



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

**Формирование конструктивных стратегий межличностных отношений
младших подростков в условиях образовательной организации**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Медиация в социальной сфере»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:
77, 69 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована

« 5 » 02 2020 г.

зав. кафедрой ТиПП

Кондратьева О.А.

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-310/224-2-1
Арапова Ольга Викторовна

Научный руководитель:

кандидат пед. наук, доцент кафедры
теоретической и прикладной психологии
Барышникова Елена Викторовна

Челябинск

2020

Содержание

	ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1.	ФОРМИРОВАНИЕ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА	7
1.1	Понятие «межличностные отношения» в психолого-педагогической литературе.....	7
1.2	Возрастные особенности межличностных отношений младших подростков.....	15
1.3	Модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.....	21
ГЛАВА 2.	ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	31
2.1	Этапы, методы, методики исследования стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации	31
2.2	Характеристика выборки и анализ результатов исследования стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации	38
ГЛАВА 3.	ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	46
3.1	Программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.....	46
3.2	Анализ результатов формирующего эксперимента.....	52
3.3	Технологическая карта внедрения результатов исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков	58
	ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	66
	СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	71
	ПРИЛОЖЕНИЕ 1.....	81
	ПРИЛОЖЕНИЕ 2.....	90
	ПРИЛОЖЕНИЕ 3.....	93
	ПРИЛОЖЕНИЕ 4.....	110
	ПРИЛОЖЕНИЕ 5.....	114

ВВЕДЕНИЕ

Проблема формирования конструктивных стратегий межличностных отношений является одной из важнейших проблем общества. Особенно актуальна эта проблема в подростковом возрасте, так как подростковый возраст – это возраст, когда закладывается основа межличностных отношений, определяющая на всем жизненном пути поведение человека во всех его отношениях с окружающими людьми, содержанием которого выступает общение, являющееся средством обмена информацией и оказывающее большое влияние на развитие личности подростков. В результате этого происходит восприятие окружающего мира, преломление норм и ценностей общества, подросток стремится занять определенное место в группе сверстников. По этой причине так важно развитие межличностных отношений, нахождение близких друзей, на которых можно положиться в любой ситуации и которые всегда смогут понять. Помимо этого, в данном возрасте активизируются черты характера и основные формы межличностного поведения, развивающиеся в процессе общения подростка с людьми. Тем самым, ведущим видом деятельности подростка является общение, которое играет существенную роль в становлении и развитии самосознания, когда правильный образ «я» формируется у подростка лишь при условии, когда окружающие его люди в этом искренне проявляют заинтересованность, когда он принят другими и имеет позитивные оценки.

В современном обществе происходит увеличение таких негативных социальных явлений, как преступность, наркомания, алкоголизм, девиантное поведение молодежи, а подростки, имеющие неблагоприятное положение в системе личных отношений, обладают такими схожими особенностями, как трудности в общении со сверстниками, неуживчивость, вспыльчивость, грубость, замкнутость, их отличает жадность и зазнайство, навязчивость и неряшливость. Для младшего подростка наиболее актуальным приходится групповое межличностное взаимодействие, общение в компании ровесников, так как степень «включенности» в группу определяется стилем

межличностного взаимодействия и направленностью личностного развития. Частыми причинами затруднений общения, по мнению исследователей, могут выступать индивидуально-психологические особенности общения, включая интеллектуальные, волевые, личные проявления человека.

В связи с вышеизложенным возрастная задача развития межличностного взаимодействия на основе конструктивных стратегий становится для младшего подростка наиболее значимой и актуальной, поскольку период подросткового возраста является наиболее сензитивным периодом для развития навыков межличностного взаимодействия.

Проблема формирования стратегий межличностных отношений младших подростков является многоаспектной, она достаточно успешно изучалась и изучается в психолого-педагогической науке. Эта проблема нашла свое отражение в работах как отечественных, так и зарубежных авторов. Например, к отечественным авторам, которые разрабатывали проблему межличностных отношений, можно отнести Б.Г. Ананьева, А.А. Бодалева, Г.Г. Голубева, Я.Л. Коломинского, Н.Н. Обозова, С.Л. Рубинштейна и т.д. Среди зарубежных авторов интересны работы Я.Л. Морено, Г. Хаймана, Г. Келли и др.

Актуальность исследуемой проблемы, ее недостаточная разработанность практического аспекта, в частности, отсутствие целенаправленной работы по развитию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в образовательных организациях, обусловили выбор темы исследования: «Формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации».

Цель исследования – теоретически обосновать и апробировать модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.

Объект исследования – межличностные отношения младших подростков.

Предмет исследования – формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков 12-13 лет в условиях образовательной организации.

Гипотеза исследования: формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков будет успешным на основе разработанной нами программы, включающей комплекс психотехнических игр и упражнений, направленных на развитие у младших подростков коммуникативных навыков общения в коллективе, повышение их уровня общительности, а также предполагающей развитие конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации.

Задачи исследования:

1. Раскрыть понятие «межличностные отношения» в психолого-педагогической литературе.
2. Рассмотреть возрастные особенности межличностных отношений младших подростков.
3. Теоретически обосновать модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.
4. Описать этапы, методы и методики исследования стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.
6. Разработать и реализовать программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.
7. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.
8. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Методы исследования:

1. Теоретические – анализ литературы по проблеме исследования, синтез, сравнение, обобщение, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические – констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, опрос (опросник «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского, «Социометрия» Дж.Л. Морено), тестирование (тест «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса).

3. Метод математической статистики: Т–критерий Вилкоксона.

Экспериментальная база исследования – МБОУ «СОШ №115 г. Челябинска», учащиеся 7 класса в количестве 18 человек.

Апробация и внедрение результатов исследования осуществлялись посредством:

1) выступления на ежегодной 55-й научно-практической конференции по итогам научной и инновационной деятельности научно-педагогических работников и обучающихся ЮУрГГПУ. Секция: Актуальные проблемы психологии формирования и развития личности (6 февраля 2019 г., г. Челябинск). Тема: «Исследование стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации»;

2) участия в международной научно-методической заочной конференции «Проблемы управления качеством образования. Поколение будущего». Тема: «Исследование межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации» (29-31 июля, г. Санкт-Петербург);

3) публикации научной статьи:

Арапова, О. В. Исследование межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации [Текст] / О. В. Арапова / Сборник избранных статей по материалам научных конференций ГНИИ «Нацразвитие». – Санкт-Петербург : ГНИИ «Нацразвитие», 2019. – С. 151–156.

Структура выпускной квалификационной работы включает: введение, три главы, заключение, список использованных источников (90 источников) и приложения. Основной текст изложен на 80 страницах.

ГЛАВА 1. ФОРМИРОВАНИЕ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ КАК ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

1.1 Понятие «межличностные отношения» в психолого-педагогической литературе

Логика изучения проблемы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений определяет задачу рассмотрения таких понятий, как «отношения», «межличностные отношения», «стратегии» и «конструктивные стратегии».

Еще с давних пор межличностные отношения являются объектом научного исследования. Они изучаются в педагогике, психологии, философии, социологии. Большое значение имеет проблема межличностных отношений в педагогике и в психологии. Она исследуется как особый феномен психики. Так, многие отечественные и западные психологи (Р.А. Зачепецкий, В.Н. Мясищева, В.Н. Файебер, Е.К. Яковлев) считают, что система отношений, которая складывается вокруг ребенка, оказывает существенное влияние на его психическое и личностное развитие.

Но прежде, чем рассматривать сущностную характеристику понятия «межличностные отношения» дадим определение понятию «отношения».

В отечественной социальной психологии понятие «отношения» рассматривается как система взаимосвязей между социальными общностями или индивидами, возникающими в процессе совместной деятельности [37, с. 28].

Природа системы отношений является достаточно сложной. Отношения человека – это сознательная, избирательная, которая базируется на опыте, психологическая связь его с разными сторонами объективной действительности, которая проявляется в его действиях, реакциях и переживаниях, образующиеся и формирующиеся в процессе деятельности

[55]. В системе отношений выражаются не только индивидуальные качества личности, а именно, волевые и эмоциональные свойства, интеллектуальные возможности, но и нормы и ценности общества, усвоенные личностью.

Важной частью системы отношений выступают межличностные отношения. Межличностные отношения – это субъективно переживаемые взаимосвязи между людьми, которые объективно проявляются в характере и способах взаимных влияний, оказываемых людьми друг на друга в процессе совместной деятельности и общения [18, с. 92].

Понятие «межличностные отношения» является очень многоплановым и сложным, поэтому в психолого-педагогической литературе существует огромное количество обозначений и направлений в определении его сущности. Прежде всего необходимо отметить работы таких ученых, как Г.Г. Голубева, Е.П. Ильина, Н.Н. Обозова и др., которые рассматривают межличностные отношения, как переживаемые, осознаваемые взаимосвязи между людьми, в основе которых базируются разнообразные эмоциональные состояния взаимодействующих людей и их психологические особенности, проявляющиеся в характере и способах взаимных влияний, оказываемых людьми друг на друга в процессе совместной деятельности и общения [59, с. 94]. По мнению Е.В. Адриенко, межличностные отношения представляют собой уникальную социальную систему, ядром которого является сам человек, его потребности и мотивы, доминирующие индивидуальные особенности, социальные качества, цели и типичные шаблоны поведения [1].

Не менее важным являются различия в определении понятия «межличностные отношения» (Б.Г. Ананьев, Г.Г. Голубева, Я.Л. Коломинский). Так, Б.Г. Ананьева считает, что межличностные отношения есть процесс познания участниками общения друг друга, саморегуляции поступков человека с учетом полученного знания, преобразования внутреннего мира [5, с. 125].

Согласно определению Я.Л. Коломинского межличностные отношения – это информационное и предметное взаимодействие, в ходе чего формируется, проявляется и осуществляется межличностное

общение [46, с. 121].

Не менее ценной является точка зрения Г.Г. Голубева, который предлагает рассматривать межличностные отношения, как объективно проявляющиеся в характере и способах взаимных влияний, оказываемых людьми друг на друга в процессе совместной деятельности и общения [19, с. 61].

В психологической литературе существует большое количество точек зрения о том, какую роль играют межличностные отношения в действительной системе жизнедеятельности людей. К примеру, Г.М. Андреева определяет, что главной особенностью межличностных отношений является их эмоциональная основа, которая образуется и основывается на определенных чувствах, возникающих у людей по отношению друг к другу [6, с. 39]. Эмоциональная основа межличностных отношений включает все виды эмоциональных проявлений: аффекты, эмоции и чувства. Люди стараются не только воспринимать друг друга, но и формировать друг по отношению к другу определенные отношения, которые рождают разнообразную гамму чувств – от неприятия того или иного человека до симпатии, даже любви к нему. К основным феноменам межличностных отношений относят:

1. Симпатия – это избирательная привлекательность, которая вызывает когнитивный, эмоциональный, поведенческий отклик, эмоциональную привлекательность.

2. Аттракция – привлечение, притяжение одного человека к другому, а также процесс предпочтения, взаимного притяжения, взаимной симпатии.

3. Антипатия – чувство неприязни, нерасположения или отвращения, эмоциональное отношение неприятия кого-либо или чего-либо.

4. Эмпатия – сопереживание, отклик одной личности на переживание другой.

5. Совместимость (оптимальное сочетание психологических особенностей партнеров, способствующих оптимизации их совместной деятельности) – несовместимость.

6. Сработанность – это удовлетворение от общения; согласованность действий [64, с. 45]. На проявления межличностных отношений влияют пол, возраст, национальность, темперамент, социальное положение, профессия и др.

Не менее важна и точка зрения В.Г. Ромека, который считает, что несмотря на то, что содержанием межличностных отношений являются чувства, для образования межличностных отношений этого недостаточно. Межличностные отношения присутствуют только тогда, когда личные воззрения и чувства взаимно интересуют партнеров, когда помимо желания сказать о своих чувствах, имеется еще стремление выслушать партнера, понять заинтересованность к его собственным мнениям и чувствам [51, с. 24].

Если рассматривать межличностные отношения с позиции Н.Н. Обозова, то это всегда «субъект-субъектные» взаимосвязи, характеризующиеся постоянной взаимностью и изменчивостью [58, с. 38].

В настоящее время существует множество различных классификаций межличностных отношений. Так, исходя из критериев глубины отношений, избирательности в выборе партнеров, функций отношений, Н.Н. Обозов предлагает такую классификацию межличностных взаимоотношений, как:

- 1) отношения знакомства;
- 2) приятельские;
- 3) товарищеские;
- 4) дружеские;
- 5) любовные;
- 6) супружеские;
- 7) родственные;
- 8) деструктивные отношения [59, с. 64].

Отношения знакомства подразумевают как акт опознания и приветствия, источник осознания общественной и филогенетической принадлежности: половой, возрастной, территориальной и т.д.

Приятельские отношения возникают на основе отношений знакомств. Для динамики приятельских отношений необходим довольно устойчивый круг знакомых, важные для партнеров условия совместной деятельности в различных сферах (быт, деятельность, обучение, времяпровождение), взаимный интерес [44, с. 88].

Дружеские отношения проявляются из отношений знакомства и приятельских отношений, начинающиеся с симпатии, уважения, доверия, на основе условий, способствующих наиболее тесному сближению людей.

Товарищеские отношения близки с дружескими. Они также, как и дружеские реализуются в области предметной деятельности, но обусловлены обстановкой совместной деятельности, принадлежностью к одной общности, как правило, производственной, а не личными предпочтениями.

Как формы удовлетворения эмоционально-сексуальных потребностей партнеров выступают любовные отношения, переходящие в другие виды отношений и представляющие собой необходимый компонент брачных и родственных отношений [11, с. 45].

Супружеские отношения возникают в результате официального оформления любовных отношений. Супружество как форма межличностных отношений представляет собой совокупность общественно регламентированных отношений между брачными партнерами [58, с. 47].

Родственные отношения основываются на общности происхождения и связи по рождению. К родственным отношениям принадлежат детско-родительские взаимоотношения. Непосредственно данные отношения во многом определяют то, равно как в течение всей будущей жизни человека будут складываться у него все иные виды межличностных отношений.

Деструктивное межличностное взаимодействие включает в себя формы контактов, усложняющие либо разрушающие отношения, и негативно сказываемые на человеке или обоих партнерах.

Существует и такая классификация (Г.М. Андреевой), в которой межличностные отношения, или отношения между отдельными людьми, делятся на следующие основные виды [6, с. 38]:

- 1) официальные и неофициальные;
- 2) деловые и личные;
- 3) рациональные и эмоциональные;
- 4) руководства и подчинения;
- 5) первичные и вторичные.

Официальные взаимоотношения – это взаимоотношения, которые возникают между людьми на должностной основе и, которые регулируются уставами, постановлениями, приказами, законами, а неофициальные отношения или по-другому неформальные – это отношения, которые складываются на основе личных взаимоотношений людей и не ограничиваются никакими официальными рамками.

Деловые отношения выражаются в совместной деятельности людей, то есть делом, которое их объединяет.

Личные взаимоотношения представляют собой отношения между людьми, возникающие вне их совместной деятельности.

Рациональные отношения – это взаимоотношения, основанные на расчете и разуме, строящиеся и развивающиеся исходя из ожидаемой или реальной пользы, в которой люди, вступающие в них, могут принести или приносят друг другу. В них на первое место выходят знания людей друг о друге и объективные оценки, даваемые окружающими их людьми. Противоположные рациональным отношениям являются эмоциональные, которые базируются на эмоциональном восприятии друг друга, часто без учета объективной информации о человеке [7, с. 81].

Данная классификация схожа с классификацией Е.П. Ильина, который помимо обозначенных видов межличностных отношений в своих трудах выделяет еще субординационные и паритетные.

Субординационные отношения – это неравноправные отношения, связанные с тем, что одни люди имеют более высокий статус (должность) и больше прав, чем другие. К таким отношениям можно отнести отношения между руководителем и подчиненными [40, с. 194].

Не менее важной задачей изучения проблемы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений является изучение таких понятий, как «стратегия» и «конструктивные стратегии».

Стратегия – это совокупность доминирующих особенностей поведения человека в отношениях с другими людьми, которые проявляются в той или иной социальной ситуации (В. Рябенко).

Под стратегиями Р. Бендлер, практический психолог, понимает общий план, набор явно выраженных шагов мышления и поведения, позволяющий достичь конкретный результат.

Существует пять основных стратегий поведения человека: соперничество, избегание, приспособление, компромисс и сотрудничество (Р. Блейк, Д. Моутон, К. Томас).

Соперничество представляет собой стремление человека добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому. Такой вид стратегии ведет к выигрышу только одной из сторон, самого сильного соперника. Тем самым приводит к конфликту, так как соперничающие стороны стремятся всегда добиться своего любой ценой, настойчиво защищая свою точку зрения.

Стратегия уклонения характеризуется отсутствием личной настойчивости и желания кооперироваться с другими при разрешении конфликта, прикладывания активных усилий для осуществления собственных интересов. Несмотря на то, что данный вид стратегии характеризуют, как бегство от ответственности, он может вполне стать конструктивной реакцией в конфликтной ситуации, при которой можно перенести решение конфликта на удобное время и помочь младшему подростку выйти из данной конфликтной ситуации.

В большинстве конфликтных ситуаций используют стратегию компромисса, которая заключается в стремлении субъектов идти на взаимные уступки и реализовывать свои интересы с учетом интересов противоположной стороны. Он является эффективным, когда обе стороны хотят одного и того же, осознавая невозможность одновременного удовлетворения всех интересов. Стратегия схожа с сотрудничеством, но

отличительной чертой является то, что при компромиссе обоюдные потребности происходят на поверхностном уровне, скрытые внутренние потребности при этом не анализируются.

Сотрудничество – стратегия, позволяющая конфликтующим сторонам прийти к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон. Данная стратегия является довольно редкой, тяжелым видом работы, так как сначала необходимо выяснить стремления, цели, интересы обеих сторон, обсудить их.

Приспособление рассматривается как жертвование собственными интересами ради интересов другого человека. В такой стратегии используется уступка, способствующая смягчению конфликта, налаживанию отношений [2].

К наиболее активным стратегиям относятся: соперничество, компромисс и сотрудничество, которые свойственны инициативным и предприимчивым младшим подросткам, уверенным в своих силах. Младшие подростки с менее активной позицией и заниженной самооценкой в большинстве случаев выбирают такие стратегии, как приспособление и избегание. Оптимальным для младших подростков является, когда они совместно решают проблемы, имея целью эффективное достижение результата, а саму проблему отделяют от личности. Необходимо, чтобы младшие подростки корректно относились друг к другу, соблюдая жесткие позиции и способы решения обсуждаемой проблемы, уступая силе аргументов, а не давлению.

Конструктивные стратегии – это стратегии, подразумевающие, что младшие подростки, как участники спора, стремятся найти истину, понять позиции, тезисы и оценить доказательства оппонента. Конструктивные стратегии в межличностных отношениях включают в себя: корректные действия, объективные рассуждения, умения устанавливать, определять приоритетность и необходимость тех или иных целей позволяющий достичь конкретного результата [2]. То есть конструктивные стратегии представляют собой изменение своего отношения к проблемной ситуации (отнестись к

происшедшему с юмором); изменения в себе самом, в системе собственных установок и привычных стереотипов, тщательное обдумывание проблемы и различных путей ее решения (поразмышлять, поговорить с собой), обращение за помощью к другим людям, включенным в данную ситуацию или обладающим опытом разрешения подобных проблем. Конструктивная стратегия поведения развивает и формирует личность.

Таким образом, исходя из сложности и многоаспектности изучаемого явления, под понятием «межличностные отношения» мы, опираясь на определение Н.Н. Обозова, будем понимать субъективно переживаемые взаимосвязи между людьми, объективно проявляющиеся в характере и способах взаимных влияний, оказываемых людьми друг на друга в процессе совместной деятельности и общения [58, с. 94]. Под «конструктивными стратегиями» рассматриваются стратегии, ориентированные на признание и принятие ситуации, и активные действия младших подростков, направленные на достижение успеха, на практические позитивные изменения [61, с. 46].

1.2 Возрастные особенности межличностных отношений младших подростков

Понятие «возраст» представляет собой конкретную относительно ограниченную во времени ступень психического развития индивида и его развития как личности, которая характеризуется совокупностью закономерных физиологических и психологических изменений, не связанных с различием индивидуальных особенностей [3, с. 54].

Важной ступенью психического развития индивида и его развития как личности является подростковый возраст. Подростковый возраст – это период взросления, постепенный переход от детства к взрослости.

С точки зрения И.Ю. Кулагина подростковый возраст является наиболее тяжелым периодом полового созревания и психологического взросления ребенка. Так, немецкий психиатр Э. Кречмер считает, что

подростковый возраст относится к периоду бурного и неравномерного роста, развития организма, интенсивного роста тела и совершенствования мускульного аппарата, процесс окостенения скелета, когда несоответствие, неравномерность развития сердца и сосудов, усиленная деятельность желез внутренней секреции, может привести к некоторым временным расстройствам кровообращения, напряжению сердечной деятельности у подростков, повышению кровяного давления, а также к повышению их возбудимости, тем самым выражаясь в раздражительности, быстрой утомляемости, головокружениях и сердцебиении [49].

В существующем множестве систематизаций возрастных периодов развития человеческой личности границы подросткового возраста определяются интервалом от 11-12 до 15-17 лет [68]. Данный возрастной период делят на младший и старший подростковый возраст. Опираясь на возрастную периодизацию Д.Б. Эльконина, младший подростковый возраст составляет от 12 до 15 лет, а старший – от 15 до 17 лет.

Младший подростковый возраст относят к промежуточному периоду развития человека. Данный период является одним из самых сложных периодов развития ребенка, так как связан с переходом от детского возраста к подростковому [38, с. 52]. Американский психолог Ст. Холл определяет данный период как период «бури и натиска», то время, когда подростку нужно быть в среде своих сверстников, принимать участие в совместной деятельности с ними. Он ищет свое место в малой социальной группе сверстников, с целью получения их признания. По мнению А.В. Мудрика, психологической задачей в данном возрасте является установление межличностных отношений – субъективно переживаемые отношения между ее членами. Они объективно проявляются в характере и способах взаимодействия членов группы, а также в распределении ролей в группе [54, с. 100]. Тем самым ведущей деятельностью младших подростков является общение, результатом которого является формирование такого новообразования, как – самосознание, где наиболее важной потребностью подростка является осознание себя как личности, нахождение своего места в

обществе и быть значимым в обществе сверстников. По мнению Л.С. Выготского, главным итогом переходного возраста и является формирование самосознания.

Общение как один из важнейших факторов развития личности, играющий немаловажную роль в формировании личности, получило развитие в трудах таких отечественных психологов, как В.Г. Ананьева, А.А. Бодалева, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, Б.Ф. Ломова, А.Р. Лурии, В.Н. Мясищева, А.В. Петровского и др.

Если рассматривать общение с позиции деятельностного подхода (Г.М. Андреева, А.Н. Леонтьев), то оно представляет собой сложный многоплановый процесс развития и установления контактов между людьми, который порождается нуждой в коллективной деятельности и, который включает в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятие и понимание другого человека.

В настоящее время выделяют три формы общения младших подростков: интимно-личностная, стихийно-групповая, социально-ориентированная.

Интимно-личностное общение – это взаимодействие, которое базируется на личные симпатия («я» и «ты»). Отношения собеседников в проблемах друг друга являются содержанием интимно-личностного общения. Они (отношения) происходят, когда возникает единство ценностей партнеров, а соучастие связано с пониманием мыслей, чувств и намерений друг друга, эмпатией, где высшими формами общения являются дружба и любовь.

Стихийно-групповое общение выступает как сотрудничество, которое происходит на случайных контактах («я» и «они») и, которое приводит к возникновению разного рода подростковых компаний, неформальных групп, в процессе чего младшие подростки приобретают недоброжелательность, агрессивность, жестокость, повышенную тревожность, необщительность и т.д.

Социально-ориентированное общение представляет собой взаимодействие, которое базируется на коллективном выполнении общественно-важных дел («я» и «общество») и общественных потребностей людей, являющееся причиной, приводящей к развитию форм общественной жизни групп, коллективов, организаций и т.д. [60, с. 223].

В младшем подростковом возрасте у детей складываются две разные системы взаимоотношений: первая связана со взрослыми, а вторая – со сверстниками. Обе эти системы взаимоотношений нередко входят в противоречие друг с другом по содержанию и по регулирующим их нормам, выполняя одну и ту же общую социализирующую роль.

Главным новообразованием младшего подросткового возраста по мнению Л.С. Выготского является чувство взрослости. Так, достигнутый уровень развития и возросшие возможности подростка вызывают у него нужду быть самостоятельным, самоутвердиться, иметь признание со стороны взрослых его прав и потенциальных возможностей при установлении межличностных отношений [16, с. 46].

Взрослые, утверждая, что младший подросток уже не маленький ребенок, предъявляют к подростку повышенные требования при этом считают, что он уже вырос, но продолжают отказывать ему в праве на самостоятельность, самоутверждении. Тем самым происходят различные трудности в межличностных отношениях, приводящие к конфликтам и протестам со стороны младшего подростка, в результате чего возникает кризис подросткового возраста.

