



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**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

**Направленность программы магистратуры  
«Психология безопасности личности»  
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:  
79,43 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
Рекомендована / не рекомендована

« 5 » 02 2020 г.  
Зав. кафедрой ТиПП  
О.А. Кондратьева О. А.

Выполнила:  
студентка группы ЗФ-310-133-2-1,  
Леонова Татьяна Анатольевна

Научный руководитель:  
к.псх.н., доцент, зав. кафедрой ТиПП,  
Кондратьева Ольга Александровна О.А.

Челябинск  
2020

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ	
1.1 Феномен межличностных отношений в психолого- педагогических исследованиях.....	7
1.2 Особенности межличностных отношений младших подростков.....	14
1.3 Модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.....	21
ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ	
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	29
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования.....	36
ГЛАВА 3 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ	
3.1 Программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.....	50
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования...	58
3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования.....	66
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	75
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	82
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики.....	92
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты диагностики по методикам.....	106
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.....	112
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.....	126
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования.....	137

## ВВЕДЕНИЕ

Стабилизация отношений в социуме зависит от межличностного взаимодействия. Увеличивающийся поток информации, возрастающие скорости восприятия этой информации и реагирования на неё, решение ответственных и важных задач со множеством факторов, способствующих успешной деятельности, приводят к стрессовому характеру современной ситуации развития общества. Быстрое изменение социальной среды приводит к тому, что человеку необходимо, используя свой жизненный опыт, когнитивные способности и творческий потенциал, подстраиваться к новой ситуации, прибегая к определенным формам поведения. Возрастающая социально-психологическая напряжённость в обществе ведет к увеличению конфликтных ситуаций во всех сферах жизнедеятельности социума, в том числе, влияет и на подростковую среду, способствуя развитию конфликтной социальной позиции подростков. Сегодня особое внимание вызывают духовная дезориентация подростков, эмоциональная неустойчивость, повышенная тревожность, агрессивность и жестокость. К раздраженности и несдержанности подростков приводят и повышенная нагрузка в учебно-воспитательном процессе, и несоответствие их возможностям требований, которые предъявляют родители, учителя, сверстники и само общество в целом. В результате у подростков проявляются деструктивные формы поведения и формируется ошибочное ценностное отношение к себе и к окружающему миру.

Специфика психических изменений, протекающих в подростковый период, создает необходимость в более подробном его изучении.

Исследованиями межличностных отношений занимались такие отечественные ученые: А. А. Бодалев, Я. Л. Коломинский, Б. Ф. Ломов и другие; зарубежные психологи: П. Блау, Э. Гоффман, Д. Морено, Д. Хоманс и другие. Проблему межличностных отношений освещали в своих работах Г. М. Андреева, Л. И. Божович, Л. С. Выготский,

А. В. Петровский, С. Л. Рубинштейн и многие другие ученые. Подростковый возраст достаточно основательно исследовали Е. Д. Божович, Л. И. Божович, Г. Г. Бочкарева, Т. В. Драгунова, В. Н. Лозоцева, М. С. Неймарк, Д. И. Фельдштейн, В. Э. Чудновский и многие другие ученые. Современные подростки отличаются от сверстников предыдущих поколений. Исследователями: И. П. Андриади, Л. И. Воробьевой, В. Н. Лозоцевой, М. М. Рыбаковой и другими среди ряда социально-психологических особенностей отмечается повышенная конфликтность подростков, в частности, В. М. Афонькова, Т. В. Драгунова, А. И. Сорокина и другие отмечают повышенную конфликтность подростков в межличностном общении со сверстниками.

Подростки не всегда способны разрешить конфликты, а в их конфликтных отношениях часто преобладают деструктивные тенденции.

Взаимодействие членов общества отражается на развитии этого общества, поэтому необходимо способствовать реализации потребности подростков быть принятыми и признанными обществом личностями.

Проблема исследования обусловлена необходимостью формирования стратегий межличностных отношений младших подростков.

Вышеизложенное определило выбор темы выпускной квалификационной работы «Формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков».

Цель работы: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность модели формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Объект: межличностные отношения младших подростков.

Предмет: формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Гипотеза исследования: уровень конструктивности стратегий межличностных отношений младших подростков возможно изменится,

если разработать и реализовать модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, содержащую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Для достижения цели исследования и проверки гипотезы поставлены следующие задачи:

1. Изучить и проанализировать феномен межличностных отношений в психолого-педагогической литературе.

2. Выявить особенности межличностных отношений младших подростков.

3. Разработать модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

4. Описать этапы исследования и подобрать методы, методики исследования.

5. Охарактеризовать выборку исследования и проанализировать результаты исследования.

6. Составить программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

8. Составить технологическую карту внедрения результатов исследования.

9. Сформулировать психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют:

- теория возрастной периодизации развития личности Л. С. Выготского;
- теория периодизации психического развития – возрастная периодизация Д. Б. Эльконина;
- деятельностный подход А. Н. Леонтьева, С. Л. Рубинштейна,

– труды по проблемам формирования личности и взаимоотношений в группах Г. М. Андреевой, Л. И. Божович, Я. Л. Коломинского.

Методы и методики:

1. Теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование по методике диагностики коммуникативных навыков Д. Морено, по методике диагностики межличностных отношений Т. Лири, по методике диагностики предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса.

3. Статистические: Т-критерий Вилкоксона.

База исследования: МАОУ «Гимназия № 76 г. Челябинск», обучающиеся 5 класса, 23 человека.

Теоретическая значимость исследования состоит в систематизации имеющегося объема информации тематики стратегий межличностных отношений младших подростков, в обосновании психолого-педагогической модели и программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Практическая значимость исследования состоит в разработке программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков и ее апробации; выводы и рекомендации по результатам исследований могут быть использованы в работе других учреждений и специалистов.

Апробация: Леонова Т.А. Исследование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков [Текст] // Сборник статей Международной научно-практической конференции «Приоритетные направления научных исследований. Анализ, управление, перспективы» (Саратов, 19.02.2020 г.). – Уфа: OMEGA SCIENCE, 2020. – С. 221–223.

# ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ

## 1.1 Феномен межличностных отношений в психолого-педагогических исследованиях

В отечественной психологии одним из первых, затронувших проблему межличностных отношений, стал А. Ф. Лазурский [38]. Многие исследователи считают, что именно он один из первых поставил проблему отношений личности (Б. Ф. Ломов), ввел понятие отношения (В. А. Журавель, В. Н. Мясищев, М. Г. Ярошевский), отношений личности (В. С. Мерлин) и др. [цит. по 25]. Он утверждал, что отношения личности характеризуют психику в целом, определяя содержание всех сторон, процессов, интересов, мотивов, эмоций, чувств, воли, потребностей и т. д. По его мнению, личность динамично приспосабливается к внешним условиям жизни; социальные условия определяют отношения психики [38]. Как указывает Е. В. Левченко, анализ теоретических представлений А. Ф. Лазурского и С. Л. Франка, позволяет сделать вывод, что изучение отношений человека может быть связано: с возможностью различения степени интенсивности отношений; с рассмотрением многообразия объектов и форм осуществления отношения; с определением обилия оттенков отношения; с количеством объектов или сторон объекта, на которые распространятся возникшие отношения [цит. по 25].

В науке термин «отношение» относят к особым отношениям между человеком и окружающим миром, эта специфика устанавливается фактом, что человек обладает чувствами и интеллектом, которые и воздействуют на его контакт с миром, с миром людей и вещей [71, с.250].

Значительный вклад в разработку психологии отношений внес М. Я. Басов. В его исследованиях отношение выступает сначала в значении

связи внутри психики, затем оно начинает играть роль основного методологического принципа отношения организма к среде. Особенность трактовки данного принципа – понимание отношения как взаимоотношения, соучастие его субъектной и объектной сторон в развертывании и организации деятельности [цит. по 25]. Другой отечественный ученый – С. Л. Рубинштейн межличностные отношения определяет, как специфическую форму отражения действительности [56]. Он рассматривает отношения в рамках сознания. Психическое переживание познается и осознается через свое отношение к объекту. Сознание человека определяется в собственном внутреннем содержании через свое отношение к объективному миру. Сознание формируется в процессе общественной практики и состоит из практического и теоретического отношения [цит. по 62]. В. Н. Мясищев представлял психологические отношения как целостную систему индивидуальных, избирательных связей личности с разнообразными сторонами объективной реальности [42].

Характеристики отношений одновременно выступают и характеристиками личности; в этом плане личность представляет собой систему отношений. Личность, прежде всего, можно охарактеризовать как систему отношений человека к окружающей действительности. Эту систему в анализе можно дробить на бесконечное количество отношений личности к различным предметам действительности. Но, как бы в данном смысле эти отношения частичны не были, каждое из них всегда остается личностным. Самое главное и определяющее личность – ее отношения к людям, являющиеся одновременно взаимоотношениями [цит. по 25]. В. Н. Мясищев указывал на то, что субъективное отношение, отчетливо проявляясь в реакциях и действиях, обнаруживает свою объективность, а индивидуально-психологическое становится социально-психологическим [42].



Еще следует соотнести понятия «общение» и «отношение»: общение использовалось в рамках деятельностного подхода и рассматривалось как особый вид деятельности (А. А. Леонтьев, М. И. Лисина и др.).

Исследованиями межличностных отношений занимались отечественные ученые А. А. Бодалев, Я. Л. Коломинский, Б. Ф. Ломов и другие; в зарубежной психологии – П. Блау, Э. Гоффман, Д. Морено, Д. Хоманс и другие. Проблему межличностных отношений освещали в своих работах Г. М. Андреева, Л. И. Божович, Л. С. Выготский, А. В. Петровский, С. Л. Рубинштейн и многие другие ученые [цит. по 62].

Межличностные отношения имеют свою структуру, представляя собой многогранный в психологическом плане процесс, который предполагает прохождение «драматических» периодов и этапов. В практическом плане рассматривать структуру межличностных отношений можно с учетом принципа дифференцирования (С. В. Петрушин): данный принцип основан на предположении, что причина психологических проблем в межличностных отношениях кроется в смешивании субъектом различных уровней психической реальности, слияние их в некий единый уровень, и базируется на обнаружении и дифференцировании уровней межличностных отношений и построении между ними новых взаимосвязей. При описании этого принципа С. В. Петрушин (2005) опирался на следующие предположения:

1. Межличностные отношения не есть нечто однородное, в них можно выделить различные уровни, это виды и подсистемы.

2. Одной из причин неудовлетворенности отношениями является недифференцирование отдельных уровней отношений как относительно самостоятельных и нетождественных друг другу, а также слияние этих отношений.

3. Решение проблемы, возникшей в отношениях, заключается в обнаружении и дифференцировании уровней отношений [цит. по 24].

В качестве уровней межличностных отношений С. В. Петрушин (2005) выделяет: социальный, эмоциональный и сексуальный.

При социальной форме отношений партнеры взаимосвязаны социальными ролями; на социальном уровне отношения в определенном смысле «бесчеловечны», а основа их построения – конвенция, контракт, взаимная договоренность.

Иную природу имеет эмоциональная форма отношений, она отличается от социальной: договор о прочности и неизменности эмоций невозможен, любые гарантии и обязательства по поводу чувств нереальны. Перенос социального уровня на эмоциональный, который выражается в попытке установления конвенций в отношении эмоции, ради сохранения союза, приводит к напряжению и общей невротизации отношений.

Сексуальная форма отношений может рассматриваться как самостоятельная, и не смешиваемая с другими.

Кроме структуры, межличностные отношения характеризуются стадийностью развития. В. Н. Куницына и соавторы считают, что межличностные отношения начинаются и прекращаются в рамках межличностного события («значимого для данного человека изменения в жизни, ключевую роль в котором играет другой человек, с которым они находятся или находились в непосредственном контакте») и отмечают стадии развития отношений: стадия сближения; стадия близости; стадия дифференциации; стадия отдаления; стадия распада [цит. по 24].

Различают несколько феноменов межличностного взаимодействия:

– взаимопонимание, которое характеризуется сходством субъективных суждений партнеров друг о друге и соответствием этих суждений объективности этих лиц, в основе – сравнение и идентификация;

– взаимовлияние – воздействие на другую личность, предполагающее изменение поведения, мыслей и чувств, в основе – подражание, внушение, конформность;

– взаимные действия – содействие, бездействие и противодействие;

– взаимоотношения: выделяют два вида – деловые и личные.

Взаимоотношения могут быть ситуативные и могут изменяться в зависимости от различных видов коллективной деятельности [62].

Специфика межличностных отношений выступает в качестве своеобразного последствия и функции таких показателей, как содержание, задачи и цели совместной деятельности и уровень социально-психологического развития данного сообщества [10].

Зарубежные исследования свидетельствуют о том, что чем чаще люди встречаются, тем привлекательнее они кажутся друг для друга; и наоборот, чем реже встречаются, тем быстрее слабеют между ними межличностные отношения. На межличностные отношения у детей и подростков пространственная близость оказывает сильное влияние. Конкретные условия, в которых люди контактируют, имеют также достаточно большое значение в формировании межличностных отношений. Преимущественно это связано с видами совместной деятельности, в ходе которой устанавливаются межперсональные контакты (учеба, работа, отдых), с ситуацией (обычная или экстремальная), этнической средой (моно- или полиэтническая), материальными ресурсами и т. п. [23, с.36].

Эмоциональная основа – важнейшая специфическая черта межличностных отношений, природа которых существенно отличается от природы общественных отношений, поэтому межличностные отношения можно рассматривать как фактор психологического «климата» группы.

Эмоциональная основа межличностных отношений означает, что эти межличностные отношения возникают и складываются на основе определенных чувств, которые зарождаются у людей по отношению друг к другу. В психолого-педагогической литературе различают три вида, или три уровня эмоциональных проявлений личности: аффекты, эмоции и чувства. Эмоциональная основа межличностных отношений включает все

виды этих эмоциональных проявлений; однако, в социальной психологии обычно выделяют чувства – третий компонент этой схемы:

– конъюнктивные – разного рода сближающие людей, объединяющие их чувства, когда другая сторона выступает как желаемый объект, по отношению к которому демонстрируется готовность к сотрудничеству;

– дизъюнктивные чувства – разъединяющие людей чувства, когда другая сторона выступает как неприемлемая, по отношению к которому не возникает желания к сотрудничеству и совместным действиям и т.д. [10].

В психологии имеется двойственное представление о межличностном конфликте: с одной стороны, он имеет неформальный статус, т.е. возникает в неформальных отношениях, например, в дружеских, детско-родительских, а с другой стороны, он рассматривается в более широком контексте – как любое столкновение, противоречие, обусловленное фактором реального, предполагаемого или воображаемого присутствия других людей [17]. Так, с точки зрения учёных, конфликт – это: биполярное явление – противостояние двух начал, проявляющееся в активности сторон (субъектов конфликта), направленной на преодоление противоречий (Н. В. Гришина); актуализировавшееся противоречие, противостоящие ценности, установки, мотивы (Б. И. Хасан и др.); процесс, развитие действий сторон на пути поиска средств для сбалансированности, достижения согласия и сотрудничества (В. Н. Иванов). Решающим для исхода конфликта часто становятся стратегии взаимодействия, которые развивают его участники (Н. В. Гришина) [цит. по 60].

Известны различные стратегий совладающего поведения, они могут носить в себе как конструктивный, так и дезадаптивный тип поведения.

Наиболее известные классификации: классификация Р. Лазаруса содержит восемь стратегий совладания (бегство, дистанцирование, конфронтация, планирование решения проблемы, поиск социальной поддержки, положительная переоценка, принятие ответственности);

Дж. Амирхан разбил стратегии на три группы («разрешение проблем», «поиск социальной поддержки» и «избегание»); К. Томас выделил пять стратегий поведения в конфликтной ситуации (избегание, уступчивость, соперничество, компромисс, сотрудничество) (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1).

При конструктивной стратегии межличностных отношений участники спора стремятся понять позиции, оценить доказательства оппонента, стараются действовать корректно, быть заинтересованными не в своей победе, а в истине и в обсуждаемом предмете; участник конфликта нацелен на поиск приемлемого решения, отличается выдержкой и самообладанием, доброжелательным отношением к сопернику [25].

Выбор стратегии выхода из конфликта зависит от различных факторов: от личностных особенностей оппонента, уровня нанесенного и собственного ущерба, статуса оппонента, возможных последствий, значимости решаемой проблемы и др. Каким способом разрешится противоречие, лежащее в основе конфликта, определит сочетание стратегий.

Е. Н. Иванова указывает на то, что «одним из главных критериев выбора стратегии является определение для себя в каждом конкретном случае, насколько важно достижение результата, с одной стороны, и отношения с оппонентом, с другой» [цит. по 25].

Успешность завершения конфликтов зависит и от таких факторов: наличие необходимого времени для обсуждения проблемы, выяснения позиций, интересов, выработки решений; третья сторона; своевременность; равновесие сил; культура; единство ценностей; опыт; отношения.

Таким образом, межличностные отношения – это любые отношения между людьми (или субъектом и группой людей), проявляющиеся во взаимодействиях друг с другом и разворачивающиеся в определенных социальных ситуациях межличностного взаимодействия; они могут носить как интимно-личностный, так и формально-деловой характер. Субъекты отношений, с одной стороны, стремятся понять друг друга,

а с другой – каждый из участников стремится быть адекватно понятым со стороны партнера. Межличностные отношения предполагают, так называемую, диалогическую ориентацию субъектов относительно друг друга и имеют направленность в зависимости от выбора стратегии межличностного взаимодействия и совокупности доминирующих особенностей поведения человека в отношениях с другими людьми. При конструктивной стратегии межличностных отношений участники приняты другими членами группы, дружелюбны и ориентированы на сотрудничество.

## 1.2 Особенности межличностных отношений младших подростков

Существует множество различных точек зрения исследователей на определение возрастных рамок подросткового возраста. Обычно возрастные рамки подростничества определяются как (10-11)-15 лет. По Л. С. Выготскому, возраст, традиционно понимаемый как подростковый, захватывается следующими стадиями периодизации: школьный возраст (7-13 лет), кризис (13 лет) и пубертатный возраст (13-17 лет). Согласно периодизации, А. В. Петровского, подростничество приходится на средний школьный возраст (11-15 лет) и старший школьный возраст (15-17 лет) [цит. по 31]. Г. А. Цукерман называет этот возраст «ничья земля» – дети уже не относятся к младшему школьному возрасту, но еще не являются подростками [66]. По Д. Б. Эльконину эпоха младшего подростничества – (11-14 лет). Периодизация Д. Б. Эльконина является наиболее распространенной в отечественной психологии [72, с.18].

Существует множество исследований, посвященных подростковому возрасту, среди них наиболее известными являются работы Дж. Баркера, Ж. Пиаже, Р. Селмана, А. Фрейда, Ст. Холла, Э. Эриксона. В отечественной психологии наиболее известны работы Л. И. Божович, Т. В. Драгуновой, Л. С. Выготского, Д. Б. Эльконина, Г. А. Цукерман,

которые сходятся в представлениях о том, что, в период подросткового возраста происходит столкновение биологического и социального. Этот период позволяет внутренним противоречиям человека вырваться наружу, подчинив себе поведение индивида, снизив его самоконтроль. Так, ведущую роль в жизни человека и построении его отношений с обществом играет поведение, его умение вести себя определенным образом в различных ситуациях, осуществлять самоконтроль [цит. по 65].

Д. Б. Эльконин выдвинул предположение, что ведущей деятельностью в подростковом возрасте становится личное общение, которое выступает как особая практика действий подростков в коллективе, направленная на самоутверждение себя в этом коллективе. У подростков внутри личного общения возникает такое центральное психическое новообразование, как чувство взрослости. Тщательное изучение показало, что это чувство – определенная форма самосознания подростков, позволяющая им сравнивать и отождествлять себя со взрослыми и товарищами, находить образцы для подражания, строить по ним свои отношения с людьми [72, с.18].

В исследованиях, проведенных под руководством Т. В. Драгуновой и Д. Б. Эльконина (Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков, 1967), было установлено, что в подростковом возрасте возникает и развивается особая деятельность, которая заключается в установлении интимно-личных отношений между подростками; эта деятельность названа деятельностью общения. В отличие от других форм взаимоотношений, которые имеют место в деловом сотрудничестве товарищей, в этой деятельности основное ее содержание – другой подросток, как человек с определенными личными качествами [72, с.73].

Подчинение отношений своеобразному кодексу товарищества наблюдается во всех формах коллективной деятельности подростков. В личном общении отношения строятся на основе взаимного уважения, полного доверия и общности внутренней жизни. В подростковом периоде

данная сфера общей жизни с товарищем занимает особое место. Для становления личности подростка имеет важное значение формирование отношений в группе подростков на основе кодекса товарищества и особенно тех личных отношений, в которых этот кодекс дан в наиболее выраженной форме. Такой кодекс товарищества по своему объективному содержанию воспроизводит наиболее общие нормы взаимоотношений, которые существуют между взрослыми людьми в данном обществе. Деятельность общения в данном случае выступает своеобразной формой воспроизведения между сверстниками тех отношений, которые существуют среди взрослых людей; в процессе общения происходит углубленная ориентация в нормах этих отношений и их освоение. Таким образом, есть основания полагать, что ведущей деятельностью в этот период развития является деятельность общения, которая заключается в построении отношений с товарищами на основе определенных морально-этических норм, опосредующие поступки подростков [64].

Построенное на основе полного доверия и общности внутренней жизни, личное общение становится деятельностью, внутри которой оформляются свойственные участникам взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, – одним словом, формируются личные смыслы жизни, и благодаря этому появляются предпосылки для возникновения новых задач и мотивов дальнейшей собственной деятельности, которая превращается в деятельность, направленную на будущее и приобретающую в связи с этим характер профессионально-учебной [71, с.73].

Согласно результатам исследования, проведенного под руководством Д. И. Фельдштейна (2004), у многих детей на первой стадии подростничества (10-11 лет) происходит кризис самооценки; на второй стадии (12-13 лет), наряду с общим принятием себя, у подростков сохраняется ситуативно-отрицательное самоотношение, зависящее от оценок окружающих (в основном, сверстников); на третьей стадии



(14-15 лет) складывается оперативная самооценка, определяющая отношение подростка к себе в данный момент. При этом, как отмечают многие авторы, подросток все более зависим от оценок соучеников, а не педагога [цит. по 34].

Еще одной яркой характерной чертой подростка является стремление к самоутверждению и желанию доказать окружающим свою взрослость. Согласно Л. И. Божович, в этот период жизни происходит изменение отношений подростка к миру и к себе: подросток формирует свое мировоззрение и свои жизненные планы, что, в конечном счете, и позволит ему жить самостоятельно. Подросток стремится занять равную со взрослыми социальную позицию, несмотря на то, что он ни физически, ни психически, ни социально еще не может полноценно соответствовать критериям взрослости. Если не быть, то хотя бы казаться и считаться взрослым – такое страстное желание возникает у подростка.

Еще одно новообразование – самоопределение: подросток начинает понимать себя и чувствовать свои возможности, а также свое место в обществе и свое предназначение в жизни [цит. по 47].

Согласно мнению исследователей подросткового возраста, в качестве ведущей деятельности, доминирующей на данном этапе развития, выступает интимно-личностное общение: именно в общении формируются основные новообразования – возникновение самосознания, переосмысление ценностей, усвоение социальных норм. В подростковом возрасте меняется структура общения индивида, и ее центр все более перемещается в группу сверстников. Ряд важных функций для подростков выполняет общение со сверстниками, это – становление системы моральных ценностей, приобретение навыков совместной деятельности и освоение социальных форм поведения.

Подросткам свойственно, с одной стороны, расширение круга общения, а с другой – избирательность дружеских отношений. В целом же,

в подростковом возрасте ребенок занимает качественно новую социальную позицию, характеризующуюся эмансипацией от взрослых [34].

Важнейшими новообразованиями интеллектуальной сферы в подростковом возрасте становятся: развитие теоретического (гипотетико-дедуктивного, абстрактного) мышления, философская рефлексия; тяга к абстрагированию, широким обобщениям, поиску общих закономерностей и принципов, стоящих за частными фактами; склонность преувеличивать силу своего интеллекта, уровень знаний и самостоятельности; увеличивается степень индивидуализации в интересах и способностях, формируется индивидуальный стиль умственной деятельности [29].

Подростки очень переменчивы, склонны менять увлечения, места своего времяпрепровождения, друзей, постоянно ищут новые контакты, новые впечатления, подростков также отличает безволие, особенно в учебе, труде, выполнении обязанностей и достижения целей. Характер подростка интенсивно формируется именно в данном возрасте.

В этом возрасте происходит существенная перестройка эмоциональной сферы, проявляется самостоятельность, решительность, критичность и самокритичность, формируются определенные личностные особенности [29].

Эмоции преобладают над волей и разумом индивида: подросток стремится решить проблему, руководствуясь импульсивными, сиюминутными желаниями. Часто такое поведение становится не приемлемым для общества, создавая для ребенка дополнительные трудности. Особенно это заметно при общении подростка с родителями, учителями и сверстниками [40].

На характер детско-родительских отношений влияют следующие факторы: возраст родителей и детей, их совместное или раздельное проживание, частота встреч и общения друг с другом, одобрение или неодобрение, принятие или непринятие жизненных выборов, как родителем, так и ребенком. На дисгармонию детско-родительских

отношений оказывают влияние недостаток понимания, доверия, неблагоприятный чувственный тон, трудности в осуществлении совместной деятельности – с одной стороны, либо гиперболизированное доверие, навязчивое желание как можно больше времени проводить вместе, а также заостренные сближающие чувства – с другой стороны [22, с.339].

Авторитетом для подростков выступают сверстники; отношения со взрослыми, а прежде всего, с родителями, не являются значимыми для них. Подростки личностно нестабильны, что проявляется через смену настроения, аффективную взрывчатость, которые в свою очередь часто приводят к агрессивным формам поведения [25].

В тоже время подростковый возраст создает новые условия для развития коммуникативных умений и навыков через межличностное общение, поэтому межличностное общение – важное условие формирования личностного и коммуникативного статуса подростка, и от того какими будут эти межличностные отношения, зависит дальнейшее развитие младших подростков [65].

Межличностный конфликт в подростковом возрасте может быть рассмотрен как ситуация интенсивного личностного развития, связанного с переструктурированием когнитивных образований, динамикой мотивов, ценностей и т. д. и нести как позитивное, так и негативное влияние на развитие личности подростка [49].

Особая группа факторов, которые провоцируют конфликт, – это возрастные особенности. Д. И. Фельдштейн сформулировал принципы системного анализа школьных конфликтов. Подростками приняты те же варианты урегулирования конфликтов и в общении со сверстниками, но причины столкновений иные: это предательство, измена группе или другу, нарушение данного слова, эгоизм, жадность. Нормативность в подростковых группах формируется стихийно, контроль осуществляется в максималистских формах: драки, бойкот. Эти конфликты присутствуют на

протяжении всего обучения в школе, но их число существенно увеличивается именно в подростковом возрасте. В них проявляются:

- потребность подростка быть участником, а не свидетелем происходящего, поступком выразить свое отношение к нему;

- потребность в самоуважении – желание отстоять свое мнение в спорах с педагогами, защититься от неуважительного отношения грубостью;

- усиление потребности в половой идентификации (мальчики стремятся демонстрировать мужское поведение, девочки – женское, что при феминизации школы не всегда одобряется взрослыми);

- потребность значить что-то в глазах других, желание не чувствовать себя ничтожеством в глазах сверстников. Большое разнообразие конфликтных ситуаций, их острота и, в основном неконструктивные способы разрешения, тем не менее, имеют важное значение для развития личности подростка, обогащая его социальный опыт. Конфликт имеет позитивное значение в подростковом возрасте только при педагогически грамотном и тонком поведении учителя и других взрослых [цит. по 4, с.7].

При отсутствии позитивных условий, непринятие подростка коллективом, непонимание, несовпадение ценностных ориентаций, при завышенном уровне притязаний и амбициозности, самоутверждение взрослеющей личности может принимать негативные формы и приводить к «протестному поведению» и конфликтам [50, с.695]. Предупреждение конфликта и любое его регулирование направлены на сохранение существующей системы межличностного взаимодействия [65].

Спонтанность и огромное количество изменений говорят об уникальности подросткового возраста.

Н. М. Лыкова отмечает: «Подростковый возраст – переходный период развития от детства к зрелости, который характеризуется

большими биологическими, психологическими и социально-ролевыми изменениями, чем любая другая стадия жизни» [цит. по 40].

Таким образом, вступление в подростковый возраст сопровождается изменением социальной позиции и возникновением чувства взрослости. В качестве ведущей деятельности подростков выступает интимно-личностное общение, а именно, общение со сверстниками. В результате у подростков происходит становление системы моральных ценностей, освоение социальных форм поведения, а также приобретаются навыки совместной деятельности.

### 1.3 Модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков

Термин «модель» (от лат. «modelium» – мера, образ, способ) употребляемый для обозначения образа (прообраза) или вещи, сходен в каком-то отношении с другой вещью.

В педагогике и психологии под моделью мы понимаем некоторый материальный или мысленно представляемый объект или явление, а также систему объектов или знаков, замещающие оригинал, сохраняющие только некоторые важные его свойства, качества и связи предметов.

Отображая основные характеристики, в схематичной форме, модель включает в себе явление действительности или сам объект.

Под методом моделирования в психологии будем понимать опосредованное практическое и теоретическое исследование социально-психологического явления (предмета, процесса и т.д.) с помощью некоторой искусственно или естественно созданной системы (модели).

Моделирование в психологии – это построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности [70].

Модель дает возможность сконцентрировать внимание психолога на главных и наиболее существенных чертах психики.

