



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

**Управление процессом формирования конструктивных стратегий  
конфликтного поведения у старших подростков**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.02 Психолого–педагогическое образование  
Направленность программы магистратуры  
«Психология управления образовательной средой»  
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

75 % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована  
« 5 » июня 2020 г.  
зав. кафедрой ТиПП

О.А. Кондратьева Кондратьева О.А.

Выполнила:

Студентка группы ОФ-210/172-2-1  
Шоколева Светлана Максимовна

Научный руководитель:

к.псх.н., доцент кафедры ТиПП  
Гольева Галина Юрьевна

Челябинск  
2020

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ	
1.1 Проблема конфликтного поведения и понятие стратегий конфликтного поведения в психолого-педагогических исследованиях.....	10
1.2 Особенности проявления стратегий конфликтного поведения у старших подростков.....	23
1.3 Теоретическое обоснование модели формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.....	34
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ	
2.1 Этапы, методы, методики исследования.....	49
2.2 Характеристика выборки, анализ результатов констатирующего эксперимента.....	56
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ	
3.1 Организация и проведение программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.....	68
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования....	79

3.3 Психолого-педагогические рекомендации учителям, родителям и подросткам по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.....	89
3.4 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	98
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	109
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	119
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики исследования уровня конфликтности и стратегий конфликтного поведения у старших подростков.....	129
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты констатирующего эксперимента.....	139
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.....	142
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования.....	168
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	176

## ВВЕДЕНИЕ

В современных условиях мегаполиса, где ежедневно взаимодействуют друг с другом миллионы людей с разными характерами, темпераментами, условиями жизни и работы, а также уровнем конфликтности, проблема конфликтного поведения как никогда актуальна. Индивидуальные особенности личности, самооценка, низкий уровень культуры общения, стрессы, тревожные состояния и различные ситуативные факторы влияют на то, как человек ведет себя в конфликтной ситуации.

Конфликтная ситуация – это ситуация, объективно содержащая явные предпосылки для конфликта, провоцирующая враждебные действия, конфликт. Зачастую, участники, противостоящие друг другу в каком-то вопросе, не могут своевременно выбрать эффективную стратегию поведения в конфликтной ситуации, допуская перерастание ее в конфликт. Для того, чтобы конфликт разрешился, большинство людей выбирают деструктивные стратегии конфликтного поведения, что может привести к негативным последствиям, психосоматическим болезням, излишней агрессии, ухудшению межличностных деловых, дружественных и семейных отношений.

Именно поэтому актуальным является изучение конструктивных стратегий выхода из конфликта, которые помогут не только улучшить эмоциональный климат межличностного взаимодействия, но и являются необходимой составляющей успешного взаимодействия между людьми. Поскольку конфликт является постоянным спутником человеческой жизнедеятельности, данная тема привлекает к себе внимание исследователей и интенсивно развивается в психолого-педагогической науке. Об этом свидетельствуют и защищенные диссертации, и опубликованные монографии, и проводимые конференции, мастер-классы, тренинги.

Изучением различных аспектов психологии конфликта занимались такие зарубежные ученые как А. Адлер, М. Дойч, К. Левин, Дж. Скотт, У.

Томас, З. Фрейд, К. Хорни, Ю. Фишер и т.д. Они выделяли закономерности конфликтов не только на внутриличностном уровне, но и в процессе межличностного взаимодействия внутри группы. Известны психологические исследования по проблемам конфликтов в нашей стране А.Я. Анцупова, Ф.М. Бородкина, Н.В. Гришиной, А.И. Донцова, С.И. Ериной, А.А. Ершова, Н.Н. Коряка, М.М. Кашапова, Н.И. Леонова, Л.А. Петровской, А.И. Шпилова и другие [11].

Оказаться в конфликтной ситуации может каждый человек, независимо от возраста, но особое внимание, на наш взгляд, стоит уделить подросткам. Именно подростковый период характеризуется своей неустойчивостью, эмоциональностью, стремлением к самоутверждению, самостоятельности и независимости, а также к саморефлексии и оцениванию других.

Подросткам, для которых на первый план выходит общение со сверстниками и эмансипация от взрослых, приходится совладать с частыми переменами настроения, импульсивностью, агрессией, сменяющейся депрессивными переживаниями, отстаиванием своих личных интересов в коллективе, неустойчивой самооценкой, которая не «уживается» с высокими притязаниями. Завышенные притязания подростков, несформированная культура общения, часто приводят к конфликтам с родителями и учителями, к протестному, а иногда и девиантному поведению.

Данные многочисленных исследований говорят о том, что поведение многих подростков крайне неустойчиво и характеризуется вспыльчивостью, агрессивностью, отсутствием умения находить адаптивные способы реагирования на затруднения в общении со сверстниками и взрослыми [59].

Подростковый возраст – это период полового и психологического созревания ребенка, который является благоприятным для коррекции различных психических явлений и формирования правильных норм поведения, моральных ценностей и культуры общения, так как психика подростка неустойчива и поддается изменениям.

По причине того, что многие подростки ежедневно оказываются в сложных конфликтных ситуациях, необходимо сформировать у них конструктивные стратегии конфликтного поведения, которые позволят максимально эффективно разрешить конфликтную ситуацию, отстаивать свои права или точку зрения, сохраняя при этом хорошие межличностные отношения.

Таким образом, актуальность настоящего исследования обусловлена наличием следующих противоречий:

- между высокой потребностью общества в сформированной культуре конфликтного поведения у старших подростков и отсутствием психолого-педагогических условий для ее формирования;

- между необходимостью создания научно обоснованной практико-ориентированной модели формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков и ее недостаточной теоретической разработанностью.

Обозначенные противоречия позволили сформулировать проблему исследования, которая заключается в необходимости формирования культуры конфликтного поведения, в частности обучению старших подростков конструктивным стратегиям поведения в конфликтной ситуации.

Необходимо определить каким образом, изменить деструктивные стратегии поведения в конфликте, используемые подростками, на эффективные алгоритмы действий. Важно понять, что влияет на выбор подростком данной стратегии его поведения в конфликте, и каково влияние уровня конфликтности.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

Объект исследования: стратегии конфликтного поведения у старших подростков.

Предмет исследования: управление процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

Гипотеза исследования: предположим, что формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков будет эффективным, если:

- разработать модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков;
- составить и реализовать программу, направленную на формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

Задачи исследования:

1. Проанализировать проблему конфликтного поведения и стратегий конфликтного поведения в психолого-педагогических исследованиях.
2. Изучить особенности конфликтного поведения у старших подростков.
3. Теоретически обосновать и разработать модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.
4. Определить этапы, методы и методики исследования.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать и провести программу формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.
7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.
8. Разработать рекомендации по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.
9. Разработать технологическую карту внедрения.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические – анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, метод целеполагания, моделирование.

2. Эмпирические – констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по методикам:

- Тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»;
- Методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П.

Ильина и П. А. Ковалева;

- Методика оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса.

3. Математико-статистические: Т-критерий Вилкоксона.

Научная новизна нашего исследования заключается в следующем:

- обобщенная система полученных объективных результатов позволяет решить научную проблему управления процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков в условиях общеобразовательного учреждения;

- составлена и реализована модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков;

- доказана эффективность процесса формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков после внедрения программы.

Теоретическая значимость исследования заключается в:

1. Выявлении особенностей выбора стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

2. Разработке модели управления процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

3. Составлении программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

Практическая значимость исследования обуславливается возможностью использовать разработанную психолого-педагогическую программу формирования конструктивных стратегий конфликтного



поведения у старших подростков в работе психологической службы образовательной организации.

База исследования: МБОУ СОШ №131 г. Челябинска, 9 класс в количестве 23 человек.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ**

## **1.1 Проблема конфликтного поведения и понятие стратегий поведения в конфликтных ситуациях в психолого-педагогических исследованиях**

На сегодняшний день, проблема частого возникновения конфликтных ситуаций и эффективного разрешения конфликтов приобретает актуальность не только в плане улучшения эмоционального климата межличностного общения, но и является необходимой составляющей успешного делового взаимодействия между людьми.

Конфликт является сложным и многоплановым социальным феноменом, так как в нем принимают участие самые различные стороны: индивиды, социальные группы, национально-этнические общности, государства и группы стран, объединенные теми или иными целями и интересами. Конфликты могут возникнуть по самым различным причинам и мотивам: психологическим, экономическим, политическим, ценностным, религиозным и т.д.

Проблема конфликтного поведения изучалась в рамках социологии, изучающей человеческие взаимоотношения, философии, политологии, истории, экономики и педагогики. Такие авторы, как А.Я. Анцупов, А.А. Вахин, Н.В. Гришина, А.И. Донцов, С.И. Ерина, А.Л. Журавлев, В.А. Хащенко, Б.И. Хасан, А.И. Шипилов и др. занимались изучением конфликтов и конфликтного поведения, что позволяет структурировать различные определения и подходы [40, с.24].

К анализу конфликта прямо или косвенно обращаются представители различных направлений психологии: в психоанализе и психодинамических

подходах (А. Адлер, Г. Салливан, З. Фрейд, Э. Фромм, К. Хорни, К. Юнг), в гуманистическом направлении в психологии (А. Маслоу, Р. Мэй, К. Роджерс), в русле культурно-исторической теории Л.С. Выготского, в исследованиях продуктивного (творческого) мышления (Н.Г. Алексеев, Н.Е. Веракса, Е.С. Ермакова, В.Т. Кудрявцев, Я.Л. Пономарев), а также в рамках социально-психологической традиции (Н.В. Гришина, А.И. Донцов, Т.А. Полозова, М.М. Рыбакова и др.). Изучая явление конфликта, ученые освещают различные его аспекты: типологию, структурные элементы, динамику, детерминанты (А.Я. Анцупов, Н.В. Гришина, С.М. Емельянов, А.Л. Журавлев, А.С. Кармин, Г.И. Козырев, Н.В. Крогиус, Л.А. Петровская, Б.И. Хасан, А.И. Шипилов и др.). Особое внимание уделяется изучению стратегий поведения в противоречивой жизненной ситуации (И.В. Грошев, М.С. Семченко, М.А. Круглова, И.М. Никольская, Ю.М. Чуйкова) [64, с. 320].

В психологии конфликт рассматривается как естественное условие взаимодействия людей, основу которого составляют противоречия, существенные различия между интересами и ценностями субъектов социальных связей на соответствующем этим различиям эмоциональном фоне. Утверждают, что конфликт, будучи проявлением общения существ, способных к самосознанию, означает отсутствие согласия, расхождение во мнениях, столкновение разных взглядов и желаний, противоположных при данных обстоятельствах тенденций, потребностей, интересов, мотивов и стилей поведения [71, с.37].

Козер Л. определял конфликт как «борьбу из-за ценностей или претензий на статус, власть или ограниченные ресурсы, в которой конфликтующие стороны нацелены не только достигнуть желаемого, но и нейтрализовать, причинить ущерб или устранить соперника» [цит. по 49, с. 46].

Наиболее развернутое определение конфликту дает Е.М. Бабосов: «Конфликтом является максимальное обострение социальных противоречий,

выражающимся в различных формах борьбы между индивидами и социальными общностями, направленной на достижение экономических, социальных, политических, духовных интересов и целей, предполагающей нейтрализацию или устранение действительного или мнимого соперника и не позволяющей ему реализовать собственные интересы» [цит. по 68, с.7].

Проанализировав психолого-педагогическую литературу, можно заметить, что в период всего XX в. философы считали конфликт естественным способом взаимодействия людей. Не смотря на это, первоначальную причину конфликта философы видели по-разному: во взаимной враждебности, которая присуща каждому индивиду (Г. Зиммель), в разногласиях и распределении власти между людьми (Р. Дарендорф) или в борьбе за ценности, власть и ресурсы, основанной на желании человека самоутвердиться в обществе (Л. Козер) [49, с. 47].

Полагаясь на вышесказанное, можно предположить, что основой возникновения конфликтов являются противоречия, возникающие в процессе трудовой деятельности. Это противоречия поиска, когда новаторство сталкивается с консерватизмом; противоречия групповых интересов, когда при игнорировании общих интересов, отстаиваются только групповые интересы; противоречия, основанные на личных, эгоистических мотивах, когда корысть и карьеризм подавляют все другие ценности; противоречия несостоявшихся ожиданий; политические противоречия (антисоциальные поступки).

Когда противоречия затрагивают социальный статус группы или личности, материальные или духовные ценности людей, их престиж, моральное, нравственное достоинство личности, естественным образом возникает конфликт. Такие противоречия помимо негативной оценки сопровождаются различными эмоциональными аффектами, такими как обида, гнев, презрение, возмущение, негодование, страх. Впоследствии, эмоции нередко толкают человека на борьбу, и в этом случае вместо противоречия возникает противоборство.

Конфликт – это динамический процесс, где одна ситуация сменяется другой и характеризуется определенной степенью напряженности между противоборствующими сторонами. Однако, любой конфликт, несмотря на динамику, имеет определенный набор особенностей, составляющих внутреннюю структуру конфликта как целостного явления.

Структура конфликта – это совокупность устойчивых связей, образующих его целостность, тождественность самому себе, отличие от других социальных явлений. Структурные характеристики представляют собой составные элементы конфликта, без которых его существование невозможно: «изъятие» любого такого компонента из пространства конфликта либо сводит конфликт к минимуму, либо существенно меняет его характер.

Таким образом, структура конфликта – это строение и внутренняя форма организации конфликта, выступающая как набор составляющих его компонентов и обеспечивающих целостность конфликта как системы, сохраняя его основные свойства при различных внешних и внутренних изменениях. Структура конфликта определяет статическую составляющую конфликта и его свойства как объекта, в отличие от его функций, что делает конфликт динамичным и характеризует его свойства как процесса [25, с.178].

Несмотря на многообразие представленных учеными структур конфликта, мы рассмотрим структурные компоненты конфликта, обозначенные Н.И. Гришиной. Она выделяет в качестве основополагающих компонентов конфликта следующие элементы [13, с. 183]:

1. Стороны (участники) конфликта.

В любом межличностном конфликте всегда есть как минимум две противодействующие стороны или противники, к которым относятся отдельные индивиды или группы. Они образуют стержень конфликта. Также бывают многосторонние конфликты, когда во взаимодействии участвуют более двух сторон. Такими сторонами могут быть отдельные индивиды, социальные группы, организации, государства, коалиции государств.

2. Условия конфликта – обстоятельства или факторы, определяющие его характеристики и возможность его возникновения.

Условия, в которых происходит конфликт, можно разделить на три категории:

- пространственно-временные (место осуществления противоречий и время, в течение которого оно должно быть осуществлено);
- социально-психологические (климат в конфликтующей группе, тип и уровень взаимодействия (общения), уровень конфронтации и состояние участников конфликта);
- социальные (вовлеченность в противоречие интересов различных социальных групп). Проанализировав условия конфликта, участники конфликтной ситуации могут объективно оценить происходящее и определить образы конфликта [25, с. 178].

3. Предмет и объект конфликта.

Предметом конфликта всегда являются противоречия, возникающие между взаимодействующими сторонами, которые они пытаются разрешить посредством противоборства.

Объект конфликта – это часть реальности, вовлеченная во взаимодействие между субъектами конфликта, ценность, по поводу которой возникает столкновение интересов противоборствующих сторон.

4. Действия участников конфликта.

Действиями конфликтующих сторон является определенная деятельность участников конфликта, побуждаемая мотивами и потребностями, в результате которой образуется конфликтное взаимодействие, являющееся основным содержанием конфликта.

5. Исход (результат) конфликта – идеальный образ результата, имеющийся у участников конфликтного взаимодействия и, в конечном счете, определяющий его направленность.

Оболонский Ю.В. выделяет следующие функции конфликтов:

- деструктивную (разрушительную),

- конструктивную (созидательную),
- диагностическую [51, с.25].

Деструктивная функция может привести к возникновению длительных негативных психических состояний его участников, психическим травмам и сильным обидам, истощению их материальных и психических ресурсов. Острое ощущение несправедливости и обида превозносят отстаиваемые ценности и интересы, вследствие чего, люди выбирают радикальные действия, которые несут разрушительный характер и не соответствуют конфликтной ситуации. В связи с этим, в социальном опыте людей закрепляются насильственные методы разрешения проблем, что становится распространенной практикой взаимодействий.

Конструктивная (созидательная) функция конфликтов проявляется, если благодаря конфликту преодолеваются негативные или кризисные явления. В таком случае именно конфликт способствует прогрессивному развитию, улучшению отношений, повышению эффективности деятельности и взаимодействий, удовлетворенности ими, самосознанию и прочее.

Диагностическая функция конфликта сигнализирует о наличии недостатков или проблем в отношениях, которые приводят к трудно разрешимым противоречиям и столкновениям на их почве. Диагностическая функция конфликта позволяет изучить характер противоречий и источники их возникновения, что благотворно сказывается на решении конфликтов. Кроме того, диагностическая функция повышает социально-перцептивную компетентность (проницательность) личности, которая во многих случаях становится профессионально важным качеством [цит. по 66, с. 262].

В общественном сознании конфликт часто воспринимается в негативном ключе. Конфликтная ситуация ассоциируется с большим количеством времени, сил и ресурсов, затрачиваемых на борьбу, ухудшением психологического климата, стрессом, недоверием, дискомфортом и острыми переживаниями, нарушением жизненного ритма, низкой продуктивностью и разрывом отношений. Однако, конфликт имеет и положительные стороны,

так как происходит активизация его участников для обмена информацией, уточняются истинные позиции сторон, их способности, ресурсы и свойства. Конфликт вскрывает суть проблемы, и в результате накопившиеся противоречия разрешаются, способствуя процессу изменения и развития отношений. Использование эффективной стратегии принятия решений и управления конфликтами для их успешного разрешения, дает шанс принять лучшее из возможных решений [15, с. 14].

Понимание максимально эффективного и безопасного выхода из конфликтной ситуации приходит после того, как стороны выяснят истинные причины противоречий. Причинами конфликтов могут служить несовпадение интересов, взглядов и мнений или упрямство, когда каждая сторона целенаправленно доказывает свою правоту.

Причины конфликта – это явления, события, факты, ситуации, предшествующие конфликту и вызывающие его при определенных условиях деятельности взаимодействующих субъектов.

Появление и развитие конфликтов обуславливается действием следующих факторов:

1. Объективных (обстоятельства социального взаимодействия людей, приводящие к столкновению их мыслей, интересов, ценностей и т. п.).
2. Социально-психологических (психологическая несовместимость, несбалансированное взаимодействие людей).

К возникновению социально-психологических конфликтов приводит непонимание людьми того, что во время обсуждения проблемы противоположность позиций может быть вызвана не реально расхождением во взглядах оппонентов, а подходом к этой проблеме с разных сторон. Одной из наиболее типичных причин конфликтов, относящихся к этой группе, является внутригрупповой фаворитизм, т.е. предоставление преимущества членам своей группы перед представителями других социальных групп.



3. Личностных (личностные факторы конфликтов обусловлены особенностями психики человека – степени ее возбудимости, эгоцентризма, стрессоустойчивости, уровнем настойчивости, самооценки и т. п.).

Причины возникновения конфликтов:

1. Разное или абсолютно противоположное восприятие людьми целей, ценностей, интересов и поведения.

2. Неравное положение людей в императивно-координированных ассоциациях (одни — управляют, другие — подчиняются).

3. Разлад между ожиданиями и поступками людей.

4. Недоразумения, логические ошибки и вообще семантические трудности в процессе коммуникации.

5. Недостаток и некачественность информации.

6. Несовершенство человеческой психики, несоответствие между реальностью и представлениями о ней [36, с. 263].

Составляющим элементом конфликта является конфликтная ситуация, которая образует накопление и обострение противоречий в системе социальных отношений, группового поведения и межличностного социального взаимодействия. Такая ситуация представляет собой особое стечение жизненных обстоятельств и пересечение интересов отдельных лиц и социальных общностей, которые своим поведением формируют предпосылки для возможного столкновения между ними. Именно поэтому конфликтная ситуация выступает в качестве сложной субъективно-объективной реальности, в которой объективные составляющие представлены в виде субъективного восприятия и личностной значимости для участников ситуации [73, с. 47].

Конфликтная ситуация является необходимым условием возникновения конфликта. Несмотря на то, что в конфликтной ситуации можно находиться продолжительное время, в результате обязательно произойдет какой-то инцидент, что приведет к открытому противостоянию конфликтующих сторон и ситуация перерастет в конфликт [21, с. 425].

Поведение каждого человека в конфликте индивидуально и имеет свои особенности в зависимости от ситуаций. Характер поведения определяется многочисленными факторами: уровнем интеллекта, эмоциональным отношением к партнеру, возрастом, культурными особенностями, воспитанием и другими признаками, по-разному отражающие поведение людей в ситуации столкновения интересов.

Сам стиль поведения в конфликтной ситуации определяется, прежде всего, мерой осуществления собственных интересов (личных или групповых) и степенью активности или пассивности в их отстаивании. Также на стиль конфликтного поведения влияют стремление удовлетворить интересы других сторон, участвующих в конфликте, а также то, какие действия приоритетны для отдельных лиц, социальных групп – индивидуальные или совместные [9, с. 186].

Все это свидетельствует о том, что каждый человек самостоятельно выбирает стратегию своего поведения в конфликтной ситуации для ее разрешения.

Стратегия поведения в конфликте – это определенная установка, модель поведения человека в ситуации конфликта. В любом конфликте каждый участник оценивает и сравнивает собственные интересы с интересами соперника, руководствуясь вопросами «что я выиграю?», «что я потеряю?», «какое значение имеет предмет спора для соперника?». На основе такой рефлексии, он сознательно выбирает определенную стратегию поведения (уход, принуждение, компромисс, уступка или сотрудничество). Часто отражение этих интересов происходит неосознанно, и тогда поведение в конфликтном взаимодействии насыщено мощным эмоциональным напряжением и имеет спонтанный характер [43, с. 75].

Томас К. дал описание типам поведения людей в конфликтных ситуациях, применяя двухмерную модель регулирования конфликтов. По этой модели основными измерениями являются конформность, связанная с вниманием человека к интересам других участникам конфликта, и

напористость, характеризующаяся акцентом на отстаивании собственных интересов. Соответственно этим двум основам измерения К. Томас выделил следующие стратегии поведения в конфликтной ситуации:

- 1) соревнование (конкуренция), нацеленное на удовлетворение собственных интересов в ущерб другому лицу;
- 2) приспособление, противоположное соперничеству, означает пожертвование собственными интересами ради кого-то;
- 3) компромисс, являющийся оптимальным решением, когда стороны учитывают интересы друг друга, но свои собственные не отстаивают в полной мере;
- 4) избегание, для которого характерно как отсутствие тенденции к взаимодействию, так и отсутствие тенденций к достижению собственных целей;
- 5) сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Томас К. считает, что при избегании конфликта ни одна из сторон не достигает успеха при таких формах поведения как конкуренция, приспособление и компромисс, или один из участников оказывается в выигрыше, а другой проигрывает, или оба проигрывают, так как идут на компромиссные уступки. И только в ситуации сотрудничества стороны оказываются в выигрыше [52, с. 119].

Рассмотрим принятые в психологии стратегии конфликтного поведения:

1. Избегание (уклонение) – пассивный стиль поведения в конфликтной ситуации, для которого характерно отсутствие стремления человека, как пойти навстречу оппоненту, так и защищать собственные интересы. При этом данный стиль поведения в конфликте может выбираться как в сознательной, так и бессознательной форме. Например, когда в реально существующей конфликтной ситуации, человек не признает, что она есть, это означает, что на подсознательном уровне была выбрана стратегия избегания

конфликта. Такой способ решения конфликта можно считать рациональным, при условии, что дальнейшие события предполагают благоприятный исход, либо принесут человеку успех без особых усилий.

Однако, частое использование данного стиля поведения в конфликте может повлиять на самооценку человека, понижая ее и придавая неуверенность в своих силах. Именно поэтому, такая стратегия считается неконструктивной и выбирая данную тактику, нужно проанализировать все плюсы и минусы такого поведения.

2. Приспособление (уступка) характеризуется формой пассивного сотрудничества и отличается склонностью смягчить конфликтную ситуацию и сохранить существующие отношения между людьми. Человек, применяющий в конфликте данную стратегию, не стремится достичь поставленной цели и отстаивать свои интересы, тогда как у оппонента интерес к собственным целям сохраняется.

Достоинством метода приспособления является возможность сохранить межличностные отношения, если это необходимо и снять напряжение. Данная стратегия не требует от личности больших энергозатрат и ресурсов, что приводит к мирному существованию конфликтующих сторон. Однако в качестве недостатка можно отметить, что такое поведение может быть воспринято другой стороной как проявление слабости и способствует увеличению давления и требований.

Приспособление в отличие от избегания, свидетельствует об участии человека в ситуации, но лишь для того, чтобы согласиться с тем, что требует другая сторона, без попытки отстаивать личные интересы. Можно охарактеризовать это как стиль уступок, согласия и принесения в жертву собственного мнения [2, с. 93].

3. Соперничество (конкуренция, конфронтация) – это активное поведение человека, целью которого является удовлетворение личных интересов, игнорируя при этом интересы другой стороны. Человек,

выбирающий соперничество как стратегию поведения в конфликте, старается добиться своих целей, подавляя оппонента и убеждая его пойти на уступки.

Плюсами данного стиля можно отметить стимулирование развития и прогресса, а также высокую эффективность в достижении необходимых результатов. Однако человек, постоянно соперничающий и конкурирующий с окружающими, становится для них конфликтным. При этом, существенным минусом соперничества является постоянная необходимость в точности информации и большая затрата физических и психических сил человека, что может привести к возникновению стресса, поэтому такая стратегия не является конструктивной.

Человек, который пользуется стратегией соперничества, активен и предпочитает идти к разрешению конфликта собственным путем, вынуждая других людей принимать нужное ему решение проблемы. Он не нуждается в сотрудничестве с другими и достигает цели, используя свои волевые качества [2, с. 93].

4. Компромисс занимает срединное место среди разнообразных стилей поведения и свидетельствует о предрасположенности оппонентов к взаимным уступкам при достижении частичного удовлетворения своих интересов. То есть такое поведение является взаимной уступкой сторон, сохраняя при этом баланс личных целей и предпочтений. Но такую стратегию разрешения проблемы невозможно использовать постоянно, поскольку стороны не удовлетворяют полностью свои интересы, что сохраняет возможность продолжения конфликта.

Способность человека регулировать конфликты с помощью компромисса рассматривается как признак его сформированной культуры общения, и является конструктивным способом при ведении переговоров и управлении людьми.

Используя компромисс, обе стороны частично уступают в своих интересах, чтобы удовлетворить их в остальном, часто главном. Это делается путем торга и обмена, уступок. В отличие от сотрудничества, компромисс

находится на более поверхностном уровне – один уступает в чем-то, другой тоже, в результате появляется возможность прийти к общему решению. При компромиссе не ищут скрытые мотивы, а рассматривают только то, что каждый говорит о своих желаниях. Не затрагивая истинные причины конфликта, стороны находят решения, удовлетворяющие актуальные на текущий момент интересы обеих сторон [2, с. 94].

Принятие компромиссного решения приводит к наилучшим результатам в условиях, когда другие подходы к решению проблемы оказались неэффективными. То есть, обе стороны, обладающие одинаковыми потенциальными возможностями и имеющие серьезные расхождения в позициях, нацелены в равной мере добиться благоприятных результатов и сохранить взаимоотношения, поэтому используют быстрое (пусть даже временное) решение конфликта, которое устроит всех его участников и даст каждому кратковременную выгоду [15, с. 14].

5. Стратегия сотрудничества (интеграции) направлена на реализацию интересов всех участников конфликта. Такой стиль поведения в конфликте является наиболее рациональным, но возможен только при точной и своевременной диагностике проблемы, выявлении внешних и скрытых причин конфликта и готовности конфликтующих сторон взаимодействовать для достижения общей цели.

Основой сотрудничества является признание оппонентами ценности межличностных отношений. Для реализации данной стратегии необходимо, чтобы все конфликтующие стороны придерживались позиций сотрудничества друг с другом, то есть при активном отстаивании своих интересов, в полной мере учитываются интересы другой стороны.

Такой стиль поведения в конфликтной ситуации в отличие от других, требует более продолжительных затрат, так как сначала озвучиваются нужды, заботы и интересы обеих сторон, а затем идет их обсуждение. Это хороший способ удовлетворения интересов обеих сторон, который требует понимания причин конфликта и совместно поиска новых альтернатив его

решения. Среди других стилей сотрудничество - самый трудный, но наиболее эффективный стиль в сложных и важных конфликтных ситуациях [2, с. 94].

В случаях, когда решение проблемы очень важно для обеих сторон и у них уже сложились достаточно прочные, длительные и взаимозависимые отношения, располагая временем для разработки оптимального варианта долгосрочных соглашений, оптимальным будет принятие решение об использовании стратегии сотрудничества, рассчитанного на длительную перспективу[15, с. 14].

Особое место в оценке моделей и стратегий поведения личности в конфликте занимает ценность для нее межличностных отношений с противоборствующей стороной. Если для одного из участников конфликта отношения с другим человеком не являются ценными, то для решения конфликтной ситуации будут выбраны деструктивные стратегии поведения в конфликте, содержание которых носит разрушительный характер. И наоборот, чем дороже для человека сохранение хороших межличностных отношений, тем чаще он будет выбирать конструктивные формы своего поведения [26, с. 156].

Таким образом, можно сделать вывод, что ценность межличностных отношений с противоборствующей стороной будет считаться одним из основных критериев для оценки моделей и стратегий поведения личности в конфликте.

## 1.2 Особенности проявления стратегий конфликтного поведения у старших подростков

Подростковый возраст – достаточно трудный период полового созревания и психологического взросления ребенка. Божович Л.И. определяла возрастные рамки этого периода от 12 до 16 лет, Л.С. Выготский от 13 до 18 лет, Э. Эриксон – от 12 до 19 лет. Определяющие границы

подросткового периода охватывают возраст от 10-11 до 14 лет, что соответствует обучению детей в 5-8 классах средней школы [7].

Подростковый возраст является переходным, прежде всего в физиологическом плане, так как в этот период происходит половое созревание, параллельно которому усложняются другие биологические системы организма. В социальном плане подростки продолжают свою первичную социализацию.

Одним из центральных новообразований, характерных для подросткового возраста, является ощущение взрослости, обуславливающее страстное желание если не быть, то хотя бы казаться и считаться взрослым [38, с. 126].

Подростковый возраст вызывал интерес как у зарубежных ученых (К. Левин, Ж.Ж. Руссо, З. Фрейд, А. Фрейд, С. Холл, Э. Эриксон), так и у отечественных (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин) [16, с. 125].

Проблемам конфликтного поведения подростков посвящены многие исследования отечественных и зарубежных психологов: это труды М.Р. Гинзбург, А.Н. Леонтьева, А.А. Реана, С.Л. Рубинштейна, З. Фрейда. Психологические особенности подросткового возраста особенно интересовали Э. Шпрангера, который показал кризис, связанный со стремлением освободиться от детской зависимости. Выготский Л.С. подчеркивал принцип единства социального и индивидуального мира подростков, который «преломляется под влиянием самосознания и «внутренней позиции» личности». Преломление внешних и внутренних позиций в подростковом возрасте отражаются на межличностных отношениях, проявляющихся в противоречиях и конфликтных ситуациях [цит. по 50, с. 405].

Тенденцию по проявлению подростковой конфликтности можно объяснить следующими факторами. Так, в качестве первой предпосылки рассматривается подростковый кризис, являющийся переходным моментом в жизни подростка и характеризующийся эмансипацией от взрослого. В



качестве второй предпосылки выступает половое созревание, опосредованное гормональными изменениями и сопровождаемое повышением активности центральной нервной системы и половых желез, развитием деятельности эндокринной системы, что способствует увеличению количества гормонов, вырабатываемых и поступающих в кровь. Третья предпосылка опосредуется тем, что ведущей деятельностью подросткового возраста становится интимно-личностное общение, в котором главную роль играет общение со сверстниками. Иными словами, наблюдается дифференциация взаимоотношений подростков на две системы: первая — это отношения со сверстниками, воспринимаемые подростками как равноправные, а вторая — это отношения с взрослыми людьми, воспринимаемые подростками как неравноправные [3, с. 85].

