



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЧЕЛЯБИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЧГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ
**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ
ОТНОШЕНИЙ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ**

**Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

**Профиль программы бакалавриата
«Психология образования»**

Работа _____ к защите
рекомендована/не рекомендована

« ___ » _____ 2016 г.
зав. кафедрой ТиПП
_____ Кондратьева О.А.

Выполнил:
Студент группы ОФ-410/099-4-1
Молоканов Александр Владимирович

Научный руководитель:
к.пед.н., доцент кафедры ТиПП
Попова Евгения Викторовна

**Челябинск
2016**

Оглавление

| | |
|---|----|
| Введение..... | 3 |
| Глава I. Теоретический анализ проблемы коррекции межличностных отношений у старших подростков | |
| 1.1 Понятие межличностных отношений в психолого-педагогической литературе..... | 7 |
| 1.2. Социально-психологическая характеристика старших подростков..... | 15 |
| 1.3. Модель психолого-педагогической коррекции межличностных отношений у старших подростков..... | 23 |
| Глава II. Исследование межличностных отношений у старших подростков | |
| 2.1. Этапы, методы, методики опытно-экспериментального Исследования..... | 41 |
| 2.2. Характеристика выборки и результаты констатирующего эксперимента..... | 49 |
| Глава III. Экспериментальная работа по коррекции межличностных отношений у старших подростков | |
| 3.1. Программа психолого-педагогической коррекции межличностных отношений у старших подростков..... | 59 |
| 3.2. Анализ результатов экспериментальной работы по коррекции межличностных отношений у старших подростков..... | 67 |
| 3.3. Психолого-педагогические рекомендации по коррекции межличностных отношений у старших подростков | 75 |
| Заключение..... | 83 |
| Библиографический список..... | 86 |
| Приложения..... | 92 |

Введение

Актуальность исследования. Основа межличностных отношений закладывается в подростковом возрасте, которая на всем жизненном пути будет определять поведение человека во всех отношениях с окружающими его людьми. Содержанием межличностных отношений будет общение, выступающее средством обмена информацией и, в то же время, оказывающее влияние на развитие личности подростков. Происходит восприятие окружающего мира, преломление норм и ценностей общества. Подросток стремится занять определённое место в группе сверстников. Поэтому очень важно развитие межличностных отношений, поиск близких друзей, на которых можно положиться в любую минуту и которые всегда смогут понять и почувствовать. Кроме того, в данном возрасте стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения. Все эти качества развиваются в процессе общения подростка с людьми. Общение становится ведущим видом деятельности подростка. Центр физической и духовной жизни ребенка перемещается из дома во внешний мир, переходит в среду сверстников и взрослых. Общение играет весьма существенную роль в становлении и развитии самосознания, и правильный образ «я» складывается у подростка лишь тогда, когда окружающие его люди в этом искренне заинтересованы.

Человек на протяжении всей своей жизни нуждается в принятии его другими, в позитивных оценках, но в подростковом возрасте эта потребность выражена наиболее ярко. В настоящее время растут такие негативные социальные явления, как преступность, наркомания, алкоголизм, девиантное поведение молодежи.

Данные социометрических исследований показывают, что положение подростка в системе сложившихся в классном коллективе межличностных отношений определяется рядом факторов, общих для подросткового

возраста. Группа подростков, имеющих неблагоприятное положение в системе личных отношений, обладает схожими характеристиками: трудности в общении со сверстниками, неуживчивость, вспыльчивости, грубости, замкнутости, их отличает жадность и зазнайство, навязчивость и неряшливость. Общение подростка во многом обуславливается изменчивостью его настроения.

Для подростка наиболее актуально групповое межличностное взаимодействие, общение в компании ровесников. Степень «включенности» в группу определяет как стиль межличностного взаимодействия, так и направленность личностного развития. Частыми причинами затруднений общения, по мнению исследователей, могут выступать индивидуально-психологические особенности общения, включая интеллектуальные, волевые, личные проявления человека.

В связи с вышесказанным возрастная задача развития навыков межличностного взаимодействия становится для подростка наиболее значимой и актуальной, поскольку отрочество является наиболее сензитивным периодом для развития навыков межличностного взаимодействия.

Данная проблема изучается как отечественными, так и зарубежными авторами. В частности, среди отечественных авторов, разрабатывающих проблему межличностных отношений, можно назвать и обозначить автора Н.Н. Обозова. Среди зарубежных авторов интересны работы Я.Л. Морено, «Социометрия», «Экспериментальный метод и наука об обществе» Л. Фестингера, Ф. Фидлера и других.

Вступая в межличностные отношения в самых разнообразных по форме, содержанию, ценностям, структуре человеческих общностях – в детском саду, в классе, в дружеском кругу, в различного рода формальных и неформальных объединениях, - индивид проявляет себя как личность и представляет возможность оценить себя в системе отношений с другими.

Многогранность межличностных отношений превращает их в объект комплексного изучения и в дальнейшем может возникнуть необходимость в их психолого-педагогической коррекции.

Цель исследования - теоретическое обоснование и экспертная апробация модели психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков.

Объект исследования - межличностные отношения старших подростков.

Предмет исследования - психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений старших подростков.

Гипотеза исследования: предполагаем, что коррекция межличностных отношений у старших подростков возможна при реализации специально разработанной программы психолого-педагогической коррекции.

Задачи исследования:

- 1) Изучить понятия межличностных отношений в отобранной психолого-педагогической литературе.
- 2) Исследовать социально-психологические характеристики старшего подросткового возраста.
- 3) Теоретически обосновать модели коррекции межличностных отношений у старших подростков.
- 4) Определить этапы, методы и методики исследования.
- 5) Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования.
- 6) Разработать программу коррекции межличностных отношений у старших подростков.
- 7) Анализ эффективности программы по коррекции межличностных отношений у старших подростков.
- 8) Разработать рекомендации педагогам по коррекции межличностных отношений у старших подростков.

В ходе эксперимента использовались следующие методы исследования:

1. Теоретические – анализ, синтез, обобщение, моделирование.
2. Эмпирические – констатирующий эксперимент, тестирование, формирующий эксперимент, опрос.
3. Метод математической статистики: Т-критерий Ф. Вилкоксона.

Методики исследования:

- «Социометрия» Я. Морено;
- «Оценка социально - психологического климата в коллективе по полярным профилям» Е.И. Рогова;
- Методика исследования коммуникативных способностей (КОС-Т. авторы В.В. Синявский, Б.А. Федоришин).

База исследования – МБОУ гимназия № 1 г. Челябинска, учащиеся 10 класса в количестве 25 человек.

Структура квалификационной работы включает в себя введение, три главы, заключение, список используемой литературы и приложения.

Апробация выпускной квалификационной работы прошла в рамках участия в научно-практической конференции «Триангуляция результатов количественного и качественного анализа развития психических процессов коллективным субъектом профессор-доцент-студент» [18, с. 1].

Глава I. Теоретический анализ проблемы коррекции межличностных отношений старших подростков

1.1. Понятие межличностных отношений в психолого-педагогической литературе

Природа межличностных отношений в любых общностях достаточно сложна. В них проявляются как сугубо индивидуальные качества личности – её эмоциональные и волевые свойства, интеллектуальные возможности, так и усвоенные личностью нормы и ценности общества. В системе межличностных отношений человек реализует себя, отдавая обществу воспринятое в нем. Именно активность личности, её деяния являются важнейшим звеном в системе межличностных отношений [36, с. 54].

Вступая в межличностные отношения самых разнообразных по форме, содержанию, ценностям, структуре человеческих общностях – в детском саду, в классе, в дружеском кругу, в различного рода формальных и неформальных объединениях индивид проявляет себя как личность и представляет возможность оценить себя в системе отношений с другими.

Любая группа на любой возрастной ступени характеризуется своей особой социальной ситуацией развития. Понятие социальной ситуации развития было введено Л.С. Выготским для характеристики развития личности внутри определенного возрастного этапа на основе конкретно-исторической системы его отношений с социальной действительностью. Понятие социальной ситуации развития может быть применено и к характеристике малой группы [10, с. 24].

Г.М. Андреева под малой группой подразумевает группу, в которой общественные отношения выступают в форме конкретных личных контактов [4, с. 174].

Наравне с понятием малой группы зачастую употребляют понятие «коллектив», которым обозначают малую группу, достигшую высокого (высшего) уровня социально - психологической зрелости, имея в виду

величину формирования её социальных и психологических характеристик. Это официально сформированная группа, объединение людей, занимающихся полезной обществу работой [36, с. 64].

Это высшая форма социальной организации, базирующаяся на идейной общности и взаимоотношениях товарищеского сотрудничества и взаимопомощи его членов [43, с. 114].

Групповая деятельность формируется из взаимодействия индивидов при совместном решении конкретных задач (экономических, производственных и т.д.), важным условием которого являются межличностные отношения.

По мнению Е.И. Ильина межличностные отношения это отношения, складывающиеся между отдельными людьми. Они часто сопровождаются переживаниями эмоций, выражают внутренний мир человека [26, с. 194].

По мнению Г.М. Андреевой межличностные отношения это особый вид общественных отношений, реализация безличностных отношений в деятельности, актах общения и взаимодействия индивидов [4, с. 174].

Н.Н. Обозов считает, что межличностные отношения - это объективно переживаемые, в разной степени осознаваемые взаимосвязи между людьми. В их основе лежат разнообразные эмоциональные состояния взаимодействующих людей и их психологические особенности [53, с. 94].