Подростковый кризис включает в себя следующие этому возрасту подростковые поведенческие реакции: реакция эмансипации, реакция группирования со сверстниками и реакция увлечения (хобби) [70, с. 276].

Реакция эмансипации – это такой тип поведения младшего подростка, когда он стремится выйти из-под опеки взрослых, их проверки, заботы. Такая потребность связана с борьбой за независимость, а также подросток стремится утвердиться как личность. А проявляется такая реакция, когда он

отказывается выполнять общепринятые нормы, правила поведения, когда обесцениваются нравственные и духовные идеалы старшего поколения.

Реакция группирования со сверстниками представляет собой рефлекторное тяготение младших подростков к сплочению со сверстниками, благодаря чему формируются навыки социального взаимодействия, умение повиноваться коллективной дисциплине, умение одержать авторитет и получить необходимый ему статус. В группе сверстников более эффективно отрабатывается самооценка подростка. Младший подросток дорожит мнением сверстников, отдавая предпочтение им, а не обществу взрослых, критику которых он отвергает [70, с. 276].

Реакция увлечения – это хобби, необходимое для развития личности младшего подростка, благодаря увлечениям которых формируются склонности, интересы, индивидуальные способности подростков [43].

В младшем подростковом возрасте у детей встречаются уже три разных вида взаимоотношений, отличающихся друг от друга по степени близости, содержанию и тем функциям, которые они реализуют в жизни. Внешние «деловые» контакты связаны с удовлетворением сиюминутных интересов и потребностей; общение на уровне товарищеских отношений содействует взаимобмену знаниями, умениями и навыками; устанавливающиеся дружеские связи способствуют решению некоторых вопросов эмоционально-личностного характера.

Атмосфера отношений младших подростков основывается на «кодексе товарищества», основанный на уважении личного достоинства другого человека, равенства, верности, честности, порядочности, готовности прийти на помощь. Товарищество – это более тесные и положительные и равноправные отношения, складывающиеся со многими людьми на основе их общих интересов, взглядов ради проведения досуга в компаниях. Особенно в младших подростковых группах осуждаются эгоистичность, жадность, нарушение слова, измена товарищу, зазнайство, стремление командовать, нежелание считаться с мнениями товарищей. Данное поведение в группах сверстников-подростков отвергается и вызывает ответные реакции по

отношению к нарушителю кодекса товарищества. Младшему подростку в связи с этим объявляют бойкот, отказывают в приеме в компанию, в совместном участии в каких-либо интересных делах. Позднее, к концу подросткового возраста, появляется потребность в близком друге, возникают особые нравственные требования к дружеским взаимоотношениям: взаимная откровенность, взаимопонимание, отзывчивость и чуткость, умение хранить тайну [66, с. 62].

В отличие от товарищества, дружба – это более тесные избирательные отношения с людьми, основанные на доверии, привязанности и общности интересов. Подросток критически относится к ней, предъявляет определенные требования. О дружбе младших подростков нельзя сказать, что она строится на основе неосознанного, эмоционального влечения, тяготения друг к другу. Подросток отдает себе отчет в том, чего он хочет от дружбы и каким он хочет видеть своего друга. В этом смысле дружба в подростковом возрасте носит более рассудочный характер, чем в младшем школьном возрасте. Отношения со сверстниками у младшего подростка сложнее, многообразнее и содержательнее, чем у младшего школьника. Младший подросток стремится к совместным делам со сверстниками, он хочет жить коллективной жизнью, быть принятым, признанным, уважаемым товарищами. Если же отношения со сверстниками не ладятся, если близких товарищей нет или если вдруг распалась дружба – это приводит к тяжелым переживаниям, к расцениванию личной драмы. Даже временные неурядицы в отношениях со сверстниками переживаются остро. Одиночество невыносимо для младшего подростка.

Единство интересов и проблем, волнующие младших подростков, возможность открыто их обсуждать, не боясь быть осмеянными и находясь в равных отношениях с друзьями, – это то, что делает атмосферу в подростковых группах более привлекательной, чем сообщество взрослых людей. Взаимодействуя друг с другом, младшие подростки учатся рефлексии [54].

Для сближения младших подростков важно наличие одинаковых интересов и любимых занятий. Он легко заражается интересами импонирующего ему сверстника. Общение с таким сверстником настолько положительно сказывается на младшем подростке, что он совместно с ним начинает заниматься делом, которое раньше его не интересовало. Поэтому общение с товарищами – источник возникновения новых интересов у подростка.

Таким образом, с учетом сказанного можно прийти к выводу о том, что возрастными особенностями межличностных отношений младших подростков являются: стремление младшего подростка утвердиться в позиции взрослого, чувствовать себя уверенным, повышенная активность, действенность, преобладание доминирования направленности личности на себя или на других. Межличностные отношения младших подростков имеют следующую специфику: реакция эмансипации; реакция группирования со сверстниками; реакция увлечения (хобби); возникновение чувства взрослости; развитие самосознания; превращение общения со сверстниками в ведущий вид деятельности; потребностью в аффиляции и автономии в группе; расширение социальных контактов; критическое отношение к дружбе; повышенное внимание к своей внешности, одежде, манере поведения.

1.3 Модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации

Анализ литературы по проблеме формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации, а также сформулированные во введении выпускной квалификационной работы цели и задачи, позволили нам разработать дерево целей исследования.

Дерево целей представляет собой структурированную, построенную по иерархическому принципу (распределенная по уровням ранжированная)

совокупность целей программы, плана, в которой выделены: генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева»).

Построение «дерева целей» состоит в проектировании метода «от общего к частному», алгоритм построения которого заключается в следующем:

1. Определение генеральной (общей) цели.
2. Разделение общей цели на подцели (подцели 1-го уровня).
3. Разделение подцелей 1-го уровня на подцели 2-го уровня.
4. Разделение подцелей 2-го уровня на более детальные составляющие (подцели 3-го уровня).

Значимость построения «дерева целей» состоит в отображении способа достижения генеральной цели через составление иерархического перечня понятных и достижимых целей нижнего уровня.

В выпускной квалификационной работе мы опирались на системный подход к процессу целеполагания, разработанный доктором психологических наук В.И. Долговой [28, с. 68]. В работах В.И. Долговой выделено, что дерево целей как метод планирования есть траекторные, которые определяют направление движения к заданным стратегическим целям, так и точечные, определяющие достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к заданным целям по заданной траектории [28, с. 70]. Целеполагание является одним из наиболее эффективных способов планирования и отражения поступенчатой продуктивности достижения наивысшего результата.

Представим описание графического изображения «Дерева целей» исследования межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.

Генеральная цель: теоретически обосновать и апробировать модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.

1. Изучить формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации как психолого-педагогическая проблема.

1.1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по теме исследования.

1.1.1. Рассмотреть различные подходы ученых к определению понятия «межличностные отношения», «конструктивные стратегии».

1.1.2. Рассмотреть классификацию и виды межличностных отношений, определенных в психолого-педагогической литературе.

1.2. Изучить возрастные особенности межличностных отношений младших подростков.

1.2.1. Дать определение понятию «возраст», «подростковый возраст».

1.2.2. Рассмотреть особенности младшего подросткового возраста.

1.2.3. Раскрыть особенности межличностных отношений у младших подростков при возникновении, особенностей и трудностей в поведении и конфликтных ситуаций в условиях образовательной организации.

1.3. Разработать «дерево целей» и модель по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.

1.3.1. Дать определение «дерево целей», «модель».

1.3.2. Рассмотреть алгоритм построения «дерева целей».

1.3.3. Разработать модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.

2. Организовать исследование формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.

2.1. Определить этапы, подобрать методы и методики исследования стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.

2.1.1. Раскрыть этапы исследования стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.

2.1.2. Определить методы исследования стратегий межличностных отношений у младших подростков в условиях образовательной организации.

2.1.3. Подобрать методики для исследования стратегий межличностных отношений у младших подростков.

2.2. Характеристика выборки и результатов констатирующего эксперимента исследования

2.2.1. Охарактеризовать выборку исследования стратегий межличностных отношений у младших подростков.

2.2.2. Провести первичную диагностику межличностных отношений подростков в условиях образовательной организации.

2.2.3. Проанализировать полученные результаты исследования стратегий межличностных отношений у младших подростков.

3. Выполнить опытно-экспериментальное исследование формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.

3.1. Разработать и реализовать программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

3.2. Проанализировать полученные результаты формирующего эксперимента.

3.3. Разработать технологическую карту результатов исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Графическое изображение «Дерева целей» исследования межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации представлено на рисунке 1.

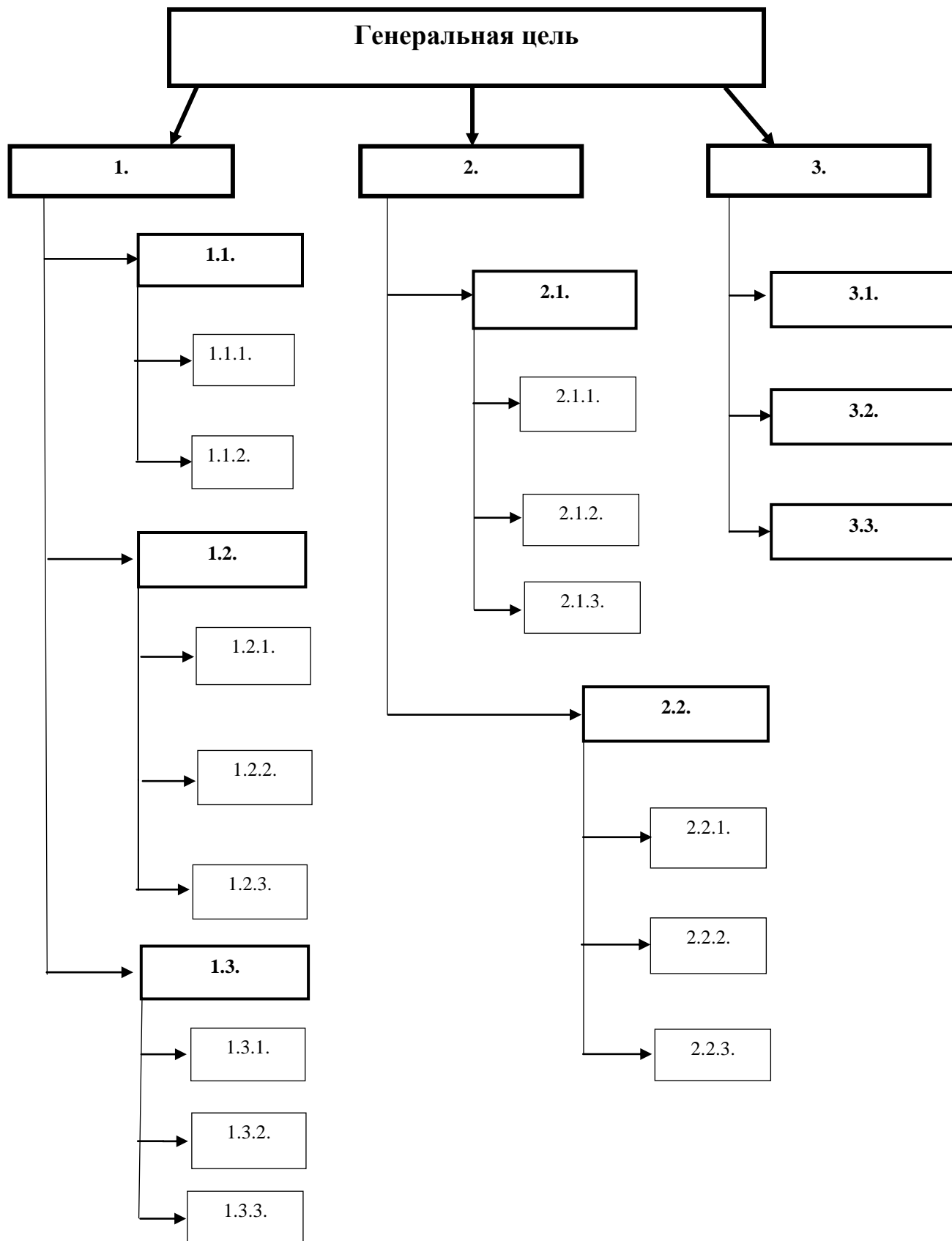


Рисунок 1 – «Дерево целей» по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации

На основе дерева целей нами разработана модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений у младших подростков. Данная модель включает в себя иерархию целей для достижения главного результата – повышения уровня сформированности конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

«Модель» представляет собой изображение способов обучения практической деятельности, которое основано на личностно-ориентированном подходе, с целью формирования какого-либо качества личности [29, с. 45].

Модель – это схематичный или знаковый образ того или иного объекта или системы объектов, применяемый в качестве их «заместителя» и средства оперирования.

Модели могут выступать аналогами объектов исследования и быть сходными с ними в наиболее существенных характеристиках. Методом познания, состоящего в построении и исследовании этих моделей, является моделирование.

Психологическое моделирование – это метод, который воспроизводит определенную психическую деятельность с целью ее исследования или совершенствования путем имитации жизненных ситуаций в лабораторной обстановке.

Графическое изображение модели формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков представлено на рисунке 2.

Разработанная модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков состоит из шести блоков: целевой, теоретический, диагностический, формирующий, аналитический, результативный. Она (модель) представляет иерархию целей для достижения главного результата повышения уровня сформированности конструктивных стратегий у младших подростков.

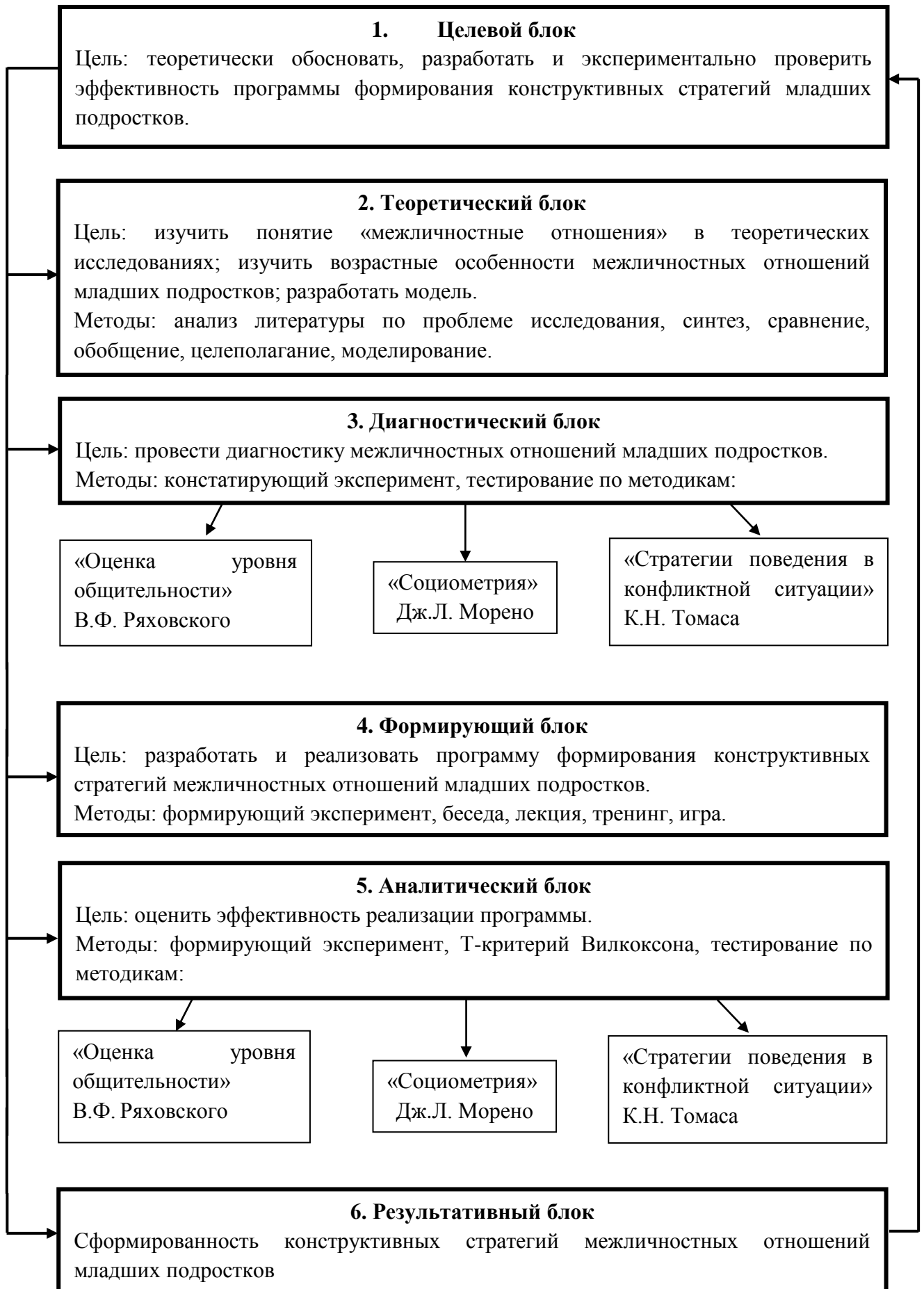


Рисунок 2 – Модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации

Целевой блок включает теоретическое обоснование, разработку и экспериментальной проверки эффективности программы формирования конструктивных стратегий младших подростков.

Теоретический блок предполагает изучить понятие «межличностные отношения» в теоретических исследованиях, изучить возрастные особенности межличностных отношений младших подростков, разработать модель.

Диагностический блок связан с проведением исследования уровня межличностных отношений у младших подростков. Для изучения уровня межличностных отношений использованы три методики: «Социометрия» Я. Морено; «Стратегия поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса; «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского.

Формирующий блок направлен на разработку и реализацию программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.

Аналитический блок – проведение повторной диагностики уровней межличностных отношений младших подростков, сопоставление и анализ результатов контрольно-диагностического этапа.

Результативный блок – сформированность конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Таким образом, анализ литературы по проблеме формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, а также сформулированные во введении выпускной квалификационной работы цели и задачи, позволили нам разработать дерево целей, представляющее собой структурированную, построенную по иерархическому принципу совокупность целей программы, плана, в которой выделены: генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева»). Не менее важной задачей являлась разработка модели формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, состоящей из шести

основных блоков: целевой, теоретический, диагностический, формирующий, аналитический, результативный.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ I

Таким образом, изучив стратегии межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации как психолого-педагогическую проблему, нами были определены понятия «межличностные отношения», как субъективно переживаемые взаимосвязи между людьми, объективно проявляющиеся в характере и способах взаимных влияний, оказываемых людьми друг на друга в процессе совместной деятельности и общения; «конструктивные стратегии», как общий план, набор явно выраженных шагов мышления и поведения, ориентированные на признание и принятие ситуации, и активные действия, направленные на достижение успеха, на практические позитивные изменения критической ситуации, которые связаны с усилием и затратой энергии. Это стратегия, подразумевающая, что младшие подростки, как участники спора, стремятся найти истину, понять позиции, тезисы и оценить доказательства оппонента. Конструктивные стратегии включают в себя корректные действия, объективные рассуждения, умения устанавливать, определять приоритетность и необходимость тех или иных целей позволяющий достичь конкретного результата.

Конструктивная стратегия межличностных отношений младших подростков – уникальная социальная система, главной частью которой является сам подросток, его основные потребности и мотивы, преобладающие индивидуальные особенности, качества, цели и типичные шаблоны поведения.

В ходе исследования нами было установлено, что младший подросток отдает предпочтение сверстнику, который становится для него партнером по общению и совместной деятельности, средством самоутверждения, обладающий большой степенью внутренней независимости, субъектом обращения его целостного неразложимого «Я».

Несмотря на то, что младший подростковый возраст характеризуется достаточно простыми и разнообразными межличностными отношениями

со сверстниками, следует отметить, что именно от этого будет зависеть, насколько младший подросток чувствует себя спокойным, в какой мере он усваивает нормы этих отношений, так как межличностные отношения со сверстниками в наибольшей степени определяют дальнейшее становление личности подростка.

Возрастными особенностями межличностных отношений младших подростков являются: стремление младшего подростка утвердиться в позиции взрослого, чувствовать себя уверенным, повышенная активность, действенность, преобладание доминирования направленности личности на себя или на других. Межличностные отношения младших подростков имеют следующую специфику: реакция эмансипации; реакция группирования со сверстниками; реакция увлечения (хобби); возникновение чувства взрослости; развитие самосознания; превращение общения со сверстниками в ведущий вид деятельности; потребностью в аффиляции и автономии в группе; расширение социальных контактов; критическое отношение к дружбе; повышенное внимание к своей внешности, одежде, манере поведения.

Нами было построено дерево целей и разработана модель по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации. Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу совокупность целей программы, позволяющая достичь генеральную цель через составление иерархического перечня понятных и достижимых целей нижнего уровня. Модель – это иерархия целей, необходимая для достижения главного результата повышения уровня сформированности конструктивных стратегий у младших подростков. Разработанная модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков состоит из шести блоков: целевой, теоретический, диагностический, формирующий, аналитический, результативный.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

2.1 Этапы, методы, методики исследования стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации

Исследование стратегий межличностных отношений младших подростков проходило в 3 этапа:

1. Поисково-подготовительный этап: теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик. На этом этапе выполнено изучение психолого-педагогической литературы по проблеме формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков. Были подобраны методики с учетом возрастных характеристик и темы исследования.

2. Опытно-экспериментальный этап: тестирование и обработка результатов. Была проведена психодиагностика испытуемых по методикам: «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского; «Социометрия» Я. Морено; «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса. Разработана и реализована программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков. Полученные результаты были обработаны, выражены в виде диаграмм и сведены в общие таблицы.

3. Контрольно-обобщающий этап: повторная диагностика по методикам: методика «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского; методика «Социометрия» Я. Морено; «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса; обработка, анализ и интерпретация результатов исследования, математико-статистическая обработка по Т-критерию Вилкоксона, разработка технологической карты внедрения результатов

исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений, разработка рекомендаций.

Для изучения стратегий межличностных отношений младших подростков целесообразно охарактеризовать основные методы и методики исследования.

Анализ литературы по проблеме исследования представляет собой метод научного исследования, заключающийся в операции мысленного расчленения целого на составные части, которая выполняется в процессе познания или предметно-практической деятельности. Работа с литературой предполагает составление библиографии перечня источников, отобранных для работы в связи с исследуемой проблемой; изложение основного содержания одной или нескольких работ по общей тематике; выделение главных идей и положений работы [34, с. 151].

Синтез – процедура, обратная анализу, обозначающая соединение различных элементов, сторон, составляющих объект и предмет исследования, в единое целое. Сущность синтеза состоит в том, что данная процедура позволяет получить новое знание об объекте на основе установления свойств взаимодействия и связи его частей [17, с. 93].

Сравнение – это познавательная операция, лежащая в основе суждения о сходстве и различии объектов, явлений.

Обобщение – это форма приращения знания путем мысленного перехода от частного к общему, заключающаяся в том, что для некоторой группы явлений находится новое, более широкое по объему понятие, которое отражает общность свойств этих явлений на уровне нового знания о них. Всякое обобщение должно иметь основание, т.е. свойство или совокупность свойств, позволяющих сгруппировать явления и обозначить эту группу каким-либо понятием [17, с. 94].

Целеполагание – это метод планирования, определяющее направление движения к заданным стратегическим целям и достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к заданным целям по заданной траектории.

Моделирование представляет собой метод изучения явлений, процессов или систем с помощью построения моделей (схем) своей деятельности с последующим их анализом и реализацией.

Опрос – метод получения первичной информации, основанный на непосредственной или опосредованной связи между исследователем и исследуемым. Это форма социально-психологического общения, благодаря которому в короткие сроки можно получить значительную информацию по широкому кругу интересующих исследователя вопросов от большого количества людей [20, с. 106].

Тестирование – это метод психологической диагностики, включающий стандартизированные вопросы и задачи, а именно, тесты, которые имеют определенную шкалу значений. Преимуществом теста является то, что он позволяет дать оценку индивиду исходя из поставленной цели исследования; создает условия для получения количественной оценки на основе квантификации качественных параметров личности и удобство математической обработки. Данный метод является относительно оперативным способом оценки большого числа неизвестных лиц; способствует объективности оценок, не зависящих от субъективных установок лица, проводящего исследование, обеспечивает сопоставимость информации, полученной разными исследователями на разных испытуемых. Плюсы данного метода: стандартизация условий и результатов, оперативность и экономичность, количественный понятийный характер оценки, оптимальная трудность заданий и надежность результатов [20, с. 106].

К числу своеобразных, трудоемких и часто используемых эмпирических методов относится эксперимент, обычно проводимый в рамках научного исследования и служащий для проверки гипотезы, установления причинных связей между феноменами. Эксперимент – это метод исследования некоторого явления в управляемых условиях, который отличается от наблюдения активным взаимодействием с изучаемым объектом. Основным преимуществом данного метода является то, что он

дает возможность специально вызывать определенные психические процессы и явления, воздействовать на их характеристики, устанавливать зависимость психических явлений от изменяемых внешних условий [72, с. 37].