Мы можем выделить в качестве четвертой предпосылки противоречивый период школьного самоопределения. Период профессионального самоопределения наступает в начале 9-го класса, когда подросток встает перед выбором: перейти в старшее звено и продолжить учебу в школе, или же пойти в среднее специальное учебное заведение. Распространена ситуация, когда подросток собирается переходить в 10-й класс, но получает отказ из-за низкой успеваемости. В старшем звене школы наблюдается заметный спад конфликтов в предметно-деятельностных отношениях, и рост числа конфликтов в межличностных отношениях [46, с. 257].

В старшем подростковом возрасте разрушаются закрепленные поведенческие паттерны, изменяются ценностные ориентиры, и подросток зачастую вступает в неформальные группы, что может привести к возникновению конфликтов. Нравственно-ценностные установки подростков нередко становятся причинами вступления в конфликт и оказывают сильное влияние на выбор соответствующих стратегий поведения в конфликтных ситуациях [28, с. 132].

Подростковый возраст является основой для возникновения, как внутриличностных, так и межличностных конфликтов. Большинство взрослых не учитывают особенности индивидуального развития подростков, которые в этот период хотят быть самостоятельными, избавиться от опеки и самореализоваться. Это выражается в стремлении завоевать определенную социальную роль, как у взрослых, так и у ровесников. Очень важными для них становятся общественное принятие, одобрение и признание. И так как ребенок в этом возрасте отличается эмоциональной неустойчивостью, высокой возбудимостью, а также плохим самоконтролем, в этот момент ему необходимо знать, что его понимают и доверяют ему.

Для пубертатного периода характерно участие подростков в следующих типах конфликтов [6, с. 94]:

1. Внутриличностный конфликт. Возникает в том случае, если подросток неудовлетворен дружескими отношениями и своей успеваемостью, неуверен в себе и обладает низкой самооценкой, не совпадающей с уровнем притязаний.

2. Межличностный конфликт имеет место быть, когда подросток не согласен с убеждениями или чертами характера другого человека, в связи с чем, происходит разлад в отношениях, где встречаются несовпадения взглядов и убеждений.

3. Конфликт между личностью и группой. Такой конфликт развивается в ситуации, когда подросток выступает нонконформистом и отстаивает позицию, противоречащую позиции группы. Частым явлением может быть несоответствие требованиям группы в силу того, что группа для подростка не является референтной и подросток не имеет возможности самоутвердиться в ней.

4. Межгрупповой конфликт возникает из-за противоречий и идейных установок двух различных групп. Таким конфликтом может двигать зависть, ревность, неприятие окружающих людей, отличающихся стилем

жизни, взглядами, ценностями и т.д., что является основой для проявления агрессивного и жестокого поведения.

Как известно, конфликт может носить как конструктивный, так и деструктивный характер. И если рассматривать вид конфликтного поведения касемо подростков, то деструктивный характер будет выражаться в разрушительных взаимоотношениях с обществом (родители, учителя, сверстники), а также изменении самоотношения. Конструктивная сторона конфликта, наоборот, несет в себе положительные моменты: конфликтуя, ребенок снимает эмоциональную напряженность и получает возможность развития межличностных отношений, когда все противоречия устраняются, и участники конфликта лучше друг друга узнают.

Для положительного разрешения конфликта, повышения поисковой деятельности и сосредоточенности на решении поставленных задач, подростку следует выбирать такие активные поведенческие стратегии в конфликте, как «сотрудничество» или «компромисс», несущие конструктивный характер.

Сделав выбор в пользу активной поведенческой стратегии «соперничество», имеющей разрушительный характер, подросток может нанести своими действиями вред себе и окружающим, так как не может рационально организовать свою деятельность и плохо себя контролирует.

Существуют также нейтральные пассивные стратегии поведения. Они реализуются в двух видах: «приспособление» — подросток не отстаивает свои интересы, считая их незначительными и, приспособившись, уступает обстоятельствам; «избегание» — подросток отказывается взаимодействовать с другими людьми, уходит от конфликта, отказываясь выполнять задачи и т.д. [14, с. 211].

Таким образом, межличностные конфликты в подростковом возрасте зависят от восприятия ситуации всеми участниками конфликта, личным отношением к ней и предпочитаемыми поведенческими стратегиями. Поэтому необходимо выяснять причины и факторы возникновения

конфликтных ситуаций, перерастание их в конфликты и типы поведения подростков в конфликтных ситуациях [50, с. 406].

Характерной особенностью подросткового возраста, способом поиска и проявления себя, своего места в социальной среде, выступают такие черты личности, как эгоцентризм и конфликтность.

Конфликтность личности – это черта характера, способствующая частоте возникновения конфликта и вступления в них человека.

Конфликтность личности обуславливается особенностями темперамента, уровнем агрессивности, сформированной культурой общения, общим эмоциональным состоянием, а также социальными условиями и окружением [26].

Высокий уровень эгоцентризма у подростков, при сопутствующем повышенном уровне конфликтности создает им сложности в общении: ребенку затруднительно представить себя на месте другого человека, принять его точку зрения, согласиться с многообразием различных мнений касательно одного и того же вопроса [61, с. 100].

Таким образом, при характерных особенностях подросткового развития, межличностный конфликт может рассматриваться как поведенческая оппозиция, нацеленная на разрешение противоречий

Переходя к вопросу о выборе подростками стратегий поведения в конфликтной ситуации, наиболее встречаемыми моделями являются «компромисс», «приспособление», «соперничество», «избегание»:

- при конфликтной стратегии «соперничество» подросток часто нападает на соперника в устной форме и использует все возможные средства с целью достижения результатов;
- при конфликтной стратегии «приспособление» подростки позволяют себе уступить, пренебрегая собственными интересами;
- при конфликтной стратегии «избегание» подросток вообще ничего не делает для того, чтобы конфликтная ситуация как-то разрешилась, стараясь уйти от конфликта и пустить все на самотек;

- при конфликтной стратегии «компромисс» подростки стараются определить какое-то решение, которое частично удовлетворит обе стороны, хоть и полностью не будет удовлетворительным ни для одной из них;
- при конфликтной стратегии «сотрудничество» подростки пытаются озвучивать свои собственные проблемы в попытке найти взаимные и полностью удовлетворительные решения (беспроблемный вариант, редко встречаемый).

Таким образом, при последних вышеописанных моделях разрешения конфликта действия подростков будут более успешными, быстрыми и результативными. То есть подросток, сосредотачиваясь на решении своей задачи, сможет найти несколько выходов из конфликтной ситуации [70, с. 92].

Отметим, что стратегию соперничества предпочитают в основном конфликтные подростки. Агрессивные и эмоциональные, они всячески пытаются отстоять свою позицию, ведя себя порывисто и импульсивно и пренебрегая чужими интересами. Такие подростки требуют от других уважительного отношения к себе и своим интересам, и ввиду отсутствия самокритичности и саморефлексии, всегда удовлетворены своими поступками. Характерными чертами подростков, выбирающих соперничество, являются высокий эгоцентризм, самостоятельность, удовлетворенность собой и острое желание быть лидером, при отсутствии страха быть отчужденным [цит. по 14, с. 210].

Выбор поведенческой стратегии «соперничество» может быть логичен только в тех ситуациях, когда последующие отношения с другой стороной не имеют ценности, когда ситуация критическая и результат жизненно важен, поэтому, требуются незамедлительные действия, когда, образно говоря, уже «нечего терять» [15, с. 14].

Сотрудничество и компромисс, как стратегии поведения в конфликте не слишком популярны в подростковой среде, потому что подростки в силу

своих возрастных особенностей не готовы и не умеют подобно взрослым конструктивно вести диалог.

Стратегия избегания выбирается в тех ситуациях, когда подросток сомневается в своей правоте, и считает, что другая сторона имеет больше шансов на победу в споре. Приспособление чаще всего используется в случаях, когда подросток желает сохранить ситуацию спокойствия и стабильности. Однако, уход от проблемы или ее избежание является вполне рациональной реакцией на конфликтную ситуацию. По истечении какого-то времени эти разногласия, которые привели к конфликту, могут разрешиться сами собой или подросток может заняться этими вопросами позже, когда в его распоряжении будут дополнительная информация и возможности.

Стиль избегания означает, что индивид не отстаивает свои права, ни с кем не сотрудничает для выработки решения или уклоняется от решения конфликта. Для этого проблема игнорируется, ответственность за решение перекладывается на другого или происходит отсрочка решения [2, с. 92].

Чаще всего подростки выбирают стратегию соперничества, однако в зависимости от ситуации и желаний субъекта, могут применяться альтернативные способы ведения в конфликтной ситуации [72, с. 235].

Так как конфликтное поведение является для подростка формой отстаивания своей позиции, защитное поведение подростков характеризуется пассивностью и неосознанностью поведения. Способы преодоления конфликтных ситуаций эмоционально насыщены и часто близки по своей силе к аффекту. Подростки признаются, что в такие моменты, не владея собой, они совершают поступки, о которых потом могут жалеть. Также в ситуативных способах преодоления конфликтов выделяют неосознаваемое, осознаваемое (восстанавливающее) поведение и пассивное (нормативное) поведение.

Осознаваемое поведение снижает психическое напряжение, возникающее при столкновении подростка с конфликтной ситуацией, так как

избыточное эмоциональное напряжение становится препятствием, которое необходимо преодолеть.

В таких случаях, при необходимости снять напряженность, решение об использовании стратегии избегания конфликта может оказаться правильным. Когда исход (результат), равно как и отношения, не очень важны или не хочется тратить силы на ведение конфликта, в силу нежелания идти на уступки или необходимости накопления ресурсов для ведения конфликта, подростки могут использовать данную стратегию конфликтного поведения [15, с. 14].

Стиль приспособления означает, что подросток не защищает свои собственные интересы, он идет на компромиссы с другими сторонами в ущерб себе, для того чтобы сохранить дружеские отношения со сверстниками. Этот стиль используется подростками не для решения конфликта, а для собственного спокойствия и стабильности [40, с. 82].

В ситуациях, когда важнее сохранить с другой стороной хорошие взаимоотношения, чем отстаивать свои интересы, когда результат относительно не важен, когда нет шансов достичь желаемого иным способом, не остается ничего иного, как принять решение пойти на уступки [15, с. 14].

Существует мнение, что на поведение подростка в конфликтной ситуации может влиять тип темперамента. Например, подростки-сангвиники в школьных конфликтах ведут себя спокойно и уравновешенно, тогда как дети-холерики не смогут обойтись без крика и злости. Подросток-флегматик постарается вообще избежать скандала и не участвовать в конфликтной ситуации, а меланхолик стремится уйти от конфликта, либо покорно приспособится к ситуации [цит. по 29, с. 32].

Любая ситуация конфликта, в которой оказывается подросток, является противоречием или несоответствием и может выражаться как внешне, так и внутренне. Вне зависимости от своего проявления, сам факт наличия

конфликта будет разрушительно влиять на поведение подростка, что приведет в результате к его дезадаптации [30, с. 14].

Оказавшись в противоречивой ситуации конфликта, подросток вспоминает имеющуюся у него знания о подобных случаях, в том числе и изученные на личном опыте. Сравнивая конфликтную ситуацию с предыдущими методами решения схожих проблем, ребенок вырабатывает план, который поспособствует достижению поставленной цели. Мысленно приняв решение, способствующее определенной форме поведения, подросток начинает осуществлять или прекращать конкретные действия, вместе с тем, продумывая все возможные последствия, соответствующие его ожиданиям [47, с. 180].

В зависимости от индивидуальных особенностей, подростки, находясь в конфликтной ситуации, выбирают наиболее свойственные им решения по типу личности.

Существует семь социально-психологических типов личности:

1. Подростки сенситивного типа в возникающих ситуациях конфликта, хоть и имеют необходимые знания, умения и навыки для выхода из ситуации конфликта, обычно не в состоянии самостоятельно их применить по ряду причин когнитивного характера.

2. Подростки гармоничного типа готовы к благоприятному разрешению конфликта без ущерба для себя и других, только если противоположная конфликтующая сторона будет также готова к его разрешению.

3. Подростки инфантильного типа считают себя виновными в возникновении конфликта и корят себя за неспособность его разрешить, из-за чего только затягивают время пребывания в состоянии конфликта.

4. Подростки конформного типа в силу своих личностных качеств с успехом выходят из любой сложившейся ситуации, в том числе и конфликтной. Это, прежде всего, связано с тем, что люди данного типа самоуверенны, нечестны, хитры, изворотливы, умеют использовать



окружающих в своих целях, обещают больше, чем могут сделать. На таких людей нельзя положиться.

5. Подростки интровертивного типа считают конфликт неверным поступком, который не следовало совершать. Они готовы пойти на его разрешение, не считаясь со своим поражением или несостоятельностью.

6. Подростки доминирующего типа в ситуации конфликта показывают высокую эмоциональную реакцию на несправедливость со стороны других участников конфликта, когда те пытаются задеть чувство собственного достоинства человека.

7. Подростки тревожного типа пытаются решить ситуацию конфликта путем насилия, психологического давления и других неконтролируемых ими способов действий. Это связано с повышенной тревожностью, вспыльчивостью, напряженностью, раздражительностью, восприимчивостью к опасности и возбудимостью [22, с. 47].

В целом, поведение подростка можно считать противоречивым, так как в аналогичной ситуации он может проявлять себя и как взрослый и как ребенок. Противоречие между самооценкой и оценкой окружающих приводит к тому, что подросток часто конфликтует с родителями, учителями и сверстниками. Главная сложность здесь заключается в том, что подросток недостаточно подготовлен к действиям в конфликтной ситуации. В отличие от взрослого, он еще не умеет адекватно оценивать ситуацию, свои силы и цели в конфликте. Также очень мало знает подросток о стратегиях разрешения конфликта, в основном используется стратегия соперничества, а стратегия сотрудничества иногда воспринимается подростками как проявление слабости [48, с. 98].

Обобщив вышесказанное, отметим, что целый ряд социально-психологических особенностей отличает сегодняшних подростков от их сверстников прошлых поколений. Главной особенностью, по мнению исследователей (И.П. Андриади, Л.И. Воробьева, В.Н. Лозовцева, М.М. Рыбакова и др.) является повышенная конфликтность подростков, в

частности, в межличностном общении со сверстниками (В.М. Афонькова, Т.В. Драгунова, А.И. Сорокина и др.). Практика показывает, что подростки не владеют умениями разрешать возникающие конфликты, и в их конфликтных отношениях преобладают тенденции деструктивного характера [31, с. 80].

Таким образом, для того, чтобы снизить остроту часто встречающихся конфликтных явлений в подростковой среде и обучить продуктивным формам поведения для разрешения межличностных конфликтов, необходимо осуществлять психологическое сопровождение подростков и сформировать у них конструктивных стратегии конфликтного поведения.

### 1.3 Модель управления процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков

Для теоретического обоснования модели управления процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков, нам необходимо было использовать методы моделирования и целеполагания.

Управленческий процесс, являющийся системным, включает в себя, прежде всего, цель и подчиненную этой цели управленческую активность (решаемые задачи, их состав и др.), а также средства, т.е. формы и методы управления; управляемые лица или группы людей (респонденты) и, наконец, релевантные субъекты (руководители, менеджеры, модераторы и т.д.) управленческой деятельности. Все эти перечисленные структурные элементы взаимосвязаны и образуют подсистему той или иной системы управления [1, с. 368].

Процесс формирования – это целенаправленное и организованное овладение социальными субъектами целостных, устойчивых черт и качеств, необходимых для качественной жизнедеятельности [цит. по 38].

Под формированием понимают систему организованных действий и операций, создающих определенные идеальные объекты, которые служат средством для познания, освоения и отражения объективного мира [12, с. 23].

В связи с высоким уровнем значимости проектирования и внедрения инновационных технологий, важнейшей задачей современной педагогики и психологии является моделирование [46].

Моделирование – это научный метод реализации различных манипуляционных действий, связанных с моделью (создание, трансформация, интерпретация).

«Моделирование – это практико-теоретическое исследование определенного объекта, при котором непосредственно происходит изучение некоторой вспомогательной искусственной или естественной системы. При этом, модель должна объективно соответствовать познаваемому объекту, выполнять замещающую функцию на определенных этапах познания и давать в процессе исследования информацию о самом моделируемом объекте» [33].

Яковлев Е.В и Н.О. Яковлева определили моделирование как «процесс воспроизведения характеристик одного объекта на другом объекте, специализированном для его изучения, который носит название модель» [цит. по 34].

Используя в работе метод моделирования можно детально изучить основные характеристики исследуемого процесса и составить целостный образ.

Форма моделирования, как метода исследования объектов на их моделях, зависит от используемых моделей и сферы применения моделирования [цит. по 35].

Важно понимать, что модель, являясь системой объектов или обозначений, в заданных обстоятельствах может служить заменой объекту-оригиналу, воспроизводя интересующие свойства и характеристики оригинала. Специфика же психологической модели заключается в том, что

воспроизводится определенная психическая деятельность для ее изучения или усовершенствования [цит. по 36].

Модель – некий материальный или придуманный объект или явление, заменяющий оригинал, сохраняет наиболее важные его свойства, например, в процессе познания (созерцания, анализа и синтеза) или конструирования [37, с. 368].

Процесс разработки модели предполагает следующий поэтапный алгоритм:

- 1) задается цель, обозначаются задачи, обосновываются принципы и анализируется существующая теория и практика;
- 2) создается адекватная модель;
- 3) далее следует теоретический анализ и опытно-экспериментальная проверка разработанной модели;
- 4) знания, полученные в процессе исследования, переносятся на оригинал [39, с. 41].

Подробнее рассмотрим этапы построения модели.

Первый этап построения модели предполагает наличие какой-либо информации об оригинальном объекте. Познавательные возможности модели обуславливаются тем, что модель отображает (воспроизводит, имитирует) какие-либо характерные черты объекта-оригинала, поэтому любая модель замещает оригинал лишь в строго ограниченном смысле. Следовательно, для одного объекта может быть построено несколько «специализированных» моделей, концентрирующих внимание на определенных сторонах исследуемого объекта или же характеризующих объект с разной степенью детализации.

На втором этапе модель выступает как самостоятельный объект исследования. Одной из форм такого исследования является проведение «модельных» экспериментов, при которых сознательно изменяются условия функционирования модели и систематизируются данные о ее «поведении».

Конечным результатом этого этапа является множество (совокупность) знаний о модели.

На третьем этапе многочисленные знания с модели переносятся на оригинал. Одновременно с этим происходит переход с «языка» модели на «язык» оригинала. Процесс переноса знаний проводится по определенным правилам, поэтому знания о модели должны быть сформулированы с учетом тех свойств объекта-оригинала, которые не нашли отражения или были изменены при построении модели.

Четвертый этап – практическая проверка получаемых при помощи модели знаний и их последующее использование для построения обобщающей теории объекта, его преобразования или управления им.

В изучении управления процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения старших подростков важную роль играет целеполагание, которое проводится на первом этапе моделирования.

Целеполагание эффективно реализуется с помощью метода «дерево целей», позволяющего более структурировано и информативно исследовать проблему.

В 1957 году Р. Акофф и Ч. Чермен предложили науке метод «дерева целей», который представлял собой упорядочивающий инструмент, позволяющий формировать компоненты общей целевой программы развития и соответствия со специфическими целями различных уровней и областей деятельности [4, с. 11].

Долгова Валентина Ивановна, являющаяся доктором психологических наук, охарактеризовала дерево целей как структурную совокупность целей какой-либо экономической системы, плана или программы, построенной по иерархическому принципу, то есть распределенную по уровням, имеющую определенные ранги. В такой совокупности определяется генеральная цель, символизирующая «вершину дерева» и подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней, характерные для «ветвей дерева» [17, с. 268].

Уникальность и ценность данного метода заключается в отображении способа достижения генеральной цели через составление иерархического перечня понятных и достижимых подцелей нижнего уровня.

Перед построением «дерева целей» необходимо решить перечень задач, которые соответствуют этапам его построения.

На первом этапе необходимо определить генеральную (общую) цель и проанализировав ее, сопоставить с психолого-педагогическими задачами.

Второй этап подразумевает дифференциацию общей цели на второстепенные цели (подцели 1-го уровня), сохраняя при этом смысловую связь с генеральной целью.

Во время третьего этапа подцели 1 уровня подразделяются на подцели 2-го уровня. Разделенные подцели при этом должны быть логически связаны.

На четвертом этапе проводится разделение подцелей 2-го уровня на различные блоки деятельности, элементы, то есть детальные составляющие (подцели 3-го уровня).

На заключительном этапе необходимо проверить, чтобы все цели соответствовали содержанию работы и, чтобы каждый элемент «дерева целей» был направлен на единый результат.

Обобщая все вышесказанное, можно утверждать, что «дерево целей» должно быть единой системой взаимосвязанных элементов.

Рассмотрим основные особенности постановки целей и формирования дерева целей [58]:

1. Цель определяется назревшей потребностью и возможностями ее достижения. При возникновении всякой потребности естественным является стремление к ее решению.

2. Для определения целей необходимо знание потребностей и анализ возможностей удовлетворения этих потребностей. Цель всегда должна быть реалистичной.

3. Цель должна быть конкретной и конечной для исполнителей, иметь помимо формулировки количественное выражение или иметь

соответствующий критерий ее достижения, задаваться на конкретный временной период.

4. Цель задается в несколько последовательных этапов. Первоначально цель соотносится с назревшими или потенциальными потребностями. Затем происходит поиск ресурсов для ее достижения, после чего, цель уточняется и определяется временными рамками ее достижения. Постановка цели идет по схеме: цель – средство ее достижения – цель.

5. Цели систем низшего уровня должны соотноситься с целями систем высшего уровня и быть направленными на достижение последних, т.е. цели систем низшего уровня в совокупности образуют цель системы вышестоящего уровня. Таким образом, цель объединения может быть достигнута, если образующие ее подцели достигаются подразделениями объединения.

6. Между деревом объектов управления и деревом целей желательно достижение максимального соответствия. Структура системы целей должна соответствовать структуре производственной системы (объекта управления), тогда каждая цель достигается определенным подразделением. В этом случае повышается целенаправленность деятельности каждого элемента производственной системы.

7. Построение дерева целей может вестись декомпозицией (расчленением) цели нулевого уровня (главной цели) на основные и частные или композицией целей высших уровней из целей низших уровней. Всегда существуют несколько вариантов интеграции и дифференциации целей, и предпочтительным является тот вариант, который больше соответствует дереву объектов управления.

Опираясь на алгоритм построения и перечисленные принципы, мы составили «дерево целей» нашего исследования, которое представлено на рисунке 1.

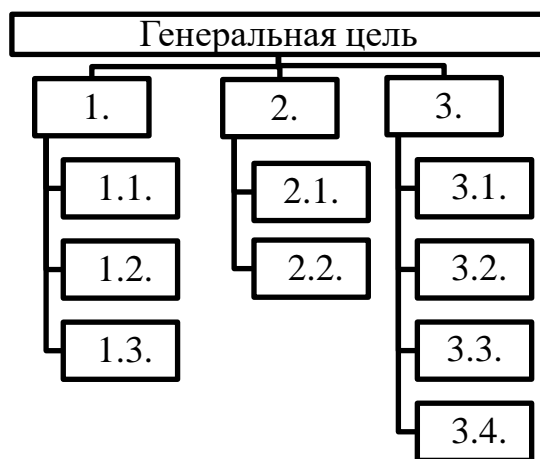


Рисунок 1 – Схема целеполагания (дерево целей) формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

Для достижения генеральной цели, необходимо реализовать три направления деятельности.

Первое направление включает в себя анализ теоретических предпосылок формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

1. Теоретически обосновать проблему изучения формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

1.1. Раскрыть понятия конфликтного поведения и стратегий поведения в конфликтных ситуациях в психолого-педагогических исследованиях.

1.2. Изучить особенности проявления стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

1.3. Теоретически обосновать модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

Второе направление включает в себя опытно-экспериментальное исследование формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.



2. Организовать и провести исследование стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

2.2. Охарактеризовать выборку исследования и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

Третье направление деятельности для достижения общей цели заключается в реализации опытно-экспериментального исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

3. Провести экспериментальную работу по организации и проведению программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

3.1. Составить программу формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

3.3. Составить психолого-педагогические рекомендации по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

3.4. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Далее, руководствуясь составленным «деревом целей», разрабатывается модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков. Графическое изображение модели формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков представлено на рисунке 2:

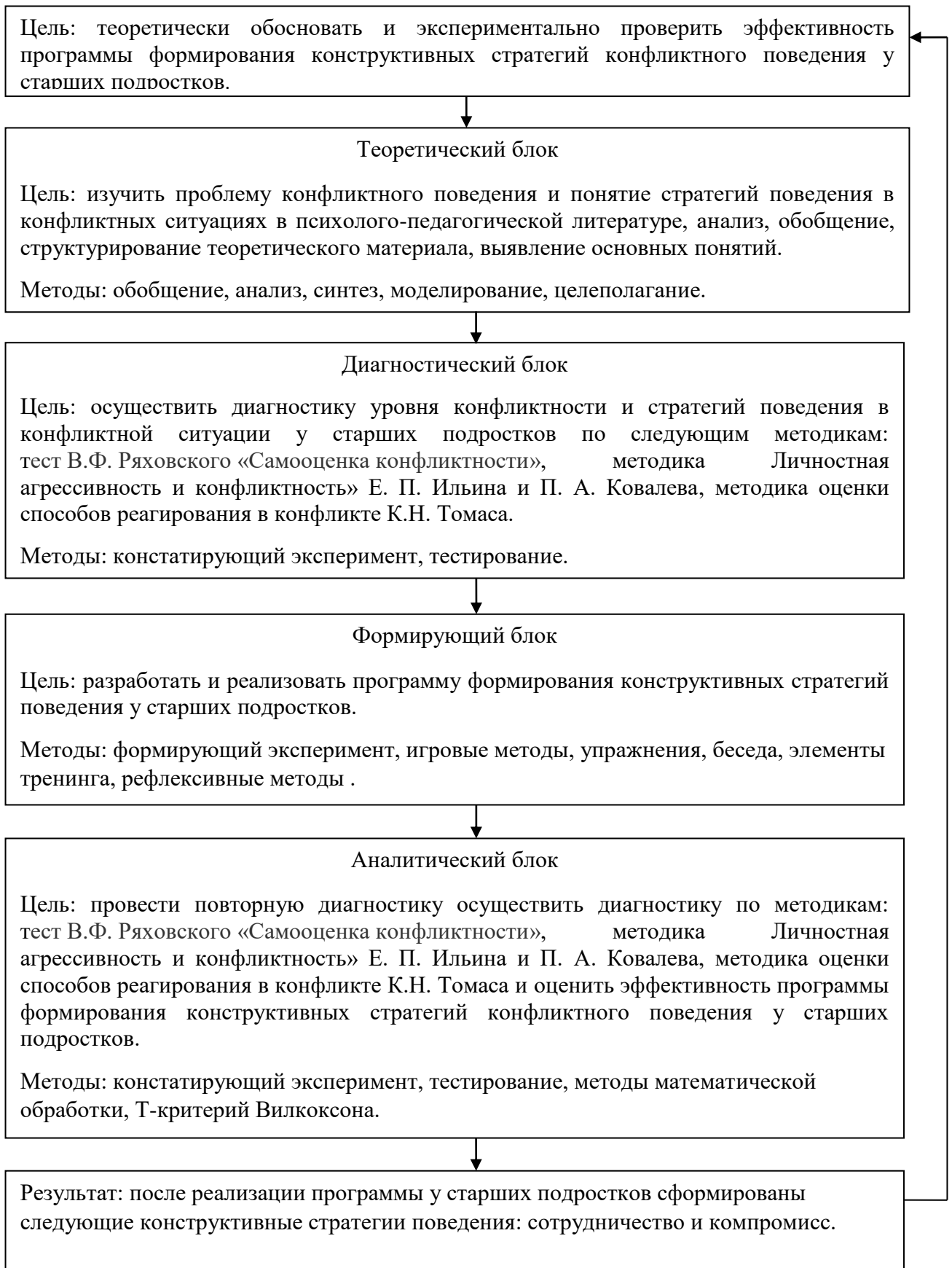


Рисунок 2 – Модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков

Модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков состоит из пяти блоков: теоретического блока, диагностического, формирующего блока, аналитического и результативного блока.

Цель представленной модели – теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

В теоретическом блоке необходимо исследовать проблему конфликтного поведения и стратегий поведения в конфликтных ситуациях в психолого-педагогической литературе, изучить возрастные особенности конфликтного поведения у старших подростков, проанализировать, синтезировать и обобщить полученные сведения. Для перехода к следующему логическому блоку, необходимо подобрать психодиагностические методики и методы.

Цель диагностического блока – определить у старших подростков уровень конфликтности и предпочитаемые стратегии поведения в конфликтной ситуации, используя следующие психодиагностические методики:

- тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»;
- методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева;
- методика оценки способов реагирования в конфликте К.Томаса.

В диагностическом блоке происходит отбор испытуемых с неконструктивными стратегиями конфликтного поведения для дальнейшего их участия в формирующем эксперименте.

Формирующий блок нацелен на то, чтобы изменить у старших подростков стратегии поведения в конфликтных ситуациях с деструктивных на конструктивные. Реализация данного блока предполагает разработку и проведение программы формирования конструктивных стратегий

конфликтного поведения у старших подростков, на основании данных, полученных в ходе реализации теоретического и диагностических блоков.

Эффективность реализации программы будет зависеть от формы проведения работы, от коллектива участников и продолжительности занятий, а также уровня компетентности психолога.

Коллектив участников программы формируется на основе анализа диагностических данных. Отбираются подростки с предпочтительными неконструктивными стратегиями поведения в конфликтной ситуации. Периодичность занятий с детьми в группе по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения: одно занятие в неделю продолжительностью 45 минут на протяжении двух месяцев. Основное содержание групповых занятий составляют игры и психотехнические упражнения в тренинговом формате.

Занятия имеют определенную структуру, которая включает в себя вводную часть, основную часть и завершающую рефлексию.

Взаимодействуя со старшими подростками, мы опирались на основополагающие принципы образования:

- гуманизм – подразумевает, что к каждому ребенку проявляется уважительное и доброжелательное отношение, а также учитываются его личностно-индивидуальные особенности и исключается принуждение и насилие над личностью;
- системность – занятия строятся с учетом постепенного усложнения и этапности формирующей работы;
- конфиденциальность – информация, получаемая специалистом в процессе взаимодействия с ребенком, не разглашается;
- добровольность – участие учащихся в работе со специалистом должно быть осознанным и добровольным;
- компетентность – психолог, работая с детьми, должен четко определять и учитывать рамки собственной компетентности;

- ответственность – психолог ответственно относится к благополучию детей, заботится о них и не использует полученные результаты работы им во вред.

Аналитический блок предназначен для проведения вторичной диагностики уровня конфликтности и стратегий поведения в конфликтной ситуации у старших подростков после реализованной программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения. Используются те же психодиагностические методики, что и в диагностическом блоке. Далее, вся полученная информация подлежит обработке.

В заключительный результативный блок входит оценка эффективности программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков, путем анализа результатов диагностики, и разрабатываются психолого-педагогические рекомендации для учащихся, педагогов и родителей [23, с. 61].

Таким образом, для эффективного проведения формирующей работы мы использовали методы целеполагания и моделирования. Сначала было составлено «дерево целей», позволяющее наглядно продемонстрировать совокупность целей формирующей программы. Далее, опираясь на «дерево целей» была сконструирована модель формирования конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации у старших подростков, которая состоит из следующих компонентов: теоретического блока, диагностического блока, формирующего блока, аналитического блока и блока оценки результата.

#### Выводы по 1 главе

Изучив и проанализировав достаточное количество психолого-педагогических материалов проблеме исследования, нам удалось исследовать

феномен конфликтного поведения и определить понятие стратегий поведения в конфликтных ситуациях, рассмотрев все виды данных стратегий.

Конфликтом называют обострение социальных противоречий, выражающихся в разных формах борьбы между индивидами и социальными общностями, нацеленное на достижение разноплановых интересов и целей, нейтрализуя или устраняя оппонента и не позволяя ему добиться реализации собственных интересов.