Я.Л. Коломинский определяет межличностные отношения как информационное и предметное взаимодействие, в ходе которого формируется, проявляется и реализуется межличностное общение [31, с. 74].

С точки зрения В.С. Голубева межличностные отношения - субъективно переживаемые взаимосвязи между людьми, объективно проявляющиеся в характере и способах взаимных влияний, оказываемых людьми друг на друга в процессе совместной деятельности и общения [12, с. 67].

Б.Г. Ананьев определяет межличностные отношения как процесс познания участниками общения друг друга, саморегуляции поступков человека с учетом полученного знания, преобразования внутреннего мира [3, с. 125].

В своих экспериментах по исследованию природы межличностных отношений Е.И. Ильин и Г.М. Андреева выразили сходство точек зрения в том, что межличностные отношения это, прежде всего, взаимодействия между людьми [25, с. 69].

Сходную точку зрения высказывает Н.Н. Обозов, говоря, что межличностные отношения - это объективно переживаемые, в разной степени осознаваемые взаимосвязи между людьми [50, с. 77].

Так же Е.И. Ильин дополняет само понятие тем, что межличностные отношения сопровождаются переживаниями эмоций, выражают внутренний мир человека [25, с. 228].

В работах Я.Л. Коломинского, Г.Г. Голубева и Б.Г. Ананьева прослеживаются следующие различия:

- Я.Л. Коломинский предлагает рассматривать межличностные отношения как информационное и предметное взаимодействие, в ходе которого формируется, проявляется и осуществляется межличностное общение [31, с. 121].

- Г.Г. Голубев определяет межличностные отношения как объективно проявляющиеся в характере и способах взаимных влияний, оказываемых людьми друг на друга в процессе совместной деятельности и общения [12, с. 61].

- Б.Г. Ананьев отмечает в межличностных отношениях процесс познания участниками общения друг друга, саморегуляции поступков человека с учетом полученного знания, преобразования внутреннего мира [3, с. 124].

Присутствие сравнения нрава межличностных взаимоотношений в разных обществах людишек кидается в взгляд присутствие схожест и отличия. Схожесть возникает в этом, то что межличностные

взаимоотношения станут важным обстоятельством их существования, условием, с которого находится в зависимости успешное разрешение значимых перед ним проблем, их перемещение в будущем. Одновременно с этим, любая совокупность характеризуется преобладающим в ней типом работы. Таким образом с целью рабочего группы ею будет компетентная работа, с целью тренировочной категории – освоение познаний, умений и способностей, с целью спортивной категории – речь, вычисленное в результате запланированного итога в состязаниях, с целью семьи – развитие детей, предоставление домашних обстоятельств существования, предприятие досуга и др. Согласно данной обстановке в любом виде одинаковостей непосредственно рассматривается главный тип межличностных взаимоотношений, гарантирующий главную с целью ее работу [23, с. 44].

В психологической литературе высказывается большое число точек зрения по поводу того, какую роль занимают межличностные отношения в действительной системе жизнедеятельности людей.

Г.Т. Хоментаскас фиксирует, что понимание и анализ межличностных отношений в различных подходах опирается на разные психические детерминанты личности [75, с. 12].

С точки зрения В.Н. Мясищева, основное, что определяет личность, – это «...ее отношения к людям, являющиеся одновременно взаимоотношениями...» [48, с. 18].

Г. М. Андреева определяет, что главной специфической особенностью межличностных отношений является их эмоциональная основа. Это означает, что они образуются и складываются на основе определенных чувств, рождающихся у людей по отношению друг к другу [4, с. 39].

Как отмечает В.Г. Ромек, несмотря на то, что содержанием межличностных отношений считаются чувства, для образования межличностных отношений этого недостаточно. Межличностные отношения присутствуют только тогда, когда личные воззрения и чувства взаимно интересуют партнеров, когда помимо желания сказать о своих чувствах,

имеется еще стремление выслушать партнера, понять заинтересованность к его собственным мнениям и чувствам [63, с. 24].

Н.Н. Обозов считает, что межличностные отношения – это всегда «субъект-субъектные» взаимосвязи. Они характеризуются постоянной взаимностью и изменчивостью [50, с. 38].

Развитие межличностных отношений может быть обусловлено следующими особенностями общающихся: пол, возраст, национальность, свойства характера, состояние здоровья, специальность, опыт общения с людьми и прочее [50, с. 64].

В многочисленных трудах, посвященных изучению групп и коллективов, групповой динамики и т. д., представлено влияние организации совместной деятельности и степени развития группы на становление межличностных отношений, на становление сплоченности, ценностно-ориентационного единства членов коллектива [62, с. 274].

Исходя из критериев глубины отношений, избирательности в выборе партнеров, функций отношений, Н.Н. Обозов предлагает следующую классификацию межличностных взаимоотношений [50, с. 64].

- отношения знакомства;
- приятельские;
- товарищеские;
- дружеские;
- любовные;
- супружеские;
- родственные;
- деструктивные отношения.

Отношения знакомства выражаются в акте опознания и приветствия. Отношения знакомства – источник осознания общественной и филогенетической принадлежности: половой, возрастной, территориальной и т.д..

Приятельские отношения появляются на основе отношений знакомств. Для развития приятельских отношений нужен довольно устойчивый круг знакомых, важные для партнеров условия совместной деятельности в различных сферах (быт, деятельность, обучение, времяпровождение), взаимный интерес [29, с. 88].

Дружеские отношения завязываются из отношений знакомства и приятельских отношений, если возникают условия, способствующие наиболее тесному сближению людей. Немаловажную роль в становлении дружеских отношений играет время. Дружеские отношения начинаются с симпатии, уважения, доверия [29, с. 88].

Товарищеские отношения схожи к дружеским. Также как дружеские они реализуются в области предметной деятельности, однако обусловлены не личными предпочтениями, а обстановкой совместной деятельности, принадлежностью к одной общности, как правило, производственной [29, с. 88].

Любовные отношения строятся как форма удовлетворение эмоционально-сексуальных потребностей партнеров и могут переходить в иные виды отношений. Они представляют собой важнейший компонент брачных и родственных отношений [7, с. 45].

Супружеские отношения появляются в результате официального оформления любовных отношений. Под супружеством как формой межличностных отношений подразумевают совокупность общественно регламентированных отношений между брачными партнерами [53, с. 47].

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

К деструктивному межличностному взаимодействию принадлежат такие формы контактов, которые усложняют либо рушат отношения и негативно сказываются на человеке или обоих партнерах.

По мнению Г.М. Андреевой межличностные отношения, или отношения между отдельными людьми (личностями), делятся на следующие основные виды [4, с. 38]:

- официальные и неофициальные;
- деловые и личные;
- рациональные и эмоциональные;
- руководства и подчинения;
- первичные и вторичные.

Официальными называют взаимоотношения, возникающие между людьми на должностной основе.

Неофициальные отношения складываются на базе личных взаимоотношений людей.

Деловые отношения возникают в связи с совместной работой людей (делом, которое их объединяет).

Личные взаимоотношения — это отношения между людьми, которые складываются вне их совместной деятельности.

В рациональных отношениях на первый план выступают знания людей друг о друге и объективные оценки, которые им дают окружающие люди. Рациональные — это взаимоотношения, которые основаны на расчете и разуме, строятся и развиваются исходя из ожидаемой или реальной пользы, которую вступающие в них люди могут принести или приносят друг другу. Эмоциональные отношения — это, напротив, отношения, основанные на субъективных оценках людей, на их личном, индивидуальном восприятии окружающих [5, с. 81].

Е.П. Ильин в своих трудах утверждает, что межличностные отношения делятся на следующие виды:

- официальные и неофициальные;

- деловые и личные;
- рациональные и эмоциональные;
- субординационные и паритетные.

Официальными (формальными) называют отношения, возникающие на должностной основе и регулируемые уставами, постановлениями, приказами, законами.

Неофициальные (неформальные) отношения складываются на базе личных взаимоотношений людей и не ограничиваются никакими официальными рамками.

Деловые взаимоотношения возникают в связи с совместной работой людей.

Личные взаимоотношения – это отношения между людьми, которые складываются помимо их совместной деятельности.

Рациональные отношения – это отношения, основанные на разуме и расчете, они строятся исходя из ожидаемой или реальной пользы от устанавливаемых отношений.

Эмоциональные отношения, напротив, основаны на эмоциональном восприятии друг друга, часто без учета объективной информации о человеке. Поэтому рациональные и эмоциональные отношения чаще всего не совпадают.

Субординационные отношения – это отношения руководства и подчинения, т. е. неравноправные отношения, в которых одни люди имеют более высокий статус (должность) и больше прав, чем другие. Это отношения между руководителем и подчиненными.

В противоположность этому паритетные отношения означают равноправие между людьми. Такие люди не подчинены друг другу и выступают как независимые личности [26, с. 194].

Исходя из вышеуказанных определений, нам близка точка зрения российского психолога Н.Н. Обозова, согласно которой межличностные отношения – это неотъемлемое условие нормального функционирования

общности людей. В своём исследовании мы также будем придерживаться определения Н.Н. Обозова, который считает, что межличностные отношения - это объективно переживаемые, в разной степени осознаваемые взаимосвязи между людьми.

В их основе лежат разнообразные эмоциональные состояния взаимодействующих людей и их психологические особенности. В монографии Н.Н. Обозова обобщены результаты его эмпирических исследований. Для нас это наиболее глубокое и обстоятельное исследование, которое в настоящее время сохраняет свою актуальность.