Констатирующий эксперимент – это один из основных видов эксперимента, цель которого заключается в изменении одной или нескольких независимых переменных и определение их влияния на зависимые переменные. Данный эксперимент имеет определенное отличие от формирующего эксперимента, которое заключается в целях проведения. Целью констатирующего эксперимента является фиксация изменений, происходящих с зависимыми переменными. Выделяют констатирующий эксперимент естественный и лабораторный.

Формирующий эксперимент – метод психологического исследования, который заключается в том, что исследователь определенным образом строит обучение или воспитание испытуемого для того, чтобы получить заданное изменение его психики. Главной отличительной чертой является то, что формирующий эксперимент направлен, прежде всего, на выявление причин и условий протекания процессов.

В выпускной квалификационной работе была использована методика «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского. Методика оценки уровня общительности, коммуникативности содержит возможность определить уровень коммуникабельности человека, его способности устанавливать, поддерживать и сохранять хорошие личные и деловые взаимоотношения с окружающими людьми. Данная процедура включала в себя следующее: испытуемому предлагались вопросы, отвечать на которые следовало, используя три варианта ответов – «да», «иногда» и «нет». После чего необходимо посчитать баллы и соотнести полученный результат с классификатором и определить оценку уровня общительности (см. Приложение 1).

Следующей методикой исследования стратегий межличностных отношения являлась методика Дж. Морено «Социометрия» [53, с. 92]. Термин «социометрия» означает измерение межличностных

взаимоотношений в группе, позволяющее оценить межличностные отношения неформального типа, симпатий и антипатий, привлекательности и предпочтительности, выявить лидера в группе [53, с. 88].

Процедура социометрии проводится следующим образом: испытуемым предлагается выбрать строго фиксированное число из всех членов группы: сделать 3 выбора. Для этого необходимо ответить на такие вопросы, как: «Если вашу группу будут расформировывать, с кем бы ты хотел продолжить совместно учиться в новом коллективе?», «Кого бы ты из группы пригласил на свой день рождения?», «С кем из своей группы ты пошел бы в многодневный туристический поход?». При этом каждый участник делает по три выбора по каждому из вопросов – от наиболее вероятного до наименее вероятного, указывая фамилию, имя и отчество выбранного. На основе полученных данных строится социоматрица, где полученные письменные ответы на соответствующие вопросы заносятся в специальные таблицы – социометрические матрицы, где нижняя строка показывает, кто из членов группы получил большее или меньшее количество выборов. Путем суммирования числа полученных выборов и взаимовыборов определяется уровень сплоченности социальной группы (он прямо пропорционален влечению участников друг к другу и обратно пропорционален пространственной дистанции между ними) и социометрический статус членов коллектива (лидеры, популярные, менее популярные, отвергаемые), который измеряется посредством подсчета положительных и отрицательных выборов человека, осуществляемых всеми членами группы.

В большей части, в группе возникает несколько неформальных структур, например, структуры взаимоподдержки, взаимовлияния, популярности, престижа, лидерства и др. Неформальная структура прежде всего зависит от формальной структуры группы в той степени, в которой индивиды подчиняют свое поведение целям и задачам совместной деятельности, правилам ролевого взаимодействия. С помощью социометрии можно оценить это влияние. Социометрические методы позволяют выразить внутригрупповые отношения в виде числовых величин и графиков и таким

образом получить ценную информацию о состоянии группы. Наиболее общей задачей социометрии является изучение неофициальной структуры социальной группы и царящей в ней психологической атмосферы.

Третья методика – «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса [72]. Данная методика позволяет оценить индивидуальную стратегию и тактики поведения в конфликтных ситуациях. К. Томас применяет такую двухмерную модель регулирования конфликтов для описания типов поведения людей в конфликтных ситуациях, в которой основополагающими измерениями являются кооперация и напористость. В связи с этим автор данной методики выделяет такие способы регулирования конфликтов, как:

1. Конкуренция, заключающаяся в стремлении добиться своих интересов в ущерб другому.
2. Приспособление, которое отличается от конкуренции тем, что происходит принесение в жертву собственных интересов ради другого.
3. Компромисс.
4. Избегание характеризуется отсутствием стремления к кооперации, так и отсутствием тенденции к достижению собственных целей.
5. Сотрудничество представляет собой ситуации, когда участники приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Методика К.Н. Томаса представляет собой опросник из 30 пар суждений, из которых респонденту нужно выбрать один вариант ответа. По окончании опроса, определяется в соответствии с ключом ведущая стратегия поведения в конфликтной ситуации.

Метод математической статистики – это оперирование со значениями признака, которые получены у испытуемых в психологическом исследовании. Сегодня методы математической обработки постоянно применяются в педагогических и психологических исследованиях. Психолого-педагогические измерения, выполненные с помощью тестов, всегда сопровождаются некоторой ошибкой, вызванной несовершенством

диагностического инструментария и различными обстоятельствами проведения диагностики. Вследствие этого необходимо доказывать значимость полученных результатов.

Для исследования стратегий межличностных отношений младших подростков был выбран Т-критерий Вилкоксона. Данный критерий используют для сопоставления показателей, которые измеряются в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Критерий позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью определяют, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Этот критерий применим в тех случаях, когда признаки измерены, по крайней мере, по шкале порядка, и сдвиги между вторым и первым замерами тоже могут быть упорядочены. Для этого они должны варьировать в достаточно широком диапазоне.

Главная суть метода состоит в том, что сопоставляется выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого сначала ранжируют все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируют ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны.

Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях. Первоначально исходят из предположения о том, что типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным, или редким, сдвигом - сдвиг в более редко встречающемся направлении.

Гипотезы Т – критерия Вилкоксона:

H_0 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H_1 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Ограничения в применении Т – критерия Вилкоксона:

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

2. Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, и количество наблюдений n уменьшается на количество этих нулевых сдвигов

Таким образом, исследование стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап. В работе был использован комплекс методов: теоретические: анализ литературы по проблеме исследования, синтез, сравнение, обобщение, целеполагание, моделирование; эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по методикам: опросник В.Ф. Ряховского «Оценка уровня общительности»; «Социометрия» Я. Морено; «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса; метод математической статистики: Т-критерий Вилкоксона.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации

Эмпирическое исследование проходило на базе МБОУ «СОШ №115 г. Челябинска». В данном исследовании принимали участие учащиеся 7 класса в составе 18 человек. Из них 7 мальчиков и 11 девочек.

Возраст учеников – 12-13 лет, абсолютным большинством являются девочки. Классным руководителем класса является учитель математики, Алла Александровна, она руководит классом с момента его формирования.

Общая успеваемость – хорошая, при этом явно отстающих учеников нет. Общие интересы в учебной деятельности объединяют учеников, одноклассники стараются активно сотрудничать, помогать друг другу.

Актив класса составляют четыре человека – 2 девочки и 2 мальчика, они сотрудничают с педагогическим коллективом, участвуют в решении

различных организационных вопросов, помогают одноклассникам. Их мнения и идеи авторитетны для учеников, они пользуются уважением также со стороны учителей.

В исследуемом классе нет больших группировок. Это объясняется общей дружелюбной и доброжелательной атмосферой. Активное взаимодействие происходит между сидящими за одной партой учениками. Некоторые из этих пар являются друзьями и за рамками школы, но большинство связаны именно учебными задачами, хотя отношения между ними тоже можно назвать дружескими: способны продуктивно трудиться вместе, конфликты у них возникают редко.

Стиль взаимодействия классного руководителя с классом можно охарактеризовать как демократический. Общение учеников и классного руководителя происходит в основном по поводу каких-либо организационных вопросов. Отношения между ними теплые. В целом, в классе преобладает положительный эмоциональный климат, учеников характеризует сплоченность, организованность и высокий уровень ответственности. Сложившаяся атмосфера способствует продуктивности учебной деятельности, хорошей успеваемости, благоприятно сказывается на физическом и душевном самочувствии как учеников, так и преподавателей.

Для исследования стратегий межличностных отношений младших подростков школы №115 было проведено исследование по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского, позволившее определить уровень коммуникабельности младшего подростка, его способности взаимодействовать с другими людьми, устанавливать, поддерживать и сохранять хорошие личные и деловые взаимоотношения с окружающими людьми.

Результаты исследования оценки уровня общительности младших подростков представлены в приложении (см. Приложение 2, табл. 4). Ниже представлена диаграмма оценки уровня общительности младших подростков, в которой видно, что большую часть составляет такой тип категории, как «любопытство» – 50% (9 человек). Младшие подростки данной категории

весьма общительны, любопытны, разговорчивы. Они любят высказываться по различным вопросам, любят бывать в центре внимания, не отказывают в помощи, но им не хватает усидчивости, терпения и отваги, если столкнуться с серьезными проблемами.

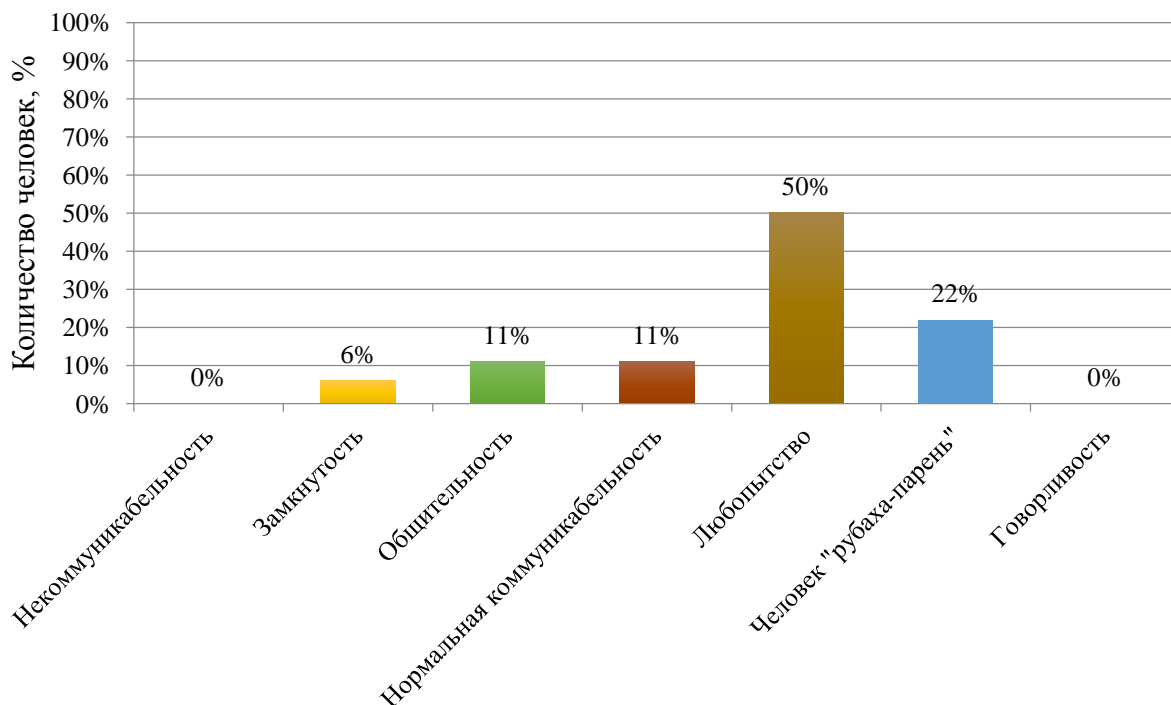


Рисунок 3 – Распределение результатов диагностики уровня общительности по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского

Следующий тип – «нормальная коммуникабельность» (11%, 2 человека). Подростки очень любознательны, охотно слушают интересных собеседников, достаточно терпеливы в общении с другими, отстаивают свою точку зрения без вспыльчивости. Но в то же время они не любят шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у них раздражение.

Категория «рубаха-парень» составляет 22% (4 человека). Подростки этой категории любят принимать участие во всех дискуссиях, всюду чувствуют себя «в своей тарелке», берутся за любое дело, но не всегда доводят дело до конца. По этой причине классный руководитель и одноклассники относятся к ним с некоторой опаской и сомнениями.

Испытуемые в количестве 2 человек (11%) составляют категорию «общительность». Эта категория младших подростков, которые в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуют себя вполне уверенно. Их не пугают новые проблемы, но с незнакомыми людьми сходятся с оглядкой, в спорах и диспутах участвуют неохотно, в их высказываниях порой слишком много сарказма, без всякого на то основания.

В следующей группе только 1 человек (6%), категория «замкнутость». Отношение подростка к данному типу категории говорит о том, что он замкнут, неразговорчив, предпочитает одиночество, поэтому у него мало друзей.

Категория «некоммуникабельность» – 0%. Подводя итог исследования по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского, можно сделать вывод, что преобладающее большинство младших подростков составляют такой тип категории, как «общительность», связанная со способностью взаимодействовать с другими людьми, устанавливать, поддерживать и сохранять хорошие личные и деловые взаимоотношения с окружающими людьми. Но все же присутствуют и ребята с замкнутостью, неразговорчивостью.

Также было проведено социометрическое исследование по методике Дж. Морено. Результаты исследования межличностных отношений младших подростков отражены в бланках социометрического опроса. Результаты представлены в приложении (см. Приложение 2, табл. 5).

Социоматрица состоит: по вертикали – из списка фамилий и инициала группы, сгруппированных по половому признаку; по горизонтали – номера тех, кого выбрали, затем идет графа с количеством выборов и индексом. Напротив фамилии каждого испытуемого заносятся данные о сделанных им выборах.

В зависимости от количества полученных выборов проводится классификация испытуемых на статусные группы. Результаты социометрического исследования испытуемых представлены на рисунке 4.

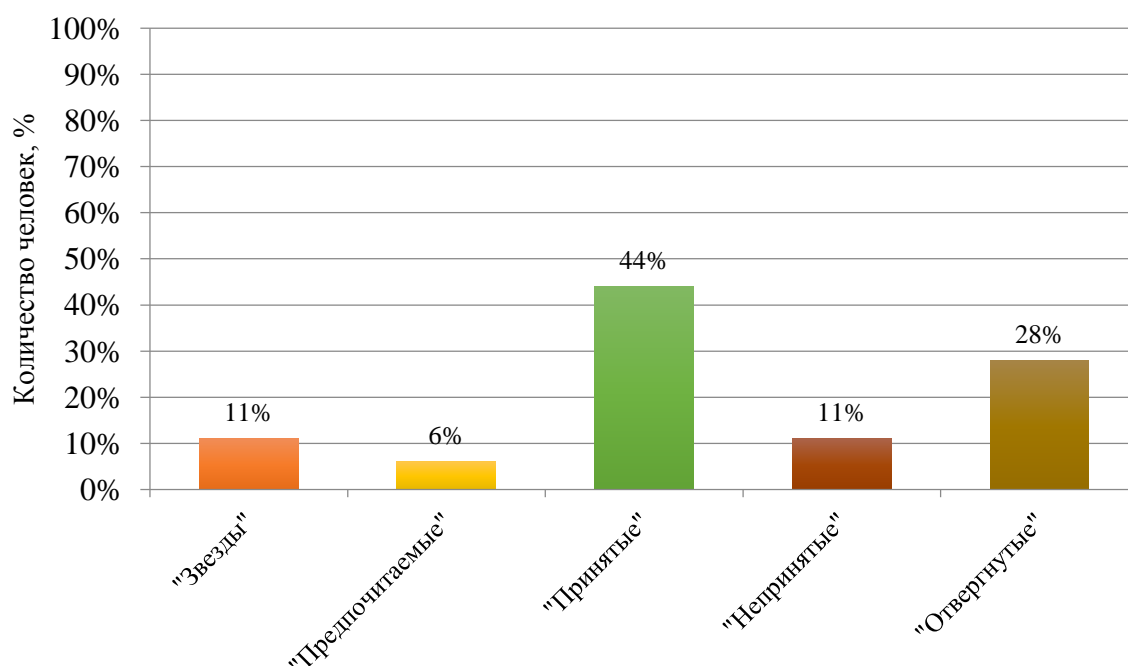


Рисунок 4 – Распределение результатов диагностики социометрического статуса по методике «Социометрия» Дж. Морено

Согласно полученным результатам, можно сделать вывод о том, что в данном классе большинство младших подростков имеют статус «принятые» (44%), что говорит о среднем уровне благополучия взаимоотношений.

Следующим выбором является группа «пренебрегаемые». Или «непринятые». Количество таких подростков в классе 2 человека – (11%). У данной группы есть положительные выборы, но их незначительно, больше всего у них отвержений.

Группа «предпочитаемых» составила 6% (1 человек). Данная категория младших подростков получила достаточное количество положительных выборов (более 4-х) по категории «досуг». Это говорит о том, что подростки мало надежны в учебе, но они могут повлиять на эмоциональный климат класса в лучшую сторону.

Группу «звезд» составило 11 % (2 человека). Данная группа отличается от других категорий тем, что они имеют наибольшее число положительных выборов по всем категориям вопросов, а именно, учеба, досуг. Ребята стараются прислушиваться к мнениям «звезд», в возникающих ситуациях принимают их сторону, считая их ответственными и надежными.

Исследуемый класс также имеет такую категорию, как «отвергнутые», что составляет 28 % (5 человек). Подростки получили наименьшее число положительных выборов. В ответах ребят к своим одноклассникам прослеживаются симпатии и антипатии, но их имена отсутствуют в ответах всех опрашиваемых

Таким образом, наибольшее количество младших подростков в исследуемом классе состоят в группах «предпочитаемые и принятые», что говорит о неплохих взаимоотношениях в классе, но особенно тесных дружеских связей немного, можно говорить о том, что немного тех, которые имеют те или иные проблемы в налаживании контактов среди младших подростков. Но все же в классе выделилась группа ребят «пренебрегаемых» и «отвергнутых».

Результаты исследования стратегий межличностных отношений младших подростков по методике изучения стратегий поведения в конфликтных ситуациях К.Н. Томаса представлены на рисунке 5, таблица результатов исследования (см. Приложение 2, табл.7).

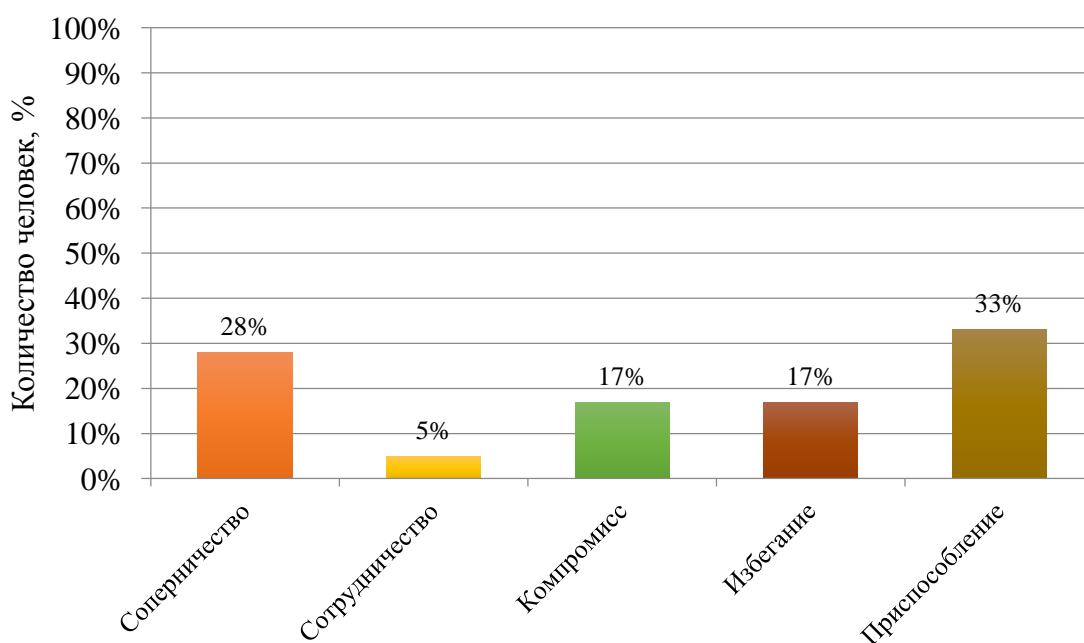


Рисунок 5 – Распределение результатов диагностики стратегий поведения по методике «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса

В результате проведенного опроса было выявлено, что наибольший тип

стратегии составляет приспособление, на которого приходится 33% (6 человек), на соперничество 28% (5 человек), на сотрудничество – 5% (1 человек). Процент учащихся, для которых характерен такой тип стратегии, как компромисс составило 17% (3 человека) и избегание – 17% (3 человека). В связи с полученными данными, в группах младших подростков часто конфликты решаются непродуктивно, ребята склонны решать свои проблемы либо, отказываясь от части своей точки зрения, принимать усредненное решение, либо добиваться своего во что бы то ни стало.

Таким образом, исходя из полученных результатов проведенного исследования, отметим, что младшие подростки характеризуются общительностью, у них отмечается желание взаимодействовать со сверстниками, у большинства из них отмечается статус «предпочитаемые», что свидетельствует о благоприятных взаимоотношениях со сверстниками.

Вместе с тем следует отметить, что среди младших подростков преобладают необщительные и замкнутые, а также пренебрегаемые и отвергнутые. В связи с этим считаем важным формирование конструктивных стратегий межличностных отношений у младших подростков с низким социометрическим статусом и не умеющих взаимодействовать со сверстниками.

В связи с результатами проведенного исследования можно выделить следующие показатели конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков: по методике «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях» К.Н. Томаса – конструктивные: сотрудничество; относительно-конструктивные: избегание, приспособление, компромисс; деструктивные: соперничество; по методике «Социометрия» Дж. Морено: конструктивные – «звезды», «принятые»; относительно-конструктивные – предпочитаемые; деструктивные – непринятые, отвергнутые; по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского – конструктивные: человек «рубаха-парень», общительность; относительно-конструктивные – любопытство, нормальная коммуникабельность; деструктивные – некоммуникабельность, замкнутость.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ II

В ходе работы нами был использован комплекс методов:

1. Теоретические – анализ литературы по проблеме исследования, синтез, сравнение, обобщение, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические – констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, опрос (опросник «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского, «Социометрия» Дж.Л. Морено), тестирование (тест «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса).

3. Метод математической статистики: Т–критерий Вилкоксона.

По результатам исследования по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского, можно сделать вывод о том, что преобладающее большинство младших подростков составляют такой тип категории, как «общительность», связанное со способностью взаимодействовать с другими людьми, устанавливать, поддерживать и сохранять хорошие личные и деловые взаимоотношения с окружающими людьми. Но все же присутствуют и ребята с «замкнутостью, неразговорчивостью».

По результатам социометрического исследования по методике Дж. Морено – в целом оценка внутригрупповых отношений класса может быть на довольно хорошем уровне. Большинство ребят состоят в статусах «предпочитаемые» или «принятые». Практически у всех младших подростков неплохие взаимоотношения, но особенно тесных дружеских связей немного, можно говорить о том, что немного тех, которые имеют те или иные проблемы в налаживании контактов среди старших подростков.

Диагностика по методике «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса показала, что у младших подростков часто конфликты решаются непродуктивно, ребята склонны решать свои проблемы либо, отказываясь от части своей точки зрения, принимать усредненное решение, либо добиваться своего во что бы то ни стало.

ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

3.1 Программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков

Для повышения эффективности межличностных отношений младших подростков, повышения статуса в группе, развития коммуникативных навыков и качеств, установления тесных дружеских связей и дальнейшего сплочения коллектива младших подростков, развития навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях нами разработана программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

При разработке программы мы опирались на программы уроков психологии, которые уже существуют в психолого-педагогической литературе, и на работы таких психологов, как М.Р. Битянова, И.В. Вачков, О.Н. Истратова, Е.К. Малютов, Г.Б. Мони́на и В.Ю. Плеханов.

Целью программы является формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Для достижения поставленной цели в течение реализации программы нами будут решаться следующие задачи:

- развитие у младших подростков коммуникативных навыков общения в коллективе;
- повышение уровня общительности у младших подростков в коллективе;
- развитие конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации.

При написании программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков мы опирались на ряд следующих принципов:

1. Принцип добровольного участия. Данный принцип заключается в том, что у участников должна быть внутренняя заинтересованность в изменениях своей личности, обретении определенных знаний, умений и навыков в ходе работы группы. Участие в тренинге для каждого его члена дело сугубо добровольное.

2. Принцип диалогизации взаимодействия представляет собой полноценное межличностное общение на занятиях группы, основанн на взаимном уважении участников, на их полном доверии друг другу. Он предполагает принятие и соблюдение в группе правил равенства, активности, эмпатии, толерантности.

3. Принцип безопасности гарантирует защищенность каждого члена группы, сохранение конфиденциальности их информации. Все, что говорится в группе относительно участников, должно оставаться внутри группы. Это естественное этическое требование, которое является условием создания атмосферы психологической безопасности и самораскрытия.