Необходимость моделирования возникает в психологии, когда:

- системная сложность объекта представляется непреодолимым препятствием для создания его целостного образа;

- требуется оперативное изучение психологического объекта в ущерб детальности оригинала;

- изучению подлежат психические процессы с высоким уровнем неопределенности и неизвестны закономерности, которым они подчиняются;

- путем варьирования входных факторов требуется оптимизация исследуемого объекта.

Задачи моделирования в психологии:

- описание и анализ психических явлений на различных уровнях их структурной организации;

- прогнозирование развития психических явлений;

- идентификация психических явлений, т. е. установление их сходства и различия;

- оптимизация условий протекания психических процессов [70].

Исходя из теоретического анализа обозначенной проблемы исследования, мы построили модель нашего опытно-экспериментального исследования, являющегося вспомогательным средством наглядного целеполагания. Данная модель – это структурированная иерархически построенная схема.

Первым этапом моделирования является целеполагание, поэтому для представления логики исследования нами применен системный подход к процессу целеполагания, разработанный доктором психологических наук В. И. Долговой, в ходе которого использован метод «Дерево целей».

Этот метод на данный момент считается одним из наиболее эффективных способов планирования для достижения наивысшего результата.

«Дерево целей» – иерархическое визуальное представление достижения целей, при котором главная цель достигается за счет совокупности второстепенных и дополнительных целей, представляя собой упорядочивающий инструмент, используемый для формирования элементов общей целевой программы развития и соотнесения со специфическими целями различных уровней и областей деятельности.

«Дерево целей» является главным инструментом декомпозиции цели – увязки целей высшего уровня с конкретными средствами их достижения на низшем уровне через ряд промежуточных звеньев.

В «дереве целей» выделяются: генеральная цель – это «вершина дерева» и подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней – это «ветви дерева».

На разных уровнях в понятие целей вкладывается различное содержание: от объективных потребностей и желаемых направлений развития на верхнем уровне дерева до решения конкретных практических задач и осуществления отдельных мероприятий на нижних уровнях.

«Ствол» и «крону» дерева составляют задачи и методы, способствующие достижению главной цели нашего эксперимента – теоретически обосновать и экспериментально проверить модель формирования конструктивных стратегий межличностного отношений младших подростков.

В нашей модели данная цель представлена вершиной кроны, а основание – планируемым результатом. Графическое изображение задач в таком виде представляет собой чётко продуманный план достижения намеченной цели, его мы представили на рисунке 1.



Рисунок 1 – «Дерево целей» формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков

На основе «Дерева целей» была разработана модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, данная модель представлена на рисунке 2.



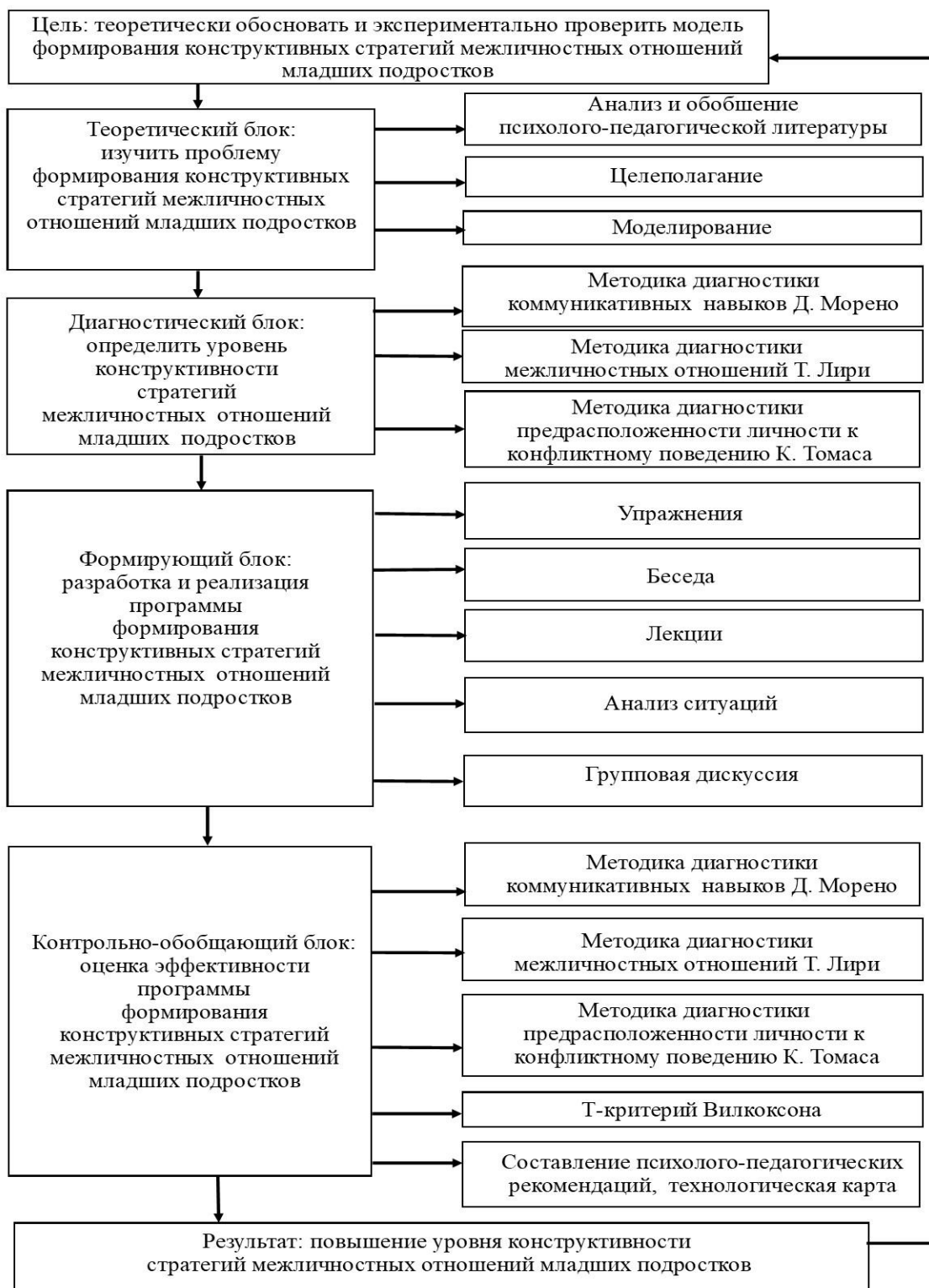


Рисунок 2 – Модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков

В модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков включено четыре блока: теоретический, диагностический, формирующий, контрольно-обобщающий.

Теоретический блок: рассматриваются теоретические аспекты изучения конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков и феномен межличностных отношений в психолого-педагогических исследованиях, а также особенности межличностных отношений младших подростков, строится модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков с использованием метода «Дерева целей».

Диагностический блок: проводится опытно-экспериментальное исследование стратегий межличностных отношений младших подростков по выбранным методикам.

Формирующий блок: на основании результатов диагностики составляется психолого-педагогическая программа по развитию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, осуществляется реализация программы. На данном этапе перед реализацией программы необходимо проинформировать группу о предстоящей работе, о времени проведения и продолжительности занятий, а также создать положительную мотивацию на работу.

Контрольно-обобщающий блок: вторичная диагностика уровня конструктивности стратегий межличностных отношений младших подростков по выбранным методикам и сравнение с результатами первичной диагностики, анализ диагностических данных, подведение итогов, составление технологической карты внедрения результатов исследования, формулирование выводов и рекомендаций педагогам и родителям обучающихся.

Таким образом, модель – это некоторый материальный или мысленно представляемый объект или явление, а также система объектов или знаков, замещающие оригинал, сохраняющие только некоторые важные его свойства, качества и связи предметов.

Построенная нами модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков дает возможность

сосредоточить внимание на наиболее существенных и важных составляющих этапах исследования.

Наша модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков содержит четыре блока: теоретический, диагностический, формирующий и контрольно-обобщающий.

#### Выводы по первой главе:

Все выше сказанное позволяет сделать вывод, что межличностные отношения – это любые отношения между людьми (или субъектом и группой людей), проявляющиеся во взаимодействиях друг с другом и разворачивающиеся в определенных социальных ситуациях межличностного взаимодействия; они могут носить как интимно-личностный, так и формально-деловой характер. Субъекты отношений, с одной стороны, стремятся понять друг друга, а с другой – каждый из участников стремится быть адекватно понятым со стороны партнера.

Межличностные отношения предполагают, так называемую, диалогическую ориентацию субъектов относительно друг друга и имеют направленность в зависимости от выбора стратегии межличностного взаимодействия и совокупности доминирующих особенностей поведения человека в отношениях с другими людьми. При конструктивной стратегии межличностных отношений участники приняты другими членами группы, дружелюбны и ориентированы на сотрудничество.

Вступление в подростковый возраст сопровождается изменением социальной позиции и возникновением чувства взрослости. В качестве ведущей деятельности подростков выступает интимно-личностное общение, а именно, общение со сверстниками. В результате у подростков происходит становление системы моральных ценностей, освоение

социальных форм поведения, а также приобретаются навыки совместной деятельности.

Модель – это некоторый материальный или мысленно представляемый объект или явление, а также система объектов или знаков, замещающие оригинал, сохраняющие только некоторые важные его свойства, качества и связи предметов.

Построенная нами модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков дает возможность сосредоточить внимание на наиболее существенных и важных составляющих этапах исследования.

Наша модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков содержит четыре блока: теоретический, диагностический, формирующий и контрольно-обобщающий.

## **ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ**

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

Исследование проводилось в три этапа:

1. Поисково-подготовительный этап: теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование и подбор методик для проведения констатирующего эксперимента. На этом этапе выполнено изучение литературы с целью рассмотрения феномена межличностных отношений и определения особенностей межличностных отношений младших подростков. Были подобраны методики с учетом возрастных характеристик и темы исследования.

2. Опытно-экспериментальный этап: проведение констатирующего эксперимента и обработка результатов. На этом этапе была проведена психодиагностика по трем методикам. Полученные результаты были обработаны, сведены в общие таблицы и представлены в виде диаграмм. Разработана и реализована программа формирующего эксперимента.

3. Контрольно-обобщающий этап: повтор диагностики, анализ и обобщение результатов исследования, формулирование выводов и проверка гипотезы.

В исследовании конструктивных стратегий межличностного поведения младших подростков был использован комплекс методов и методик:

1. Теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование по методике диагностики коммуникативных навыков Д. Морено, по методике диагностики межличностных отношений Т. Лири,

по методике диагностики предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса.

### 3. Статистические: Т-критерий Вилкоксона.

Охарактеризуем методы и методики исследования.

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

Обобщение – мысленный переход от класса рассматриваемых отдельных объектов (предметов, фактов, понятий) на более высокую степень абстракции путем выявления общих признаков (свойств, отношений, тенденций развития и т.д.), применяемых к каждому из рассматриваемых объектов [8, с.13].

Эксперимент – это один из основных методов научного познания, рассматривается как активное вмешательство в ситуацию со стороны исследователя, осуществляющего планомерное манипулирование одной или несколькими переменными и регистрация сопутствующих изменений в поведении изучаемого объекта. В исследовании применялись констатирующий и формирующий эксперименты.

Тестирование – метод психологической диагностики, использующий стандартизированные вопросы и задачи (тесты), имеющие определенную шкалу значений. Используется для стандартизированного измерения индивидуальных различий. Метод тестирования был реализован в исследовании с помощью методик.

Вступая в межличностные отношения в классном коллективе, подросток приобретает свой индивидуальный статус, который обуславливается степенью взаимодействия с одноклассниками. (социометрический статус личности), он выражает степень привлекательности личности для других членов группы.

Для определения «социометрических позиций» мы применили социометрическую методику Д. Морено [54, с.476], (ПРИЛОЖЕНИЕ 1).

Цель: выявить соотносительный авторитет членов группы в зависимости от степени их взаимодействия по признакам симпатии – антипатии.

К достоинству этого теста можно отнести то, что его легко адаптировать для изучения предпочтений в самых разных группах – от детских до взрослых; его легко комментировать; его результаты для наглядности бывают сведены в таблицы, диаграммы, статистические матрицы. Социометрический метод предназначен для диагностики эмоциональных связей, т.е. взаимных симпатий и антипатий между членами группы. Назначение социометрической процедуры может быть:

- 1) измерение степени сплоченности – разобщенности в группе;
- 2) выявление «социометрических позиций», т.е. соотносительного авторитета членов группы по признакам симпатии – антипатии;
- 3) обнаружение внутригрупповых подсистем, во главе которых могут быть свои неформальные лидеры.

Реальное положение человека в группе определяется взаимностью сделанных выборов и отвержений. Чем больше взаимных выборов, тем оно стабильнее и благоприятнее.

Групповая структура в целом также приобретает различный вид в зависимости от того, есть ли в ней взаимно предпочитающие друг друга мини-сообщества людей, многие ли члены группы определились в своих симпатиях и антипатиях. С помощью социометрии можно установить популярность – непопулярность отдельных членов группы, изучив типологию социального поведения людей в условиях коллективной деятельности, вскрыв неформальную структуру группы, выявив степень социально-психологической совместимости ее членов и т.п. [26, с.80].

Испытуемым предлагается ответить на вопросы социометрической карточки с определенными критериями (в зависимости от цели

исследования), производя положительные и отрицательные выборы. Процедура опроса может быть непараметрическая – без ограничения социометрических выборов и параметрическая – с ограничением социометрических выборов.

Результаты выборов заносятся в социоматрицу и разносятся по матрице с помощью условных обозначений. На основе социоматрицы строится социограмма – карта социометрических выборов (социометрическая карта).

Социограмма позволяет произвести сравнительный анализ структуры взаимоотношений в группе в пространстве на некоторой плоскости («щите») с помощью специальных знаков (схема «мишень»).

Анализ социограммы начинается с отыскания центральных, наиболее влиятельных членов, затем взаимных пар и группировок. Группировки состояются из взаимосвязанных лиц, стремящихся выбирать друг друга.

Таким образом, каждый испытуемый оказывается в определенной зоне в зависимости от полученных выборов: «зона звезд», «зона предпочитаемых», «зона принятых» и «зона изолированных» («непринятых»).

Следующая выбранная нами методика – методика диагностики межличностных отношений Тимати Лири. Методика создана Т. Лири, Г. Лефоржем, Р. Сазеком в 1954 г. и предназначена для исследования представлений субъекта о себе и идеальном «Я», а также для изучения взаимоотношений в малых группах. С помощью данной методики выявляется преобладающий тип отношений к людям в самооценке и взаимооценке [54, с 408], (ПРИЛОЖЕНИЕ 1).

Цель: изучить стиль и структуру межличностных отношений членов группы.

В этой методике выделено два наиболее встречающихся фактора: доминирование – подчинение и дружелюбие – агрессивность. Именно эти



факторы определяют общее впечатление о человеке в процессах межличностного восприятия. Опросник содержит 128 оценочных суждений, из которых в каждом из 8 типов отношений образуются 16 пунктов, упорядоченных по восходящей интенсивности. Методика построена так, что суждения, направленные на выяснение какого-либо типа отношений, расположены не подряд, а особым образом: они группируются по 4 и повторяются через равное количество определений.

Методика может быть представлена респонденту либо списком (по алфавиту или в случайном порядке), либо на отдельных карточках. Ему предлагается указать те утверждения, которые соответствуют его представлению о себе, относятся к другому человеку или его идеалу.

При обработке подсчитывается количество отношений каждого типа. Максимальная оценка уровня – 16 баллов и она разделена на четыре степени выраженности отношения: низкий, умеренный, высокий, экстремальный.

Таким образом, интерпретация данных диагностики межличностных отношений ориентирована на преобладание одних показателей над другими и определение основных факторов: «доминирование» и «дружелюбие».

Интерпретируя полученные результаты, производится подсчет баллов по каждом октанте с помощью специального ключа, и определяются типы отношения к окружающим: авторитарный, эгоистический, агрессивный, подозрительный, подчиняемый, зависимый, дружелюбный.

Третья методика – методика диагностики предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса определяет стратегию поведения в конфликтной ситуации [54, с. 470], (ПРИЛОЖЕНИЕ 1).

Цель: выявить стратегию поведения у членов группы в конфликтной ситуации.

С помощью этой методики описываются пять возможных вариантов поведения индивида в конфликтной ситуации, определяются типичные способы реагирования в конфликте. Можно выявить, насколько респондент склонен к соперничеству и сотрудничеству в группе, в команде, насколько стремится к компромиссам, избегает конфликтов или, наоборот, старается обострить их. Эта методика позволяет также оценить степень адаптации каждого члена коллектива к совместной деятельности.

Для описания типов поведения людей в конфликтных ситуациях К. Томас считает применимой двухмерную модель регулирования конфликтов, основополагающими измерениями в которой являются кооперация и напористость. Соответственно этим двум основным измерениям К. Томас выделяет следующие способы регулирования конфликтов:

1. Соперничество (соревнование, конкуренция) как стремление добиться своих интересов в ущерб другому.
2. Приспособление, означающее в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого.
3. Компромисс.
4. Избегание, для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей.
5. Сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

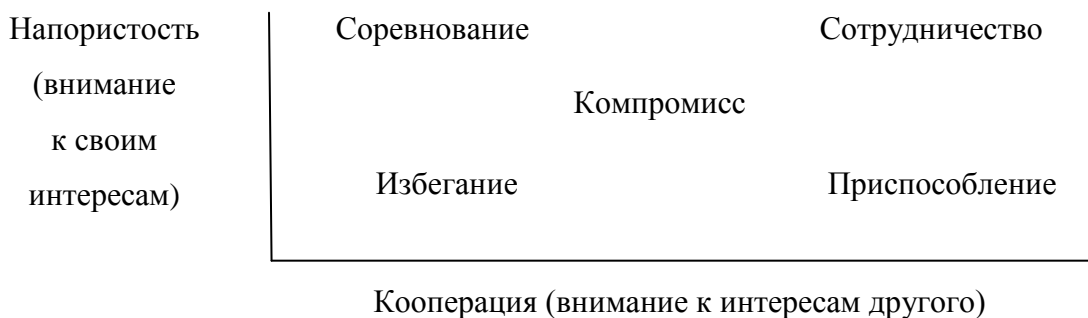


Рисунок 3 – Способы регулирования конфликтов по методике К. Томаса

При анализе конфликтов на основе двухмерной модели необходимо помнить, что уровень направленности на собственные интересы или интересы соперника зависит от следующих обстоятельств:

- а) содержание предмета конфликта;
- б) ценность межличностных отношений;
- в) индивидуально-психологические особенности личности.

При оценке стратегий поведения личности в конфликте нужно уделить внимание значимости межличностных отношений для противоборствующих сторон. Если для одного из соперников межличностные отношения (дружба, любовь, товарищество и т. д.) не представляют никакой ценности, не значимы, то поведение его в конфликте будет принимать деструктивные формы (избегание, соперничество); если значимы – то он будет стремиться к проявлениям конструктивного поведения и иметь направленность на приспособление, компромисс и сотрудничество.

Методика 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.

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

T-критерий Вилкоксона применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых.

Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг

показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем 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 [61].

Таким образом, исследование проводилось в 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий.

В исследовании был использован комплекс методов и методик: теоретические методы исследования: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование; эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование по методике диагностики коммуникативных навыков Д. Морено, по методике диагностики межличностных отношений Т. Лири, по методике диагностики предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса, статистические: Т-критерий Вилкоксона.

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов

Опытно-экспериментальное исследование проводилось на базе МАОУ «Гимназия № 76 г. Челябинск». В эксперименте участвовали обучающиеся 5 класса. Общее количество испытуемых – 23 человека.

Среди них 10 мальчиков (43 %) и 13 девочек (57 %), 13 человек (57 %) в возрасте 11 лет и 10 человек, (43 %) в возрасте 12 лет;

22 человека (96 %) из испытуемых поступили в 2014 году в первый класс и продолжили совместное обучение. Еще 1 обучающийся (4 %) присоединился к ним в 2018 году. Во внеурочное время дети посещают спортивные секции и творческие коллективы. Большинство младших подростков проживают в полных семьях. Со слов классного руководителя, класс, в целом, дружный, в классе есть и лидеры, и дети, которые не популярны у своих одноклассников, есть микрогруппы.

Для выявления «социометрических позиций» – соотносительного авторитета младших подростков в классе по признакам симпатии мы провели тестирование по методике диагностики коммуникативных навыков Д. Морено. Был выбран следующий критерий: «Кого бы Вы хотели пригласить к себе на День Рождения?»

Проведена параметрическая процедура с положительным критерием: опрос в классе из 23 человек с социометрическим ограничением выборов, равным 5. Показатели диагностического исследования оценки коммуникативных навыков подростков по этой методике мы представили в социоматрице (см. таблицу 2.1, ПРИЛОЖЕНИЕ 2).

Результаты диагностики по данной методике отображены на социограмме (см. рисунок 2.1, ПРИЛОЖЕНИЕ 2) и на рисунке 4.

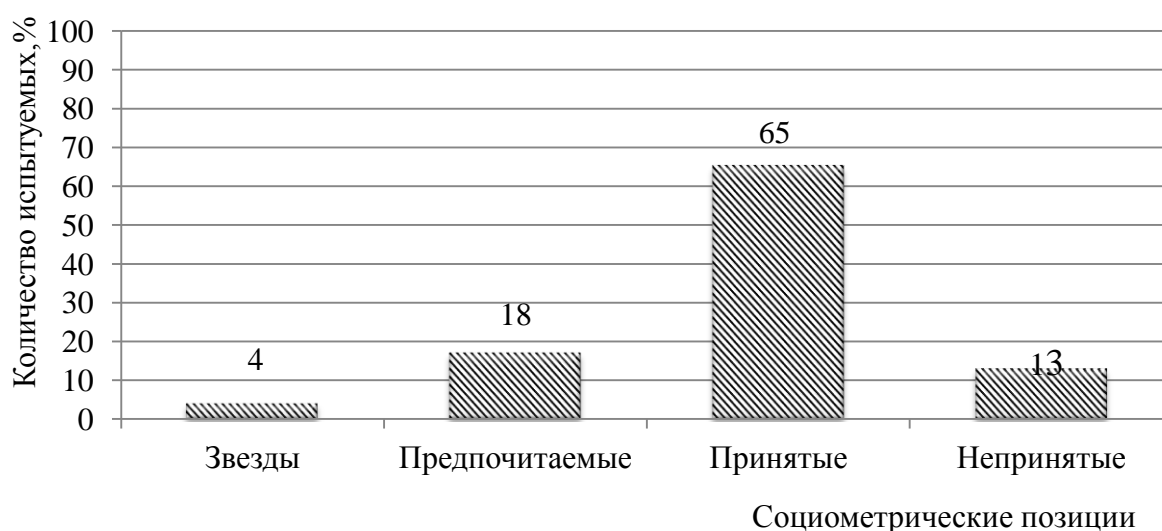


Рисунок 4 – Распределение социометрических статусов младших подростков в классе

Из рисунка 4 видно: в классе один подросток (4 %) имеет 8 положительных выборов, таким образом, ему присвоен статус «звезды»: он «притягивает» к себе, привлекателен для других. У четырех подростков (18 %) по 6 или 7 выборов, они имеют статус «предпочитаемые». Пятнадцать подростков (65 %) имеют количество выборов от 2 до 5, они занимают социометрическую позицию «принятые». И с «предпочитаемыми» и с «принятыми» одноклассники хотят общаться. Статусные подгруппы: «звезды», «предпочитаемые» и «принятые» являются благополучными. К статусным категориям «изолированные» («непринятые») относятся подростки с неблагоприятным статусом, таких трое (13 %), они имеют или 1 выбор, или нулевой.

Коэффициент удовлетворенности взаимоотношениями (КУ) и коэффициент взаимности (КВ) (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2) составляют:

$$\text{КУ} = 91 \% (\text{сверхвысокий}); \text{КВ} = 53 \% (\text{сверхвысокий}).$$

Таким образом, полученные данные указывают на благополучие большинства детей в классе в системе межличностных отношений, их удовлетворенность в общении и признании сверстниками. Выявлен такой характер связи как взаимная симпатия. Коэффициенты удовлетворенности взаимоотношениями и взаимности указывают на сплоченность, привязанность и дружбу в коллективе.

С помощью методики диагностики межличностных отношений Т. Лири мы выявили у испытуемых преобладающие типы отношений к окружающим в самооценке (см. таблицу 2.3, ПРИЛОЖЕНИЕ 2), а результаты средних показателей диагностического исследования представили в таблице 2.4 и графически на рисунке 2.2 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2).

Анализируя полученные данные, приходим к выводу, что в группе преобладают типы межличностных отношений: дружелюбный

(6,65 баллов) и альтруистический (5,87 баллов), минимальное количество баллов набрал подозрительный вид (2,91 балла).

Полученные данные свидетельствуют о возможности проявлять подростками склонность к сотрудничеству, быть гибкими и компромиссными при решении проблем в конфликтных ситуациях, быть отзывчивыми, ответственными по отношению к людям.

Диагностические показатели обследования межличностных отношений подростков по методике Т. Лири по их степени выраженности представлены в таблице 2.5 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2) и отображены на рисунке 5.

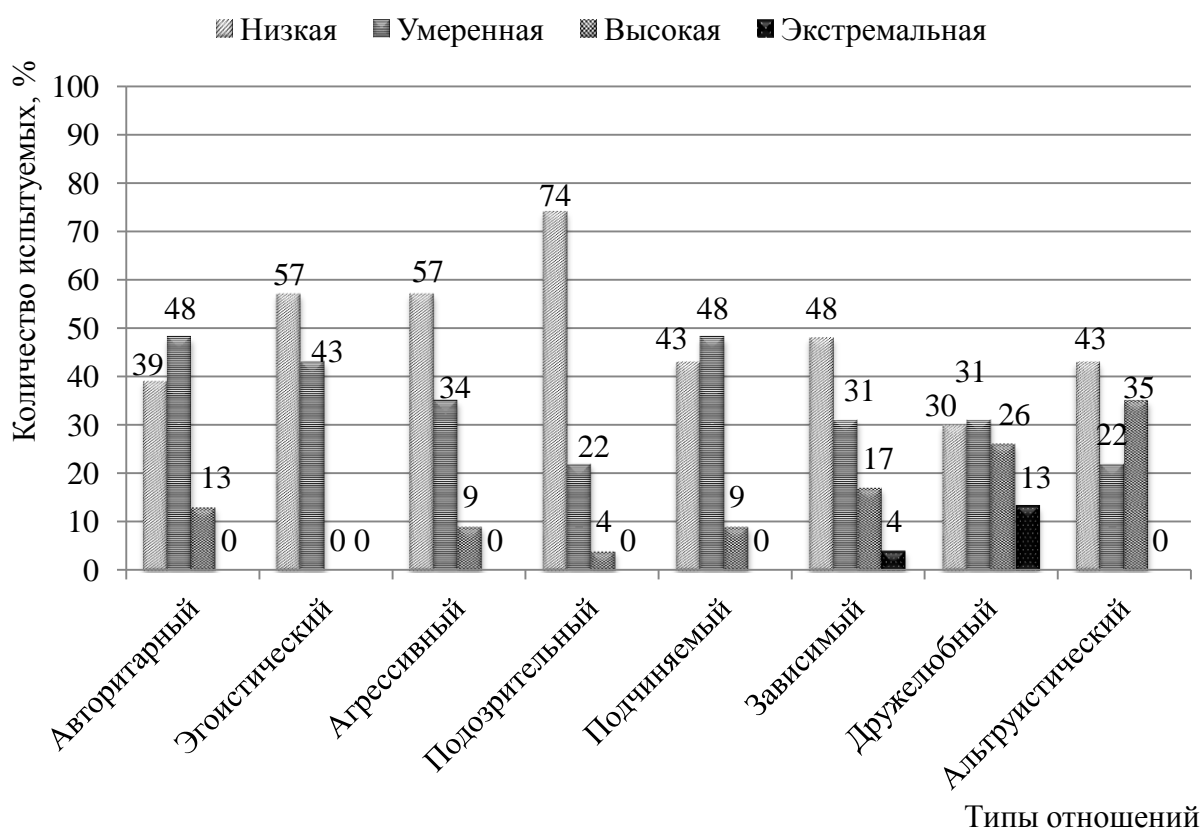


Рисунок 5 – Диагностические показатели межличностных отношений младших подростков (Т. Лири) по их степени выраженности

Из рисунка 5 видно, что в основном степень выраженности типов межличностного общения находится в низком и умеренном диапазонах.

Высокую степень выраженности получили типы межличностных отношений: авторитарный (13 %), агрессивный (9 %), подозрительный (4 %), подчиняемый (9 %), зависимый (17 %), дружелюбный (26 %), альтруистический (35 %); экстремальную степень выраженности получили типы межличностных отношений: зависимый (4 %) и дружелюбный (13 %).

8 подростков в классе (35 %) имеют высокую выраженность в альтруистическом типе отношения к окружающим. Эти подростки гиперответственны, приносят в жертву свои интересы, всегда стремятся помочь, но бывают и навязчивы в своей помощи.

6 подростков (26 %) имеют высокую и 3 подростка (13 %) – экстремальную выраженность в дружелюбном типе отношения к окружающим. Такие подростки дружелюбны, любезны со всеми, ориентированы на принятие и социальное одобрение, стремятся «быть хорошими» для всех.

4 подростка (17 %) имеют высокую выраженность в зависимом типе отношения к окружающим. Такие подростки послушны, но боязливы, беспомощны и не умеют проявлять сопротивление. 1 подросток (4 %) имеет экстремальную степень выраженности в этом типе отношения. Он имеет навязчивые страхи и опасения, тревожится по любому поводу, а поэтому зависим от чужого мнения.

3 подростка (13 %) имеют высокую выраженность в авторитарном типе отношения к окружающим. Такие подростки успешны в делах, требуют к себе уважения, они энергичны и часто являются авторитетными лидерами.

