения: работа осуществляется в парах или с участием нескольких человек (3-4). Участникам даётся следующее задание: «Представьте, что вы едете в автобусе. Вы нечаянно наступили кому-то на ногу, незаметлив этого. Человек, которому наступили, начел на вас громко кричать. Что вы сможете сделать в данной ситуации? Обдумайте и проиграйте это, причём по очереди, с целью того, чтобы другие могли наблюдать за происходящим. В выполнении задания должен принять участие каждый из вас». Помимо заданной ситуации, могут быть и другие, которые даются отдельно каждой

паре. Примерные ситуации: - кондуктор на вас кричит, из-за того, что вы подали на билет крупную деньгу, которую она якобы разменять не может. Обвиняет вас в неправильности ваших действий. - вы не уступили место женщине (мужчине) в автобусе. Она на вас начинает кричать и обзывать различными нехорошими словами. Как вы отреагируете на это? - вы нечаянно ударил кого-то в автобусе. Этот человек начел вас ругать за сделанное. Как вы поступите, чтобы уладит назревающий конфликт? -вы громко разговариваете в автобусе и вам сделали замечание. Как вы на него отреагируете? -на вас накричал кондуктор, который упрекнул вас в том, что вы стоите в проходе и мешаете ему и пассажирам, заходящим в автобус. Ваши дальнейшие действия? После проигрывания ситуаций идёт обсуждение по кругу: испытывали ли вы трудности при том, как вам поступить? Какое желание возникало при проигрывании ситуаций? Что вы сейчас чувствуете? Как вы думаете, проигранное сегодня может, както помочь вам в будущем?

Упражнение № 4. «Преодоление». Время:20 мин.

Цель: составление плана действий в ситуациях усложняющих жизнь в достижении желаний.

Процедура проведения: ведущий настраивает участников на работу следующими словами – «Жизнь – это борьба. Эту формулу вы, безусловно, слышали много раз. С ней можно не соглашаться, спорить. Действительно, лучше жить в мире в согласии с собой и окружающими. Но жизнь часто ставит перед нами серьезные проблемы, создаёт препятствие, которое можно преодолевать. Именно это в значительной мере стимулирует рост и развитие личности. Вспомните о тех препятствиях, которые вам пришлось преодолевать за последнее время. Разделитесь на пары или группы (3-4 человека), чтобы проиграть ту или иную ситуацию из жизни, раскрывающую именно это преодоление. Покажите её другим, причём это необходимо сделать так, чтобы в вашей инсценировке были ярко видны все этапы преодоления трудностей. Присутствует ли там агрессия? Как поступить правильнее всего? Что делать, когда возникают трудности? Ответы на эти вопросы помогут вам составить алгоритм ваших действий в ситуации возникновения трудностей. Это не плохой опыт и для присутвующим здесь участников при возникновении таких же придуманных и поигранных здесь ситуаций».

Выходная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - какой опыт вы сегодня приобрели? - как вы думаете для чего мы проигрываем жизненные ситуации?

Ритуал прощания: участникам предлагается при помощи фразы: «Спасибо тебе за то, что…» обратится к участнику сидящему, слева от него. Тот - следующему и так по часовой стрелке до завершения круга. Затем все хором – «До свидания!».

Занятие № 8. «Мои сильные стороны».

Цель: Совместный поиск и обучение альтернативным способам поведения и эмоционального реагирования в ситуациях, провоцирующих агрессию.

Ритуал приветствия: Психолог просит участников встать в круг. Затем положить руки друг другу на плечи и приветливо посмотреть друг на друга.

Входная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение № 1. «Пойми меня». Время: 10 мин.

Цель: эмоциональный разогрев, развитие способности к взаимопониманию, формирование групповой сплоченности.

Процедура проведения: участники сидят в кругу. Ведущий называет любое число (максимальное число равно количеству участников группы). Не сговариваясь, должно встать то количество человек, какое было названо ведущим. После выполнения упражнения проводится обсуждение: что мешало или помогало участникам выполнить задание ведущего.

Упражнение № 2. «Репетиция поведения». Время:1 час.

Цель: обучение альтернативным способам поведения и эмоционального реагирования в ситуациях провоцирующих агрессию.