4. Принцип открытости предполагает, что участники должны быть открытыми, честными. Они не должны кривить душой и лгать. Предусматривается, что раскрытие своего «Я» другими является признаком сильной и здоровой личности. Самораскрытие направлено на другого человека, но позволяет стать самим собой и встретиться с собой настоящим. Открытость, эмпатия, толерантность способствуют обеспечению честной обратной связи с другими членами группы, т.е. передачи той информации, которая является важной для каждого участника и запускает механизм развития самосознания и механизмы взаимодействия в группе.

5. Принцип активности связан с обязательной активностью всех участников и принятием каждым на себя ответственности за результаты деятельности группы. Реализация этого принципа позволяет осуществлять развитие каждого участника без непосредственного влияния психолога

(тренера) на участников, а за счет создания условий для самосовершенствования средств организации коммуникативного взаимодействия.

В разработанной программе использовались такие методы, как:

Групповая дискуссия – публичное обсуждение участниками определенных тем или позиций, рассмотрение их с разных точек зрения. Это совместное обсуждение спорных вопросов, позиций и стратегий поведения участников. Этот метод дает участникам возможность увидеть проблему с разных сторон, пережить различные ситуации общения внутри группы, самостоятельно ответить на поставленные ими вопросы, прийти к какому-либо решению;

Игротерапия – метод исправления эмоциональных расстройств и нарушений поведения, основой которого является игра;

Арттерапия – это метод коррекции и развития посредством художественного творчества;

Психогимнастика – использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе;

Рефлексия – мыслительный процесс, который направлен на самопознание, анализ своих эмоций и чувств, состояний, способностей, поведения;

Беседа – метод организации коммуникативного взаимодействия, который применяется в работе для отработки и развития коммуникативных умений [13, с. 93].

Разработанная программа рассчитана на участников в возрасте 12-13 лет. Программу рекомендуется проводить 2 раза в неделю в специально оборудованном помещении для тренинга. Длительность одного занятия – 60-90 минут. Количество участников группы – 7-18 учащихся.

Реализация программы предполагает проведение занятий в специально оборудованном помещении, которое должно отвечать соответствующим условиям и требованиям к техническому обеспечению и оснащению психологического кабинета: технические средства: компьютер, принтер,

ксерокс. Методические материалы: практические материалы для психологической работы в школе; набор различных материалов (краски, цветные карандаши, фломастеры, бумага и т.п.); библиотека практического психолога; раздаточный материал для участников, предназначенный для различных групповых занятий. Для отслеживания динамики и количеством посещения занятий каждым младшим подростком полезно вести «дневник посещаемости». Так как эффективность программы падает хотя бы при пропуске одного или нескольких занятий, так как есть вероятность упущения одной из поставленных целей.

После того, как мы дали характеристику по программе формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, рассмотрим структуру программы и занятий более подробно. Занятия имеют определенную структуру, состоящую из нескольких взаимосвязанных частей, таких как:

1. Приветствие. Представляет собой сплочение участников, создание атмосферы группового доверия и принятия.

2. Разминка. Позволяет воздействовать на эмоциональное состояние участников, уровень их активности. Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность.

3. Основное содержание занятия – совокупность функциональных упражнений и техник.

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

5. Прощание – смысловое завершение занятий. На протяжении всех групповых занятий осуществляется формирование положительных установок в общении со сверстниками через развитие способности к эмпатическому пониманию, принятию индивидуальности других, переоценку негативных эмоций по отношению к другим людям и себе.

межличностных отношений младших подростков состоит из 10 занятий (см. Приложение 3):

Занятие 1. Занятие включает в себя знакомство с группой и установление контакта с ними, создание рабочего настроения, а также принятия группой ряда правил с целью регламентирования работы на базе добровольно принятых обязательств, приобретение взаимопонимания в целях действий программы. Основными формами работы на данном занятии были упражнения «Самый-самый», «Ассоциации», «Восковая палочка», направленные на установление контактов друг с другом и раскрепощение каждого участника группы; «Общий рисунок», целью которого является выявление лидеров группы. Так же ключевым моментом на первом занятии стало принятие группой правил.

Занятие 2. Главной целью данного занятия является: помочь участникам осознать и принять себя. Занятие включает в себя: игру-разминку «Мое ласковое имя», упражнения «Кто я», «Найди себя» и тематическое погружение: беседа об индивидуальности, о структурном «Я»: «Я» - реальное, идеальное, социальное, физическое, духовное, эмоциональное, интеллектуальное.

Занятие 3. Данное занятие направлено на создание условий для развития коммуникативных навыков и доброжелательного отношения к друг другу. Включает: игру-разминку «Паутина дружбы»; тематическое погружение: беседа о необходимости и возможностях доброжелательного взаимодействия, правила уважения, соучастия, сопереживания, эффективного высказывания несогласия; упражнения «Доброе животное», «Вместе, сглажено».

Занятие 4. Целью четвертого занятия является знакомство участников тренинга с некоторыми приемами психологической саморегуляции; создание благоприятных условий для продуктивной работы над собой; повышение тонуса группы; формирование хорошего психологического климата с помощью сотрудничества и взаимопомощи внутри группы. Содержит:

разминки: упражнения «Шар», «Шанхайцы»; упражнения «Приемы, снижающие напряжение», «Рисуем круги», «Похвалилки».

Занятие 5. Цель пятого занятия – развитие способности к сочувствию и сопереживанию к другим людям. Данное занятие включает в себя: упражнения «Атом» (для эмоционального разогрева), «Я тебя понимаю» (для формирования умения давать обратную связь; выработки навыков прочтения состояния другого по невербальным проявлениям), «Позитивный язык» (для развития умений находить общее для всех и отличительное), «Карусель», «Поделись со мной».

Занятие 6. Занятие направлено на формирование у младших подростков навыков адекватного общения, представления о значении общения, о правилах общения в коллективе. Задания: игра-разминка «Привет»; упражнения «Расшифруй слово», «Стоп игра», «Слепой и поводырь».

Занятие 7. Целью седьмого занятия является развитие разнообразных форм поведения в конфликте. Задания: игра «Толкалки без слов», тематическое погружение: мозговой штурм (конфликт что это? Как мы по-разному реагируем. Виды выхода из него), упражнения «Конфликт», «Мемориал».

Занятие 8. Занятие проводится с целью: научить участников выражать чувства признательности и благодарности другим людям. Задания: игра-разминка «Подарок», игра-тест, упражнение «Шаг навстречу».

Занятие 9. Целью данного занятия является: создать условия для совершенствования навыков общения, осмысления понятия «друг», «дружба». Задания: игра-разминка «Привет», упражнения «Солдат и тряпичная кукла», «Закончи предложения», «Сиамские близнецы», «Ищу друга».

Занятие 10. Данное занятие является заключительным в нашей программе. В рамках этого занятия подводятся итоги проделанной работы. Задания: упражнения «Благодарен тому, что...» (для сосредоточения внимания участников на позитивных аспектах и реалистичных установках в повседневной жизни), «Я реальный, я идеальный, я глазами других» (для

закрепления представлений участников об уникальности своей личности), «Машина времени» (для выработки новых способов решения жизненных проблем), «Подарок» (для закрепления позитивного настроения проделанной работы).

Таким образом, можно прийти к выводу о том, что данная программа, состоящая из 10 занятий, направлена на формирование конструктивных стратегий межличностных отношений, т.е. повышение эффективности межличностных отношений младших подростков, на повышение статуса в группе, на развитие коммуникативных навыков и качеств, на установление тесных дружеских связей и дальнейшего сплочения коллектива младших подростков, на развитие навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.

3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента

После реализации программы формирования стратегий межличностных отношений младших подростков (7 класс) на базе МБОУ «СОШ № 115 г. Челябинска» была проведена повторная диагностика.

Результаты формирующего эксперимента по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского представлены в Приложении 4, табл. 8. Результаты исследования по данной методике до и после представлены на рисунке 6.

Согласно полученным результатам повторного исследования, можно сделать вывод о том, что в данном классе после проведения программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений большинство младших подростков, имевших уровень общительности – любопытство, разговорчивость сократилось на 17 % в пользу человек «рубаха-парень» (33 %, 6 человек) и нормальная коммуникабельность (33 %, 6 человек). Младшие подростки охотно слушали собеседников, были терпеливыми в общении с другими, отстаивали свою точку зрения без вспыльчивости, принимали участие во всех дискуссиях. Категория

«замкнутость, неразговорчивость» осталась на прежнем уровне – 6 % (1 человек).

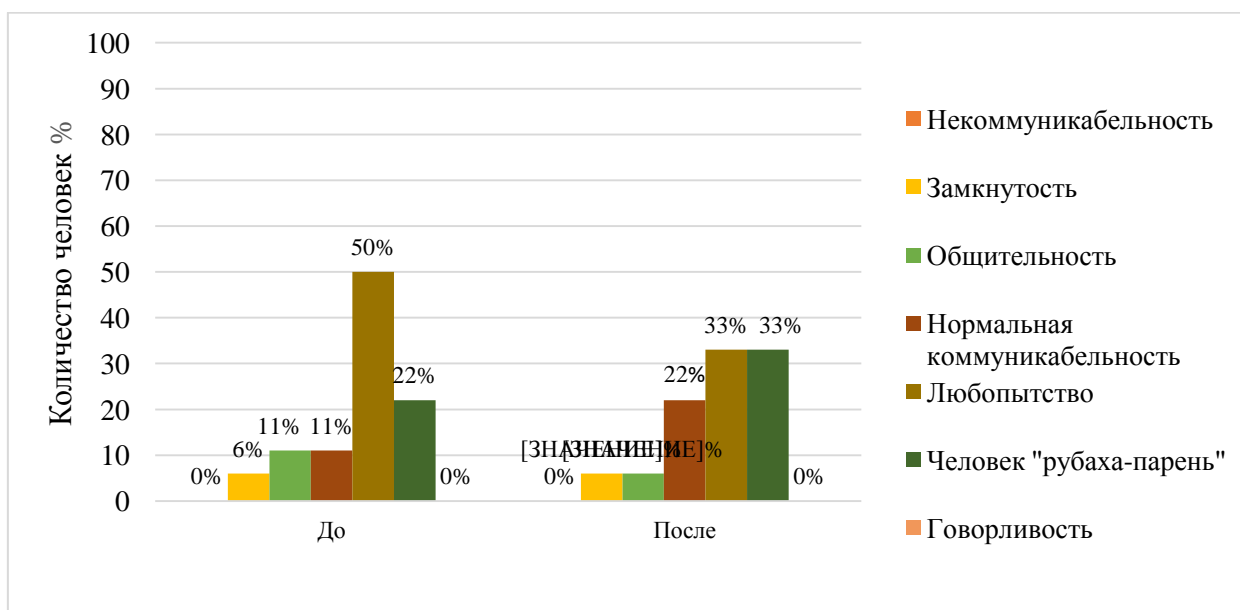


Рисунок 6 – Распределение результатов диагностики уровня общительности по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского до и после формирующего эксперимента

С целью проверки гипотезы исследования проведена математическая обработка результатов по T - критерию Вилкоксона. Расчеты по T - критерию Вилкоксона представлены в Приложении 4.

Можно ли утверждать, что значения, полученные в результате проведения диагностики «Оценка уровня общительности» В.Ф Ряховского на этапе констатирующего эксперимента и результаты на этапе формирующего эксперимента будут иметь сдвиг в сторону увеличения?

Сформулируем гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения уровня общительности не превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

H_1 : Интенсивность сдвигов сторону увеличения уровня общительности превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

$$T_{\text{эмп}} = 21;$$

$$T_{\text{крит}} (n=16): \text{при } 0,01=23; \text{при } 0,05=35.$$

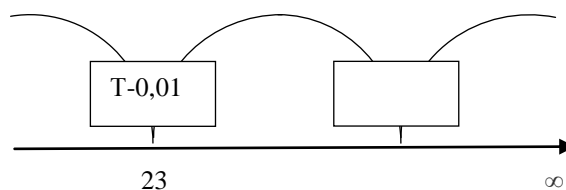


Рисунок 7 – Ось значимости

Принимается гипотеза H_1 , эмпирическое значение $T_{эмп}$ находится в зоне значимости. $T_{эмп} < T_{0,01}$, следовательно, существуют статистически значимые изменения уровня общительности до и после реализации формирующей программы.

Также было проведено повторное социометрическое исследование по методике Дж. Морено (см. Приложение 4, табл. 9). Результаты исследования межличностных отношений младших подростков представлены ниже.

Как видно из рисунка 8, статус «звезды» до и после формирующего эксперимента остался на прежнем уровне – 11 %, что составляет 2 человека. Младшие подростки данной группы имеют наибольшее число положительных выборов по всем категориям вопросов, а именно, учеба, досуг. Ребята продолжали прислушиваться к мнениям «звезд», в возникающих ситуациях принимали их сторону, считая их ответственными и надежными.

На 11 % (на 2 человека) повысился такой статус, как «предпочитаемые». Данная категория младших подростков получила достаточное количество положительных выборов (более 4-х) по категории «досуг». Статус «отвергнутые» сократился 11 % в пользу «непринятые» (17%, 3 человека) и «принятые» (38%, 7 человек). Младшие подростки категории «отвергнутые» получили наименьшее число положительных

выборов. В их ответах прослеживались симпатии и антипатии к своим сверстникам, но их имена отсутствовали в ответах всех опрашиваемых.

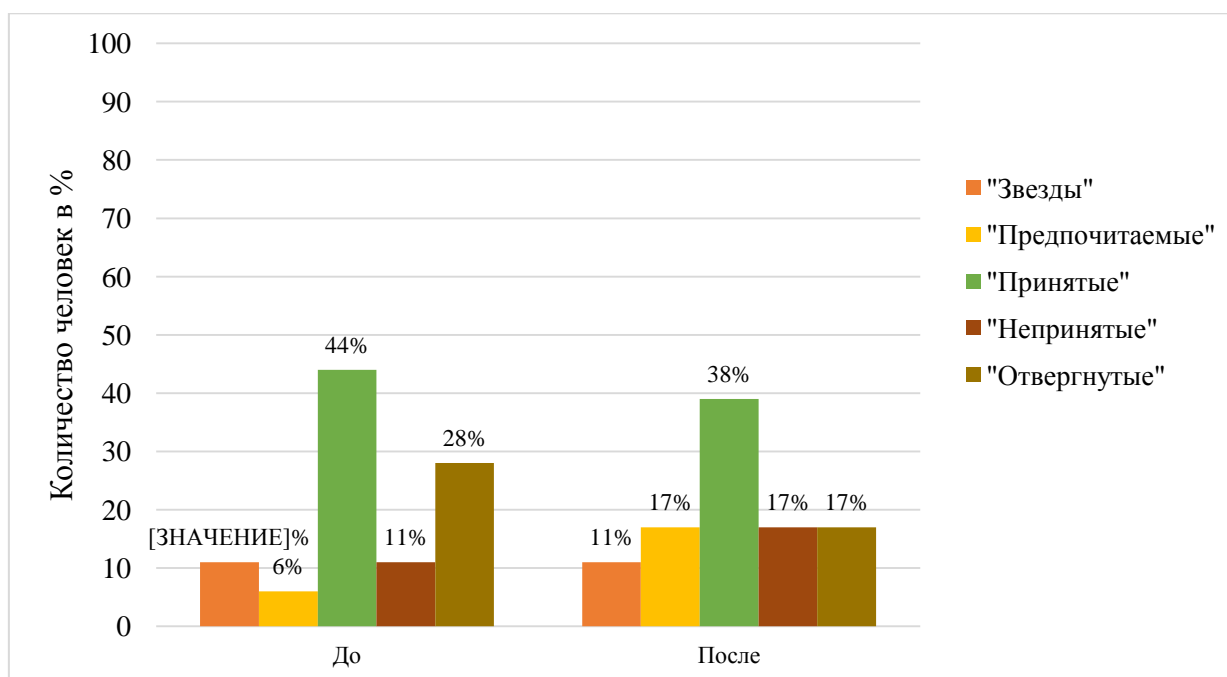


Рисунок 8 – Распределение результатов диагностики социометрического статуса по методике «Социометрия» Дж. Морено

Наряду с выше указанной методикой исследования межличностных отношений у младших подростков было проведено повторное исследование по методике изучения стратегий поведения в конфликтных ситуациях К.Н. Томаса.

Результаты исследования до и после формирующего эксперимента представлены на рисунке 9, сводная таблица результатов (см. Приложение 4, табл. 11).

Из рисунка 9 видно, что после формирующего эксперимента стратегии поведения в конфликтных отношениях стали примерно одинаковыми, когда как на констатирующем этапе преобладали такие стратегии, как соперничество и приспособление. Произошло повышение по тактике сотрудничество на 3 человека (22 %). Сократилось число младших подростков в категории соперничество на 11 % и приспособление на 16 %.

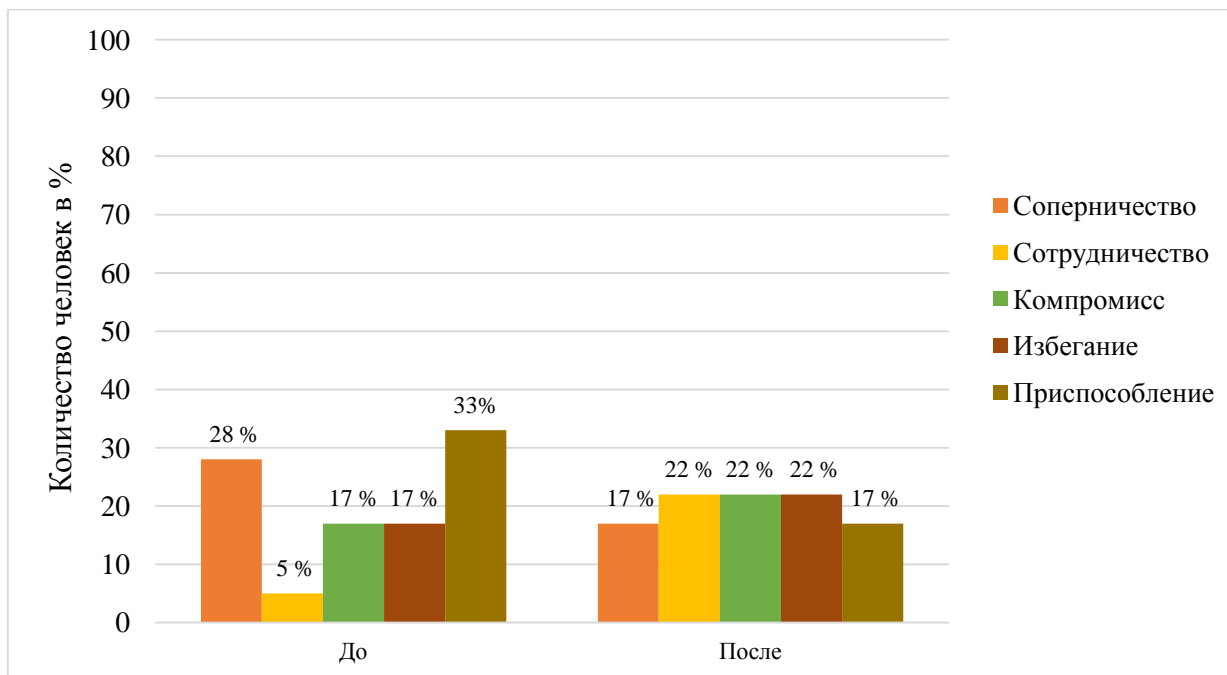


Рисунок 9 – Распределение результатов диагностики стратегий поведения по методике «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса до и после формирующего эксперимента

Для расчета значимости и подтверждения гипотезы проведена математическая обработка по критерию Т. Вилкоксона (см. Приложение 4, табл. 13). Данный расчет выполнен по стратегии «сотрудничество», так как наиболее эффективной при разрешении конфликтов является именно стратегия сотрудничества, предполагающее направленность оппонента на взаимовыгодное обсуждение проблемы, рассмотрение другой стороны не как противника, а как помощника, равного в поиске альтернативного решения.

Можно ли утверждать, что значения, полученные в результате проведения методики изучения стратегий поведения в конфликтной ситуации К.Н. Томаса на этапе констатирующего эксперимента и результаты на этапе формирующего эксперимента будут иметь сдвиг в сторону увеличения? Сформулируем гипотезы:

Сформулируем гипотезы:

H_0 : Сдвиг в сторону увеличения стратегии поведения «сотрудничество» не превышает интенсивность сдвигов в сторону его уменьшения.

H_1 : Сдвиг в сторону увеличения стратегии поведения «сотрудничество» превышает интенсивность сдвигов в сторону его уменьшения.

$T_{эмп}=18;$

$T_{крит} (n=15):$ при $0,01=19;$ при $0,05=30.$

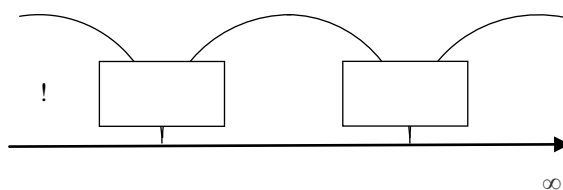


Рисунок 10 – Ось значимости

Значения, полученные в результате проведения методики изучения стратегий поведения в конфликтных ситуациях на этапе констатирующего эксперимента и результаты изучения стратегий поведения в конфликтных ситуациях на этапе формирующего эксперимента, изменяются сдвигом в типичном направлении в область значимых значений.

$T_{эмп} < T_{0,01}$, следовательно, существуют статистически значимые изменения стратегии поведения «сотрудничество» до и после реализации программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Таким образом, основная гипотеза исследования: предполагаем, что формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков будет успешным на основе разработанной нами программы, включающей комплекс психотехнических игр и упражнений, направленных на развитие у младших подростков коммуникативных навыков общения в коллективе, повышение их уровня общительности, а также предполагающей развитие конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации, доказана.

Из результатов полученных данных можно сделать вывод, что разработанная программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, является эффективной.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков

Формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков требует определенных системных действий со стороны администрации школы, педагогического коллектива. В связи с этим была разработана технологическая карта. При разработке технологической карты внедрения результатов мы опирались на стимульный материал В.И. Долговой [24, с. 153]. Технологическая карта внедрения результатов представлена в приложении (см. Приложение 5, табл. 14). Она (технологическая карта) представляет собой совокупность всех необходимых целей, действий и времени для осуществления внедрения инновационной технологии по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Технологическая карта внедрения результатов состоит из семи последовательных этапов. Первый этап включает в себя «целеполагание внедрения инновационной технологии по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков». Второй этап – «формирование положительной психологической установки на внедрение программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков». Третий этап – «изучение предмета внедрения программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков». Четвертый этап представляет собой «опережающее (пробное) освоение предмета внедрения». Пятый этап есть «фронтальное освоение предмета внедрения программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков». Шестой этап – «совершенствование работы над темой формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков». Заключительным этапом является седьмой этап, который включает «распространение передового опыта освоения внедрения

программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков». Все перечисленные этапы связаны между собой и имеют главную цель – достичь положительный результат при реализации программы. Каждый этап содержит цели, содержание, методы, формы, количество, время и ответственные.

Для развития самооценки и формирования полного и точного представления о себе как индивидуальности крайне важно научиться жить среди других людей, общаться, не избегать, использовать любую возможность контакта с человеком для того, чтобы лучше понять людей и себя. Как уже было сказано, необходимым фактором психического развития младшего подростка является общение с окружающими его людьми. В процессе общения подросток усваивает определенные социальные нормы взаимодействия, а на основе обратной связи от окружающих формирует определенную самооценку [52, с. 100].

Таким образом, с целью развития конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации целесообразно составить практические рекомендации. К наиболее важным конструктивным стратегиям межличностных отношений младших подростков можно отнести:

- тщательное обдумывание проблемы и различных способов ее решения (поразмывать, поговорить с собой);
- изменение своего отношения к проблемной ситуации (отнестись к происшедшему с юмором);
- изменение привычных стереотипов (необходимо искать причины в себе, пытаться измениться самому себе) и собственных установок;
- обращение за помощью к другим людям, включенным в данную ситуацию или обладающим опытом разрешения подобных проблем.

Для этого необходимо решать определенные задачи, к которым относятся: укрепление физического и психического здоровья младшего подростка путем осуществления комплексных мероприятий психолого-

педагогического характера, формирование позитивных ценностных ориентаций, формирование у конфликтующих младших подростков общих интересов и увлечений посредством выполнения совместной деятельности, воспитание активной личности с положительной самооценкой [75, с. 307].