2 подростка (9 %) имеют высокую выраженность в агрессивном типе отношения к окружающим. Такие подростки прямолинейны, откровенны и раздражительны, склонны во всем обвинять окружающих.



2 подростка (9 %) имеют высокую выраженность в подчиняемом типе отношения к окружающим. Такие подростки застенчивы, легко смущаются, они склонны подчиняться более сильному без учета ситуации.

1 подросток (4 %) имеет высокую выраженность в подозрительном типе отношения к окружающим. Критичный и скрытный.

Таким образом, распространенными типами отношения к окружающим в данном классе являются дружелюбный и альтруистический.

С помощью методики диагностики К. Томаса мы оценили у испытуемых стратегии, применяемые в конфликтном поведении. Диагностические показатели исследования по их степени выраженности мы представили в таблице 2.6 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2) и отобразили на рисунке 6.

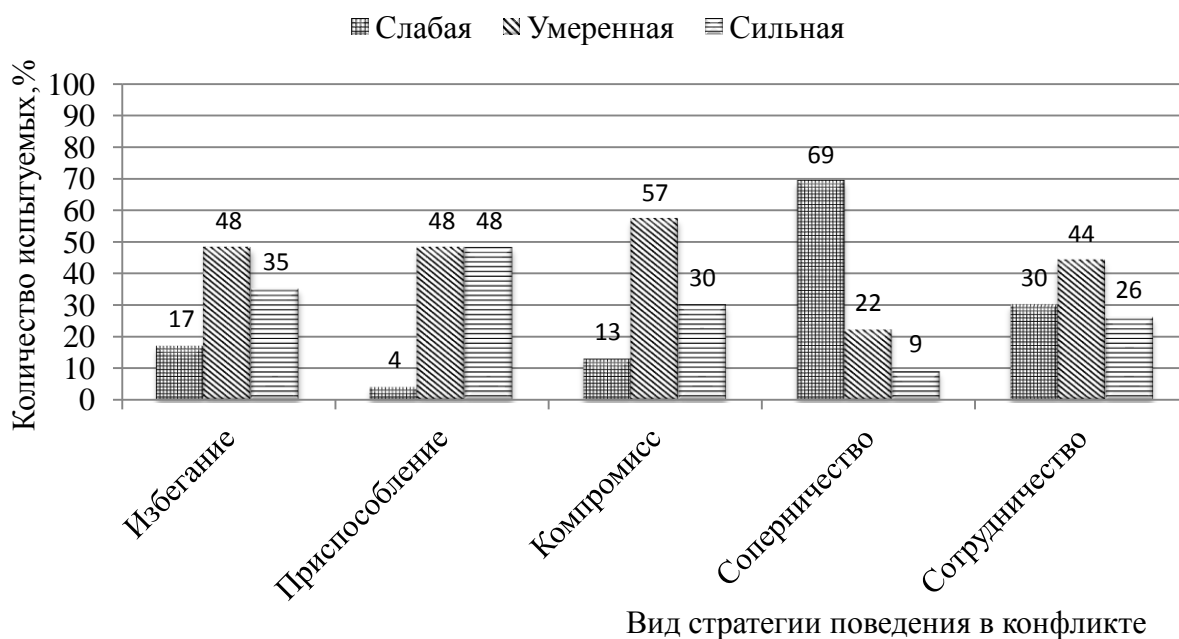


Рисунок 6 – Диагностические показатели исследования стратегии поведения младших подростков в конфликте (К. Томас) по их степени выраженности

Из рисунка 6 видно, что, большему количеству обучающихся соответствуют стратегии умеренной степени выраженности. Сильную степень выраженности получили такие виды стратегий: приспособление (48 %), избегание (35 %), компромисс (30 %), содружество (26 %), соперничество (9 %).

У 11 подростков в классе (48 %) ярко выражена стратегия приспособления: подросток вынужденно или добровольно отказывается отстаивать собственные интересы либо ради сохранения хороших отношений с оппонентом, либо при сильной зависимости от него, либо при осознании своей неправоты или незначительности проблемы. Эту стратегию используют, когда исход дела чрезвычайно важен для одного подростка и не очень существенен для другого.

У 8 подростков (35 %) ярко выражена стратегия избегания: либо при отсутствии сил и времени для решения противоречия, либо при стремлении выиграть время, либо при наличии трудностей в определении линии своего поведения, либо при нежелании решать проблему вообще, у подростка отсутствует стремление к достижению своих целей и стремление к сотрудничеству. Подростки не отстаивают свои интересы и позиции или просто уклоняются от разрешения конфликта.

У 7 подростков (30 %) ярко выражена стратегия компромисс, при которой происходит обмен взаимными частичными уступками. Подросток частично отказывается от ранее выдвинутых им требований, но всё же, частично их отстаивает. При понимании подростком, что он и оппонент обладают равными возможностями, либо при наличии взаимоисключающих интересов, либо при удовлетворении временным решением, либо при угрозе потерять всё стратегия компромисса позволяет подросткам сохранить взаимоотношения.

У 6 подростков (26 %) ярко выражена стратегия сотрудничества, при которой происходит совместный поиск решений, полностью удовлетворяющий интересы участников. Участники взаимоотношений – не

противники, а союзники в поиске решения. Это хороший способ поиска обоюдывыгодного результата и удовлетворения интересов всех сторон.

У 2 подростков (9 %) ярко выражена стратегия соперничества, при которой сильно стремление, во что бы то ни стало отстаивать свои интересы. Используя стиль соперничества, подростки весьма активны и способны принимать волевые решения.

У младших подростков в разных степенях проявлены все стратегии поведения по отношению к окружающим: и избегание, и приспособление, и компромисс, и сотрудничество, и соперничество. Таким образом, младшим подросткам характерны и конструктивные стратегии межличностных отношений – компромисс и сотрудничество.

На основании полученных данных, стратегии поведения в конфликтной ситуации у обучающихся в данном классе по преобладанию можно распределить таким образом: первая позиция (наиболее используемая стратегия) – приспособление. Избегание занимает вторую позицию, компромисс – третью, сотрудничество – четвертую, а соперничество – пятую. Это свидетельствует о том, что в данном классе, подростки либо ущемляют свои интересы полностью, либо достигают их частично, либо уходят от решений проблемы вовсе, что означает отсутствие стремления к достижению своих целей.

Полученные данные диагностического исследования свидетельствуют о необходимости формирования конструктивных стратегий межличностных отношений у определенной группы обучающихся и формулирования рекомендаций родителям и педагогам по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Для определения состава такой группы все стратегии по типу поведения, по типу отношений к окружающим, по социометрическому статусу мы условно разделили на конструктивные, относительно конструктивные и деструктивные, результаты отразили в таблице 1.

Таблица 1 – Характеристики и стратегии межличностных отношений

Характеристики \ Стратегии	Стратегии		
	Конструктивные	Относительно конструктивные	Деструктивные
по типу поведения в конфликтных ситуациях	Сотрудничество Компромисс	Приспособление	Соперничество Избегание
по типу отношений к окружающим	Альтруистический Дружелюбный	Эгоистический Зависимый Подчиняемый	Авторитарный Агрессивный Подозрительный
социометрический статус	Звезды Предпочитаемые Принятые	–	Непринятые

К конструктивным были отнесены стратегии:

- по типу поведения в конфликтных ситуациях: сотрудничество и компромисс;
- по типу отношений к окружающим: альтруистический и дружелюбный;
- по социометрическому статусу: «звезды», «предпочитаемые» и «принятые».

К относительно конструктивным были отнесены стратегии:

- по типу поведения в конфликтных ситуациях: приспособление;
- по типу отношений к окружающим: эгоистический, зависимый, подчиняемый.

К деструктивным были отнесены стратегии:

- по типу поведения в конфликтных ситуациях: соперничество и избегание;
- по типу отношений к окружающим: авторитарный, агрессивный, подозрительный;
- по социометрическому статусу: «непринятые».

Распределение 23 подростков по экстремальной выраженности конструктивных, относительно конструктивных и деструктивных стратегий отображали на рисунке 7.

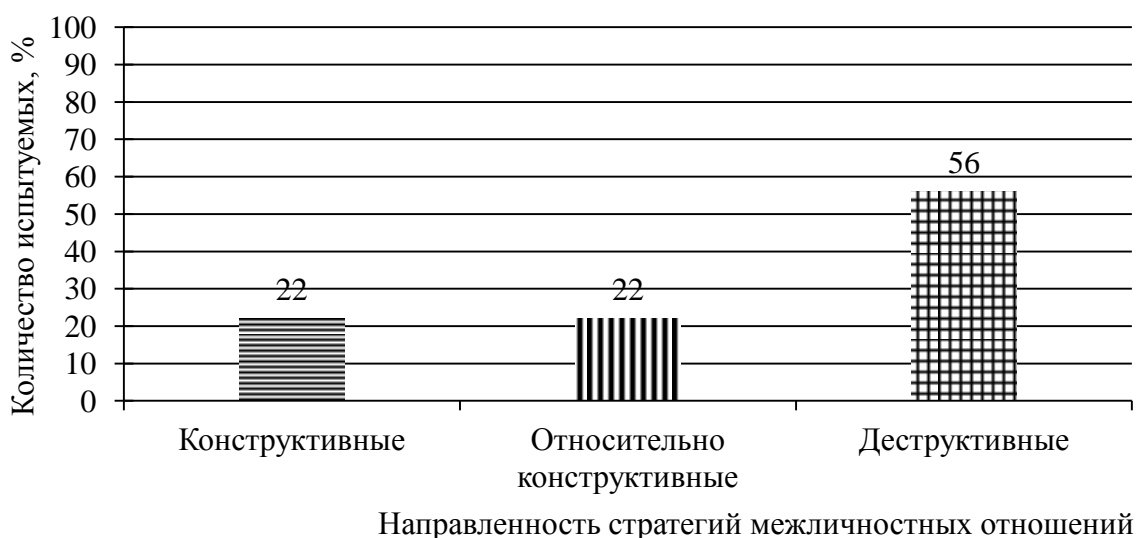


Рисунок 7 – Распределение подростков в классе в зависимости от направленности стратегии межличностных отношений

Из рисунка 7 видно, 5 подростков (22 %) обладают конструктивными стратегиями межличностных отношений, 5 подростков (22 %) при межличностном взаимодействии используют относительно конструктивные стратегии, у 13 подростков отмечено использование деструктивных стратегий.

Младшим подросткам с экстремальной выраженностью деструктивных стратегий по типу поведения в конфликтных ситуациях, по типу отношений к окружающим, а также с социометрическим статусом «непринятый» (см. таблицы 2.1, 2.3, 2.6, ПРИЛОЖЕНИЕ 2) было рекомендовано участие в программе формирования конструктивных стратегий межличностных отношений.

Количество человек в группе составило 13 человек, остальным было предложено заниматься с этой группой по желанию. Характеристики группы мы отображали на рисунке 4. 1 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4) и на рисунке 8.

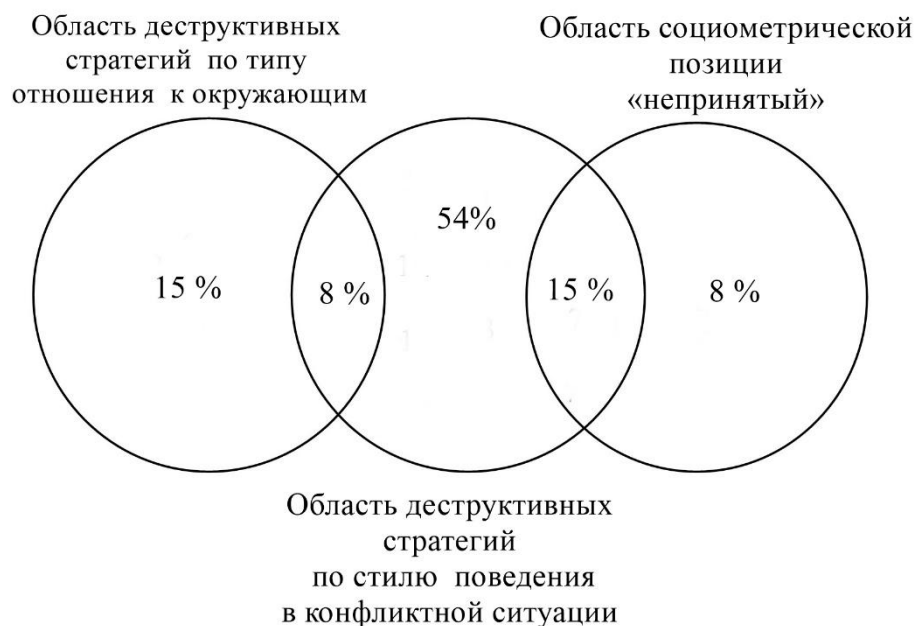


Рисунок 8 – Характеристики группы, участвующей в программе, где % - количество испытуемых

Из рисунка 8 видно, что в группу вошли подростки с деструктивными стратегиями:

- по стилю поведения в конфликтной ситуации: 54 % (7 подростков);
- по типу отношений к окружающим: 15 % (2 подростка);
- по социометрической позиции «непринятый»: 8 % (1 подросток);
- по стилю поведения в конфликтной ситуации и по типу отношений к окружающим: 8 % (1 подросток);
- по стилю поведения в конфликтной ситуации и по социометрической позиции «непринятый»: 15 % (2 подростка).

#### Выводы по второй главе:

Опытно-экспериментальное исследование проводилось в 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий.

В исследовании использован комплекс методов и методик: теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической

литературы, целеполагание, моделирование; эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование по методике диагностики коммуникативных навыков Д. Морено, по методике диагностики межличностных отношений Т. Лири, по методике диагностики предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса; статистические: Т-критерий Вилкоксона.

Результаты исследования по методике диагностики коммуникативных навыков Д. Морено: 1 подросток (4 %) – «звезда», 4 подростка (18 %) – «предпочитаемые», 15 подростков (65 %) – «принятые», 3 подростка (13 %) – «изолированные» («непринятые»). Полученные данные указывают на благополучие большинства детей в классе в системе межличностных отношений, их удовлетворенность в общении и признании сверстниками.

Коэффициент удовлетворенности взаимоотношениями составляет 91 %, а коэффициент взаимности 53 %, что указывает на благополучие большинства детей в классе в системе межличностных отношений, их удовлетворенность в общении и признании сверстниками.

В основном степень выраженности типов межличностного общения по методике Тимати Лири находится в низком и умеренном диапазонах.

8 подростков в классе (35 %) имеют высокую выраженность в альтруистическом типе отношения к окружающим, 6 подростков (26 %) – высокую и 3 подростка (13 %) – экстремальную выраженность в дружелюбном типе отношения к окружающим, 4 подростка (17 %) имеют высокую выраженность в зависимом типе отношения к окружающим, 1 подросток (4 %) имеет экстремальную степень выраженности в этом типе отношения, 3 подростка (13 %) – высокую выраженность в авторитарном типе отношения к окружающим, 2 подростка (9 %) имеют высокую выраженность в агрессивном типе отношения к окружающим, 2 подростка (9 %) – высокую выраженность в подчиняемом типе отношения к

окружающим, 1 подросток (4 %) имеет высокую выраженность в подозрительном типе отношения к окружающим.

Большому количеству обучающихся соответствуют стратегии умеренной степени выраженности. Ярче выражены стратегии: приспособление, избегание, и компромисс, так, например, у 11 подростков в классе (48 %) ярко выражена стратегия приспособления, у 8 подростков (35 %) ярко выражена стратегия избегания, у 7 подростков (30 %) ярко выражена стратегия компромисс.

У 6 подростков (26 %) ярко выражена стратегия сотрудничества, у 2 подростков (9 %) – стратегия соперничества. У младших подростков в разных степенях проявлены все стратегии поведения по отношению к окружающим: и избегание, и приспособление, и компромисс, и сотрудничество, и соперничество.

Наиболее используемая стратегия – приспособление. Избегание занимает вторую позицию, компромисс – третью, сотрудничество – четвертую, а соперничество – пятую.

Участие в программе рекомендовано 13 подросткам, остальным предложено заниматься с этой группой по желанию. В группу вошли подростки с деструктивными стратегиями с экстремальной выраженностью:

- по стилю поведения в конфликтной ситуации: 54 % (7 подростков);
- по типу отношений к окружающим: 15 % (2 подростка);
- по социометрической позиции «непринятый»: 8 % (1 подросток);
- по стилю поведения в конфликтной ситуации и по типу отношений к окружающим: 8 % (1 подросток);
- по стилю поведения в конфликтной ситуации и по социометрической позиции «непринятый»: 15 % (2 подростка).

Полученные данные диагностического исследования свидетельствуют о необходимости формирования конструктивных стратегий межличностных отношений у определенной группы



обучающихся и формулирования рекомендаций родителям и педагогам по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков. Межличностные отношения младших подростков характеризуются подозрительностью, авторитарностью, агрессивностью, избеганием, приспособлением, что определяет содержание модели формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, содержащую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

# ГЛАВА 3 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ

## 3.1 Программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков

Цель программы – формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Задачи программы:

1. Сформировать у младших подростков основные понятия из области психологии общения, психологии эмоций и конфликтологии.
2. Научить младших подростков адекватно выражать свои чувства.
3. Научить младших подростков акцентировать внимание на совместный поиск решений в конфликтных ситуациях, полностью удовлетворяющих интересы участников.
4. Обеспечить включение младших подростков в личностно-значимую разнообразную совместную деятельность, при этом соблюдая условия выработки положительной мотивации у обучающихся относительно этой деятельности, и тем самым обеспечивая эффективность воспитания культуры межличностных отношений младших подростков.

Программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков рассчитана на подростков — обучающихся 5-6-х классов. Программа направлена на повышение социометрического статуса младших подростков, которые относятся к низкой статусной категории, на выравнивание положения, занимаемого в классе разными детьми, на создание в классе благоприятной психологической атмосферы и регулирование подростковых

взаимоотношений, ведущее к использованию подростками конструктивных стратегий межличностных отношений.

Структура программы включает в себя три этапа: вводный, основной и заключительный.

Вводный этап: объяснение целей программы, составление расписания занятий, сплочение группы, повышение взаимного доверия, формирование устойчивой мотивации дальнейшего посещения занятий, формирование умения создать работоспособность в группе, обучение подростков быть свободными в выражении своих чувств.

Основной блок: повышение психологической культуры межличностного взаимодействия, информирование об эффективных способах взаимодействия. «Конфликты и способы выхода из них» — формирование умения определять негативные и позитивные стороны конфликтов, определение и выбор выходов из конфликтов. Формирование навыков конструктивного взаимодействия в межличностных отношениях внутри группы, а также моделирование различных жизненных ситуаций и выработка эффективного поведения в них. «Типичные проблемы» — формирование ощущения общности и близости со сверстниками у каждого подростка, подготовка к получению обратной эмоциональной связи каждым подростком.

Заключительный: обобщение и закрепление информационного и практического материала, подведение итогов [21].

Структура занятий состоит из ритуала приветствия, основной части, ритуала прощания.

Условия проведения:

Форма работы: групповая.

Количество человек в группе: 8-15 человек.

Длительность реализации программы: 10 занятий по 45 минут, занятия проводятся 1-2 раза в неделю.

Для реализации программы необходимо просторное помещение.

Методы проведения: лекционный, игровой, беседа, групповая дискуссия.

Необходимое оборудование: стулья (по количеству участников группы), доска или листы ватмана А1, чистые листы бумаги формата А4, ручки, карандаши.

В основе программы лежат принципы, выделенные А.А. Осиповой:

1. Соблюдение интересов ребенка.

Принцип определяет позицию специалиста, призванного решать проблему подростка с максимальной пользой и в его интересах.

2. Системность.

Принцип обеспечивает единство диагностики, развития и коррекции детско-родительских взаимоотношений, а также взаимодействие и согласованность их действий в решении проблем младшего подростка; участие в данном процессе всех участников образовательного процесса;

3. Непрерывность.

Принцип гарантирует подростку и родителям, или законным их представителям, либо непрерывность помощи до полного решения проблемы, либо определения подхода к ее решению.

4. Принцип активности участников.

Участники группы вовлекаются постоянно в различные действия, такие как: игры, дискуссии, упражнения, а также имеют возможность наблюдать и анализировать действия других соучастников.

5. Принцип объективации поведения.

Поведение участников группы переводится с импульсивного уровня на объективированный, средством объективации при этом является обратная связь, которая подается либо с помощью видеотехники, либо с помощью других участников группы, которые и сообщают свое отношение к происходящему.

6. Принцип партнерского общения.

Взаимодействие строится с учетом интересов всех участников, признавая ценность личности каждого из них, равенства их позиций, а также соучастия, сопереживания и принятия друг друга.

7. Принцип конфиденциальности: «психологическая закрытость» [цит. по 21].

Ожидаемый результат от проведения программы:

1. Расширение у младших подростков знаний о способах эффективного взаимодействия друг с другом.

2. Применение младшими подростками на практике навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.

3. Создание в коллективе благоприятной психологической атмосферы.

4. Формирование младшими подростками адекватного представления о себе.

Программа рассчитана на применение среди младших подростков, может быть адаптирована для любого возраста, её можно дифференцировать в зависимости от индивидуально-психологических особенностей подростков, входящих в состав группы.

Тематическое планирование программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков:

Занятие 1. «Общение – умение говорить и слушать».

Цель: создание условий для включения подростков в процесс самораскрытия, знакомство со спецификой работы в группе, со структурой занятий, установление правил работы в группе, развитие установки на совместную деятельность, формулирование понятия «общение».

– Упражнение «Знакомство».

Цель: знакомство.

– Выработка правил работы в группе.

Цель: утверждение правил поведения.

– Мини-лекция: «Общение – умение говорить и слушать».

Цель: ликбез о культуре общения.

– Упражнение «Отзеркаливание».

Цель: сплочение группы, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.

#### Занятие 2. «Выбор своего стиля поведения».

Цель: актуализация личного опыта участников, связанного с использованием различных стилей поведения в конфликте.

– Упражнение «Комплимент».

Цель: сплочение группы, подкрепление самооценки, снятие барьеров для общения в группе.

– Мини-лекция: «Выбор своего стиля из пяти стилей поведения в ситуации разногласий».

Цель: повышение психологической культуры межличностного взаимодействия.

– Упражнение «Плюс-минус».

Цель: Актуализация знаний о различных стилях поведения в конфликте, плюсах и минусах различных стилей поведения в конфликте.

#### Занятие 3. «Спор. Конфликт. Конфликтная ситуация, инцидент».

Цель: формирование знаний о конфликте.

– Упражнение «Самоописание».

Цель: построение доверительных отношений между участниками.

– Дискуссия «Спор. Конфликт. Конфликтная ситуация, инцидент: что общего и чем отличаются».

Цель: развитие умения слушать, формирование умения высказывать свое мнение.

– Упражнение «Ассоциации».

Цель: создание условий для понимания амбивалентного смысла конфликта.

#### Занятие 4. «Правила разрешения конфликтов».

Цель: овладение способами эффективного поведения в конфликтных ситуациях.

– Упражнение «Встреча взглядами».

Цель: объединение участников группы для совместного решения поставленных задач, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.

– Упражнение «Копилка».

Цель: актуализация знаний о причинах конфликтов.

– Мини-лекция: «Правила разрешения конфликтов».

Цель: информирование об эффективных способах взаимодействия.

#### Занятие 5. «Правила поведения, помогающие не провоцировать конфликты».

Цель: Составление и обсуждение правил поведения людей, помогающих не провоцировать конфликты.

– Упражнение: «Печатная машинка».

Цель: сплочение группы.

– Беседа: «Правила поведения, помогающие не провоцировать конфликты».

Цель: составление и обсуждение правил поведения людей, помогающих не провоцировать конфликты.

– Упражнение «Зануда».

Цель: актуализация и обобщение опыта общения с «трудными людьми».

#### Занятие 6. «Точка зрения»

Цель: формирование умения выражать свою точку зрения, свое мнение в приемлемой форме.

– Упражнение «Любое число».

Цель: объединение участников группы для совместного решения поставленных задач, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.

– Упражнение «Учимся говорить «нет» или выражать свою точку зрения».

Цель: развитие умения выражать свою точку зрения, свое мнение в приемлемой форме, без обид и злобы.

– Упражнение «Гомеостат».

Цель: согласованность между членами группы.

#### Занятие 7. «Убеждение и аргументация»

Цель: развитие навыков активного слушания, умения аргументировать свое мнение.

– Упражнение «Посылка».

Цель: объединение участников группы, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.

– Упражнение «Бой ораторов».

Цель: умение регулировать процесс общения; формирование индивидуальных способов эффективного общения; отработка вербальных и невербальных средств общения; отработка умений слушать другого и убеждать в правоте своей точки зрения.

– Упражнение «Завтрак с героем».

Цель: развитие умения аргументировать свой выбор, а также формирование умения убеждать.

#### Занятие 8. «Вред и польза конфликтов».

Цель: актуализация знаний о вреде и пользе конфликтов.

– Упражнение «Моё настроение».

Цель: создание положительного настроения на работу.

– Упражнение «Вред и польза конфликтов».

Цель: Актуализация знаний о вреде и пользе конфликтов.



### Занятие 9. «Конфликтные эмоции».

Цель: Отработка навыков контроля негативных эмоций в процессе общения.

– Упражнение «Что в нем нового».

Цель: объединение участников группы, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.

– Ролевой практикум: «Эмоции в конфликте».

Цель: моделирование различных жизненных конфликтных ситуаций, анализ эмоционального состояния в конфликте, систематизация представлений по преодолению негативных эмоциональных состояний.

– Упражнение «Конфликт на бумаге».

### Занятие 10. Подведение итогов.

Цель: создание условий для оценки подростками своих достижений в овладении конструктивными стратегиями межличностных отношений.

– Мини-лекция: «Это надо знать – это интересно!»

Цель: познание нового.

– Упражнение «Я рад общаться с тобой».

Цель: позитивное прощание.

– Подведение итогов.

Цель: подумать о значимости полученного материала, поговорить о перспективах на будущее.

С полным текстом программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков и ее тематическим планом можно ознакомиться в ПРИЛОЖЕНИИ 3.

Таким образом, программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений у младших подростков создана с учетом возрастных особенностей, направлена на создание благоприятной психологической атмосферы в подростковой группе, формирование эмоционально-ценностного поведения в межличностных отношениях у

младших подростков и выработку конструктивных стратегий разрешения возникающих конфликтов с использованием активных методов обучения.

### 3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального эксперимента

По окончании реализации программы для выявления «социометрических позиций» – соотносительного авторитета младших подростков в классе по признакам симпатии мы провели повторное тестирование по методике диагностики коммуникативных навыков Д. Морено в группе из 23 человек. Показатели диагностического исследования оценки коммуникативных навыков подростков по этой методике мы представили в таблице 4.2 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4). Результаты диагностики отобразили на рисунке 9.

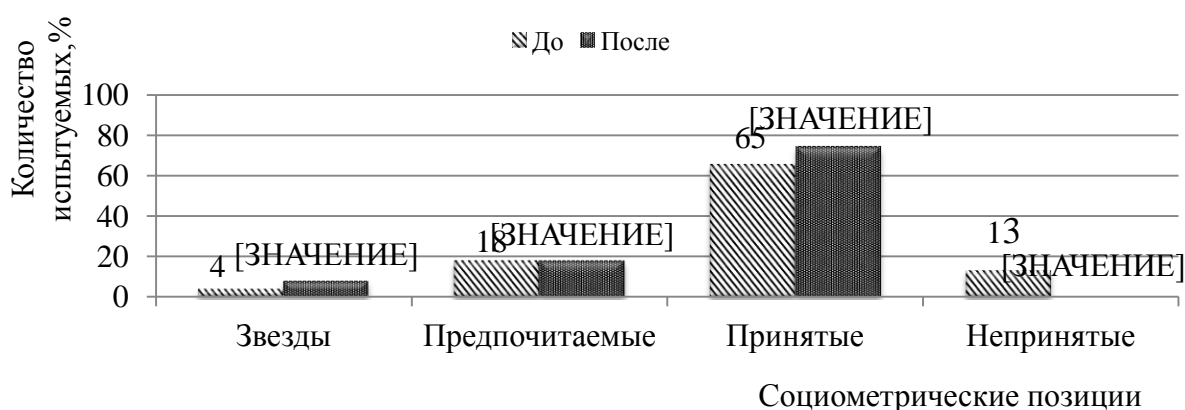


Рисунок 9 – Распределение социометрических статусов младших подростков в классе до и после реализации программы

Из рисунка 9 видно, до участия в проведении программы в классе был один человек с социометрическим статусом «звезда», что составляет 4 % от всех участников, а после проведения программы таких подростков стало двое, что составило 8 %. Количество «предпочитаемых» осталось на том же уровне и составило 18 % (4 человека), 13 % «непринятых» (3 человека) изменили свой социометрический статус на «принятые, и количество «принятых» возросло с 65 % (15 человек) до 74 %

(17 человек). Реализация программы повлияла на создание в классе общей благожелательной атмосферы и выравнивание положения, занимаемого в классе разными детьми, повысив социометрический статус детей, которые относились к низкой статусной категории. После реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков все подростки относятся к благополучным статусным подгруппам.

В программе приняли участие 13 подростков, имеющих высокие степени проявления деструктивных стратегий: авторитарный тип отношений к окружающим, агрессивный и подозрительный. Далее провели анализ результатов повторного тестирования участников программы.

Диагностические показатели межличностных отношений младших подростков по методике Т. Лири представлены в таблице 4.3 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4) и на рисунке 10.