1.2. Социально - психологическая характеристика старшего подросткового возраста

В трудах К.А. Альбухановой-Славской понятие «возраст» рассматривается как конкретная, относительно ограниченная во времени ступень психического развития индивида и его развития как личности, характеризующая совокупностью закономерных физиологических и психологических изменений, не связанных с различием индивидуальных особенностей» [2, с. 54].

Психолог Д.Б. Эльконин определяет хронологические границы подросткового возраста и выделяет периоды от 10-11 до 15 или от 11-12 до 16-17 лет. Это часто зависит от того, рассматривается ли как особый этап развития ранний юношеский возраст. Так, Д.Б. Эльконин, в своей периодизации как отдельную эпоху развития выделяется отрочество, в которой стадиями являются младший подростковый и старший подростковый возраста, а возрастные границы отрочества - 12-13 до 18 лет [75, с. 174].

Также существуют разногласия в определении подросткового возраста как стабильного периода развития (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин) либо как критического периода, наиболее затяжного и острого, в отличие от кризисов

других возрастов (Л.И. Божович). Анализу понятия возрастного кризиса относительно подросткового возраста посвящены работы В.С. Мухиной. Подростковый возраст характеризуется резкими, качественными изменениями, затрагивающими все стороны развития. К концу подросткового возраста завершается перестройка почти всех физиологических систем организма. Но в настоящее время нет единого мнения относительно таких важнейших характеристик возраста, как ведущая деятельность и центральные новообразования подросткового возраста [46, с. 202].

Выделяя основные психологические новообразования подросткового возраста, разные авторы обращают внимание на разные стороны развития личности подростка. Так, среди центральных психологических новообразований подросткового возраста указывают "чувство взрослости" (Д.Б. Эльконин), рефлексивное самосознание, (Л.С. Выготский), абстрактное мышление (Л.С. Выготский, Ж. Пиаже), практическое сознание определяет (В.В. Давыдов), самоопределение и потребность в нем у старших подростков (Л.И. Божович, М.Г. Гинзбург, Э. Эриксон), жизненные планы рассматривает (Л.С. Выготский, Ж. Пиаже), мировоззрение (Л.И. Божович, В.В. Давыдов) и многое др. Самоопределение, как профессиональное, так и личностное, становится центральным новообразованием старшего подросткового возраста [61, с. 212].

Рассмотрим вопросы социально - психологической характеристики старшего подросткового возраста.

С точки зрения Г.М. Андреевой подростковый возраст – «возрастной период, занимающий переходное положение от детства к юности» [4, с. 75].

По мнению И.Ю. Кулагина подростковый возраст — трудный период полового созревания и психологического взросления ребенка [34, с. 82].

Немецкий психиатр Э. Кречмер придерживается мнения, что подростковый возраст это период бурного, неравномерного роста и развития организма, интенсивного роста тела и совершенствования мускульного

аппарата, процесс окостенения скелета. Несоответствие, неравномерность развития сердца и сосудов, усиленная деятельность желез внутренней секреции, «часто приводят к некоторым временным расстройствам кровообращения, повышению кровяного давления, напряжению сердечной деятельности у подростков, а также к повышению их возбудимости, что может выражаться в раздражительности, быстрой утомляемости, головокружениях и сердцебиении» [33, с. 42].

Ранняя юность — время реального перехода к настоящей взрослости, первые признаки которой появляются, как мы уже видели, в подростковом возрасте. У юношей и девушек очень мало чисто детских черт, которые у подростков преобладают и соседствуют с не всегда удачными попытками вести себя по-взрослому.

Вместе с тем старших подростков полностью взрослыми еще не назовешь, так как у них многое еще сохранилось от детства. В суждениях, оценках, взглядах на жизнь, на свое будущее, в отношении к собственной жизненной судьбе у школьников IX—XI классов немало детскости. Многие из них у порога окончания школы еще недостаточно ответственно относятся к выбору своей будущей профессии, к необходимости усиленно трудиться, чтобы в дальнейшем выдержать конкуренцию, ко многим другим вопросам, которые для большинства взрослых людей решаются однозначно положительно. Образно говоря, если подросток — это в основном еще полуробенек, то старший подросток — более чем наполовину взрослый [46, с. 21].

На период ранней юности, традиционно связываемый с обучением в старших классах школы, приходится становление нравственного самосознания. Этот же период характеризуется переходом на новый уровень морали — конвенциональный (по Л. Колбергу).

Устремленность в будущее только тогда благотворно влияет на формирование личности, когда есть удовлетворенность настоящим. При благоприятных условиях развития старший подросток стремится в будущее

не потому, что ему плохо в настоящем, а потому, что впереди будет еще лучше. Осознание временной перспективы и построение жизненных планов требуют уверенности в себе, в своих силах и возможностях. По американским данным, подростки 12-13 лет значительно чаще, чем младшие дети, думают, что взрослые и сверстники оценивают их отрицательно, их самоуважение несколько снижается. После 15 лет самоуважение снова возрастает, не только компенсируя «потери» подросткового периода, но и превосходя уровень самоуважения младших школьников. Типично юношеские особенности характерны для самооценки десятиклассников — она относительно устойчива, высока, сравнительно бесконфликтна, адекватна. Дети именно в это время отличаются оптимистичным взглядом на себя, свои возможности и не слишком тревожны. Все это, безусловно, связано с формированием «Я-концепции» и необходимостью самоопределения [39, с. 28].

В 11-ом выпускном классе ситуация становится более напряженной. Жизненный выбор, который в прошлом году был достаточно абстрактным, становится реальностью. Часть старших подростков и сейчас сохраняет «оптимистичную» самооценку. Она не слишком высока, в ней гармонично соотносятся желания, притязания и оценка собственных возможностей. У других десятиклассников самооценка высока и глобальна — охватывает все стороны жизни; смешивается желаемое и реально достижимое. Еще одна группа детей отличается, напротив, неуверенностью в себе, переживанием того разрыва между притязаниями и возможностями, который ими ясно осознается. Их самооценка низка, конфликтна. В этой группе много девочек. В связи с изменениями в самооценке в 11-ом классе повышается тревожность [23, с. 35].

Рассматривая тенденции в развитии самооценки в старших классах, отметим, что самооценка конкретного ученика зависит не только от общей ситуации, но и от индивидуальных ценностных ориентаций, определяющих оценочный компонент «Я-концепции». Допустим, мальчик

считает себя талантливым физиком и планы на будущее для него ясны. Но, несмотря на профессиональное самоопределение, его самоуважение невысоко, поскольку основывается не только на интеллектуальных качествах — для него важны и общительность, умение поддерживать дружеские отношения, которыми он не обладает.

Несмотря на некоторые колебания в уровнях самооценки и тревожности и разнообразие вариантов личностного развития, можно говорить об общей стабилизации личности в этот период, начавшейся с формирования «Я-концепции» на границе подросткового и старшего школьного возрастов. Юноши в большей степени принимают себя, чем подростки, их самоуважение в целом выше [39, с. 64].

Интенсивно развивается саморегуляция, повышается контроль над своим поведением, проявлением эмоций. Настроение в ранней юности становится более устойчивым и осознанным. Дети в 16-17 лет, независимо от темперамента, выглядят более сдержанными, уравновешенными, чем в 11-15. В это время начинает развиваться и нравственная устойчивость личности. В своем поведении старшеклассник все больше ориентируется на собственные взгляды, убеждения, которые формируются на основе приобретенных знаний и своего, пусть не очень большого, жизненного опыта.

Благодаря этому нравственная саморегуляция становится более полной и осмысленной. Самоопределение, стабилизация личности в ранней юности связаны с выработкой мировоззрения. Старшие подростки пишут: «Трудный возраст (т.е. подростковый) обозначает, скорее, период физических перемен, тогда как кризис юности означает ряд моральных или философских проблем». «В трудном возрасте ты еще ребенок, который капризничает и хочет показать свою самостоятельность» [27, с. 131].

Как известно, в подростковом возрасте ребенок открывает для себя свой внутренний мир. В это же время он достигает уровня формально-логического мышления. Интеллектуальное развитие, сопровождающееся

накопление и систематизацией знаний о мире, и интерес к личности, рефлексия, оказываются в ранней юности той основой, на которой строятся мировоззренческие взгляды. Картина мира при этом может быть материалистической или идеалистической, создаваться на базе религиозных представлений и т.д [40, с. 112].

Старший подросток, наоборот, познавая окружающее, возвращается к себе и задается мировоззренческими вопросами: «А что я значу в этом мире?» «Какое место я занимаю в нем?» «Каковы мои возможности?» «Какой я?». Он ищет четких, определенных ответов и в своих взглядах категоричен, недостаточно гибок. Недаром говорят о юношеском максимализме. Следует иметь в виду, что мировоззренческие проблемы не решаются один раз в жизни, раз и навсегда. Последующие кризисы, осложнения, повороты жизни приведут к пересмотру юношеских позиций. Взрослый человек будет возвращаться к этим «вечным» вопросам, отказываясь от своих прежних решений или упрочиваясь в своем мнении, но уже на другом, более высоком уровне. Безусловно, не у всех старшеклассников вырабатывается мировоззрение — система ясных, устойчивых убеждений. Учителя дают такие характеристики отдельным школьникам: «Беспринципный, никогда не знаешь, как он поступит, всегда смотрит, откуда ветер дует». «Всегда идет на поводу у других, не имеет своего мнения». В связи с этим полезно вспомнить положение Э. Эриксона о необходимости мировоззренческого выбора в юности. Отсутствие этого выбора, смешение ценностей не позволяет личности найти свое место в мире человеческих отношений и не способствует ее психическому здоровью [31, с. 57].