Не менее важными рекомендациями конструктивных стратегий межличностных отношений являются:

- уметь устанавливать контакт, а именно: обращаться по имени, улыбаться, использовать зрительный контакт, комплимент;

- уметь слушать своего собеседника;

- развивать невербальные умения, в которых особое внимание следует обращать на манеру, позы, жесты и мимику собеседника;

- уметь вести себя при общении в соответствии с нормами этикета; развивать речевые умения, к примеру, употребление речевых этикетных формул приветствия, прощания, благодарности; неупотребление неэтичных выражений;

Также необходимо выделить правила поведения родителей в процессе общения с младшими подростками [67]. Родителям младших подростков, в первую очередь, следует научиться поддерживать психологический климат в семье на должном уровне; стоит играть, гулять с подростком тогда, когда действительно есть настроение общаться с ним; не стоит постоянно давить на своего ребенка, контролировать, запугивать, которое в противном случае может привести к сопротивлению; необходимо создавать жизнерадостную атмосферу в семье, а именно, чаще смеяться, шутить, играть, проводить время с младшим подростком; не стоит подвергать подростка непосильным переживаниям, обсуждать при нем проблемы, показывать негативные стороны отношений родителей, ссориться при нем и т.д. пусть подросток растет счастливым; в общении с подростком уделять большое внимание неречевому общению, ведь сказать, ничего не говоря, – это высочайшее искусство воспитания, которое указывает об истинном и глубоком контакте между родителями и подростками; стараться высказывать свое отношение к поведению подростка без лишних объяснений и нравоучений; стремиться

проявлять полную заинтересованность к подростку в процессе общения; не говорить своему ребенку того, чего бы вы ему на самом деле не желали; стараться адекватно реагировать на проступки подростка.

Правильным поведением родителей с младшими подростками можно считать: родители постоянно учатся быть родителями, стараются быть веселыми, уравновешенными и спокойными, принимают подростка таким, какой он есть, наблюдая за ним и разбираясь в его особенностях. Такие родители знакомы с главным психологическим условием правильного воспитания – признанием самостоятельности и независимости подростка с самого рождения; стараются найти взаимопонимание со своими детьми; не боятся признавать, что им есть чему учиться у собственных детей.

Не менее важным является общение педагогов с младшими подростками, где также можно выделить основные рекомендации педагогам [40]:

1. Постоянное создание учебных ситуаций, в которых принимали бы участие все подростки (т.е. организация совместной учебной деятельности);

2. Во время занятий каждый подросток должен иметь возможность внести свой вклад в достижение конечной цели.

3. Каждый подросток должен оцениваться исходя из своих возможностей и способностей.

4. Выполнение еженедельного плана работы, который составлен индивидуально, исходя из времени объема и степени трудности, что обеспечивает мотивированное участие в обучении младших подростков с особенностями психофизического развития.

5. При организации работы в паре, подгруппе необходимо отслеживать, чтобы активные подростки – «звезды» – безоговорочно не подчиняли себе других менее популярных подростков, прислушивались к их мнению.

В связи с этим младших подростков необходимо обучать правилам межличностного взаимодействия [67]. К примеру, при распределении обязанностей надо учитывать мнение каждого и использовать разнообразные игры, считалочки, которые позволят всем подросткам по переменке

выполнять различные поручения и снизить конфликтность процесса распределения обязанностей, учить младших подростков правилам формулировки просьб («помоги мне, пожалуйста», «можно вынести мусор потом» и т.д.), оценок («сегодня у тебя лучше получилось», «молодец, аккуратно работал» и т.д.), ответов на вопросы и замечания. Для того, чтобы формировать данные навыки нужно применять приемы совета, поощрения, примера: «Послушай, как правильно попросить», «Слышите, как Мария правильно сказала» и т.д., побуждая младших подростков замечать своих товарищей по трудовой деятельности, их правильные трудовые навыки и достижения: «Посмотри, как Оля правильно держит ручку».

6. Межличностное взаимодействие включает и умение оказывать помощь, не оставляя без внимания личную инициативу помощи младших подростков кому – либо («Молодец, Витя. Он уже свою поделку сделал, а теперь Гале помогает. И другие, когда выполнят, помогут остальным»).

7. К положительным взаимоотношениям относят самостоятельную постановку целей предстоящего занятия. Для этого необходимо отдавать младшим подросткам предпочтение различным вариантам предстоящей деятельности, а они (подростки) сами могут решать, что будут выполнять. К примеру, при изготовлении картины из салфетных комочков каждой подгруппе предлагается три варианта (одинаковых по сложности и технике выполнения) картины, подгруппа решает, какой рисунок, какие цвета они будут выбирать. При этом учитель должен учить младших подростков выслушивать мнение каждого, например: «Пусть каждый по очереди скажет, что будем делать, а потом вместе решим», «Кого мы еще не спросили?», «Что предлагает Лера?» и т.д. [40].

8. Создавать проблемные ситуации («Как сделать наше изделие еще красивее?»).

Таким образом, в результате такой целенаправленной, последовательной работы исчезают коммуникативные трудности, происходит формирование необходимых умений и навыков у младших подростков, позволяющие благополучно реализовать свой потенциал,

социализироваться с группой.

Так как ведущая деятельность младших подростков связана с общением со сверстниками, то следует выделить наиболее важные рекомендации при общении со сверстниками [52, с. 100]. К ним можно отнести следующее:

- в общении со своими сверстниками внимательно следить за своими высказываниями и действиями, выделяя при этом какие реакции они (младшие подростки) вызывают со стороны других людей;

- неоднократно экспериментировать над собой, выступать, к примеру, перед зеркалом, постоянно изменяя выражение лица, жесты, положение тела, при этом пытаясь предсказать реакцию, которую младший подросток может вызвать у остальных подростков;

- формулировать сильную мотивацию достижения желаемого результата, твердо зная, чего действительно необходимо добиться; воображать желаемый результат;

- быть в себе уверенным, превращая препятствие в трамплин для новых прыжков к цели.

Таким образом, можно прийти к выводу о том, данные рекомендации могут стать необходимой частью для развития конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков не только в общении со сверстниками, но и со взрослыми людьми.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ III

Для создания условий формирования конструктивных стратегий межличностных отношений в группе младших подростков, нами была разработана программа. Реализация программы формирования конструктивных стратегий младших подростков позволила нам осуществить обучение испытуемых навыкам самопознания, развить у младших подростков представления о собственной ценности, уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии. Все это является важной частью обеспечения младших подростков средствами, которые в дальнейшем позволят им наиболее эффективно вступать в различные виды отношений, решая встающие перед ними каждодневные задачи. Практический результат нашей работы связан с повышением успешности в налаживании межличностных отношений в классе, в учебной деятельности и жизни младших подростков. На формирующем этапе эксперимента использовался повторно тот же пакет психодиагностических методик. После реализации программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков мы наблюдаем изменение результатов.

С целью проверки гипотезы исследования была проведена математическая обработка результатов по T – критерию Вилкоксона. Результаты T -критерия Вилкоксона по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского: $T_{\text{эмп}} = 21$; $T_{\text{крит}} (n=16)$: при $0,01=23$; при $0,05=35$. Принимается гипотеза H_1 , эмпирическое значение $T_{\text{эмп}}$ находится в зоне значимости. $T_{\text{эмп}} < T_{0,01}$, следовательно, существуют статистически значимые изменения уровня общительности до и после реализации формирующей программы. Результаты T -критерия Вилкоксона для показателя стратегии поведения в конфликте «сотрудничество» по методике «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса: $T_{\text{эмп}}=18$; $T_{\text{крит}} (n=15)$: при $0,01=19$; при $0,05=30$. $T_{\text{эмп}} < T_{0,01}$, следовательно, существуют статистически значимые изменения стратегии поведения «сотрудничество»

до и после реализации программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков. Значения, полученные в результате проведения методик на этапе констатирующего эксперимента и результаты на этапе формирующего эксперимента, изменились сдвигом в типичном направлении в область значимых значений.

Таким образом, гипотеза исследования о том, что формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков будет успешным на основе разработанной нами программы, включающей комплекс психотехнических игр и упражнений, направленных на развитие у младших подростков коммуникативных навыков общения в коллективе, повышение их уровня общительности, а также предполагающей развитие конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации, доказана.

Формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков требует определенных системных действий со стороны администрации школы, педагогического коллектива. В связи с этим была разработана технологическая карта, состоящая из семи этапов. С целью развития конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации были составлены практические рекомендации по развитию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема исследования стратегий межличностных отношений является одной из важнейших проблем общества, широко обсуждаемой в научной литературе и практике. Как уже указывалось во введении выпускной квалификационной работы, данная проблема отражена в исследованиях Б.Г. Ананьева, А.А. Бодалева, Я.Л. Коломинского, Б.Ф. Ломова, Я.Л. Морено, Н.Н. Обозова, С.Л. Рубинштейна и др., уделяющие внимание подростковому возрасту, как возрасту, когда закладывается основа межличностных отношений, определяющая на всем жизненном пути поведение человека во всех его отношениях с окружающими людьми, содержанием которого выступает общение, являющееся средством обмена информацией и оказывающее большое влияние на развитие личности подростков. В результате этого происходит восприятие окружающего мира, преломление норм и ценностей общества, подросток стремится занять определенное место в группе сверстников. По этой причине так важно развитие межличностных отношений, нахождение близких друзей, на которых можно положиться в любой ситуации и которые всегда смогут понять.

Рассматриваемая проблема исследования остается по-прежнему актуальной ввиду недостаточной разработанности ее практического аспекта, в частности, отсутствия целенаправленной работы по развитию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в образовательных организациях.

В связи с этим нами были поставлены задачи, одной из которых является определение понятия «межличностные отношения». Проанализировав научную литературу, нами определено понятие «межличностные отношения» как субъективно переживаемые взаимосвязи между людьми, объективно проявляющиеся в характере и способах взаимных влияний, оказываемых людьми друг на друга в процессе совместной деятельности и общения.

Для решения следующей задачи мы рассмотрели возрастные

особенности межличностных отношений младших подростков, к которым относятся: стремление младшего подростка утвердиться в позиции взрослого, чувствовать себя уверенным, повышенная активность, действенность, преобладание доминирования направленности личности на себя или на других. Межличностные отношения младших подростков имеют следующую специфику: реакция эмансипации; реакция группирования со сверстниками; реакция увлечения (хобби); возникновение чувства взрослости; развитие самосознания; превращение общения со сверстниками в ведущий вид деятельности; потребностью в аффиляции и автономии в группе; расширение социальных контактов; критическое отношение к дружбе; повышенное внимание к своей внешности, одежде, манере поведения.

Не менее важной задачей была разработка дерева целей и модели по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации. В дереве целей была определена генеральная цель – теоретически обосновать и апробировать модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации. Модель – это иерархия целей, необходимая для достижения главного результата – повышения уровня сформированности конструктивных стратегий у младших подростков, и, состоящая из шести блоков: целевой, теоретический, диагностический, формирующий, аналитический, результативный.

Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе МБОУ «СОШ №115 г. Челябинска». В данном исследовании принимали участие учащиеся 7 класса в составе 18 человек.

Исследование проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап. В работе был использован комплекс методов:

1. Теоретические – анализ литературы по проблеме исследования,

синтез, сравнение, обобщение, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические – констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, опрос, тестирование. Методики исследования: опросник «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского; «Социометрия» Я. Морено, тест «Стратегия поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса.

3. Метод математической статистики: Т–критерий Вилкоксона.

На основании констатирующего эксперимента было выявлено, что младшие подростки характеризовались общительностью, у них отмечалось желание взаимодействовать со сверстниками, у большинства из них отмечался статус «предпочитаемые», что свидетельствовало о благоприятных взаимоотношениях со сверстниками. Вместе с тем следует отметить, что среди младших подростков преобладали необщительные и замкнутые, а также пренебрегаемые и отвергнутые. В связи с этим посчитали важным проведение формирующей работы с младшими подростками с низким социометрическим статусом и не умеющих взаимодействовать со сверстниками. Для этого нами была разработана программа по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Программа по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков имела следующую цель: формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков; задачи: развитие у младших подростков коммуникативных навыков общения в коллективе; повышение уровня общительности у младших подростков в коллективе; развитие конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации. Для проверки эффективности программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков были повторно проведены все три методики.

В ходе проведения повторного исследования по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского можно сделать вывод о том, что в данном классе после проведения программы формирования конструктивных

стратегий межличностных отношений большинство младших подростков, имевшие уровень общительности – любопытство, разговорчивость сократилось на 17 % в пользу человек «рубаха-парень» (33 %, 6 человек) и нормальная коммуникабельность (33 %, 6 человек). Младшие подростки охотно слушали собеседников, были терпеливыми в общении с другими, отстаивали свою точку зрения без вспыльчивости, принимали участие во всех дискуссиях. Категория «замкнутость, неразговорчивость» осталась на прежнем уровне – 6 % (1 человек).

В ходе проведения методики «Социометрия» Дж. Морено были получены следующие результаты: статус «звезды» до и после формирующего эксперимента остался на прежнем уровне – 11 %, что составляет 2 человека. Младшие подростки данной группы имеют наибольшее число положительных выборов по всем категориям вопросов, а именно, учеба, досуг. Ребята продолжали прислушиваться к мнениям «звезд», в возникающих ситуациях принимали их сторону, считая их ответственными и надежными.

На 11 % (на 2 человека) повысился такой статус, как «предпочитаемые». Данная категория младших подростков получила достаточное количество положительных выборов (более 4-х) по категории «досуг». Статус «отвергнутые» сократился 11 % в пользу «непринятые» (17%, 3 человека) и «принятые» (38%, 7 человек). Младшие подростки категории «отвергнутые» получили наименьшее число положительных выборов. В их ответах прослеживались симпатии и антипатии к своим сверстникам, но их имена отсутствовали в ответах всех опрашиваемых.

Последняя методика – «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса показала, что после формирующего эксперимента стратегии поведения в конфликтных отношениях стали примерно одинаковыми, когда как на констатирующем этапе преобладали такие стратегии, как соперничество и приспособление. Произошло повышение по тактике сотрудничество на 3 человека (22 %). Сократилось число младших подростков в категории соперничество на 11 % и приспособление на 16 %.

С целью проверки гипотезы исследования была проведена математическая обработка результатов по T – критерию Вилкоксона. Значения, полученные в результате проведения методик на этапе констатирующего эксперимента и результаты на этапе формирующего эксперимента, изменились сдвигом в типичном направлении в область значимых значений. Таким образом, основная гипотеза исследования: предполагаем, что формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков будет успешным на основе разработанной нами программы, включающей комплекс психотехнических игр и упражнений, направленных на развитие у младших подростков коммуникативных навыков общения в коллективе, повышение их уровня общительности, а также предполагающей развитие конструктивных стратегий поведения в конфликтной ситуации, доказана.

Из результатов полученных данных можно сделать вывод, что разработанная программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, является эффективной.

Также нами была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений, составлены практические рекомендации для повышения эффективности межличностных отношений младших подростков, повышения статуса в группе, развития коммуникативных навыков и качеств, установления тесных дружеских связей и дальнейшего сплочения коллектива младших подростков, развития навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.

Представленные этапы, методы и методики полностью отвечают задачам и цели исследования. На основании вышеизложенного можно констатировать, что поставленная цель выпускной квалификационной работы достигнута, задачи решены, гипотеза нашла свое подтверждение.

Важно отметить, что проведенное магистерское исследование не исчерпывает возможностей выбранного подхода к формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков. В

дальнейшем планируем провести работу в таком направлении, как обоснование и реализация психолого-педагогических условий формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адриенко, Е. В. Социальная психология [Текст] / учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е. В. Адриенко. – Москва : Издательский центр «Академия», 2013. – 264 с.
2. Алонцева, А. И. Формирование конструктивных стратегий совладающего поведения обуславливающих самоосуществление выпускников средней школы [Текст] / дис. ... канд. псих. наук. – Кемерово, 2013. – 254 с.
3. Альбуханова-Славская, К. А. Детство. Юность. Молодость [Текст] / К. А. Альбуханова-Славская. – Москва : МПСИ, 2010. – 224 с.
4. Аминов, У. К. Влияние стиля педагогического общения на межличностные отношения подростков [Электронный ресурс] / У. К. Аминов, Д. К. Аминова // Современные проблемы психолого-педагогического образования. – 2016. – С.155-162. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27347089> (дата обращения: 13.01.18).
5. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания [Текст] / Б. Г. Ананьев. – Санкт-Петербург : Питер, 2014. – 288 с.
6. Андреева, Г. М. Социальная психология [Текст] / Г. М. Андреева. – Москва : Аспект-Пресс, 2010. – 376 с.
7. Аникеев, Н. П. Психологический климат в коллективе [Текст] / Н. П. Аникеев. – Москва : Просвещение, 2013. – 319 с.
8. Арон, И. С. Специфика межличностных отношений подростков со сверстниками и взрослыми в особой социальной ситуации развития [Текст] / И. С. Арон // Конфликтология. – 2013. – № 2. – С. 168–175.
9. Баранова, О. Г. Формирование коммуникативных умений младших подростков во внеучебной деятельности [Текст] / О. Г. Баранова // Молодой ученый. – 2015. – № 6. – С. 566–569.
10. Барышникова, Е. В. Методика преподавания психологии [Текст] / Е. В. Барышникова. – Челябинск : Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2018. – 172 с.

11. Бодалев, А. А. Восприятие человека человеком [Текст] / А. А. Бодалев. – Санкт-Петербург : ЛГУ, 2008. – 241 с.
12. Варшавская, Н. Е. Роль семьи в формировании социометрического статуса подростка в группе сверстников [Текст] / Н. Е. Варшавская // Научные исследования: от теории к практике. – 2015. – Т. 1. – № 4. – С. 231–233.
13. Варфоломеева, Е. П. Особенности возникновения конфликтов в межличностных отношениях у младших подростков и педагогические условия их разрешения [Электронный ресурс] / Е. П. Варфоломеева // Российский научный журнал. – 2014. – №5. – С. 195–199. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22705239> (дата обращения: 13.01.18).
14. Варфоломеева, Е. П. Педагогические условия формирования культуры межличностных отношений младших подростков во внеурочной деятельности [Электронный ресурс] / Е. П. Варфоломеева // Педагогика и психология образования. – 2015. – № 1. – С. 31–35. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23088570> (дата обращения: 15.01.18).
15. Волков, Б. С. Психология подростка [Текст] / Б. С. Волков. – Москва : Педагогическое общество России, 2011. – 160 с.
16. Волков, Б. С. Психология подросткового возраста [Текст] / Б. С. Волков. – Москва : КноРус, 2016. – 266 с.
17. Герцог, Г. А. Основы научного исследования: методология, методика, практика [Текст] / учеб. пособие / Г. А. Герцог. – Челябинск : Изд-во Челяб. Гос. пед. ун-та, 2013. – 270 с.
18. Голованова, Е. Г. Некоторые особенности гармонизации межличностных отношений у часто болеющих детей младшего школьного возраста [Электронный ресурс] / Е. Г. Голованова, В. А. Озерова // Актуальные проблемы общества, науки, образования: современное состояние и перспективы развития. – М. : Берлин: Директ-Медиа. – 2014. – С. 91–96. URL: <https://books.google.ru> (дата обращения: 15.01.18).

19. Голубев, Г. Г. Психология межличностных отношений. Формирование личности в коллективе [Текст] / Г. Г. Голубев. – Москва : Высшая школа, 2013. – 128 с.
20. Горбатов, Д. С. Общепсихологический практикум [Текст] / учеб. пособие для бакалавров / Д. С. Горбатов. – Москва : Юрайт, 2013. – 307 с.
21. Гребенникова, Е. В. Уровень одиночества и межличностные отношения подростков [Текст] / Е. В. Гребенникова // Инновации в образовании: концепции, проблемы, перспективы. – 2013. – С. 134–136.
22. Гревцов, А. Тренинг развития с подростками: творчество, общение, самопознание [Текст] / А. Гревцов. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 416 с.
23. Дереча, И. И. Становление нравственной позиции младших подростков во взаимодействии школы и семьи [Текст] / И. И. Дереча // В мире научных открытий. – 2015. – № 5.2. – С. 707–719.
24. Долгова, В. И. Готовность к инновационной деятельности в образовании [Текст] / монография / В. И. Долгова. – Москва : КДУ, 2009. – 228 с.
25. Долгова, В. И. Психолого-педагогическая коррекция межличностного взаимодействия младших подростков: программа и результаты [Электронный ресурс] / В. И. Долгова // Вектор науки тольяттинского государственного университета. – 2017. – № 2. – С. 90–96. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29344113> (дата обращения: 16.01.18).
26. Долгова, В. И. Психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений подростков [Текст] / В. И. Долгова. – Челябинск : АТОСКО, 2010. – 112 с.
27. Долгова, В. И. Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков [Текст] / В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец. – Челябинск : АТОСКО, 2010. – 111 с.
28. Долгова, В. И. Регламент аттестационных материалов [Текст] / В. И. Долгова, Л. В. Иванова, Н. В. Крыжановская. – Челябинск : Изд-во Челяб. Гос. пед. ун-та, 2015. – 132 с.

29. Долгова, В. И. Эмоциональная устойчивость как ключевая компетенция: монография [Текст] / В. И. Долгова, Г. Ю. Гольева. – Челябинск : Изд-во «АТОКСО», 2010. – 183 с.

30. Долгова, В. И. Исследование эмоционального состояния старших подростков [Текст] / В. И. Долгова, Н. Г. Кормушина // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2016. – № 6. – С. 132–136.

31. Долгова, В. И. Агрессивное поведение подростков [Текст] / В. И. Долгова, А. А. Нуртдинова, Н. А. Белозерцева // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2015. – Т. 31. – С. 16–20.

32. Долгова, В. И. Психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений у младших подростков [Электронный ресурс] / В. И. Долгова, Е. В. Попова, А. В. Молоканов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 91–95. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/95525.htm>.

33. Драгунова, Т. В. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков [Текст] / Т. В. Драгунова, Д. Б. Эльконин. – М. : Просвещение, 2007. – 156 с.

34. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология [Текст] / учебное пособие для вузов / В.Н. Дружинин. – Санкт-Петербург : Питер, 2014. – 318 с.

35. Дубровская, А. И. Межличностные отношения подростков в зависимости от типа семьи [Электронный ресурс] / А. И. Дубровская // В. С. Мерлин и современная психология: наука, образование, практика. – 2015. – С. 51–53. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=24722352> (дата обращения: 15.01.18).

36. Жагарина, М. А. Психологические особенности детей младшего школьного и младшего подросткового возраста. Выступление педагога-психолога на совещании учебный год 2009-2010 год [Электронный ресурс] / М. А. Жагарина. URL: <http://festival.1september.ru/articles/569664> (дата обращения 12.09.2019).

37. Журавлев, А. Л. Социальная психология [Текст] : учеб. пособие / А.Л. Журавлев, В.А. Соснин, М.А. Красников. – Москва : ФОРУМ, 2013. – 146 с.
38. Захарова, Т. В. Исследование развития коммуникативной компетентности в младшем подростковом возрасте в условиях реализации ФГОС НОО [Электронный ресурс] / Т. В. Захарова, Т. В. Казакова, Т. А. Колесникова // Научное обозрение. Педагогические науки. – 2017. – № 6–1. – С. 51–59. URL: <https://science-pedagogy.ru/ru/article/view?id=1696> (дата обращения: 13.01.18).
39. Золотовицкий, Р. А. Социометрия Я. Л. Морено [Текст] / Р. А. Золотовицкий // Методология и история психологии. – 2007. – Т. 2. – № 2. – С. 107–121.
40. Ильин, Е. И. Психология неформального общения [Текст] / Е. И. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2015. – 384 с.
41. Иовина, А. Ф. Гармонизация межличностных отношений в младшем подростковом возрасте по средствам совместной игровой деятельности [Электронный ресурс] / А. Ф. Иовина // Всероссийская научно-практическая конференция Личность в культуре и образовании: психологическое сопровождение, развитие, социализация. – 2013. – № 1. – С. 237–240. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21559483> (дата обращения: 16.01.18).
42. Казанская, В. Г. Психологические особенности кризисов подростка [Текст] : учебное пособие / В. Г. Казанская. – Москва : Форум, 2014. – 200 с.
43. Ключева, Н. В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов [Текст] / Н. В. Ключева, Ю.В. Касаткина. – Ярославль : Академия развития, 2013. – 240 с.
44. Ковалев, А. Г. Психологические особенности человека [Текст] / А. Г. Ковалев. – Москва : ЛГУ, 2012. – 304 с.

45. Коджаспирова, Г. М. Словарь по педагогике [Текст] / Г.М. Коджаспирова. – Москва : ИКЦ «МарТ», 2005. – 176 с.
46. Коломинский, Я. Л. Психология взаимоотношений в малых группах [Текст] / Я.Л. Коломинский. – Минск : БГУ, 2013. – 284 с.
47. Котина, Н. Н. Социальное развитие младшего подростка в совместно-распределенной учебной деятельности [Текст] / Н. Н. Котина // Казанский педагогический журнал. – 2016. – № 4. – С. 171–176.
48. Кравченко, Ю. Е. Психология эмоций. Классические и современные теории и исследования [Текст] / Ю.Е. Кравченко. – Москва : Форум, 2015. – 544 с.
49. Кречмер, Э. Строение тела и характер: Психология индивидуальных различий [Текст] / Э. Кречмер. – Москва : Книга по требованию, 2012. – 168 с.
50. Луева, М. В. Возрастные особенности и стратегии поведения младшего подростка в условиях образовательного процесса [Текст] / М. В. Луева // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2015. – Т. 21. – № 1. – С. 88–91.
51. Малкина-Пых, И. Г. Возрастные кризисы [Текст] / И. Г. Малкина-Пых. – Москва : Эксмо, 2014. – 480 с.
52. Молчанов, С. В. Психология подросткового и юношеского возраста [Текст] / С. В. Молчанов. – Москва : Юрайт, 2017. – 352 с.
53. Морено, Дж. Социометрия. Экспериментальный метод и наука об обществе [Текст] / Дж. Морено. – Москва : Иностранная литература, 2014. – 285 с.
54. Мудрик, А. В. Социальная педагогика [Текст] / А.В. Мудрик, В.А. Слостенина. – Москва : Издательский центр «Академия», 2003. – 200 с.
55. Мясищев, В. Н. Психология отношений: избран [Текст] / В. Н. Мясищев, А. А. Бодалева. – Москва : Изд-во Моск. психолого-социального ин-та; Воронеж : Модек, 2003. – 363 с.