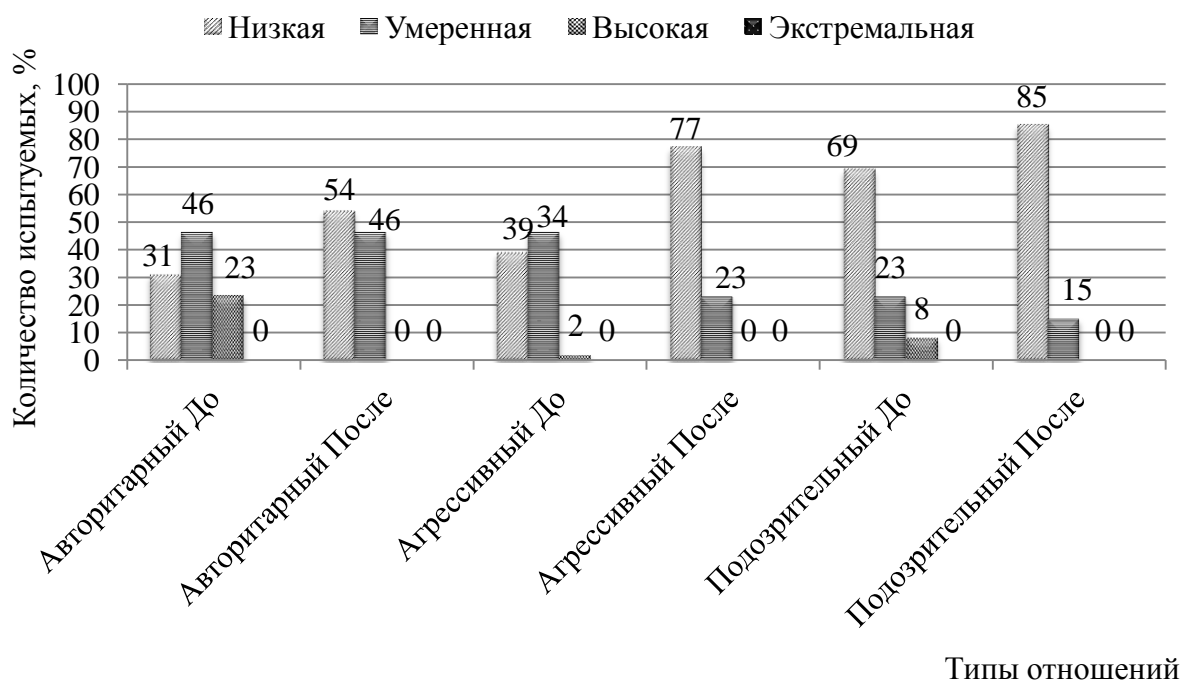


Рисунок 10 – Диагностические показатели межличностных отношений младших подростков (Т. Лири) до и после реализации программы

Из рисунка 10 видно, после реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков у 3 человек (23%) показатели с высокой степенью авторитарности не выражены. А количество обучающихся с низкой степенью авторитарного типа отношения к окружающим возросло с 4 человек (31 %) до 7 человек (54 %). Количество с умеренной степенью данной стратегии осталось неизменным – 6 человек (46 %). Это говорит об уменьшении склонности подростков к доминированию и явной демонстрации своей силы. В то же время подростки остаются уверенными в себе людьми, упорными и настойчивыми.

После реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков у 2 человек (15 %) показатели с высокой степенью агрессивности также не выражены. А количество обучающихся с низкой степенью агрессивного типа отношения к окружающим возросло с 5 человек (39 %) до 10 человек (77 %). Количество подростков с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 6 человек (46 %) до 3 человек (23 %).

Подростки чаще проявляют самоконтроль, задумываясь о причинах своих поступков и их последствиях.

У 1 человека (8 %) не выражены и показатели с высокой степенью подозрительности. А количество обучающихся с низкой степенью подозрительного типа отношения к окружающим возросло с 9 человек (69 %) до 11 человек (85 %). Количество обучающихся с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 3 человек (23 %) до 2 человек (15 %). Подростки стали более открытыми и легко идут на контакт.

На изменение данных показателей отразилось снижение конфликтности с неконструктивным исходом. Подростки стали более спокойными, они способны к конструктивному преодолению межличностных конфликтов. Обучающиеся, выделяя свои цели и

интересы, отстаивают их в конструктивном взаимодействии с окружающими.

Сформированные знания о конфликте, о способах его разрешения и владение достаточно широким спектром стратегий поведения в конфликте, а также адекватном их использовании повышают уровень выраженности конструктивных стратегий.

Повторные диагностические показатели исследования стратегий поведения младших подростков в конфликте (К. Томас) по их степени выраженности мы представили в таблице 4.4 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4).

Диагностические показатели исследования стратегий поведения младших подростков в конфликте (К. Томас), избегания и соперничества, по их степени выраженности до реализации программы и после мы представили графически на рисунке 11.

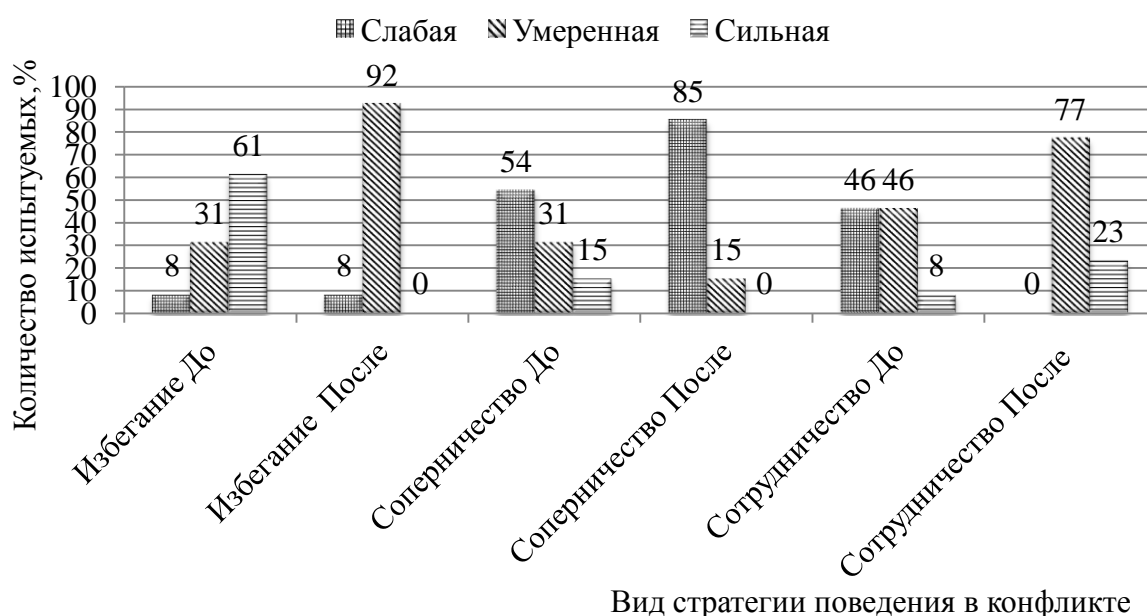


Рисунок 11 – Диагностические показатели исследования стратегий поведения младших подростков в конфликте (К. Томас) до и после реализации программы

Из рисунка 11 видно, после реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений

младших подростков у 8 человек (61 %) показатели с сильной степенью избегания не выражены. А количество обучающихся с умеренной степенью выраженностью поведения избегания возросло с 4 человек (31 %) до 12 человек (92 %). Количество подростков со слабой степенью выраженности данной стратегии осталось неизменным – 1 человек (8 %).

У 2 человек (15 %) показатели с сильной степенью соперничества также не выражены. А количество обучающихся со слабой степенью выраженностью поведения соперничества возросло с 7 человек (54 %) до 11 человек (85 %). Количество подростков с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 4 человек (31 %) до 2 человек (15 %). Пересмотрена позиция удовлетворения своих интересов в ущерб другим. Подростки чаще используют альтернативные стили поведения – сотрудничество и компромисс.

Переход от высокой (сильной) выраженности рассмотренных стратегий к низкой и умеренной является показателем адаптивного поведения подростков.

После реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков у 6 человек (46 %) показатели со слабой степенью сотрудничества не выражены. А количество обучающихся с умеренной степенью выраженностью поведения сотрудничество возросло с 6 человек (46 %) до 10 человек (77 %). Количество подростков с сильной степенью выраженности данной стратегии возросло с 1 человека (8 %) до 3 человек (23 %).

Для выявления статистической значимости полученных результатов был использован метод математической статистики Т-критерий Вилкоксона, с помощью которого были сопоставлены результаты диагностики социометрического статуса, типов отношения к окружающим и стиля поведения в конфликтных ситуациях младших подростков (см. таблицы 4.5 – 4.7, ПРИЛОЖЕНИЕ 4)

Сопоставление показателей полученных выборов у испытуемых для определения социометрического статуса, стратегий авторитарного, агрессивного и подозрительного типов отношения к окружающим, стратегий избегания, соперничества и сотрудничества представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

Полученные эмпирические значения Тэмп. находятся в зоне значимости. Значит, можно утверждать, что зафиксированные в эксперименте изменения неслучайны и значимы. Реализация программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений у обучающихся 5 класса привела к статистически достоверным изменениям:

- повышению показателей полученных выборов при определении социометрического статуса;
- понижению показателей стратегий авторитарного, агрессивного, подозрительного типов отношений к окружающим;
- понижению показателей стратегий избегания и соперничества;
- увеличению показателей стратегии сотрудничества.

Таким образом, повторный сбор диагностических показал: до участия в проведении программы в классе был один человек с социометрическим статусом «звезда», что составляет 4 % от всех участников, а после проведения программы таких подростков стало двое, что составило 8 %. Количество «предпочитаемых» осталось на том же уровне и составило 18 % (4 человека), 13 % «непринятых» (3 человека) изменили свой социометрический статус на «принятые», их количество возросло с 65 % (15 человек) до 74 % (17 человек).

У 3 человек (23 %) показатели с высокой степенью авторитарности не выражены. А количество обучающихся с низкой степенью авторитарного типа отношения к окружающим возросло с 4 человек (31 %) до 7 человек (54 %). Количество с умеренной степенью данной стратегии осталось неизменным – 6 человек (46 %).

У 2 человек (15 %) показатели с высокой степенью агрессивности также не выражены. А количество обучающихся с низкой степенью агрессивного типа отношения к окружающим возросло с 5 человек (39 %) до 10 человек (77 %). Количество подростков с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 6 человек (46 %) до 3 человек (23 %).

У 1 человека (8 %) не выражены и показатели с высокой степенью подозрительности. А количество обучающихся с низкой степенью подозрительного типа отношения к окружающим возросло с 9 человек (69 %) до 11 человек (85 %). Количество обучающихся с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 3 человек (23 %) до 2 человек (15 %).

У 8 человек (61 %) показатели с сильной степенью избегания не выражены. А количество обучающихся с умеренной степенью выраженностью поведения избегания возросло с 4 человек (31 %) до 12 человек (92 %). Количество подростков со слабой степенью выраженности данной стратегии осталось неизменным – 1 человек (8 %).

У 2 человек (15 %) показатели с сильной степенью соперничества также не выражены. А количество обучающихся со слабой степенью выраженностью поведения соперничества возросло с 7 человек (54 %) до 11 человек (85 %). Количество подростков с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 4 человек (31 %) до 2 человек (15 %).

У 6 человек (46 %) показатели со слабой степенью сотрудничества не выражены. А количество обучающихся с умеренной степенью выраженностью поведения сотрудничество возросло с 6 человек (46 %) до 10 человек (77 %). Количество подростков с сильной степенью выраженности данной стратегии возросло с 1 человека (8 %) до 3 человек (23 %).



Таким образом, анализ результатов показал, что данная программа, как комплекс психолого-педагогического воздействия, эффективна для снижения степени выраженности агрессивного, авторитарного, подозрительного типов отношения к окружающим, снижает степень выраженности стратегий поведения в конфликтной ситуации: избегание и соперничество и повышает степень выраженности стратегии сотрудничества среди младших подростков. Реализация программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков привела к статистически достоверному понижению показателей данных стратегий у обучающихся 5 класса. Переход от высокой (сильной) выраженности рассмотренных стратегий к низкой и умеренной является показателем адаптивного поведения подростков.

Статистически достоверное увеличение показателей стратегии сотрудничества указывает на то, что реализация программы повышает степень выраженности поведения сотрудничества у подростков.

Реализация программы повлияла на создание в классе общей благожелательной атмосферы, на удовлетворенность взаимоотношениями и взаимность выборов, выравнивание положения, занимаемого в классе разными детьми, повысив социометрический статус детей, которые относились к низкой статусной категории. После реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков все подростки относятся к благополучным статусным подгруппам.

Гипотеза исследования подтверждена: уровень конструктивности стратегий межличностных отношений младших подростков изменится, если разработать и реализовать модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, содержащую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

### 3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования

Процесс внедрения полученных результатов программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков в психолого-педагогическую практику состоит в реализации семи этапов.

1 этап. Целеполагание внедрения программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

На этом этапе ставятся цели и разрабатываются этапы внедрения. Итог первого этапа – разработка программно-целевого комплекса внедрения.

2 этап. Формирование положительной психологической установки на внедрение психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

На этом этапе у интересантов программы вырабатывается состояние готовности к освоению предмета внедрения и формируется положительная реакция на предмет внедрения программы.

3 этап. Изучение предмета внедрения программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

На этом этапе изучаются необходимые материалы и документы о предмете внедрения, сущность предмета внедрения программы, методика внедрения программы.

4 этап. Опережающее или пробное освоение предмета внедрения психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

На этом этапе создается группа для опережающего внедрения программы, закрепляются и углубляются знания, полученные на

предыдущем этапе, создаются условия обучающимся для успешного освоения методики внедрения программы, проверяется методика внедрения программы.

5 этап. Фронтальное освоение предмета внедрения психолого-педагогической программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

На этом этапе ученический коллектив мобилизуется на внедрение программы, создаются условия для фронтального внедрения программы. Итог этапа – освоение всеми обучающимися предмета внедрения.

6 этап. Совершенствование работы над темой «Формирование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков».

На этом этапе совершенствуются знания и умения, сформированные на предыдущем этапе, обеспечиваются условия совершенствования методики работы по внедрению программы и методика освоения внедрения программы.

7 этап. Распространение передового опыта освоения внедрения психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

На этом этапе изучается и обобщается опыт внедрения программы, осуществляется наставничество над приступающими к внедрению программы и пропаганда опыта внедрения программы, обеспечиваются условия для сохранения и углубления традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах.

Технологическая карта внедрения результатов исследования представлена в таблице 5.1 (ПРИЛОЖЕНИЕ 5).

Программа по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков имела своей целью актуализировать самооценку и самоуважение обучающихся, развивать коммуникативную культуру и благоприятный социально-психологический

климат, сплоченность, групповое взаимодействие и взаимопонимание. Использование программы помогло повысить уровни необходимых социально-психологических знаний, умений адекватного восприятия, преодоления трудностей межличностного взаимодействия и коммуникативных умений.

На основе анализа полученных результатов были составлены рекомендации педагогам и родителям по сохранению положительных результатов, полученных в результате реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Рекомендации педагогам:

1. При работе с ученическим коллективом необходимо учитывать психологические особенности подросткового возраста.

2. Положение подростка в системе межличностных отношений динамично меняется, а значит, проводить социометрическое исследование и определять социометрический статус обучающегося рекомендуется периодически (дважды в год). Данные результаты необходимо использовать в организации воспитательно-образовательного процесса с обучающимися. Работа должна быть направлена на регулирование подростковых взаимоотношений, проводиться с целью закрепления высокого статуса младшего подростка в классе и повышения статуса детей, которые относятся к низкой статусной категории, обращая внимание на подростков, имеющих социометрический статус «непринятый». Работа должна быть направлена и на создание в классе общей благожелательной атмосферы, выравнивание положения, занимаемого в классе разными детьми, и должна проводиться средствами создания успеха в коллективе для каждого ребенка, используя его интересы, полезные умения, хобби.

3. Необходимо научить подростков в конфликтных ситуациях акцентировать внимание на совместный поиск решений, который полностью удовлетворит интересы участников.

4. Необходимо обеспечить включение подростков в личностно-значимую разнообразную деятельность, деятельность совместно со своим классом, и при этом необходимо соблюдать условия выработки положительной мотивации у обучающихся относительно этой деятельности, тем самым обеспечивая эффективность воспитания культуры межличностных взаимоотношений младших подростков.

5. Необходимо реагировать на конфликт в момент его возникновения.

6. Желательно при беседе с ребенком подобрать несколько вариантов выхода из конфликта.

7. Необходимо при диалоге с подростком использовать следующие правила: рассматривать проблему, не довлея над личностью подростка; при разговоре с обучающимся дать знать, что вы его понимаете; использовать спокойный тон, без оскорблений и унижения достоинства подростка; быть объективными и дать возможность подростку выразить свое мнение; акцентировать внимание на личную ответственность и самодисциплину подростка [3].

Рекомендации родителям:

1. Необходимо относиться к ребенку – подростку как к личности, учитывая психологические особенности этого возраста. Перейдя на новый стиль общения, необходимо коммуницировать с ним как со взрослым, предоставляя ему свободу для действий, но, с ответственностью за свои поступки.

2. Необходимо выстраивать доверительные и дружеские взаимоотношения со взаимным уважением, помня, что авторитарность со стороны родителей порождает инциденты и агрессивность.

3. Необходимо уважать и учитывать право ребенка на собственное мнение и с уважением относиться к его стремлениям.

4. Необходимо тактично и деликатно интересоваться жизнью подростка вне дома, вникая в детали происходящих событий, чтобы заметить возникающие сложности и проблемы у своего ребенка.

5. Желательно не нарушать личное пространство ребенка – подростка.

6. Необходимо своевременно откликаться на просьбы и вопросы, возникающие у ребенка.

7. Необходимо помогать ребенку развивать его умения, для ощущения ребенком вашей поддержки, включаться в совместную деятельность, интересующую вашего ребенка.

8. Необходимо собственным примером учить ребенка не провоцировать конфликты.

9. Необходимо разбираться с ребенком в причинах конфликта, если он уже произошел, а также рассматривать пути выхода из него. В конфликте желательно говорить только о самой разногласии, ни в чем не обвиняя оппонента, и не употребляя обидных слов. Такие слова вызывают ответную реакцию, активизируя эмоции, негативно влияющие на дальнейший исход межличностных отношений.

10. Необходимо помогать ребенку самостоятельно принимать решения, не оказывая на него психологического воздействия.

11. Необходимо помогать ребенку эффективно использовать стили поведения в конфликтных ситуациях, в зависимости от конкретных обстоятельств.

12. Желательно не предъявлять чрезмерных и «размытых» требований к ребенку – подростку.

13. Необходимо внимательно выслушивать доводы своего ребенка и быть готовым признавать свои ошибки, если они имели место.

14. Необходимо принимать ребенка – подростка таким, какой он есть, не стремясь сделать его «удобным» для себя.

15. Если нет основания, не оправдывайте поведение своего ребенка и не обсуждайте его поведение в чьем-либо присутствии.

16. Желательно выделять в основном достоинства ребенка, опираясь на его сильные стороны [36, 68].

Комплекс психолого-педагогического воздействия может быть использован:

1) как целевой ресурс по снижению степени агрессивности, авторитарности и соперничества среди младших подростков;

2) в целях повышения степени сотрудничества в подростковых коллективах.

#### Выводы по третьей главе:

Программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений у младших подростков создана с учетом возрастных особенностей, направлена на создание благоприятного психологического климата в подростковой группе, формирование эмоционально-ценностного поведения в межличностных отношениях, выработку конструктивных стратегий разрешения возникающих конфликтов с использованием активных методов обучения.

Программа рассчитана на группу младших подростков в количестве 8-15 человек. Длительность реализации программы: 10 занятий по 45 минут 1-2 раза в неделю. Методы проведения: лекционный, игровой, беседа, групповая дискуссия.

Анализ результатов показал, что данная программа, как комплекс психолого-педагогического воздействия, эффективна для снижения степени выраженности агрессивного, авторитарного, подозрительного типов отношения к окружающим, снижает степень выраженности стратегий поведения в конфликтной ситуации: избегание и соперничество

и повышает степень выраженности стратегии сотрудничества среди младших подростков. После реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков у 3 человек (13 %) показатели с высокой степенью авторитарности не выражены. А количество обучающихся с низкой степенью авторитарного типа отношения к окружающим возросло с 9 человек (39 %) до 12 человек (52 %). Количество с умеренной степенью данной стратегии осталось неизменным – 11 человек (48 %). Это говорит об уменьшении склонности подростков к доминированию и явной демонстрации своей силы. В то же время подростки остаются уверенными в себе людьми, упорными и настойчивыми.

После реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков у 2 человек (9 %) показатели с высокой степенью агрессивности также не выражены. А количество обучающихся с низкой степенью агрессивного типа отношения к окружающим возросло с 13 человек (57 %) до 18 человек (78 %). Количество подростков с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 8 человек (34 %) до 5 человек (22 %).

Подростки чаще проявляют самоконтроль, задумываясь о причинах своих поступков и их последствиях.

У 1 человека (4 %) не выражены и показатели с высокой степенью подозрительности. А количество обучающихся с низкой степенью подозрительного типа отношения к окружающим возросло с 17 человек (74 %) до 19 человек (83 %). Количество обучающихся с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 5 человек (22 %) до 4 человек (17 %). Подростки стали более открытыми и легко идут на контакт.

На изменение данных показателей отразилось снижение конфликтности с неконструктивным исходом. Подростки стали более спокойными, они способны к конструктивному преодолению



межличностных конфликтов. Обучающиеся, выделяя свои цели и интересы, отстаивают их в конструктивном взаимодействии с окружающими.

Сформированные знания о конфликте, о способах его разрешения и владение достаточно широким спектром стратегий поведения в конфликте, а также адекватном их использовании повышают уровень выраженности конструктивных стратегий.

После реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков у 8 человек (35 %) показатели с сильной степенью избегания не выражены. А количество обучающихся с умеренной степенью выраженностью поведения избегания возросло с 11 человек (48 %) до 19 человек (83 %). Количество подростков со слабой степенью выраженности данной стратегии осталось неизменным 4 человека (17 %).

У 2 человек (9 %) показатели с сильной степенью соперничества также не выражены. А количество обучающихся со слабой степенью выраженностью поведения соперничества возросло с 16 человек (69 %) до 20 человек (87 %). Количество подростков с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 5 человек (22 %) до 3 человек (13 %). Пересмотрена позиция удовлетворения своих интересов в ущерб другим. Подростки чаще используют альтернативные стили поведения – сотрудничество и компромисс.

Реализация программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков привела к статистически достоверному понижению показателей данных стратегий у обучающихся 5 класса. Переход от высокой (сильной) выраженности рассмотренных стратегий к низкой и умеренной является показателем адаптивного поведения подростков.

Реализация программы повлияла и на создание в классе общей благожелательной атмосферы и выравнивание положения, занимаемого в

классе разными детьми, повысив социометрический статус детей, которые относились к низкой статусной категории.

До участия в реализации программы в классе был один человек с социометрическим статусом «звезда», что составляет 4 % от всех участников, а после проведения программы таких подростков стало двое, что составило 8 %. Количество «предпочитаемых» осталось на том же уровне и составило 18 % (4 человека), 13 % «непринятых» (3 человека) изменили свой социометрический статус на «принятые, и количество «принятых» возросло с 65 % (15 человек) до 74 % (17 человек). После реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков все подростки относятся к благополучным статусным подгруппам.

Гипотеза исследования подтверждена: уровень конструктивности стратегий межличностных отношений младших подростков изменится, если разработать и реализовать модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, содержащую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

По результатам опытно-экспериментального исследования составлены технологическая карта внедрения результатов исследования и психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям обучающихся 5-го класса по сохранению положительных результатов реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Межличностные отношения – это любые отношения между людьми (или субъектом и группой людей), проявляющиеся во взаимодействиях друг с другом и разворачивающиеся в определенных социальных ситуациях межличностного взаимодействия; они могут носить как интимно-личностный, так и формально-деловой характер. Субъекты отношений, с одной стороны, стремятся понять друг друга, а с другой – каждый из участников стремится быть адекватно понятым со стороны партнера.

Межличностные отношения предполагают, так называемую, диалогическую ориентацию субъектов относительно друг друга и имеют направленность в зависимости от выбора стратегии межличностного взаимодействия и совокупности доминирующих особенностей поведения человека в отношениях с другими людьми. При конструктивной стратегии межличностных отношений участники приняты другими членами группы, дружелюбны и ориентированы на сотрудничество.

Вступление в подростковый возраст сопровождается изменением социальной позиции и возникновением чувства взрослости. В качестве ведущей деятельности подростков выступает интимно-личностное общение, а именно, общение со сверстниками. В результате у подростков происходит становление системы моральных ценностей, освоение социальных форм поведения, а также приобретаются навыки совместной деятельности.

Модель – это некоторый материальный или мысленно представляемый объект или явление, а также система объектов или знаков, замещающие оригинал, сохраняющие только некоторые важные его свойства, качества и связи предметов.

Построенная нами модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков дает возможность

сосредоточить внимание на наиболее существенных и важных составляющих этапах исследования.

Наша модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков содержит четыре блока: теоретический, диагностический, формирующий и контрольно-обобщающий.

Опытно-экспериментальное исследование проводилось в 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий.

В исследовании использован комплекс методов и методик: теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование; эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование по методике диагностики коммуникативных навыков Д. Морено, по методике диагностики межличностных отношений Т. Лири, по методике диагностики предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса; статистические: Т-критерий Вилкоксона.

В эксперименте приняло участие 23 человека – обучающиеся 5 класса МАОУ «Гимназия № 76 г. Челябинск».

Результаты исследования по методике диагностики коммуникативных навыков Д. Морено: 1 подросток (4 %) – «звезда», 4 подростка (18 %) – «предпочитаемые», 15 подростков (65 %) – «принятые», 3 подростка (13 %) – «изолированные» («непринятые»). Полученные данные указывают на благополучие большинства детей классе в системе межличностных отношений, их удовлетворенность в общении и признании сверстниками.

Коэффициент удовлетворенности взаимоотношениями составляет 91 %, а коэффициент взаимности 53 %, что указывает на благополучие большинства детей классе в системе межличностных отношений, их удовлетворенность в общении и признании сверстниками.

В основном степень выраженности типов межличностного общения по методике Тимати Лири находится в низком и умеренном диапазонах.

8 подростков в классе (35 %) имеют высокую выраженность в альтруистическом типе отношения к окружающим, 6 подростков (26 %) – высокую и 3 подростка (13 %) – экстремальную выраженность в дружелюбном типе отношения к окружающим, 4 подростка (17 %) имеют высокую выраженность в зависимом типе отношения к окружающим, 1 подросток (4 %) имеет экстремальную степень выраженности в этом типе отношения, 3 подростка (13 %) – высокую выраженность в авторитарном типе отношения к окружающим, 2 подростка (9 %) имеют высокую выраженность в агрессивном типе отношения к окружающим, 2 подростка (9 %) – высокую выраженность в подчиняемом типе отношения к окружающим, 1 подросток (4 %) имеет высокую выраженность в подозрительном типе отношения к окружающим.

Стратегии поведения в конфликтной ситуации у большинства обучающихся имеют умеренную степень выраженности. Ярче выражены стратегии: приспособление, избегание, и компромисс. У 11 подростков в классе (48 %) ярко выражена стратегия приспособления, у 8 подростков (35 %) ярко выражена стратегия избегания, у 7 подростков (30 %) ярко выражена стратегия компромисс.

У 6 подростков (26 %) ярко выражена стратегия сотрудничества, у 2 подростков (9 %) – стратегия соперничества. У младших подростков в разных степенях проявлены все стратегии поведения по отношению к окружающим: и избегание, и приспособление, и компромисс, и сотрудничество, и соперничество.

Наиболее используемая стратегия – приспособление. Избегание занимает вторую позицию, компромисс – третью, сотрудничество – четвертую, а соперничество – пятую.

Для определения состава группы, участвующей в программе все стратегии по типу поведения, по типу отношений к окружающим, по

социометрическому статусу мы условно разделили на конструктивные, деструктивные и относительно конструктивные.

Участие в программе было рекомендовано 13 подросткам, остальным предложено заниматься с этой группой по желанию. В группу вошли подростки с деструктивными стратегиями с экстремальной выраженностью:

- по стилю поведения в конфликтной ситуации: 54 % (7 подростков);
- по типу отношений к окружающим: 15 % (2 подростка);
- по социометрической позиции «непринятый»: 8 % (1 подросток);
- по стилю поведения в конфликтной ситуации и по типу отношений к окружающим: 8 % (1 подросток);
- по стилю поведения в конфликтной ситуации и по социометрической позиции «непринятый»: 15 % (2 подростка).

Полученные данные диагностического исследования свидетельствуют о необходимости формирования конструктивных стратегий межличностных отношений у определенной группы обучающихся и формулирования рекомендаций родителям и педагогам по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков. Межличностные отношения младших подростков характеризуются подозрительностью, авторитарностью, агрессивностью, избеганием, приспособлением, что определяет содержание модели формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, содержащую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

Программа рассчитана на группу младших подростков в количестве 8-15 человек. Длительность реализации программы: 10 занятий по 45 минут 1-2 раза в неделю. Методы проведения: лекционный, игровой, беседа, групповая дискуссия.

Повторный сбор диагностических показал: до участия в проведении программы в классе был один человек с социометрическим статусом «звезда», что составляет 4 % от всех участников, а после проведения программы таких подростков стало двое, что составило 8 %. Количество «предпочитаемых» осталось на том же уровне и составило 18 % (4 человека), 13 % «непринятых» (3 человека) изменили свой социометрический статус на «принятые, и количество «принятых» возросло с 65 % (15 человек) до 74 % (17 человек).

У 3 человек (23 %) показатели с высокой степенью авторитарности не выражены. А количество обучающихся с низкой степенью авторитарного типа отношения к окружающим возросло с 4 человек (31 %) до 7 человек (54 %). Количество с умеренной степенью данной стратегии осталось неизменным – 6 человек (46 %).