Еще один момент, связанный с самоопределением, — изменение учебной мотивации. Старшие подростки, ведущую деятельность которых обычно называют учебно-профессиональной, начинают рассматривать учебу как необходимую базу, предпосылку будущей профессиональной деятельности. Их интересуют, главным образом, те предметы, которые им будут нужны в дальнейшем, их снова начинает волновать успеваемость

(если они решили продолжить образование). Отсюда и недостаточное внимание к «ненужным» учебным дисциплинам, часто гуманитарным, и отказ от того подчеркнуто пренебрежительного отношения к отметкам, которое было принято среди подростков. Как считает А.В. Петровский, именно в старшем школьном возрасте появляется сознательное отношение к учению [55, с. 288].

Межличностное общение в юности занимает еще больше времени, чем в подростковом возрасте, причем большая часть времени, затрачиваемого на него, приходится на общение со сверстниками. Признанием и уважением у юношей и девушек пользуются такие сверстники, которые являются их близкими друзьями. С остальными же поддерживаются только товарищеские или приятельские отношения. Особенной популярностью среди детей этого возраста пользуются те из товарищей, которые сами по-доброму и внимательно относятся к людям. Такие сверстники отзывчивы, сдержанны, жизнерадостны, добродушны, уступчивы, обладают хорошим чувством юмора. Они всегда держатся естественно, уверенно, энергичны, активны, являются лидерами, помогают своим друзьям в разных делах и в разрешении личных проблем. Напротив, скованные, неуверенные в себе, нервозные, замкнутые юноши и девушки вызывают у сверстников отрицательное к себе отношение и нередко оказываются социально-психологически изолированными. Не пользуются уважением и те, чье внимание и интересы направлены исключительно на себя, кто груб, бестактен и равнодушен к другим людям [24, с. 188].

Психологи определили, что взаимоотношения со сверстниками в детстве связаны с будущим психологическим благополучием человека. Среди подростков и молодых людей, которые в школьные годы были в разладе со своими сверстниками, наблюдается более высокий процент людей с тяжелым характером, жизненными проблемами и даже правонарушителей. Разлад взаимоотношений со сверстниками нередко приводит к различным формам эмоциональной и социальной изоляции.

В возникновении потребности в юношеской дружбе, в стремлении к установлению близких взаимоотношений с людьми в этом возрасте наблюдаются определенные различия между мальчиками и девочками. У девочек потребность в дружеских отношениях возникает на полтора-два года раньше, чем у мальчиков, и особенно заметные межполовые различия наблюдаются в самом конце подросткового или в начале юношеского возраста в стремлении дружить с человеком противоположного пола. Девочки, как правило, более эмоциональны, придают гораздо большее значение межличностным взаимоотношениям в одном и том же возрасте, чем мальчики [21, с. 54].

В раннем юношеском возрасте наряду с дружбой у многих молодых людей возникает еще более глубокое чувство — любовь.

Возникновение чувства любви связано с несколькими обстоятельствами. Во-первых, это половое созревание, которое завершается в ранней юности. Во-вторых, это желание иметь очень близкого друга, с которым можно было бы говорить на самые сокровенные, волнующие темы. В-третьих, это естественная человеческая потребность в сильной персональной эмоциональной привязанности, которой особенно не хватает тогда, когда человек начинает испытывать чувство одиночества. Установлено, что такое чувство в обостренной форме впервые появляется именно в ранней юности.

Дружба и любовь в этом возрасте чаще всего неотделимы друг от друга и сосуществуют в межличностных отношениях. В этот период времени обычно меняются отношения юношей и девушек со взрослыми, они становятся более ровными, менее конфликтными, чем были в подростковом возрасте. В ответ на требования взрослых, касающиеся их внешнего вида, работы по дому, учения в школе, влюбленные юноши и девушки нередко демонстрируют значительную покладистость. В эти годы большинство юношей и девушек проникаются сознанием того, что взрослые желают им добра. Старшеклассники начинают больше прислушиваться к советам

родителей и учителей, с большим доверием и открытостью относятся к ним [48, с. 92].

Вообще юность — период стабилизации личности. В это время складывается система устойчивых взглядов на мир и свое место в нем — мировоззрение. Известны связанные с этим юношеский максимализм в оценках, страстность в отстаивании своей точки зрения. Центральным же новообразованием периода становится самоопределение, профессиональное и личностное. Старший подросток решает, кем быть и каким быть в своей будущей жизни [6, с. 55].

Таким образом, старший подростковый возраст характеризуется резкими, качественными изменениями, затрагивающими все стороны развития, но старших подростков полностью взрослыми считать ещё нельзя, так как у них ещё многое сохранилось от детства. Вся система взаимоотношений в этом возрасте становится сложнее и в ней старшие подростки уже играют множество различных социальных ролей. В старшем подростковом возрасте межличностное общение занимает больше времени, чем в подростковом возрасте, причем большая часть времени приходится на общение со сверстниками. Старший подростковый возраст выступает как важный момент социального и психологического развития, имеющий особую нагрузку в становлении личности.

1.3. Модель психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков

Анализ литературы по проблеме, а также сформулированные во введении выпускной квалификационной работы цели и задачи работы, позволили нам разработать дерево целей исследования (системный подход к процессу целеполагания, разработанный доктором психологических наук В.И. Долговой, [3, 4]) [16, с. 68].

Дерево целей — это структурированная, построенная по иерархическому принципу (распределенная по уровням ранжированная)

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

При построении «дерева целей» его проектирование идет по методу «от общего к частному».

Алгоритм построения «дерева целей» следующий:

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

Основная ценность построения дерева целей – это отображение способа достижения генеральной цели через составление иерархического перечня понятных и достижимых целей нижнего уровня.

Представим далее дерево целей психолого-педагогической коррекции межличностных отношений в студенческой группе.

В психолого-педагогической практике метод «дерева целей» применяется В.И. Долговой. В ее работах отмечено, что как метод планирования, дерево целей представляет собой как траекторные, определяющие направление движения к заданным стратегическим целям, так и точечные, определяющие достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к заданным целям по заданной траектории [16, с.70].

Графическое изображение «Дерева целей» исследования психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков представлено на рисунке 1.

На основе дерева целей мы разработали модель психолого-педагогической коррекции межличностных отношений у старших подростков.

В психолого-педагогической литературе под «моделью» понимается представление способов обучения практической деятельности, основанное на личностно-ориентированном подходе, с целью формирования какого либо качества личности [14, с. 45].

Модель – упрощенный мысленный или знаковый образ какого-либо объекта или системы объектов, используемый в качестве их «заместителя» и средства оперирования.

Модели выступают аналогами объектов исследования и сходны с ними в наиболее существенных характеристиках. Моделирование – метод познания, состоящий в построении и исследовании моделей [73, с. 54].

Психологическое моделирование – метод, воспроизводящий определенную психическую деятельность с целью ее исследования или совершенствования путем имитации жизненных ситуаций в лабораторной обстановке [15, с. 18].