Разобрав структуру конфликта, характеризующую статистическое состояние конфликта и его свойства как объекта, нами были изучены следующие элементы:

- 1) стороны (участники) конфликта;
- 2) условия конфликта – обстоятельства или факторы, определяющие его характеристики и возможность его возникновения;
- 3) предмет и объект конфликта;
- 4) действия участников конфликта;
- 5) исход (результат) конфликта – идеальный образ результата, имеющийся у участников конфликтного взаимодействия и, в конечном счете, определяющий его направленность.

Рассмотрев деструктивную, конструктивную и диагностическую функцию конфликтов, мы определили три группы факторов, влияющих на возникновение и развитие конфликтов:

1. Объективные (те обстоятельства социального взаимодействия людей, приводящие к прямому столкновению их мыслей, интересов, ценностей).
2. Социально-психологические (психологическая несовместимость, дисбаланс во взаимодействии людей).
3. Личностные (особенности психики человека – степень ее возбудимости, эгоцентризм, стрессоустойчивость, напористость, самооценка и т. п.).

В зависимости от вышеперечисленных факторов, каждый человек сам выбирает, к какой стратегии поведения ему прибегнуть для разрешения конфликтной ситуации.

Стратегия поведения в конфликте – это ориентация человека (группы) по отношению к конфликту, установка на определенную модель поведения в ситуации конфликта.

Томасом К. были определены пять основных стратегий поведения в конфликтной ситуации:

- соперничество;
- избегание;
- приспособление;
- компромисс;
- сотрудничество.

В рамках нашего исследования в качестве неконструктивных стратегий конфликтного поведения были приняты «соперничество», «избегание» и «приспособление», а «компромисс» и «сотрудничество» – конструктивными стратегиями, которые в дальнейшей работе необходимо сформировать у старших подростков.

Подростковый возраст считается сложным возрастным периодом, в котором часто возникают внутриличностные и межличностные конфликты. Проанализировав литературу, рассматривающую проблему выбора подростками стратегии поведения в конфликтной ситуации, мы отметили наиболее часто встречаемые модели «компромисс», «соперничество», «избегание».

При конфликтной стратегии «соперничество» подросток предпочитает нападение в устной форме, используя все возможные действия с целью достижения запланированных результатов.

При конфликтной стратегии «приспособление» подростки чаще всего идут на уступки, жертвуя своими интересами.

Подростки, выбирающие стратегию «избегания» в большей степени не предпринимают никаких действий для разрешения конфликта и пытаются уйти от него.

При использовании конфликтной стратегии «компромисс» подростки стараются урегулировать конфликт мирным путем, определив частично удовлетворительное для обоих соперников решение, но неудовлетворяющее полностью ни одного из них.

При конфликтной стратегии «сотрудничество» подростки пытаются озвучивать свои собственные проблемы в попытке найти взаимные и полностью удовлетворительные решения (беспроектный вариант).

Для эффективного построения процесса формирующей работы в исследовании были использованы методы целеполагания и моделирования. Сначала было составлено «дерево целей», которое позволило наглядно увидеть совокупность целей программы формирования. Опираясь на «дерево целей» была построена модель формирования конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации у старших подростков, которая состоит из следующих компонентов: теоретического блока, диагностического блока, формирующего блока, аналитического блока и блока оценки результата.

Составляя программу формирования, мы учитывали принципы гуманизма, системности, конфиденциальности, добровольности, компетентности и ответственности.

Таким образом, исследовав теоретические аспекты конфликтного поведения в подростковом возрасте, мы можем перейти к опытно-экспериментальной работе по формированию эффективных навыков разрешения конфликтов у подростков.



## **ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ**

### **2.1 Этапы, методы, методики исследования**

Исследование формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков проводилось в три последовательных этапа:

#### **1. Поисково-подготовительный этап.**

На этом первоначальном этапе проводился подробный анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования с последующим его структурированием и обобщением. Далее формулировались цели, задачи и гипотеза исследования. Поисково-подготовительный этап был посвящен изучению феномена конфликтного поведения и стратегий поведения в конфликтных ситуациях, где отмечались возрастные особенности проявления стратегий конфликтного поведения у старших подростков. После изучения теоретического материала, разрабатывалась модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков, основанная на «дереве целей».

#### **2. Опытно – экспериментальный этап.**

На данном этапе проводился подбор психодиагностических методик, требуемых для исследования уровня конфликтности и стратегий конфликтного поведения у старших подростков. После проведения диагностической работы, осуществлялся констатирующий эксперимент с последующей обработкой и интерпретацией полученных результатов. Составлялась программа формирования конструктивных стратегий

конфликтного поведения у старших подростков, с последующей ее реализацией.

### 3. Контрольно – обобщающий этап.

На завершающем этапе проводилась вторичная диагностика уровня конфликтности и стратегий конфликтного поведения у старших подростков, участвующих в программе формирования. Далее, анализировались полученные результаты констатирующего и формирующего экспериментов, проводилась статистическая обработка зафиксированных данных с их теоретическим обоснованием. После оценивания эффективности реализованной программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков, формулировались заключительные выводы и составлялись психолого-педагогические рекомендации.

В исследовании управления процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков были использованы следующие методы и методики:

1. Теоретические методы – анализ, синтез, обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические – констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по методикам:

- тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»;
- методика Е.П. Ильина и П.А. Ковалева «Личностная агрессивность и конфликтность»;
- методика оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса.

### 3. Математико-статистические: Т-критерий Вилкоксона.

Детально рассмотрим использованные в исследовании методы и методики.

Под анализом понимается метод, основанный на процессе разделения целого предмета на составные части. Анализируя данные,

исследователь мысленно разделяет изучаемый объект, рассматривая его составные компоненты и присущие ему свойства и признаки.

Анализ литературы – это метод научного исследования, который подразумевает операцию мысленного или реального расчленения целого (вещи, свойства, процесса или отношения между предметами) на составные части, выполняемую в процессе познания или предметно-практической деятельности человека [18].

Синтез является противоположным анализу методом научного исследования, соединяющим разнообразные явления, вещи, качества или противоречивые множества в единообразное целое, для которого характерно отсутствие противоречий. Процесс синтезирования подразумевает соединение полученных при анализе данных частей в нечто целое, в результате чего образуется единая система знаний.

Методы анализа и синтеза, используемые в научных исследованиях органически связываются между собой и принимают разные формы в зависимости от свойств изучаемого объекта и цели исследования. При этом, данные методы используются на стадии поверхностного ознакомления с объектом, так как выделяемые части объекта, его свойства и простейшие измерения фиксируются на поверхности общего.

Под методом обобщения понимается форма преобразования знаний путем перехода от частного к общему в некоторой модели мира. То есть, для определенной группы явлений формулируют новое, более объемное понятие, отражающее общие свойства этих явлений на принципиально новом знаниемом уровне. Любое обобщение должно основываться на конкретном свойстве или группе свойств, позволяющих группировать явления и определить эту группу понятием [38, с. 147].

Таким образом, можно сказать, что «обобщение это процесс выделения в исследуемом материале общих черт» [цит. по 57].

В нашем исследовании использовался метод целеполагания, для которого является характерным постановка генеральной цели и

совокупности соподчиненных целей (дерева целей) с последующим анализом методов для их достижения.

«Дерево целей» является четко структурированной, построенной по иерархическому типу совокупностью целей какой-либо системы, программы, плана, в которой выделена главная цель и подчиненные ей подцели последующих уровней». Термин «дерево» подразумевает использование иерархической структуры, полученной путем деления общей цели на подцели, а их, в свою очередь, на более конкретные составляющие, называемые подцелями нижнего уровня или функциями. В целом, можно представить дерево целей как связный граф, вершины которого представляются как цели, а ребра или дуги – как связи между целями [56, с. 29].

Моделирование в психологии – построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности.

«Тестирование – это метод психологической диагностики, использующий стандартизированные вопросы и задачи (тесты), имеющие определенную шкалу значений и применяющийся для стандартизированного измерения индивидуальных различий» [цит. по 24].

Тест – это стандартизированное задание или список связанных между собой заданий, позволяющий вывить степень выраженности исследуемого свойства у испытуемого, его психологические характеристики, а также отношение к тем или иным объектам. Результатом тестирования является некоторая количественная характеристика, отражающая меру выраженности исследуемой особенности у личности. Она должна быть соотноситься с установленными для данной категории испытуемых нормами. Следовательно, с помощью теста определяется имеющийся уровень развития некоторого свойства в объекте исследования и сравнивается с эталоном или с развитием этого качества у испытуемого в более ранний период ссыла [63].

В исследовательской работе мы руководствовались определенными правилами проведения тестирования и интерпретации полученных результатов. Эти правила достаточно четко прорабатываются и заключаются в следующем:

1) испытуемые должны быть проинформированы о целях проведения процедуры тестирования;

2) необходимо ознакомить испытуемого с инструкцией по выполнению тестовых заданий и удостовериться, что инструкция всем понятна;

3) обеспечить ситуацию спокойного и самостоятельного выполнения заданий испытуемыми, сохраняя нейтральное отношение и избегая подсказок и помощи;

4) соблюсти методические указания по обработке полученных данных и интерпретации результатов, сопровождающие каждый тест или соответствующее задание;

5) не распространять полученную в результате тестирования психодиагностическую информацию, обеспечивая конфиденциальность испытуемых;

6) ознакомить испытуемого с результатами тестирования, сообщая ему или ответственному лицу соответствующую информацию по принципу «Не навреди!»;

7) собрать сведения, полученные с помощью других исследовательских методов и методик для последующего соотнесения их друг с другом, для определения согласованности между ними; обогатить свой опыт работы с тестом и знания об особенностях его применения [38, С. 33-34].

При проведении исследования соблюдались обозначенные правила тестирования.

Эксперимент – это один из основополагающих методов научного познания, в частности психологического исследования. Это активное

вмешательство в ситуацию со стороны исследователя, осуществляющего целенаправленное манипулирование одной или несколькими переменными и констатация сопутствующих изменений в поведении изучаемого объекта [58, с. 37].

Сначала в нашем исследовании использовался констатирующий эксперимент, целью которого является изменение одной или нескольких независимых переменных и определение их влияния на зависимые переменные. В констатирующем эксперименте в отличие от формирующего, всего лишь фиксируются изменения без оказания влияния на них [55, с. 231].

Далее применялся формирующий эксперимент — особый метод психологического исследования, суть которого заключается в построении обучения (воспитания) испытуемого с целью изменения его психики. В отличие от метода констатации (срезов), направленного на изучение фактов, и лонгитюдного исследования, описывающего процессы, протекающие в естественных условиях, формирующий эксперимент направлен, прежде всего, на выявление причин и условий протекания процессов [27, с. 166].

Охарактеризуем методики, использующиеся в экспериментальной части нашего исследования.

Для измерения уровня конфликтности был выбран тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности».

Тест содержит шкалу с десятью парами утверждений. Тестируемому лицу необходимо оценить каждое утверждение левой и правой колонки. При этом нужно отметить кружком, на сколько баллов у него проявляется свойство, представленное в левой колонке. Оценка производится по семибалльной шкале. Семь баллов означает, что оцениваемое свойство проявляется всегда, а один балл указывает на то, что это свойство не проявляется вовсе [19, с. 262].

Альтернативной методикой для изучения степени конфликтности является методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева. Она позволяет выявить склонность субъекта к конфликтности и агрессивности как личностных характеристик [26, с. 508].

Опросник содержит 75 высказываний, на которые респондент отвечает «да» или «нет». Ответы на вопросы соответствуют 8 шкалам: «вспыльчивость», «наступательность», «обидчивость», «неуступчивость», «компромиссность», «мстительность», «нетерпимость к мнению других», «подозрительность». За вариант ответа «да» или «нет» в соответствии с ключом начисляется 1 балл к каждой шкале, где испытуемые могут набрать от 0 до 10 баллов.

При прохождении методики в нашем исследовании респонденты отвечали на все вопросы, но для дальнейшего работы мы анализировали только шкалы, измеряющие уровень конфликтности.

Для того, чтобы выявить предпочитаемые стратегии поведения в конфликтных ситуациях, выбираемые старшеклассниками, мы воспользовались методикой оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса.

Методика определяет типичные способы реагирования человека на конфликтные ситуации, выявляет тенденции его взаимоотношений в сложных условиях. Эта методика позволяет выяснить, насколько человек склонен к соперничеству, избеганию или приспособлению как деструктивным стратегиям поведения, и стремится ли он к компромиссу или сотрудничеству как конструктивным стратегиями конфликтного поведения [26, с. 262].

Полные тексты диагностических методик представлены в Приложении 1.

Для того, чтобы проверить гипотезу нашего исследования, необходимо воспользоваться математическими методами, позволяющими оценить эффективность реализованной программы формирования

конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

T-критерий Вилкоксона – непараметрический статистический критерий, который применяется для оценки различных экспериментальных данных, получаемых в двух разных условиях на идентичной выборке участников эксперимента. Он выявляет не только направленность изменений, но и степень их выраженности, то есть интенсивность динамики сдвигов [цит. по 66].

Алгоритм подсчета:

1. Составить список испытуемых в случайном порядке, например, алфавитном.
2. Вычислить разность между индивидуальными значениями во втором и первом замерах. Определить, что будет считаться типичным сдвигом.
3. Согласно алгоритму, провести процесс ранжирования абсолютных величин разностей, начисляя меньшему значению меньший ранг, и проверить совпадение полученной суммы рангов с расчетной.
4. Отметить каким-либо способом ранги, соответствующие сдвигам в нетипичном направлении. Подсчитать их сумму T.
5. Определить критические значения T для данного объема выборки.

Если T-эмп. меньше или равен T-кр. – сдвиг в «типичную» сторону достоверно преобладает. Фактически оцениваются знаки значений, полученных вычитанием ряда значений одного измерения из другого. Если в результате количество снизившихся значений примерно равно количеству увеличившихся, то гипотеза о нулевой медиане подтверждается [цит. по 23].

Таким образом, исследование управления процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков состояло из трех этапов: поисково-подготовительного этапа, опытно-



экспериментального и контрольно-обобщающего. Подобранный комплекс методов и методик исследования позволил продиагностировать уровни конфликтности и стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

## 2.2 Характеристика выборки, анализ результатов констатирующего эксперимента

Экспериментальной базой исследования послужила МБОУ СОШ 131 г. Челябинска. Участниками эксперимента были ученики 9 класса в количестве 23 человек. Из них 9 юношей и 14 девушек, средний возраст которых оставляет 16-17 лет.

На первый взгляд, видно, что коллектив подростков является дифференцированным на части, так как в классе присутствуют очевидные микрогруппы. Для коллектива не характерна дружественная сплоченность, так как микрогруппы в классе проявляют конкуренцию по отношению друг к другу, либо демонстративно игнорируют. Учащимся свойственна агрессивность в отношении одноклассников, которые не входят в группу «предпочитаемых». Но, несмотря на это, учащихся можно назвать единым коллективом, так как в сложных ситуациях происходит сплочение и взаимная помощь ради достижения общей цели. Однако, в обыденной обстановке это не мешает подросткам часто конфликтовать друг с другом.

Также, при наблюдении за классом, было отмечено отрицание учебной деятельности. На все предложения или замечания педагогов, подростки реагируют негативно, неуважительно. В целом, педагогический коллектив школы характеризует этот класс, как «сложный». У двух учащихся наблюдаются очевидные конфликты с классным руководителем. В классе также наблюдается 3 учащихся, которые всегда остаются в стороне от происходящего, так как никогда не принимают участия ни в

обсуждении школьных дел, ни в конфликтных «потасовках». Эти ребята стараются максимально абстрагироваться от напряженной обстановки и сосредоточены на учебе и подготовке к выпускным экзаменам.

Несмотря на неоднозначное поведение, ребята с удовольствием воспринимают новую информацию и готовы к участиям в экспериментах. Так, они с удовольствием проходили диагностику своего уровня конфликтности и стратегий поведения в конфликте и проявляли заинтересованность к итоговым результатам.

Констатирующий эксперимент на данном этапе позволил нам определить уровень конфликтности у старшеклассников с помощью двух методик: тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности» и методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева.

Результаты тестирования по методике В.Ф. Ряховского, после обработки полученных данных (См. Приложение 2, таблица 2), представлены на рисунке 3.

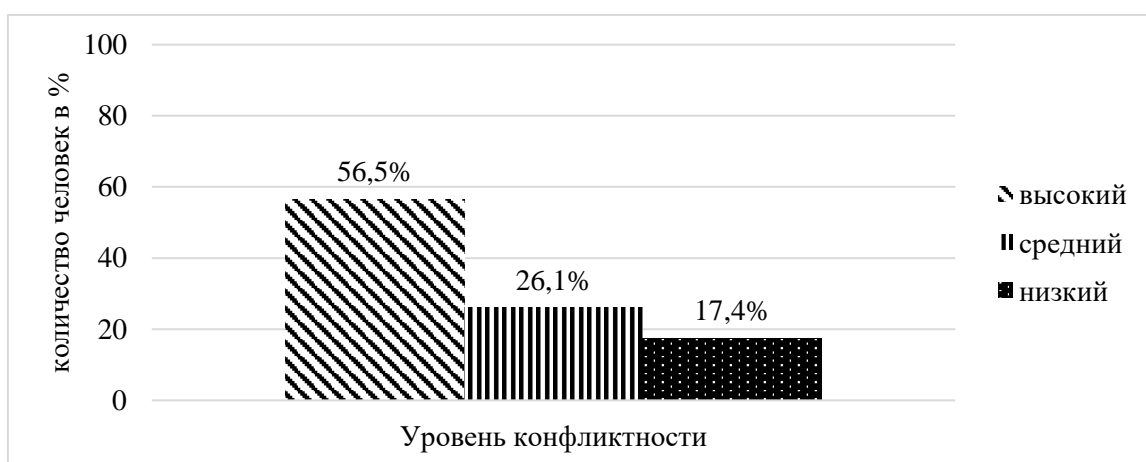


Рисунок 3 – Результаты диагностики уровня конфликтности у старших подростков по методике В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»

Как видно из рисунка 3, диагностика показала, что:

- высокий уровень выявлен у 56,5 % испытуемых (13 человек), что означает выраженную степень конфликтности – подростки с высоким уровнем конфликтности могут настойчиво отстаивать свое мнение,

несмотря на опасность испортить взаимоотношения с окружающими, зачастую сами ищут повод для споров и скандалов;

- средний уровень выявлен у 26,1 % испытуемых (6 человек) – средний уровень конфликтности означает, что у подростков конфликтность выражена слабо или они могут ее контролировать. Ребята обладают навыками сглаживать острые углы, не допуская развития критических ситуаций, но при необходимости готовы настойчиво защищать свои интересы;

- низкий уровень самооценки выявлен у 17,4 % испытуемых (4 человека) – для подростков с низким уровнем конфликтности характерно избегать конфликтных ситуаций. Из-за невыраженной конфликтности, они могут отказаться от своих интересов, лишь бы избежать какой-либо напряжённости в отношениях.

Далее с испытуемыми была проведена методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева, и после обработки полученного материала (См. Приложение 2, табл. 2.1) были выявлены следующие результаты, представленные на рисунке 4.

Так как для нашего исследования больший интерес представляют результаты шкалы «Конфликтность», на диаграмме обозначены только эти показатели.



Рисунок 4 – Результаты диагностики уровня конфликтности по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева

Как видно из рисунка 4, диагностика показала:

- очень высокий уровень конфликтности выявлен у 17,4 % испытуемых (4 человека);
- высокий уровень выявлен у 43,5 % испытуемых (10 человек);
- средний уровень конфликтности выявлен у 21,7 % испытуемых (5 человек);
- низким уровнем конфликтности обладают 17,4 % (4 человека).

Исходя из этого, мы можем наблюдать, что у старших подростков, в целом, преобладает высокий уровень конфликтности. Так как 10 подростков (43,5 %) проявляют высокий уровень конфликтности, а 4 ученика (17,4 %) – очень высокий. Это говорит о том, что испытуемые с высоким уровнем конфликтности могут ярко проявлять свои эмоции и силу в конфликтных ситуациях, показывать свою агрессию и доказывать правоту.

Четыре ученика, имеющие очень высокий уровень конфликтности могут лезть на рожон, сами ищут, с кем можно поругаться и выплеснуть свои эмоции, порою бывают достаточно агрессивны. Дети проявляют свою конфликтность не только в отношениях со сверстниками, но и нередко с учителями и всех работников школьного учреждения. Таких подростков учителя часто считают зачинщиками всех школьных бунтов и столкновений в классе.

Школьники со средним уровнем конфликтности, а именно 21,7 % от общего количества (5 человек) не будут целенаправленно идти на конфликт, но если конфликтная ситуация возникнет, не откажутся защищать свои права. Они достаточно уравновешенны и могут разобраться в спорной ситуации, не переводя ее в серьезный конфликт.

Четверо школьников с низким уровнем конфликтности (17,4 %) достаточно миролюбивы и стараются избегать ситуаций, где могут почувствовать себя некомфортно, предпочитают «мир без войны» и конструктивное решение возникающих проблем.

Для оценивания предпочитаемых стратегий конфликтного поведения у старших подростков была проведена методика оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса, результаты которой представлены на рисунке 5. Данные, полученные в результате первичной обработки, приведены в Приложении 2, таблице 2.3.

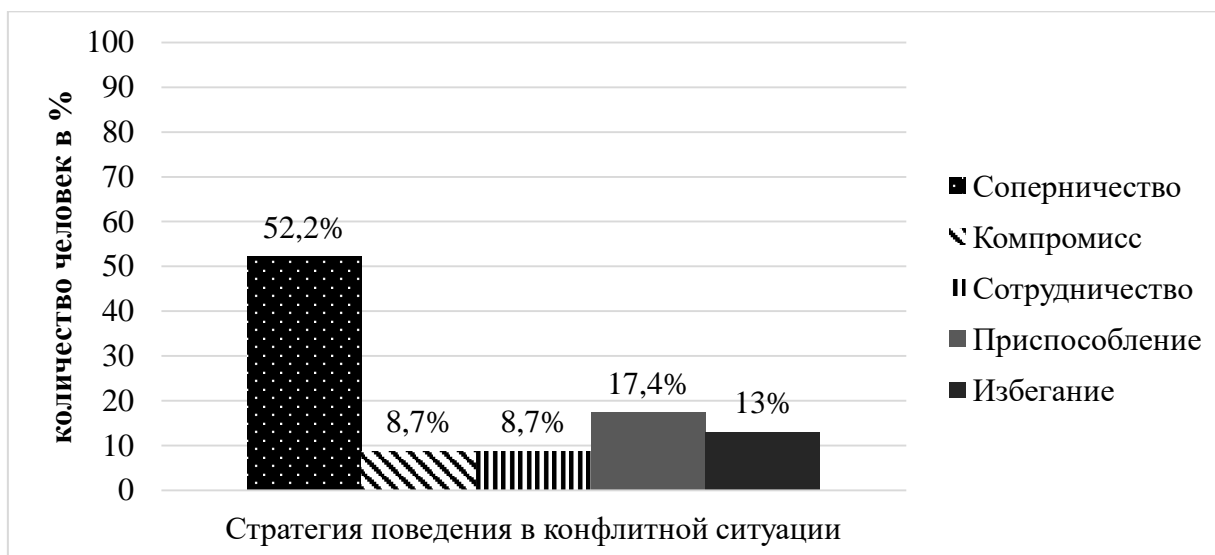


Рисунок 5 – Результаты диагностики выбора стратегии поведения в конфликтной ситуации по методике оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса

По методике К. Томаса на определение типа поведения при разрешении конфликта, были получены следующие результаты.

В целом по выборке основной формой поведения в конфликте выбрали:

- соперничество (соревнование) 12 испытуемых (52,2 %);
- компромисс 2 человека (8,7 %);
- сотрудничество 2 человека (8,7 %);
- приспособление 4 человека (17,4 %);
- избегание 3 человека (13 %).

На представленной диаграмме мы видим, что в коллективе у большинства человек (12 человек – 52,2 %) преобладает стратегия поведения – соперничество. Это говорит о том, что испытуемые, которые выбирают данную стратегию поведения, ставят свои интересы намного

выше интересов оппонента, которые ему вообще не интересны. Выбирая данную стратегию, подросток также делает выбор в пользу борьбы, а не сохранения взаимоотношений. Так как в данной модели поведения подростки активно используют власть, силу, применяют связи и авторитет, данную стратегию считают деструктивной.

К компромиссу стараются прибегнуть 2 человека (8,7 %), а это значит, что конфликтная ситуация разрешается путем взаимных уступок. Подросток взаимно снижает уровень своих притязаний и совместно с оппонентом ищет справедливого выхода из конфликтной ситуации.

Стратегий сотрудничества владеют всего 2 человека (8,7 %). Так как целью сотрудничества является принятие долгосрочного взаимовыгодного решения, оно иногда напоминает компромисс или приспособление. Подростки, умеющие сотрудничать друг с другом, в результате обсуждения конфликтной ситуации могут менять свою изначальную позицию и частично или полностью уступать партнеру. Однако, это происходит не потому, что кто-то признается более сильным или правым, а потому, что было найдено оптимальное решение проблемы для кого-то из участников конфликта.

Стратегию приспособления считают для себя эффективной 4 человека (17,4 %) и при данной стратегии поведения подростки не отстаивают свои интересы, оставляя без внимания интересы оппонента и просто приспосабливаясь к ситуации. Избегают любую конфликтную ситуацию 3 ученика (13 %), отказывающиеся взаимодействовать друг с другом, при столкновении интересов. Это показывает внутренние стремления людей сделать все возможное, чтобы отложить конфликт и принять все важные решения потом.

Таким образом, проанализировав все полученные результаты, можно сделать вывод, что у старших подростков преобладает высокий уровень конфликтности, в связи с чем, большое количество учеников в качестве стратегии поведения в конфликтной ситуации выбирают соперничество.

Соперничество не является конструктивной стратегией поведения в конфликте, именно поэтому учащиеся с данной стратегией поведения в конфликте были приглашены к участию в программе формирования конструктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях. Меньше всего в коллективе популярна стратегия избегания конфликта, но так как она также не является конструктивной, ученикам, выбравшим ее в качестве основной, было рекомендовано принять участие в программе, наряду с подростками, выбравшими стратегию приспособления в конфликтной ситуации.

Показателем успешной реализации программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения, на наш взгляд, будет увеличение общего числа подростков, выбирающих стратегии поведения «компромисс» и «сотрудничество».

#### Выводы по 2 главе

Исследование управления процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков было организовано в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

Экспериментальной базой явилась МБОУ СОШ 131 г. Челябинска 9 класса в количестве 23 человек.

В исследовании уровня конфликтности и предпочитаемых стратегий конфликтного поведения у старших подростков использовались следующие методы и методики:

1. Теоретические методы – анализ, синтез, обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.
2. Эмпирические – констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по методикам:

- тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»;
- методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева;

- методика оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса.

### 3. Математико-статистические: Т-критерий Вилкоксона.

Констатирующий эксперимент на данном этапе позволил нам определить уровень конфликтности у старшеклассников. Сначала был проведен тест В.Ф. Ряховского, и диагностика показала, что:

1. Высокий уровень выявлен у 56,5 % испытуемых (13 человек), что означает выраженную степень конфликтности. Подростки с таким результатом могут настойчиво отстаивать свое мнение, несмотря на опасность испортить взаимоотношения с окружающими, зачастую сами ищут повод для споров и скандалов.

2. Средний уровень выявлен у 26,1 % испытуемых (6 человек). Это означает, что у подростков конфликтность выражена слабо или они могут ее контролировать. Ребята обладают навыками сглаживать острые углы, не допуская развития критических ситуаций, но при необходимости готовы настойчиво защищать свои интересы.

3. Низкий уровень конфликтности, выявленный у 17,4 % испытуемых (4 человека), свидетельствует о том, что подростки стараются избегать конфликтных ситуаций. Из-за невыраженной конфликтности, человек может отказаться от своих интересов, лишь бы избежать какой-либо напряженности в отношениях. Если же ему приходится спорить, он всегда учитывает, как это может отразиться на отношениях с окружающими.

Далее с испытуемыми была проведена методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева, и после обработки полученного материала получились следующие результаты:



- очень высокий уровень конфликтности выявлен у 17,4 % испытуемых (4 человека);
- высокий уровень выявлен у 43,5 % испытуемых (10 человек);
- средний уровень конфликтности выявлен также у 21,7 % испытуемых (5 человек);
- низким уровнем конфликтности обладают 17,4 % (4 человека).

В коллективе старших подростков преимущественно выявлен высокий уровень конфликтности. Так как 10 подростков (43,5 %) проявляют высокий уровень конфликтности, а 4 ученика (17,4 %) очень высокий. Это говорит о том, что такие учащиеся способны ярков проявлять свои эмоции и силу в конфликтных ситуациях, склонны показывать свою агрессию и доказывать правоту.

Школьники со средним уровнем конфликтности, а именно 21,7 % от общего количества (5 человек) не будут целенаправленно идти на конфликт, но если конфликтная ситуация возникнет, не откажутся защищать свои права. Они достаточно уравновешены, могут разобраться в спорной ситуации, не переводя ее в серьезный конфликт.

Четверо школьников с низким уровнем конфликтности (17,4 %) достаточно миролюбивы и стараются избегать ситуаций, где могут почувствовать себя некомфортно, предпочитают «мир без войны» и конструктивное решение возникающих проблем.

Для того, чтобы выяснить, какие стратегии поведения в конфликтной ситуации используют ученики 9 класса, была проведена методика К. Томаса и получены следующие результаты.

В целом по выборке основной формой поведения в конфликте:

- соперничество выбрало 12 испытуемых (52,2 %);
- компромисс 2 человека (8,7 %);
- сотрудничество 2 человека (8,7 %);
- приспособление 4 человека (17,4 %);

- избегание 3 человека (13 %).

В коллективе у большинства человек (12 человек – 52,2 %) преобладает стратегия поведения – соперничество. Это свидетельствует о том, что испытуемые, которые выбирают данную стратегию поведения, ставят свои интересы намного выше интересов оппонента, которые ему вообще не интересны. Выбирая данную стратегию, подросток также делает выбор в пользу борьбы, а не сохранения взаимоотношений. Так как в данной модели поведения подростки активно используют власть, силу, применяют связи и авторитет, данную стратегию считают деструктивной.

К компромиссу стараются прибегнуть 2 человека (8,7 %), а это значит, что конфликтная ситуация разрешается путем взаимных уступок. Подросток взаимно снижает уровень своих притязаний и совместно с оппонентом ищет справедливого выхода из конфликтной ситуации.

Стратегий сотрудничества владеют всего 2 человека (8,7 %). Так как целью сотрудничества является принятие долгосрочного взаимовыгодного решения, оно иногда напоминает компромисс или приспособление. Подростки, умеющие сотрудничать друг с другом, в результате обсуждения конфликтной ситуации могут менять свою изначальную позицию и частично или полностью уступать партнеру. Однако, это происходит не потому, что кто-то признается более сильным или правым, а потому, что было найдено оптимальное решение проблемы для кого-то из участников конфликта.

Стратегию приспособления считают для себя эффективной 4 человека (17,4 %) и при данной стратегии поведения подростки не отстаивают свои интересы, оставляя без внимания интересы оппонента и просто приспосабливаясь к ситуации. Избегают любую конфликтную ситуацию 3 ученика (13 %), отказывающиеся взаимодействовать друг с другом при столкновении интересов. Это показывает внутренние стремления людей сделать все возможное, чтобы отложить конфликт и принять все важные решения потом.

Таким образом, можно сделать вывод, что у старших подростков преобладает высокий уровень конфликтности, в связи с чем, большое количество учеников в качестве стратегии поведения в конфликтной ситуации выбирают соперничество.

К участию в программе формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения были приглашены 19 человек, у которых преобладают неконструктивные стратегии поведения в конфликте, а именно 12 человек со стратегий «Соперничество», 4 подростка со стратегией «Приспособление» и 3 человека с поведением «Избегание». Показателем успешной реализации программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения, на наш взгляд, будет увеличение общего числа подростков, выбирающих конструктивные стратегии поведения «компромисс» и «сотрудничество».

### **ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ**

#### **3.1 Организация и проведение программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков**

Разрабатывая программу формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков, мы опирались на полученные результаты констатирующего эксперимента и руководствовались актуальностью выбранной темы. Направленность нашей работы является актуальной, так как было выявлено, что старшие подростки в большинстве случаев выбирают неконструктивные стратегии поведения в конфликте, такие как соперничество, приспособление и избегание.

Формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения поможет школьникам предотвратить перерастание конфликтной ситуации в крупный конфликт и позволит сохранить межличностные отношения со сверстниками, учителями и родителями, которые в основном являются второй стороной в подростковых конфликтах [73, с. 45].

Программа нацелена на то, чтобы сформировать у подростков понятие о конфликте и способах поведения в конфликтных ситуациях, заложить основы конструктивных стратегий выхода из конфликта, а также улучшить навыки межличностного общения.

Цель программы: сформировать конструктивные стратегии конфликтного поведения у старших подростков.

Для достижения цели, необходимо решить ряд конкретных задач:

1. Сформировать умение анализировать свои возможности в конфликтных ситуациях и оценивать результаты собственной деятельности и деятельности других людей.

2. Изучить понятие конфликта и рассмотреть существующие стратегии конфликтного поведения.

3. Обучить выбору эффективных стратегий разрешения межличностных конфликтов, позволяющих не только конструктивно решать возникающие проблемы, но и сохранять взаимоотношения людей.

4. Понизить уровень конфликтности у старших подростков.

При разработке нашей программы мы опирались на аналогичные программы формирования или коррекции стратегий конфликтного поведения Е.Н. Нецветайловой, Т.И. Куликовой, В.А. Парфенова, а также статьи А.В. Гур, Н.А.Рожественской, книгу С.М. Емельянова «Практикум по конфликтологии», Е.Г. Грецова «Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание», Е.В. Емельяновой «Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге» [20].

Каждое занятие включает в себя вводную часть, основное содержание и завершающую часть с рефлексией.

Вводная часть содержит в себе ритуал приветствия, когда психолог устанавливает доверительный контакт с подростками, создает благоприятную для проведения тренинговых упражнений атмосферу, задавая положительный настрой и дружественные отношения.

Основная часть занятия содержит набор различных упражнений, ролевых игр и проективных методик, направленных на формирование конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации, навыков уверенного поведения в конфликте и осознании текущей ситуации.

Рефлексия в заключительной части занятия направлена на то, чтобы помочь подросткам оценить достигнутые результаты занятия и свою вовлеченность в процессы, происходящие в группе. Благодаря

рефлексивному процессу, подросток может оценить занятие в эмоциональном (какие получены эмоции, понравилось или нет) и смысловом (зачем мы это делали и почему это важно) аспектах.

При проведении программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков будем руководствоваться следующими принципами:

- гуманизм – подразумевает, что к каждому ребенку проявляется уважительное и доброжелательное отношение, а также учитываются его личностно-индивидуальные особенности и исключается принуждение и насилие над личностью;
- системность – занятия строятся с учетом постепенного усложнения и последовательности этапов формирующей работы;
- конфиденциальность – информация, получаемая специалистом в процессе взаимодействия с ребенком, не разглашается;
- добровольность – участие учащихся в работе со специалистом должно быть осознанным и добровольным;
- компетентность – психолог, работая с детьми, должен чётко определять и учитывать рамки собственной компетентности;
- ответственность – психолог ответственно относится к благополучию детей, заботится о них и не использует полученные результаты работы им во вред.

Для реализации нашей программы в полной мере, мы использовали следующие формы и методы работы: игровые методы, упражнения, словесные методы (беседа, дискуссия), наглядные методы, элементы тренинга.

Для того, чтобы проверить и доказать эффективность реализации программы использовались методы математической обработки, в частности, Т-критерий Вилкоксона.

Материально-техническое оснащение. Для проведения подобранных упражнений данной программы необходимо помещение не менее 30 м<sup>2</sup>,

стулья в количестве участников группы, чистые листы бумаги формата А4, ручки или карандаши.

Продолжительность программы: 10 занятий по 45 минут.

Программа рассчитана на 2 месяца, периодичность занятий – 1-2 раза в неделю.

Целевая аудитория: 19 человек.

Требования к участникам и ведущему программы.

Основными характеристиками необходимого для работы тренинговой группы «климата отношений» являются эмоциональная свобода участников, открытость, дружелюбие, доверие друг к другу и ведущему.

Ведущий, в свою очередь, должен быть компетентен, объективен, использовать в своей программе валидные методы формирования, настраивать ребят на продуктивную работу, заряжать коллектив позитивным настроем, а также контролировать работу в группах, при необходимости – помогать в разрешении моделируемых конфликтных ситуаций.

Содержание программы (полный текст Программы приводится в Приложении 3):

Занятие № 1 « Знакомство»

Цель: установить контакт с участниками, создать доверительную, дружественную атмосферу, наладить взаимопонимание.

Ритуал приветствия.

Цель: поприветствовать друг друга, настроиться на текущую работу.

Участники приветствуют друг друга. Ведущий кратко информирует участников группы о целях и форме занятия.

Упражнение №1: «Имя и эпитет»

Цель: познакомиться с участниками, сконцентрировать внимание участников друг на друге.

Группа рассаживается по кругу. Первый участник называет свое имя и подбирает по отношению к себе какой-нибудь эпитет. Это слово должно начинаться с первой буквы имени и положительным образом характеризовать человека, допуская даже преувеличение, например: «Прекрасная Полина, волшебная Виктория, боязливый Борис». Следующий выступающий участник сначала повторяет имя и эпитет предыдущего, а затем добавляет собственное словосочетание. Третий участник повторяет предыдущие варианты и потом представляется сам. Таким образом, все участники представляются друг другу, тренируя память и формируя к себе положительное отношение.

В конце упражнения членам группы необходимо обменяться впечатлениями, ответив на следующие вопросы:

- Какие эпитеты меня больше всего меня впечатлили?
- Какие имена мне было трудно запомнить?
- К кому я теперь испытываю интерес?

#### Упражнение № 2 «Интервью»

Цель: узнать больше информации друг о друге, более тесно познакомиться.

Участники разбиваются на пары, для того чтобы познакомиться друг с другом, поочередно исполняя роль журналиста, который берет интервью. Подростки могут спрашивать друг у друга любые вопросы, которые считают интересными и важными для знакомства.

На протяжении 10 минут интервью берет сначала один человек, затем второй. В конце беседы происходит представление всем друг друга.

Примерный перечень вопросов может быть таким:

- Твое имя?
- Любимый цвет?
- Любимая пора года?
- Любимое имя: мужское, женское?



- Что ты больше всего ценишь/не ценишь в других людях?
- Чего ты больше всего боишься?
- Чем тебя легко огорчить?
- Чем тебя легче всего обрадовать?
- Чем ты любишь заниматься, когда остаешься один?

### Упражнение № 3: «Марина-маффины-Милан»

Цель: снять тревожность, создать положительный настрой.

Каждый участник по очереди называет свое имя, и на первую букву своего имени придумывает кулинарное блюдо (любимое, или любое другое) и город. Следующий участник называет все три слова всех предыдущих участников, а потом свои.

Завершение.

Цель: получить обратную связь, поделиться эмоциями, чувствами и впечатлениями от занятия.

### Занятие № 2 «Что такое конфликт?»

Цель: определить понятие «конфликт».

Ритуал приветствия.

Цель: установить контакт с участниками, создать доверительную, дружественную атмосферу, наладить взаимопонимание.

### Упражнение №1 «Мозговой штурм»

Цель: провести интеллектуальную разминку, развить креативные способности.

### Упражнение №2 «Ассоциации»

Цель: осознать собственное эмоциональное поле восприятия конфликта.

### Упражнение №3 «Настойчивость - сопротивление»

Цель: дать возможность участникам группы проанализировать эмоции и чувства, возникающие на разных этапах протекания конфликта.

Завершение

Цель: получить обратную связь, поделиться эмоциями, чувствами и впечатлениями от занятия.

Занятие № 3 «Какой я в конфликте?»

Цель: осознать собственную модель поведения в конфликтной ситуации.

Ритуал приветствия.

Цель: установить контакт с участниками, создать доверительную, дружественную атмосферу, наладить взаимопонимание.

Упражнение №1 «Я в конфликте»

Цели: выразить свое видение самого себя в сложной ситуации; дать возможность освободиться от накопившихся эмоций.

Упражнение №2 «Сюжетно – ролевая игра «Мельница»»

Цель: дать участникам тренинга прожить «мелкие» конфликтные ситуации, настроить на дальнейшую работу.

Упражнение №3 «Если бы..., я стал бы...»

Цель упражнения: выработать навыки быстрого реагирования на конфликтную ситуацию.

Завершение.

Цель: получить обратную связь, поделиться эмоциями, чувствами и впечатлениями от занятия.

Занятие №4 «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях»

Цель: изучить конструктивные и деструктивные стратегии поведения в конфликтных ситуациях.

Ритуал приветствия.

Цель: установить контакт с участниками, создать доверительную, дружественную атмосферу, наладить взаимопонимание.

Упражнение №1 «Животное»

Цель: распознать свой тип поведения в конфликте.

Упражнение № 2 «Воинственный круг»

Цель: осознать личные стратегии поведения в конфликте, оценить собственную конфликтологическую культуру, развить навыки бесконфликтного общения и поиска оптимальных партнерских взаимоотношений.

#### Упражнение № 3 «Конфликтные ситуации»

Цель: рассмотреть способы взаимодействия в конфликтах: избегание, соперничество, приспособление, сотрудничество, компромисс.

Завершение.

Цель: получить обратную связь, поделиться эмоциями, чувствами и впечатлениями от занятия.

#### Занятие № 5 «Эффективные стратегии поведения в конфликте»

Цель: овладеть способами эффективного поведения в конфликтных ситуациях.

Ритуал приветствия.

Цель: установить контакт с участниками, создать доверительную, дружественную атмосферу, наладить взаимопонимание.

#### Упражнение №1 «Разведчики»

Цель: снять психоэмоциональное напряжение, развить сплоченность, доверие, сформировать дружественную атмосферу.

#### Упражнение №2 «Сглаживание конфликтов»

Цель упражнения: отработать умения и навыки сглаживания конфликтов.

#### Упражнение №3 «Неуверенные, уверенные и агрессивные ответы»

Цель: отработать навыки коммуникативного общения, проработать все типы поведения в конфликте.

Завершение

Цель: получить обратную связь, поделиться эмоциями, чувствами и впечатлениями от занятия.

#### Занятие № 6 «Выпускаем пар»

Цель: снять психоэмоциональное напряжение, проработать негативные эмоции, понизить уровень конфликтности.

Ритуал приветствия

Цель: установить контакт с участниками, создать доверительную, дружественную атмосферу, наладить взаимопонимание.

Упражнение №1 «Нахалы»

Цель: снять напряжение.

Упражнение №2 «Карикатура на врага»

Цель: научиться снижать стресс и агрессию.

Упражнение №3 «Настойчивость - сопротивление»

Цель: дать возможность участникам группы проанализировать эмоции и чувства, возникающие на разных этапах протекания конфликта.

Завершение

Цель: получить обратную связь, поделиться эмоциями, чувствами и впечатлениями от занятия.

Занятие №7 « Учимся общаться»

Цель: формировать навыки конструктивного общения, сплочить сформированную группу.

Ритуал приветствия

Цель: установить контакт с участниками, создать доверительную, дружественную атмосферу, наладить взаимопонимание.

Упражнение №1 «Крушение»

Цель: сформировать способность принимать решение сообща, обучить навыкам отстаивания своего мнения и способности прислушиваться к мнению других.

Упражнение №2 «И тут вы ему говорите»

Цель: дать возможность участникам группы почувствовать себя в разных коммуникативных техниках, найти поведенческие ходы, которые делают каждую технику успешной и субъективно привлекательной.

Упражнение №3 «Достойный ответ»

Цель: отработать навыки конструктивного выхода из конфликтных ситуаций.

Завершение.

Цель: получить обратную связь, поделиться эмоциями, чувствами и впечатлениями от занятия.

Занятие № 8 «Формирование конструктивных стратегий»

Цель: сформировать конструктивные стратегии поведения в конфликте.

Ритуал приветствия

Цель: установить контакт с участниками, создать доверительную, дружественную атмосферу, наладить взаимопонимание.

Упражнение №1 «Демонстрация»

Цель: научиться конструктивно выражать огорчение и недовольство.

Упражнение № 2 « Иду на Вы»

Цель: научиться конструктивно выражать свое недовольство, обиду, несогласие с чем-либо.

Упражнение №3 «Топтыжка»

Цель: сформировать толерантность и конструктивное поведение в конфликтных ситуациях.

Упражнение №3 «Толерантность»

Цель: сформировать навыки активного, конструктивного, толерантного общения в конфликтной ситуации.

Завершение

Цель: получить обратную связь, поделиться эмоциями, чувствами и впечатлениями от занятия.

Занятие №9 «Закрепляем результат»

Цель: закрепить полученные знания и отработать навыки.

Ритуал приветствия

Цель: установить контакт с участниками, создать доверительную, дружественную атмосферу, наладить взаимопонимание.

Упражнение №1 «Конфликт»

Цель: закрепить сформированные стратегии поведения

Упражнение №2 «Официант, в моем супе муха!»

Цель: отработка коммуникативных умений, приобретенных навыков общения.

Упражнение №3 «Как разрешить конфликтные ситуации»

Цель: актуализировать знания о различных стилях поведения в ситуациях межличностного конфликта, продемонстрировать их на жизненных примерах.

Завершение.

Цель: получить обратную связь, поделиться эмоциями, чувствами и впечатлениями от занятия.

Занятие № 10 «Финишная прямая»

Цель: закрепление полученных знаний и навыков, рефлексия, релаксация.

Ритуал приветствия

Цель: установить контакт с участниками, создать доверительную, дружественную атмосферу, наладить взаимопонимание.

Упражнение №1 «Встреча на узком мостике»

Цель: проанализировать сущность конфликтов, причины их возникновения и пути разрешения.

Упражнение №2 «Конфликтная ситуация»

Цель: закрепить полученные знания о стратегиях поведения в конфликте.

Упражнение № 3 «Подарок»

Цель: завершить работу с позитивным настроем.

Завершение.

Цель: получить обратную связь, поделиться эмоциями, чувствами и впечатлениями от занятия.

Таким образом, составленная программа направлена на формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков. Основной формой работы является групповое занятие. Основное содержание групповой работы составляют игры и тренинговые упражнения, направленные на изучение эффективных стратегий разрешения конфликтных ситуаций, осознание своего конфликтного поведения, формирование положительного самоотношения и развития коммуникативных навыков для межличностного общения.

### 3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

В завершении процесса формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старшеклассников, проводилась вторичная диагностика уровня конфликтности и стратегий конфликтного поведения с помощью методик, применяющихся в ходе констатирующего эксперимента:

- тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»;
- методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева;
- методика оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса.

Программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков проводилась на выборке в количестве 19 человек, у которых были выявлены неконструктивные стратегии конфликтного поведения, соответственно, характеристика выборки соответствует той, что представлена в формирующем эксперименте.

Оценка эффективности проводилась на основании сравнения показателей «До» и «После» реализации программы формирования и математическо-статистической обработки по Т-критерию Вилкоксона.

Результаты повторного исследования уровня конфликтности по методике В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности» представлены в Приложении 4, таблице 4, на рисунке 6.

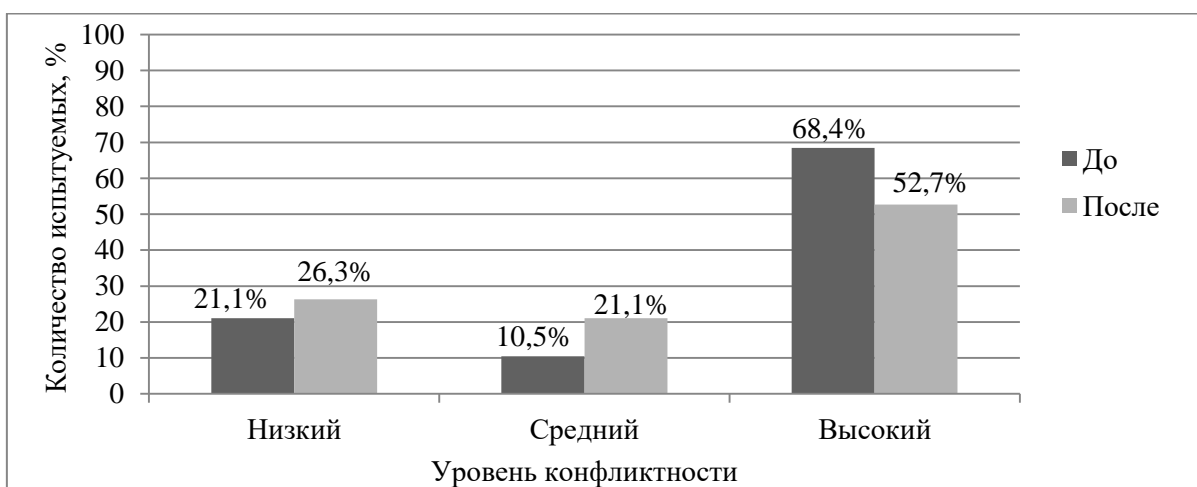


Рисунок 6 – Результаты исследования конфликтности у старших подростков по методике В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности» до и после реализации программы

Как видно на рисунке 6, после реализации программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков, произошли следующие изменения: высокий уровень конфликтности был снижен и теперь выявлен у 52,7 % (10 человек), что на три единицы меньше, чем в первичной диагностике. Это означает, что трем ученикам удалось немного снизить свой уровень конфликтности, и теперь они более сдержанны в желании участвовать в конфликтной ситуации.

Количество учеников со средним уровнем конфликтности составляет 21,1 % (4 человека) от общего количества, это означает, что два подростка научились не вступать в конфликт, но сохранили способность защищать свои права. Абсолютно неконфликтными ребятами теперь считаются 5 человек (26,3 %), это означает, что еще одному подростку удалось свести потребность участия в конфликтных ситуациях до минимума.

Так как целью программы формирования конструктивных стратегий поведения в конфликте не являлось целенаправленное снижение уровня



конфликтности у учеников, на наш взгляд данные вторичной диагностики являются хорошим косвенным результатом программы.

По методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева после проведения вторичной диагностики были получены следующие результаты, представленные в Приложении 4, таблице 4.1, рисунке 7.

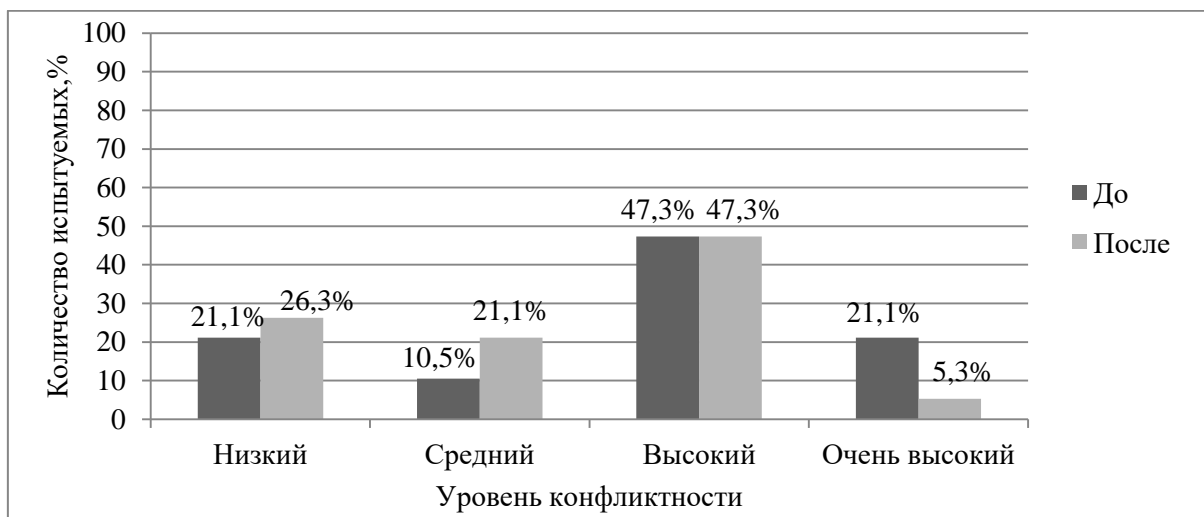


Рисунок 7 – Результаты диагностики уровня конфликтности у старших подростков по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева до и после реализации программы

На представленной диаграмме мы видим, что общий уровень конфликтности у старших подростков изменился незначительно. Однако, если рассматривать прицельно, то подросткам с очень высоким уровнем конфликтности удалось снизить свои показатели до высокого, что говорит о положительной динамике.

Очень высоким уровнем конфликтности обладает всего 1 человек (5,3 %) вместо 4 (21,1 %). Это можно объяснить тем, что закрепленные формы поведения в конфликте и черты характера данного ученика не дают возможности скорректировать поведение за короткий срок проведения программы.

Высокий уровень конфликтности остался на прежнем уровне у 9 человек (47,3 %). Однако школьников со средней конфликтностью увеличилось на две единицы и стало 4 человека (21,1 %). То есть, мы

можем сделать вывод, что некоторым ученикам удалось нормализовать свой уровень конфликтности, до среднего значения. Низким уровнем конфликтности стало обладать 5 человек (26,3 %), что больше на одного ученика, чем в первичной диагностике. Таким образом, радикальных изменений уровня конфликтности у старших подростков по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева не было засвидетельствовано.

Так как изменение уровня конфликтности у старших подростков не являлось генеральной целью нашего исследования, зафиксированная динамика изменений после проведения диагностики, является хорошим показателем успешной реализации программы на первый взгляд.

Далее перейдем к анализу стратегий поведения в конфликтной ситуации у старших подростков, после реализации программы формирования по методике К. Томаса. Результаты исследования представлены на рисунке 8, в Приложении 4, таблице 4.2.



Рисунок 8 – Результаты диагностики выбора стратегии поведения в конфликтной ситуации у старших подростков по методике оценки способов реагирования в конфликте К.Н. Томаса до и после реализации программы

По результатам обработки данной методики мы наблюдаем следующие изменения.

Количество подростков, выбирающих стратегию конфликтного поведения «соперничество» сократилось с 12 до 9 человек (47,4 %), также как и стратегию «избегание» теперь выбрали 2 человека (10,5 %) вместо 3.

На диаграмме мы видим, что удалось сформировать конструктивные стратегии конфликтного поведения «компромисс» и «сотрудничество». В результате проведения программы стратегия «компромисс» была приобретена 3 школьниками (15,8 %), а стратегия «сотрудничество» является предпочтительной стратегией конфликтного поведения у 1 человека (5,2 %).

Стратегия поведения в конфликтной ситуации под названием «приспособление» осталась популярной у 4 человек (21,1%) и на прежнем уровне.

Таким образом, мы видим, что преобладающей стратегией поведения у старших подростков все равно осталась стратегия соперничества, однако смеем предположить, что после проведения программы, появилась положительная динамика изменения стратегий поведения в конфликте с деструктивных на конструктивные.

Исходя из результатов всех трех методик, мы можем сделать вывод, что уровень конфликтности у старших подростков снизился, а также были сформированы конструктивные стратегии конфликтного поведения «сотрудничество» и «компромисс».

Для того, чтобы проверить, была ли проведенная программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков эффективной, произведем математические подсчеты для выявления статистической значимости полученных результатов с помощью Т-критерия Вилкоксона.

Для проверки гипотезы исследования о том, что конструктивные стратегии конфликтного поведения «сотрудничество» и «компромисс» у старших подростков будут сформированы, если разработать модель и реализовать программу формирования конструктивных стратегий

конфликтного поведения у старших подростков, была проведена математическая обработка по T-критерию Вилкоксона для данных методики К. Томаса.

В методике К. Томаса существует 5 шкал, которые определяют стратегии поведения в конфликте – соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание и приспособление. Для выявления статистической значимости полученных результатов произведем расчет по всем шкалам (См. Приложение 4).

При сопоставлении показателей стратегии «Соперничество» были сформулированы гипотезы.

H0: Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии соперничества не превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения показателей стратегии соперничества.

H1: Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии соперничества превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения показателей стратегии соперничества.

Подсчитав сумму рангов нетипичных значений, мы получили следующий результат.

Результат: TЭмп = 10.

Подробный расчет приводится в Приложении 4, таблице 4.3.

Определим критические значения T, при n=16.

Tкр=23 (p≤0.01)

Tкр=35 (p≤0.05)

Построим ось значимости.

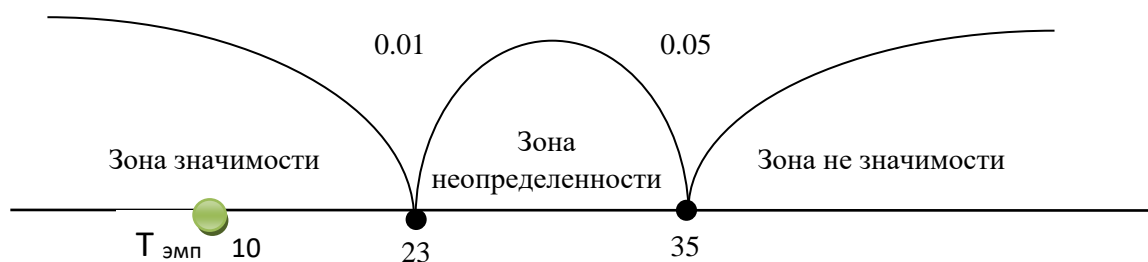


Рисунок 9 – Ось значимости по шкале «Соперничество»

Полученное эмпирическое значение  $T_{\text{Эмп}}$  находится в зоне значимости, следовательно принимается гипотеза  $H_1$  и полученные в результате эксперимента изменения имеют значение и не являются случайными. Реализация программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения привела к статистически достоверному уменьшению показателей стратегии соперничества у старших подростков.

Далее, аналогичным образом подсчитываем значения каждой шкалы методики К. Томаса.

При сопоставлении показателей стратегии сотрудничества были сформулированы следующие гипотезы.

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии сотрудничества не превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения показателей стратегии сотрудничества.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии сотрудничества превышает интенсивности сдвигов в направлении уменьшения стратегии сотрудничества.

Подсчитав сумму рангов нетипичных значений, мы получили следующий результат.

Результат:  $T_{\text{Эмп}} = 6,5$ .

Подробный расчет приводится в Приложении 4, таблице 4.4.

Определяем критические значения  $T$ , при  $n=16$ .

$T_{\text{кр}}=23$  ( $p \leq 0.01$ )

$T_{\text{кр}}=35$  ( $p \leq 0.05$ )

Построим ось значимости.

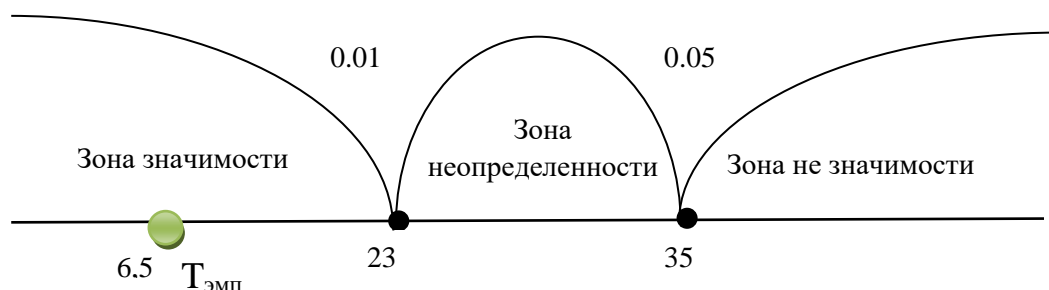


Рисунок 10 – Ось значимости по шкале «Сотрудничество»

Полученное эмпирическое значение  $T_{эмп}$  зафиксировано в значимой зоне. Поэтому полученные в эксперименте изменения являются статистически значимыми. Принимается гипотеза  $H_1$ .

Реализация программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения привела к тому, что стратегия сотрудничества у старших подростков достоверно увеличилась.

При сопоставлении показателей стратегии компромисса были сформулированы гипотезы.

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии компромисса не превышает интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии компромисса.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии компромисса превышает интенсивности сдвигов в направлении снижения показателей стратегии компромисса.

Подсчитав сумму рангов нетипичных значений, мы получили следующий результат.

Результат:  $T_{эмп} = 13$ .

Подробный расчет приводится в Приложении 4, таблице 4.5.

Определяем критические значения  $T$ , при  $n=15$ .

$T_{кр}=19$  ( $p \leq 0.01$ )

$T_{кр}=30$  ( $p \leq 0.05$ )

Построим ось значимости.

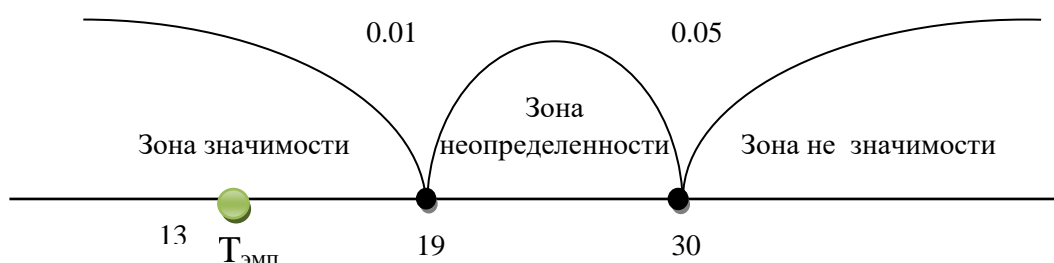


Рисунок 11 – Ось значимости по шкале «Компромисс»

Полученное эмпирическое значение  $T_{эмп}$  находится в зоне значимости. Можно утверждать, что зафиксированные в эксперименте

изменения не случайны и значимы, следовательно принимается гипотеза Н1. Реализация программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения привела к статистически достоверному увеличению показателей стратегии компромисса у старших подростков.

При сопоставлении показателей стратегии избегания были сформулированы гипотезы.

Н0: Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии избегания не превышает интенсивности сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии избегания.

Н1: Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии избегания превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения избегания.

Подсчитав сумму рангов нетипичных значений, мы получили следующий результат.

Результат:  $T_{Эмп} = 62,5$ .

Подробный расчет приводится в Приложении 4, таблице 4.6.

Определяем критические значения  $T$ , при  $n=19$ .

$T_{кр}=37$  ( $p \leq 0.01$ )

$T_{кр}=53$  ( $p \leq 0.05$ )

Построим ось значимости.

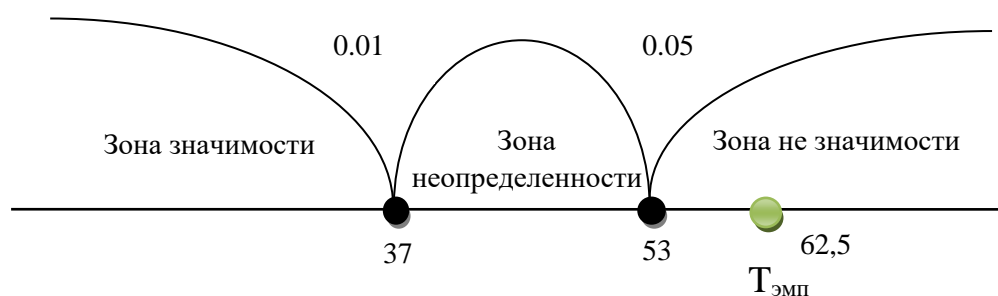


Рисунок 12 – Ось значимости по шкале «Избегание»

Полученное эмпирическое значение  $T_{Эмп}$  находится в не значимой зоне, то есть можно утверждать, что зафиксированные в эксперименте изменения оказались случайными и ничего не означают, поэтому принимается гипотеза Н0. Реализация программы формирования

конструктивных стратегий конфликтного поведения не повлияла на уменьшение показателей стратегии избегания у старших подростков.

При сопоставлении показателей стратегии приспособления были сформулированы гипотезы.

H0: Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии приспособления не превышает интенсивности сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии приспособления.

H1: Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии приспособления превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии приспособления.

Подсчитав сумму рангов нетипичных значений, мы получили следующий результат.

Результат:  $T_{эмп} = 57$ .

Подробный расчет приводится в Приложении 4, таблице 4.7.

Определяем критические значения T, при  $n=15$ .