У 2 человек (15 %) показатели с высокой степенью агрессивности также не выражены. А количество обучающихся с низкой степенью агрессивного типа отношения к окружающим возросло с 5 человек (39 %) до 10 человек (77 %). Количество подростков с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 6 человек (46 %) до 3 человек (23 %).

У 1 человека (8 %) не выражены и показатели с высокой степенью подозрительности. А количество обучающихся с низкой степенью подозрительного типа отношения к окружающим возросло с 9 человек (69 %) до 11 человек (85 %). Количество обучающихся с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 3 человек (23 %) до 2 человек (15 %).

У 8 человек (61 %) показатели с сильной степенью избегания не выражены. А количество обучающихся с умеренной степенью выраженностью поведения избегания возросло с 4 человек (31 %) до 12 человек (92 %). Количество подростков со слабой степенью выраженности данной стратегии осталось неизменным – 1 человек (8 %).

У 2 человек (15 %) показатели с сильной степенью соперничества также не выражены. А количество обучающихся со слабой степенью выраженностью поведения соперничества возросло с 7 человек (54 %) до 11 человек (85 %). Количество подростков с умеренной степенью выраженности данной стратегии уменьшилось с 4 человек (31 %) до 2 человек (15 %).

У 6 человек (46 %) показатели со слабой степенью сотрудничества не выражены. А количество обучающихся с умеренной степенью выраженностью поведения сотрудничество возросло с 6 человек (46 %) до 10 человек (77 %). Количество подростков с сильной степенью выраженности данной стратегии возросло с 1 человека (8 %) до 3 человек (23 %).

Анализ результатов показал, что данная программа, как комплекс психолого-педагогического воздействия, эффективна для снижения степени выраженности агрессивного, авторитарного, подозрительного типов отношения к окружающим, снижает степень выраженности стратегий поведения в конфликтной ситуации: избегание и соперничество и повышает степень выраженности стратегии сотрудничества среди младших подростков. Реализация программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков привела к статистически достоверному понижению показателей данных стратегий у обучающихся 5 класса. Переход от высокой (сильной) выраженности рассмотренных стратегий к низкой и умеренной является показателем адаптивного поведения подростков.

Статистически достоверное увеличение показателей стратегии сотрудничества указывает на то, что реализация программы повышает степень выраженности поведения сотрудничества у подростков.

Реализация программы повлияла на создание в классе общей благожелательной атмосферы, на удовлетворенность взаимоотношениями и взаимность выборов, выравнивание положения, занимаемого в классе



разными детьми, повысив социометрический статус детей, которые относились к низкой статусной категории. После реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков все подростки относятся к благополучным статусным подгруппам.

Гипотеза исследования подтверждена: уровень конструктивности стратегий межличностных отношений младших подростков изменится, если разработать и реализовать модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков, содержащую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

По результатам опытно-экспериментального исследования составлены технологическая карта внедрения результатов исследования и психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям обучающихся 5-го класса по сохранению положительных результатов, полученных в результате реализации программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абросимов, И. Н. Стиль межличностных отношений и риск саморазрушающего поведения в подростковом возрасте // Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн. – 2017. – Т. 5, № 4 (18) [Электронный ресурс]. – URL: <http://medpsy.ru/climp>

2. Белисова, А. А. Понятие межличностных отношений и их развитие [Текст] / А. А. Белисова, С. В. Васерман, Е. А. Кронштатова, Л. Н. Мишенева, Н. И. Николаева, Г. И. Богомолова // Теория и практика современной науки. – 2018. – № 4 (34). – С. 610–615.

3. Березовин, Н. А. Стиль отношения учителя к детям и межличностные отношения в классе [Текст] / Н. А. Березовин, Я. Л. Коломинский // в сборнике: Грани научно-психологической школы Я. Л. Коломинского Сб. науч. ст. / Министерство образования Республики Беларусь, Белорусский гос. пед. ун-т им. М. Танка. Минск, 2019. – С. 148–167.

4. Божович, Е. Д. Вероятностный характер связи между внутри- и межличностной конфликтностью подростков [Текст] / Е. Д. Божович // Психологическая наука и образование. – 2007. – № 2. – С. 5–15.

5. Братчикова, Н. Н. Межличностные отношения подростков в учебной группе [Текст] / Н. Н. Братчикова // Образование и наука в России и за рубежом. – 2019. – № 4 (52). – С. 115–122.

6. Булах, К. В. Особенности межличностных отношений в образовательной организации [Текст] / К. В. Булах, З. В. Улубаева // Науч. вестник гос. автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Невинномысский государственный гуманитарно-технический институт». – 2019. № 1. – С. 81–84.

7. Бухтиярова, И. Н. Межличностные отношения детей и родителей: теоретико-методологический анализ [Текст] / И. Н. Бухтиярова // Общество: социология, психология, педагогика. – 2019. – № 3. – С. 76–80.

8. Герцог, Г. А. Основы научного исследования: методология, методика, практика [Текст]: учебное пособие. / Г. А. Герцог // – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2013. – 208 с.

9. Гобаева, И. А. Мотивация младших подростков в процессе общения [Текст] / И. А. Гобаева, О. У. Гогицаева О. У. // Психология XXI века: психология как наука, искусство и призвание. Сборник научных трудов участников Международной научной конференции молодых ученых: В двух томах. Под научной редакцией А. В. Шаболтас, С. Д. Гуриевой. Санкт-Петербург: Изд-во: ООО «Издательство ВВМ», 2018. – С. 344–348.

10. Гогицаева, О. У. Динамика межличностных отношений подростков. [Текст] / О. У. Гогицаева // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. – 2014. – № 4 (19). – С. 38–41.

11. Голев, В. К. Конфликт в межличностных отношениях [Текст] / В. К. Голев, Н. П. Петрова // Интеграция наук. – 2018. – № 4 (19). – С. 396–397.

12. Голубь, А. А. Психологические особенности межличностных отношений подростков [Текст] / А. А. Голубь, М. А. Образцова // Актуальные психолого-педагогические исследования. Сборник материалов научных исследований/ Под редакцией Е. М. Разумовой / Магнитогорский гос. технический университет. Магнитогорск, 2017. – С. 26–29.

13. Долганов Д. Н. Характеристика типов межличностных отношений [Текст] / Д. Н. Долганов // Вестник экспериментального образования. – 2016. – № 1 (4). – С. 10–27.

14. Долгова, В. И. Эмоциональная устойчивость личности. [Текст] / В. И. Долгова, Г. Ю. Гольева // – Москва: Изд-во «Перо», 2014. – 173 с.

15. Долгова, В. И. Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков [Текст] / В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец // Сер. Инновационная культура будущего педагога-психолога. – Челябинск, 2010. – 109 с.

16. Долгова, В. И. Феномен «Я-концепция» подростка. [Текст] / В. И. Долгова, А. А. Кошелева // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2016. – № 7. – С. 139–43.

17. Долгова, В. И. Психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений у старших подростков [Текст] / В. И. Долгова, Е. В. Попова, А. В. Молоканов / Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2015. – Т. 31. – С. 91–95.

18. Долгова, В. И. Психолого-педагогическая коррекция межличностного взаимодействия младших подростков: программа и результаты [Текст] / В. И. Долгова // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. – 2017. – № 2 (29). – С. 90–96.

19. Доронина, Н. Н. Особенности межличностных отношений подростков с разным уровнем развития лидерских качеств [Текст] / Н. Н. Доронина, Е. И. Зиборова, С. В. Шкилев // Вестник РМАТ. – 2019. – № 1. – С. 80–83.

20. Дорохова, А. В. Разрешение конфликтов: учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений [Текст] / А. В. Дорохова, Л. И. Игумнова, Т. И. Привалихина. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 192 с.

21. Друк, А. И. Программа развития межличностных отношений подростков посредством методов активного социально-психологического обучения [Текст] / А. И. Друк, Л. В. Мамедова // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сборник статей по материалам XXXIII международной студенческой научно-практической конференции № 6 (33). Новосибирск, 2015. – С. 219–228.

22. Духновский, С. В. Изучение межличностных отношений в системе «родитель-ребенок» [Текст] / С. В. Духновский // В сборнике: Дружининские чтения. Сборник материалов XII Всероссийской научно-практической конференции / Под редакцией: И. Б. Шуванова, С. В. Воронина, Ю. Э. Макаревой, А. А. Смирновой. – 2013.– С. 336–339.

23. Духновский, С. В. Комплексная диагностика гармоничности и дисгармоничности межличностных отношений субъектов образовательного процесса [Текст] / С. В. Духновский // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. – 2012. – № 31. – С. 35–40.

24. Духновский, С. В. Особенности дисгармонии в различных формах межличностных отношений [Текст] / С. В. Духновский // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. – 2012. –Т. 5. –№ 3. – С. 60–68.

25. Духновский, С. В. Психология отношений личности [Текст] / С. В. Духновский // Сборник аннотаций научно-исследовательских работ, выполненных кафедрами университета за 2014 год. Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Курганский государственный университет». – Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2015. – 49 с.

26. Ерёмина, О. С. Психологическая совместимость членов группы / О.С. Ерёмина// В сборнике: Роль инноваций в трансформации современной науки // сборник статей Международной научно-практической конференции: в 6 частях. 2017. С. 80–82.

27. Жуина, Д. В. Игра как метод коррекции межличностных отношений младших школьников [Текст] / Д. В. Жуина, Н. А. Лобанова // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2018. – № 1. – С. 41–48.

28. Калина, И. Г. Развитие у учащихся навыков взаимодействия и укрепление межличностных отношений в школьном коллективе посредством подвижных игр [Текст] / И. Г. Калина, Н. Х. Гжемская // Воспитание школьников. – 2018. – № 5. – С. 30–37.

29. Кобышева, Л. И. Специфика психокоррекционной работы педагога-психолога с младшими школьниками и подростками [Текст] / Л. И. Кобышева // Современная педагогика. – 2016. – № 8 (45). – С. 70–76.

30. Козырькова, А. А. Влияние акцентуации характера подростков на межличностные отношения в коллективе [Текст] / А. А. Козырькова // Проблемы науки. – 2019. – № 11 (47). – С. 117–118.

31. Коломинский, Я. Л. Психология детского коллектива: Система личных взаимоотношений [Текст] / Яков Львович // Мн.: Нар. Асвета. 1984. 239 с., ил.

32. Константинов, В. В. Психология межличностных отношений [Текст] / В. В. Константинов // Учебно-методическое пособие / Пенза, Пензенский гос. ун-т, 2019. – 72с.

33. Королева, А. Ф. Особенности дисгармоничных межличностных отношений в подростковом возрасте [Текст] / А. Ф. Королева, Н. С. Королева // Новая наука: Стратегии и векторы развития. – 2016. – № 118–3. – С. 78–80.

34. Королева, А. Ф. Социально - психологические особенности подросткового возраста [Текст] / А. Ф. Королева, Н. С. Королева // Новая наука: Стратегии и векторы развития. – 2016. – № 118-3. – С. 76–78.

35. Котина, Н. Н. Социальное развитие младшего подростка в совместно-распределенной учебной деятельности [Текст] / Н. Н. Котина // Казанский педагогический журнал. – 2016. – № 4 (117). – С. 171–176.

36. Кукаркина, С. К. Влияние типа семейных отношений на межличностные отношения школьников [Текст] / С. К. Кукаркина // Молодежная наука в развитии регионов. – 2017. – Т. 2. – С. 340– 341.

37. Курбанова, З.Б. Характеристика межличностных отношений в группах и коллективах [Текст] / З.Б. Курбанова // NovaInfo.Ru. – 2018. – Т. 2. – № 85. – С. 221–224.

38. Лазурский, А. Ф. Классификация личностей [Текст] / А. Ф. Лазурский // – Санкт-Петербург, 1991. – 197 с.

39. Лобза, О. В. Взаимосвязь личностных особенностей и стилей межличностных отношений подростков [Текст] / О. В. Лобза // В сборнике: Современное состояние и перспективы развития психологии отношения человека к жизнедеятельности. Сборник научных трудов, посвященный 125-летию со дня рождения В. Н. Мясищева/ Владимирский гос. ун-т имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых; Гуманитарный ин-т; Ин-т психологии Российской академии наук. Москва, – 2018. – С. 255–261.

40. Луева, М. В. Возрастные особенности и стратегии совладающего 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. – С. 88 – 91

41. Луева, М. В. Стратегии совладающего поведения младшего подростка на разных этапах образовательного процесса. [Текст] / М. В. Луева// Наука и бизнес: пути развития. – 2015. – № 3 (45). – С. 21–26.

42. Мясищев, В. Н. Психология отношений [Текст] / Владимир Николаевич/ избранные психологические труды // Ред. А. А. Бодалев. – Москва: Институт практической психологии. – Воронеж: НПО МОДЭК, 1995. – 356 с.

43. Найданова, А. Д. Исследование эмоциональной стороны межличностных отношений в малой группе [Текст] / А. Д. Найданова // Master's Journal. – 2019. – № 1. – С. 145–149.

44. Нартова-Бочавер, С. К. Психология личности и межличностных отношений [Текст] / С. К. Нартова-Бочавер // Учеб. пособие. Москва: Изд-во «ЮРАЙ» Сер. 64. Авторский учебник (2-е изд., пер. и доп.), 2019. – 262 с.
45. Нестерова, В. В. Психодиагностика межличностных отношений [Текст] / В. В. Нестерова // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2018. – № 1. – С. 206–209.
46. Нигматуллина, Л. М. Межличностные отношения в подростковом возрасте [Текст] / Л. М. Нигматуллина // NovaInfo.Ru. – 2018. – Т. 2. – № 85. – С. 206–210.
47. Нигматуллина, Л. М. Формирование межличностных отношений в подростковом возрасте [Текст] / Л. М. Нигматуллина // Теория и практика современной науки. – 2018. – № 6 (36). – С. 502–504.
48. Никитина, А. А. Субъектная регуляция деятельности и межличностные отношения подростков [Текст] / А. А. Никитина // Вестник современных исследований. – 2018. – № 6.3 (21). – С. 281–283.
49. Никитина, Л. С. Формирование конструктивных способов разрешения конфликтов у младших подростков [Текст] / Л. С. Никитина // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2015. – № S2. – С. 196–200.
50. Патрикеева, Э. Г. Влияние феномена лидерства на формирование межличностных отношений в классном коллективе младших подростков [Текст] // Э. Г. Патрикеева, Ю. К. Ивонтьева / Молодой ученый. – 2015. – № 7 (87). – С. 694–697.
51. Петрова, И. М. Межличностные отношения (между школьниками) [Текст] / И. М. Петрова // Современное образование: традиции и инновации. – 2019. – № 2. – С. 129–131.
52. Петрова, И. М. Межличностные отношения подростков [Текст] / И. М. Петрова // Современное образование: традиции и инновации. – 2018. – № 3. – С. 115–119.



53. Разливинская, Н. А. Особенности межличностных отношений в малых группах [Текст] / Н. А. Разливинская // Гуманитарные исследования в XXI веке. – 2017. – № 1. – С. 14–21.

54. Райгородский, Д. Я. Практическая психодиагностика [Текст] / Даниил Яковлевич // Методики и тесты. Учебное пособие/ Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2001. – 672 с.

55. Рождественская, Н. А. Формирование у подростков конструктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях [Текст] / Н. А. Рождественская, Ф. М. Мамонова // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2010. – № 1. – С. 110–116.

56. Рубинштейн, С. Л. Теоретические вопросы психологии и проблема личности. Психология личности [Текст] / Сергей Леонидович // Москва: Изд-во МГУ, 1982. – 340 с.

57. Рябых, М. И. Влияние личностных особенностей подростков на выбор стратегий поведения в конфликте [Текст] / М. И. Рябых // Наука и перспективы. – 2015. – № 2. – С. 8.

58. Сегеда, А. С. Коммуникативные стратегии в межличностных дискуссиях (на материале русской и английской художественной литературы) [Текст] / А. С. Сегеда // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. – 2018. – № 7 (130). – С. 116–120.

59. Сепиашвили, Е. Н. Роль управления межличностными отношениями в коллективе [Текст] / Е. Н. Сепиашвили // В сборнике: Актуальные проблемы гуманитарного знания. Сборник статей Гуманитарно-социальный институт. Москва, – 2018. – С. 109–113.

60. Серебрякова, Т. А. Проблема конфликта в психологии [Текст] / Т. А. Серебрякова, С. В. Десятова // Бюллетень науки и практики. – 2017. – № 1 (14). – С. 210–215.

61. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии [Текст] / Е. В. Сидоренко // Санкт-Петербург: Изд-во ООО «Речь», 2002. – 350 с.
62. Сухарева, Е. В. Влияние темперамента на формирование межличностных отношений [Текст] / Е. В. Сухарева, С. Б. Перевозкин // СМАЛЬТА. – 2017. – № 1. – С. 59–63.
63. Сухачёва, К. С. Социально-психологический феномен межличностных отношений [Текст] / К. С. Сухачёва // Образование и наука в России и за рубежом. – 2019. – № 14 (62). – С. 54–60.
64. Тупицына, Е. А. Особенности межличностных отношений в подростковом возрасте [Текст] / Е. А. Тупицына // Интеграция наук. – 2018. – № 4 (19). – С. 410–412.
65. Халилов, Б. Б. Влияние конфликтного поведения подростка на положение в группе сверстников [Текст] / Б. Б. Халилов // Nova Info.Ru. – 2016. – Т. 1. – № 48. – С. 323–327.
66. Цукерман, Г. А. Десяти-двенадцатилетние школьники: «Ничья земля в возрастной психологии» [Текст] / Г. А. Цукерман // Вопросы психологии. – 1998. – № 3. – С. 17–31.
67. Чубанов, М. Ч. Особенности стиля межличностных отношений у подростков в классе [Текст] / М. Ч. Чубанов // NovaInfo.Ru. – 2016. – Т. 1. – № 48. – С. 327–331.
68. Шевченко, Р. Д. Влияние детско-родительских отношений на межличностные взаимодействия подростков [Текст] / Р. Д. Шевченко // В сборнике: Современная психология и педагогика: проблемы и решения. Сборник статей по материалам XII международной научно-практической конференции. – 2018. – С. 100–105.
69. Шереметова, Е. В. межличностные отношения в группах. Малая группа [Текст] / Е. В. Шереметова // Современные исследования. – 2018. – № 6 (10). – С. 77 – 79.

70. 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.

71. Шихахмедова, Э. Р. Межличностные отношения [Текст] / Э.Р. Шихахмедова // В сборнике: Конструктивизм в психологии и педагогике/ сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2017. – С. 249–251.

72. Эльконин, Д. Б. Избранные психологические труды [Текст] / Даниил Борисович // Москва: Педагогика. 1989. – 560 с.: ил. – (Труды д. чл. и чл.-кор. АПН СССР).

73. Юлдашева, М. Психологические особенности межличностного отношения в подростковом возрасте [Текст] / М. Юлдашева, З. Жумабаева // Теория и практика современной науки. – 2019. – № 1(43). – С. 535–537.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1  
Методики диагностики

Методика диагностики межличностных и межгрупповых отношений  
(«социометрия») Д. Морено

Используется для диагностики межличностных и межгрупповых отношений у учеников 2-11 классов.

Социометрическая методика проводится групповым методом, ее проведение не требует больших временных затрат (до 15 мин.).

Цель: а) измерение степени сплоченности – разобщенности в группе; б) выявление «социометрических позиций», т. е. относительного авторитета членов группы по признакам симпатии-антипатии, где на крайних полюсах оказываются «лидер» группы и «отвергнутый»; в) обнаружение внутригрупповых подсистем, сплоченных образований, во главе которых могут быть свои неформальные лидеры.

Инструкция: «Отвечая на вопрос, укажи фамилии одноклассников, которых ты бы выбрал».

Таблица 1.1 – Социометрическая карточка

Критерии	Выборы				
Кого бы Вы хотели пригласить к себе на день рождения?					

Таблица 1.2 – Величины ограничения социометрических выборов

Число членов групп	Социометрическое ограничение d	Вероятность случайного выбора P(A)
5-7	1	0,20-0,14
8-11	2	0,25-0,18
12-16	3	0,2-0,19
17-21	4	0,23-0,19
22-26	5	0,23-0,19
27-31	6	0,22-0,19
32-36	7	0,21-0,19

Обработка и интерпретация:

1. Составление социоматрицы (результаты выборов разносятся по матрице с помощью условных обозначений).

2. На основе социоматрицы строится социограмма - карта социометрических выборов (социометрическая карта).

3. Производится расчет социометрических индексов.

Социограмма позволяет произвести сравнительный анализ структуры взаимоотношений в группе в пространстве на некоторой плоскости («щите») с помощью специальных знаков (схема «мишень»).

Каждая окружность в социограмме имеет свое значение.

I. Внутренний круг – это так называемая зона «звезд».

II. Второй круг – зона «предпочитаемых».

III. Третий круг – зона «принятых».

IV. Четвертый круг – зона «изолированных».

V. Пятый круг – зона «пренебрегаемых».

Сначала необходимо определить среднее количество выборов  $m$  по формуле:

$$m = \frac{R}{N}, \quad (1.1)$$

где  $R$  – общее количество сделанных положительных выборов;  
 $N$  – число членов группы.

Затем определяем квадратическое отклонение  $s$ :

$$s = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^n (m_i - m)^2}{N}}, \quad (1.2)$$

где  $m_i$  – количество полученных выборов  $i$ -м членом.

Отнесение в ту или иную группу происходит на основании социоматрицы и в соответствии социометрическому статусу. Социометрическому статусу ( $St$ ) в данном случае соответствует количество полученных выборов (см. табл. 8).

Таблица 1.3 – Соотнесение количества предпочтений ролевым позициям

Название группы	Число выборов
«Звезды»	$St = m + 2s$
«Предпочитаемые»	$St > m + 1s$
«Принятые»	$St = m + 1s$
«Изолированные» (непринятые)	$St < m - 1s$
«Пренебрегаемые»	$St < m - 2s$

где сигма ( $s$ ) – квадратическое отклонение.

Анализ социограммы начинается с отыскания центральных, наиболее влиятельных членов, затем взаимных пар и группировок. Группировки состояются из взаимосвязанных лиц, стремящихся выбирать друг друга.

Показателями благополучия складывающихся отношений являются коэффициент удовлетворенности взаимоотношениями (КУ) и коэффициент взаимности выборов (КВ).

Коэффициент удовлетворенности взаимоотношениями (КУ) определяется процентным соотношением числа членов, имеющих взаимные выборы, к числу всех членов.

По величине показателя КУ можно отнести группу к одному из четырех уровней удовлетворенности взаимоотношениями:

I – КУ = 33 % и ниже (низкий), II – КУ = 34-49 % (средний),  
 III – КУ = 50-65 % (высокий), IV – КУ = 66 % и выше (сверхвысокий).

Коэффициент взаимности (КВ) определяется процентным соотношением количества взаимных выборов к общему числу выборов и показывает, насколько взаимны симпатии в общности.

По величине показателя КВ можно отнести группу к одному из четырех уровней взаимности:

I – КВ = 15-20 % (низкий), II – КВ = 21-30 % (средний),  
 III – КВ = 31-40 % (высокий), IV – КВ = 40 % и выше (сверхвысокий).

## Методика диагностики межличностных отношений Т. Лири

Применяется для обследования подростков и взрослых.

Тест может проводиться как в индивидуальной, так и в групповой форме. Время выполнения теста: 20-30 мин.

Цель: изучение стиля и структуры межличностных отношений и их особенностей, а также исследования представлений испытуемого о себе, своем «идеальном Я», отношения к самому себе.

Инструкция: Поставьте знак «+» против тех определений, которые соответствуют Вашему представлению о себе (если нет полной уверенности, знак «+» не ставьте).

Методика позволяет выявить зоны конфликтного испытуемого.

### Текст опросника

- I
  - 1. Другие думают о нем благосклонно
  - 2. Производит впечатление на окружающих
  - 3. Умеет распоряжаться, приказывать
  - 4. Умеет настоять на своем
- II
  - 5. Обладает чувством собственного достоинства
  - 6. Независимый
  - 7. Способен сам позаботиться о себе
  - 8. Может проявить безразличие
- III
  - 9. Способен быть суровым
  - 10. Строгий, но справедливый
  - 11. Может быть искренним
  - 12. Критичен к другим
- IV
  - 13. Любит поплакаться
  - 14. Часто печален
  - 15. Способен проявить недоверие
  - 16. Часто разочаровывается
- V
  - 17. Способен быть критичным к себе
  - 18. Способен признать свою неправоту
  - 19. Охотно подчиняется
  - 20. Уступчивый

- VI 21. Благородный
- 22. Восхищающийся и склонный к подражанию
- 23. Уважительный
- 24. Ищущий одобрения
- VII 25. Способен к сотрудничеству
- 26. Стремится ужиться с другими
- 27. Дружелюбный, доброжелательный
- 28. Внимательный- и ласковый
- VIII 29. Деликатный
- 30. Одобряющий
- 31. Отзывчивый к призывам о помощи
- 32. Бескорыстный
- I 33. Способен вызвать восхищение
- 34. Пользуется уважением у других
- 35. Обладает талантом руководителя
- 36. Любит ответственность
- II 37. Уверен в себе
- 38. Самоуверен и напорист
- 39. Деловит и практичен
- 40. Любит соревноваться
- III 41. Строгий и крутой, где надо
- 42. Неумолимый, но беспристрастный
- 43. Раздражительный
- 44. Открытый и прямолинейный
- IV 45. Не терпит, чтобы им командовали
- 46. Скептичен
- 47. На него трудно произвести впечатление
- 48. Обидчивый, щепетильный

- V 49. Легко смущается  
50. Неуверен в себе  
51. Уступчивый  
52. Скромный
- VI 53. Часто прибегает к помощи других  
54. Очень почитает авторитеты  
55. Охотно принимает советы  
56. Доверчив и стремится радовать других
- VII 57. Всегда любезен в обхождении  
58. Дорожит мнением окружающих  
59. Общительный и уживчивый  
60. Добросердечный
- VIII 61. Добрый, вселяющий уверенность  
62. Нежный и мягкосердечный  
63. Любит заботиться о других  
64. Бескорыстный, щедрый
- I 65. Любит давать советы  
66. Производит впечатление значимости  
67. Начальственно-повелительный  
68. Властный
- II 69. Хвастливый  
70. Надменный и самодовольный  
71. Думает только о себе  
72. Хитрый и расчетливый
- III 73. Нетерпим к ошибкам других  
74. Своекорыстный  
75. Откровенный  
76. Часто недружелюбен



- IV 77. Озлобленный
- 78. Жалобщик
- 79. Ревнивый
- 80. Долго помнит обиды
- V 81. Склонный к самобичеванию
- 82. Застенчивый
- 83. Безынициативный
- 84. Кроткий
- VI 85. Зависимый, несамостоятельный
- 86. Любит подчиняться
- 87. Предоставляет другим принимать решения
- 88. Легко попадает впросак
- VII 89. Легко попадает под влияние друзей
- 90. Готов довериться любому
- 91. Благорасположен ко всем без разбору
- 92. Всем симпатизирует
- VIII 93. Прощает все
- 94. Переполнен чрезмерным сочувствием
- 95. Великодушен и терпим к недостаткам
- 96. Стремится покровительствовать
- I 97. Стремится к успеху
- 98. Ожидает восхищения от каждого
- 99. Распоряжается другими
- 100. Деспотичный
- II 101. Сноб (судит о людях по рангу и достатку, а не по личным качествам)
- 102. Тщеславный
- 103. Эгоистичный
- 104. Холодный, черствый

- III 105. Язвительный, насмешливый
- 106. Злобный, жестокий
- 107. Часто гневливый
- 108. Бесчувственный, равнодушный
- IV 109. Злопамятный
- 110. Проникнут духом противоречия
- 111. Упрямый
- 112. Недоверчивый и подозрительный
- V 113. Робкий
- 114. Стыдливый
- 115. Отличается чрезмерной готовностью подчиняться
- 116. Мягкотелый
- VI 117. Почти никогда никому не возражает
- 118. Ненавязчивый
- 119. Любит, чтобы его опекали
- 120. Чрезмерно доверчив
- VII 121. Стремится снискать расположение каждого
- 122. Со всеми соглашается
- 123. Всегда дружелюбен
- 124. Всех любит
- VIII 125. Слишком снисходителен к окружающим
- 126. Старается утешить каждого
- 127. Заботится о других в ущерб себе
- 128. Портит людей чрезмерной добротой

Таблица 1.4 – Ключ к тесту по методике межличностных отношений Т. Лири

Номера тенденций	Номера черт
I	1,2,3,4, 33,34,35,36, 65,66,67,68, 97,98,99,100
II	5,6,7,8, 37,38,39,40, 69,70,71,72, 101,102,103,104
III	9,10,11,12, 41,42,43,44, 73,74,75,76, 105,106,107,108
IV	13,14,15,16, 45,46,47,48, 77,78,79, 80, 109,110,111,112
V	17,18,19,20, 49,50,51,52, 81,82,83,84, 113,114,115,116
VI	21,22,23,24, 53,54,55,56, 85,86,87,88, 117,118,119,120
VII	25,26,27,28, 57,58,59,60, 89,90,91,92, 121,122,123,124
VIII	29,30,31,32, 61,62,63,64, 93,94,95,96, 125,126,127,128

Обработка и интерпретация:

в результате производится подсчет баллов по каждой октанте с помощью специального «ключа» к опроснику.

Таблица 1.5 – Оценка уровня и степень выраженности отношений по методике межличностных отношений Т. Лири

0-4 балла – низкая выраженность 5-8 баллов – умеренная выраженность	адаптивное поведение
9-12 баллов – высокая выраженность 13-16 баллов – экстремальная выраженность	экстремальное поведение до патологии

## Типы отношения к окружающим

### I. Авторитарный

13-16 – диктаторский, властный, деспотический характер, тип сильной личности, которая лидирует во всех видах групповой деятельности. Всех наставляет, поучает, во всем стремится полагаться на свое мнение, не умеет принимать советы других. Окружающие отмечают эту властность, но признают ее.