Процедура проведения: участникам тренинга предлагается разбиться на пары и инсценировать предложенные им ситуации в двух вариантах: используя привычные, нежелательные формы поведения и альтернативные им способы. Ситуации предлагаются ведущим, возможно включение ситуаций, обсуждаемых на предыдущих занятиях. После проведения упражнения проводится обсуждение: какие были использованы альтернативные поведенческие стратегии, способы эмоциональной саморегуляции (отстранение от ситуации, юмор, расслабление и др.); в чем преимущество альтернативных способов поведения в ситуациях, провоцирующих агрессию. Необходимо подвести участников к осознанию расширения собственных возможностей в социальной жизни в связи с отказом от агрессивных форм поведения.

Упражнение № 3. «Сад моей души». Время проведения: 30 мин.

Цель: осознание собственной ценности и значимости вне зависимости от внешних ситуаций, обучение технике эмоционального напряжения и восстановления гармоничного состояния.

Процедура проведения: ведущий: «Примите удобную для вас позу, закройте глаза, расслабьтесь, почувствуйте, как ваше тело тяжелеет, и теплая волна расслабления растекается по вашим мышцам. Сейчас я буду предлагать вам коечто представить, услышать, ощутить. Не старайтесь и не заставляйте себя сделать это, просто позвольте себе понаблюдать за собой, своими ощущениями и переживаниями. Перед вами из темноты появляются красивые резные ворота. Вы протягиваете руку и открываете их. За ними виден прекрасный сад. Вы идете по дорожке и любуетесь яркими цветами, шелковистой изумрудной травой, слышите шелест листьев и пение птиц. Ветер доносит до вас аромат цветов и свежесть утреннего воздуха. Вас наполняет ощущение легкости и свободы. Вы гуляете по дорожкам и вот впереди замечаете необычное сияние. Чем ближе вы подходите, тем яснее проявляются контуры прекрасного цветка. Вас тянет к нему, вы чувствуете что-то близкое и родное. Подойдите и всмотритесь в него. Он неповторим и единственен, он прекрасен. Поговорите с ним, скажите ему то, что вы испытываете. Попытайтесь взглянуть на мир так, как его видит этот цветок, узнайте, что он чувствует, что думает, как ему в этом мире. Раз, два, три. Сейчас вы опять – это вы. Что вы сейчас испытываете к миру, к этому цветку? Скажите об этом. А теперь попрощайтесь с цветком и возвращайтесь к воротам. Оглянитесь. Этот сад – сад вашей души, и вы в любой ситуации можете получить поддержку, вспомнив это место, вернувшись сюда». После упражнения дети делятся впечатлениями, обсуждают, что каждый человек неповторим, а потому интересен, и ему не надо это доказывать. Ведь в каждом есть многое, что достойно уважения и признания, просто не каждый сумел в себе это найти.

Упражнение № 4. «Мои сильные стороны». Время:20 мин.

Цель: активизировать умение мыслить о себе в положительном ключе, стимулировать уверенность в собственных возможностях к поведенческим изменениям, закрепить способность к позитивной оценке других людей: групповая поддержка.

Процедура проведения: психолог просит назвать каждого участника 3-5 сильных сторон своей личности, которые помогают ему справляться с трудными ситуациями. Участники по кругу называют свои сильные стороны, а остальные участники поддерживают его, добавляя: «А ещё ты можешь (умеешь…)».

Выходная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Ритуал прощания: Участники встают в круг. По команде психолога «начали», участники подходят друг к другу, похлопывая двумя руками по плечам говорят – «До свидания!».

Занятие № 9. «Переоценка»

Цель: закрепление навыков эмоционального реагирования в ситуациях, провоцирующих агрессию.

Ритуал приветствия: Участники сидят в кругу. «Начнём сегодняшний день так: встанем и поздороваемся словами – «Привет всем! Я рад Вас сегодня видеть!»

Входная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение № 1.«Атом». Время: 5 мин.

Цель: эмоциональный разогрев;

Процедура проведения: участники рассеиваются по аудитории. Они представляют собой «атомы». Когда ведущий называет число в пределах количества участников тренинговой группы, «атомы» группируются в «молекулы», состоящего из заданного ведущим числа «атомов». Как только они сгруппируются, ведущий называет следующее число. Таких подходов может быть 3- 4. Игра заканчивается тем, что ведущий называет полное число присутствующих на занятии участников, чтобы группа могла ощутить контакт со всеми участниками занятия.

Упражнение № 2.«Мультяшки гневаются». Время: 15 мин.

Цель: демонстрация смешных сторон агрессивного поведения – смехотерапия.

Оборудование: карточки с именами мультипликационных героев.