$T_{кр}=19$  ( $p \leq 0.01$ )

$T_{кр}=30$  ( $p \leq 0.05$ )

Построим ось значимости

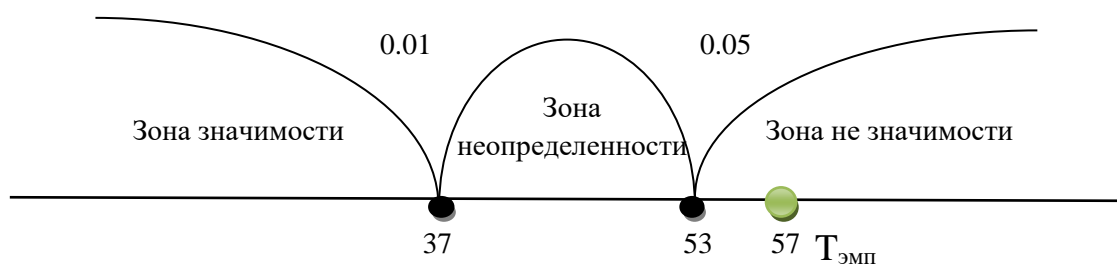


Рисунок 13 – Ось значимости по шкале «Приспособление»

Полученное эмпирическое значение  $T_{эмп}$  находится в зоне не значимости. Следовательно, принимается гипотеза H0 и можно утверждать, что отмеченные в эксперименте изменения случайны и незначимы. В результате реализации программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения, показатели стратегии приспособления у старших подростков не уменьшились.



Таким образом, по стратегиям поведения в конфликте «соперничество», «сотрудничество» и «компромисс», были получены статистически значимые результаты, в отличие от стратегий «избегание» и «приспособление», которые оказались статистически не значимы.

Гипотеза нашего исследования подтверждена: формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения оказалось эффективным, чему способствовало разработка модели и реализация программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

### 3.3 Рекомендации по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков

Итог проведенного эмпирического исследования позволяет нам сформулировать практические рекомендации, которые могут быть использованы в формировании конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков. Рекомендации разработаны для родителей, учителей и самих подростков.

#### Рекомендации для родителей

Формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения и навыков управления конфликтами лежит в основе социального здоровья личности. Эти социальные навыки начинают формироваться в детстве, так как именно в семье осуществляется большая часть социального развития детей. Следовательно, семья является отправной точкой для формирования и развития навыков решения конфликтных ситуаций, поэтому необходимо составить психолого-педагогические рекомендации для родителей [10, с. 80].

Подросток является личностью, претендующей на абсолютно равные с взрослыми отношения и права, и его поведение зависит от поведения

взрослого. Так, на замечания, оскорбления и угрозы подросток отвечает грубостью, и наоборот, доброжелательное, уважительное отношение может сделать родителя лучшим другом для ребенка. Модель поведения в конфликтной ситуации подросток может перенимать и от родителей, поэтому здесь важен положительный пример.

1. Живите вместе с ребенком, а не «над ним»: помогайте выстроить собственный путь, а не ведите за собой; не поучайте, а содействуйте развитию собственной осмотрительности.

2. Наиболее сильное воспитательное воздействие оказывает диалогическое общение, где существует равенство позиций взрослого и подростка. Вступайте в общение, учитывая интересы подростка, ради его интересов и для него.

3. При оценивании поведения ребенка, не затрагивайте его личность, иначе он мгновенно выстроит круговую оборону, начнет защищать свою честь, свое «Я». Трудно будет вести общение. Вам могут не нравиться его поступки, но не он сам как личность.

4. Проявляйте больше своих чувств. Важно, чтобы подросток не только вас понимал, но и принимал. Не только поняв идею, но и приняв ее, он будет ее осуществлять, становясь вашим единомышленником.

5. Учите подростка самого справляться со своими трудностями: «Чья проблема: подростка или взрослого?» Имея четкую цель, можно составить план ее достижения. Учите самостоятельной постановке целей, определению очередности их достижения.

6. Смотрите на подростка как на целеустремленного, прилежного человека, которому взрослый хочет помочь, не навязывая своих советов, но подводя к ним исподволь.

7. Когда подросток отказывается что-либо делать, используйте технику заезженной пластинки, повторяя свою просьбу снова и снова. Говоря «нет» — держите слово [8, с. 195].

8. Научите подростка справляться с приступами гнева. Покажите, что желание вступить в конфликт не приведет ни к чему хорошему.

9. По возможности старайтесь не уходить от конфликта, а решить его мирным способом, тем самым Вы покажете пример ребенку.

10. Если конфликт уже произошел, постарайтесь разобраться в его причинах. Не оправдывайте поведение своего ребенка, если на это нет повода.

11. Обязательно обсудите с ребенком причины возникновения ссоры и пути бесконфликтного выхода из нее.

12. На собственном примере показывайте ребенку, что не нужно провоцировать конфликты.

13. Не обсуждайте поведение ребенка ни с кем посторонним в его присутствии.

14. Не оказывать на ребенка никакого нажима, помогая ему тем самым самостоятельно принимать решения.

15. Уважайте право подростка на собственное мнение.

16. Не позволяйте себе раздражаться, вымещать гнев на ребенке. Лучше, в случае раздражения сделайте паузу и обдумайте ситуацию. Если есть возможность, целесообразно для разрядки заняться тяжелой физической работой.

17. Не упрямиться, не позволять себе быть капризным. Если вопрос не принципиален, уступать. Разумная уступка вызывает уважение.

18. В ссоре можно говорить только о самом разногласии. Необходимо до предела сузить обсуждаемую проблему. Ни в чем не обвиняйте подростка и не говорите обидных слов [8, с. 196].

19. Всегда внимательно прислушивайтесь к доводам своего ребенка и будьте готовы, подавляя самолюбие, признать свою ошибку, если она имела место быть.

20. Никогда не забывайте, что конфликт нередко раскрывает отдельные черты характера родителей. Это и эмоциональная

несдержанность, и черствость, и мелочная обидчивость, и злопамятность, и неумение ждать, торопливость в принятии решений, в ожидании изменений в поведении, в отношении к подросткам [8, с. 200].

21. Конфликтное поведение ребенка – это повод задуматься Вам и над своим поведением.

22. Эффективно используйте стили поведения в конфликтной ситуации, учитывая конкретные обстоятельства.

#### Рекомендации педагогам

Для того, чтобы сформировать у старшеклассников конструктивные стратегии конфликтного поведения, педагог должен обладать конфликтологической компетентностью.

Конфликтологическая компетентность является регулирующей информационно-когнитивной подсистемой профессиональной деятельности, связанная с эффективным управлением и разрешением конфликтов [6, с. 96].

В связи с этим, были разработаны следующие рекомендации:

1. Донесите до ребенка, что конфликт это неотъемлемая часть жизни, и избегать конфликтного взаимодействия не нужно.

2. В межличностном конфликте детей вы можете принять участие в качестве посредника или медиатора. Выясняя позиции, интересы и цели участников конфликта, вы поспособствуете сбалансированному решению конфликта.

3. В случае возникновения конфликта в классе, помогите достичь разрядки напряженности между участниками конфликта.

4. Старайтесь уладить возникшие и обострившиеся противоречия, что поможет избежать столкновений со значительными потерями, длительным разладом в коллективе, выбивающим педагогический процесс из нормального режима работы [41, с. 1697].

5. Работайте с конфликтной ситуацией в момент ее возникновения. Не ждите, пока они станут излишне поляризованными.

6. Совместно с участниками конфликта придумайте варианты решения и выберите наиболее эффективные.

7. Если у вас конфликт с самим подростком, не пользуйтесь своим более высоким положением, будьте честны и обсуждайте проблему, а не личность.

8. Во время диалога воздержитесь от запугиваний, угроз или давления, чтобы не прийти к результату выигрыш-проигрыш.

9. Раздраженный тон, личные выпады и оскорбления, унижение достоинства не способствует решению вопроса, а загоняют его вглубь личности. Дайте знать, что понимаете детей [41, с. 1700].

10. Не отвечайте на агрессию детей ответной агрессией, так как это уронит достоинство педагога в глазах ребенка.

11. Старайтесь не применять меры удаления ребенка из класса, за какие-либо проступки.

12. Пытайтесь самостоятельно разрешить возникшую конфликтную ситуацию, не привлекая представителей администрации.

13. Хорошей профилактикой конфликтного поведения может послужить открытие «Школьной службы примирения», где детей научат быть медиаторами, и познакомят со способами разрешения конфликта.

14. Используйте метод снятия напряжения «Наши отношения». Подростку предлагается изобразить рисунок, который иллюстрировал бы его отношения и эмоции в ситуации конфликта. Таким образом, это поможет ребенку не только снять стресс от конфликта, но и осознать и выработать личное отношение к происходящему [42, с. 109].

Если у Вас возник конфликт с обучающимся, можно использовать следующий алгоритм действий, проанализировав педагогическую ситуацию и решение педагогической задачи, тем самым показывая подростку положительный пример поведения [цит. по 69, с. 7].

Во-первых, при вступлении в конфликт:

1. Выделите проблемы, которые относятся к сфере ценностей (какова важность тех идей, которые вы отстаиваете в конфликте?).
2. Определите ваши ценностные альтернативы (с чем вы можете согласиться?).
3. Обдумайте последствия разрешения конфликта (какие результаты вы получите, решив конфликт, сейчас и позже?).
4. Проанализируйте причины возникшего конфликта (почему возникли недопонимания, какими целями и мотивами руководствуются субъекты конфликта?).
5. Оцените взаимоотношения участников конфликтной ситуации до ее возникновения.
6. Выявите круг заинтересованных в позитивном или негативном разрешении конфликта лиц.
7. Сформулируйте собственные задачи (в чем заключается положительное решение конфликта для обеих сторон).
8. Подберите для себя способ взаимодействия с подростком (желательно проявлять уважение к стороне и не унижать достоинство).

Во-вторых, возьмите на себя управление разрешением конфликта [цит. по 69, с. 9]:

1. Проявите инициативу в поиске компромисса (особенно если знаете заранее, что не правы).
2. При переговорах пользуйтесь методами «Я-сообщения» и «активного слушания».
3. Покажите оппоненту его значимость, акцентируя внимание на общих точках соприкосновения в интересах, чувствах и эмоциях).
4. Аргументируйте свою позицию, совместно ищите альтернативные решения, не представляя свою точку зрения, как единственно возможную.

В качестве дополнительных рекомендаций классному руководителю по урегулированию противоречий К.Е. Манина предлагает следующее [45]:

1. Активно вовлекайте соревнующуюся команду в дела класса, жизнь школы для того, чтобы другие учащиеся поняли, что потенциальные лидеры достойны этого звания.
2. Можно ввести переходящую должность дежурного командира, чтобы каждый смог попробовать себя в роли лидера и осознать сложность этой деятельности.
3. Распределите обязанности в классе таким образом, чтобы каждый смог проявить себя в определенной сфере.
4. Проводите мероприятия, тренинги, направленные на сплочение классного коллектива.
5. Организуйте длительные экскурсии, которые позволят ребятам проявить самостоятельность, понять важность и необходимость помощи друг другу.

#### Рекомендации старшим подросткам

Для того, чтобы подросток умел находить оптимальные способы решения конфликтных ситуаций, осознанно избегал постконфликтного противоборства, и воспринимал конфликт как естественную часть обыденной жизни, предоставляющий возможность саморазвиваться и улучшать межличностные отношения, необходимо формировать у него конфликтологическую компетентность [53, с. 45].

В зависимости от типа личности каждого ребенка Н.В. Степанова предложила следующие рекомендации по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения [67]:

1. Обрати внимание на регуляцию собственного поведения, обеспечивая самоконтроль эмоций, учись слушать своего собеседника и проявляй заинтересованность и уважение к говорящему, чаще используя «Я-высказывания».

2. Развивай способность заявлять о своей точке зрения, отстаивать свою позицию. Давай волю выражению своих эмоций и проявляй активность, уверенность и смелость, не избегая конфликтной ситуации. Старайся увидеть в конфликте положительные стороны и чаще улыбайся [67].

3. Учись принимать ситуацию такой, какая она есть, проявляя выдержку, определенность и стойкость. Оставайся принципиальным, но не борись ради принципа.

4. Старайся реализовать себя в творчестве, а не в конфликте. Лучше выплеснуть негативные эмоции на бумагу, чем на собеседника.

5. Учись управлять своими эмоциями и прогнозировать свои поступки и высказывания, проявляя терпение и вежливость.

6. Не проявляй инициативу там, где в ней не нуждаются.

7. «Нападай на проблему», а не на человека.

8. Не переоценивай свои способности и возможности в межличностном взаимодействии.

9. Избегай в общении приказов, указаний, команд и поучений.

10. Не злоупотребляй нравоучениями и критикой, старайся наоборот быть доброжелательным и терпеливым, открытым и восприимчивым к конструктивным переговорам [67].

11. Учись справляться со страхами и внутренним раздором, укрепляя высокую самооценку в процессе переговоров.

12. В конфликтной ситуации старайся занять активную позицию, но при этом, аргументируя свою точку зрения.

13. Стремись к созданию такого эмоционального климата, в котором возможно доверие, взаимное приятие и сотрудничество.

14. Сохраняй самообладание. Сосредоточься на предмете разговора, а не на эмоциях. Высказывайся спокойно, по делу, без лишней горячности.



15. Учись анализировать факты, отделив их от чувств и оценок [67].

16. Если у тебя возник конфликт с родителями, дай понять, что тебе можно доверять и ты можешь принимать решения, так как ответственный.

17. Посмотри, на какие уступки со своей стороны ты можешь пойти, не отвергая все одним махом.

18. Чтобы совладать с эмоциями и успокоиться, закрой глаза, сделай три глубоких вдоха и сосчитай до десяти. Когда эмоции поутихнут, ты сможешь трезво оценить конфликтную ситуацию и пути выхода из нее.

19. Не бойся быть любезным и благодарным. Открыто проявляй искренние чувства.

20. В момент конфликтного столкновения остроту ситуации можно сгладить, а можно форсировать. Если ты хочешь ее сгладить, избегай «ТЫ-высказываний», пользуйся «Я-высказываниями».

21. Обобщенные обвинения не конструктивны, поэтому избегай переходов на личности и обобщающих обвинений со словами «всегда», «вечно», «никогда».

22. Если конфликты для тебя неприемлемы, если ты чувствуешь потребность примирять противоборствующие стороны и сглаживать инциденты, не скрывай эту потребность. Роль миротворца – самая благородная роль. Если можешь помочь – не бойся, не стесняйся и не раздумывай. Помоги. В следующий раз помогут тебе.

23. В ответ на грубое, унижительное замечание спокойно, сдержанно, исключительно вежливо скажи, что такое обращение оскорбляет твое человеческое достоинство, является психическим насилием и нарушает твои права.

Таким образом, работать над формированием конструктивных стратегий конфликтного поведения нужно не только старшим подросткам,

но и их родителям совместно с учителями. В связи с чем, нами были разработаны психолого-педагогические рекомендации для каждой группы.

### 3.4 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Для наиболее эффективной реализации программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков нами была составлена технологическая карта внедрения программы в практику (См. Приложение 5).

В технологической карте подробным образом представлен процесс разработки и внедрения программы управления процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков в психолого-педагогическую практику.

Разработка и реализация технологической карты внедрения подразумевает 7 последовательных этапов:

1-й Этап «Целеполагание внедрения инновационной технологии по управлению процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков».

1.1. На данном этапе изучается необходимая документация по предмету внедрения, анализируется психолого-педагогическая литература. Используются следующие методы: анализ, обобщение, контент-анализ, беседы.

1.2. Задаются цели внедрения с обоснованием прилагающихся задач. Используются следующие методы: обсуждение, круглый стол.

1.3. Разрабатывается поэтапный алгоритм внедрения. Изучается и анализируется каждый этап внедрения, его задачи, принципы, условия, критерии и показатели эффективности. Методы – диагностика текущей ситуации дел в школе, анализ программы внедрения.

1.4. Составление программно-целевого комплекса внедрения. На этом этапе необходимо проанализировать уровень подготовленности педагогического коллектива, анализ работы в школе по теме эмоциональной устойчивости старшеклассников. Применение методов – анализа состояния программы внедрения и обсуждение на педсовете школы.

2-й этап «Формирование позитивной психологической установки на процесс внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков».

2.1. Выработать готовность к освоению предмета внедрения у администрации и педагогического коллектива. Для того, чтобы сформировать готовность внедрения темы исследования необходимо подобрать психологические методы для субъектов внедрения и применить формы индивидуальной беседы, участие в семинарах и тренингах.

2.2. Сформировать положительное отношение к предмету внедрения у всех школьных педагогов и администрации школы. Для этого, используется пропаганда уже имеющегося опыта внедрения по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков. Используются такие методы, как научно-исследовательская работа, сотрудничество с коллегами-психологами, а также консультации для педагогов, учащихся 9 класса.

3-й этап «Изучение предмета внедрения».

3.1. Ознакомить весь коллектив с необходимыми документами о предмете внедрения. Педагогам предлагается изучить и проанализировать самостоятельно или на семинарах, круглых столах, материалы по проблеме конфликтного поведения у подростков, а также различных стратегий конфликтного поведения. Метод – фронтальный.

3.2. Изучить сущность предмета внедрения, изучив содержание предмета внедрения, его задачи, принципы, формы и методы. Методы –

фронтально и в ходе самообразования, через обучающие семинары и тренинги.

3.3. Ознакомиться с методиками внедрения, через освоение системного подходы в работе. Методы – фронтально в ходе самообразования, через семинары и тренинги.

4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения».

4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы. Определив состав инициативной группы, организовать их дальнейшую работу. Используемые методы и формы - наблюдение, анализ, беседа, исследование психологического портрета субъектов, мероприятия.

4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе. Изучить теоретическую основу предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения. Используются методы – самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение. Формы – семинары инициативной группы, консультации.

4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения. Выявить, какие условия необходимы для опережающего внедрения, изучив состояние дел в школе путем экспертного оценивания или обсуждения. Формы – коллективные собрания.

4.4. Проверить методику внедрения. Содержание этого этапа включает работу инициативной группы по новой методике, методом изучения состояния дел в школе, корректировка методики, через формы посещения открытых занятий и внеурочной деятельности.

5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения».

5.1. Мобилизовать педагогический коллектив на внедрение по теме исследования. Содержание этого этапа заключается в анализе работы деятельности педагогов, методом сообщения о результатах работы и тренинги. Используются формы – педсоветы, психологический практикум.

5.2. Развить знания и умения на предыдущем этапе. Содержание этого этапа заключается в обновлении знаний о предмете, через формы –

консультирования, семинара, практикума, используя методы обмена опытом, тренинги и самообразование. Сформировать общую систему знаний о предмете можно с помощью методов обучения, направленных на передачу информации. Это могут быть лекционные занятия, дискуссии и другие формы работы. В некоторых из данных форм могут быть соединены теоретические знания и практические умения.

5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения. Содержание этого этапа заключается в анализе создания условий для фронтального внедрения. Методы – изучение состояния дел, обсуждение. Формы – собрание.

5.4. Освоить всем коллективом предмет внедрения. Содержание этого этапа заключается во фронтальном усвоении предмета внедрения, методом обмена опытом, анализ и корректировке технологии. Формы - заседание методических объединений, консультации, практические занятия.

6-й этап «Совершенствование работы над темой».

6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на прошлом этапе. Содержание этого этапа заключается в совершенствовании знаний, умений и навыков в системе, путем наставничества и обмена опытом. Формы - конференция, обсуждение.

6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по предмету внедрения. Для этого необходимо проанализировать полученные результаты внедрения формирующей программы в зависимости от заданных условий. Используются методы обработки результатов и анализа состояния дел в школе, а также выступление с докладом. Основная форма – педагогический совет.

6.3. Работать над совершенствованием методик освоения темы. Чтобы выполнить цель данного этапа нужно сформировать единый методический банк осваиваемой темы, используя методы обработки

результатов, обсуждения и тренинги. Используются формы – посещение занятий.

7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения».

7.1. Изучить и обобщить опыты внедрения по проблеме исследования. Содержание этого этапа заключается в изучении и обобщении внутришкольного опыта по проблеме исследования. Используются методы посещения занятий, наблюдения, изучения и анализа. Формы – открытые уроки, памятки, буклеты, стенды.

7.2. Осуществить наставничество. Содержание этого этапа заключается в обмене опытом на Районном методическом объединении, с другими школами и психологическим сообществом в целом, с использованием методов тренинговой работы, через выступление на семинарах и семинарах практикумах.

7.3. Осуществить пропаганду передового опыта внедрения. Содержание этого этапа, заключается в пропаганде опыта внедрения в работу, методом выступления, используя формы семинара практикума.

7.4. Сохранить и укоренить традиции работы над темой. Содержание этого этапа заключается в обсуждении динамики работы над формированием конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков через наблюдение и анализ деятельности в форме семинара.

Итак, нами выделено 7 этапов внедрения результатов исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков в практику. Каждый из этапов является логически связанным, так как основывается на предыдущем и предвосхищает следующий. Последовательная реализация каждого этапа прогнозирует результативность внедрения.

## Выводы по 3 главе

Нами была разработана программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков, учитывая результаты констатирующего эксперимента и актуальность представленной темы. Направленность нашей работы являлась актуальной, так как было выявлено, что старшие подростки в основном выбирают неконструктивные стратегии поведения в конфликте, такие как соперничество, приспособление и избегание. Формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения поможет школьникам предотвратить развитие конфликтной ситуации в крупные конфликты и сохранит межличностные отношения со сверстниками, учителями и родителями, которые в основном являются второй стороной в подростковых конфликтах.

Программа нацелена на то, чтобы сформировать у подростков понятие о конфликте и способах поведения в конфликтных ситуациях, заложить основы конструктивных стратегий выхода из конфликта, а также улучшить навыки межличностного общения.

Цель программы: сформировать конструктивные стратегии конфликтного поведения у старших подростков.

Для достижения цели, необходимо решить ряд конкретных задач:

1. Сформировать умение анализировать свои возможности в конфликтных ситуациях и оценивать результаты собственной деятельности и деятельности других людей.
2. Изучить понятие конфликта и рассмотреть существующие стратегии конфликтного поведения.
3. Обучить выбору эффективных стратегий разрешения межличностных конфликтов, позволяющих не только конструктивно решать возникающие проблемы, но и сохранять взаимоотношения людей.
4. Сформировать положительное самоотношение.

5. Развить понимание собственной индивидуальности и индивидуальности других детей.

6. Понизить уровень конфликтности у старших подростков.

При разработке нашей программы мы опирались на аналогичные программы формирования или коррекции стратегий конфликтного поведения Е.Н. Нецветайловой, Т.И. Куликовой, В.А. Парфенова, а также статьи А.В. Гур, Н.А. Рождественской, книгу С.М. Емельянова «Практикум по конфликтологии», Е.Г. Грецова «Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание», Е.В. Емельяновой «Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге».

Каждое занятие включает в себя вводную часть, основное содержание и завершающую часть с рефлексией.

Вводная часть содержит в себе ритуал приветствия, когда психолог устанавливает доверительный контакт с подростками, создает благоприятную для проведения тренинговых упражнений атмосферу, задавая положительный настрой и дружественные отношения.

Основная часть занятия содержит набор различных упражнений, ролевых игр и проективных методик, направленных на формирование конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации, навыков уверенного поведения в конфликте и осознании текущей ситуации.

Рефлексия в заключительной части занятия направлена на то, чтобы помочь подросткам оценить достигнутые результаты занятия и свою вовлеченность в процессы, происходящие в группе.

При проведении программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков мы опирались на принципы гуманизма, системности, конфиденциальности, добровольного участия, компетентности и ответственности.

Для того, чтобы реализовать нашу программу в полной мере, мы использовали следующие формы и методы работы: игровые методы,



упражнения, словесные методы (беседа, дискуссия), наглядные методы, элементы тренинга.

Завершив работу по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения у старшеклассников, нами была проведена контрольная диагностика уровня конфликтности и стратегий конфликтного поведения с помощью методик, применявшихся в ходе констатирующего эксперимента:

- тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»;
- методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева;
- методика оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса.

Программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков проводилась на выборке в количестве 19 человек, у которых были выявлены неконструктивные стратегии конфликтного поведения, соответственно, характеристика выборки идентична той, что представлена в формирующем эксперименте.

Результаты повторного исследования уровня конфликтности у старших подростков по методике В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности» свидетельствуют о следующих изменениях:

1) Высокий уровень конфликтности был снижен и теперь выявлен у 52,7 % (10 человек), что на три единицы меньше, чем в первичной диагностике. Это означает, что трем ученикам удалось немного снизить свой уровень конфликтности, и теперь они более сдержаны в желании участвовать в конфликтной ситуации.

2) Количество учеников со средним уровнем конфликтности составляет 21,1 % (4 человека) от общего количества, это означает, что два подростка научились не вступать в конфликт, но сохранили способность защищать свои права.

1.1. Абсолютно неконфликтными ребятами теперь считаются 5 человек (26,3 %), это означает, что еще одному подростку удалось свести желание участвовать в конфликтных ситуациях до минимума.

Так как целью программы формирования конструктивных стратегий поведения в конфликте не являлось целенаправленное снижение уровня конфликтности у учеников, на наш взгляд, данные полученные в процессе вторичной диагностики, являются хорошим косвенным результатом программы.

После проведения вторичной диагностики по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева мы видим, что общий уровень конфликтности у старших подростков изменился незначительно. Однако, если рассматривать прицельно, то подросткам с очень высоким уровнем конфликтности удалось снизить свои показатели до просто высокого, что говорит нам о положительной динамике.

Очень высоким уровнем конфликтности обладает всего 1 человек (5,3 %) вместо 4 (21,1 %). Закрепленные формы поведения в конфликте и черты характера данного ученика не дают возможности скорректировать поведение за короткий срок проведения программы.

Высокий уровень конфликтности остался на прежнем уровне у 9 человек (47,3 %). Однако школьников со средней конфликтностью увеличилось на две единицы и стало 4 человека (21,1 %). Низким уровнем конфликтности стало обладать 5 человек (26,3 %), что больше на одного ученика, чем в первичной диагностике.

Таким образом, мы можем сказать, что уровень конфликтности у старших подростков по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева радикально не изменился.

Для того, чтобы выяснить, как изменились стратегии конфликтного поведения у старших подростков была проведена повторная диагностика по методике К. Томаса.

По результатам обработки данной методики мы наблюдаем следующие изменения:

Количество подростков, выбирающих стратегию конфликтного поведения «соперничество» сократилось с 12 до 9 человек (47,4 %), также как и стратегию «избегание» теперь выбрали 2 человека (10,5 %) вместо 3. На диаграмме мы видим, что удалось сформировать конструктивные стратегии конфликтного поведения «компромисс» и «сотрудничество». В результате проведения программы стратегия «компромисс» была приобретена 3 школьниками (15,8 %), а стратегия «сотрудничество» является предпочтительной стратегией конфликтного поведения у 1 человека (5,2 %).

Стратегия поведения в конфликтной ситуации под названием «приспособление» осталась популярной у 4 человек (21,1 %) и на прежнем уровне.

Таким образом, мы видим, что преобладающей стратегией поведения у старших подростков все равно осталась стратегия соперничества, однако смеем предположить, что после проведения программы, появилась положительная динамика изменения стратегий поведения в конфликте с деструктивных на конструктивные.

Руководствуясь результатами всех трех методик, мы можем сделать вывод, что уровень конфликтности у старших подростков снизился, а конструктивные стратегии конфликтного поведения «сотрудничество» и «компромисс» сформированы.

Для того, чтобы проверить, была ли проведенная программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков эффективной, производился математический подсчет для выявления статистической значимости полученных результатов с помощью Т-критерия Вилкоксона.

В итоге, по стратегиям поведения в конфликте «соперничество», «сотрудничество» и «компромисс», были получены статистически

значимые результаты. По стратегиям стратегий «избегание» и «приспособление» не было получено статистической значимости.

Гипотеза нашего исследования подтверждена: формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения было эффективным, так как была реализована программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

Для педагогов образовательного учреждения, а также для родителей и старших подростков были разработаны психолого-педагогические рекомендации, которые могут быть использованы в процессе работы по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения.

Результаты исследования были внедрены в практику исследования, что включало в себя следующие этапы:

1-й этап «Целеполагание внедрения инновационной технологии по управлению процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков».

2-й этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков».

3-й этап «Изучение предмета внедрения».

4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения».

5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения».

6-й этап «Совершенствование работы над темой».

7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения».

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучив и проанализировав достаточное количество психолого-педагогических материалов проблеме исследования, нам удалось исследовать феномен конфликтного поведения и определить понятие стратегий поведения в конфликтных ситуациях, рассмотрев все виды данных стратегий.

Конфликтом называют обострение социальных противоречий, выражающихся в разных формах борьбы между индивидами и социальными общностями, нацеленное на достижение разноплановых интересов и целей, нейтрализуя или устраняя оппонента и не позволяя ему добиться реализации собственных интересов.

Разобрав структуру конфликта, характеризующую статистическое состояние конфликта и его свойства как объекта, нами были изучены следующие элементы:

- 1) стороны (участники) конфликта;
- 2) условия конфликта – обстоятельства или факторы, определяющие его характеристики и возможность его возникновения;
- 3) предмет и объект конфликта;
- 4) действия участников конфликта;
- 5) исход (результат) конфликта – идеальный образ результата, имеющийся у участников конфликтного взаимодействия и, в конечном счете, определяющий его направленность.

Рассмотрев деструктивную, конструктивную и диагностическую функцию конфликтов, мы определили три группы факторов, влияющих на возникновение и развитие конфликтов:

1. Объективные (те обстоятельства социального взаимодействия людей, приводящие к прямому столкновению их мыслей, интересов, ценностей).

2. Социально-психологические (психологическая несовместимость, дисбаланс во взаимодействии людей).

3. Личностные (особенности психики человека - степень ее возбудимости, эгоцентризм, стрессоустойчивость, напористость, самооценка и т. п.).

В зависимости от вышеперечисленных факторов, каждый человек сам выбирает, к какой стратегии поведения ему прибегнуть для разрешения конфликтной ситуации.

Стратегия поведения в конфликте – это ориентация человека (группы) по отношению к конфликту, установка на определенную модель поведения в ситуации конфликта.

Томасом К. были определены пять основных стратегий поведения в конфликтной ситуации:

- соперничество,
- избегание,
- приспособление,
- компромисс,
- сотрудничество.

В рамках нашего исследования в качестве неконструктивных стратегий конфликтного поведения были приняты «соперничество», «избегание» и «приспособление», а «компромисс» и «сотрудничество» - конструктивными стратегиями, которые в дальнейшей работе необходимо сформировать у старших подростков.

Подростковый возраст считается сложным возрастным периодом, в котором часто возникают внутриличностные и межличностные конфликты. Проанализировав литературу, рассматривающую проблему выбора подростками стратегии поведения в конфликтной ситуации, мы отметили наиболее часто встречаемые модели «компромисс», «соперничество», «избегание».

При конфликтной стратегии «соперничество» подросток предпочитает нападение в устной форме, используя все возможные действия с целью достижения запланированных результатов.

При конфликтной стратегии «приспособление» подростки чаще всего идут на уступки, жертвуя своими интересами.

Подростки, выбирающие стратегию «избегания» в большей степени не предпринимают никаких действий для разрешения конфликта и пытаются уйти от него.

При использовании конфликтной стратегии «компромисс» подростки стараются урегулировать конфликт мирным путем, определив частично удовлетворительное для обоих соперников решение, но неудовлетворяющее полностью ни одного из них.

При конфликтной стратегии «сотрудничество» подростки пытаются озвучивать свои собственные проблемы в попытке найти взаимные и полностью удовлетворительные решения (беспроблемный вариант).

Для эффективного построения процесса формирующей работы в исследовании были использованы методы целеполагания и моделирования. Сначала было составлено «дерево целей», которое позволило наглядно увидеть совокупность целей программы формирования. Опираясь на «дерево целей» была построена модель формирования конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации у старших подростков, которая состоит из следующих компонентов: теоретического блока, диагностического блока, формирующего блока, аналитического блока и блока оценки результата.