9-12 – доминантный, энергичный, компетентный, авторитетный лидер, успешный в делах, любит давать советы, требует к себе уважения.

0-8 – уверенный в себе человек, но не обязательно лидер, упорный и настойчивый.

### II. Эгоистический

13-16 – стремится быть над всеми, но одновременно в стороне от всех, самовлюбленный, расчетливый, независимый, себялюбивый. Трудности перекладывает на окружающих, сам относится к ним несколько отчужденно, хвастливый, самодовольный, заносчивый.

0-12 – эгоистические черты, ориентация на себя, склонность к соперничеству.

### III. Агрессивный

13-16 – жесткий и враждебный по отношению к окружающим, резкий, жесткий, агрессивность может доходить до асоциального поведения.

9-12 – требовательный, прямолинейный, откровенный, строгий и резкий в оценке других, непримиримый, склонный во всем обвинять окружающих, насмешливый, ироничный, раздражительный.

0-8 – упрямый, упорный, настойчивый и энергичный.

### IV. Подозрительный

13-16 – отчужденный по отношению к враждебному и злобному миру, подозрительный, обидчивый, склонный к сомнению во всем, злопамятный, постоянно на всех жалуется, всем недоволен (шизоидный тип характера).

9-12 – критичный, необщительный, испытывает трудности в интерперсональных контактах из-за неуверенности в себе, подозрительности и боязни плохого отношения, замкнутый, скептический, разочарованный в людях, скрытный, свой негативизм проявляет в вербальной агрессии.

0-8 – критичный по отношению ко всем социальным явлениям и окружающим людям.

## V. Подчиняемый

13-16 – покорный, склонный к самоуничижению, слабовольный, склонный уступать всем и во всем, всегда ставит себя на последнее место и осуждает себя, приписывает себе вину, пассивный, стремится найти опору в ком-либо более сильном.

9-12 – застенчивый, кроткий, легко смущается, склонен подчиняться более сильному без учета ситуации.

0-8 – скромный, робкий, уступчивый, эмоционально сдержанный, способный подчиняться, не имеет собственного мнения, послушно и честно выполняет свои обязанности.

## VI. Зависимый

13-16 – резко неуверенный в себе, имеет навязчивые страхи, опасения, тревожится по любому поводу, поэтому зависим от других, от чужого мнения.

9-12 – послушный, боязливый, беспомощный, не умеет проявить сопротивление, искренне считает, что другие всегда правы.

0-8 – конформный, мягкий, ожидает помощи и советов, доверчивый, склонный к восхищению окружающими, вежливый.

## VII. Дружелюбный

9-16 – дружелюбный и любезный со всеми, ориентирован на принятие и социальное одобрение, стремится удовлетворить требования всех, «быть хорошим» для всех без учета ситуации, стремится к целям микрогрупп имеет развитые механизмы вытеснения и подавления, эмоционально лабильный (истероидный тип характера).

0-8 – склонный к сотрудничеству, кооперации, гибкий и компромиссный при решении проблем и в конфликтных ситуациях, стремится быть в согласии с мнением окружающих, сознательно конформный, следует условностям, правилам и принципам «хорошего тона» в отношениях с людьми, инициативный энтузиаст в достижении целей группы, стремится помогать, чувствовать себя в центре внимания, заслужить признание и любовь, общительный, проявляет теплоту и дружелюбие в отношениях.

## VIII. Альтруистический

9-16 – гиперответственный, всегда приносит в жертву свои интересы, стремится помочь и сострадать всем, навязчивый в своей помощи и слишком активный по отношению к окружающим, неадекватно принимает на себя ответственность за других (может быть только внешняя «маска», скрывающая личность противоположного типа).

0-8 – ответственный по отношению к людям, деликатный, мягкий, добрый, эмоциональное отношение к людям проявляет в сострадании, симпатии, заботе, ласке, умеет подбодрить и успокоить окружающих, бескорыстный и отзывчивый.

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

Применяется для обследования подростков и взрослых.

Тест возможно использовать в групповом варианте как в сочетании с другими тестами, так и отдельно. Затраты времени – не более 15 – 20 мин.

Цель: выявление стиля поведения в конфликтной ситуации.

Порядок исследования: опросник состоит из 12 суждений о поведении индивида в конфликтной ситуации, которые в различных сочетаниях сгруппированы в 30 пар. Респонденту предлагается выбрать то суждение, которое является наиболее типичным для характеристики его поведения.

Инструкция: «Вашему вниманию предлагается 30 утверждений, касающихся поведения человека в конфликтных ситуациях. Прочтите последовательно каждое из них и выберите то, которое соответствует Вашему представлению о своём поведении в конфликтной ситуации».

Текст опросника

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

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

2. А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

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

3. А. Я обычно настойчиво стремлюсь добиться своего.

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

4. А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

Б. Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

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

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

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

Б. Я стараюсь добиться своего.

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

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

8. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

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

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

Б. Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.

10. А. Я твердо стремлюсь достичь своего.

Б. Я пытаюсь найти компромиссное решение.

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

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

12. А. Зачастую я стараюсь избегать 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 было сделано, по-моему.
14. А. Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.  
Б. Я пытаюсь показать другому логику и преимущество моих взглядов.
15. А. Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.  
Б. Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряженности.
16. А. Я стараюсь не задеть чувства другого.  
Б. Я стараюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.
17. А. Обычно я настойчиво стараюсь добиться своего.  
Б. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
18. А. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.  
Б. Я даю другому возможность остаться при своем мнении, если он тоже идет мне навстречу.
19. А. Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.  
Б. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы решить его окончательно.
20. А. Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.  
Б. Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.
21. А. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.  
Б. Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.
22. А. Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей позицией и точкой зрения другого человека.  
Б. Я отстаиваю свои желания.
23. А. Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.  
Б. Иногда я представляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.
24. А. Если позиция другого кажется ему очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.  
Б. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.
25. А. Я пытаюсь показать другому логику и преимущество моих взглядов.  
Б. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.
26. А. Я предлагаю среднюю позицию.  
Б. Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

27. А. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.  
 Б. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.
28. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.  
 Б. Улаживая ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого.
29. А. Я предлагаю среднюю позицию.  
 Б. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.
30. А. Я стараюсь не задеть чувств другого.  
 Б. Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы совместно с другим заинтересованным человеком могли добиться успеха.

Ключ к тесту:

1. Избегание – это отсутствие стремления к сотрудничеству, но одновременно с этим нет и стремления к достижению своих целей; участники (или один из них) делают вид, что конфликта вообще нет, игнорируют его (1А, 5Б, 6А, 7А, 9А, 12А, 15Б, 17Б, 19Б, 23Б, 27А, 29Б).
2. Уступчивость (приспособление) – принесение своих интересов в жертву другому, согласие на свой проигрыш ради сохранения хороших отношений (1Б, 3Б, 4Б, 11Б, 15А, 16А, 18А, 21А, 24А, 25Б, 27Б, 30А).
3. Компромисс – обмен взаимными частичными уступками. Оба участника частично выигрывают, но и частично вынуждены отказаться от своих целей, что сохраняет напряженность и может привести к возобновлению конфликта (2А, 4А, 7Б, 10Б, 12Б, 13А, 18Б, 20Б, 22А, 24Б, 26А, 29А).
4. Соперничество – стремление добиться своего в ущерб другому и во что бы то ни стало (3А, 6Б, 8А, 9Б, 10А, 13Б, 14Б, 16Б, 17А, 22Б, 25А, 28А).
5. Сотрудничество – совместный поиск решений, полностью удовлетворяющих интересы обоих участников (2Б, 5А, 8Б, 11А, 14А, 19А, 20А, 21Б, 23А, 26Б, 28Б, 30Б).

Таблица 1.6 – Бланк опросника

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

Для описания типов поведения людей в конфликтных ситуациях К. Томас считает применимой двухмерную модель регулирования конфликтов, основополагающими измерениями в которой являются кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в конфликт, и напористость, для которой характерен акцент на защите собственных интересов.



Обработка и интерпретация результатов:

1. Подсчёт количества баллов, набранных индивидом по каждой шкале (выписав 5 названий реакции по ключу, отметить галочками те ответы, которые совпадают с «ключом», подсчитать количество галочек, каждое совпадение – 1 балл).

2. Определить тенденции к проявлению соответствующих форм поведения в конфликтных ситуациях.

3. Определить степени выраженности стратегий:

менее 5 баллов – слабо выраженная стратегия,

5 -7 баллов – умеренная стратегия,

более 7 баллов – сильно выраженная стратегия.

Соперничество заключается в навязывании другой стороне предпочтительного для себя решения. Соперничество оправдано в случаях: явной конструктивности предлагаемого решения; выгоды результата для всей группы, организации, а не для отдельной личности или микрогруппы; важности исхода борьбы для проводящего данную стратегию; отсутствии времени на уговоры оппонента. Соперничество целесообразно в экстремальных и принципиальных ситуациях, при дефиците времени и высокой вероятности опасных последствий.

Компромисс состоит в желании оппонентов завершить конфликт частичными уступками. Он характеризуется отказом от части ранее выдвигавшихся требований, Конфликтность в межличностном взаимодействии готовностью признать претензии другой стороны частично обоснованными, готовностью простить. Компромисс эффективен в случаях: понимания оппонентом, что он и соперник обладают равными возможностями; наличия взаимоисключающих интересов; удовлетворения временным решением; угрозы потерять все. Сегодня компромисс – наиболее часто используемая стратегия завершения конфликтов.

Приспособление, или уступка, рассматривается как вынужденный или добровольный отказ от борьбы и сдача своих позиций. Принять такую стратегию оппонента вынуждают разные мотивы: осознание своей неправоты, необходимость сохранения хороших отношений с оппонентом, сильная зависимость от него; незначительность проблемы. Кроме того, к такому выходу из конфликта приводит значительный ущерб, полученный в ходе борьбы, угроза еще более серьезных негативных последствий, отсутствие шансов на другой исход, давление третьей стороны.

Уход от решения проблемы, или избегание, является попыткой уйти из конфликта при минимуме затрат. Отличается от аналогичной стратегии поведения в ходе конфликта тем, что оппонент переходит к ней после неудачных попыток реализовать свои интересы с помощью активных стратегий. Собственно, разговор идет не о разрешении, а о затухании конфликта. Уход может быть вполне конструктивной реакцией на затянувшийся конфликт. Избегание применяется при отсутствии сил и времени для решения противоречия, стремлении выиграть время, наличии трудностей в определении линии своего поведения, нежелании решать проблему вообще.

Сотрудничество считается наиболее эффективной стратегией поведения в конфликте. Оно предполагает направленность оппонентов на конструктивное обсуждение проблемы, рассмотрение другой стороны не как противника, а как союзника в поиске решения. Сотрудничество эффективно в ситуациях: сильной взаимозависимости оппонентов; склонности обоих игнорировать различие во власти; важности решения для обеих сторон; непредубежденности участников. Сочетание стратегий определяет, каким способом разрешится противоречие, лежащее в основе конфликта.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**  
**Результаты диагностики по методикам**

Таблица 2.1 – Результаты диагностики по методике диагностики коммуникативных навыков Д. Морено (социоматрица)

Кто выбирает	Кого выбирают																							∑ отданных выборов
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	
1						+								+	+				+					4
2					+								+							+		+	+	5
3					+											+					+			3
4																								0
5		+							+				+				+				+			5
6	+											+		+						+				4
7											+													1
8		+								+			+					+					+	5
9					+													+						2
10		+			+								+									+		4
11							+	+											+					3
12						+										+					+	+		4
13		+									+									+			+	4
14					+	+									+						+			4
15	+													+						+		+		4
16			+		+												+					+		4
17					+	+			+									+				+		4
18							+	+	+												+		+	5
19	+					+									+						+			4
20		+								+			+					+						4
21	+											+			+				+					4
22		+			+								+				+							4
23									+				+				+			+		+		5
∑ полученных выборов	4	6	1	0	8	5	1	2	4	3	2	2	7	3	4	2	5	3	3	4	7	6	4	86
∑ взаимных выборов	3	4	1	0	3	3	1	1	2	0	1	2	3	2	4	1	3	1	3	2	3	2	1	46

+ положительные выборы

Таблица 2.2 – Социометрические позиции младших подростков

Название группы	Число выборов
«Звезды»	St = 7,8 (8 выборов)
«Предпочитаемые»	St > 5,8 (6,7 выборов)
«Принятые»	1,7 < St < 5,8 (2 – 5 выборов)
«Изолированные» (непринятые)	St < 1,7 (0,1 выборов)

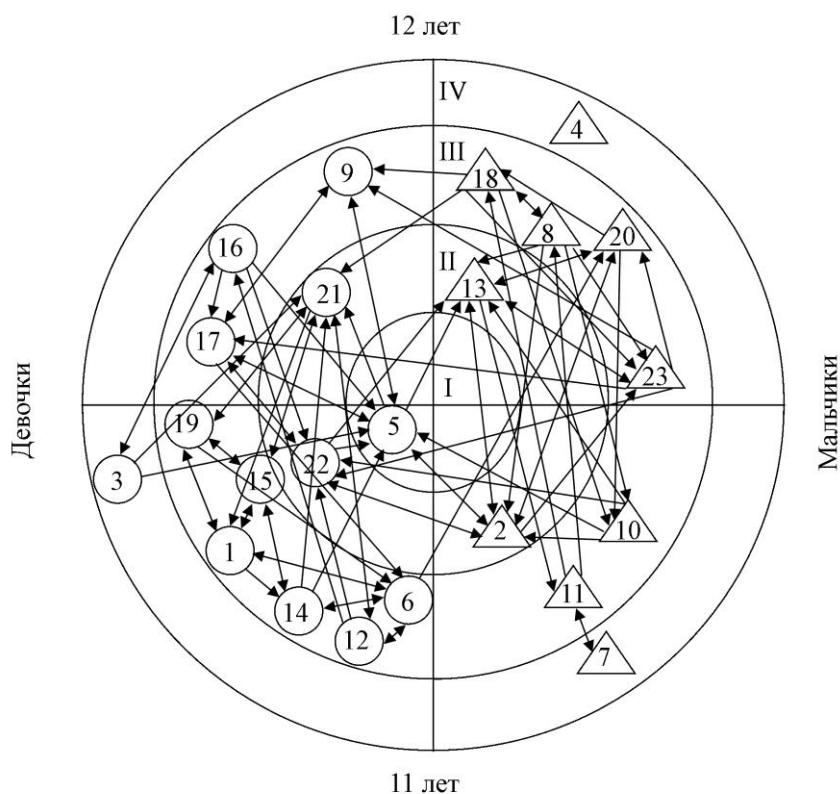
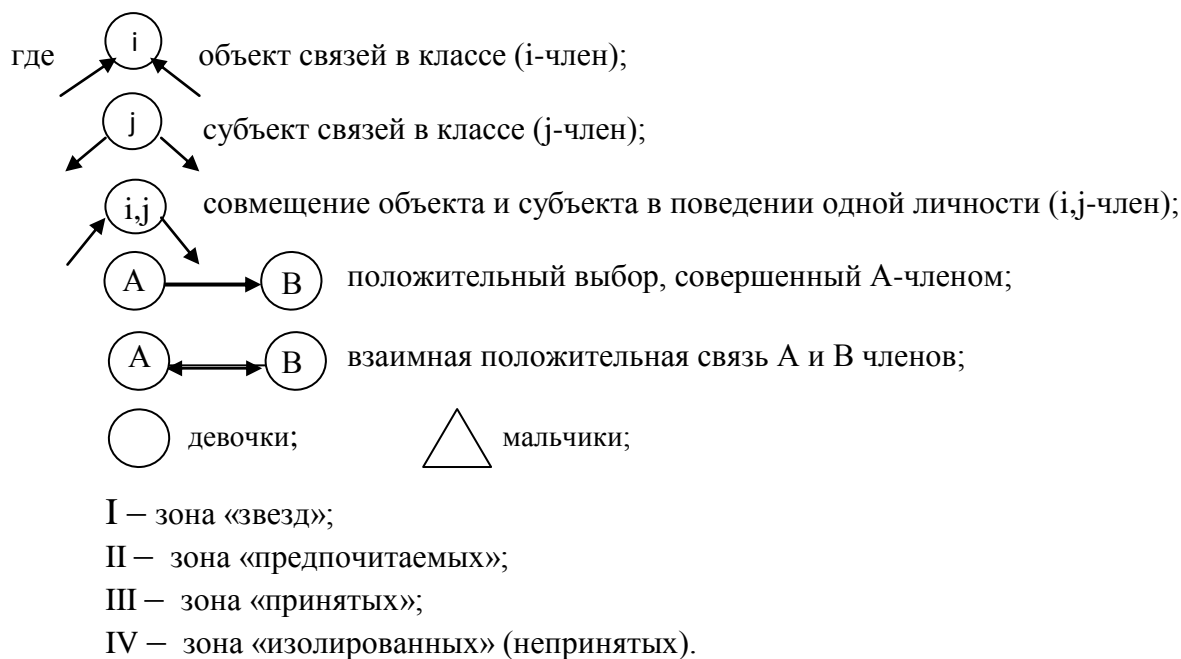


Рисунок 2.1 – Социограмма показателей диагностического исследования оценки коммуникативных навыков подростков по методике Д. Морено



Коэффициент удовлетворенности взаимоотношениями (КУ)  
и коэффициент взаимности (КВ)

$$КУ = (21: 23) \times 100 \% = 91 \% \text{ (сверхвысокий)} \quad (2.1)$$

$$КВ = (46: 86) \times 100 \% = 53 \% \text{ (сверхвысокий)} \quad (2.2)$$

Таблица 2.3 – Результаты тестирования по методике диагностики межличностных отношений Т. Лири (баллы)

Испытуемый	Типы отношения к окружающим							
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1	6	2	6	3	4	6	13	10
2	<b>11</b>	8	<b>11</b>	<b>9</b>	8	<b>14</b>	13	10
3	6	2	3	1	1	4	4	4
4	0	1	0	0	0	0	0	0
5	4	1	0	0	0	1	1	1
6	1	1	1	0	<b>9</b>	2	4	2
7	2	5	4	2	2	2	7	6
8	8	7	5	1	7	6	5	8
9	3	3	2	0	0	0	2	0
10	8	5	6	3	3	5	5	9
11	2	4	2	2	5	6	7	6
12	<b>10</b>	5	6	5	2	1	6	2
13	7	7	4	3	5	2	9	11
14	5	2	2	6	5	4	7	1
15	<b>9</b>	6	<b>9</b>	8	<b>9</b>	<b>9</b>	12	11
16	7	8	5	3	7	8	10	11
17	1	1	2	1	8	<b>9</b>	9	3
18	0	2	3	1	0	1	0	1
19	5	5	4	7	8	<b>11</b>	13	11
20	6	2	8	3	8	7	11	8
21	0	0	1	2	2	0	0	3
22	8	4	5	5	3	6	6	6
23	7	6	5	2	6	<b>10</b>	9	11
СЗ	5,04	3,78	4,09	2,91	4,43	4,96	6,65	5,87

I – авторитарный, II – эгоистический, III – агрессивный, IV – подозрительный, V – подчиняемый, VI – зависимый, VII – дружелюбный, VIII – альтруистический,

СЗ – среднее значение

Согласно таблице 1: I, III, IV – деструктивные, II, V, VI – относительно конструктивные стратегии межличностных отношений, от 9 баллов – экстремальное поведение

Таблица 2.4 – Средние показатели диагностического обследования межличностных отношений младших подростков (Т. Лири)

Преобладающий тип личностных отношений	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Баллы	5,04	3,78	4,09	2,91	4,43	4,96	6,65	5,87

где I – авторитарный, II – эгоистический, III – агрессивный, IV – подозрительный, V – Подчиняемый, VI – зависимый, VII – дружелюбный, VIII – альтруистический типы отношений к окружающим

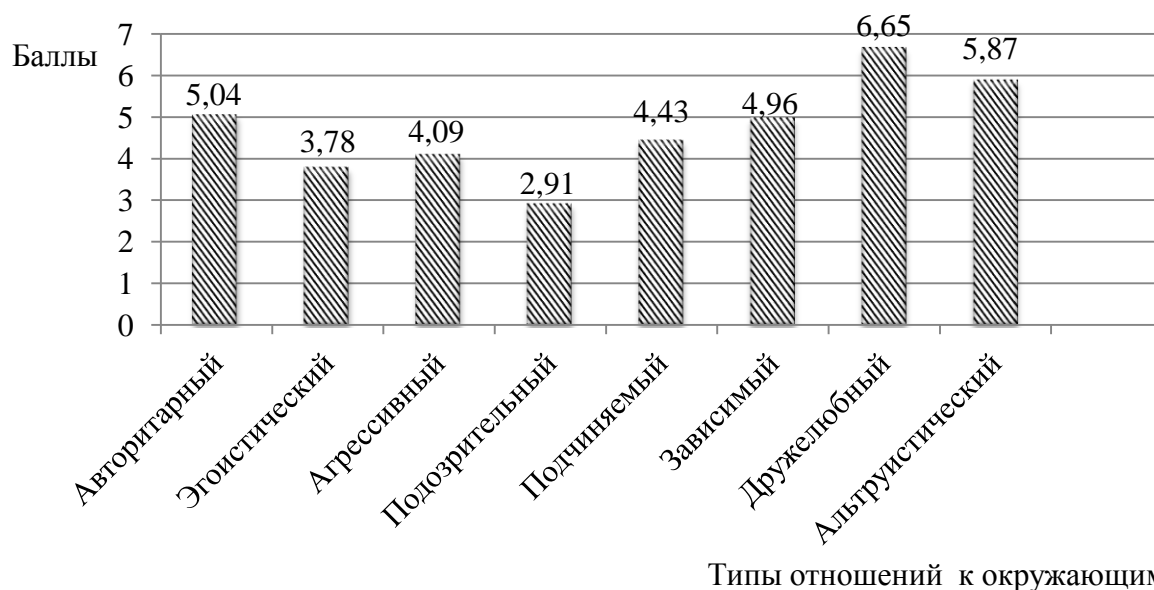


Рисунок 2.2 – Средние показатели диагностического исследования оценки отношения подростков с классом

Таблица 2.5 – Диагностические показатели межличностных отношений подростков (Т. Лири) по их степени выраженности (%)

Тип отношений		Степень выраженности типа отношений			
		Низкая	Умеренная	Высокая	Экстремальная
I	Авторитарный	39	48	13	–
II	Эгоистический	57	43	–	–
III	Агрессивный	57	35	9	–
IV	Подозрительный	74	22	4	–
V	Подчиняемый	43	48	9	–
VI	Зависимый	48	31	17	4
VII	Дружелюбный	30	31	26	13
VIII	Альтруистический	43	22	35	–

Таблица 2.6 – Результаты тестирования по методике диагностики  
 предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса

Испытуемый	Типы поведения в конфликтных ситуациях (баллы)				
	Избегание	Приспособление	Компромисс	Соперничество	Сотрудничество
1	<b>8</b>	<b>9</b>	9	0	4
2	7	7	6	6	4
3	<b>9</b>	6	7	5	3
4	6	7	7	5	5
5	7	6	8	4	5
6	6	<b>11</b>	7	0	6
7	6	3	8	<b>11</b>	2
8	6	6	9	2	7
9	4	<b>10</b>	7	1	8
10	<b>8</b>	6	7	1	8
11	6	<b>8</b>	7	0	9
12	4	<b>9</b>	7	3	7
13	3	<b>8</b>	9	5	5
14	7	7	6	2	8
15	<b>10</b>	6	2	5	7
16	4	7	7	3	9
17	<b>10</b>	<b>10</b>	5	0	5
18	6	6	6	3	9
19	6	9	8	0	7
20	5	<b>8</b>	6	<b>8</b>	3
21	<b>10</b>	<b>9</b>	3	3	5
22	<b>8</b>	<b>8</b>	4	3	7
23	<b>8</b>	6	8	4	4

**Избегание, соперничество, приспособление** – согласно таблице 1 – соответственно деструктивные и относительно конструктивные стратегии межличностных отношений, более 7 баллов – сильно выраженная стратегия

Таблица 2.7 – Диагностические показатели исследования стратегии поведения в конфликте (К. Томас) по их степени выраженности (%)

Вид стратегии поведения в конфликте	Степень выраженности стратегии		
	Слабая	Умеренная	Сильная
Избегание	17	48	35
Приспособление	4	48	48
Компромисс	13	57	30
Соперничество	69	22	9
Сотрудничество	30	44	26

### ПРИЛОЖЕНИЕ 3

#### Программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков

Таблица 3.1 – Тематическое планирование программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков

Этап 1. Познание (восприятие) себя и отношений с окружающим миром			
№ Занятия	Тема занятия	Мероприятия	Цель
1	«Общение – умение говорить и слушать»	Знакомство	Знакомство. Утверждение правил поведения.
		Мини-лекция: «Общение – умение говорить и слушать»	Ликбез о культуре общения.
		Упражнение «Отзеркаливание»	Сплочение группы, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.
2	«Выбор своего стиля поведения»	Упражнение «Комплимент»	Сплочение группы. Подкрепление самооценки. Снятие барьеров для общения в группе.
		Мини-лекция. Беседа. «Выбор своего стиля из пяти стилей поведения в ситуации разногласий»	Повышение психологической культуры межличностного взаимодействия.
		Упражнение «Плюс-минус»	Актуализация знаний о различных стилях поведения в конфликте, плюсах и минусах различных стилей поведения в конфликте.
Этап 2. Формирование конструктивных стратегий межличностных отношений			
3	«Спор. Конфликт. Конфликтная ситуация, инцидент»	Упражнение «Самоописание»	Построение доверительных отношений между участниками.
		Дискуссия: «Спор. Конфликт. Конфликтная ситуация, инцидент: что общего и чем отличаются»	Развитие умения слушать, формирование умения высказывать свое мнение.
		Упражнение «Ассоциации»	Создание условий для понимания амбивалентного смысла конфликта.



Продолжение таблицы 3.1

№ Занятия	Тема занятия	Мероприятия	Цель
4	«Правила разрешения конфликтов»	Упражнение «Встреча взглядами»	Объединение участников группы для совместного решения поставленных задач, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.
		Упражнение «Копилка»	Актуализация знаний о причинах конфликтов.
		Мини-лекция: «Правила разрешения конфликтов»	Информирование об эффективных способах взаимодействия.
5	«Правила поведения, помогающие не провоцировать конфликты»	Упражнение «Печатная машинка»	Сплочение группы.
		Беседа: «Правила поведения, помогающие не провоцировать конфликты».	Составление и обсуждение правил поведения людей, помогающих не провоцировать конфликты.
		Упражнение «Зануда»	Актуализация и обобщение опыта общения с «трудными людьми».
6	«Точка зрения»	Упражнение «Любое число»	Объединение участников группы для совместного решения поставленных задач, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.
		Упражнение «Учимся говорить «нет» или выражать свою точку зрения»	Развитие умения выражать свою точку зрения, свое мнение в приемлемой форме, без обид и злобы.
		Упражнение «Гомеостат».	Согласованность между членами группы.

Продолжение таблицы 3.1

№ Занятия	Тема занятия	Мероприятия	Цель
7	«Убеждение и аргументация»	Упражнение «Посылка»	Объединение участников группы, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.
		Упражнение «Бой ораторов»	Умение регулировать процесс общения; формирование индивидуальных способов эффективного общения; отработка вербальных и невербальных средств общения. Отработка умений слушать другого и убеждать в правоте своей точки зрения.
		Упражнение «Завтрак с героем»	Развитие умения аргументировать свой выбор, а также формирование умения убеждать.
8	«Вред и польза конфликтов»	Упражнение «Моё настроение»	Создание положительного настроения на работу.
		Упражнение «Вред и польза конфликтов»	Актуализация знаний о вреде и пользе конфликтов.
		Индивидуальная работа на листе: Я — участник «вредных» и «полезных» конфликтов	Самоанализ поведения.
9	«Конфликтные эмоции»	Упражнение «Что в нем нового»	Объединение участников группы, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.
		Ролевой практикум «Эмоции в конфликте»	Моделирование различных жизненных конфликтных ситуаций, анализ эмоционального состояния в конфликте, систематизация представлений по преодолению негативных эмоциональных состояний.
		Упражнение «Конфликт на бумаге»	Актуализация ситуаций с конфликтными эмоциями.

Продолжение таблицы 3.1

Этап 3. Рефлексия			
№ Занятия	Тема занятия	Мероприятия	Цель
10	«Подведение итогов»	Мини-лекция: «Это надо знать – это интересно!»	Познание нового.
		Беседа	Вспомнить основные темы и важные моменты прошедших занятий, подумать о значимости полученного материала, поговорить о перспективах на будущее.
		Упражнение «Я рад общаться с тобой»	Позитивное прощание

Занятие 1. «Общение – умение говорить и слушать».

Цель: создание условий для включения подростков в процесс самораскрытия, знакомство со спецификой работы в группе, со структурой занятий, установление правил работы в группе, развитие установки на совместную деятельность, формулирование понятия «общение».

1. Приветствие.

Цель: рассказ ведущего о себе и о содержании предстоящей работы.

2. Упражнение «Знакомство».

Цель: знакомство и установление контакта.

Все участники садятся в круг. Ведущий раздает бумагу и ручки. Каждый участник пишет в верхней части листа свое имя, затем делит лист на две части вертикальной чертой. Левую отмечает знаком «+» а правую знаком «-». Под знаком «+» перечисляет то, что особенно нравится (в природе, в людях, в себе и т. д.), а под знаком «-» пишет то, что особенно неприятно в окружающем его мире («ненавижу трусость», «не люблю осень» и т. д.). Затем все зачитывают свои записи вслух.

3. Выработка правил работы в группе.

Цель: Формулирование правил поведения при работе в данной группе.