Процедура проведения: участникам раздаются карточки с именем мультипликационного героя (Винни-Пух, Пятачок, Иа, Чебурашка, три поросёнка и др.). Задача каждого – продемонстрировать своего героя в гневе, используя присущие этому герою походку, жесты, голос и т.д. Возможны инсценировки конфликтных ситуаций с использованием нескольких персонажей. Тем не менее, каждый участник должен побывать в роли агрессивного персонажа. При обсуждении упражнения ведущий подводит участников к пониманию того, что в любой ситуации можно найти что-то смешное, комичное, даже в той, которая вызывает гнев. Юмор помогает справиться с напряжением и нарастающим раздражением.

Упражнение № 3. «Позитивный язык». Время:20 мин.

Цель: переоценка негативных эмоций по отношению к себе и другим.

Оборудование: листы бумаги и ручки

Процедура проведения: участникам предлагается набросать список черт, которые они в себе не любят, а попытаются назвать их позитивным языком. Например: упрямый – настойчивый, трусливый – осторожный, болтливый – разговорчивый, медлительный – вдумчивый. Затем предлагается подумать и записать те черты, которые больше всего раздражают в других людях и назвать их позитивным языком. Ведущий помогает тем участникам, которые затрудняются в подборе слов. Далее ведущий просит проанализировать записи и ответить на вопросы: Что вы теперь чувствуете? Изменилось ли что-нибудь? Как вы теперь воспринимаете эти качества и этих людей?

Упражнение № 4. «Найди хорошее». Время:30 мин.

Цель: переоценка негативного восприятия неприятных, конфликтных ситуаций.

Процедура проведения: по кругу участники коротко рассказывают ситуацию, которая каждый раз вызывает у них нарастающее раздражение, а возможно, и вспышку гнева. Ведущий предлагает каждому закончить свой рассказ фразой «Зато…» и попытаться выделить в травмирующей ситуации что-то позитивное (новый опыт, тренировка и др.). В последующем обсуждении упражнения необходимо отметить, что мы сталкиваемся с трудностями, но если мы не отождествляемся с ситуацией, то обучаемся новым качествам, новым способам поведения, привносим изменения, чтобы достигнуть желаемого. Умение не слиться с ситуацией очень важно. Оно дает нам «тайм-аут» - помогает снять нарастающее напряжение, успокоиться и понять, как действовать дальше. В этом нам могут помочь техники отстранения от неприятных, конфликтных ситуаций (так, например, техника «Уши - нос»).

Упражнение № 5. «Я-стратег». Время:30 мин.

Цель: расширить спектр возможных стратегий поведения в ситуациях, провоцирующих агрессию.

Оборудование: листы бумаги и ручки.

Процедура проведения: участникам предлагается одна из ситуаций, прозвучавших в упражнении «Найди хорошее» (желательно – наиболее типичная для студентов). Участники по кругу вносят свои предложения относительно того, как помочь герою не раздражаться каждый раз и не прибегать к агрессивным формам поведения. Затем следует обсуждение, в ходе которого выясняется, какое из предложений наиболее подходит для решения этой проблемы, какие могут быть последствия. Герой ситуации говорит о том, как он теперь смотрит на свою проблему, нашел ли он в предложенных вариантах её разрешения что-то полезное для себя. Ведущий подводит участников дискуссии к пониманию того, что когда они направляют энергию на анализ проблемы и поиск её решения, то стресс уменьшается. В этом могут помочь родители, друзья, педагоги, советы из журналов, консультации психолога. Но необходимо помнить, что выбор решения все равно остается за героем. Поэтому прежде чем принять его, нужно обдумать все возможные последствия. В конце обсуждения подросткам предлагается составить общий список возможных способов ослабления напряжения в ситуациях, провоцирующих агрессию: плач, юмор, физическая активность (спорт, танцы и др.), музыка, работа, вербализация переживаний (обсуждение с кем-либо), решение проблемы (анализ ситуации, поиск и принятие решения).

Выходная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - чего вы узнали нового о своих товарищах? - с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Ритуал прощания: Участники встают в круг. По команде психолога «начали», участники подходят друг к другу, пожимая руку, говорят - «До свидания!».

Занятие № 10. «Завершение»

Цель: закрепление представлений участников о своей уникальности, обогащение сознания позитивными, эмоционально-окрашенными образами личности.

Ритуал приветствия: психолог говорит участникам, что традиционные взаимные приветствия на этом занятии проведём с обязательным использованием в начале фразы: «Здравствуйте, мне приятно тебе сказать…». Вы вправе закончить беседу по своему усмотрению, но начало диалога должно быть именно таким, найдите несколько самых тёплых слов для каждого человека. Подойдите обязательно к каждому человеку и непременно с улыбкой. Ваш диалог не должен затягиваться, ведь нужно отдать часть своего тепла другим. Не жалейте своей души, своего тепла, отдавая, вы только приобретаете!