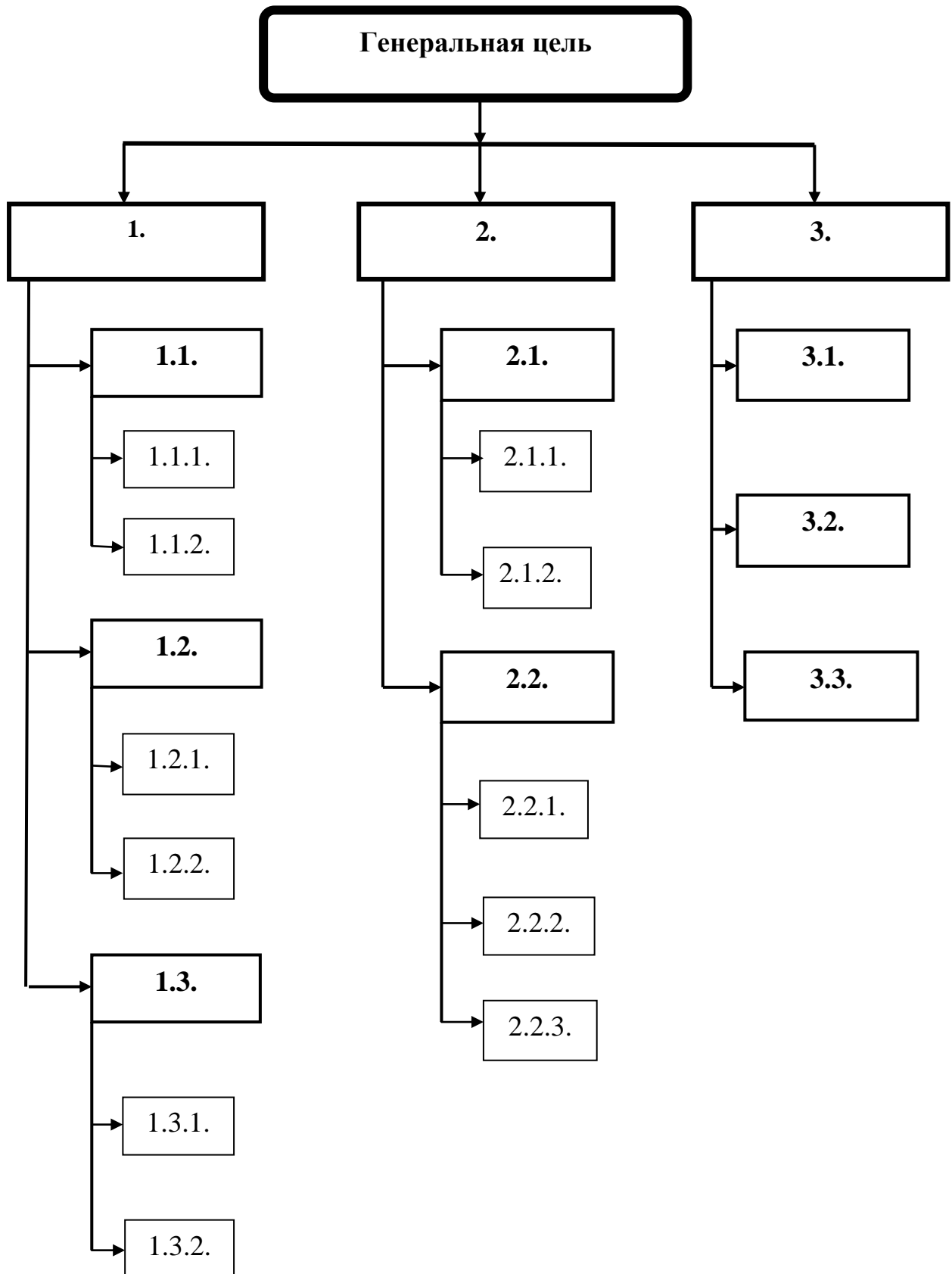


Рис.1- «Дерево целей» исследования психолого-педагогической коррекции межличностных отношений у старших подростков

Генеральная цель: теоретическое обоснование и экспертная апробация модели психолого-педагогической коррекции межличностных отношений у старших подростков.

1. Теоретический анализ проблемы коррекции межличностных отношений старших у подростков.

1.1. Исследовать психолого-педагогическую литературу по определению понятия «межличностных отношений».

1.1.1. Проанализировать сходства и различия точек зрения в определении понятия «межличностных отношений».

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

1.2. Дать социально-психологическую характеристику такой категории как старшие подростки.

1.2.1. Дать определение понятия «подростковый возраст».

1.2.2. Рассмотреть межличностные отношения у старших подростков при возникновении, особенностей и трудностей в поведении и конфликтных ситуаций.

1.3. Разработать «дерево целей» и модель психолого-педагогической коррекции межличностных отношений у старших подростков.

1.3.1. Разработать «дерево целей» психолого-педагогической коррекции межличностных отношений у старших подростков.

1.3.2. Разработать модель психолого-педагогической коррекции межличностных отношений у старших подростков.

1.3.3. Дать определение понятия «модель».

2. Исследовать межличностные отношения у старших подростков.

2.1. Определить этапы, подобрать методы и методики опытно-экспериментального исследования.

2.1.1. Определить методы исследования межличностных отношений у старших подростков.

2.1.2. Подобрать диагностические процедуры для исследования межличностных отношений у старших подростков.

2.2. Характеристика выборки и результатов констатирующего эксперимента исследования

2.2.1. Провести первичную диагностику межличностных отношений в студенческой группе.

2.2.2. Проанализировать полученные результаты исследования межличностных отношений у старших подростков.

2.2.3. Охарактеризовать выборку исследования межличностных отношений у старших подростков.

3. Провести экспериментальную работу по коррекции межличностных отношений старших у подростков.

3.1. Разработать и реализовать программу коррекции межличностных отношений старших подростков.

3.2. Проанализировать результаты экспериментальной работы по коррекции межличностных отношений у старших подростков

3.3. Разработать рекомендации по психолого-педагогической коррекции межличностных отношений у старших подростков.

Особенно применение моделирования необходимо, если исследование того или иного явления путем простого наблюдения, опроса, эксперимента невозможно в силу его труднодоступности. В этом случае создается искусственная модель изучаемого объекта, которая включает в себя условия повторения всех свойств и параметров данного объекта. На созданной модели проводится теоретическое исследование явлений объекта, делаются выводы [16, с. 49].

Существуют модели кибернетические, логические, технические, математические. Кибернетическое моделирование основано на использовании в качестве элементов модели понятий из области информатики и кибернетики. Логическое моделирование основано на идеях и символике, применяемой в математической логике. Техническое

моделирование предполагает создание прибора или устройства, по своему действию напоминающего то, что подлежит изучению. Математическая модель представляет собой выражение или формулу, включающую переменные и отношения между ними, воспроизводящие элементы и отношения в изучаемом явлении [60, с. 45].

По полноте отражения объекта в модели можно выделить следующие классы и подклассы моделей психики: знаковые (образные, вербальные, математические), программные (жестко алгоритмические, эвристические, блок-схемные), вещественные (бионические). Такая последовательность моделей отражает постепенный переход от описательной имитации результатов и функций психической деятельности к вещественной имитации ее структуры и механизмов [17, с. 48].

Коррекция - исправление неких недостатков, неправильностей, не требующее коренных изменений корректируемого процесса или явления.

Коррекция психологическая - понимается как деятельность по исправлению (корректировке) тех особенностей психического развития, которые по принятой системе критериев не соответствуют «оптимальной» модели. Сюда же можно отнести и психотерапию [11, с. 521].

Л.И. Божович поясняет, что занятия по психолого-педагогической коррекции тесно связаны с понятием «норма», что обозначает основную цель коррекции как «возврат» или «подтягивание» клиента к должному уровню исходя из его возрастных и индивидуальных особенностей [9, с. 146].

Психокоррекционные воздействия могут быть следующих видов: убеждение, внушение, подражание, подкрепление. В процессе планирования психологом коррекционно-развивающих мероприятий выбираются не только методы работы с клиентами, но и в зависимости от формы организации психологической коррекции, выбирается ее вид. А.Г. Лидер выделяет такие виды организации коррекционной работы, как индивидуальная, микрогрупповая, групповая и смешанная [39, с. 25].

Обозначим принципы психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков [цит. по 29, с. 159].

Принцип первый – единство коррекции и развития. Это значит, что решение о необходимости коррекционной работы принимается только на основе психолого-педагогического анализа внутренних и внешних условий развития ребенка.

Принцип второй – целостность возрастного и персонального в формировании. Подобная приблизительная возрастная мера в существенной уровня определена цивилизованным степенью и общественно-многозначительными условиями сообщества. Значимость любого года несомненна. Непосредственно полное пребывание любого периода онтогенеза обеспечивает реализацию способностей формирования этого либо другого года, то что считается характеризующим с целью предоставления абсолютно всех краев развития персоны, [55, с. 175].

Принцип третий – целостность диагностики и корректировки формирования. Проблемы коррекционной деятельности имеют все шансы являться осмыслены и определены только лишь в базе абсолютной диагностики и балла близкого вероятностного мониторинга формирования, какой обуславливается отталкиваясь с области близкого формирования детей. Корректировка и формирование взаимообусловлены [8, с. 104].

Принцип четвертый – деятельный правило реализации корректировки. Данный правило устанавливает подбор денег, линиии методов свершения установленной миссии [60, с. 95]). Данный правило подразумевает осуществление психолого-преподавательской коррекционной деятельности посредством компанию определенных типов работы наиболее детей в совместной работе с старшим.

Коррекционно-развивающая работа педагога-психолога в гимназии, как правило, ориентирована на коррекцию межличностных отношений в классе, содействие преодолению кризисных периодов в жизни подростков

через систему больших психологических игр, малых тренингов с коллективами групп.

Анализ психолого-педагогических исследований позволил разработать модель психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков.

Графическое изображение модели психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков представлено на рисунке 2.

Разработанная модель психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков состоит из четырех блоков: целевой, диагностический, коррекционно-развивающий, аналитический.

Целевой блок содержит цель и задачи модели психолого-педагогической коррекции по теме исследования.

Диагностический блок посвящен проведению исследования уровня межличностных отношений старших подростков. Для изучения уровня межличностных отношений проведены три методики: «Социометрия» Я. Морено; «Оценка социально - психологического климата в коллективе по полярным профилям» Е.И. Рогова; методика исследования коммуникативных способностей (КОС-1 авторы В. Синявский, Б. Федоришин). Проведённые методики позволили выявить уровень коммуникативных способностей старших подростков и определить степень благоприятности (неблагоприятности) психологического климата класса.

Коррекционно-развивающий блок был посвящен разработке и реализации психолого-педагогической коррекции.

Цель программы: психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений старших подростков.