После того, как знакомство состоялось, ведущий озвучивает основные принципы и нормы работы в группе. Примерный список правил может выглядеть примерно так: правило конфиденциальности, правило стоп, правило активности, общение «Я – Ты», избегать обобщенных высказываний, правило безоценочности (не использование хорошо/плохо и т.д.) отказ от советов и др.

Затем идет коллективное обсуждение этих норм, что-то можно добавить, чуть исправить и в дальнейшем пользоваться в работе группы только этими принятыми нормами общения. Кроме того, часто группа вырабатывает своеобразные ритуалы, которые действуют только во время занятий. Например, ритуал начала занятий сесть плотно в круг, прижаться локтями друг к другу, закрыть глаза и молча посидеть 1 минуту, думая о всей группе. Или ритуал вхождения в групповую работу опоздавшего участника, он обязательно должен прикоснуться к каждому, сказав что-то хорошее именно этому человеку.

4. Мини-лекция: «Общение – умение говорить и слушать».

Цель: ликбез о культуре общения.

Ведущий: «Мир изменяется со сказочной быстротой. В меняющемся мире может существовать только изменяющийся человек. И всё же в области человеческих отношений должны присутствовать те постоянные незыблемые законы, на которые человек всегда может опереться для плодотворного общения.

Нравственная основа взаимоотношений людей – что это такое? Как можно отстоять своё «Я», не пренебрегая чужими целями? Как научиться владеть собой в различных стрессовых ситуациях, чтобы не разрушить своё здоровье и здоровье окружающих вас людей? Как не конфликтовать по мелочам и уметь слышать и понимать другого человека?

Вот об этом и пойдёт речь. Тема разговора: «Наше общение».

В современном обществе большое значение имеет культура общения. Её значение неизмеримо возрастает в условиях тех социально-экономических изменений, которые происходят в России.

Прежде всего, потому, что возрастает значимость личной активности человека в поиске своего жизненного пути, сферы профессиональной деятельности, при выборе способов достижения поставленной цели. Самоопределение на жизненном пути предполагает общение с работодателями, администрацией предприятия или учреждения, партнёрами по совместной деятельности, в том числе и зарубежными, единомышленниками и оппонентами. Нередко умение продуктивно вести деловое общение становится решающим фактором при приёме на работу, заключении контракта или предпринимательского договора.

Для самой личности коммуникативная культура является гарантом комфортности в отношениях с близкими, друзьями, коллегами, условием предотвращения конфликтных, стрессовых ситуаций. Поэтому можно сказать, что формирование культуры общения лично и общественно значимо.

– В чём всегда нуждаются люди?

Люди нуждаются в поддержке и признании.

– Какое умение играет большое значение в общении?

Большое значение в общении играет умение слушать.

Важно уметь слушать внимательно, не перебивая. Разговор следует вести в кругу интересов собеседника, предоставляя собеседнику возможность высказаться, побуждая его к этому вопросами. При обсуждении тех или иных проблем всегда следует избегать категоричности и резкости.

– Согласны ли вы с утверждением Д. Карнеги?

«Если вы хотите знать, как заставить людей избегать вас, смеяться над вами за глаза или даже презирать вас, то вот вам на этот случай рецепт: никогда никого долго не слушайте. Например, говорите о себе самом. Если у вас появляется какая-то мысль в тот момент, когда говорит ваш собеседник, не ждите, когда он закончит. Он не так умён, как вы. Зачем тратить время, выслушивать его пустую болтовню. Сразу же вмешайтесь и прервите его не середине фразы. Человек, который говорит только о себе, только о себе и думает».

5. Упражнение «Отзеркаливание».

Цель: сплочение группы, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.

Инструкция: выполните четыре несложных задания, точнее, симитируйте их выполнение. Задания следующие: пришиваем пуговицу; собираемся в дорогу; печем пирог; выступаем в цирке.

Особенность этих заданий в том, что каждое из них вы будете выполнять попарно, причем партнеры встанут друг против друга, и один из них станет на время зеркалом, то есть будет копировать все движения своего партнера. Затем партнеры поменяются ролями.

6. Рефлексия занятия.

## Занятие 2. «Выбор своего стиля поведения».

Цель: актуализация личного опыта участников, связанного с использованием различных стилей поведения в конфликте.

### 1. Приветствие.

Цель: подготовить участников к продуктивной деятельности.

### 2. Упражнение «Комплимент».

Цель: Сплочение группы. Подкрепление самооценки. Снятие барьеров для общения в группе.

Инструкция: Участники становятся в круг и берутся за руки. Один из участников стоит в центре круга и начинает двигаться вдоль круга по часовой стрелке, останавливаясь около каждого участника в тот момент, когда тот скажет ему комплимент. После того как первый пройдет четверых из всех, второй начинает движение вслед за ним и т.д. по очереди.

### 3. Мини-лекция: «Выбор своего стиля из пяти стилей поведения в ситуации разногласий».

Конфликты могут быть конструктивными и деструктивными. В конструктивных конфликтах возникают новые связи, взаимодействия, в деструктивных, напротив, отношения разрушаются.

Конфликтные ситуации вызывают у людей определенные негативные чувства. Для того чтобы конфликты не приносили негативных последствий, их нужно уметь разрешать.

Уход: уклонение от конфликта, стремление выйти из конфликтной ситуации, не разрешая ее. Испытываемые при этом чувства: затаенный гнев, депрессия.

Приспособление: изменение своей позиции, сглаживание противоречий, отказ от своих интересов. При этом человек подавляет свои негативные эмоции, делает вид, что все в порядке, что ничего не произошло, ругает себя за свою раздражительность, вынашивает план мести.

Конкуренция (силовое решение, борьба): соперничество, открытая борьба за свои интересы, отстаивание своей позиции, стремление доказать, что другой не прав, попытки перекричать его, применить физическое насилие, требование беспрекословного подчинения, попытки перехитрить, призвать на помощь союзников, шантаж разрывом отношений.

Компромисс: урегулирование разногласий через взаимные уступки. Поддерживаются дружеские отношения, предмет спора делится поровну.

Сотрудничество (поиск нового решения): в выходе из конфликта все стороны удовлетворяются полностью через нахождение замен предмета спора на равнозначные или на более ценные.

### 4. Упражнение «Плюс-минус».

Цель: актуализация знаний о различных стилях поведения в конфликте, плюсах и минусах различных стилей поведения в конфликте.

На первом этапе необходимо вспомнить главные характеристики всех способов поведения в конфликте и записать их на листок. Затем ребята по очереди называют плюсы и минусы компромисса, приспособления, избегания и соперничества. При этом первый называет «плюс» обсуждаемого стиля, второй — «минус», третий — «плюс», четвертый — «минус» и т. д. Каждый ответ фиксируется на доске. Обсуждение показывает, что ни один из этих стилей не может быть эффективным на 100% в абсолютном большинстве ситуаций. Затем предпринимается попытка проанализировать по такому же алгоритму сотрудничество.

### 5. Рефлексия занятия.

## Занятие 3. «Спор. Конфликт. Конфликтная ситуация, инцидент».

Цель: формирование знаний о конфликте.

### 1. Приветствие.

Цель: подготовить участников к продуктивной деятельности.

### 2. Упражнение «Самоописание».

Цель: построение доверительных отношений между участниками.

Инструкция: все участники разбиваются на пары, и члены каждой пары садятся друг напротив друга. Затем участники начинают описывать себя в третьем лице своим партнерам. Описание в третьем лице может быть, например, таким: «Сергей Петров — высокий мужчина, его вес находится практически в идеальном соотношении с его ростом. У него светло-коричневые волосы с легкой проседью. Он носит очки и выглядит...» Каждый участник описывает себя в течение пяти минут, затем члены пары меняются ролями.

3. Дискуссия «Спор. Конфликт. Конфликтная ситуация, инцидент: что общего и чем отличаются».

Спор — это словесное состязание, обсуждение чего-нибудь, в котором каждый отстаивает своё мнение. Это конфликт, в котором существует противоречие во мнениях и точках зрения.

Противоречия — это рассогласования:

- мотивов, потребностей, ценностных ориентаций людей;
- взглядов, убеждений;
- понимания, интерпретации информации;
- ожиданий и позиций;
- оценок и самооценок;
- знаний, умений, способностей;
- эмоциональных и психических состояний;
- целей, средств, методов, способов достижения целей, осуществления деятельности.

Так как противоречия существуют всегда, надо понимать, что конфликты будут возникать постоянно, надо лишь научиться разрешать конфликты.

Конфликт — это процесс резкого обострения противоречия и борьбы двух или более сторон в решении проблемы, имеющей личную значимость для каждого из участников.

Для возникновения конфликта необходимо наличие ряда факторов: наличие проблемы (противоречия), конфликтной ситуации, участников конфликта и инцидента.

Конфликтная ситуация — это ситуация скрытого или явного противоборства сторон.

Конфликты бывают различные: семейные, деловые, производственные, политические и т. д.

Но конфликты могут быть конструктивными — направленными на развитие отношений, осуществление деятельности; деструктивными — направленными на удовлетворение личных амбиций, притязаний. Самоутверждения какого-то человека за счёт других, склоки, клевета, зависть, отлынивание от выполнения обязанностей.

Инцидент — это действие или совокупность действий участников конфликта, провоцирующие резкое обострение противоречия и начало борьбы между нами.

Карнеги утверждает: «Нельзя одержать верх в споре: единственный способ одержать в споре победу — это избежать его».

Необходимо помнить: цель всякого общения — какой-то значимый для обеих сторон общий результат.

Ссора, спор, как заметил психолог А. Г. Шмелёв, своеобразный «призыв к сотрудничеству».

По ходу общения и надо пытаться определить эту общую цель.

Насколько удастся продвинуться к ней — это зависит от обеих сторон, но любое продвижение и будет единственно реальной победой.

В один день решить все проблемы мы не сможем. Это долгая и кропотливая работа каждого из нас.

Но необходимо прервать цепную реакцию раздражённости, может быть даже озлобленности, научиться относиться спокойно к возникающим проблемам, не делать из них трагедий. Необходимо научиться останавливать себя у границы на грани выплеска эмоций.

#### 4. Упражнение «Ассоциации».

Цель: создание условий для понимания амбивалентного смысла конфликта (отрицательного и положительного).

Ребята перечисляют ассоциации, которые у них вызывает слово «конфликт». Все ассоциации записываются на доске. Получившиеся ассоциации в идеале должны показать, что у конфликта есть две стороны — негативная и позитивная. Если конфликт ассоциируется только с неприятностями, можно привести примеры типа «в споре рождается истина», а также истории из серии «один мальчик...», в которых конфликт привел к позитивным последствиям. По результатам упражнения напрашивается вывод: конфликты — это естественно, поскольку все люди разные. Конфликтов нет только тогда, когда все люди одинаковые, как роботы: одинаково думают, одинаково чувствуют.

#### 4. Рефлексия занятия.

#### Занятие 4. «Правила разрешения конфликтов».

Цель: овладение способами эффективного поведения в конфликтных ситуациях.

##### 1. Приветствие.

Цель: подготовить участников к продуктивной деятельности.

##### 2. Упражнение «Встреча взглядами».

Цель: Объединение участников группы для совместного решения поставленных задач, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.

Инструкция: Все участники стоят в кругу, опустив головы вниз. По команде ведущего они одновременно поднимают головы. Их задача – встретиться с кем-то взглядом. Та пара игроков, которой это удалось, покидает круг.

##### 3. Упражнение «Копилка».

Цель: актуализация знаний о причинах конфликтов.

Инструкция: Обсуждаются возможные причины конфликтов. Все они перечисляются и записываются на доске. В итоге получается, что конфликты возникают из-за того, что у разных людей бывают разные взгляды, разные интересы. На прошлом уроке выяснилось, что все люди — разные. Поэтому конфликт — естественная вещь, важно только, чтобы он не вызывал отрицательных последствий.

##### 4. Мини-лекция: «Правила разрешения конфликтов».

Цель: Информирование об эффективных способах взаимодействия.

Разрешение конфликта – это процесс нахождения взаимоприемлемого решения проблемы, имеющего общую значимость для участников конфликта, и на этой основе гармонизация их отношений.

Правила разрешения конфликтов:

##### 1. Анализ конфликтной ситуации

(необходимо подумать и ответить на ряд вопросов):

– Кто участвует в конфликтах?

– Что является главным противоречием, в чём расхождение?

– Какова цель вашего оппонента?

– Какие положительные черты характерны для вашего оппонента? Каковы, на ваш взгляд, его негативные черты?

Какова ваша цель в конфликте?

– Соотнесите эту цель с вашими жизненными ценностями (стоит ли настаивать на своём, может, это не значимо для вас?)

– Определите для себя ценностную альтернативу (что важнее - выиграть в данном конфликте и потерять что-то важное для вас. Или не настаивать на своём и сохранить самое значимое для вас в отношениях с этим человеком или в чём-либо другом?)

– Если вы решили бороться до конца, то определите методы, какими вы будете решать конфликт. Необходимо помнить, что избранные вами средства должны удовлетворять не только вас, но и оппонента. Определите такие пути разрешения конфликтов, которые не будут унижать, и оскорблять вашего оппонента, но в определённой степени заинтересуют его, будут ему выгодны без ущемления ваших интересов.

– Проанализируйте последствия разрешения конфликта в близкой и дальней перспективе.

## 2. Разрешение конфликта

(вы начинаете действовать в соответствии с этими правилами):

– Берите инициативу разрешения конфликта в свои руки, это даёт вам шанс самому определить стратегию и тактику разрешения конфликта и гарантирует победу.

– Используйте «Я-сообщение» (констатация вашего огорчения по поводу возникших противоречий) и «активное слушание» (констатация замеченного вами огорчения оппонента в связи со случившимся спором). Эти способы общения помогают вам начать доброжелательный разговор с вашим оппонентом.

– Предлагайте ряд решений конфликта, подчёркивайте вашу заинтересованность в решении, выгодном обеим сторонам.

– В совместном диалоге ищите компромиссные решения, подчёркивая уважение к личности оппонента.

– Не высказывайте никаких негативных оценочных суждений в адрес оппонента.

– Ведите разговор с чувством собственного достоинства, будьте спокойны, уверены в себе, но не заносчивы и не самонадеянны.

– Не торопитесь: доброжелательный диалог с оппонентом обеспечит вам выгодное разрешение конфликта.

## 5. Рефлексия занятия.

Занятие 5. «Правила поведения, помогающие не провоцировать конфликты».

Цель: Составление и обсуждение правил поведения людей, помогающих не провоцировать конфликты.

### 1. Приветствие.

Цель: подготовить участников к продуктивной деятельности.

### 2. Упражнение: «Печатная машинка».

Цель: Объединение участников группы для совместного решения поставленных задач, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.

Инструкция: Участникам загадывается слово или фраза. Буквы, составляющие текст, распределяются между членами группы. Затем фраза должна быть сказана как можно быстрее, причем каждый называет свою букву, а в промежутках между словами все хлопают в ладоши.

### 3. Беседа: «Правила поведения, помогающие не провоцировать конфликты».

Цель: Составление и обсуждение правил поведения людей, помогающих не провоцировать конфликты.

Пять стилей поведения в ситуации разногласия:

1. Сотрудничество – оптимально почти всегда.

2. Компромисс – вполне приемлем в ряде случаев.



3. Избегание (уход) – рекомендуется в случае неспровоцированных партнёром «пожаров».

4. Приспособление – возможно в тех случаях, когда оппонент действительно прав;

5. Соперничество – наиболее часто используемый способ поведения в конфликтах.

Правила поведения людей, помогающие не провоцировать конфликты:

В общении с окружающими старайтесь быть внутренне готовыми к решению возникающих проблем путём сотрудничества или компромисса.

– Будьте принципиальными, но не боритесь ради принципа.

– Помните, что прямолинейность хороша, но не всегда.

– Критикуйте поступки, но не человека.

– Чаще улыбайтесь.

– Не забывайте о чувстве юмора.

– Не принижайте статус собеседника.

– Будьте хорошим слушателем.

– Проверяйте, правильно ли вы понимаете собеседника.

– Будьте независимы, но не самонадеянны.

– Не превращайте настойчивость в назойливость.

– Будьте справедливы и терпимы к людям, не переоценивайте свои способности и возможности и не умаляйте способности и возможности других.

– Не проявляйте инициативу там, где в ней не нуждаются.

– Проявляйте выдержку, овладейте умениями саморегуляции.

– В процессе общения старайтесь правильно оценить психическое состояние партнёра, избегая суждений и острых проблем, если существует вероятность агрессивной реакции с его стороны.

– В процессе обсуждения проблемы важно не перебивать партнёра, дать ему выговориться.

– Установите личный, неформальный контакт с партнёром по взаимодействию.

– Старайтесь смотреть на проблему глазами оппонента, постарайтесь встать на его место.

– Управляйте своим психическим состоянием, избегайте предконфликтных ситуаций при переутомлении и возбуждении.

4. Упражнение «Зануда».

Цель: актуализация и обобщения опыта общения с «трудными людьми».

Упражнение организуется по принципу карусели. Участники из внешнего круга — рассказчики. Они рассказывают слушателю какую-либо историю, рецепт пирога и т. д. Задача слушателя — после каждого предложения задавать вопросы типа «Почему?», «Зачем?» и т. д. Говорящему необходимо спокойно, не срываясь, довести рассказ до конца в течение трех минут (время отмеряется ведущим). После того как пройдена половина круга, внешний и внутренний круги меняются ролями. По завершении упражнения обсуждаются впечатления от общения с «занудой» (они, как правило, ужасны!) и способы бесконфликтного общения с таким человеком. Результаты фиксируются на доске и на листе в рамках индивидуальной работы.

5. Индивидуальная работа на листе. «Бываю ли я когда-нибудь «занудой»? Как я общаюсь с людьми, которых можно назвать «занудами» и к чему это приводит?

Цель: самоанализ поведения.

6. Рефлексия занятия.

## Занятие 6. «Точка зрения».

Цель: формирование умения выражать свою точку зрения, свое мнение в приемлемой форме.

### 1. Приветствие.

Цель: подготовить участников к продуктивной деятельности.

### 2. Упражнение «Любое число».

Цель: Объединение участников группы для совместного решения поставленных задач, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.

Инструкция: Ведущий называет по имени любого из игроков. Тот мгновенно должен назвать какое-нибудь число от одного до числа, равного количеству участников в группе. Ведущий командует «три – четыре». Одновременно должно встать столько игроков, какое число названо. При этом игрок, назвавший это случайное число, сам может встать, а может остаться сидеть. Ведущий прекращает игру после двух-трех удачных попыток.

### 3. Упражнение «Учимся говорить «нет» или выражать свою точку зрения».

Цель: Учимся говорить «нет» или выражать свою точку зрения», свое мнение в приемлемой форме, без обид и злобы.

«Да» значит «Нет».

Инструкция: Упражнение проводится в общем кругу.

Каждый пишет на листочке (или просто придумывает) спорное утверждение. Например, «Все дети – невыносимы», «Пожилые люди – мудрые и спокойные», «Все учителя ценят и уважают своих учеников», «Родители никогда не понимают своих детей».

Кто-то из ребят произносит (зачитывает) свою фразу. Остальные дают ответ в следующей форме. Сначала нужно обязательно согласиться с тем, что было сказано. После этого продолжить разговор, выражая свое согласие или несогласие с тем, что было сказано. Примеры первой фразы: «Да, однако.», «Да, и все же...», «Да, и, если...».

При выполнении этого упражнения участники имеют возможность потренироваться в умении конструктивно вести диалог. Такое умение бывает очень полезно при общении с людьми, находящимися в состоянии гнева, агрессии, раздражения, обиды.

### 4. Упражнение «Гомеостат».

Цель: согласованность между членами группы.

«Гомеостат». Так называется прибор со множеством ручек и циферблатов, который используется психологами для изучения групповой совместности. Наш «прибор» устроен несколько проще.

Инструкция: участники рассаживаются в круг. Каждый сжимает правую руку в кулак, и по команде ведущего все «выбрасывают» пальцы.

Группа должна стремиться к тому, чтобы все участники независимо друг от друга выбросили одно и то же число. Участникам запрещено договариваться, перемигиваться и другими «незаконными» способами пытаться согласовывать свои действия. Игра продолжается до тех пор, пока группа не достигнет своей цели. Для того чтобы предоставить друг другу возможность оценить обстановку и учесть ее в последующем такте игры, участники после каждого «выбрасывания» фиксируют на какое-то время положение своих растопыренных пальцев.

Помимо своего прямого назначения «Гомеостат» может быть использован для выявления взаимоотношений между играющими. Если внимательно понаблюдать за ходом игры, то можно заметить одного или нескольких лидеров в группе, под которых подстраиваются остальные участники. Возможно, группа распадается на несколько группировок, имеющих свои установки на исход игры (например, половина играющих выбрасывает несколько раз подряд по три пальца, в то время как другая – по одному).

Не исключено также и появление «нативиста», упорно гнущего свою линию даже после того, как между остальными участниками уже достигнуто определенное согласие.

#### 6. Рефлексия занятия.

#### Занятие 7. «Убеждение и аргументация».

Цель: развитие навыков активного слушания, умения аргументировать свое мнение.

##### 1. Приветствие.

Цель: подготовить участников к продуктивной деятельности.

##### 2. Упражнение «Посылка».

Цель: объединение участников группы для совместного решения поставленных задач, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.

Инструкция: Участники сидят в кругу, близко друг к другу. Руки держат на коленях соседей. Один из участников «отправляет посылку», легко хлопнув по ноге одного из соседей. Сигнал должен быть передан как можно скорее и должен вернуться по кругу к своему автору. Возможны варианты сигналов (разное количество или виды движений).

##### 3. Упражнение «Бой ораторов».

Цель: Умение регулировать процесс общения; формирование индивидуальных способов эффективного общения; отработка вербальных и невербальных средств общения. Отработка умений слушать другого и убеждать в правоте своей точки зрения

Инструкция: В игре участвуют два человека. Определяется тема (например, «Нужна ли в школе единая форма»). Первый участник произносит речь на эту тему. Второй должен сначала пересказать своими словами идеи предыдущего оратора, затем изложить свои возражения и, если необходимо, задать вопросы своему противнику и т. д. В ходе обсуждения ведущий обращает внимание: на используемые способы и приемы общения, то, к каким результатам они приводят; на умение слушать и убеждать; на чувства участников по поводу того или иного действия собеседников; на соответствие вербальных и невербальных компонентов общения и т. д.

##### 4. Упражнение «Завтрак с героем».

Цель такого упражнения — научить аргументировать свой выбор, а также сформировать умение убеждать.

Инструкция: Представьте себе следующую ситуацию: у каждого из присутствующих есть возможность позавтракать с любым человеком. Это может быть знаменитость настоящего, или историческая фигура прошлого, или обыкновенный человек, который произвел на вас впечатление в какой-то момент его жизни. Каждый должен решить для себя, с кем он хотел бы встретиться, и почему.

Запишите имя своего героя на листе бумаги. Теперь поделитесь на пары, в паре надо решить с кем из двоих героев вы будите встречаться. На дискуссию у вас 2 минуты.

Теперь пары объединяются в четверки, которым, в свою очередь, необходимо выбрать только одного героя. На дискуссию у вас так же 2 минуты.

Теперь четвертки объединяются между собой и в течение 2 минут выбирают одного героя.

А теперь все объединяются, и решаете с кем вы будите завтракать. Рефлексия: (10 минут).

Почему остался именно этот герой?

Легко было уступать и почему вы уступали?

#### 5. Рефлексия занятия.

### Занятие 8. «Вред и польза конфликтов».

Цель: актуализация знаний о вреде и пользе конфликтов.

#### 1. Приветствие.

Цель: подготовить участников к продуктивной деятельности.

#### 2. Упражнение «Моё настроение».

Цель: создание положительного настроения на работу.

Инструкция: Участникам предлагается сравнить своё настроение с каким-либо цветом (как вариант, может быть сравнение с овощем, фруктом, погодой). Каждый по очереди высказывается, объясняя свой выбор.

Краткое обсуждение выполнения задания.

#### 3. Упражнение «Вред и польза конфликтов».

Цель: актуализация знаний о вреде и пользе конфликтов.

Из «Копилки» выбирается парочка симпатичных ребятам ситуаций. Далее работа происходит в малых группах. Нужно придумать по два варианта развития этих ситуаций, так, чтобы один можно было бы назвать «вредным», а другой — «полезным». Получившиеся ситуации представляются на рассмотрение всему классу. По итогам анализа ситуаций получается, что «вред» от конфликта в том, что он может разрушить отношения между людьми, а «польза» — наоборот, в том, что он помогает пояснить и укрепить их. Можно обратиться к историям, написанным ребятами на предыдущих уроках, по желанию прочитать их.

4. Индивидуальная работа на листе: «Я — участник «вредных» и «полезных» конфликтов.»

Цель: самоанализ поведения.

Ребятам нужно вспомнить такие ситуации, в которых они были участниками «вредных» и «полезных» конфликтов.

#### 5. Рефлексия занятия.

### Занятие 9. «Конфликтные эмоции».

Цель: отработка навыков контроля негативных эмоций в процессе общения.

#### 1. Приветствие.

Цель: подготовить участников к продуктивной деятельности

#### 2. Упражнение «Что в нем нового».

Цель: объединение участников группы для совместного решения поставленных задач, развитие умения выражать симпатию и уважение друг к другу.

Инструкция: внимательно посмотрите друг на друга. Постарайтесь увидеть каждого, обратив внимание на то, как выглядит сегодня этот человек, в каком он состоянии, как он себя проявляет. Для этого у нас будет 3 минуты. Затем трехминутная пауза. А сейчас вы будете бросать мяч друг другу, сообщая при этом человеку, которому адресован мяч, что нового по сравнению со вчерашним днем вы в нем увидели. Будьте внимательны и старайтесь никого не пропустить.

#### 3. Ролевой практикум: «Эмоции в конфликте».

Цель: анализ эмоционального состояния в конфликте, систематизация представлений по преодолению негативных эмоциональных состояний.

Ребята работают в парах. Каждый из партнеров получает игровую карточку с названием той или иной эмоции (карточки распределяются случайным образом, например, вытягиваются из коробки). Необходимо придумать сценарий конфликтной ситуации, в которой демонстрировались бы заданные им эмоциональные состояния: например, один из конфликтующих находится в состоянии обиды, второй — в состоянии раздражения; третий — стыда, четвертый — гнева и т. д.

— А я-то думал, что ты мне друг. А ты, оказывается... (разочарование).

Готовые сценарии представляются классу. Желательно рассказывать свои сценки с интонациями, соответствующими заданным эмоциональным состояниям. Одноклассники должны догадаться, какие эмоциональные состояния испытывают участники. Затем в обсуждении необходимо попытаться предсказать ход развития событий в том случае, если эмоциональные состояния не изменятся, а также способы изменения эмоциональных состояний и их последствия. В качестве вывода на доске фиксируются способы совладения с негативными эмоциональными состояниями, например, посчитать до семи. Сказать: «Давай отложим этот разговор до завтра, а там решим (то, из-за чего конфликт).

Предложить свой вариант решения и спросить вариант соперника и т. д.

4. Упражнение «Конфликт на бумаге».

Цель: актуализация ситуаций с конфликтными эмоциями.

На листах нарисовать рамку, в которой нужно нарисовать конфликт, но не просто ситуацию, а так, чтобы в ней отражались «конфликтные» эмоции. Для того чтобы их уточнить, под рамкой можно сформулировать их словами.

5. Рефлексия занятия.

Занятие 10. Подведение итогов.

Цель: создание условий для оценки подростками своих достижений в овладении конструктивными стратегиями межличностных отношений.

1. Приветствие.

Цель: подготовить участников к продуктивной деятельности.

2. Мини-лекция: «Это надо знать – это интересно!»

Ведущий: «Юмор и улыбка способны творить чудеса. Ещё Шекспир говорил, что улыбкой можно добиться большего, чем мечом.

Лев Николаевич Толстой, согласно исследованиям литературоведов, описывает 85 оттенков выражения глаз и 97 оттенков улыбки, раскрывающих эмоциональное состояние человека.

По его совету следует не раздражаться, стремиться достигать собственного умиротворения, ибо в спокойном состоянии дело улаживается, само собой.

В любой сфере общения – деловой или дружеской, личной – недопустимо отпугивать людей угрюмой физиономией и неприветливостью.

Гормоны, порождающие депрессию, вырабатываются в организме в основном ночью. Утром же, при первых солнечных лучах, часть их гибнет.

Разрешить конфликт – это значит найти решение, приемлемое для обеих конфликтующих сторон!

Н. Г. Чернышевский: «Каждый рассудительный человек знает, что в житейских делах надобно всматриваться и вдумываться, когда желаешь не наделать слишком много ... грубых ошибок».

3. Подведение итогов.

Цель: подведение итогов, рефлексия своих достижений в овладении конструктивными стратегиями межличностных отношений.

Получение обратной связи.

Ведущий: «Что понравилось на занятиях?»

«Что вам дали эти занятия?»

4. Заключительное упражнение «Я рад общаться с тобой».

Цель: позитивное прощание.