При проведении программы мы опирались на принципы гуманизма, системности, конфиденциальности, добровольности, компетентности и ответственности. Таким образом, исследование теоретических аспектов конфликтного поведения в подростковом возрасте позволило перейти к опытно-экспериментальной работе по формированию навыков разрешения конфликтов у подростков.

Исследование управления процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков было организовано в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

Экспериментальной базой явилась МБОУ СОШ 131 г. Челябинска 9 класса в количестве 23 человек.

В исследовании уровня конфликтности и предпочитаемых стратегий конфликтного поведения у старших подростков использовались следующие методы и методики:

1. Теоретические методы – анализ, синтез, обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование;

2. Эмпирические – констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по методикам:

- тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»;
- методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П.

Ильина и П. А. Ковалева;

- методика оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса.

3. Математико-статистические: Т-критерий Вилкоксона.

Констатирующий эксперимент на данном этапе позволил нам определить уровень конфликтности у старшеклассников. Сначала был проведен тест В.Ф. Ряховского, и диагностика показала, что:

1. Высокий уровень выявлен у 56,5 % испытуемых (13 человек), что означает выраженную степень конфликтности. Подростки с таким результатом могут настойчиво отстаивать свое мнение, несмотря на опасность испортить взаимоотношения с окружающими, зачастую сами ищут повод для споров и скандалов.

2. Средний уровень выявлен у 26,1 % испытуемых (6 человек). Это означает, что у подростков конфликтность выражена слабо или они могут ее контролировать. Вы умеете сглаживать конфликты и избегать



критических ситуаций, но при необходимости готовы решительно отстаивать свои интересы.

3. Низкий уровень конфликтности, выявленный у 17,4 % испытуемых (4 человека), свидетельствует о том, что подростки стараются избегать конфликтных ситуаций. Из-за невыраженной конфликтности, человек может отказаться от своих интересов, лишь бы избежать какой-либо напряжённости в отношениях. Если же ему приходится спорить, он всегда учитывает, как это может отразиться на отношениях с окружающими.

Далее с испытуемыми была проведена методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева, и после обработки полученного материала получились следующие результаты:

- очень высокий уровень конфликтности выявлен у 17,4 % испытуемых (4 человека);
- высокий уровень выявлен у 43,5 % испытуемых (10 человек);
- средний уровень конфликтности выявлен также у 21,7 % испытуемых (5 человек);
- низким уровнем конфликтности обладают 17,4 % (4 человека).

В коллективе старших подростков преимущественно выявлен высокий уровень конфликтности. Так как 10 подростков (43,5 %) проявляют высокий уровень конфликтности, а 4 ученика (17,4 %) очень высокий. Это говорит о том, что такие учащиеся способны ярков проявлять свои эмоции и силу в конфликтных ситуациях, склонны показывать свою агрессию и доказывать правоту.

Школьники со средним уровнем конфликтности, а именно 21,7 % от общего количества (5 человек) не будут целенаправленно идти на конфликт, но если конфликтная ситуация возникнет, не откажутся защищать свои права. Они достаточно уравновешенны, могут разобраться в спорной ситуации, не переводя ее в серьезный конфликт.

Четверо школьников с низким уровнем конфликтности (17,4 %) достаточно миролюбивы и стараются избегать ситуаций, где могут почувствовать себя некомфортно, предпочитают «мир без войны» и конструктивное решение возникающих проблем.

Для того, чтобы выяснить, какие стратегии поведения в конфликтной ситуации используют ученики 9 класса, была проведена методика К. Томаса и получены следующие результаты.

В целом по выборке основной формой поведения в конфликте:

- соперничество выбрало 12 испытуемых (52,2 %);
- компромисс 2 человека (8,7 %);
- сотрудничество 2 человека (8,7 %);
- приспособление 4 человека (17,4 %);
- избегание 3 человека (13 %).

В коллективе у большинства человек (12 человек – 52,2 %) преобладает стратегия поведения – соперничество. К компромиссу стараются прибегнуть 2 человека (8,7 %), а это значит, что конфликтная ситуация разрешается путем взаимных уступок. Сотрудничество выбрало также 2 человека (8,7 %). Целью сотрудничества является выработка долгосрочного взаимовыгодного решения. Стратегию приспособления считают для себя эффективной 4 человека (17,4 %) и при данной стратегии поведения люди не только не отстаивают свои интересы, но и не проявляют внимания к интересам оппонента. А вот стратегию избегания в конфликтной ситуации выбрали 3 ученика (13 %), которые отказываются от взаимодействия друг с другом при возникновении столкновения интересов.

Таким образом, мы пришли к выводу, что у старших подростков на момент проведения констатирующего эксперимента преобладал высокий уровень конфликтности, в связи с чем, большое количество учеников в качестве стратегии поведения в конфликтной ситуации выбирают соперничество. К участию в программе формирования конструктивных

стратегий конфликтного поведения были приглашены 19 человек, у которых преобладают неконструктивные стратегии поведения в конфликтных ситуациях «Соперничество», «Избегание» и «Приспособление».

Показателем успешной реализации программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения, предполагался рост количества подростков, выбирающих стратегии поведения «компромисс» и «сотрудничество».

После составления и реализации программы, целью которой являлось формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков, была проведена контрольная диагностика уровня конфликтности и стратегий конфликтного поведения с помощью методик, применявшихся в ходе констатирующего эксперимента:

- тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»;
- методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева;
- методика оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса.

Программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков проводилась на выборке в количестве 19 человек, у которых были выявлены неконструктивные стратегии конфликтного поведения, соответственно, характеристика выборки соответствовала той, что представлена в формирующем эксперименте.

Результаты повторного исследования уровня конфликтности у старших подростков по методике В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности» свидетельствуют о следующих изменениях:

- Высокий уровень конфликтности был снижен и теперь выявлен у 52,7 % (10 человек), что на три единицы меньше, чем в первичной диагностике. Это означает, что трем ученикам удалось немного

снизить свой уровень конфликтности, и теперь они более сдержаны в желании участвовать в конфликтной ситуации.

- Количество учеников со средним уровнем конфликтности составляет 21,1 % (4 человека) от общего количества, это означает, что два подростка научились не вступать в конфликт, но сохранили способность защищать свои права.

- Абсолютно неконфликтными ребятами теперь считаются 5 человек (26,3 %), это означает, что еще одному подростку удалось свести желание участвовать в конфликтных ситуациях до минимума.

После проведения вторичной диагностики по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева мы видим, что общий уровень конфликтности у старших подростков изменился незначительно. Однако, если рассматривать прицельно, то подросткам с очень высоким уровнем конфликтности удалось снизить свои показатели до просто высокого, что говорит нам о положительной динамике.

Очень высоким уровнем конфликтности обладает всего 1 человек (5,3 %) вместо 4 (21,1 %). Закрепленные поведенческие паттерны в конфликте и черты характера данного ученика не дают возможности скорректировать поведение за короткий срок проведения программы.

Высокий уровень конфликтности остался на прежнем уровне у 9 человек (47,3 %). Однако школьников со средней конфликтностью увеличилось на две единицы и стало 4 человека (21,1 %). Низким уровнем конфликтности стало обладать 5 человек (26,3 %), что больше на одного ученика, чем в первичной диагностике. Таким образом, мы можем сказать, что уровень конфликтности у старших подростков по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева радикально не изменился.

Для того, чтобы выяснить, как изменились стратегии конфликтного поведения у старших подростков была проведена повторная диагностика по методике К. Томаса.

По результатам обработки данной методики мы наблюдаем следующие изменения:

Количество подростков, выбирающих стратегию конфликтного поведения «соперничество» сократилось с 12 до 9 человек (47,4 %), также как и стратегию «избегание» теперь выбрали 2 человека (10,5 %) вместо 3. На диаграмме мы видим, что удалось сформировать конструктивные стратегии конфликтного поведения «компромисс» и «сотрудничество». В результате проведения программы стратегия «компромисс» была приобретена 3 школьниками (15,8 %), а стратегия «сотрудничество» является предпочтительной стратегией конфликтного поведения у 1 человека (5,2 %). Стратегия поведения в конфликтной ситуации под названием «приспособление» осталась популярной у 4 человек (21,1 %) и на прежнем уровне. Таким образом, мы видим, что преобладающей стратегией поведения у старших подростков все равно осталась стратегия соперничества, однако смеем предположить, что после проведения программы, появилась положительная динамика изменения стратегий поведения в конфликте с деструктивных на конструктивные.

Исходя из результатов всех трех методик, мы можем сделать вывод, что уровень конфликтности у старших подростков снизился, а также были сформированы конструктивные стратегии конфликтного поведения «сотрудничество» и «компромисс».

Для того, чтобы проверить, была ли проведенная программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков эффективной, производился математический подсчет для выявления статистической значимости полученных результатов с помощью Т-критерия Вилкоксона.

В итоге, по стратегиям поведения в конфликте «соперничество», «сотрудничество» и «компромисс», были получены статистически значимые результаты, в отличие от стратегий «избегание» и «приспособление».

Гипотеза нашего исследования была подтверждена: формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения было эффективным, так как была реализована программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков.

Для педагогов образовательного учреждения, а также для родителей и старших подростков разработаны психолого-педагогические рекомендации, которые могут быть использованы в процессе работы по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения.

Результаты исследования были внедрены в практику исследования, что включало в себя следующие этапы:

1-й этап «Целеполагание внедрения инновационной технологии по управлению процессом формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков».

2-й этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков».

3-й этап «Изучение предмета внедрения».

4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения».

5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения».

6-й этап «Совершенствование работы над темой».

7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения».

Таким образом, цель нашего исследования достигнута, а задачи решены.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Акопов, Г.В. Управленческое сознание и готовность личности к инновационной деятельности/ Г.В. Акопов, В.И. Долгова // Известия Самарского научного центра Российской академии наук.—2015. – Т. 17, № 1-2. — С. 367-370.
2. Багаева, В.В. Стратегии поведения в конфликте / Варвара Багаева // Сибирский торгово-экономический журнал. – 2015. – № 1 (20). – С. 91-92.
3. Барановская, А.В. Связь выбора стратегии поведения в конфликте у подростков старшего школьного возраста с гендерной идентичностью / Анна Барановская // Вестник Псковского государственного университета. Серия: Психолого-педагогические науки. – 2016. – № 3. – С. 84-88.
4. Бгашев, М.В. Управленческий словарь. Современная управленческая наука в понятиях и терминах / Максим Бгашев. – Саратов: Амирит, 2017. – 53 с.
5. Богданова, Н.В. Выбор стратегии поведения в конфликте у подростков / Н.В. Богданова, Е.В. Сидоренко// в сборнике: Психология XXI века: Психология как наука, искусство и призвание. сборник научных трудов участников международной научной конференции молодых ученых: в двух томах. под научной редакцией А.В. Шаболтас, С.Д. Гуриевой, 2018. – С. 317-322.
6. Брюхова, Н.Г. Формирование конфликтологической компетентности субъектов образования в книге: управление конфликтами в образовательной среде: теория и практика /Н.Г. Брюхова, Б.В. Кайгородов, Ю.В. Кузнецова, и др; учебно-методическое пособие. под редакцией Н.В. Майсак, Л.В. Тимашевой, Д.А. Яковец. — Астрахань. – 2019. — С. 93-146.

7. Возрастная и педагогическая психология: хрестоматия. Для студентов высших педагогических учебных заведений / сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. – М.: Академия, 2003. – 368 с.
8. Волков, Б.С. Психология подростка: учебное пособие / Борис Волков. — Москва: Академический Проект, 2017. — 240 с. —Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/36521.html> (дата обращения: 26.05.2020).
9. Володина, С.А. Приоритетные стратегии поведения в конфликте студентов педагогического вуза / Светлана Володина // Преподаватель XXI век. – 2014. – № 1-1. – С. 186-190.
10. Гарашкина, Н.В. Формирование навыков решения конфликтов как основы социального здоровья подростка в системе образования / Н.В. Гарашкина, Р.М. Куличенко, И.А. Акопянц. — Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2020. – Т. 25. № 184. — С. 75-84.
11. Главатских, М.М. Взаимосвязь образа конфликтной ситуации с поведением в конфликте. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Марианна Главатских. – Ярославль: Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова, 2003.
12. Гольева, Г. Ю. Формирование эмоциональной устойчивости как ключевой компетенции у будущих педагогов-психологов. Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Галина Гольева. – Челябинск: Уральский государственный педагогический университет, 2010. – 23 с.
13. Гришина, Н.В. Психология конфликта /Наталья Гришина. — 2-е изд. — Питер: Спб, 2008. — 544с.
14. Гур, А.В. Стратегии поведения подростков в конфликтах /Алексей Гур. — Т. 5, № 16. — Аллея науки, 2017. — 210-213с.



15. Демчук, А.Л. Особенности принятия решений в конфликтных ситуациях / Артур Демчук. — Электронное научное издание Альманах. — Т. 9, № 2. — Москва: Пространство и Время, 2015. — 14с.
16. Дерябина, Е.А. Возрастная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.А. Дерябина, В.И. Фадеев, М.В. Фадеева. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 158 с. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/69317.html> (дата обращения - 12.11.2019).
17. Долгова, В.И. Моделирование психолого-педагогической коррекции самооценки у лиц с аддиктивным поведением в условиях реабилитационного центра / В.И. Долгова, Е.Г. Капитанец, Д. И. Гладышев // Ученые записки университета Лесгафта. — 2016. — № 5 (135). — С. 267-272.
18. Дурнев, Р.А. О характерных ошибках соискателей: вести с научного фронта (часть 1) / Р.А. Дурнев, Е.М. Мещеряков // Технологии гражданской безопасности. — 2013. — № 2 (36). — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/o-harakternyh-oshibkah-soiskateley-vesti-s-nauchnogo-fronta-chast-1> (дата обращения: 08.12.2020).
19. Емельянов, С.М. Управление конфликтами в организации 2-е изд., испр. и доп. Учебник и практикум для академического бакалавриата / Станислав Емельянов. — Москва: Юрайт, 2017. — 262 с.
20. Емельянова, Е. В. Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге / Елена Емельянова. — Москва: Генезис, 2020. — 376 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/89326.html> (дата обращения: 26.05.2020).
21. Еськова, А.К. Причины возникновения и способы разрешения конфликта / А.К. Еськова, Л.Н. Уварова // Аллея науки. — 2018. — Т. 5, № 11 (27). — С. 424-427.

22. Железняк, А.А. Конфликтные ситуации подростков, зависящие от личностных особенностей / Аида Железняк // Среднее профессиональное образование. – 2013. – № 12. – С. 47-48.
23. Жог, В.И. Методология организационной психологии: Учебное пособие / Под ред. В. И. Жога / В.И. Жог, Л.В. Тарабакина, Н.С. Бабиева. – М.: МПГУ, 2013. – 160 с.
24. Зинько, Е.В. Особенности устойчивой и неустойчивой самооценки подростков / Елена Зинько // Вестник московского университета. – 2009. – № 3 (14). – С. 35-49.
25. Иванова, А.А. Структура конфликта / Александра Иванова // Студенческая наука XXI века. – 2015. – № 2 (5). – С. 177-178.
26. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Евгений Ильин. – СПб: Питер, 2011. – 508 с.
27. Истратова, О.Н. Справочник по групповой психокоррекции / Ольга Истратова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2011. – 444 с.
28. Какадий, И.И. Особенности поведения современных подростков в конфликте/ И.И. Какадий, Н.В. Сек, П.В. Шумаков// Социосфера. –2020. – № 2. – С. 131-134.
29. Канцлер, Л.А. Особенности поведения подростков разных типов темперамента в конфликтных школьных ситуациях / Л.А. Канцлер, Л.И. Бочанцева // Международный студенческий научный вестник. – 2017. – № 3. – С. 32.
30. Качанова, О.А. Конфликтное поведение подростков, как фактор социальной дезадаптации / Ольга Качанова // Вестник Совета молодых учёных и специалистов Челябинской области. – 2015. – № 1 (8).. – С. 13-15.
31. Каширская, И.К. Представления подростков о конфликте и способах поведения в конфликтной ситуации / И.К. Каширская, И. Слободская // Профессиональные представления. – 2015. – № 1 (7). – С. 77-83.

32. Киктева, Е.В. Связь критического мышления подростка и поведения в конфликтной ситуации /Елена Киктева. — В сборнике: International Innovation Research. – Сборник статей XVIII Международной научно-практической конференции. — 2019. —С. 75-77.

33. Кондратьева, О.А. Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников / О.А. Кондратьева, В.Е. Соколова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т.7. – С. 16–20. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56081.htm>. (дата обращения - 08.10.2019).

34. Корсини, Р. Психологическая энциклопедия / Р. Корсини, А. Ауэрбах. – СПб: Питер, 2006. – 1096 с. – URL: <http://vocabulary.ru/dictionary/3/word/samocenka> (дата обращения - 18.11.2019).

35. Кравченко, А.И. Родителям о подростках, и подросткам о родителях / Алексей Кравченко. – Москва: Русское слово — учебная книга, 2002. – 178 с.

36. Краткий психологический словарь / авт.-сост. С. Я. Подопригора, А. С. Подопригора. – Ростов-на-Дону: Феникс , 2010. – 318с.

37. Кулагина, И.Ю. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / И.Ю. Кулагина, В.Н. Коллюцкий. — Электрон. текстовые данные. — М.: Академический проект, 2015. — 421 с. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/36766.html> (дата обращения - 17.09.2019).

38. Кураев, Г.А. Возрастная психология: Курс лекций / Г.А. Кураев, Е.Н. Пожарская. – Ростов-на-Дону: УНИИ валеологии РГУ, 2002. – 146 с.

39. Кушнер, Ю.З. Методология и методы педагогического исследования / Юрий Кушнер. – Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2001. – 66 с.

40. Леонов, Н.И. Конфликтное поведение руководителей / Николай Леонов // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2005. – № 9. – С. 23-34.
41. Лукманова, З.Г. Проблема формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения специалистов системы образования / Зия Лукманова. – Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2016. – № Т11. – С. 1696-1700.
42. Лунёва, Е.С. Сущность и специфика социально-педагогического сопровождения подростков в конфликтных ситуациях со сверстниками / Елена Лунёва. — В сборнике: Социально-педагогическая деятельность в системе образования. — Ярославль: Сборник научных статей, 2018. — С. 108-115.
43. Макс, О.Н. Стратегии поведения в конфликтной ситуации / Олег Макс // Экономика и управление: проблемы, решения. – 2012. – № 6. – С. 72-77.
44. Мамышева, К.А. Стратегии поведения подростков в конфликтных ситуациях / Кристина Мамышева // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2016. – № 11-12. – С. 82-83.
45. Манина К.Е. Особенности конфликтного поведения современных подростков // Акмеология. 2014. №2 (50). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-konfliktnogo-povedeniya-sovremennyh-podrostkov> (дата обращения: 26.05.2020).
46. Мачехина, О.П. Проблемы адаптации в школе как источник конфликтов / Ольга Мачехина // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 3. – С. 257.
47. Микулина, Т.С. Формирование регулятивного компонента социально безопасного поведения несовершеннолетних группы риска как профилактика преступности несовершеннолетних /Т.С. Микулина, К.А. Долгих. — В сборнике: Стратегии и практики развития инклюзивной

культуры в пространстве региона. — Материалы форума с международным участием, 2019. — С. 177-183.

48. Морозов, В.Е. Социально-педагогические аспекты конфликтного поведения подростков со сверстниками / Виталий Морозов // Научные горизонты. — 2018. — № 5 (9). — С. 97-100.

49. Муслимов, А.М. Анализ философских теорий конфликта в аспекте их содействия педагогическим исследованиям: проблемы профилактики межличностных конфликтов студентов / Алик Муслимов // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. — 215. — № 3 (32). — С. 44-48.

50. Нецветайлова, Е.Н. Психологические аспекты профилактики подростковых конфликтов / Елена Нецветайлова // Научный альманах. — 2015. — № 10-4 (12). — С. 405-407.

51. Оболонский, Ю.В. Главные функции конфликтов / Юрий Оболонский // Человеческий капитал. — 2013. — № 7 (55). — С. 26-32.

52. Омарова, М.К. Самосознание личности и выбор стратегии поведения в конфликтной ситуации / Мария Омарова // Вестник Дагестанского государственного университета. Серия 2: Гуманитарные науки. — 2009. — № 4. — С. 118-123.

53. Ошейко, С.Н. Формирование конфликтологической компетентности в подростковом возрасте /Станислав Ошейко. — В сборнике: Наука и образование: отечественный и зарубежный опыт. — Международная научно-практическая конференция, 2018. — С. 45-48с.

54. Пирожкова, Н.В. Взаимосвязь самооценки младших школьников с их социометрическим статусом [Электронный ресурс] / Наталья Пирожкова. — Электрон. журн. — Концепт, 2015. — Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2015/75045.html> (дата обращения: 23.03.2020).

55. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / под. ред. М.Р. Битяновой. СПб.: Питер. 2006. — 304 с.

56. Психофизиологические, психолого-педагогические проблемы взаимоотношений детей и родителей на этапе дошкольного взаимодействия: резолюция 6 сессии отраслевого Конгресса МАНВО в области психологии (Лондон, 01 июня-30 июня 2014 г.) / Международная Академия наук и высшего образования; куратор: Челябинский Государственный Педагогический Университет (ЧГПУ; Челябинск, Россия) - Лондон: МАНВО, 2015. – 52 с.

57. Реан, А.А. Психология личности [Текст] / Артур Реан. – СПб.: Питер, 2013. – 288 с.

58. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога: практическое пособие / Евгений Рогов. – Москва : Юрайт, 2012. – 412 с.

59. Рождественская, Н. А. Формирование у подростков конструктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях / Н. А. Рождественская, А. М. Мамонова // Московского университета. Серия 14. Психология. – 2010. – № 1. – С. 110-116.

60. Русанова, Е.В. К вопросу о методах обучения педагогов конструктивным стратегиям преодоления конфликтных ситуаций / Елена Русанова. — В сборнике: Научное сообщество студентов. — Сборник материалов IX Международной студенческой научно-практической конференции: в 2 томах, 2016. — С. 194-196.

61. Сайфутдиярова, Е.Ф. Личностный эгоцентризм как фактор конфликтности в подростковом возрасте / Елена Сайфутдиярова // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. – 2016. – Т. 1, № 2 (2). – С. 99-114.

62. Самсонова, Н.В. Девиантное конфликтное поведение подростков / Н.В. Самсонова, Е.В. Дейнега // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – № № 6 (73). – С. 188-189.

63. Сафиулин, Р.З. Развитие технологий тестирования в образовании // Управление образованием: теория и практика. – 2015. – №1

(17). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-tehnologiy-testirovaniya-v-obrazovanii> (дата обращения: 22.05.2020).

64. Семченко, М.С. Психологические аспекты проблемы стратегии поведения в конфликте по отношению к представителю противоположного пола / М.С. Семченко // Ученые записки Орловского государственного университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. – 2011. – Т. 2, № 40. – С. 319-322.

65. Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки в психологии / Елена Сидоренко. – Санкт-Петербург: Речь, 2010. – 350 с.

66. Слепцова, Ю.А. Причины возникновения конфликтов / Юлия Слепцова // Инновационная наука. – 2015. – Т. 2, № 6(6). – С. 261-264.

67. Степанова Н. В. Особенности адаптивного поведения в межличностных конфликтах // Концепт. 2016. №9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-adaptivnogo-povedeniya-v-mezhlichnostnyh-konfliktah> (дата обращения: 26.05.2020).

68. Суворова, А. В. Психология конфликта: учебное пособие / А. В. Суворова, С. В. Нищитенко. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2018. — 105 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/83205.html> (дата обращения: 01.12.2019).

69. Трубина, З.И. Педагогические конфликты на уроках: типы, причины возникновения, специфика урегулирования / Зинаида Трубина. — Т. 7. № 5. — Мир науки. Педагогика и психология, 2019. — 16с.

70. Фирсова, Е.С. Особенности поведения подростка в конфликте / Елена Фирсова // Известия института педагогики и психологии образования. – 2019. – № 2. – С. 90-93.

71. Цветков, В.Л. Психология конфликта. От теории к практике: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Юриспруденция» / Виталий Цветков. — Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 183 с. — ISBN 978-5-238-02360-1. — Текст: электронный // Электронно-

библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/81551.html> (дата обращения: 04.12.2019).

72. Чиркова, В.С. Различия доминирующих стратегий поведения в конфликте у подростков и студентов / В.С. Чиркова, О.В. Махинова // Вопросы педагогики. – 2019. – № 5-1. – С. 234-237.

73. Шакирова, Д.М. Структура конфликта как негативного коммуникационного процесса в образовательном пространстве / Динара Шакирова // Коммуникология. – 2017. – Т. 5, № 3. – С. 47-53.



## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Методики исследования уровня конфликтности и стратегий конфликтного поведения у старших подростков

#### 1.1 Тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»

Тест позволяет определить степень собственной конфликтности.

*Инструкция.* Оцените по 7-балльной шкале, насколько в вас представлено каждое свойство, приведенное в таблице.

Семь баллов означает, что в вашем поведении всегда проявляется свойство, описанное в левой части таблицы, 1 балл — что оно не проявляется никогда, для вас характерна его противоположность, описанная в правой части таблицы.

*Обработка и интерпретация результатов:* подсчитайте общую сумму баллов и оцените свою степень конфликтности.

Таблица 1 – Бланк к методике В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»

1. Рветесь в спор	7 6 5 4 3 2 1	Уклоняетесь от спора
2. Свои выводы сопровождается тоном, не терпящим возражений	7 6 5 4 3 2 1	Свои выводы сопровождается извиняющимся тоном
3. Считаете, что добьетесь своего, если будете рьяно возражать	7 6 5 4 3 2 1	Считаете, что если будете возражать, то не добьетесь своего
4. Не обращаете внимания на то, что другие не принимают доводов	7 6 5 4 3 2 1	Сожалеете, если видите, что другие не принимают доводов
5. Спорные вопросы обсуждаете в присутствии оппонента	7 6 5 4 3 2 1	Рассуждаете о спорных проблемах в отсутствие оппонента
6. Не смущаетесь, если попадаете в напряженную обстановку	7 6 5 4 3 2 1	В напряженной обстановке чувствуете себя неловко
7. Считаете, что в споре надо проявлять свой характер	7 6 5 4 3 2 1	Считаете, что в споре не нужно демонстрировать свои эмоции
8. Не уступаете в спорах	7 6 5 4 3 2 1	Уступаете в спорах
9. Считаете, что люди легко выходят из конфликта	7 6 5 4 3 2 1	Считаете, что люди с трудом выходят из конфликта
10. Если взрываетесь, то считаете, что без этого нельзя	7 6 5 4 3 2 1	Если взрываетесь, то вскоре ощущаете чувство вины

**60 и более баллов** — высокая степень конфликтности. Зачастую вы сами ищите повод для споров. Не обижайтесь, если вас будут считать любителем поскандалить.

Лучше подумайте, не скрывается ли за таким поведением глубинное чувство собственной неполноценности?

**50-60 баллов**— выраженная конфликтность. Вы настойчиво отстаиваете свое мнение, даже если это может отрицательно повлиять на ваши взаимоотношения с окружающими. За это вас не всегда любят, но зато уважают.

**30-50 баллов**— конфликтность выражена слабо. Вы умеете сглаживать конфликты и избегать критических ситуаций, но при необходимости готовы решительно отстаивать свои интересы.

**15-30 баллов**— конфликтность не выражена. Вы тактичны, не любите конфликтов. Если же вам приходится вступать в спор, вы всегда учитываете, как это может отразиться на ваших взаимоотношениях с окружающими.

**Менее 15 баллов** – для вас свойственно избегать конфликтных ситуаций. Вы предпочитаете отказаться от своих интересов, но избежать какой – либо напряженности в отношениях. Не думаете ли вы, что тем самым теряете уважение окружающих?

1.1 Методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева

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 насмеются.
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:

Таблица 2 – Карта опроса по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева

№ п/п	да	нет	№ п/п	да	нет	№ п/п	да	нет	№ п/п	да	нет
25			39			53			67		
26			40			54			68		
27			41			55			69		
28			42			56			70		
29			43			57			71		
30			44			58			72		
31			45			59			73		
32			46			60			74		
33			47			61			75		
34			48			62			76		
35			49			63			77		
36			50			64			78		
37			51			65			79		
38			52			66			80		

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*.

### 1.3 Методика оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса.

Методика определяет типические способы реагирования на конфликтные ситуации. Можно выявить, насколько педагог склонен к соперничеству и сотрудничеству в коллективе, в школьном классе, стремится к компромиссам, избегает конфликтов или, наоборот, старается обострить их, а также оценить степень адаптации каждого члена коллектива к совместной деятельности.

#### **Текст опросника**

1. а) Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса. б) Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, в чем мы оба согласны.

2. а) Я стараюсь найти компромиссное решение.

б) Я пытаюсь уладить конфликт с учетом всех интересов другого человека и моих собственных.

3. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

б) Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

4. а) Я стараюсь найти компромиссное решение. б) Я стараюсь не задеть чувств другого человека.

5. а) Улаживая спорную ситуацию, я все время пытаюсь найти поддержку у другого.

б) Я стараюсь делать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

6. а) Я пытаюсь избежать неприятности для себя. б) Я стараюсь добиться своего.

7. а) Я стараюсь отложить решение спорного вопроса, с тем чтобы со временем решить его окончательно. б) Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться другого.

8. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

б) Я первым делом стараюсь определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

9. а) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникших разногласий.

б) Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.

10. а) Я твердо стремлюсь добиться своего.

б) Я пытаюсь найти компромиссное решение.

11. а) Первым делом я стремлюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы. б) Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.

12. а) Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры. б) Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет навстречу.

13. а) Я предлагаю среднюю позицию.

б) Я настаиваю, чтобы все было сделано по-моему.

14. а) Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах. б) Я пытаюсь показать другому логику и преимущество моих взглядов.

15. а) Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения.

б) Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряжения.

16. а) Я стараюсь не задеть чувств другого.

б) Я обычно 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 даю другому возможность остаться при своем мнении, если он идет мне навстречу.

19. а) Первым делом я пытаюсь определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

б) Я стараюсь отложить спорные вопросы с тем, чтобы со временем решить их окончательно.

20. а) Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.

б) Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.

21. а) Ведя переговоры, стараюсь быть внимательным к другому.

б) Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.



22. а) Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей и другого человека.

б) Я отстаиваю свою позицию.

23. а) Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

б) Иногда предоставляю другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

24. а) Если позиция другого кажется ему очень важной, я стараюсь идти ему навстречу.

б) Я стараюсь склонить другого на компромисс.

25. а) Я пытаюсь убедить другого в своей правоте.

б) Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к аргументам другого.

26. а) Я обычно предлагаю среднюю позицию.

б) Я почти всегда стремлюсь удовлетворить интересы каждого из нас.

27. а) Зачастую стремлюсь избежать споров.

б) Если это сделает другого человека счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

28. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

б) Улаживая ситуацию, я обычно стремлюсь найти поддержку у другого.

29. а) Я предлагаю среднюю позицию.

б) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за возникающих разногласий.

30. а) Я стараюсь не задеть чувств другого.

б) Я всегда занимаю такую позицию в споре, чтобы мы совместно могли добиться успеха.

### **Обработка результатов**

По каждому из пяти разделов опросника (соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление) подсчитывается количество ответов, совпадающих с «ключом».

### **Ключ опросника**

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

### **Выводы**

Полученные количественные оценки сравниваются между собой для выявления наиболее предпочитаемой формы социального поведения испытуемого в ситуации конфликта, тенденции его взаимоотношений в сложных условиях.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Результаты констатирующего эксперимента

Таблица 2 – Результаты исследования уровня конфликтности у старших подростков по методике В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»

№	Уровень конфликтности	Показатель
1	53	высокий
2	62	высокий
3	72	высокий
4	52	высокий
5	67	высокий
6	42	средний
7	60	высокий
8	71	высокий
9	82	высокий
10	22	низкий
11	62	высокий
12	9	низкий
13	11	низкий
14	52	высокий
15	54	высокий
16	62	высокий
17	19	низкий
18	64	высокий
19	32	средний
20	30	средний
21	45	средний
22	37	средний
23	41	средний
Итого:	Высокий – 56,5%(13 человек) Средний – 26,1% (6 человек) Низкий – 17,4%(4 человека)	

Таблица 2.1 – Результаты исследования уровня конфликтности по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева

№ испытуемого	Показатель	Уровень конфликтности
1	Очень высокий	35
2	Очень высокий	32
3	высокий	21
4	высокий	25
5	Очень высокий	37
6	средний	19
7	высокий	30
8	Очень высокий	31
9	высокий	28
10	низкий	9
11	высокий	23
12	низкий	12
13	низкий	10
14	высокий	22
15	высокий	21
16	высокий	22
17	низкий	9
18	высокий	21
19	высокий	28
20	средний	16
21	средний	13
22	средний	20
23	средний	15
Итого:	Очень высокий – 17,4%(4 человека) Высокий – 43,5% (10 человек) Средний -21,7 %(5 человек) Низкий – 17,4%(4 человека)	

Таблица 2.2 – Результаты исследования стратегий конфликтного поведения у старших подростков по методике оценки способов реагирования в конфликте К.Н. Томаса.