Для достижения этой цели в программе обозначены следующие задачи:

- 1) создание благоприятного психологического климата;
- 2) развитие коммуникативных навыков общения в коллективе старших подростков;

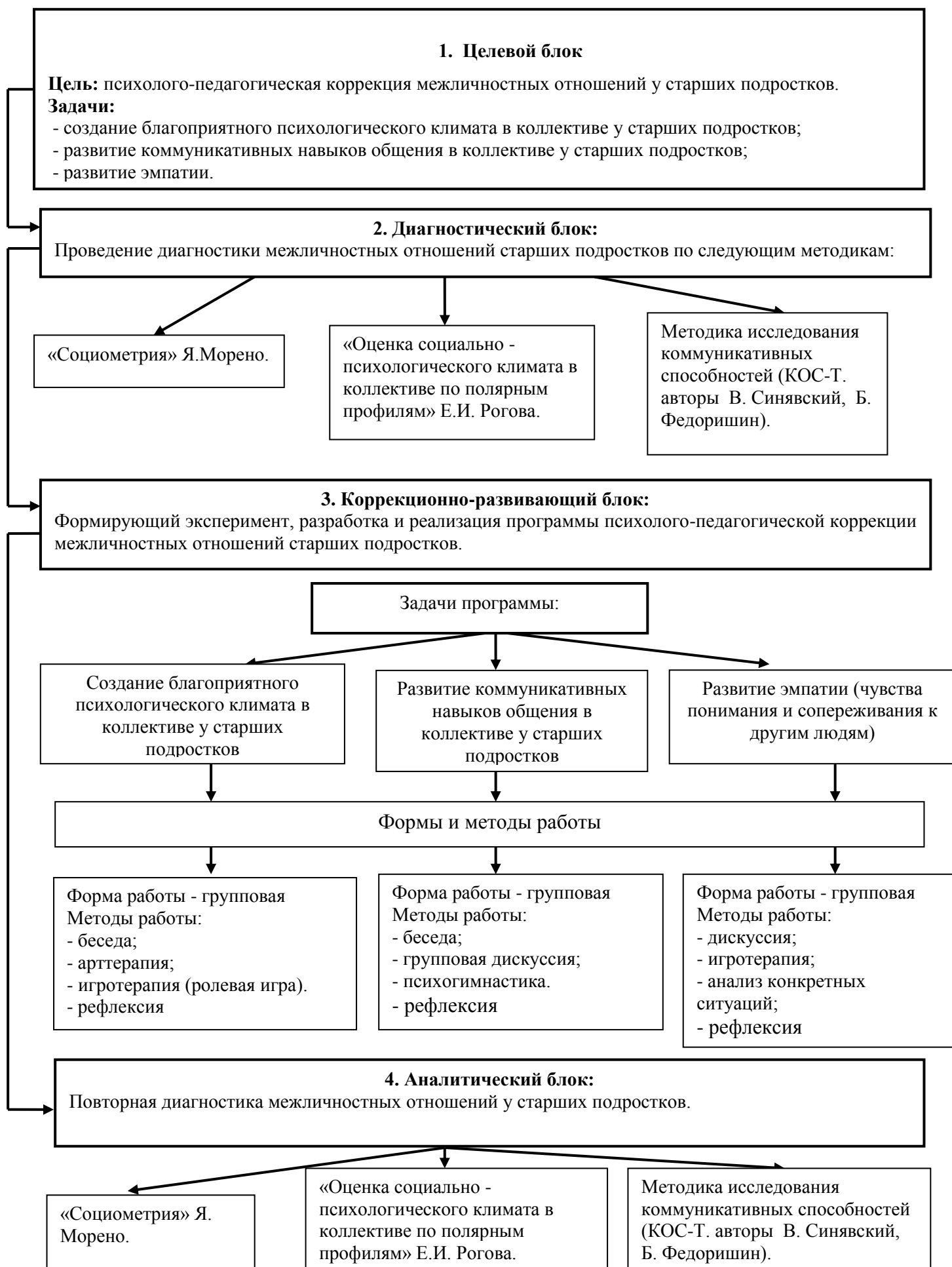


Рисунок 2 - Модель психолого-педагогической коррекции межличностных отношений у старших подростков

3) развитие эмпатии (чувства понимания и сопереживания к другим людям).

Выполнение этих задач даёт старшим подросткам добиться более адекватной социализации, оказывает положительное влияние на социально-психологический климат школьного коллектива, позволяет освоить членам коллектива новые эффективные формы поведения в различных сложных, эмоционально насыщенных ситуациях, способствует формированию навыков эффективного поведения.

Форма работы – групповая.

Принцип работы в группе состоит в передаче старшим подросткам на период такой работы функций, традиционно выполняемых тренером: информационных, организационных, контролирующих и (частично) оценивающих. Групповая форма работы предполагает включение группы старших подростков в совместное планирование деятельности, восприятие и уяснение информации, обсуждение, взаимный контроль. Эта форма предполагает работу старших подростков над едиными заданиями в ходе проводимых упражнений. Темп работы зависит от состава группы. В ходе работы в группах ученики лучше узнают друг друга. Групповая работа подразумевает взаимодействие в парах, тройках, микрогруппах с целью отработки определённых умений и навыков. Учебная пара используется исследователями для закрепления усваиваемого материала, потому что ничто так не способствует обучению, как изложение усваиваемого материала другому человеку. Появление третьего лица в группе снижает накал страстей, и противоположные стороны начинают не просто спорить друг с другом, но переходят к стадии убеждения, ищут поддержку у третьего лица. В малых группах происходит не только личностное, но и деловое общение, которое дает возможность подросткам развиваться во всех отношениях. Совместная деятельность позволяет каждому подростку утвердиться в своих возможностях и способностях, сравнивая себя с другими.

Методы, используемые в коррекционной работе:

1. Беседа – метод организации коммуникативного взаимодействия, применяемый в коррекционной работе для отработки и развития коммуникативных умений участников.

2. Групповая дискуссия - публичное обсуждение участниками определенных тем или позиций, рассмотрение их с разных точек зрения. Групповая дискуссия в психологическом тренинге — это совместное обсуждение какого-либо спорного вопроса (в группе тренинга просто вопроса, не обязательно спорного), позволяющее прояснить (возможно, изменить) мнения, позиции и установки участников группы в процессе непосредственного общения. Этот метод позволил испытуемым прояснить их собственную позицию, выявить многообразие подходов и точек зрения по исследуемым проблемам и вопросам, дал многостороннее видение предметов обсуждения, помог старшим подросткам решить задачи по обучению слушать и взаимодействовать с другими испытуемыми, развил умение преодолевать страх перед неизвестным, научил анализировать возникающие в классе сложные ситуации межличностного взаимодействия.

3. Арттерапия - это метод коррекции и развития посредством художественного творчества. Данный метод сыграл свою положительную роль в ходе проводимых нами исследований, он устранил ситуацию взаимного отчуждения среди старших подростков в классе, затруднения.

4. Ролевые игры - воспроизведение действий и отношений других людей или персонажей какой-либо истории, как реальной, так и выдуманной. Эти игры создают возможности для самовыражения подростков. Для подростка игра - средство самореализации и самовыражения. Игра является прекрасным средством диагностики, как личности, так и группы. Кроме личного развития подростка, игра помогла нам установить, к чему подросток стремится, в чём нуждается, так как в игре он стремится сыграть желаемую роль. С помощью игры мы осуществили оценочную деятельность, так как игра - всегда является тестом для исследователя, позволяя развивать, диагностировать и оценивать одновременно. В игре у старших подростков

развились способности к воображению, образному мышлению. В игре подростки получили опыт произвольного поведения, учились управлять собой.

5. Игротерапия - метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у подростков, в основу которого положена игра. Психокоррекционный эффект игровых занятий достигается благодаря установлению положительного эмоционального контакта с исследователем. Основная цель игровой терапии — помочь подростку выразить свои переживания наиболее приемлемым для него образом — через игру, а также проявить творческую активность в разрешении сложных жизненных ситуаций, «отыгрываемых» или моделируемых в игровом процессе. Игротерапия в психокоррекции способствовала гармонизации личности подростков с проблемами через развитие способностей самовыражения и самопознания, обеспечивала коррекцию психоэмоционального состояния подростка.

6. Психогимнастика - использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе. С помощью психогимнастики старшие подростки учились преодолевать такие явления, как напряжение, тревога, скованность, страх перед неформальными контактами в непривычной ситуации. Большая часть занятий способствовала повышению сплоченности класса, росту доверия и уверенности.

7. Анализ конкретных ситуаций предлагаемых в игровой форме и моделирующих то, что происходит в жизни подростков. Метод анализа конкретных ситуаций состоит в изучении, анализе и принятии решений по ситуации, которая возникла в результате происшедших событий или может возникнуть при определенных обстоятельствах в конкретной организации в тот или иной момент. Этот метод развивает аналитическое мышление подростков, системный подход к решению проблемы, позволяет выделять варианты правильных и ошибочных решений, выбирать критерии нахождения оптимального решения, учиться устанавливать деловые и

профессиональные контакты, принимать коллективные решения, устранять конфликты.

8. Рефлексия – мыслительный процесс, направленный на самопознание, анализ своих эмоций и чувств, состояний, способностей, поведения. Рефлексия начинает формироваться в младшем школьном возрасте, а в подростковом становится основным фактором регуляции поведения и саморазвития. Выделяют разные виды рефлексии: языковую (направленную на анализ человеком особенностей своей речи), личностную (ее цель – познание свойств и специфики собственной личности), интеллектуальную (формирование представлений человека о его интеллектуальных способностях), эмоциональную (познание и изучение человеком собственной эмоциональной сферы).

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

В аналитическом блоке, было проведено повторное исследование уровня межличностных отношений старших подростков. В повторном исследовании использовались методики: «Социометрия» Я. Морено; «Оценка социально - психологического климата в коллективе по полярным профилям» Е.И. Рогова; методика исследования коммуникативных способностей (КОС-1 авторы В. Синявский, Б. Федоришин).