56. Нападий, С. В. Педагогическая модель восхождения подростка младшего возраста к бескорыстному риску во внеучебной деятельности [Текст] / С. В. Нападий, М. Н. Невзоров, Е. П. Серова // Высшее образование сегодня. – 2015. – № 12. – С. 59–62.
57. Николаева, И. А. Взаимосвязь когнитивного развития и ценностных отношений к себе и другим у младших подростков [Текст] / И. А. Николаева // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 2-3. – С. 153–159.
58. Обозов, Н. Н. Психология работы с людьми [Текст] / Н. Н. Обозов. – Москва : Ид. Персонал, 2008. – 228 с.
59. Обозов, Н. Н. Психология межличностных отношений [Текст] / Н. Н. Обозов. – Киев : Наука, 2009. – 191 с.
60. Овчарова, Р. В. Практическая психология образования [Текст] / Р. В. Овчарова. – Москва : Академия, 2011. – 448 с.
61. Панов, В. И. Критические ситуации в жизни особо одаренных детей [Текст] / В. И. Панов, Т. В. Хромова // Педагогика : научно-теоретический журнал. – 2015. – № 1. – С. 40–47.
62. Парфенов, О. А. Формирование конструктивных стратегий межличностных отношений старших подростков [Электронный ресурс] / О. А. Парфенов // Научно-методический журнал «Концепт». – 2015. – С.76–80. URL: <https://e-koncept.ru/2015/95167.htm> (дата обращения: 26.01.18).
63. Патрикеева, Э. Г. Влияние феномена лидерства на формирование межличностных отношений в классном коллективе младших подростков [Текст] / Э. Г. Патрикеева, Э. Г. Ивонтьева // Молодой ученый. – 2015. – № 7. – С. 694–697.
64. Петренко, М. В. Психология и педагогика [Текст] / М. В. Петренко. – Москва : Быстров, 2009. – 107 с.
65. Подопригор, С. Я. Краткий психологический словарь [Текст] / С.Я. Подопригор, А.С. Подопригор. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. – 317 с.

66. Попова, Н. В. Психология растущего человека: краткий курс возрастной психологии [Текст] / Н. В. Попова. – Москва : ТЦ Сфера, 2002. – 128 с.
67. Психолог [Электронный ресурс] / URL: <http://www.vashpsicholog.ru> (дата обращения 18.01.2018).
68. Психология [Электронный ресурс] / URL: https://медпортал.com/voznastnaya-psihologiya_783/psihologiya-podrostka-39416.html (дата обращения 09.01.2018).
69. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста [Текст] / Ф. Райс. – Санкт-Петербург : Питер, 2014. – 816 с.
70. Реан, А. А. Психология от рождения до смерти [Текст] / А. А. Реан. – Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак; Москва : Олма-Пресс, 2004. – 411 с.
71. Редько, А. М. Развитие творческих способностей детей младшего подросткового возраста в процессе функционирования детского хорового театра [Электронный ресурс] / А. М. Редько // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2014. №4 (26). – С. 142–146. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-tvorcheskih-sposobnostey-detey-mldshego-podrostkovogo-voznasta-v-protssesse-funktsionirovaniya-detskogo-horovogo-teatra> (дата обращения: 13.01.18).
72. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога [Текст] / практическое пособие / Е. И. Рогов. – Москва : Юрайт, 2012. – 412 с.
73. Ромек, В. Г. Развитие уверенности в межличностных отношениях [Текст] / В. Г. Ромек. – Москва : Владос, 2013. – 113 с.
74. Руденко, А. М. Конфликтология [Текст] / А. М. Руденко, С. И. Самыгин. – Москва : Феникс, 2013. – 320 с.
75. Савина, Н. Г. Психолого-педагогические рекомендации по формированию конфликтоустойчивости подростков средствами социально-психологического тренинга [Электронный ресурс] / Н. Г. Савина // Культура и образование: от теории к практике. – Киров : Кировское областное государственное автономное образовательное учреждение СПО «Вятский

колледж культуры». – 2015. – С. 307–311. URL: <https://e-koncept.ru/2015/95167.htm> (дата обращения: 13.01.18).

76. Салиханова, И. Р. Особенности межличностных отношений детей младшего подросткового возраста [Электронный ресурс] / И. Р. Салиханова, Г. Р. Шафикова // Педагогический журнал Башкортостана. – 2016. – №4. – С. 108–117. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27487536> (дата обращения: 17.01.18).

77. Саратова, Л. М. Психолого-педагогические особенности подростков с особыми образовательными потребностями [Текст] / Л. М. Саратова // Молодой ученый. – 2011. – №11. – Т.2. – С. 102–104.

78. Сафин, А. А. Профилактика агрессивного поведения младших подростков [Электронный ресурс] / А. А. Сафин // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 121–125. URL: <http://e-koncept.ru/2015/95068.htm> (дата обращения 11.09.2019).

79. Сафонова, Д. А. Межличностные отношения в среде подростков [Текст] / Д. А. Сафонова // Образование и воспитание. – 2015. – № 5. – С. 41–43.

80. Сиражетдинова, З. Д. Коррекция агрессивности младших подростков в ситуации межличностного конфликта [Электронный ресурс] / З. Д. Сиражетдинова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № S1. – С. 161–165. URL: <http://e-koncept.ru/2015/75033.htm> (дата обращения 11.09.2019).

81. Скутина, Т. В. Связь межличностной толерантности с аспектами самоотношения в подростковом возрасте [Текст] / Т. В. Скутина, Д. И. Величева // Психология обучения. – 2014. – № 12. – С. 52–66.

82. Соловьева, А. В. Психологическая защита в подростковом возрасте. Сущность, содержание, причины [Текст] / А. В. Соловьева. – Москва : Академия, 2013. – 270 с.

83. Столяренко, Л. Д. Педагогическая психология [Текст] / Л. Д. Столяренко. – Ростов на Дону: Феникс, 2016. – 544 с.

84. Толстых, Н. Н. Психология подросткового возраста [Текст] / Н. Н. Толстых, А. М. Прихожан. – Москва : Юрайт, 2017. – 406 с.
85. Чубукина, Е. Л. Кризисы роста. Решение психологических проблем [Текст] / Е. Л. Чубукина. – Москва : Амфора, 2014. – 60 с.
86. Чуднявцев, С. Е. Как преодолеть школьные кризисы, или Психология современного школьника [Текст] / С. Е. Чуднявцев. – Москва : Феникс, 2016. – 176 с.
87. Шерхунаева, И. И. Моделирование основных факторов межличностных отношений с помощью методики ДМО Т. Лири [Текст] / И. И. Шерхунаева, О. С. Михайлова // Сибирский психологический журнал. – 2015. – № 55. – С. 97–106.
88. Шипилов, А. И. Конфликтология [Текст] / А. И. Шипилов. – Санкт-Петербург : Питер, 2016. – 528 с.
89. Юркшат, К. Ф. Статусно-ролевая структура межличностных отношений младших подростков с проявлениями синдрома дефицита внимания с гиперактивностью [Текст] / К. Ф. Юркшат // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Экономика. Социология. Менеджмент. – 2013. – № 2. – С. 163–168.
90. Яценко, Е. И. Особенности подготовки будущих психологов к работе с агрессивными подростками младшего возраста [Текст] / Е. И. Яценко // Проблемы современного педагогического образования. – 2015. – № 46–1. – С. 178–183.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики исследования межличностных отношений младших подростков

1. Методика «Оценка уровня общительности» (Тест В.Ф. Ряховского)

Цель: определить уровень общительности.

Описание методики: тест оценки уровня общительности, коммуникативности содержит возможность определить уровень коммуникабельности человека, его способности устанавливать, поддерживать и сохранять хорошие личные и деловые взаимоотношения с окружающими людьми. Испытуемому предлагаются вопросы, отвечать на которые следует, используя три варианта ответов – «да», «иногда» и «нет».

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли Вас ее ожидание из колеи?

2. Вызывает ли у вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?

3. Не откладываете ли Вы визит к врачу до последнего момента?

4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где Вы никогда не бывали. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?

5. Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?

6. Раздражаетесь ли Вы, если незнакомый человек на улице обратится к Вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)?

7. Верите ли Вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?

8. Постесняетесь ли Вы напомнить знакомому, что он забыл Вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?

9. В ресторане либо в столовой Вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?

10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, Вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?

11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будет томиться в ожидании?

12. Бойтесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?

13. У Вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки

произведений литературы, искусства, культуры, и никаких чужих мнений на этот счет Вы не приемлете. Это так?

14. Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочитаете ли Вы промолчать и не вступать в спор?

15. Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?

16. Охотнее ли Вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

Обработка результатов:

«Да» – 2 очка, «иногда» – 1 очко, «нет» – 0 очков.

Полученные очки суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории людей относится испытуемый.

Классификатор к тесту В.Ф. Ряховского

30 – 32 очка – Человек некоммуникабелен. На человека трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Необходимо стараться быть общительнее, контролировать себя.

25 – 29 очков – Человек замкнут, неразговорчив, предпочитает одиночество, поэтому у него мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не ввергают в панику, то надолго выводит из равновесия. Он знает эту особенность своего характера и бывает недоволен собой.

19 – 24 очков – Человек в известной степени общителен и в незнакомой обстановке чувствует себя вполне уверенно. Новые проблемы его не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвует неохотно. В его высказываниях порой слишком много сарказма, без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

14 – 18 очков – нормальная коммуникабельность. Человек любознателен, охотно слушает интересного собеседника, достаточно терпелив в общении с другими, отстаивает свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идет на встречу с новыми людьми. В то же время не любит шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у него раздражение.

9 – 13 очков – Человек весьма общителен (порой, быть может, даже сверх меры), любопытен, разговорчив. Любит высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомится с новыми людьми. Любит бывать в центре внимания, никому не отказывает в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылит, но быстро отходит. Ему не достает усидчивости, терпения и

отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, может себя заставить не отступать.

4 – 8 очков – Человек «рубаха-парень». Общительность бьет из него ключом. Он всегда в курсе всех дел. Любит принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у него мигрень и даже хандру. Охотно берет слово по любому вопросу, даже если имеет о нем поверхностное представление. Всюду чувствует себя в своей тарелке. Берется за любое дело, хотя не всегда может успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к нему с некоторой опаской и сомнениями.

3 очка и менее – Коммуникабельность носит болезненный характер. Человек говорлив, многословен, вмешивается в дела, которые не имеют к нему никакого отношения. Берется судить о проблемах, в которых совершенно не компетентен. Вольно или невольно часто бывает причиной разного рода конфликтов в окружении. Вспыльчив, обидчив, нередко бывает необъективен. Серьезная работа не для него. Людям – и на работе, и дома, и вообще повсюду – трудно с ним.

2. Методика «Социометрия» (Дж. Морено)

Цель:

Оценка межличностных эмоциональных связей в группе, т. е. взаимных симпатий между членами группы. Социометрический тест используется в изучении межгрупповых и межличностных отношений с целью улучшения и оптимизации взаимодействия группы лиц или участников коллектива.

Описание методики:

Методика позволяет оценить межличностные отношения неформального типа, симпатий и антипатий, привлекательности и предпочтительности, выявить лидера в группе. Социометрическая процедура в параметрической форме проводится следующим образом: испытуемым предлагается выбрать строго фиксированное число из всех членов группы, а именно сделать 3 выбора. Для этого необходимо ответить на вопросы: «Если вашу группу будут расформировывать, с кем бы ты хотел продолжить совместно учиться (работать) в новом коллективе?», «Кого бы ты из группы пригласил на свой день рождения?», «С кем из своей группы ты пошел бы в многодневный туристический поход?». При этом каждый участник делает по три выбора по каждому из вопросов – от наиболее вероятного до наименее вероятного, указывая фамилию, имя и отчество выбранного. На основе полученных данных строится социоматрица: полученные письменные ответы на соответствующие вопросы заносятся в специальные таблицы, где нижняя строка показывает, кто из членов группы получил большее или меньшее количество выборов. Путем суммирования числа полученных выборов и взаимовыборов

определяется уровень сплоченности студенческой группы (он прямо пропорционален влечению участников друг к другу и обратно пропорционален пространственной дистанции между ними) и социометрический статус членов коллектива (звезды, предпочитаемые, отвергаемые), который измеряется посредством подсчета положительных и отрицательных выборов человека, осуществляемых всеми членами группы.

Обработка данных:

На основании полученных результатов составляется матрица (см. табл. 1). Матрица состоит: по вертикали – из списка фамилий группы, расположенных в алфавитном порядке и сгруппированных по половому признаку; по горизонтали – их номера, под которыми испытуемые обозначены в списке.

Таблица 1 – Социоматрица межличностных отношений в коллективе

№ п/п	Фамилия, Имя, Отчество	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	А. П.		1	2			3				
2	И. С.			1	2		3				
3	П. Д.		2		3					1	
4	С. С.		2	1							3
5	А. И.							1	3	2	
6	В. Г.		3					2		1	
7	Л. Н.					1	2			3	
8	Л. Н.					1	3	2			
9	П. А.					2	1	3			
10	С. Т.						2	1	3		
Кол-во выборов (М)		0	4	3	2	3	6	5	2	4	1
Кол-во взаимных выборов		0	3	2	2	3	3	3	1	3	0

Далее вычисляют социометрический статус каждого учащегося, который определяется по формуле:

$$C = \frac{M}{n-1}$$

где С – социометрический статус учащегося; М – общее число полученных испытуемых положительных выборов (если учитывать отрицательные выборы, то их сумма вычитается от суммы положительных); n – число испытуемых.

В зависимости от количества полученных социометрических положительных выборов классифицируют испытуемых на пять статусных групп (см. таблицу 2).

Таблица 2 – Классификация испытуемых по итогам социометрического эксперимента

Статусная группа	Количество полученных выборов
------------------	-------------------------------

Продолжение таблицы 2

«Звезды»	В два раза больше, чем среднее число полученных выборов одним испытуемым
«Предпочитаемые»	В полтора раза больше, чем среднее число полученных выборов одним испытуемым
«Принятые»	
«Непринятые»	В полтора раза меньше, чем среднее число полученных выборов одним испытуемым
«Отвергнутые»	Равно нулю или в два раза меньше, чем число полученных выборов одним испытуемым

Среднее число полученных выборов одним испытуемым (К) вычисляется по формуле:

$$K = \frac{\text{Общее число сделанных выборов}}{\text{Общее количество испытуемых}}$$

Одним из показателей благополучия складывающихся отношений является коэффициент взаимности выборов. Он показывает, насколько взаимны симпатии в общности. Коэффициент взаимности (КВ) вычисляется по формуле:

$$KB = \frac{\text{Количество взаимных выборов}}{\text{Общее число выборов}}$$

3. «Стратегия поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса.

Цель: изучение личностной предрасположенности к конфликтному поведению, выявление определенных стилей разрешения конфликтной ситуации. Методика может использоваться в качестве ориентировочной для изучения адаптационных и коммуникативных особенностей личности, стиля межличностного взаимодействия.

Описание методики: методика предназначена для изучения личностной предрасположенности к конфликтному поведению, выявления определенных стилей разрешения конфликтной ситуации. Методика может использоваться в качестве ориентировочной для изучения адаптационных и коммуникативных особенностей личности, стиля межличностного взаимодействия. Данный опросник показывает типичную реакцию человека на конфликт, ее эффективность и целесообразность, а также дает информацию о других возможных способах разрешения конфликтной ситуации.

По мнению К. Томаса, в основании типологии конфликтного поведения лежат два поведенческих стиля: кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в конфликт, и напористость, для которой характерен акцент на защите собственных интересов. Соответственно этим двум основным измерениям К. Томас выделяет следующие способы регулирования конфликтов: а) конфронтация (соревнование, соперничество), которое выражается в стремлении добиться удовлетворения своих интересов в ущерб интересам другого человека; б) приспособление (уступчивость), означающее, в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради интересов другого; в) компромисс, как соглашение между участниками конфликта, достигнутое путем взаимных уступок; г) уклонение (уход, игнорирование), для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей; д) сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Возможности каждой из пяти стратегий: 1. Уклонение эффективно в ситуациях, когда партнер обладает объективно большей силой и использует ее в конфликтной борьбе. В общении со сложной конфликтной личностью используйте любую возможность, чтобы избежать конфликта: в этом нет ничего постыдного или унижительного. Избегание приносит положительные плоды, являясь временной отсрочкой в решении конфликта: пока на руках мало данных или нет психологической уверенности в своей позиции. Временно уйти от проблемы, чтобы в дальнейшем решить ее окончательно – это часто единственно верная стратегия.

2. Приспособление естественно в ситуациях, когда затронутая проблема не так важна для человека, как для его оппонента, или отношения с оппонентом представляют собой самостоятельную ценность, значимее достижения цели. Это непредсказуемая по своим последствиям стратегия. Если отказ от цели не стоил человеку большого труда, уступчивость может положительно сказаться на его самооценке и отношениях с партнером. Очень важно чувствовать, что другой заметил и оценил жертву. В противном случае остается чувство досады, обиды и, следовательно, почва для эмоционального конфликта.

3. Конфронтация – стратегия для серьезных ситуаций и жизненно важных проблем, зачастую она эффективна в экстремальных ситуациях. Противоборство оправданно, если цель чрезвычайно важна или, если человек обладает реальной силой и властью, уверен в своей компетентности. Если власти и силы недостаточно, можно увязнуть в конфликте, а то и вовсе проиграть. Кроме того, применение конфронтации для решения проблем в личных отношениях чревато отчуждением.

4. Сотрудничество – это не столько стратегия поведения, сколько стратегия взаимодействия. Она незаменима в близких, продолжительных и ценных для обоих партнеров отношениях, при равенстве статусов и психологической власти. Она позволяет партнерам разрешить конфликт, не отказываясь от своих реальных целей. Всем хорошо сотрудничество, кроме одного. Это длинная история. Нужно время, чтобы проанализировать потребности, интересы и опасения обеих сторон, а затем тщательно обсудить их, найти наилучший вариант их совмещения, выработать план решения и пути его выполнения и т.д. Сотрудничество не терпит суеты и спешки, но позволяет решить конфликты полностью. Если времени нет, можно прибегнуть к компромиссу как к «заменителю» сотрудничества.

5. Компромисс, или квазисотрудничество, или торг о взаимных уступках. Эффективен в ситуациях, требующих быстрого исхода. «Дележ» потребностей бывает необходим для сохранения отношений, особенно в тех случаях, когда возместить интересы сторон невозможно. Компромисс редко приносит истинное удовлетворение результатом конфликтного процесса. Любые варианты дележа – пополам, поровну, по-братски – психологически несправедливы. И это понятно: цель полностью не достигнута, некоторая часть брошена на алтарь позитивного исхода конфликта, но оценить жертву некому, так как оппонент так же пострадал, как и вы сами.

Инструкция: даны 30 пар утверждений, относящихся к различным стилям поведения человека в ситуации конфликта. Из каждой пары утверждений нужно выбрать одно, которое наиболее верно отражает отношение испытуемого к конфликтной ситуации и отметить его в бланке ответов.

Таблица 3 – Текст опросника

1.	а) Иногда я предоставляю другим возможность взять на себя ответственность за решение спорного вопроса, б) Предпочитаю не обсуждать то, в чем мы с кем-либо расходимся, а обратить его внимание на то, с чем мы оба согласны.
2.	а) Я стараюсь найти компромиссное решение. б) Я пытаюсь уладить дело с учетом интересов и другого человека, и моих собственных.
3.	а) Обычно я 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 человека. б) Я стараюсь делать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
6.	а) Я пытаюсь избежать неприятностей для себя, б) Я стараюсь добиться своего.
7.	а) Я стараюсь отложить решение спорного вопроса, 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 прежде всего стараюсь определить, что затрагивает чьи-либо интересы и в чем причина спора.
9.	а) Я думаю, что не всегда следует волноваться из-за возникший; разногласий. б) Я прилагаю усилия, чтобы добиться своего.
10.	а) Я упорно стремлюсь добиться своего. б) Я пытаюсь найти компромиссное решение.

Продолжение таблицы 3

11.	а) Первым делом я стремлюсь точно определить, каковы затронутые интересы и спорные вопросы. б) Я стараюсь успокоить другого и в первую очередь 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 мне 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 отношении к ней. б) Я пытаюсь показать другому логику и преимущество мои взглядов.
15.	а) Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения. б) Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать например 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 дам другому возможность остаться при своем мнении, ли он также идет мне навстречу.
19.	а) Первым делом я пытаюсь определить затронутые интересы и то, чем вызваны спорные вопросы. б) Я стараюсь отложить спорные вопросы, 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 откровенному обсуждению проблемы.
22.	а) Я пытаюсь найти позицию, которая находится между моей; позицией и позицией другого человека. б) Я отстаиваю свою позицию.
23.	а) Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас. б) Иногда я предоставляю другим возможность взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.
24.	а) Если позиция другого кажется ему очень важной, я стараюсь идти ему навстречу, б) Я стараюсь убедить другого пойти 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.

Продолжение таблицы 3

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 могли совместно добиться успех.

Обработка и интерпретация результатов:

В ключе каждый ответ А или В дает представление о количественном выражении: соперничества, сотрудничества, компромисса, избегания и приспособления.

Если ответ совпадает с указанным в ключе, ему присваивается значение 1, если не совпадает, то присваивается значение 0.

Ключ к опроснику:

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

Количество баллов, набранных индивидом по каждой шкале, дает представление о выраженности у него тенденции к проявлению соответствующих форм поведения в конфликтных ситуациях. Для обработки результатов удобно использовать маску.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования стратегий межличностных отношений младших подростков

Таблица 4 – Результаты исследования оценки уровня общительности младших подростков (В.Ф. Ряховский)

№ п/п	Ф.И.	Общий балл	Тип категории
1.	Б.А.	19	Общительность, сарказм
2.	Е.А.	9	Любопытство, разговорчивость
3.	К.С.	9	Любопытство, разговорчивость
4.	К.К.	19	Общительность, сарказм
5.	К.В.	13	Любопытство, разговорчивость
6.	К.Ки.	9	Любопытство, разговорчивость
7.	К.А.	4	Человек «рубаха-парень»
8.	К.И.	9	Любопытство, разговорчивость
9.	Л.Е.	10	Любопытство, разговорчивость
10.	Л.А.	16	Нормальная коммуникабельность
11.	П.А.	6	Человек «рубаха-парень»
12.	П.Ан.	4	Человек «рубаха-парень»
13.	П.К.	10	Любопытство, разговорчивость
14.	Р.В.	9	Любопытство, разговорчивость
15.	Т.М.	25	Замкнутость, неразговорчивость
16.	Ф.А.	9	Любопытство, разговорчивость
17.	Х.А.	4	Человек «рубаха-парень»
18.	Ш.А.	18	Нормальная коммуникабельность

Итого:

- 1) некоммуникабельность – 0 человек (0%);
- 2) замкнутость, неразговорчивость – 1 человек (6%);
- 3) общительность, сарказм – 2 человека (11%);
- 4) нормальная коммуникабельность – 2 человек (11%);
- 5) любопытство, разговорчивость – 9 человек (50%);
- 6) человек «рубаха-парень» – 4 человека (22%);
- 7) говорливость, многословие – 0 человек (0%).

Таблица 5 – Матрица социометрических выборов (по методике «Социометрия» Дж. Морено) младших подростков

№ п/п	Ф.И.	Общий балл	Социометрический статус
1.	Б.А.	0,06	Отвергнутый
2.	Е.А.	0,23	Принятый
3.	К.С.	0,35	Звезда
4.	К.К.	0	Отвергнутый
5.	К.В.	0,23	Принятый
6.	К.Ки.	0,18	Принятый
7.	К.А.	0,29	Предпочитаемый
8.	К.И.	0,12	Непринятый

Продолжение таблицы 5

9.	Л.Е.	0,35	Звезда
10.	Л.А.	0,23	Принятый
11.	П.А.	0,23	Принятый
12.	П.Ан.	0,18	Принятый
13.	П.К.	0,06	Отвергнутый
14.	Р.В.	0,23	Принятый
15.	Т.М.	0	Отвергнутый
16.	Ф.А.	0,06	Отвергнутый
17.	Х.А.	0,12	Непринятый
18.	Ш.А.	0,18	Принятый

Итого:

социометрический статус:

- 1) «Звезды» – 2 человека (11 %);
- 2) «Предпочитаемые» – 1 человек (6%);
- 3) «Принятые» – 8 человек (44%);
- 4) «Непринятые» – 2 человека (11%);
- 5) «Отвергнутые» – 5 человек (28%).