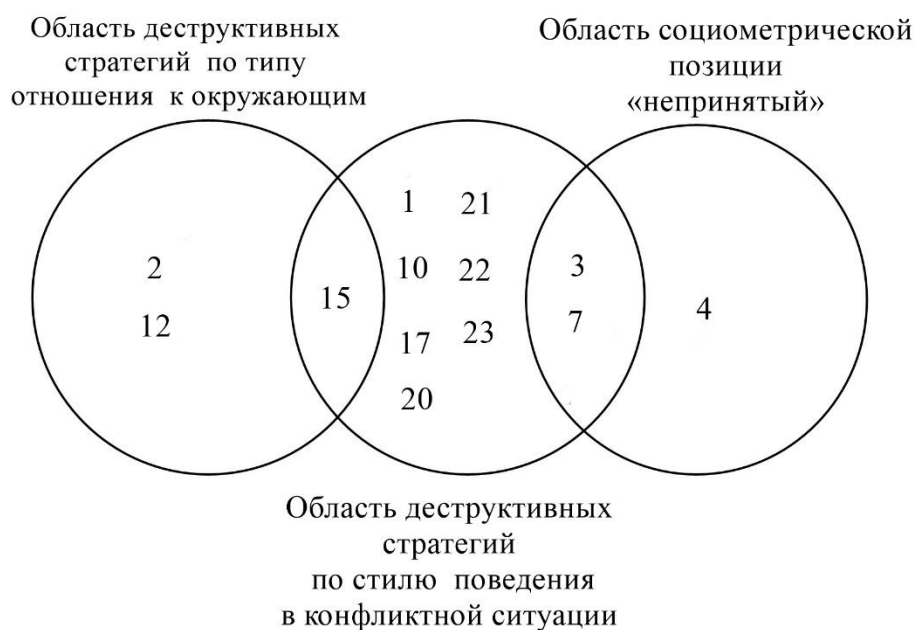
Ведущий предлагает одному из учащихся протянуть руку кому-нибудь из ребят со словами: «Я рад общаться с тобой!». Тот, кому протянули руку, берет за нее и протягивает свободную руку другому ребенку, произнеся эти же слова. Так постепенно по цепочке все берутся за руки, образуя круг. Завершает упражнение, ведущий словами: «Ребята, я рад с вами общаться!»

**ПРИЛОЖЕНИЕ 4**  
**Результаты опытно-экспериментального исследования**  
**формирования конструктивных стратегий межличностных отношений**  
**младших подростков**

Таблица 4.1 – Состав группы для формирующего эксперимента

№ п/п	Испытуемый	Сопер.	Избег.	Присп.	Авто р.	Агре с.	Подоз.	Подчи н.	Зав ис.	Непри н.
1	<b>1</b>		++	+						
2	<b>2</b>				++	++	++	+		
3	<b>3</b>		++							++
4	<b>4</b>									++
5	<b>6</b>			+				+		
6	<b>7</b>	++								++
7	<b>9</b>			+						
8	<b>10</b>		++							
9	<b>11</b>			+						
10	<b>12</b>			+	++					
11	<b>13</b>			+						
12	<b>15</b>		++		++	++		+	+	
13	<b>17</b>		++	+					+	
14	<b>19</b>			+					+	
15	<b>20</b>	++		+						
16	<b>21</b>		++	+						
17	<b>22</b>		++	+						
18	<b>23</b>		++						+	

+ Относительно конструктивные стратегии межличностных отношений,  
 ++ Деструктивные стратегии межличностных отношений,  
 N испытуемого, входящего в группу



№ – № испытуемого.

Рисунок 4.1 – Состав группы, участвующей в программе, и ее характеристики

Таблица 4.2 – Результаты исследования по методике диагностики коммуникативных навыков Д. Морено до и после реализации программы

Кого выбирают	До		После	
	∑ полученных выборов	Социометрический статус	∑ полученных выборов	Социометрический статус
1	4	«принятый»	5	«принятый»
2	6	«предпочитаемый»	7	«предпочитаемый»
3	1	«непринятый»	3	«принятый»
4	0	«непринятый»	2	«принятый»
5	8	«звезда»	8	«звезда»
6	5	«принятый»	5	«принятый»
7	1	«непринятый»	2	«принятый»
8	2	«принятый»	2	«принятый»
9	4	«принятый»	4	«принятый»
10	3	«принятый»	5	«принятый»
11	2	«принятый»	2	«принятый»
12	2	«принятый»	4	«принятый»
13	7	«предпочитаемый»	7	«предпочитаемый»
14	3	«принятый»	3	«принятый»
15	4	«принятый»	5	«принятый»
16	2	«принятый»	2	«принятый»
17	5	«принятый»	4	«принятый»
18	3	«принятый»	3	«принятый»
19	3	«принятый»	3	«принятый»
20	4	«принятый»	3	«принятый»
21	7	«предпочитаемый»	8	«звезда»
22	6	«предпочитаемый»	7	«предпочитаемый»
23	4	«принятый»	6	«предпочитаемый»

Таблица 4.3 – Результаты исследования по методике диагностики межличностных отношений Т. Лири (баллы) до и после реализации программы

№ исп.	Типы отношений к окружающим											
	Авторитарный				Агрессивный				Подозрительный			
	До		После		До		После		До		После	
	Баллы	Ст.	Баллы	Ст.	Баллы	Ст.	Б.	Ст.	Баллы	Ст.	Баллы	Ст.
1	6	У	4	Н	6	У	3	Н	3	Н	1	Н
2	11	В	7	У	11	В	7	У	9	В	6	У
3	6	У	4	Н	3	Н	2	Н	1	Н	0	Н
4	0	Н	1	Н	0	Н	1	Н	0	Н	1	Н
7	2	Н	1	Н	4	Н	2	Н	2	Н	1	Н
10	8	У	5	У	6	У	3	Н	3	Н	3	Н
12	10	В	7	У	6	У	4	Н	5	У	2	Н
15	9	В	7	У	9	В	6	У	8	У	5	У
17	1	Н	2	Н	2	Н	3	Н	1	Н	2	Н
20	6	У	4	Н	8	У	5	У	3	Н	1	Н
21	0	Н	1	Н	1	Н	2	Н	2	Н	3	Н
22	8	У	6	У	5	У	3	Н	5	У	3	Н
23	7	У	5	У	5	У	4	Н	2	Н	1	Н

Ст. – степень выраженности: Н – низкая, У – умеренная, В – высокая, Э – экстремальная

Таблица 4.4 – Результаты исследования по методике диагностики предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса до и после реализации программы

№ исп.	Типы поведения в конфликтных ситуациях											
	Избегание				Соперничество				Сотрудничество			
	До		После		До		После		До		После	
	Баллы	Степень выражен.	Баллы	Степень выражен.	Баллы	Степень выражен.	Баллы	Степень выражен.	Баллы	Степень выражен.	Баллы	Степень выражен.
1	8	Сил.	5	Ум.	0	Сл	1	Сл	4	Сл.	5	Ум.
2	7	Ум.	5	Ум.	6	Ум.	4	Сл	4	Сл.	6	Ум.
3	9	Сил.	6	Ум.	5	Ум.	3	Сл	3	Сл.	5	Ум.
4	6	Ум.	7	Ум.	5	Ум.	3	Сл	5	Ум.	6	Ум.
7	6	Ум.	4	Сл	11	Сил.	7	Ум.	2	Сл.	5	Ум.
10	8	Сил.	5	Ум.	1	Сл	2	Сл	8	Сил.	9	Сил.
12	4	Сл	5	Ум.	3	Сл	2	Сл	7	Ум.	6	Ум.
15	10	Сил.	7	Ум.	5	Ум.	3	Сл	7	Ум.	8	Сил.
17	10	Сил.	7	Ум.	0	Сл	1	Сл	5	Ум.	6	Ум.
20	5	Ум.	6	Ум.	8	Сил.	5	Ум.	3	Сл.	5	Ум.
21	10	Сил.	7	Ум.	3	Сл	2	Сл	5	Ум.	6	Ум.
22	8	Сил.	5	Ум.	3	Сл	2	Сл	7	Ум.	8	Сил.
23	8	Сил.	6	Ум.	4	Сл	2	Сл	4	Сл.	5	Ум.

Сл. – слабовыраженная, Ум. – умеренная, Сил. – сильновыраженная стратегия



Математико-статистическая обработка результатов исследования

Таблица 4.5 – Расчет Т-критерия Вилкоксона при сопоставлении показателей полученных выборов для определения социометрического статуса (Дж. Морено)

№ испытуемого	∑ полученных выборов		Разность ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
	До	После			
1	4	5	+1	1	4.5
2	6	7	+1	1	4.5
3	1	3	+2	2	11
4	0	2	+2	2	11
7	1	2	+1	1	4.5
10	3	5	+2	2	11
12	2	4	+2	2	11
15	4	5	+1	1	4.5
17	5	4	-1	1	<b>4.5</b>
20	4	3	-1	1	<b>4.5</b>
21	7	8	+1	1	4.5
22	6	7	+1	1	4.5
23	4	6	+2	2	11
$\sum R$					91
$T_{\text{эмп.}}$					9

Таблица 4.6 – Расчет Т-критерия Вилкоксона для оценки достоверности результатов исследования по методике диагностики межличностных отношений Т. Лири

№ исп.	Авторитарный					Агрессивный					Подозрительный				
	До	После	(-)	[-]	R	До	После	(-)	[-]	R	До	После	(-)	[-]	R
1	6	4	-2	2	7,5	6	3	-3	3	10.5	3	1	-2	2	8.5
2	11	7	-4	4	13	11	7	-4	4	13	9	6	-3	3	12
3	6	4	-2	2	7,5	3	2	-1	1	2.5	1	0	-1	1	3.5
4	0	1	+1	1	<b>2.5</b>	0	1	+1	1	<b>3</b>	0	1	+1	1	<b>3.5</b>
7	2	1	-1	1	2,5	4	2	-2	2	7	2	1	-1	1	3.5
10	8	5	-3	3	11.5	6	3	-3	3	10.5	3	1	-2	2	8.5
12	10	7	-3	3	11.5	6	4	-2	2	7	5	2	-3	3	12
15	9	7	-2	2	7,5	9	6	-3	3	10.5	8	5	-3	3	12
17	1	2	+1	1	<b>2.5</b>	2	3	+1	1	<b>3</b>	1	2	+1	1	<b>3.5</b>
20	6	4	-2	2	7,5	8	5	-3	3	10.5	3	1	-2	2	8.5
21	0	1	+1	1	<b>2.5</b>	1	2	+1	1	<b>3</b>	2	3	+1	1	<b>3.5</b>
22	8	6	-2	2	7,5	5	3	-2	2	7	5	3	-2	2	8.5
23	7	5	-2	2	7,5	5	4	-1	1	3	2	1	-1	1	3.5
$\sum R$					91					91					91
$T_{эмп.}$					7,5					9					10,5

(-) – разность ( $t_{после} - t_{до}$ ), [-] – абсолютное значение разности, R – ранговый номер разности

Таблица 4.7 – Расчет Т-критерия Вилкоксона при сопоставлении показателей стратегии избегания, соперничества и сотрудничества (опросник К.Томаса)

№ исп.	Избегание					Соперничество					Сотрудничество					
	До	После	(-)	[-]	R	До	После	(-)	[-]	R	До	После	(-)	[-]	R	
1	8	5	-3	3	10	0	1	+1	1	<b>3,5</b>	4	5	+1	1	5	
2	7	5	-2	2	5	6	4	-2	2	9	4	6	+2	2	11	
3	9	6	-3	3	10	5	3	-2	2	9	3	5	+2	2	11	
4	6	7	+1	1	<b>2</b>	5	3	-2	2	9	5	6	+1	1	5	
7	6	4	-2	2	5	11	7	-4	4	13	2	5	+3	3	13	
10	8	5	-3	3	10	1	2	+1	1	<b>3,5</b>	8	9	+1	1	5	
12	4	5	+1	1	<b>2</b>	3	2	-1	1	3,5	7	6	-1	1	<b>5</b>	
15	10	7	-3	3	10	5	3	-2	2	9	7	8	+1	1	5	
17	10	7	-3	3	10	0	1	+1	1	<b>3,5</b>	5	6	+1	1	5	
20	5	6	+1	1	<b>2</b>	8	5	-3	3	12	3	5	+2	2	11	
21	10	7	-3	3	10	3	2	-1	1	3,5	5	6	+1	1	5	
22	8	5	-3	3	10	3	2	-1	1	3,5	7	8	+1	1	5	
23	8	6	-2	2	5	4	2	-2	2	9	4	5	+1	1	5	
$\sum R$					91						91					
$T_{\text{эмп.}}$					6						10,5					

(-) – разность ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ ), [-] – абсолютное значение разности, R – ранговый номер разности

#### Сопоставление показателей полученных выборов у испытуемых для определения социометрического статуса

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении повышения показателей полученных выборов не превосходит интенсивности сдвигов в направлении понижения показателей полученных выборов.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении повышения показателей полученных выборов превосходит интенсивность сдвигов в направлении понижения показателей полученных выборов.

Нетипичными сдвигами явились сдвиги в сторону уменьшения полученных выборов (таблица 4.5).

Сумма рангов нетипичных сдвигов составляет:  $T_{\text{эмп.}} = 9$ .

Критические значения  $T_{\text{кр.}}$  при  $n=13$ :

$T_{\text{кр.}} = 21$  ( $p \leq 0,05$ ),

$T_{\text{кр.}} = 12$  ( $p \leq 0,01$ ).

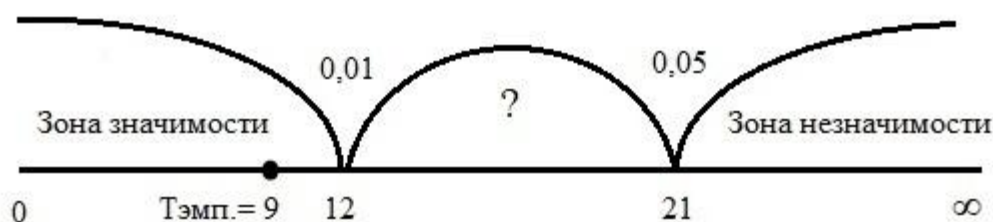


Рисунок 4.2 – Ось значимости для показателя «Социометрический статус»

Из рисунка 4.2 видно, полученное эмпирическое значение  $T_{\text{эмп}}$  находится в зоне значимости. Значит, можно утверждать, что зафиксированные в эксперименте изменения неслучайны и значимы. Реализация программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков привела к статистически достоверному повышению показателей полученных выборов при определении социометрического статуса обучающихся 5 класса.

#### Сопоставление показателей стратегии авторитарного типа отношения к окружающим

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии авторитарного типа отношения не превосходит интенсивности сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии авторитарного типа отношения.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии авторитарного типа отношения превосходит интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии авторитарного типа отношения.

Нетипичными сдвигами для нас явились сдвиги в сторону увеличения (таблица 4.6).

Сумма рангов нетипичных сдвигов составляет:  $T_{\text{эмп.}} = 7,5$ .

Критические значения  $T_{\text{кр.}}$  при  $n=13$ :

$T_{\text{кр.}} = 21$  ( $p \leq 0,05$ ),

$T_{\text{кр.}} = 12$  ( $p \leq 0,01$ ).

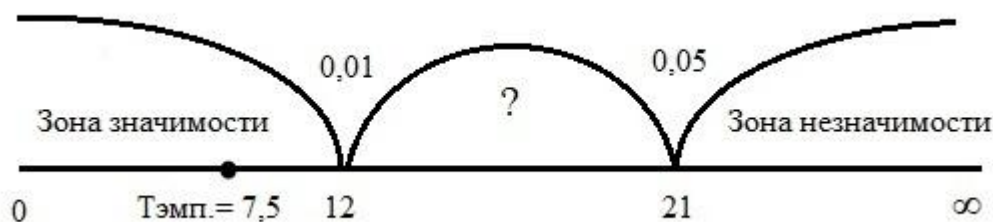


Рисунок 4.3 – Ось значимости для показателя «Авторитарный тип отношений к окружающим»

Полученное эмпирическое значение Тэмп. находится в зоне значимости. Можно утверждать, что зафиксированные в эксперименте изменения неслучайны и значимы. Реализация программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков привела к статистически достоверному понижению показателей стратегии авторитарного типа отношений к окружающим у обучающихся 5 класса.

#### Сопоставление показателей стратегии агрессивного типа отношения к окружающим

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии агрессивного типа отношения не превосходит интенсивности сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии агрессивного типа отношения.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии авторитарного типа отношения превосходит интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии агрессивного типа отношения.

Нетипичными сдвигами для нас явились сдвиги в сторону увеличения (таблица 4.6).

Сумма рангов нетипичных сдвигов составляет: Тэмп. = 9.

Критические значения Ткр. при  $n=13$ :

Ткр. = 21 ( $p \leq 0,05$ ),

Ткр. = 12 ( $p \leq 0,01$ ).

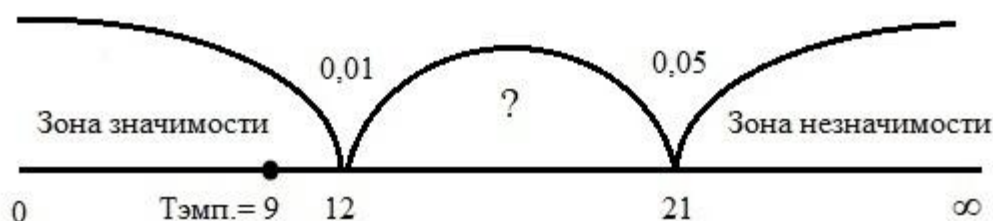


Рисунок 4.4 – Ось значимости для показателя «Агрессивный тип отношений к окружающим»

Из рисунка 4.4 видно, полученное эмпирическое значение Тэмп. находится в зоне значимости. Значит, можно утверждать, что зафиксированные в эксперименте изменения неслучайны и значимы. Реализация программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков привела к статистически достоверному понижению показателей стратегии агрессивного типа отношений к окружающим у обучающихся 5 класса.

#### Сопоставление показателей стратегии подозрительного типа отношения к окружающим

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии подозрительного типа отношения не превосходит интенсивности сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии подозрительного типа отношения.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии подозрительного типа отношения превосходит интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии подозрительного типа отношения.

Нетипичными сдвигами для нас явились сдвиги в сторону увеличения (таблица 4.6).

Сумма рангов нетипичных сдвигов составляет:  $T_{\text{эмп.}} = 10,5$ .

Критические значения  $T_{\text{кр.}}$  при  $n=13$ :

$T_{\text{кр.}} = 21$  ( $p \leq 0,05$ ),

$T_{\text{кр.}} = 12$  ( $p \leq 0,01$ ).

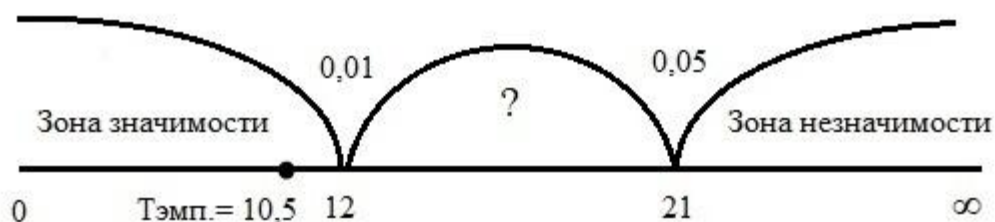


Рисунок 4.5 – Ось значимости для показателя «Подозрительный тип отношений к окружающим»

Из рисунка 4.5 видно, полученное эмпирическое значение  $T_{\text{эмп.}}$  находится в зоне значимости. Значит, можно утверждать, что зафиксированные в эксперименте изменения значимы и неслучайны. Реализация программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков привела к статистически достоверному понижению показателей стратегии подозрительного типа отношений к окружающим у обучающихся 5 класса.

#### Сопоставление показателей стратегии избегания

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии избегания не превосходит интенсивности сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии избегания.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии избегания превосходит интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии избегания.

Нетипичными сдвигами для нас явились сдвиги в сторону увеличения (таблица 4.7).

Сумма рангов нетипичных сдвигов составляет:  $T_{\text{эмп.}} = 6$ .

Критические значения  $T_{\text{кр.}}$  при  $n=13$ :

$T_{\text{кр.}} = 21$  ( $p \leq 0,05$ ),

$T_{\text{кр.}} = 12$  ( $p \leq 0,01$ ).

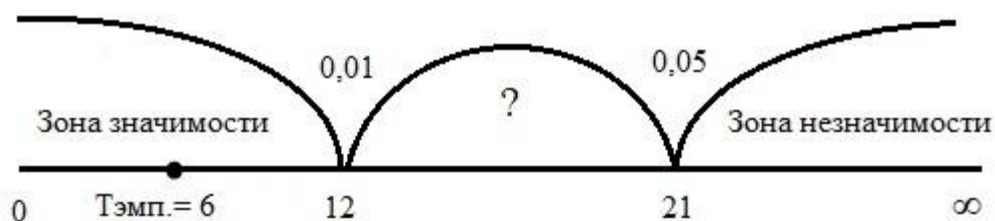


Рисунок 4.6 – Ось значимости для показателя «Избегание»

Из рисунка 4.6 видно, полученное эмпирическое значение Тэмп. находится в зоне значимости. Значит, можно утверждать, что зафиксированные в эксперименте изменения значимы и неслучайны. Реализация программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков привела к статистически достоверному понижению показателей стратегии избегания у обучающихся 5 класса.

#### Сопоставление показателей стратегии соперничества

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии соперничества не превосходит интенсивности сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии соперничества.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии соперничества превосходит интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии соперничества.

Нетипичными сдвигами для нас явились сдвиги в сторону увеличения (таблица 4.7).

Сумма рангов нетипичных сдвигов составляет: Тэмп. = 10,5.

Критические значения  $T_{кр.}$  при  $n=13$ :

$T_{кр.} = 21$  ( $p \leq 0,05$ ),

$T_{кр.} = 12$  ( $p \leq 0,01$ ).

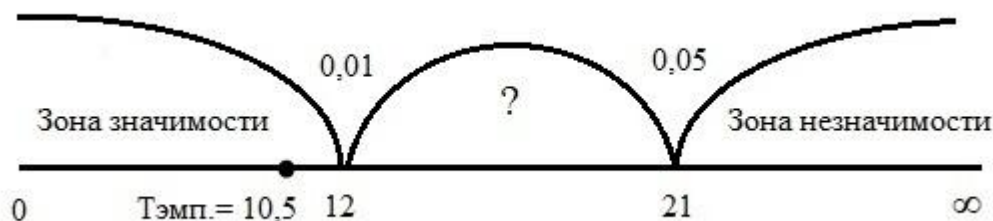


Рисунок 4.7 – Ось значимости для показателя «Соперничество»

Из рисунка 4.7 видно, полученное эмпирическое значение Тэмп. находится в зоне значимости. Значит, можно утверждать, что зафиксированные в эксперименте изменения неслучайны и значимы. Реализация программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков привела к статистически достоверному понижению показателей стратегии соперничества у обучающихся 5 класса.

#### Сопоставление показателей стратегии сотрудничества

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии сотрудничества не превосходит интенсивности сдвигов в направлении снижения показателей стратегии сотрудничества.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей стратегии сотрудничества превосходит интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей стратегии сотрудничества.

Нетипичными сдвигами для нас явились сдвиги в сторону снижения (таблица 4.7).

Сумма рангов нетипичных сдвигов составляет:  $T_{\text{эмп.}} = 5$ .  
Критические значения  $T_{\text{кр.}}$  при  $n=13$ :  
 $T_{\text{кр.}} = 21$  ( $p \leq 0,05$ ),  
 $T_{\text{кр.}} = 12$  ( $p \leq 0,01$ ).

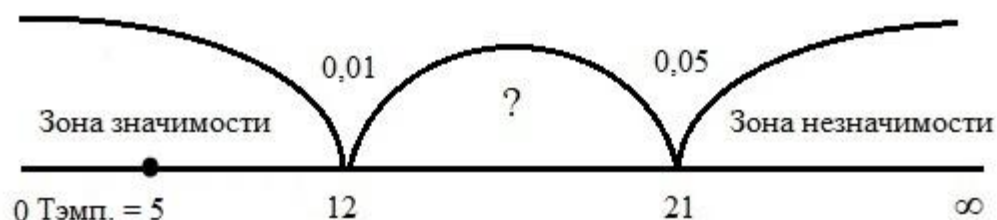


Рисунок 4.8 – Ось значимости для показателя «Сотрудничество»

Из рисунка 4.8 видно, полученное эмпирическое значение  $T_{\text{эмп.}}$  находится в зоне значимости. Значит, можно утверждать, что зафиксированные в эксперименте изменения неслучайны и значимы. Реализация программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков привела к статистически достоверному увеличению показателей стратегии сотрудничества у обучающихся 5 класса.



## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

### Технологическая карта внедрения результатов исследования

Таблица 5.1 – Технологическая карта внедрения результатов исследования

1-й этап «Целеполагание внедрения программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время,	Ответственные
1.1 Изучить необходимые документы по предмету внедрения	Изучение и анализ анкет обучающихся, диагностических методик	Анализ, беседы, анкетирование, наблюдение	Беседа с обучающимися		Сентябрь	Психолог
1.2 Поставить цели внедрения	Обоснование целей и задач внедрения	Обсуждение, круглый стол	Пед. совет	1	Сентябрь	Зам. по УВР, психолог
1.3 Разработать этапы внедрения	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ состояний дел в учебном заведении, анализ программы внедрения	Совещание	1	Октябрь	Зам. по УВР, психолог
1.4 Разработать программно-целевой комплекс внедрения	Анализ уровня подготовленности обучающихся, анализ работы в учебном заведении по теме предмета внедрения	Анализ состояния программы внедрения. Обсуждение в группе	Совещание	1	Октябрь	Психолог

Продолжение таблицы 5.1

2-й этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
2.1 Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у интересантов программы	Организация внедрения программы, псих. подбор и расстановка субъектов внедрения	Обоснование практической значимости внедрения программы	Беседа, обсуждение	2	Сентябрь, октябрь	Психолог, интересанты программы: адм. учебного заведения, зам. по УВР, родители
2.2 Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у интересантов	Пропаганда уже имеющегося передового опыта внедрения программы	Методические консультации, беседы	Изучение опыта, проработка тематики, групповые обсуждения	3	Сентябрь – ноябрь	Адм. учебного заведения, психолог

Продолжение таблицы 5.1

3-й этап «Изучение предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время,	Ответственные
3.1 Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения	Изучение и анализ интересантами внедрения программы материалов по проблеме исследования	Фронтально	Просветительская работа, семинары, лекции, работа с документацией	2	Октябрь, декабрь	Все заинтересованные субъекты: адм. учебного заведения, психолог, зам. по УВР, родители
3.2 Изучить сущность предмета внедрения программы	Изучение предмета внедрения программы, её задач, форм, принципов, содержания, методов	В ходе самообразования	Беседы, тренинги	1	Декабрь	Психолог, зам. по УВР
3.3 Изучить методику внедрения темы программы	Освоение системного подхода в работе	В ходе самообразования	Беседы, тренинги	1	Декабрь	Психолог, зам. по УВР

Продолжение таблицы 5.1

4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Ко л- во	Время,	Ответствен- ные
4.1 Создать группу для опережающего внедрения программы	Определение состава группы, орг. работа, исследование псих. портрета субъектов внедрения	Наблюдение анкетирование, опрос	Тематические мероприятия Индивидуальные беседы, обсуждения	3	Декабрь – февраль	Психолог, адм. учебного заведения
4.2 Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучить теории предмета внедрения, методики внедрения.	Научно исследовательская работа, обсуждение, тренинги	Беседы, консультации, работа психологической службы	1	Декабрь	Психолог, зам. по УВР
4.3 Обеспечить обучающимся условия для успешного освоения методики внедрения программы	Анализ создания условий для опережающего внедрения	Изучение состояния дел	Анализ документации	1	Декабрь	Психолог, зам. по УВР
4.4 Проверить методику внедрения	Работа группы по внедрению программы	Изучение состояния дел в группе, корректировка программы	Работа псих. службы	5	Сентябрь - январь	Психолог, адм. учебного заведения

Продолжение таблицы 5.1

5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время,	Ответственные
5.1 Мобилизовать ученический коллектив на внедрение программы	Анализ работы группы по внедрению программы	Сообщение о результатах работы, технологии, тренинги	Просветительская работа, работа псих службы	1	Сентябрь	Психолог, адм. учебного заведения
5.2 Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Обмен опытом внедрения программ, самообразова- ние, тренинги	Работа психологической службы, консультации	4	Сентябрь –ноябрь	Психолог, администрац ия учебного заведения
5.3 Создать условия для фронтального внедрения программы	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы	Изучение состояния дел условий для фронтального внедрения программы	Работа псих. службы	1	Ноябрь	Психолог, адм. учебного заведения
5.4 Освоить всеми обучающимися предмет внедрения программы	Фронтальное освоение программы	Обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы	Работа псих. службы, консультации, наставничество	1	Декабрь	Психолог, зам. по УВР

Продолжение таблицы 5.1

6-й этап «Совершенствование работы над предметом внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время,	Ответственные
6.1 Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений	Обмен опытом, корректировка методики, наставничество	Работа психологической службы	1	Январь	Психолог, адм. учебного заведения
6.2 Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы	Анализ зависимости конечного результата от создания условий для внедрения программы	Анализ состояния дел по теме	Работа псих. службы, анализ документации	1	Февраль	Психолог, адм. Учебного заведения
6.3 Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы	Анализ состояния дел по теме	Работа псих. службы	3	Февраль – апрель	Психолог, зам. по УВР

Продолжение таблицы 5.1

7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время,	Ответственные
7.1 Изучить и обобщить опыт внедрения программы	Изучение и обобщение опыта внедрения программы, работа по проблеме исследования	Наблюдение, изучение документов	Работа псих. службы, составление рекомендаций, просветительство	5	Февраль июнь	Психолог, зам. по УВР
7.2 Осуществить наставничество над приступающими к внедрению программы	Обучение психологов и педагогов работе по внедрению программы	Наставничество, обмен опытом, консультации	Работа псих. службы	1	Сентябрь	Психолог, адм. учебного заведения
7.3 Осуществить пропаганду опыта внедрения программы	Пропаганда опыта внедрения в работе	Научная и творческая деятельность	Участие в конгрессах, написание статей	2-3		Психолог
7.4 Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившееся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы	Наблюдение, анализ, работа псих. службы, научная деятельность	Написание статей по теме внедрения программы	2-3		Психолог