Для проверки гипотезы исследования о том, что коррекция межличностных отношений у старших подростков возможна при реализации специальной программы, была выполнена математическая обработка экспериментальных данных с помощью Т-критерия Вилкоксона.

Критерий применяется для сопоставления показателей измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Таким образом, психолого-педагогическая коррекция понимается как деятельность по исправлению (корректировке) тех особенностей психического развития, которые по принятой системе критериев не соответствуют «оптимальной» модели.

Анализ психолого-педагогических исследований позволил разработать модель психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков, которая содержит четыре блока: целевой, диагностический, коррекционно-развивающий и аналитический блоки.

Также составлено «Дерево целей» психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков, которое подчиняется генеральной цели – осуществить психолого-педагогическую коррекцию межличностных отношений старших подростков.

Определены задачи программы: создание благоприятного психологического климата в коллективе старших подростков; развитие коммуникативных навыков общения в коллективе старших подростков; развитие эмпатии (чувства понимания и сопереживания к другим людям).

Выполнение этих задач поможет старшим подросткам добиться более адекватной социализации, окажет положительное влияние на социально-психологический климат школьного коллектива и позволит освоить членам коллектива новые эффективные формы поведения в различных сложных, эмоционально насыщенных ситуациях.

Выводы по главе I

Отечественные и зарубежные авторы в своих трудах понимают под межличностными отношениями не всякое взаимодействие людей, а лишь то, в ходе которого каждый их участник активно выступает как субъект, адресующийся к личности другого человека, попеременно выражая ему свое отношение и воспринимая отношение партнера к себе. Также отмечено, что

понятие «межличностные отношения» акцентирует внимание на эмоционально – чувственном аспекте.

Межличностные отношения человека представляют собой уникальную социальную систему, центром которой является сам человек, его потребности и мотивы, доминирующие индивидуальные особенности, социальные качества, цели и типичные шаблоны поведения.

В ходе исследования нами установлено, что к старшему подростковому возрасту, сверстник становится для подростка не только предпочитаемым партнером по общению и совместной деятельности, не только средством самоутверждения, но и самодостаточной личностью, субъектом обращения его целостного неразложимого «Я».

Учитывая то, что в этом возрасте у старшего подростка возникают довольно сложные и разнообразные межличностные отношения со сверстниками, следует отметить, что именно от этого зависит, насколько подросток чувствует себя спокойным, в какой мере он усваивает нормы этих отношений. Ведь межличностные отношения со сверстниками в значительной степени определяют дальнейшее становление личности старшего подростка.

В связи с этим важными задачами коррекционной работы являются: формирование навыков эффективных способов общения; развитие умения слушать и понимать собеседника; развитие рефлексивных способностей. Коррекция межличностных отношений является групповой формой коррекционной работы с детьми старшего подросткового возраста. В ней четко определяются специфические формы, методы и средства коррекционного воздействия на межличностные отношения подростков.

Для организации проведения психолого-педагогической коррекционной программы нами построено дерево целей и проведено моделирование предстоящей работы. Определены задачи программы, выполнение которых поможет старшим подросткам добиться более адекватной социализации, окажет положительное влияние на социально-

психологический климат школьного коллектива и позволит освоить членам коллектива новые эффективные формы поведения в различных сложных, эмоционально насыщенных ситуациях.

Глава II. Исследование межличностных отношений старших подростков

2.1. Этапы, методы, методики опытно-экспериментального исследования

Психолого-педагогическое исследование проходило в 3 этапа:

1. Поисково-подготовительный этап: теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик. На этом этапе выполнено изучение психолого-педагогической литературы по проблеме изучения межличностных отношений в старшем подростковом возрасте. Были подобраны методики с учетом возрастных характеристик и темы исследования.

2. Опытно-экспериментальный этап: тестирование и обработка результатов. Была проведена психодиагностика испытуемых по методикам: «Социометрия» Я. Морено; «Оценка социально - психологического климата в коллективе по полярным профилям» Е.И. Рогова; методика исследования коммуникативных способностей (КОС-1 авторы В. Синявский, Б. Федоришин). Затем полученные результаты были обработаны. Проведена программа психолого-педагогической коррекции межличностных отношений в старшем подростковом возрасте.

3. Контрольно-обобщающий этап: анализ и обобщение результатов исследования, формулирование выводов, проверка гипотезы. В исследовании для проверки гипотезы были использованы такие уровни: Теоретический – это анализ психолого-педагогической литературы, обобщение. Эмпирический – эксперимент и тестирование по методикам методика «Социометрия» Я. Морено; «Оценка социально - психологического климата в коллективе по полярным профилям» Е.И. Рогова; методика исследования коммуникативных способностей (КОС-1 авторы В. Синявский, Б. Федоришин) (см. Приложение 1).

Характеристика использованных методов и методик исследования:

Анализ литературы - это метод научного исследования, предполагающий операцию мысленного расчленения целого на составные части, выполняемая в процессе познания или предметно-практической деятельности. Работа с литературой включает в себя составление библиографии перечня источников, отобранных для работы в связи с исследуемой проблемой; реферирование сжатое переложение основного содержания одной или нескольких работ по общей тематике; выделение главных идей и положений работы [20, с. 151].

Обобщение - это форма приращения знания путем мысленного перехода от частного к общему в некоторой модели мира. Обобщение - это логическая операция, заключающаяся в том, что для некоторой группы явлений находится новое, более широкое по объему понятие, отражающее общность свойств этих явлений на уровне нового знания о них. Всякое обобщение должно иметь основание, т. е. свойство или совокупность свойств, позволяющих сгруппировать явления и обозначить эту группу каким-либо понятием [33, с. 147].

Тестирование - это метод психологической диагностики, использующий стандартизированные вопросы и задачи - тесты, имеющие определенную шкалу значений. Тесты позволяют дать оценку индивида в соответствии с поставленной целью исследования; обеспечивают возможность получения количественной оценки на основе квантификации качественных параметров личности и удобство математической обработки. Являются относительно оперативным способом оценки большого числа неизвестных лиц; способствуют объективности оценок, не зависящих от субъективных установок лица, проводящего исследование, обеспечивают сопоставимость информации, полученной разными исследователями на разных испытуемых. Основные достоинства данного метода: стандартизация условий и результатов, оперативность и экономичность, количественный

понятийный характер оценки, оптимальная трудность заданий и надежность результатов [13, с. 106].

Эксперимент — метод исследования некоторого явления в управляемых условиях. Отличается от наблюдения активным взаимодействием с изучаемым объектом. Обычно эксперимент проводится в рамках научного исследования и служит для проверки гипотезы, установления причинных связей между феноменами. Основное достоинство психологического эксперимента в том, что он предоставляет возможность специально вызывать определенные психические процессы и явления, воздействовать на их характеристики, устанавливать зависимость психических явлений от изменяемых внешних условий [61, с. 37].

Констатирующий эксперимент - один из основных видов эксперимента, целью которого является изменение одной или нескольких независимых переменных и определение их влияния на зависимые переменные. Констатирующий эксперимент отличается от эксперимента формирующего главным образом целями проведения. Целью констатирующего эксперимента выступает фиксация изменений, происходящих с зависимыми переменными, а не влияние на последние, как в формирующем эксперименте. Констатирующий эксперимент может быть естественным и лабораторным [59, с. 231].

Формирующий эксперимент — особый метод психологического исследования, состоящий в том, что исследователь определенным образом строит обучение (воспитание) испытуемого с целью получить заданное изменение его психики. В отличие от метода констатации (срезов), направленного на изучение фактов, и лонгитюдного исследования, направленного на описание процессов в естественных условиях, формирующий эксперимент направлен, прежде всего, на выявление причин и условий протекания процессов [27, с. 166].

В работе была применена методика «Социально-психологический тест» Дж. Морено [46, с. 92].

Социометрия Дж. Морено выступала основным средством диагностики. Термин «социометрия» означает измерение межличностных взаимоотношений в группе. Результаты исследования по методике социометрического измерения [46, с. 98].

Дж. Морено позволяет оценить межличностные отношения неформального типа, симпатий и антипатий, привлекательности и предпочтительности, выявить лидера в группе [45, с. 88].

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

Как правило, в группе возникает несколько неформальных структур, например структуры взаимоподдержки, взаимовлияния, популярности,

престижа, лидерства и др. Неформальная структура зависит от формальной структуры группы в той степени, в которой индивиды подчиняют свое поведение целям и задачам совместной деятельности, правилам ролевого взаимодействия. С помощью социометрии можно оценить это влияние. Социометрические методы позволяют выразить внутригрупповые отношения в виде числовых величин и графиков и таким образом получить ценную информацию о состоянии группы. Наиболее общей задачей социометрии является изучение неофициальной структуры социальной группы и царящей в ней психологической атмосферы.

«Оценка социально - психологического климата в коллективе по полярным профилям» Е.И. Рогова.

Описанная методика диагностирует уровень сформированности группы как коллектива и позволяет (при многократном исследовании) проследить динамику его развития (тех свойств, которые «заложены» в опросном листе) [61, с. 101].

Методика исследования коммуникативных способностей (КОС-1 авторы В. Синявский, Б. Федоришин).

Методика КОС предназначена для изучения коммуникативных и организаторских склонностей. Основопологающим методом исследования является тестирование.