Таблица 6 – Результаты исследования у младших подростков уровня реагирования в конфликтной ситуации младших подростков К.Н. Томаса

№п/п	Ф.И.	Уровни реагирования в конфликтной ситуации				
		Сотруднич ество	Компромисс	Приспособлен ие	Избегание	Соперничест во
1.	Б.А.	8	3	8	9	2
2.	Е.А.	11	4	11	2	2
3.	К.С.	7	6	5	5	7
4.	К.К.	9	4	3	5	9
5.	К.В.	7	7	6	5	5
6.	К.Ки.	8	4	8	2	8
7.	К.А.	8	6	5	3	8
8.	К.И.	9	5	9	3	4
9.	Л.Е.	9	9	7	4	2
10.	Л.А.	9	6	3	10	2
11.	П.А.	10	5	10	2	3
12.	П.Ан.	8	6	4	6	4
13.	П.К.	10	10	3	6	1
14.	Р.В.	9	5	4	9	3
15.	Т.М.	8	7	3	8	4
16.	Ф.А.	10	4	2	4	10
17.	Х.А.	10	10	6	3	1
18.	Ш.А.	8	8	6	5	4

Таблица 7 – Результаты исследования стратегий поведения в конфликтной ситуации младших подростков К.Н. Томаса

№ п/п	Ф.И.	Общий балл	Стратегия поведения
1.	Б.А.	8	Приспособление
2.	Е.А.	11	Приспособление
3.	К.С.	7	Соперничество
4.	К.К.	9	Соперничество
5.	К.В.	7	Компромисс
6.	К.Ки.	8	Приспособление
7.	К.А.	8	Соперничество
8.	К.И.	9	Приспособление
9.	Л.Е.	9	Приспособление
10.	Л.А.	9	Избегание
11.	П.А.	10	Приспособление
12.	П.Ан.	8	Сотрудничество
13.	П.К.	10	Компромисс
14.	Р.В.	9	Избегание
15.	Т.М.	8	Избегание
16.	Ф.А.	10	Соперничество
17.	Х.А.	10	Соперничество
18.	Ш.А.	8	Компромисс

Итого:

- 1) соперничество – 5 человек (28%);
- 2) сотрудничество – 1 человек (5 %);
- 3) компромисс – 3 человека (17 %);
- 4) избегание – 3 человека (17 %);
- 5) приспособление – 6 человек (33 %).

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков

Занятие 1. «Давайте познакомимся»

Цели занятия: знакомство младших подростков между собой, формирование мотивации к совместной деятельности, создание положительного настроения на последующие занятия, формирование интереса к процессам самопознания и саморазвития.

Ход занятия.

1. Снежный ком».

Цель игры: познакомить и запомнить имен всех участников игры.

Правила: участники по кругу называют свои имена следующим образом: 1-ый участник называет свое имя и придумывает на первую букву своего имени слово, характеризующее его (например, Лена – ласковая); 2-ой участник говорит имя и характеристику первого и называет свои – имя и характеристику; 3-ий называет имена и характеристики 1-го и 2-го и называет свои и т.д.

Рекомендации ведущему: необходимо четко объяснить условия выполнения упражнения, а также поучаствовать в игре самому.

Продолжительность упражнения – 10-15 минут.

2. «Правила группы».

После того как выбраны имена и состоялось первое знакомство, можно приступить к изучению основных правил социального психологического тренинга.

Продолжительность упражнения: 15 минут.

Рекомендации ведущему: рассказав правило, необходимо его коллективное обсуждение и только в случае членами данной группы оно принимается. Необходимо заострить внимание на том, что нарушать правила, принятые всей группой, нельзя. Также следует обговорить возможное наказание за несоблюдение данных правил. После того, как ведущий расскажет правила, члены группы могут предложить свои правила, которые также принимаются только в случае согласия с ними всех членов группы.

Основные правила:

- доверительный стиль общения;
- общение по принципу «здесь и сейчас» Во время тренинга необходимо говорить только о том, что волнует членов группы именно сейчас, обсуждать то, что происходит с ними в группе;
- искренность в общении;

– конфиденциальность всего происходящего в группе. Все, что происходит во время занятий, не разглашается. Это помогает быть искренним, способствует самораскрытию;

– недопустимость непосредственных оценок человека. При обсуждении происходящего, мы оцениваем не участника, а только его действия и поведение. Мы не говорим: «Ты мне не нравишься!», а «Мне не нравится твоя манера поведения!»

– уважение говорящего. Когда высказывается кто-то из товарищей, мы его внимательно слушаем, давая возможность сказать то, что он хочет. Не перебиваем, не комментируем, а вопросы можно задать лишь после того, как он закончит высказываться;

– активное участие в происходящем. Это норма поведения. Активно смотрим, слушаем. Не думаем только о собственном «Я» Только человек, активно участвующий в работе группы может взять что-то для себя;

– правило «ТОП» Если кто-то не может в данное время говорить о какой-то проблеме, не готов, то он может отказаться от этого, сказав «Топ» Только необходимо взять всю ответственность за это на себя: группа не сможет помочь этому человеку.

3. «Самый – самый».

Цель упражнения: в активной игровой форме познакомиться друг с другом. Упражнение позволяет за счет тактильных контактов и положительного эмоционального настроя, снять возможное напряжение

Правила: все участники, за исключением одного, сидят в кругу. Тот, кому «не хватило» места, стоит в кругу и задает параметр, по которому все участники должны поменяться местами, а он – занять освободившееся место. Предпочтительно от возможных внешних характеристик переходить к внутренним, раскрывающим особенности характера.

Рекомендации ведущему: следует самому поучаствовать в упражнении и даже начать его, находясь именно в центре круга. Если учащиеся теряются и не знают, какое назвать качество, необходимо эмоционально поддержать и помочь. Также следует обратить внимание на то, чтобы игра протекала динамично, так как иначе у учащихся пропадает интерес.

Продолжительность упражнения: 10-15 минут.

4. «Ассоциации».

Цель упражнения: получить информацию о себе от членов группы.

Правила: один из участников – водящий – выходит за дверь. Группа загадывает одного из оставшихся участников, которого водящий должен угадать. Вернувшись, водящий задает вопросы членам группы и по их ответам пытается угадать человека. Вопросы задаются на ассоциации, возникающие у каждого члена группы в связи с

загаданным человеком: С каким животным ассоциируется у тебя этот человек? С какой погодой? Растением? Цветом? И т.д. Обычно задается 5 вопросов, и после этого водящий должен назвать того, кого загадали. Дается три попытки. В случае верного ответа загаданный становится водящим, в случае неверного – водящий выполняет это упражнение еще раз.

Дискуссия по упражнению: легко ли было угадывать? С чем это связано? Легко ли давать ассоциации на человека? Совпадали ли ассоциации у разных людей? Почему?

Продолжительность упражнения: 15 - 20 минут.

Данное упражнение позволяет участникам задуматься об особенностях других членов группы, сформировать свою отношение к ним, а также узнать о себе что-то новое. Появляется понимание того, что то, как мы воспринимаем себя не всегда совпадает с мнениями о нас других людей.

5. «Скала».

Цель упражнения: снять напряжение и сформировать положительный настрой у младших подростков на будущую совместную деятельность.

Правила: группа встает вдоль воображаемой линии. За линией находится пропасть. Стоящие вдоль линии участники – это «Скала» Все по очереди пытаются пройти по скале так, чтобы не упасть в пропасть. «Скала» со всевозможными выступами и препятствиями. Участники, стоящие вдоль линии, крепко держатся друг за друга. Упавший в пропасть становится зрителем.

Продолжительность упражнения: 10-15 минут.

Данное упражнение несет в себе диагностическую нагрузку – количество всевозможных «выступов» позволяет сделать выводы об агрессивности отдельных учащихся по отношению к группе.

6. «Восковая палочка».

Цель упражнения: сформировать у младших подростков доверие к группе. Релаксация.

Правила: все встают плотно друг к другу. Один участник выходит в центр круга, остальные ставят руки перед собой и покачивают его из стороны в сторону, придерживая, не давая упасть. Через эту процедуру проходят все остальные по очереди.

Дискуссия по упражнению: кто действительно смог расслабиться, снять зажимы? Кто не боялся упасть? Предлагается оценить свое доверие группе по 5-бальной системе.

Продолжительность упражнения: 20-30 минут.

7. Общий рисунок.

Цель: выявить лидеров в группе.

Время: 10 мин.

Процедура проведения: поделить участников на группы по 5-6 человек, дать ватман, и дать задание, чтобы рисунок был целостным, но каждый рисовал за себя. При этом сказать, что общаться запрещено.

8. «Подведение итогов занятия».

Каждому участнику предоставляется возможность выразить свои чувства, которые он испытал во время занятия, пожелания ведущему, а также получить ответы на возникшие вопросы. Участники занятия сидят по кругу и по очереди продолжают предложенные фразы: «Я понял ...», «Меня удивило...», «Я почувствовал...», «Думаю...», «не понравилось...» и т.д.

Занятие 2. «Кто я? Чем я отличаюсь от других?»

Цель: помочь младшим подросткам осознать и принять себя.

Продолжительность занятия: 60 мин.

Ход занятия:

1. Приветствие (5 мин.). Выполняется в кругу. Участники приветствуют друг друга, называя по имени.

2. Основная часть:

Игра – разминка: «Мое ласковое имя» (15 мин.). Участникам предлагается вспомнить, как их ласково называют дома; кидают мяч участникам: кому попадает мяч, тот называет свое ласковое имя.

Тематическое погружение (10 мин.). Беседа об индивидуальности, о структурном «Я»: «Я»-реальное, идеальное, социальное, физическое, духовное, эмоциональное, интеллектуальное. Необходимость позитивного самовосприятия.

Упражнение «Кто я?» (10 мин.). Участникам предлагается написать на листочке 10 определений я, затем сосчитать отрицательные и положительные определения. Анализ: какие определения для меня самые важные, почему?

Упражнение «Найди себя» (15 мин.). Участникам предлагается из множества предметов, выбрать один понравившийся, составить притчу, рассказ о нем

3. Рефлексия (5 мин.).

Участники делятся своими мнениями о проведенном занятии: чувства, впечатления, ощущения (что понравилось, что не очень, что нового узнал о себе, других и т.п.)

Занятие 3. «Я среди других»

Цель: создать условия для развития коммуникативных навыков и доброжелательного отношения к друг другу.

Ход занятия:

1. Приветствие (5 мин.).

Участники группы стоят в кругу. Водящий выходит в круг и здоровается, пожимая руку одному из участников. Этот следующий участник, пожимая свободную руку водящему, другой рукой приветствует третьего и так далее. Образуется новый круг, в котором игроки держаться за руки. По команде ведущего громко говорят друг другу «Здравствуйте!».

2. Игра – разминка: «Паутина дружбы» (15 мин.).

Участники передают клубок с нитью друг другу в хаотичном порядке со словами «Лена, я рад, что ты рядом со мной», закрепляя нить вокруг своего пальца. Когда все становятся соединены одной нитью, получается паутина. Руки поднимаются вверх и опускаются на колени.

3. Тематическое погружение (20 мин.). Беседа о необходимости и возможностях доброжелательного взаимодействия. Правила уважения, соучастия, сопереживания, эффективного высказывания несогласия. Обсуждение.

4. Упражнение «Доброе животное» (15 мин.).

Участники представляют, что становятся одним добрым животным. Все закрывают глаза, слушают, как оно дышит, что чувствует, как стучит сердце: вместе шаг вперед, шаг назад. Поделиться впечатлениями.

5. Упражнение «Вместе, слаженно» (10 мин.). По команде ведущего игроки выкидывают один палец, то смотрят друг другу в глаза; если одновременно по команде (не договариваясь) выкидывают два пальца, тожимают друг другу руки, а если три пальца, то обнимаются. Выполнив три задания в паре, внешний круг передвигается вправо, и все задания повторяются. Когда количество выкинутых пальцев в паре не совпадает, то выполняется команда, соответствующая меньшему количеству пальцев.

6. Рефлексия (5 мин.).

Участники делятся своими мнениями о проведенном занятии: чувства, впечатления, ощущения (что понравилось, что не очень, что нового узнал о себе, других и т.п.).

Занятие 4. Снятие эмоционального напряжения

Цели: познакомить младших подростков с некоторыми приемами психологической саморегуляции; создать благоприятные условия для продуктивной работы над собой; повысить тонус группы; сформировать хороший психологический климат с помощью сотрудничества и взаимопомощи внутри группы.

Ход занятия:

1. Приветствие (5 мин.).

Участники сидят в кругу. Ведущий: «встанем и поздороваемся, подойдя друг другу за руку».

2. Разминка:

Упражнение «Шар».

Цель: включить всех участников в работу.

Материалы: воздушный шарик.

Инструкция: Все участники стоят в кругу. Психолог: «Сейчас мы с вами будем играть с воздушным шаром. Сейчас мы будем передавать его по кругу, но при одном условии: делать это можно, используя только локти (сжав шар локтями), помогать кистями нельзя. Итак, начали. Второй круг шар передается только ногами (сжав шар коленками). Третий круг: шар передается с

Упражнение «Шанхайцы».

Цель: снять телесные барьеры и уменьшить дистанцию общения между младшими подростками.

Участники встают в шеренгу и берут друг друга за руки, затем первый начинает закручиваться вокруг своей оси и тянет за собой остальных, пока не получится «спираль». В этом положении участники должны пройти некоторое расстояние. Можно предложить группе в конце своего движения осторожно присесть на корточки.

3. Основная часть:

Упражнение «Приемы, снижающие напряжение» (10 мин.).

Цель: саморегулировать свое эмоционального состояния.

Напряжение-расслабление. Для снятия напряжения в теле, которое мешает нам здраво мыслить и нормально говорить, полезно еще сильнее дать нагрузку, а затем расслабиться. Поэтому напряжение-расслабление крупных групп мышц (икры, колени, бедра, ягодицы, живот, спина, грудь, плечи, шея, лицо – и сбросили!) будет как нельзя кстати. Можно поприсесть или поотжиматься за сценой, широко зевнуть. Потоки энергии сверху и снизу. Нужна простенькая энергетическая зарядка, которую может выполнить любой. Расставьте ноги на ширине плеч, почувствуйте, как снизу вверх восходит поток энергии Земли, протекает сквозь ваше тело и фонтаном вырывается наружу. Точно так же представьте, как нисходящий поток энергии неба пронизывает вас сверху вниз и вытекает фонтаном вниз. Поймите так некоторое время. Впитывая энергию, которая сбрасывает зажимы. Соедините энергию фонтанов вокруг себя, уплотните мысленно.

Дыхание. Когда человек волнуется дыхание у него прерывистое. Необходимо замедлить дыхание: пара глубоких вдохов, двойной вдох-выдох. Можно использовать технику «Дыхание шариком». Закройте глаза и представьте перед собой легкий теннисный шарик. Вдох – и шарик медленно и плавно поднимается от центра вашего живота к горлу. Выдох – и шарик так же плавно опускается вниз. Когда мы тревожимся или боимся, шарик либо замирает в одной точке, либо двигается быстро, скачками. Если

мы спокойны, уверены в себе, шарик движется плавно, ритмично. В ситуации тревоги, страха надо добиться, чтобы шарик двигался именно так.

Упражнение «Рисуем круги» (35-45 мин.).

Цель: снять напряжение.

Данное упражнение позволяет прояснить личностные особенности, ценности, притязания, характер проблем каждого участника, его положение в группе; выявляет межличностные и групповые взаимоотношения, их динамику, имеет потенциал для формирования групповой сплоченности.

Арт-терапевтическое пространство организуется следующим образом: два больших стола (можно составить ученические парты), вокруг которых расставлены стулья и стол психолога (арт-терапевта).

Материалы: два рулона (по одному на каждый стол) плотной бумаги длиной около двух м каждый, без соединительных швов. Разнообразные изобразительные материалы и средства в достаточном количестве: карандаши, фломастеры, краски, восковые мелки, масляная пастель, гуашь, кисти, баночки с водой, ластик, скотч.

Для этой техники выбран именно круг как мифологический символ гармоний. Считается, что круг из-за отсутствия острых углов – самая «доброжелательная» из всех геометрических фигур, означающая одобрение, дружеское отношение, сочувствие, мягкость, чувственность. Работа в круге активизирует интегративное, эмоциональное, интуитивное (правополушарное) мышление, а также объединяет, стабилизирует группу, способствует формированию благоприятных межличностных отношений.

Ход упражнения: ведущий дает установку: «Вообразите себя центром Вселенной. Сосредоточьте внимание только на себе. Почувствуйте, что Вы уникальны и неповторимы». Время 2-3 минуты. Затем нарисуйте круг и заполните его своим самовосприятием. Каждый из участников рисует фигуру круга, а также может дорисовывать чужие рисунки, писать пожелания друг другу. По окончании работы участники делятся впечатлениями о совместной работе, показывает собственные рисунки, рассказывает о замысле, сюжете, чувствах, зачитывает, при желании, вслух добрые пожелания, которые ему написали другие участники.

Инструкция: займите место за одним из столов. При желании свое местоположение можно изменить. Вы вправе свободно передвигаться вокруг стола и работать на любой территории. Нарисуйте кружок желаемого размера понравившимся цветом. Затем нарисуйте на листе еще один-два круга любого размера и цвета. Обведите контуры рисунков. Соедините линиями свои круги с теми кругами, которые вам особенно понравились. Представьте, что прокладываете дороги. Заполните пространство каждого из своих кругов сюжетными рисунками, значками, символами, т.е. придайте им

индивидуальность. Далее походите вокруг листа-картины, внимательно рассмотрите рисунки. Если вам очень хочется дорисовать что-либо в кругах других участников, попробуйте с ними об этом договориться. С согласия авторов напишите добрые слова и пожелания около рисунков, которые вам понравились. Будьте бережны к пространству и чувствам других! Зарисуйте оставшееся свободное пространство листа узорами, символами, значками и др. Прежде всего, договоритесь с другими участниками о содержании и способах создания фона для коллективного рисунка.

Вопросы для обсуждения: 1. «Как вы себя чувствуете?». 2. «Как ваше настроение сейчас?». 3. «Расскажите о своем рисунке?». 4. «Дополняли ли вы работы других участников?». 5. «Какие трудности возникали по ходу работы?» и др. Упражнение Я могу. Отрицательные мысли типа «Я не справлюсь! Не смогу! Опозорюсь» заменяем на позитивные: Я смогу! Я делаю это! Я – важный человек для себя. Я нравлюсь себе такой, какая я есть. Мне нравится, как я делаю...Я духовно расту каждый день. Я люблю проводить время с самой собой. Я могу сделать все, что намечу. Я всегда готова ставить себе новые цели. Я самый лучший! У меня все получается! Я лучший оратор! Я что, глупее других? Соberись, тряпка! Мне все аплодируют!

Улыбка. Настроиться на положительные эмоции можно также с помощью мимики. Среди лучших даосских техник встречается очень простое и действенное упражнение: «Смеющийся цигун»: начните улыбаться себе в зеркале (минимум минута), затем рассмейтесь весело (даже если не хочется), усильте смех, позвольте ему быть утрированным (минут 5), закончите упражнение на легкой улыбке, которая теперь не сойдет с вашего лица до конца дня! Эта техника как минимум принесет вам хорошее настроение, как максимум – блестящее выступление.

«Перепиши сценарий в позитив». Не рисовать в голове самые худшие сценарии выступления. Ой, все будет плохо, текст забуду, бумаги растеряю, на вопросы не отвечу! Наилучшим образом помогают снять волнение именно позитивные сценарии.

Измени значимость. Прием осуществляется в три простых шага: повысить свою значимость, понизить значимость аудитории, понизить значимость события. Кем я могу себя представить? Произнесите внутри себя фразу: «я захожу в зал – и ВСЕ меня слушают очень внимательно!» А теперь загадайте загадку: «Кто я в этом случае?» Да-да, полезно представить себя... королевой английской, принцем Уэльским, президентом в конце концов. А может Терминатором или Бэтменом? Неважно кем – главная идея: я важнее! Кем я могу представить публику? Внутренняя фраза-тест: «Они такие милые, родные». Используем этот образ и впредь не будем бояться публики! И о событии: вы знаете, что солнце светит счастливым. Но оно также беспрестанно светит и тем, кто что-то не доделал, что-то провалил, не очень хорошо выступил. Оглянитесь вокруг: что страшного

произойдет, если вы выступите из рук вон? Кто-то умрет? Отощает? Одичает? Погаснет это страстное до жизни солнце? Нет же. Так не бойтесь идти вперед, предварительно снизив значимость, и быть довольным собой и жизнью!

Упражнение «Похвалилки».

Цель: закрепить эмоциональное состояние у младших подростков.

Инструкция: Глядя себя по затылку левой, а затем правой рукой, повторять: «Меня замечают, любят и высоко ценят». Поворачивая голову вправо-влево, повторять: «Все идет хорошо». Приподнимаясь на носочках, поднимая руки как можно выше, повторять: «В моей жизни случается только хорошее».

4. Рефлексия. (5 мин.). Заключительное слово ведущего: Благодарю всех за работу! Пожелание: в сложной жизненной ситуации предпочитайте активно действовать, нежели переживать. Позитивно и доброжелательно относитесь ко всему окружающему: к людям, к природе, к миру.

Занятие 5. «Поделись со мной»

Цель: развить способности к сочувствию и сопереживанию к другим людям.

Ход занятия:

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

2. Входная рефлексия: Время: 10 мин. С каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

3. Основная часть:

Упражнение 1. «Атом».

Время: 5 мин.

Цель: эмоционально разогреть младших подростков.

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

Упражнение 2. «Я тебя понимаю»

Время: 15 мин.

Цель: формировать умения давать обратную связь; выработать навыков прочтения состояния другого по невербальным проявлениям.

Процедура проведения: Каждый член группы выбирает себе партнера и затем в течение 3-4 мин. в устной форме описывает его состояние, настроение, чувства, желания в данный момент. Тот, чье состояние описывает партнер, должен или подтвердить правильность предположений, или опровергнуть их. Работа может происходить как в парах, так и в общем круге.

Упражнение 3. «Позитивный язык».

Время: 20 мин.

Цель: развить умения находить общее для всех и отличительное.

Процедура проведения: «Это упражнение состоит из двух частей или этапов. На первом этапе партнеры по очереди говорят друг другу фразу, начинающуюся со слов: «Ты такой (такая) же, как я, у тебя...». Один из вас начинает, потом – другой, потом опять первый и т.д. При этом надо смотреть друг другу в глаза, стараться говорить тем же голосом, что и партнер, подстраиваясь под его темп, тембр, высоту голоса, интонацию. На втором этапе упражнения, примерно через семь минут после начала работы, вы будете также по очереди говорить друг другу по одной фразе, начинающейся со слов: «Я очень отличаюсь от тебя, я...». Тренер может попросить кого-либо из участников вместе с ним продемонстрировать, как должно проходить упражнение. После завершения работы в парах участники садятся по кругу и делятся своими впечатлениями. Тренер может задать такие вопросы: «Какие чувства возникали у вас в ходе работы?»; «Какие чувства у вас возникали на первом этапе упражнения, а какие на втором?»

Упражнение 4. «Карусель».

Время: 20 мин.

Цель: формировать навыки быстрого реагирования при вступлении в межличностные отношения; развить эмпатию и рефлексивность в процессе обучения.

Процедура проведения: В упражнении осуществляется серия встреч, причем каждый раз с новым человеком. Задание: легко войти в контакт, поддержать разговор и проститься. Члены группы встают по принципу «карусели» т. е. лицом друг к другу и образуют два круга: внутренний неподвижный и внешний подвижный. Примеры ситуаций: Перед вами человек, которого вы хорошо знаете, но довольно долго не видели. Вы рады этой встрече... Перед вами незнакомый человек. Познакомьтесь с ним... Перед вами маленький ребенок, он чего-то испугался. Подойдите к нему и успокойте его. После длительной разлуки вы встречаете любимого (любимую), вы очень рады встрече... Время на установление контакта и проведение беседы 3-4 минуты. Затем ведущий дает сигнал, и участники тренинга сдвигаются к следующему участнику.

Упражнение 5. «Поделись со мной».

Время: 20 мин.

Цель: расширить репертуар способов взаимопонимания.

Процедура проведения: Участникам тренинга предлагается записать на карточке 10 качеств. Список может быть разный в зависимости от состава группы и целей занятия. При необходимости ведущий дает пояснение значений этих качеств. Затем каждый участник должен решить, какое качество присутствует у кого-либо из группы в большей степени, чем у него и подходит к этому человеку с фразой: «пожалуйста, поделись со мной, например, твоим умением сочувствовать» Тот участник, к которому обратились с просьбой, отмечает у себя на карточке это качество. Таким образом, нужно обойти всю группу, попросив у каждого какое-либо качество (или несколько). На карточке каждого участника будут отметки о том, какие качества были у него востребованы другими, и какие качества он запрашивал сам. На упражнение отводится – 20 минут. После выполнения задания участники садятся в круг для обсуждения. Обсуждение результатов может происходить как по количественному, так и по качественному составу признаков.