Входная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение № 1. «Благодарен тому, что…». Время:15 мин.

Цель: сосредоточение внимания участников на позитивных аспектах и реалистичных установках в повседневной жизни.

Оборудование: листы бумаги и ручки.

Процедура проведения: «наша совместная работа подошла к концу, и вы вскоре вернётесь к своей повседневной жизни. Одни из вас, вероятно, заранее радуются этому, другие – хотели бы ещё на какое-то время остаться в группе. Чтобы облегчить этап перехода для каждого из вас и помочь вам подготовиться к решению повседневных задач, я предлагаю следующее упражнение. Запишите, пожалуйста, 15 пунктов на листе бумаге, начиная каждое новое предложение со слов: «Я благодарен тому, что…» «Понятно ли, что я имею в виду?» В заключение попросите участников зачитать записи и организуйте небольшой обмен впечатлениями. Вопросы для обсуждения: - как часто я, помимо упражнения, осознаю, чему в жизни я благодарен? - с кем я это обсуждаю? - что я чувствую сейчас? А теперь я предлагаю выбрать какого-нибудь значимого для вас (в

настоящем или в прошлом) человека и напишите ему письмо. В письме расскажите ему, какие мысли и чувства пробудила в вас группа, и как вы собираетесь использовать новый опыт в дальнейшем. Чтобы иметь возможность по-настоящему сосредоточится на выполнении задания, найдите место, где вам никто не будет мешать. У вас есть 30 мин. Теперь мне бы хотелось, чтобы каждый по кругу рассказал о том, что его в данный момент волнует… А сейчас я попрошу тех, кто чувствует себя готовым к этому, прочитать нам свои письма… Чем серьёзнее отнесутся участники к поставленной задаче, тем более сильнее чувства они будут испытывать.

Вопросы для обсуждения: - кому я писал письмо? - что было для меня наиболее значимым? - как отнёсся бы к письму адресат, если бы он действительно мог прочесть его? - отправлю ли я это письмо?»

Упражнение № 2. «Я реальный, я идеальный, я глазами других». Время: 15 мин.

Цель: закрепление представлений участников об уникальности своей личности.

Процедура проведения: психолог просит участников нарисовать себя такими, какие они есть, такими, какими хотели бы быть, и такими, какими их видят другие люди. В ходе обсуждения участники пытаются ответить на вопрос, чем вызваны расхождения в представлениях о том, каким бы хотел быть и какими тебя видят другие, с тем, какой ты есть на самом деле.

Упражнение № 3. «Машина времени». Время: 15 мин.

Цель: выработка новых способов решения жизненных проблем.

Процедура проведения: ведущий предлагаем участникам поговорить об их жизни и пофантазировать о том, что можно было бы сделать иначе. Просит участников представить, что они перенеслись в какое-то время своей жизни, которое им хотелось бы изменить. Группе предлагается зарисовать это событие так, как оно могло бы произойти. Участники включаются в действие, которое им следовало бы сделать, чтобы добиться другого развития событий.

Обсуждение: сначала каждый рассказывает о реальном событии из его прошлого. Затем, они рассказывают, каким образом, они изменили это прошлое. Эмпатия вызывается путём стимулирования понимания участниками мотивов, по которым каждый участник предпочёл бы какое-то событие или опыт. Участники побуждаются к тому, чтобы посоветовать друг другу пути изменения прошлого.

Упражнение № 4.«Счастье». Время: 15 мин.

Цель: выработка альтернативных способов выхода из проблемной ситуации.

Процедура проведения: участникам сначала предлагается ответить на ряд вопросов, поставленных психологом. «Знаете ли вы какую-нибудь историю про счастливое животное? Знаете ли вы какого-нибудь человека, который практически всегда счастлив? Когда вы сами счастливы, что вы испытываете?» Затем просит: «Я хочу чтобы, вы нарисовали картину, которая покажет, что бывает, когда вы счастливы. Используйте краски и линии, формы и образы, которые выразят ваше понимание счастья. А теперь давайте обсудим, что делает вас счастливыми. Диктуйте, я буду записывать». Запишите слова на доске и дайте участникам продолжить эту запись.

Анализ упражнения: Почему мы не можем всё время чувствовать себя счастливыми? Что ты делаешь, чтобы после какой-нибудь неприятности снова стать радостным? Что делает вас чаще всего счастливыми?