	Стратегии поведения в конфликтных ситуациях					Преобладающая стратегия
	Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление	
1	13	7	4	2	6	Соперничество
2	11	5	6	10	4	Соперничество
3	9	7	7	4	5	Соперничество
4	8	7	7	5	6	Соперничество
5	10	2	4	4	5	Соперничество
6	5	7	8	8	9	приспособление
7	7	4	4	6	5	Соперничество
8	12	6	6	10	8	Соперничество
9	9	4	2	5	2	Соперничество
10	4	6	7	7	8	приспособление
11	9	4	7	3	2	Соперничество
12	2	6	6	4	7	приспособление
13	5	8	7	6	9	приспособление
14	8	3	4	5	6	Соперничество
15	10	7	7	1	6	Соперничество
16	5	6	6	9	8	избегание
17	5	5	5	9	7	избегание
18	7	2	6	4	4	Соперничество
19	3	6	9	6	7	компромисс
20	2	4	6	7	6	избегание
21	5	8	10	7	7	компромисс
22	3	8	7	4	7	сотрудничество
23	5	7	6	5	3	сотрудничество
Итого:	Соперничество- 52,2 %(12 чел.) Компромисс -8,7 %(2 человека) Сотрудничество -8,7%(2 человека) Приспособление -17,4%(4 человека) Избегание – 13%(3 чел.)					

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

### Программа формирования конструктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях у старших подростков

Программа нацелена на то, чтобы сформировать у подростков понятие о конфликте и способах поведения в конфликтных ситуациях, заложить основы конструктивных стратегий выхода из конфликта, а также улучшить навыки межличностного общения.

Цель программы: сформировать конструктивные стратегии конфликтного поведения у старших подростков.

Для достижения цели, необходимо решить ряд конкретных задач:

1. Сформировать умение анализировать свои возможности в конфликтных ситуациях и оценивать результаты собственной деятельности и деятельности других людей.
2. Изучить понятие конфликта и рассмотреть существующие стратегии конфликтного поведения.
3. Обучить выбору эффективных стратегий разрешения межличностных конфликтов, позволяющих не только конструктивно решать возникающие проблемы, но и сохранять взаимоотношения людей.
4. Сформировать положительное самоотношение.
5. Развить понимание собственной индивидуальности и индивидуальности других детей.
6. Понизить уровень конфликтности у старших подростков.

При разработке нашей программы мы опирались на аналогичные программы формирования или коррекции стратегий конфликтного поведения Е.Н. Нецветайловой, Т.И. Куликовой, В.А. Парфенова, а также статьи А.В. Гур, Н.А.Рождественской, книгу С.М. Емельянова «Практикум по конфликтологии», Е.Г. Грецова «Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание», Е.В. Емельяновой «Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге».

Каждое занятие включает в себя вводную часть, основное содержание и завершающую часть с рефлексией.

Вводная часть содержит в себе ритуал приветствия, когда психолог устанавливает доверительный контакт с подростками, создает благоприятную для

проведения тренинговых упражнений атмосферу, задавая положительный настрой и дружественные отношения.

Основная часть занятия содержит набор различных упражнений, ролевых игр и проективных методик, направленных на формирование конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации, навыков уверенного поведения в конфликте и осознании текущей ситуации.

Рефлексия в заключительной части занятия направлена на то, чтобы помочь подросткам оценить достигнутые результаты занятия и свою вовлеченность в процессы, происходящие в группе. Благодаря рефлексивному процессу, подросток может оценить занятие в эмоциональном (какие получены эмоции, понравилось или нет) и смысловом (зачем мы это делали и почему это важно) аспектах.

При проведении программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков будем руководствоваться следующими принципами:

- гуманизм – подразумевает, что к каждому ребенку проявляется уважительное и доброжелательное отношение, а также учитываются его личностно-индивидуальные особенности и исключается принуждение и насилие над личностью;
- системность – занятия строятся с учетом постепенного усложнения и последовательности этапов формирующей работы;
- конфиденциальность – информация, получаемая специалистом в процессе взаимодействия с ребенком, не разглашается;
- добровольность - участие учащихся в работе со специалистом должно быть осознанным и добровольным;
- компетентность – психолог, работая с детьми, должен четко определять и учитывать рамки собственной компетентности;
- ответственность – психолог ответственно относится к благополучию детей, заботится о них и не использует полученные результаты работы им во вред.

Для того, чтобы реализовать нашу программу в полной мере, мы использовали следующие формы и методы работы: игровые методы, упражнения, словесные методы (беседа, дискуссия), наглядные методы, элементы тренинга.

Для того, чтобы проверить и доказать эффективность реализации программы использовались методы математической обработки, в частности, Т-критерий Вилкоксона.

Материально-техническое оснащение. Для проведения подобранных упражнений данной программы необходимо помещение не менее 30 м<sup>2</sup>, стулья в

количестве участников группы, чистые листы бумаги формата А4, ручки или карандаши.

Продолжительность программы: 10 занятий по 45 минут.

Программа рассчитана на 2 месяца, периодичность занятий – 1- 2 раза в неделю.

Целевая аудитория: 19 человек

Требования к участникам и ведущему программы

Основными характеристиками необходимого для работы тренинговой группы «климата отношений» являются эмоциональная свобода участников, открытость, дружелюбие, доверие друг к другу и ведущему.

Ведущий, в свою очередь, должен быть компетентен, объективен, использовать в своей программе валидные методы формирования, настраивать ребят на продуктивную работу, заряжать коллектив позитивным настроением, а также контролировать работу в группах, при необходимости - помогать в разрешении моделируемых конфликтных ситуаций.

Содержание программы :

Занятие № 1 « Знакомство»

Цель: установление контакта с участниками, создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания.

Ритуал приветствия.

Цель: Участники приветствуют друг друга. Ведущий кратко информирует участников группы о целях и форме занятия.

Упражнение №1: «Имя и эпитет».

Цель: установление контакта с участниками, создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания.

Группа рассаживается в кругу. Один из участников называет свое имя и подбирает по отношению к себе какой-нибудь эпитет. Это прилагательное должно начинаться с той же буквы, что и имя, позитивным образом характеризовать человека и по возможности содержать преувеличение, например: «Магическая Мария, гениальный Геннадий, боязливый Борис». Следующий выступающий участник сначала повторяет имя и эпитет предыдущего, а затем добавляет собственную комбинацию. Третий повторяет оба варианта и потом представляется сам. Так происходит и дальше по кругу. Последнему участнику наиболее тяжело, однако он имеет больше шансов запомнить имена всех участников<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Емельянова Е.В. Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге [Электронный ресурс] / Е.В. Емельянова. — Электрон. текстовые данные. — М. : Генезис, 2015. — 376 с.



В конце игры предложите членам группы обменяться впечатлениями, ответив на вопросы:

- Какие эпитеты меня впечатлили?
- Какие имена мне было трудно запомнить?
- К кому я теперь испытываю интерес?

Упражнение № 2 «Интервью».

Цель: узнавание друг друга участниками группы, более тесное знакомство.

Участники разбиваются по парам. Задача - познакомиться друг с другом, поочередно исполняя роль интервьюера. Вы можете спрашивать друг у друга о том, что считаете возможным, интересным и необходимым для знакомства.

В течение 10 минут интервью берет один человек, затем участники меняются ролями. По окончании беседы происходит представление всем друг друга. Примерный перечень вопросов может быть таким:

1. Твое имя?
2. Любимый цвет?
3. Любимая пора года?
4. Любимое имя: мужское, женское?
5. Что ты больше всего ценишь/не ценишь в других людях?
6. Чего ты больше всего боишься?
7. Чем тебя легко огорчить?
8. Чем тебя легче всего обрадовать?
9. Чем ты любишь заниматься, когда остаешься один?

Упражнение № 3: «Марина-маффины-Милан».

Цель: знакомство участников группы, снятие тревожности, создание дружественной атмосферы.

Каждый участник по очереди называет свое имя, и на первую букву своего имени называет блюдо (любимое, или любое другое) и город. Следующий участник называет все три слова всех предыдущих участников, а потом свои.

Упражнение № 4: «Прилагательное на первую букву имени»

Завершение.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Занятие № 2 «Что такое конфликт?»

Цель: определить понятие «конфликт»

Ритуал приветствия.

Цель: Участники приветствуют друг друга. Ведущий кратко информирует участников группы о целях и форме занятия.

Упражнение №1 «Мозговой штурм»

Цель: интеллектуальная разминка, «включение» креативных способностей.

Группа разбирается на подгруппы по 2-3 человека, которые в течении 2 минут придумывают различные варианты использования какого – либо простейшего предмета, например одежной вешалки. Ведущий предупреждает, что идеи могут быть любыми, самыми абсурдными. После завершения работы каждая группа зачитывает свой вариант. Побеждает та группа, в которой было больше всего не повторяющихся в других группах идей.

На следующем этапе группа продолжает работать в режиме «мозгового штурма». Тем же подгруппам дается задание в течении 5 минут выработать определение понятия «конфликт». Группы по очереди представляют свои определения. Те определения, в которых конфликт рассматривается как деструктивное действие, записываются на одной части доски; определения, носящие позитивный характер, - на другой. После завершения представлений определений всеми группами участники анализируют все определения, выделяя общее, и вырабатывают новое определение.

Упражнение №2 «Ассоциации»

Цель: осознание собственного эмоционального поля восприятия конфликта.

Участники рассаживаются в круг.

Инструкция: «В фокусе нашего внимания конфликт. Когда мы произносим это слово, у нас возникает ряд ассоциаций, чувств. Мы слышали о конфликте, знаем, как он проявляется в поведении людей. Сейчас мы исследуем отражение конфликта на внутреннем состоянии человека. Пусть каждый скажет, с чем ассоциируется слово «конфликт». Какой образ подсказывает ваше воображение?»

После первого ряда ассоциаций можно попросить продолжить:

Если конфликт – это мебель, то какая?

· Если посуда, то какая?

· Если одежда, то какая?

Рефлексия. В ходе обсуждения ведущий задает вопрос: "Для чего мы делали это упражнение?". Важно заметить, что ассоциации были выражением определенного эмоционального состояния, вызванного словом "конфликт". Для того чтобы управлять своим эмоциональным состоянием в ситуации конкретного конфликта, надо хотя бы определять характер этих эмоций, их глубину и степень влияния на поведение.

### Упражнение №3 «Настойчивость - сопротивление».

Цель: дать возможность участникам группы проанализировать эмоции и чувства, возникающие на разных этапах протекания конфликта. Группа разбивается на пары, в каждой паре определяются роли: настаивающий и сопротивляющийся. Настаивающий выдвигает требование (например, прийти домой в 10 часов), сопротивляющийся выдвигает причину, по которой он не может выполнить это требование. Настаивающий должен приводить различные убедительные доводы, сопротивляющийся приводит свои доводы, поддерживающие ответ «нет». Все доводы и с той и с другой стороны должны быть мотивированными, прочувствованными. Упражнение будет закончено, если настаивающий или сопротивляющийся скажет «ты меня убедил», а не «утомил».

Далее в парах меняются ролями, и настаивающий придумывает новую ситуацию. В обсуждении необходимо проанализировать физические реакции, эмоции и чувства, сопровождающие конфликт. Обсуждаются возможные действия, предпринимаемые конфликтантами для того, чтобы овладеть своим состоянием. Завершение.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах.

### Занятие № 3 «Какой я в конфликте?»

Цель: осознать собственную модель поведения в конфликтной ситуации

Ритуал приветствия.

### Упражнение №1 «Я в конфликте»

Цели: выразить свое видение самого себя в сложной ситуации; дать возможность освободиться от накопившихся эмоций.

Участникам раздаются листы бумаги, все необходимые для рисования материалы, и они занимают любое уединенное место. В течение 10 минут им нужно будет нарисовать картину, главная идея которой выражается в ее названии – «Я в конфликте». Это может быть автопортрет или абстрактное произведение. Главное – чтобы работа передавала эмоции, которые автор чаще всего испытывает в конфликтных ситуациях, говорила о его способах реагирования на конфликты и способностях поведения в них. В процессе рисования важно не оценивать себя со стороны, а передать реальное положение вещей. Когда все рисунки готовы, ведущий

собирает их и перемешивает, чтобы нельзя было догадаться, где чей рисунок. Участники рассаживаются в круг, и далее они должны обсудить, кто является творцом той или иной работы. Рисунки предъявляются ведущим по очереди. Естественно, автор старается никак себя не выдавать. Он, а вместе с ним и другие участники, поскольку часто авторство устанавливается неверно, имеют возможность получить обратную связь о том, что думает группа об их поведении и переживаниях в конфликтах, какими видит их в преодолении сложной ситуации.

Когда все авторы определены, участники обмениваются впечатлениями как от самого процесса рисования, так и от последующего обсуждения рисунков в группе.

Упражнение №2 «Сюжетно – ролевая игра «Мельница»»

Цель: проживание участниками тренинга «мелких» конфликтных ситуаций, настройка на дальнейшую работу.

Равное число участников тренинга образуют два круга (один внутри другого), встают лицом друг к другу и разыгрывают в парах мелкие диалоги – ситуации, которые задает ведущий. Диалог длится 2 минуты. После каждого диалога внешний круг делает несколько шагов, например по часовой стрелке; каждый участник меняет партнера, разыгрывается следующий эпизод.

Ситуации для разыгрывания:

- Находящиеся во внешнем круге играют роль контролеров автобуса, а находящиеся во внутреннем – роль безбилетных пассажиров;
- Внутренний круг – продавцы, которым нет дела до покупателей, а внешний – покупатели.;
- Внешний круг – начальник, «застукавший» опоздавшего подчиненного, а внутренний – подчиненный;
- Внутренний круг – жилец. Которого залил сосед сверху, внешний круг – сосед сверху.

В ходе обсуждения участники анализируют свое наиболее типичное поведение в различных ситуациях, приживаемые эмоции.

Упражнение №3 «Если бы..., я стал бы...»

Цель упражнения: выработка навыков быстрого реагирования на конфликтную ситуацию

Упражнение происходит по кругу: один участник ставит условие, в котором оговорена некоторая конфликтная ситуация. К примеру : "Если бы меня обсчитали в магазине...". Следующий, рядом сидящий, продолжает (заканчивает) предложение. К примеру: "... я стал бы требовать жалобную книгу".

Если бы тебе сказали, что ты никогда никому не помогаешь

Если бы тебе сказали, что себя ведешь, как будто ты самый главный  
Если бы тебе сказали, что с тобой бесполезно договариваться о чем-либо, ты все равно забудешь  
Если бы тебе сказали, что ты не умеешь красиво одеваться  
Если бы тебе сказали, что у тебя скрипучий голос и он действует всем на нервы  
Если бы тебе сказали, что ты на всех смотришь волком  
Если бы тебе сказали, что у тебя напрочь отсутствует чувство юмора  
Если бы тебе сказали, что ты слишком высокого о себе мнения  
Если бы тебе сказали, что ты как не от мира сего  
Если бы тебе сказали, что ты плохо воспитан  
Если бы тебе сказали, что ты не умеешь договариваться  
Ведущий отмечает, что как конфликтные ситуации, так и выходы из них могут повторяться.

Завершение.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах.

Занятие №4 «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях»

Цель: Изучить конструктивные и деструктивные стратегии поведения в конфликтных ситуациях.

Ритуал приветствия.

Упражнение №1 «Животное»

Имея дело с различиями между людьми, необходимо, прежде всего, осознавать, как вы, реагируете в конфликтных ситуациях.

Вам понадобятся 5 листков бумаги или флипчартов. На каждом должно быть одно из изображений: плюшевый мишка, акула, черепаха, сова, лиса.

Под каждым изображением напишите:

Медвежонок: говорит искренне, заботится, успокаивает

Акула: противостоит, оказывает давление, атакует

Черепаха: ретируется, избегает, прячется

Сова: наблюдает со стороны, ждет подходящего момента

Лиса: в зависимости от ситуации ведет себя соответственно – наблюдает, атакует, отдалается или выказывает заботу.

Покажите группе все изображения, кроме лисицы. Плакат с лисицей не открывайте до конца упражнения.

Попросите каждого из участников встать рядом с тем животным, которое, по его мнению, лучше всего описывает его поведение в начале конфликтной ситуации. Когда все займут свои места, (1) обратите внимание, около какого изображения животного собралось большинство участников, (2) спросите одно из участников в каждой группе назвать достоинства и недостатки такой реакции, (3) попросите участников описать, как, по их мнению, будет реагировать вторая сторона конфликта на поведение акулы, совы, медвежонка или черепахи.

Попросите членов группы представить себе середину конфликта. С каким животным ассоциируют они себя теперь? Продолжите дискуссию с уже известными тремя вопросами.

Теперь попросите группу представить себе финальную стадию конфликта.

Под медвежонком напишите: «Давай забудем это и помиримся»

Под акулой напишите: «Попался!»

Под совой напишите: «Поживем – увидим!»

Под черепахой напишите: «Ты первый заговоришь со мной»

Под изображением какого животного они хотели бы быть теперь? Продолжите дискуссию с вышеуказанными тремя вопросами.

Затем откройте плакат с лисой. Объясните ситуативное управление конфликтом. Попросите группу назвать примеры ситуаций, в которых свойственно быть медвежонком, акулой, черепахой и совой.

В конце упражнения познакомьте участников с четырьмя простыми действиями, помогающими справляться с конфликтными ситуациями:

1. признайте, что различия существуют;
2. узнайте, почему другой человек думает, поступает, чувствует и верит во что-то именно так, а не иначе;
3. поставьте себя на место другого человека;
4. поделитесь с другим человеком мыслями, почему вы думаете, поступаете, чувствуете и верите именно так, а не по-другому.

Упражнение №2 «Воинственный круг».

Цель :осознать личные стратегии поведения в конфликте; оценить собственную конфликтологическую культуру, развить навыки бесконфликтного общения и поиска оптимальных партнерских взаимоотношений.

Ход выполнения:

Участники тренинга встают в круг.

Инструкция для всех участников: «Сейчас три человека, названные мною, покинут комнату и станут водящими. Затем они по очереди по моему приглашению будут входить в комнату и пытаться проникнуть в центр круга».

Инструкция для водящих: «Вам необходимо любым способом проникнуть в круг».

Инструкция для стоящих в круге: «Нам надо сомкнуть круг и крепко держаться за руки, стараясь не допустить проникновения водящего в круг. Однако если он сможет нас убедить пропустить его в круг, а не выберет силовую тактику, позвольте ему это сделать. Каждый из нас, принимая решение, пропускать или не пропускать водящего в круг, должен ориентироваться на чувства, вызываемые партнером, на убедительность его поведения и просьб».

После выполнения упражнения группа садится в круг, и тренер проводит обсуждение, целью которого является осознание участниками тренинга причин непонимания людьми друг друга, необходимости ориентации человека на поведение (вербальное и невербальное) других участников общения и его учет в построении эффективных стратегий собственного поведения.

Упражнение № 3 «Конфликтные ситуации».

Цель: показать способы взаимодействия в конфликтах: избегание, уклонение, приспособление, сотрудничество, компромисс.

Участники разбиваются на пары. Каждой паре дается определенный тип выхода из конфликтной ситуации, который она должна разыграть.

Ситуация №1. «Парикмахер и клиент»

Парикмахер очень плохо подстриг клиента, при этом сказал, что это супер модная стрижка, потребовал двойную оплату. Клиент недоволен, но действует в соответствии с типом, указанным в карточке.

Ситуация №2. «Продавец и покупатель»

Продавец обсчитал покупателя на 50 рублей и в этот момент его срочно позвали к телефону. Когда продавец вернулся и покупатель сказал ему о случившемся, продавец ответил, что он не помнит этого покупателя. Покупатель действует в соответствии с типом, указанным в карточке.

Завершение.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах.

Занятие № 5 «Эффективные стратегии поведения в конфликте»

Цель: Овладение способами эффективного поведения в конфликтных ситуациях.

Ритуал приветствия.

Упражнение №1

«Разведчики».

Цель: снятие первоначального напряжения, развитие сплоченности, доверия, установление дружеских связей.

Инструкция: «Сейчас мы все будем разведчиками. Для этого в круге нужно связаться с кем-нибудь глазами без слов, кивков или каких-либо жестов». По сигналу ведущего «Свяжитесь с разведчиком!» участники ищут себе пару в течении 10 секунд. С первого раза связываются не все. Ведущий просит тех, кто остался без пары, встать и в течении 5 секунд найти себе пару из числа оставшихся участников; и так до тех пор, пока вся группа не разобьется на пары. Далее ведущий просит состоявшиеся пары обменяться местами, пожав руку друг другу в процессе обмена. «А теперь помашите с места своему разведчику рукой и по команде ведущего свяжитесь с третьим» второй этап данного упражнения повторяет предыдущий алгоритм с условием связаться с новым «разведчиком», обменяться с ним местами. После этого ведущий ходит по кругу, и тот человек, к которому он подходит, должен встать с места, а одновременно с ним – третий разведчик. В ходе обсуждения упражнения участники делятся информацией об изменении своего состояния.

Упражнение №2 Ролевая игра "Сглаживание конфликтов"

Цель упражнения: отработка умений и навыков сглаживания конфликтов.

Ведущий рассказывает о важности такого умения как умение быстро и эффективно сглаживать конфликты; объявляет о том, что сейчас опытным путем стоит попытаться выяснить основные методы урегулирования конфликтов.

Участники разбиваются на тройки. На протяжении 5 минут каждая тройка придумывает сценарий, по которому двое участников представляют конфликтующие стороны (например, ссорящихся супругов), а третий - играет миротворца, арбитра.

На обсуждение ведущий выносит следующие вопросы:



- Какие методы сглаживания конфликтов были продемонстрированы?
- Какие, на ваш взгляд, интересные находки использовали участники во время игры?

- Как стоило повести себя тем участникам, кому не удалось сгладить конфликт?

Примеры ситуаций:

2. Вы дали человеку дорогую вещь, а вам ее возвратили в испорченном виде
3. Вы уходите из дома, а к вам пришли родственники, которых вы давным-давно не видели
4. Вы слушаете интересный доклад, а вас отвлекают ненужными и глупыми комментариями
5. Вы пришли на работу, ваш начальник говорит вам, что ваш внешний вид не соответствует общепринятому дресс-коду
6. Вы ждете подругу в гости, она приходит не одна, а с совершенно незнакомым для вас человеком без предупреждения
7. Вы являетесь главным приглашенным на празднике, но неожиданно меняете свои планы и туда не идете
8. Ваш разговор с коллегой, где вы нелестно высказывались о начальнике был подслушан и передан начальнику, при встрече с вами он потребовал объяснений
9. Вам указывает начальник, что на работе вы занимаетесь не своими обязанностями, в ущерб своим прямым обязанностям, что вы скажете...
10. На работе аврал... Срочное задание, вы не успеваете всё сделать в срок. И вдруг вы обнаруживаете, что вам надо срочно уехать на два дня.

Обратная связь.

Упражнение №3 «Неуверенные, уверенные и агрессивные ответы»

Цель: отработать навыки коммуникативного общения, проработать все типы поведения в конфликте.

Каждому члену группы предлагается продемонстрировать в заданной ситуации неуверенный, уверенный и агрессивный типы ответов. Ситуации можно предложить следующие:

4. Друг разговаривает с вами, а вы хотите уйти.
5. Ваш товарищ устроил вам встречу с незнакомым человеком, не предупредив вас.
6. Люди, сидящие сзади вас в кинотеатре, мешают вам громким разговором.

7. Ваш сосед отвлекает вас от интересного выступления, задавая глупые, на ваш взгляд, вопросы.

8. Учитель говорит, что ваша прическа не соответствует внешнему виду ученика.

9. Друг просит вас одолжить ему вашу какую-либо дорогостоящую вещь, а вы считаете его человеком неаккуратным, не совсем ответственным.

Для каждого участника используется только одна ситуация. Можно разыграть данные ситуации в парах. Группа должна обсудить ответ каждого участника.

Завершение.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах.

Занятие № 6 «Выпускаем пар»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, проработка эмоций.

Ритуал приветствия.

Упражнение №1 «Нахал».

Инструкция: Порой бывает так: вы стоите в очереди и вдруг перед вами кто-то влезает. Ситуация очень распространенная, и частенько не находится слов, чтобы выразить свое возмущение и негодование. Да и не всяким словом легко осадить такого нахала. И все-таки, как быть? Ведь не мириться же с тем, что такие случаи неизбежны? Давайте попробуем разобрать подобную ситуацию. Пожалуйста, разбейтесь на пары. В каждой паре партнер слева добросовестно стоит в очереди. «Нахал» заходит справа. Пожалуйста, отреагируйте экспромтом, да так, чтобы было не повадно. Начали!

Поменяйтесь ролями. Теперь нахал будет заходить слева, игроки каждой пары, стоящие справа, должны отреагировать. Начали. Спасибо. Ну а теперь давайте устроим конкурс на лучший ответ в данной ситуации. Пожалуйста, ведущий, организуйте это соревнование и оцените самого находчивого игрока. Спасибо. На этом игра закончена.

Упражнение №2 «Карикатура на врага».

Цель: снятие стресса, снижении агрессии

Нарисуйте своего «врага» в виде сказочного животного. Да пострашнее! С рогами, клыками, копытами.

Время на выполнение этого задания – 5 минут.

И дальше с ним можно поиграть. К примеру, у вас конфликты с одноклассницей (-ком). Вот и нарисуйте ее (его) в виде огнедышащего дракона. А потом «посадите» в клетку с огромными замками. Или отправьте ее (его) на другую планету в большущей ракете. Все, конфликт исчерпан!

А теперь прислушайтесь к своим эмоциям. Как вы думаете, почему, нарисовав карикатуру на своего врага, да еще и отправив его в клетку или на далекую планету, вам стало легче?

Саморефлексия "Мои возможности"

1. На листе бумаги нарисуйте собственную ладонь.
2. В центре ладони напишите самую главную причину, которая мешает вам конструктивно вести себя в конфликтных ситуациях.
3. В контуре каждого из пальцев напишите то, новое, что вы узнали и что, может вам пригодиться для решения возможных конфликтов.

Старшеклассники в течение 5 минут выполняют предложенное задание. После этого желающие озвучивают свои ответы.

Упражнение 3 «Настойчивость - сопротивление». Цель: дать возможность участникам группы проанализировать эмоции и чувства, возникающие на разных этапах протекания конфликта. Группа разбивается на пары, в каждой паре определяются роли: настаивающий и сопротивляющийся. Настаивающий выдвигает требование (например, прийти домой в 10 часов), сопротивляющийся выдвигает причину, по которой он не может выполнить это требование. Настаивающий должен приводить различные убедительные доводы, сопротивляющийся приводит свои доводы, поддерживающие ответ «нет». Все доводы и с той и с другой стороны должны быть мотивированными, прочувствованными. Упражнение будет закончено, если настаивающий или сопротивляющийся скажет «ты меня убедил», а не «утомил». Далее в парах меняются ролями, и настаивающий придумывает новую ситуацию. В обсуждении необходимо проанализировать физические реакции, эмоции и чувства, сопровождающие конфликт. Обсуждаются возможные действия, предпринимаемые конфликтантами для того, чтобы овладеть своим состоянием. Теоретическая информация.

Завершение.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах.

## Занятие №7 « Учимся общаться»

Цель: Сплочение сформированной группы, формирование эффективных навыков общения

Ритуал приветствия.

### Упражнение №1 «Крушение»

Цель: сформировать способность принимать решение сообща, обучить навыкам отстаивания своего мнения и способности прислушиваться к мнению других.

Педагог: «Представьте, что вы летите на воздушном шаре. На небе – ни облачка... Вы летите и наслаждаетесь полетом. Но вдруг небо затягивают черные-черные тучи. Разразилась гроза, и одна из молний ударила в шар: вы терпите крушение. На борту есть груз, который вы взяли с собой в путешествие. Чтото из этих вещей очень тяжелое, а чтото – легкое, чтото деревянное, а чтото – металлическое... Вы должны проанализировать, какие вещи выбросить, чтобы добраться до необитаемого острова. В скором времени воздушный шар будет пролетать над заливом, и вы понимаете, что последние три вещи, которые вы выбросите, доплывут до острова.

Принимать решения, какие вещи стоит выбросить, вы должны совместно. Если хотя бы один человек будет не согласен, то вещь останется на борту».

После их ответа обсудите с участниками, насколько легко либо тяжело было принимать коллективное решение. Задайте несколько вопросов:

- Что было легче: отстаивать свое мнение или соглашаться с другими?
- Удалось ли взять то, что действительно необходимо, чтобы выжить?
- Изза чего чаще возникали конфликты (споры)?
- Что помогло вам прийти к общему мнению?

### Упражнение №2 «И тут вы ему говорите».

Цель: дать возможность участникам группы почувствовать себя в разных коммуникативных техниках, найти поведенческие ходы, которые делают каждую технику успешной и субъективно привлекательной.

Группа делится на тройки. В каждой тройке участники получают роли игрока, подыгрывающего и наблюдателя. Инструкция игроку. Ситуация, которую я вам опишу, предполагает диалог с другим персонажем. Его роль будет исполнять подыгрывающий. Предложенную ситуацию вы разыграете с ним три раза. Сначала вы будете вести свою партию с позиции «сверху» - давите, требуйте, грубите, угрожайте, насмехайтесь,

будьте очень настойчивы. Как бы ни вел себя ваш партнер, постарайтесь все время лидировать, быть «над ним». Через 3-4 минуты остановите диалог, немного помолчите и начинайте игру с позиции «снизу» - заигрывайте, просите, почувствуйте себя слабым и зависимым, уступайте, входите в положение другого человека, и так 3-4 минуты, а затем после небольшой паузы побудьте в позиции «на равных». Найдите верный тон, нужную позу, доброжелательные и уверенные слова.

Инструкция подыгрывающему. В отличие от игрока вы не имеете ограничений в поведении. Расслабьтесь, максимально включитесь в ситуацию, настройтесь на партнера, а после этого реагируйте на его слова так, как вам хочется. Если он вас разозлил -злитесь, обидел-обижайтесь, если его реакции растрогали вас - уступите своим добрым порывам. Будьте максимально искренни. Желательно фиксировать, какие именно слова, жесты партнера создали тот или иной ваш настрой, почему поменялось отношение к партнеру.

Инструкция наблюдателю. Ваша задача - фиксировать развитие диалога, особенности поведения, развитие сюжета, а также следить, чтобы партнеры выполнили свои инструкции. Если вы считаете, что игрок не выполняет свою задачу, уходит в другую социальную роль, вы имеете право остановить игру. После проведения первого цикла меняются роли.

Для обсуждения даются следующие ситуации:

- Ваш коллега попросил у вас на несколько дней «посмотреть» ценные рабочие материалы. Вернул только через неделю в неприглядном, местами нечитабельном виде. И тут вы ему говорите...
- Вы-страстный любитель тюльпанов, выращиваете у себя на участке редкие сорта, приобретаете луковицы за очень приличные деньги. У соседки, с которой у вас нормальные отношения, есть собака – спаниель
- Вы купили на рынке понравившуюся вам блузку, придя домой и примерив ее, вы обнаружили, что она не гармонирует ни с одной вещью в вашем гардеробе, да и внутренняя обработка вам показалась некачественной.

Упражнение №3 «Достойный ответ»

Цель: Отработка навыка конструктивного выхода из конфликтных ситуаций.

Все участники сидят в кругу. Каждый получает от ведущего карточку, на которой содержится какое-либо замечание по поводу внешности или поведения одного из участников.