4. Рефлексия (10 мин.): с каким настроением уходите с тренингового занятия? Было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? Чего вы узнали нового о своих товарищах? С чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

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

Общая продолжительность занятия: 80 минут.

Занятие 6. «Общение»

Цель: формировать у младших подростков навыки адекватного общения, представления о значении общения, о правилах общения в коллективе.

Продолжительность занятия: 60 мин.

Ход занятия:

1. Приветствие:

Игра – разминка: «Привет!» Во время музыки участники свободно передвигаются по комнате. По окончании музыки, по команде ведущего нужно разбиться в пары и поздороваться каким-либо образом: ушами, пятками и др. Поздороваться должны все участники. После игры обсуждение.

2. Основная часть:

Упражнение «Расшифруй слово». Участниками необходимо расшифровать слово ОБЩЕНИЕ, определив каждую букву.

О – открытость,

Б – бескорыстность,

Щ – щедрость,

Е – естественность,

Н – новизна,

И – игривость,

Е – единство...

Работа выполняется в мини группах, которые потом представляют свои работы в круг.

Тематическое погружение.

Какие качества необходимы для эффективного общения.

Что происходит во время общения. Высказывания великих людей.

Важность доверия и уважения в общении. Как они проявляются.

Упражнение «Стоп игра». Выбирается один участник, он встает спиной к группе. К нему по очереди подходит каждый член группы. Можно варьировать движение: подходить медленно, быстро, вразвалочку... Если ему становится некомфортно, он говорит: «Стоп игра». Обсуждение.

Упражнение «Слепой и поводырь». Упражнение проводится в парах. Один из участников – «слепой» (ему завязывают глаза), второй – его «поводырь», старающийся аккуратно и бережно провести напарника через различные препятствия, созданные заранее (столы, стулья и пр.). Если есть желающие принять участие в игре, то они могут создавать «баррикады» из своих тел, расставив руки и ноги, замерев в любом месте комнаты. Задача проводника – провести «слепого» так, чтобы тот не споткнулся, не упал, не ушибся. После прохождения маршрута участники могут поменяться ролями.

3. Выводы по теме и рефлексия. Участники делятся своими мнениями о проведенном занятии: чувства, впечатления, ощущения (что понравилось, что не очень, что нового узнал о себе, других и т.п.).

Занятие 7. «Конфликт»

Цель занятия: выработать разнообразные формы поведения (соперничество, компромисс, избегание, сотрудничество, приспособление) в конфликте.

Продолжительность занятия: 60 мин.

Ход занятия:

1. Приветствие (5 мин.): ведущий просит участников встать в круг. Затем положить руки друг другу на плечи и приветливо посмотреть друг на друга.

2. Основная часть (45 мин.):

– игра «Голкалки без слов». Участники свободно двигаются по комнате, касаются друг друга, толкаются, постукивают, щипаются, но никто не разговаривает. Анализ, обсуждение.

– тематическое погружение. Мозговой штурм: конфликт что это? Как мы по-разному реагируем. Виды выхода из него.

– упражнения «Конфликт».

Цель: анализ собственного поведения и поступков окружающих людей при предотвращении и нахождении путей разрешения конфликтов.

Процедура проведения: участники делятся на пары. Дается задание: «придумать ситуацию, в которой присутствует конфликт. Ваша задача проработать моменты предотвращения или выхода из него». После того, когда они выполнили задание, участники садятся в круг, обсуждаются предлагаемые варианты.

– упражнения «Мемориал».

Цель: анализ собственного поведения, путем нахождения в нем поступков, которые придают участникам их индивидуальность.

Процедура проведения: игроки делятся на пары. Ведущий настраивает участников на игру следующим образом: «представьте, что вас уносит неожиданная смерть. Друзья и родственники готовят выставку, чтобы увековечить вас и вашу жизнь. Они выбирают те качества вашей личности, которые вы обладали и которые проясняют, каким вы были в жизни, чем занимались и что хотели бы сделать еще. Что окажется на выставке?». В конце игры все члены группы собираются в круг, в котором партнеры (пара) представляют друг друга.

3. Рефлексия (10 мин.):

– с каким настроением уходите с тренингового занятия?

– было ли вам интересно и что понравилось лучше всего?

– с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Прощание: участники встают в круг. По команде психолога «начали», участники подходят друг к другу, обнимаются и говорят – «До свидания! Мы скоро вновь встретимся!».

Занятие 8. «Признательность и благодарность»

Цель занятия: научить младших подростков выражать чувства признательности и благодарности другим людям.

Продолжительность занятия: 60 мин.

Ход занятия:

1. Приветствие: участники встают в два круга лицом друг к другу. Задача: приветствовать друг друга глазами, головой, руками, словами.
2. Основная часть:

Игра – разминка: «Подарок». Участникам предлагается с закрытыми глазами представить что-то очень нужное и важное, что хотелось бы обязательно иметь: предмет, событие, одобрение. Обсуждение, разные желания участников группы.

Игра-тест. Ребятам предлагается выбрать одну из предлагаемых карточек: одобрение, подарок, помощь, прикосновение, время вместе. Представить, что близкий человек может выразить свою любовь с помощью одной из этих вещей, что выберешь? Ведущий оказывает помощь при выборе.

Упражнение «Шаг навстречу». Приглашаются два участника, встают лицом друг к другу с разных сторон класса. Задание: нужно сделать шаг навстречу другу и сказать ему что-либо приятное. Очередной шаг делает второй участник и т.д.

3. Рефлексия и выводы по теме: участники делятся своими мнениями о проведенном занятии: чувства, впечатления, ощущения (что понравилось, что не очень, что нового узнал о себе, других и т.п.)

Занятие 9. «Дружба»

Цель: создать условия для совершенствования навыков общения, осмысления понятия «друг», «дружба».

Продолжительность времени: 60 мин.

Ход занятия:

1. Приветствие: Игра – разминка: «Привет!» Во время музыки участники свободно передвигаются по комнате. По окончании музыки, по команде ведущего нужно разбиться в пары и поздороваться каким-либо образом: ушами, пятками и др. Поздороваться должны все участники. После игры обсуждение.

2. Основная часть:

Упражнение «Солдат и тряпичная кукла». Участникам предлагается представить, что они солдаты, которые стоят на плацу, вытянувшись в струнку и замерев. Как только ведущий произносит слово «солдат», дети изображают таких военных. После того как участники постоят в напряженной позе, произносится команда «тряпичная кукла». Выполняя ее, дети должны максимально расслабиться: слегка наклониться вперед так, чтобы их руки болтались, будто они сделаны из ткани и ваты. Затем следует первая команда... и т.д. Игра заканчивается на стадии расслабления.

Упражнение «Закончи предложение». Участникам предлагается закончить предложения, написанные на доске:

- «Настоящий друг – это тот...»
- «Друзья всегда...»
- «Я могу дружить с такими людьми, которые...»
- «Со мной можно дружить потому, что...»

По желанию дети зачитывают свои предложения. Затем ведущий подводит итог: друзья – это те, кому мы верим, кто не предаст, не подведет, способен поддержать, посочувствовать. Другу мы можем доверить свои секреты.

Упражнение «Сиамские близнецы». Упражнение выполняется в парах. Тонким шарфом или платком связываются руки детей, стоящих рядом (правая и левая). При этом кисти остаются свободными. Детям дают по фломастеру. Задача: нарисовать общий рисунок на одном листе бумаги. Рисовать можно только рукой, которая привязана к партнеру. Тему рисунка предлагает ведущий или выбирают сами участники.

Упражнение «Ищу друга». Участникам дается задание написать объявление о поиске друга. Какими качествами обладаю я, какими качествами должен обладать друг. Обсуждение в группе.

3. Рефлексия. Участники делятся своими мнениями о проведенном занятии: чувства, впечатления, ощущения (что понравилось, что не очень, что нового узнал о себе, других и т.п.)

Занятие 10. «Завершение»

Цель: закрепить представление участников о своей уникальности, обогатить сознание позитивными, эмоционально-окрашенными образами личности.

Продолжительность занятия: 80 мин.

Ход занятия:

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

2. Основная часть:

Упражнение 1. «Благодарен тому, что...». Время: 15 мин.

Цель: сосредоточить внимание участников на позитивных аспектах и реалистичных установках в повседневной жизни.

Оборудование: листы бумаги и ручки.

Процедура проведения: «наша совместная работа подошла к концу, и вы вскоре вернетесь к своей повседневной жизни. Одни из вас, вероятно, заранее радуются этому, другие – хотели бы еще на какое-то время остаться в группе. Чтобы облегчить этап перехода для каждого из вас и помочь вам подготовиться к решению повседневных задач, я предлагаю следующее упражнение.

Запишите, пожалуйста, 15 пунктов на листе бумаге, начиная каждое новое предложение со слов:

«Я благодарен тому, что...»

«Понятно ли, что я имею в виду?»»

В заключение попросите участников зачитать записи и организуйте небольшой обмен впечатлениями.

Вопросы для обсуждения:

- как часто я, помимо упражнения, осознаю, чему в жизни я благодарен?
- с кем я это обсуждаю?
- что я чувствую сейчас?

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

Вопросы для обсуждения:

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

Упражнение 2. «Я реальный, я идеальный, я глазами других». Время: 15 мин.

Цель: закрепление представлений участников об уникальности своей личности.

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

Упражнение 3. «Машина времени». Время: 15 мин.

Цель: выработать у младших подростков новые способы решения жизненных проблем.

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

Участники включаются в действие, которое им следовало бы сделать, чтобы добиться другого развития событий.

Обсуждение: сначала каждый рассказывает о реальном событии из его прошлого. Затем, они рассказывают, каким образом, они изменили это прошлое.

Эмпатия вызывается путем стимулирования понимания участниками мотивов, по которым каждый участник предпочел бы какое-то событие или опыт. Участники побуждаются к тому, чтобы посоветовать друг другу пути изменения прошлого.

Упражнение 4. «Счастье». Время: 15 мин.

Цель: выработать альтернативные способы выхода из проблемной ситуации.

Процедура проведения: участникам сначала предлагается ответить на ряд вопросов, поставленных психологом.

«Знаете ли вы какую-нибудь историю про счастливое животное?

Знаете ли вы какого-нибудь человека, который практически всегда счастлив?

Когда вы сами счастливы, что вы испытываете?»

Затем просит: «Я хочу, чтобы вы нарисовали картину, которая покажет, что бывает, когда вы счастливы. Используйте краски и линии, формы и образы, которые выразят ваше понимание счастья.

А теперь давайте обсудим, что делает вас счастливыми. Диктуйте, я буду записывать».

Запишите слова на доске и дайте участникам продолжить эту запись.

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

Упражнение 5. «Подарок». Время: 15 мин.

Цель: закрепление позитивного настроения проделанной работы.

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

3. Рефлексия: Время: 10 мин.

- с каким настроением уходите с тренингового занятия?
- было ли вам интересно и что понравилось лучше всего?
- чему научились в процессе тренинговой работы?
- что нового узнали для себя?

– есть ли к участникам тренинговой группы и ведущему какие-нибудь предложения и пожелания?

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

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты формирующего эксперимента

Таблица 8 – Результаты исследования оценки уровня общительности младших подростков (В.Ф. Ряховский)

№ п/п	Ф.И.	Общий балл	Тип категории
1.	Б.А.	18	Нормальная коммуникабельность
2.	Е.А.	9	Человек «рубаха-парень»
3.	К.С.	13	Любопытство, разговорчивость
4.	К.К.	19	Общительность, сарказм
5.	К.В.	12	Любопытство, разговорчивость
6.	К.Ки.	13	Любопытство, разговорчивость
7.	К.А.	8	Человек «рубаха-парень»
8.	К.И.	8	Человек «рубаха-парень»
9.	Л.Е.	18	Нормальная коммуникабельность
10.	Л.А.	15	Нормальная коммуникабельность
11.	П.А.	5	Человек «рубаха-парень»
12.	П.Ан.	12	Человек «рубаха-парень»
13.	П.К.	10	Любопытство, разговорчивость
14.	Р.В.	13	Любопытство, разговорчивость
15.	Т.М.	29	Замкнутость, неразговорчивость
16.	Ф.А.	13	Любопытство, разговорчивость
17.	Х.А.	8	Человек «рубаха-парень»
18.	Ш.А.	17	Нормальная коммуникабельность

Итого:

- 1) некоммуникабельность – 0 человек (0%);
- 2) замкнутость, неразговорчивость – 1 человек (6%);
- 3) общительность, сарказм – 1 человек (6%);
- 4) нормальная коммуникабельность – 4 человека (22%);
- 5) любопытство, разговорчивость – 6 человек (33%);
- 6) человек «рубаха-парень» – 6 человек (33%);
- 7) говорливость, многословие – 0 человек (0%).

Таблица 9 – Матрица социометрических выборов (по методике «Социометрия» Дж. Морено) младших подростков

№ п/п	Ф.И.	Общий балл	Социометрический статус
1.	Б.А.	0,12	Непринятый
2.	Е.А.	0,23	Принятый
3.	К.С.	0,35	Звезда
4.	К.К.	0	Отвергнутый
5.	К.В.	0,29	Предпочитаемый
6.	К.Ки.	0,23	Принятый
7.	К.А.	0,29	Предпочитаемый
8.	К.И.	0,12	Непринятый

Продолжение таблицы 9

9.	Л.Е.	0,35	Звезда
10.	Л.А.	0,29	Предпочитаемый
11.	П.А.	0,23	Принятый
12.	П.Ан.	0,18	Принятый
13.	П.К.	0,06	Отвергнутый
14.	Р.В.	0,23	Принятый
15.	Т.М.	0	Отвергнутый
16.	Ф.А.	0,12	Непринятый
17.	Х.А.	0,23	Принятый
18.	Ш.А.	0,23	Принятый

Итого:

социометрический статус:

- 1) «Звезды» – 2 человека (11 %);
- 2) «Предпочитаемые» – 3 человека (17 %);
- 3) «Принятые» – 7 человек (38%);
- 4) «Непринятые» – 3 человека (17 %);
- 5) «Отвергнутые» – 3 человека (17 %).

Таблица 10 – Результаты исследования у младших подростков уровня реагирования в конфликтной ситуации младших подростков К.Н. Томаса

№ п/п	Ф.И.	Уровни реагирования в конфликтной ситуации				
		Сотруднич ество	Компромисс	Приспособлен ие	Избегание	Соперничест во
1.	Б.А.	10	3	6	10	1
2.	Е.А.	15	6	4	3	2
3.	К.С.	7	6	4	3	7
4.	К.К.	8	3	6	5	8
5.	К.В.	9	9	6	3	3
6.	К.Ки.	10	4	10	2	4
7.	К.А.	10	8	7	2	3
8.	К.И.	11	4	11	2	2
9.	Л.Е.	8	7	8	4	3
10.	Л.А.	9	5	4	9	3
11.	П.А.	13	7	5	2	3
12.	П.Ан.	10	6	4	6	4
13.	П.К.	9	9	5	6	1
14.	Р.В.	10	5	3	10	2
15.	Т.М.	11	6	1	11	1
16.	Ф.А.	8	4	5	5	8
17.	Х.А.	10	10	6	3	1
18.	Ш.А.	9	9	7	3	2

Таблица 11 – Результаты исследования стратегий поведения в конфликтной ситуации младших подростков К.Н. Томаса

№ п/п	Ф.И.	Общий балл	Стратегия поведения
1.	Б.А.	10	Избегание
2.	Е.А.	15	Сотрудничество
3.	К.С.	7	Соперничество
4.	К.К.	8	Соперничество
5.	К.В.	9	Компромисс
6.	К.Ки.	10	Приспособление
7.	К.А.	10	Сотрудничество
8.	К.И.	11	Приспособление
9.	Л.Е.	8	Приспособление
10.	Л.А.	9	Избегание
11.	П.А.	13	Сотрудничество
12.	П.Ан.	10	Сотрудничество
13.	П.К.	9	Компромисс
14.	Р.В.	10	Избегание
15.	Т.М.	11	Избегание
16.	Ф.А.	8	Соперничество
17.	Х.А.	10	Компромисс
18.	Ш.А.	9	Компромисс

Итого:

- 1) соперничество – 3 человека (17%);
- 2) сотрудничество – 4 человека (22 %);
- 3) компромисс – 4 человека (22 %);
- 4) избегание – 4 человека (22 %);
- 5) приспособление – 3 человека (17 %).

Расчет Т-критерия Вилкоксона по методике «Оценка уровня общительности»

В.Ф. Ряховского

Таблица 12 – Таблица расчета Т-критерия Вилкоксона по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского

№ п/п	Ф.И.	Индивидуальные значения констатирующего эксперимента	Индивидуальные значения формирующего эксперимента	Разности	Без знака	Ранг
1.	Б.А.	19	18	-1	1	3,5
2.	Е.А.	9	9	0	0	0
3.	К.С.	9	13	4	4	11,5
4.	К.К.	19	19	0	0	0
5.	К.В.	13	12	-1	1	3,5
6.	К.Ки.	9	13	4	4	11,5
7.	К.А.	4	8	4	4	11,5
8.	К.И.	9	8	-1	1	3,5

Продолжение таблицы 12

9.	Л.Е.	10	18	8	8	16
10.	Л.А.	16	15	-1	1	3,5
11.	П.А.	6	5	-1	1	3,5
12.	П.Ан.	4	8	4	4	11,5
13.	П.К.	10	13	3	3	7
14.	Р.В.	9	13	4	4	11,5
15.	Т.М.	25	29	4	4	11,5
16.	Ф.А.	9	13	4	4	11,5
17.	Х.А.	4	8	4	4	11,5
18.	Ш.А.	18	17	-1	1	3,5

Расчет Т-критерия Вилкоксона по методике «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса

Таблица 13 – Таблица расчета Т-критерия Вилкоксона для показателя стратегии поведения в конфликте «сотрудничество» по методике «Стратегии поведения в конфликтной ситуации» К.Н. Томаса

№ п/п	Ф.И.	Индивидуальные значения констатирующего эксперимента	Индивидуальные значения формирующего эксперимента	Разности	Без знака	Ранг
1.	Б.А.	8	10	2	2	9
2.	Е.А.	11	15	4	4	15
3.	К.С.	7	7	0	0	0
4.	К.К.	9	8	-1	1	3
5.	К.В.	7	9	2	2	9
6.	К.Ки.	8	10	2	2	9
7.	К.А.	8	10	2	2	9
8.	К.И.	9	11	2	2	9
9.	Л.Е.	9	8	-1	1	3
10.	Л.А.	9	9	0	0	0
11.	П.А.	10	13	2	2	13,5
12.	П.Ан.	8	10	2	2	9
13.	П.К.	10	9	-1	1	3
14.	Р.В.	9	10	1	1	3
15.	Т.М.	8	11	3	3	13,5
16.	Ф.А.	10	8	-2	2	9
17.	Х.А.	10	10	0	0	0
18.	Ш.А.	8	9	1	1	3

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения

Таблица 14 – Технологическая карта внедрения результатов исследования по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков

1-й этап. «Целеполагание внедрения программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения	Изучение и анализ литературы магистрантом	Обсуждение	Самостоятельная работа, консультации с научным руководителем	1	Октябрь - ноябрь 2017 г.	Магистрант, научный руководитель
1.2. Поставить цели внедрения	Обоснование целей и задач внедрения	Обсуждение	Консультация с научным руководителем, самостоятельная работа	1	Октябрь - ноябрь 2017 г.	Магистрант, научный руководитель
1.3. Разработать этапы внедрения	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, критериев и показателей эффективности	Обсуждение, анализ состояния дел в школе	Консультация с научным руководителем, самостоятельная работа	1	Декабрь 2017 г.	Магистрант, научный руководитель
1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения	Анализ уровня подготовки педагогического коллектива, анализ работы в школе по теме предмета внедрения, составление программы внедрения	Анализ материалов готовности школы к инновационной деятельности	Педсовет, самостоятельная работа	1	Январь 2018 г.	Администрация школы

Продолжение таблицы 14

2-й этап. «Формирование положительной психологической установки на внедрение программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации школы и руководителей метод объединений	Формирование готовности внедрить программу. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения	Обоснование практической значимости внедрения.	Индивидуальные и групповые консультации с педагогическим коллективом	1	Февраль 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог
2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения	Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий в школе и их значимости для школы, значимости и актуальности внедрения программы	Беседы, семинары, обсуждение, тренинги, научно-исследовательская работа	Индивидуальная и групповая работа с педагогическим коллективом	5	Март 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог

Продолжение таблицы 14

2.3. Сформировать веру в свои силы по внедрению предмета	Проектирование выхода из противоречий между «сущными» и «должными» в работе по теме. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения. Исследование психологического портрета субъектов внедрения	Постановка проблемы, обсуждение, тренинг развития консультации с научным руководителем диссертационного исследования	Педсовет, психологический практикум, консультации, самоанализ	1	Апрель 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог
3-й этап. «Изучение предмета внедрения программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
3.1. Изучить необходимые материалы и документы по предмету внедрения	Изучение материалов и документов о предмете внедрения инновационной программы и документации школы	Анализ литературы	Фронтальные, семинары.	1	Май 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог

Продолжение таблицы 14

3.2. Изучить сущность предмета внедрения	Изучение предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм, методов	Анализ литературы	Фронтальные и в ходе самообразования, семинары, тренинги (развития готовности к инновационной деятельности)	1	Июнь 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог
3.3. Изучить методику внедрения темы	Освоение системного подхода в работе над темой	Анализ литературы	Фронтальные и в ходе самообразования, семинары, тренинги	1	Июль 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог
4-й этап. «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы	Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, собеседование, обсуждение	Тематические мероприятия, занятия	5	Август 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог, 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	Индивидуальные и групповые консультации	1	Сентябрь 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог

Продолжение таблицы 14

4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения программы	Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной программы	Анализ состояния дел в школе по теме обсуждения, экспертная оценка	Педсовет	1	Сентябрь 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог
4.4. Проверить методику внедрения программы	Работа инициативной группы по новой методике	Анализ	Посещение занятий, индивидуальные консультации	Не менее 5	Октябрь 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог, инициативная группа по внедрению программы
5-й этап. «Фронтальное освоение предмета внедрения программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
5.1. Мобилизовать педагогический коллектив на внедрение инновационной программы	Анализ работы инициативной группы по внедрению программы	Сообщение о результатах работы по инновационной технологии, тренинги	Педсовет, психологический практикум, лекция по результатам работы	1	Октябрь 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог, инициативная группа по внедрению программы
5.2. Развить знания и умения сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения программы	Самообразование, тренинги	Наставничество, индивидуальные консультации, семинар	1	Ноябрь 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог, инициативная группа по внедрению программы

Продолжение таблицы 14

5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной программы	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы в школе	Анализ, обсуждения	Индивидуальные консультации, педагогическое совещание, анализ документов школы	1	Ноябрь 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог, инициативная группа по внедрению программы
5.4. Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения (Программа по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков)	Фронтальное освоение предмета внедрения	Обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы	Индивидуальные консультации, педсовет, работа МО		Ноябрь 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог
6-й этап. «Совершенствование работы над темой формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Обмен опытом, корректировка методики	Конференция, классные часы, анализ материалов, индивидуальные консультации	1	Декабрь 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог

Продолжение таблицы 14

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 школе по теме внедрения программы, обсуждение, доклад	Педсовет, индивидуальные консультации	1	Декабрь 2018 г.	Администрация школы, педагог-психолог
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы	Анализ состояния дел в школе по теме внедрения программы, методическая работа	Индивидуальные консультации, методическая работа	Не менее 3	Январь 2019 г.	Администрация школы, педагог-психолог
7-й этап. «Распространение передового опыта освоения внедрения программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии	Изучение и обобщение опыта работы школы по инновационной технологии	Наблюдение, изучение документов школы, посещение занятий, анализ	Индивидуальные консультации, стенды, буклеты. Распространение рекомендаций, индивидуальные и групповые консультации	Не менее 5	Февраль 2019 г.	Администрация школы, педагог-психолог
7.2. Осуществить наставничество над другими школами, приступающими к внедрению программы	Обучение психологов и педагогов в других школах работе по внедрению программы	Обмен опытом, консультации, семинары	Выступление на семинарах, лекции, доклады, индивидуальные консультации		Март 2019 г.	Администрация школы, педагог-психолог

Продолжение таблицы 14

7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению программы в школе	Пропаганда внедрения программы	Выступление на семинарах, конференциях, научная и творческая деятельность	Участие в конференциях совместно с научным руководителем, написание статей в соавторстве и научной работы по внедрению программы	1	Март 2019 г.	Администрация школы, педагог-психолог
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившейся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы	Наблюдение, анализ, научная деятельность	Семинары, написание научных статей в соавторстве по теме внедрения программы, изучение последующего опыта внедрение программы в различных школах	2	Апрель 2019 г.	Администрация школы, педагог-психолог