Упражнение № 5. «Подарок». Время: 15 мин.

Цель: закрепление позитивного настроя проделанной работы.

Процедура проведения: каждый участник придумывает подарок, который хотелось бы подарить человеку, сидящему рядом. Главное условие заключается в том, что подарок должен как можно лучше подходить данному человеку, доставлял ему радость. Рассказывая о предполагаемом подарке, каждый объясняет, почему, именно этот подарок был выбран. Участнику, которому подарили подарок, высказывает своё мнение: действительно ли он этому рад.

Выходная рефлексия: Время:10 мин. - с каким настроением уходите с тренингово занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - чему научились в процессе тренинговой работы? - что нового узнали для себя? - есть ли к участникам тренинговой группы и ведущему какие-нибудь предложения и пожелания?

Ритуал прощания: Участники встают в круг, берутся за руки и говорят все вместе - «Жаль расставаться. Мне приятно было работать с вами. Всего хорошего. До свидания!».

Приложение 4

Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков

Таблица 4.

Результаты диагностики по тесту-опроснику К. Томаса «Стратегии поведения в конфликте» «до» и «после» реализации программы

Стратегия	Количество учащихся «до»	Количество учащихся, %	Количество учащихся «после»	Количество учащихся, %
Соперничество	4	14,8	3	11,1
Сотрудничество	7	26	8	30
Компромисс	6	22,2	11	40,8
Уход	6	22,2	3	11,1
приспособление	4	14,8	2	7

Таблица 5.

Результаты диагностики по методике Е. П. Ильина и П. А. Ковалева "Личностная агрессивность и конфликтность" «до» и «после» реализации программы

Шкалы	Количество учащихся «до»	Количество учащихся, %	Количество учащихся «до»	Количество учащихся, %
Вспыльчивость	4	14	4	14
Напористость	10	37	8	30
Обидчивость	2	7	2	7
Неуступчивость	6	22	5	19
Бескомпромиссность	3	11	2	7
Мстительность	7	26	6	22
Нетерпимость к мнению других	10	37	8	30
Подозрительность	5	19	4	14

Таблица 6.

Результаты диагностики по методике «Уровень конфликтности» (В.Ф. Ряховского) «до» и «после» реализации программы

Баллы	Количество учащихся «до»	Количество учащихся, %	Количество учащихся «после»	Количество учащихся, %
Менее 15	5	19	5	19
15 – 30	11	41	13	48
31 – 50	3	12	5	19
51 – 60	4	14	2	7
Более 60	4	14	2	7

Таблица 7.

Обобщенные данные по диагностике выбора стратегий поведений преодолении конфликтных ситуациях в старшем подростковом возрасте «до» и «после» реализации программы

стратегии	«до» реализации программы	«до» реализации программы, %	«после» реализации программы	«после» реализации программы, %
Конструктивные	13	48	19	70
Деструктивные	14	52	8	30

Таблица 8.

Список участников психолого-педагогической программы по коррекции деструктивных стратегий конфликтного поведения у подростков и их результаты диагностики по методике В.Ф. Ряховского «Уровень конфликтности»

Код испытуемого	Результат методики «до»	Результат методики «после»
А К	55	47
К С	67	65
М А	33	28
М А	58	47
П В	51	39
П П	33	29
П А	63	59
С Г	61	58
С Н	54	45
С А	35	31
Ш А	66	63

Таблица 9.

Расчетов Т-критерия Вилкоксона

Код испытуемого	Результат методики «до»	Результат методики «после»	сдвиг	Абсолютное значение	ранг
А К	55	47	8	8	8
К С	67	65	2	2	1
М А	33	28	5	5	7
М А	58	47	11	11	10
П В	51	39	12	12	11
П П	33	29	4	4	5
П А	63	59	4	4	5
С Г	61	58	3	3	2,5
С Н	54	45	9	9	9
С А	35	31	4	4	5
Ш А	66	63	3	3	2,5
Сумма рангов					66

$\boldsymbol{N = \frac{N*(N+1)}{2} = \frac{11*12}{2}}$**=66**

n = 11

$\boldsymbol{T_{эмп} = \sum Rr}$, где Rr – ранговое значение сдвигов с более редким знаком.

$\boldsymbol{T_{эмп} = 0}$, так как отсутствуют значения с редким значением.

Ткр = 13 для $\rho \leq 0{,}05$

Ткр = 7 для $\rho \leq 0{,}01$