Все слушатели по кругу (по очереди) произносят записанную на карточку фразу, глядя в глаза соседу справа, задача которого — достойно ответить на этот «выпад». Затем ответивший участник поворачивается к своему соседу справа и зачитывает фразу со своей карточки. Когда каждый выполнит задание, то есть побывает и в качестве «нападающего», и в качестве «жертвы», упражнение заканчивается и группа переходит к обсуждению.

Обсуждение: Тренер спрашивает участников, легко ли им было выполнять задание, принимали ли они близко к сердцу нелестное замечание о себе. Как правило, слушатели говорят, что грубые высказывания их не взволновали, потому что они не воспринимали их как направленные конкретно против себя. Затем все предлагают различные варианты конструктивного поиска, который поможет и в реальных жизненных условиях так же воспринимать негативную информацию от партнеров по общению.

Ты слишком высокого мнения о себе. Ты ведешь себя так, как будто ты самый главный здесь.

Ты никогда никому не помогаешь

Когда я тебя встречаю, мне хочется перейти на другую сторону улицы.

Ты совсем не умеешь красиво одеваться.

Почему ты на всех смотришь волком?

С тобой нельзя иметь никаких деловых отношений.

Ты как не от мира сего

У тебя такой страшный взгляд.

С тобой бесполезно договариваться о чем-либо. Ты все равно все забудешь.

У тебя такой скрипучий голос, он действует мне на нервы.

Посмотри, на кого ты похожа!

Ты слишком много болтаешь ерунды.

Что ты вечно на всех кричишь?

У тебя полностью отсутствует чувство юмора.

Ты слишком плохо воспитана.

Завершение.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах.

Занятие № 8 «формирование конструктивных стратегий»

Цель: сформировать конструктивные стратегии поведения в конфликте

Ритуал приветствия.

Упражнение №1 «Чувства и конфликт»

Спросите, как ваши личные чувства могут втянуть вас в конфликт.

(тримя основными способами: будучи в «настроении», которое оказывает влияние на ваше поведение других людей, что нас обоих ставит на конфликтный эскалатор; или подавлением своих чувств, и тогда другой человек не понимает, что вы чувствуете, и это позже может привести к вашей вспышке )

После того как участники группы дали свою точку зрения, сфокусируйте внимание на то, как надо реагировать, когда кто-то расстраивает вас; объясните, что мы собираемся изучить одну технику управления конфликтом под названием Я – утверждение. Эта техника представляет собой способ ясно описать, как вы себя чувствуете и почему, принимая свои чувства и при этом не обвиняя, и не упрекая других

Упражнение №2 «Демонстрация»

Скажите: « Давайте посмотрим, что происходит когда вы обвиняете когда-нибудь».

Встаньте и попросите встать добровольца. Скажите, что-нибудь наподобие: « Вы по-настоящему меня раздражаете – постоянно опаздываете на мой урок». Спросите добровольца, как он(она) чувствует в данной ситуации или что хотел(а) сказать. Затем перефразируйте ваше высказывание примерно так:» Когда вы опаздываете на урок, меня это расстраивает, потому что приходится повторять еще несколько раз, что мы уже сделали на уроке из-за чего теряется много драгоценного времени». Спросите добровольца об его ощущениях. Поблагодарите его и предложите ему сесть.

Упражнение 3 № « Иду на Вы»

Цель: научиться конструктивно выражать свое недовольство, обиду, несогласие с чем-либо

Я-утверждения отличаются от Ты-утверждений. Последний часто начинаются с «Ты всегда...» или «Ты- никогда», которые редко являются правдой и заставляют другого человека обороняться. « Ты никогда меня не слушаешь...» вряд ли будет правдой, в то время как »Я расстраиваюсь, когда ты настолько занят, что у тебя нет

времени выслушать меня, а мне необходимо обсудить с тобой эту проблему» имеет больше шансов быть услышанным.

Напишите на доске формулу Я-утверждения:

- Я чувствую....
- Когда ты...
- Потому что...

Объясните, что сначала будет звучать несколько неестественно и искусственно, но это стоит того, чтобы попробовать. После некоторой практики нет необходимости строго придерживаться данной формулы. Стресс, который вы ощущаете, не является вашей слабостью или тем, что вы берете на себя вину за конфликт. Этот способ признания, что обе стороны имеют право на уважение своих чувств. Это путь к открытому обсуждению. Прежде чем группа займется практической обработкой, предупредите их не использовать Я-утверждения, которые представляют перевернутые Ты-утверждения: например, «Когда ты не делаешь свою работу, мне кажется что ты просто лентяй, который специально уваливает от работы, с целью взвалить её на меня»

Упражнение « Я-утверждения, Ты- утверждения»

Разбейте группы на пары, которые должны определить, кто А, а кто В. Давайте им любую поведенческую конфликтную ситуацию. Например, А теряет ключи В. Предложите А проделать Ты-утверждения для В. Затем повторите формулу Я-утверждения, написанную на доске, и предложите А использовать её при её новом утверждении в адрес В. Затем используя вторую ситуацию(например, В никогда не передавал А важных сообщений), предложите В сделать сначала Я-утверждения, а затем Ты –утверждения

Комментарии.

Предложите участникам сказать с точки зрения слушателя, что он чувствовал, услышав оба типа утверждений. Затем дайте команду выйти из роли. Расскажите о своих собственных наблюдениях, например, при Я-утверждений можно говорить более спокойным голосом, а также использовать язык жестов. Спросите группу, как они могли бы использовать язык жестов. Спросите группу, как они могли бы использовать « Я –утверждений в обычных ситуациях.

Упражнение « Мне надо это ...»

Напишите еще одно предположение в конце формулы: « Итак, что мне надо, это...». Скажите, что иногда полезно прояснить, что вам в данной ситуации необходимо.



Дайте группе еще одну конфликтную ситуацию(например, кто-то подшучивает над вами из-за вашей прически) и попросите сначала А, потом В сделать подходящее Я-утверждение, содержащая просьбу.

#### Упражнение№2 «Топтыжка»

Цель: Формирование толерантности и конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.

Это упражнение поможет научиться не обижаться и не держать зла на людей нечаянно причинивших вам боль или создавших вам неудобства, дискомфорт.

В жизни бывают ситуации, когда случайно возникают объективные условия для возникновения конфликта. Например, человек уставший едет в переполненном троллейбусе. Троллейбус качнуло и соседка, не удержав равновесие, наступает ему на ногу. В ответ звучит едкое несдержанное замечание и негативное оценочное суждение личности соседки. Далее возникает неловкий диалог и ссора.

Согласитесь, что порой очень важно волевым усилием, своей, тактичностью, толерантностью сдержать нахлынувшее на вас раздражение и желание действовать агрессивно. Улыбнитесь, пошутите, скажите теплые слова и вы почувствуете, что ваше раздражение улетучилось, и прошла боль. Необходимо, по возможности, готовить себя к таким ситуациям.

Тренер даёт инструкцию: «Начиная с меня, выполняем задание по кругу. Правой ногой будем наступать на левую ногу соседа. Тот, кому наступили, попытается оправдать обидчика, называя по имени. Например, я наступаю на ногу Инне. Инна говорит: «Я прощаю тебя, Татьяна, потому, что ты спешила на работу» и наступает на ногу Марине. Марина говорит: « Я не обижаюсь на тебя Таня. В этом троллейбусе так тесно и всем надо ехать» и т.д.

Объяснения могут быть любыми, но не должны повторяться.

Рефлексия.

Примечание: Наступать на ногу необходимо чисто символически, без усилия. Участники могут снять обувь.

#### Упражнение№3 « Толерантность»

Цель: Формирование умений активного, конструктивного, толерантного общения в конфликтной ситуации.

Комментарии.

Каждый из нас время от времени попадает в конфликтную ситуацию: с кем-то сориться, получает незаслуженное обвинение. Выход из таких конфликтных ситуаций осуществляется по-разному. Это упражнение способствует тому, чтобы научиться конструктивным способам выхода из конфликтной ситуации

Инструкция: «Припомните ситуацию, когда вас или вашего знакомого обидели. Разыграйте эту сцену так чтобы использовать предложенную схему. Из конфликтной ситуации можно выйти при помощи толерантного поведения, сохраняя при этом собственное достоинство и не принижая другого»

Схема достойного выхода из конфликтной ситуации

1. начинайте разговор с конкретного и точного описания ситуации, которая тебя не устраивает:» Когда вы не заслуженно критиковали меня при всех...»

2. Выскажите чувства, которые возникали у тебя в связи с этой ситуацией и поведением человека по отношению к тебе: «Когда... я чувствовал себя униженным»

3. Скажи человеку, как бы тебе хотелось, чтобы он поступил. Предложи другой вариант поведения, который бы устроил тебя: «... Поэтому я очень Вас прошу – в следующий раз...»

4. Скажи, как ты будешь вести себя в случае, если человек изменит свое поведение.

После обработки этого упражнения, предложите нескольким парам участникам, продемонстрировать свое умение толерантно общаться.

По окончании упражнения члены группы обмениваются мыслями об удачном выходе из конфликтной ситуации и причинах такого успеха.

Завершение.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах.

Занятие №9 «Закрепляем результат»

Цель: закрепление полученных знаний и отработка навыков

Ритуал приветствия.

Упражнение №1 «Конфликт»

Цель: закрепить сформированные стратегии поведения

Разрешение конфликтных ситуаций с точки зрения различных стратегий поведения. Деление учащихся на подгруппы по 3 человека, каждой из которой дается ситуация. Необходимо продумать решение ситуации.

Ситуация 1. Родители отправляют тебя в магазин за картошкой, а ты хочешь играть в компьютерные игры

Ситуация 2. У твоего друга серьезные проблемы с математикой, поэтому он постоянно просит у тебя списать домашнее задание. И ты разрешаешь ему списывать. Но однажды учительница заметила, что у тебя и твоего друга совершенно одинаковые записи в тетради. Она вызвала тебя и сказала, что если еще раз ты дашь списать домашнее задание, у тебя будут большие неприятности

Ситуация 3. Родители считают, что ты много времени проводишь за компьютером и поэтому поздно ложишься спать. Они запретили тебе заниматься за компьютером и даже стали забирать, уходя из дома, сетевой шнур. Тебя это не устраивает.

Ситуация 4.

Обсуждение каждой ситуации по схеме, предложенной в начале занятия:

- Кто оказался в выигрыше при решении ситуации?
- Был ли их выбор разрешения конфликтной ситуации эффективным?
- Как вы думаете, какая была выбрана стратегия поведения решения данной ситуации?

Упражнение №2 «Официант, в моем супе муха!»

Цель: отработка коммуникативных умений, приобретенных навыков общения

Участникам группы предлагается поучаствовать в конфликтной ситуации, случившейся в одном из дорогих ресторанах.

Дайте каждому из участников по одному из ниже приведенных сценариев, чтобы ознакомиться.

Объясните, что упражнение представляет собой ролевую игру, призванную продемонстрировать некоторые аспекты общения.

После проигрывания ситуации следует обсудить впечатления, мнения, переживания, возникшие у участников сцены, а затем наблюдения остальных членов группы. Если позволит время и найдутся желающие, упражнение можно повторить, но с другими участниками.

РОЛЬ А

Вы путешествуете по чужой стране. Сегодня, обедая в весьма дорогом ресторане, вы обнаружили в супе нечто, похожее на часть насекомого. Вы

пожаловались официанту, но тот уверяет, что это не насекомое, а специи. Вы не согласились и пожелали переговорить с управляющим. И вот управляющий подходит к вашему столику.

#### РОЛЬ Б

Вы – управляющий хорошего ресторана. Цены могут показаться высокими, но качество обслуживания в высшей степени оправдывает их. У вашего ресторана хорошая репутация, и он привлекает многих иностранцев. Сегодня в ваш ресторан пришел пообедать иностранец, и один из новых официантов подал ему суп. Возникли какие-то претензии, и официант передал вам, что иностранец желает с вами переговорить. Итак, вы направляетесь к его столику.

#### Анализ:

- Жаловался ли А? Отменил ли он заказ? Отказался ли заплатить за суп?
- Вник ли Б в суть проблемы? Преодолил ли непонимание сторонами друг друга?

Выразил ли искреннее сожаление? Принес ли вежливые извинения?

- Удалось ли сторонам дать объяснения, воспринять их и разрешить проблему к обоюдному удовлетворению?

- Мог ли А изложить свою жалобу ясно и внятно? Ролевая игра может быть использована для демонстрации культурной специфики в человеческом поведении: К примеру: одинаково ли выражают мужчины и женщины одну и ту же жалобу?

#### Завершение:

Никто не в силах указать «наилучший способ» решения проблем, которыми сопровождается общение с иностранцами, однако обсуждение данной ролевой игры может помочь участникам увидеть широкие возможности для этого.

#### Упражнение №3 «Как разрешить конфликтные ситуации»

Цель: Актуализация знаний о различных стилях поведения в ситуациях межличностного конфликта, их демонстрация на жизненных примерах.

#### Примеры конфликтных ситуаций

1. Ты договорился(лась) с друзьями (подругами) идти на дискотеку по случаю дня рождения. А мама говорит: «Никуда ты у меня не! пойдешь на ночь глядя, маленький(ая) еще!»

2. Друг взял у тебя книгу и обещал вернуть ее через неделю. С тех пор прошел месяц, а книгу он так и не вернул. А она позарез нужна тебе для подготовки домашнего задания. Вчера ты позвонил ему домой и напомнил про книгу, он клятвенно обещал ее принести. А сегодня говорит: «Извини, я забыл, куда ее положил, и теперь не могу ей найти».

3. Ты купил в магазине полкило колбасы, принес ее домой и туя обнаружил, что она несвежая. Ты возвращаешься в магазин, отдаешь продавцу колбасу и чек и просишь вернуть деньги за некачественный товар. А он отвечает: «Ничего не знаю, у нас все продукты свежие. Вы приобрели это в другом месте».

Обсуждение. При обсуждении этой ролевой игры следует обратить внимание на то, что целесообразность использования разных стилей поведения в зависимости от типа конфликтной ситуации может сильно меняться. В частности, жесткость применяемых стилей зависит от степени близости участников конфликта (в нашем примере: мать, друг, посторонний человек), обоснованности их требований (беспокойство матери за сына или дочь вполне понятно, продавец же просто хамит), взаимной зависимости конфликтующих сторон (с родителями предстоит еще долго вместе жить, с другом тоже вряд ли целесообразно расставаться из-за книги, а с нерадивым продавцом можно больше не встречаться).

Обсуждения:

1. В чем причины конфликтов?
2. Как можно предотвратить конфликт?
3. Что чувствуют в ситуации конфликта обиженный и обидчик?
4. Какое поведение помогает с достоинством выйти из конфликта или не допустить его разгорания?

Завершение.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах.

Занятие № 10 «Финиш»

Цель: закрепление полученных знаний и навыков, рефлексия, релаксация

Ритуал приветствия

Упражнение №1 «Встреча на узком мостике»

Цель: проанализировать сущность конфликтов, причины их возникновения и пути разрешения.

Описание упражнения.

Двое участников становятся на линии, проведенной на полу, лицом друг к другу так, чтобы между ними было расстояние около 3 м. Ведущий объясняет ситуацию: «Вы идете навстречу друг другу по очень узкому мостику, перекинутому над водой. В

центре мостика вы встретились, и вам надо разойтись. Мостик — это линия. Кто поставит ногу за ее пределами — упадет в воду. Постарайтесь разойтись на мостике так, чтобы не упасть». Пары участников подбираются случайным образом. При большом количестве участников может одновременно функционировать 2-3 «мостика».

Упражнение проходит более эмоционально, если используется не просто полоска на ровном полу, а небольшое возвышение (например, для этой цели хорошо подходит перевернутая гимнастическая скамейка). Если же такой возможности нет, следует выбрать или провести на полу прямую полоску (это может быть полоса на линолеуме,

Психологический смысл упражнения. В контексте данного занятия упражнение выступает моделью конфликтной ситуации, и к нему можно возвращаться при обсуждении стратегий поведения в конфликте.

Обсуждение. Какие чувства участники испытывали при выполнении данного упражнения? Что помогало, а что мешало успешно выполнить его? Чем упавшие «в воду» пары отличались от успешно преодолевших трудную ситуацию? Целесообразно подвести участников к пониманию того, что в выигрыше оказывались не те, кто стремился пройти сам, а те, кто прежде всего стремился помочь партнеру.

Далее ведущий кратко рассказывает про психологическое определение конфликта, его структуру и причины возникновения.

Упражнение №2 "Конфликтная ситуация".

Психолог: Ребята давайте попробуем разыграть ситуацию "В классе".

Данная сцена разыгрывается несколько раз в разных вариантах. Нужно начать выяснение отношений:

- с угрозы;
- с указаний и поучений (надо сначала убедиться, что это парта свободна, а только потом ее занимать);
- с критики (если бы ты был умным, то знал бы, что нельзя занимать чужую парту);
- с обобщения (ты такой же бестолковый, как все новенькие);
- не обращать внимания (он не достоин моего внимания).

Обсуждаются все варианты, и отмечается, кто смог достойно выйти из конфликтной ситуации.

Психолог: Какова цель решения любого конфликта? (Найти достойное решение, приемлемое для обоих.) Если такое решение не найдено, то начинается

ПРОТИВОСТОЯНИЕ. Кому-то необходимо идти на УСТУПКИ. Если оба идут на уступки, то это КОМПРОМИСС. Самый лучший выход - СОТРУДНИЧЕСТВО.

### Упражнение № 3 «Подарок»

Цель: завершение работы с позитивным настроем.

Сейчас, пожалуйста, встаньте в круг, рассчитайтесь по порядку и запомните свой номер. Отлично. Здесь, в этой комнате, для каждого из вас есть небольшой подарок. Вспомните свой номер, под таким же номером вы найдете свой подарок. И помните, что, вероятно, Ничто не случайно. То, что скажет твой подарок, — предназначено именно тебе.

Каждый находит в комнате листок (в виде звездочки, цветка и т.д.) со своим номером, на обратной стороне которого написано пожелание.

Примеры пожеланий:

1. Чтобы контролировать ситуацию, надо оставаться спокойным.
2. Отстаивай свою точку зрения во время конфликта, но не дави на собеседника.
3. В споре умей выслушать собеседника до конца.
4. Уважай чувства других людей.
5. Любую проблему можно решить.
6. Будь внимательнее к людям, с которыми общаешься
7. Не сердись, улыбнись.
8. Начни свой день с улыбки.
9. Посмотри на других: в тебе и окружающих так много общего.
10. Взгляни на своего Обидчика — может, ему просто нужна твоя помощь.
10. Раскрой свое сердце, и мир раскроет свои объятия.
12. Всегда внимательно выслушай своего собеседника.

После того как все нашли свои «подарки», ребята

возвращаются в круг. Предложите всем зачитать то, что написано на их листочке, и подарить эти слова всем присутствующим.

Спасибо за пожелания. На сегодня наше занятие подошло к концу

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

### Результаты опытно-экспериментального исследования

Таблица 4 – Результаты исследования уровня конфликтности у старших подростков по методике В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»

№ испытуемого	Показатель	Уровень конфликтности
1	высокий	53
2	высокий	62
3	высокий	72
4	средний	50
5	высокий	67
6	низкий	30
7	высокий	59
8	высокий	68
9	высокий	81
10	низкий	21
11	высокий	62
12	низкий	10
13	низкий	11
14	высокий	52
15	средний	50
16	средний	49
17	низкий	20
18	высокий	64
19	средний	30
Итого:	Высокий – 52,7 %(10 человек) Средний – 21,1 % (4 человека) Низкий – 26,3 %(5 человек)	



Таблица 4.1 – Результаты исследования уровня конфликтности по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева

№ испытуемого	Показатель	Уровень конфликтности
1	высокий	28
2	высокий	30
3	высокий	23
4	средний	20
5	высокий	27
6	Средний	20
7	высокий	28
8	Очень высокий	32
9	высокий	27
10	низкий	8
11	высокий	22
12	низкий	10
13	низкий	9
14	высокий	22
15	средний	19
16	низкий	10
17	низкий	9
18	высокий	21
19	средний	16
Итого:	<p>Очень высокий – 5,3% (1 человек)                      Высокий – 47,3 % (9 человек)                      Средний – 21,1% (4 человека)                      Низкий – 26,3% (5 человек)</p>	

Таблица 4.2 – Результаты исследования стратегий конфликтного поведения у старших подростков по методике оценки способов реагирования в конфликте К. Томаса.

	Стратегии поведения в конфликтных ситуациях					Преобладающая стратегия
	Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление	
1	10	8	5	3	5	Соперничество
2	8	6	7	11	6	избегание
3	9	8	8	5	4	Соперничество
4	7	7	9	8	6	компромисс
5	9	4	6	3	4	Соперничество
6	3	6	10	5	8	компромисс
7	6	5	5	4	4	Соперничество
8	11	7	8	9	7	Соперничество
9	8	5	3	2	3	Соперничество
10	4	7	7	6	9	приспособление
11	9	6	8	5	3	Соперничество
12	3	6	7	3	6	компромисс
13	3	8	8	3	9	приспособление
14	6	5	4	4	5	Соперничество
15	7	10	7	3	6	сотрудничество
16	4	7	7	8	9	приспособление
17	4	6	5	7	6	избегание
18	5	3	4	3	4	Соперничество
19	3	5	7	6	8	приспособление
Итого:	Соперничество- 47,4 %(9 чел.) Компромисс -15,8 %(3 человека) Сотрудничество -5,2%(1 человека) Приспособление -21,1%(4 человека) Избегание – 10,5%(3 чел.)					

Таблица 4.3 – Расчет критерия Т-Вилкоксона по методике К.Томаса, шкала «Соперничество»

N	"До"	"После"	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	13	10	-3	3	15
2	11	8	-3	3	15
3	9	9	0	0	0
4	8	7	-1	1	5
5	10	9	-1	1	5
6	5	3	-2	2	11.5
7	7	6	-1	1	5
8	12	11	-1	1	5
9	9	8	-1	1	5
10	4	4	0	0	0
11	9	9	0	0	0
12	2	3	1	1	5
13	5	3	-2	2	11.5
14	8	6	-2	2	11.5
15	10	7	-3	3	15
16	5	4	-1	1	5
17	5	4	-1	1	5
18	7	5	-2	2	11.5
19	2	3	1	1	5
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					10

Таблица 4.4 – Расчет критерия Т-Вилкоксона по методике К.Томаса, шкала «Сотрудничество»

N	"До"	"После"	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	7	8	1	1	6.5
2	5	6	1	1	6.5
3	7	8	1	1	6.5
4	7	7	0	0	0
5	2	4	2	2	14
6	7	6	-1	1	6.5
7	4	5	1	1	6.5
8	6	7	1	1	6.5
9	4	5	1	1	6.5
10	6	7	1	1	6.5
11	4	6	2	2	14
12	6	6	0	0	0
13	8	8	0	0	0
14	3	5	2	2	14
15	7	10	3	3	16
16	6	7	1	1	6.5
17	5	6	1	1	6.5
18	2	3	1	1	6.5
19	4	5	1	1	6.5
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					<b>6.5</b>

Таблица 4.5 – Расчет критерия Т-Вилкоксона по методике К.Томаса, шкала «Компромисс»

N	"До"	"После"	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	4	5	1	1	5.5
2	6	7	1	1	5.5
3	7	8	1	1	5.5
4	7	9	2	2	13
5	4	6	2	2	13
6	8	10	2	2	13
7	4	5	1	1	5.5
8	6	8	2	2	13
9	2	3	1	1	5.5
10	7	7	0	0	0
11	7	8	1	1	5.5
12	6	7	1	1	5.5
13	7	8	1	1	5.5
14	4	4	0	0	0
15	7	7	0	0	0
16	6	7	1	1	5.5
17	5	5	0	0	0
18	6	4	-2	2	13
19	6	7	1	1	5.5
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					<b>13</b>

Таблица 4.6 – Расчет критерия Т-Вилкоксона по методике К.Томаса, шкала «Приспособление»

N	"До"	"После"	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	6	5	-1	1	7
2	4	6	2	2	14.5
3	5	4	-1	1	7
4	6	6	0	0	0
5	5	4	-1	1	7
6	9	8	-1	1	7
7	5	4	-1	1	7
8	8	7	-1	1	7
9	2	3	1	1	7
10	8	9	1	1	7
11	2	3	1	1	7
12	7	6	-1	1	7
13	9	9	0	0	0
14	6	5	-1	1	7
15	6	6	0	0	0
16	8	9	1	1	7
17	7	6	-1	1	7
18	4	4	0	0	0
19	6	8	2	2	14.5
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					<b>57</b>

Таблица 4.7 – Расчет критерия Т-Вилкоксона по методике К.Томаса, шкала «Избегание»

N	"До"	"После"	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	2	3	1	1	6
2	10	11	1	1	6
3	4	5	1	1	6
4	5	8	3	3	17.5
5	4	3	-1	1	6
6	8	5	-3	3	17.5
7	6	4	-2	2	13.5
8	10	9	-1	1	6
9	5	2	-3	3	17.5
10	7	6	-1	1	6
11	3	5	2	2	13.5
12	4	3	-1	1	6
13	6	3	-3	3	17.5
14	5	4	-1	1	6
15	1	3	2	2	13.5
16	9	8	-1	1	6
17	9	7	-2	2	13.5
18	4	3	-1	1	6
19	7	6	-1	1	6
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					<b>62.5</b>

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

### Технологическая карта внедрения результатов исследования в

Таблица 5 – Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
1	2	3	4	5	6	7
1-й этап: «Целеполагание внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков»						
1.1. Изучить документацию по предмету внедрения	Изучение нормативной документации, ФЗ об образовании, документации и ОУ	Обсуждение, анализ источников по теме	Анализ литературы, работа психологом в ОУ, обсуждение на пед. Совете ОУ, самообразование,	1	С 2019г.	Психолог, администрация ОУ
1.2. Поставить цели внедрения формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков	Выдвижение и обоснование целей внедрения модели	Разработка «Дерева целей» исследования, разработка модели и программы	Работа психологической службы ОУ, консультация с научным руководителем и администрацией ОУ	1	Сентябрь	Психолог, администрация ОУ
1.3. Разработать этапы внедрения Программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков	Изучение и анализ содержания этапов внедрения Программы, ее задач, принципов, критериев и показателей эффективности	Анализ модели и программы внедрения, анализ готовности ОУ к внедрению модели	Работа психологической службы ОУ, совещание, анализ документации, работа по составлению Программы внедрения	1	Октябрь – ноябрь	Психолог, администрация ОУ
1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы	Анализ уровня подготовленности пед. коллектива к внедрению	Составление программы внедрения, анализ материалов готовности ОУ	Административное совещание, педагогический совет, анализ документов, работа по составлению Программы внедрения	1	Ноябрь	Психолог, педагоги, администрация ОУ
2-й этап: «Формирование позитивной психологической установки на внедрение программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков»						



Продолжение таблицы 5

2-й этап: «Формирование позитивной психологической установки на внедрение программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков»						
2.1. Выработать готовность к освоению предмета внедрения у администрации ОУ и заинтересованных субъектов внедрения	Формирование готовности внедрить Программу в ОУ, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения	Обоснование практической значимости внедрения, беседа	Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения Программы, работа психологической службы ОУ, участие в семинарах со смежной тематикой	1	Ноябрь	Психолог, администрация ОУ
2.2. Сформировать положительную установку на предмет внедрения Программы у педагогического коллектива ОУ	Пропаганда передового опыта по актуальности внедрения Программы	Беседы, обсуждение, семинары	Беседы, семинары, изучение передового опыта внедрения инновационных технологий в ОУ	Не менее 5	Сентябрь - ноябрь	Психолог, администрация ОУ
2.3. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения Программы у заинтересованных субъектов вне ОУ	Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий вне ОУ	Методические выставки, семинары, консультации, научно-исследовательская работа, конференции и конгрессы	Участие в конгрессах, конференциях, семинарах по теме внедрения, статьи	Не менее 5	Сентябрь - ноябрь	Психолог, администрация ОУ
2.4. Сформировать уверенность по внедрению программы в ОУ	Анализ своего состояния по теме внедрения, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения, исследование психологического паспорта субъектов внедрения	Постановка проблемы, обсуждение, тренинг, консультации с научным руководителем исследования	Беседы, консультации, самоанализ	1	Сентябрь – ноябрь	Психолог
3-й этап: «Изучение предмета внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков»						
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения	Изучение материалов и документов о предмете внедрения Программы и документации	Фронтально	Семинары, работа с литературой и информационными источниками	1	Декабрь	Психолог

Продолжение таблицы 5

3.2. Изучить сущность предмета внедрения инновационной программы в ОУ	Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности)	1	2019 Январь	Психолог, администрация ОУ
3.3. Изучить методику внедрения темы Программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (целеполагания, внедрения)	1	Февраль	Психолог, администрация ОУ
4-й этап: «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков»						
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы	Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, консультирование, собеседование, обсуждение	Работа психологической службы ОУ, тематические мероприятия, уроки	Не менее 6	Апрель	Психолог, администрация ОУ, научный руководитель
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение	Беседы, консультации, работа психологической службы ОУ	1	Апрель	Психолог, администрация ОУ
4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения Программы	Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной Программы	Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы	Производственное собрание, анализ документации ОУ	1	Май	Психолог, администрация ОУ

Продолжение таблицы 5

1	2	3	4	5	6	7
4.4. Проверить методику внедрения Программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков	Работа инициативной группы по новой методике	Изучение состояния дел в ОУ, внесение изменений и дополнений в программу	Посещение уроков, работа психологической службы ОУ	Не менее 5	1-е полугодие	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа
5.1. Активизировать педагогический коллектив ОУ на внедрение Программы формирования	Анализ работы инициативной группы по внедрению Программы	Сообщение о результатах работы по программе	Пед. совет, работа психологической службы ОУ	1	сентябрь	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа
5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения Программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Обмен опытом внедрения инновационных программ, самообразование, тренинги	Наставничество, консультации, работа психологической службы ОУ, семинар	1	Сентябрь-октябрь	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа по внедрению Программы
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной Программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы в ОУ	Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, обсуждения, работа психологической службы ОУ	Работа психологической службы ОУ, производственное собрание, анализ документов ОУ	1	ноябрь	Психолог, администрация ОУ
5.4. Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения (Программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков)	Фронтальное освоение Программы психолого-педагогической коррекции	Наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения Программы	Работа психологической службы ОУ, пед. совет, консультации, работа метод. объединений	1	декабрь	Психолог, администрация ОУ

6-й этап: «Совершенствование работы над темой формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков»						
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, корректировка методики	Конференция, конгресс по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы ОУ	1	2020-Январь	Психолог, администрация ОУ
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению Программы	Анализ зависимости конечного результата по 1-му полугодю от создания условий для внедрения Программы	Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, доклад	Совещание, анализ документации ОУ, работа психологической службы ОУ	1	Январь	Психолог, администрация ОУ
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения Программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения Программы	Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения Программы, методическая работа	Работа психологической службы ОУ, методическая работа	Не менее 3	Январь - февраль	Психолог, администрация ОУ
7-й этап: «Распространение передового опыта освоения внедрения «Программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения у старших подростков»						
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии	Изучение и обобщение опыта работы ОУ по инновационной технологии	Наблюдение, изучение документов ОУ, посещение уроков	Работа психологической службы ОУ, стенды, буклеты,	Не менее 5	Февраль-март	Психолог, администрация ОУ
7.2. Осуществить наставничество над другими ОУ, приступающими к внедрению Программы	Обучение психологов и педагогов других ОУ работе по внедрению Программы	Наставничество, обмен опытом, консультации, семинары	Выступление на семинарах, работа психологической службы ОУ		Март – апрель	Психолог, администрация ОУ
7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению Программы в ОУ	Пропаганда внедрения Программы в районе/городе	Выступления на семинарах. Конференция, конгрессах	Участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению Программы	1 - 3	май	Психолог, администрация ОУ

## Продолжение таблицы 5

7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения Программы	Наблюдение, анализ, работа психологической службы ОУ	Семинары, написание научной работы, статей по теме внедрения Программы	Не менее 2	сентябрь	Психолог, администрация ОУ
---	--	--	--	------------	----------	----------------------------