Цель: изучение коммуникативных и организаторских склонностей. Коммуникативные и организаторские способности являются стержневыми в профессиях, которые по своему содержанию связаны с активным взаимодействием между людьми. Они являются важными факторами для достижения успеха во многих профессиях типа "человек - человек" (например, труд учителя, тренера, врача, работника клуба и т.д.) Коммуникативные и организаторские способности являются ведущими в образовании межличностных отношений, в сплочении членов коллектива, в организации учебных, спортивных, игровых и других групп, в привлечении к себе людей, в умении организовать и направить их деятельность [74, с. 221].

В аббревиатуре методики отражены ее функциональное назначение (исследование коммуникативных и организаторских склонностей) в номер варианта (I).

Учитывая, что способности тесно связаны с потребностями личности, ее интересами и избирательным эмоционально-волевым отношением к деятельности, была разработана психодиагностическая методика опосредованного выявления коммуникативных и организаторских способностей - через выявление и оценку соответствующих склонностей (методика "КОС-1"). Диагностике подвергаются потенциальные возможности личности в развитии ей коммуникативных и организаторских способностей.

Методика "КОС-1" базируется на принципе отражения и оценки испытуемым некоторых особенностей своего поведения в различных ситуациях. Избраны ситуации, знакомые испытуемому по его личному опыту. Поэтому оценка ситуации и поведения в ее условиях основывается на воспроизведении испытуемым своего реального поведения и реального, пережитого в его опыте, отношения. Данный проективный опросник позволяет выявить устойчивые показатели коммуникативных и организаторских склонностей,

В программу изучения коммуникативных склонностей введены вопросы следующего содержания; а) проявляет ли личность стремление к общению, много ли у нее друзей; б) любит ли находиться в кругу друзей или предпочитает одиночество; в) быстро ли привыкает к новым людям, к новому коллективу; г) насколько быстро реагирует на просьбы друзей, знакомых; д) любит ли общественную работу, выступает ли на собраниях; е) легко ли устанавливает контакты с незнакомыми людьми; ж) легко ли ему даются выступления в аудитории слушателей. В соответствии с этим было разработано 20 специальных вопросов.

Поэтому, учитывая, что способности тесно связаны с потребностями личности, ее интересами и избирательным эмоционально-волевым

отношением к деятельности, была разработана психодиагностическая методика опосредованного выявления коммуникативных и организаторских способностей - через выявление и оценку соответствующих склонностей (методика "КОС-1"). Диагностике подвергаются потенциальные возможности личности в развитии ей коммуникативных и организаторских способностей.

Метод математической статистики – это оперирование со значениями признака, полученными у испытуемых в психологическом исследовании. Сегодня методы математической обработки постоянно применяются в педагогических и психологических исследованиях. Психолого-педагогические измерения, выполненные с помощью тестов, всегда сопровождаются некоторой ошибкой, вызванной несовершенством диагностического инструментария и различными обстоятельствами проведения диагностики. Вследствие этого необходимо доказывать значимость полученных результатов [11, с. 89].

Для исследования был выбран Т - критерий Вилкоксона.

Критерий 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 [23, с. 65].

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

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. Первоначально мы исходим из предположения о том, что типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным, или редким, сдвигом - сдвиг в более редко встречающемся направлении.

Гипотезы T – критерия Вилкоксона:

H₀: Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H₁: Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Ограничения в применении T – критерия Вилкоксона:

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

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

Таким образом, психолого-педагогическое исследование проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап. В работе был использован комплекс методов:

1. теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, метод «Дерево целей» (автор В.И. Долгова), моделирование;
2. эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: «Социометрия» Я. Морено; «Оценка социально - психологического климата в коллективе по полярным профилям» Е.И. Рогова; методика исследования коммуникативных способностей (КОС-Т, авторы В. Синявский, Б. Федоришин).

Представленные этапы, методы и методики полностью отвечают задачам и цели исследования.

2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

База опытно-экспериментальной работы. Эмпирическое исследование проводилось на базе МБОУ гимназии № 1 г. Челябинска, 10 класса в составе 25 человек.

В исследовании приняли участие 25 учащихся из 10 класса. Из них 7 мальчиков и 18 девочек.

Возраст учеников – 16-17 лет, абсолютное большинство – девочки. Этот факт, вероятно, связан с тем, что мальчики проявляют меньшую склонность к изучению гуманитарных наук, им более интересны естественные и математические науки. Классным руководителем класса является преподаватель английского языка Марина Юрьевна, она руководит классом с момента его формирования.

Общая успеваемость – хорошая, при этом явно отстающих учеников нет. Для большинства учеников учебная деятельность является определяющей на данном этапе их жизни, так как класс предвыпускной и впереди их ждет поступление в высшие и средние учебные заведения. Общие интересы в учебной деятельности объединяют учеников, одноклассники активно сотрудничают, помогают друг другу.

Актив класса составляют три человека – 2 девочки и 1 мальчик, они сотрудничают с педагогическим коллективом, участвуют в решении различных организационных вопросов, помогают одноклассникам. В классе есть два явных лидера, их мнения и идеи авторитетны для учеников, также они пользуются уважением со стороны учителей. У них сильный характер, громкая, убеждающая речь, они обаятельны, с чувством юмора.

В классе нет больших группировок, что объясняется общей дружелюбной и доброжелательной атмосферой. Активное взаимодействие происходит между сидящими за одной партой учениками. Некоторые из этих пар являются друзьями и в жизни, но большинство связаны именно

учебными задачами, хотя отношения между ними тоже можно назвать дружескими: они хорошо понимают друг друга, способны продуктивно трудиться вместе, конфликты у них возникают редко.

Стиль взаимодействия классного руководителя с классом можно охарактеризовать как демократический. Особого контроля над классом не требуется: большинство учеников – уже сформировавшиеся личности, ответственные, дисциплинированные. Общение учеников и классного руководителя происходит в основном по поводу каких-либо организационных вопросов. Отношения между ними теплые.

В целом, в классе преобладает положительный эмоциональный климат, учеников характеризует сплоченность, организованность и высокий уровень ответственности. Сложившаяся атмосфера способствует продуктивности учебной деятельности, хорошей успеваемости, благоприятно сказывается на физическом и душевном самочувствии как учеников, так и преподавателей.

Для исследования межличностных отношений старших подростков гимназии №1 было проведено социометрическое исследование по методике Дж. Морено.

Результаты исследования межличностных отношений старших подростков были отражены в бланках социометрического опроса. Сводные результаты представлены в приложении (см. Приложение 2, табл. 5).

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

В зависимости от количества полученных социометрических положительных выборов проводится классификация испытуемых на статусные группы.

В нашем случае результаты социометрического исследования испытуемых представлены на рисунке 3.

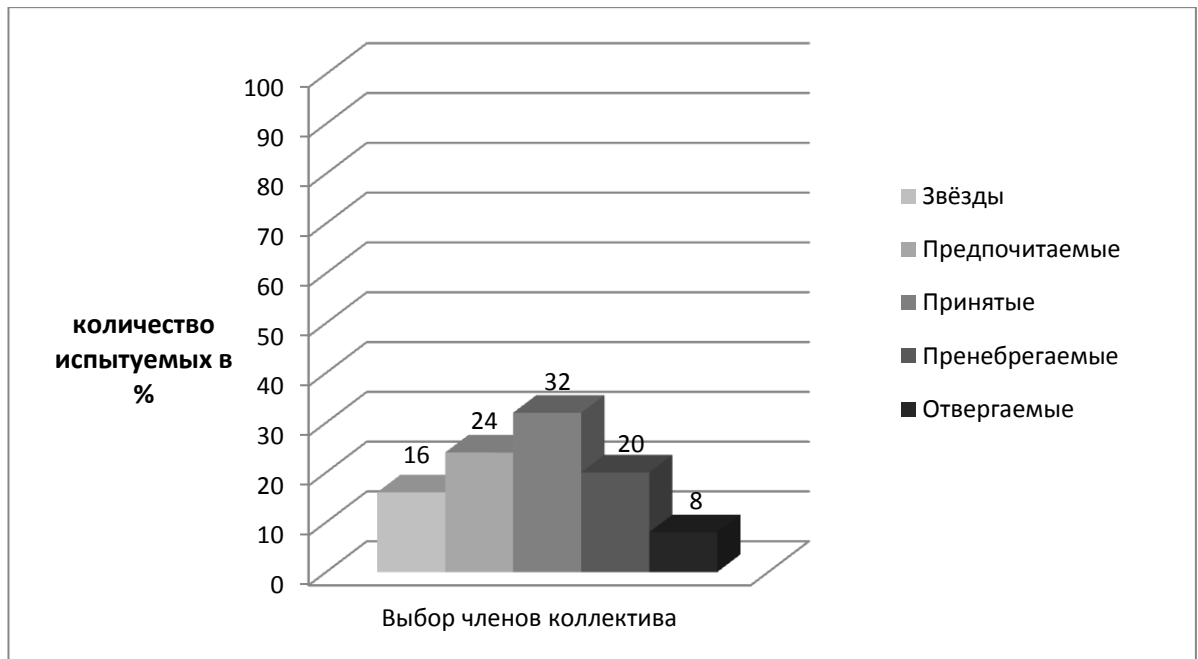


Рисунок 3 - Статус старших подростков в сфере межличностных отношений по «Социально-психологическому тесту» Дж. Морено

Из полученных результатов мы видим, что явными лидерами в данном классе являются «звёзды» в количестве 4 (16%) человек. «Звёзды» получили наибольшее количество положительных выборов по всем категориям вопросов (учеба, досуг). Только одна «звезда» (У.Е.) получил один отрицательный выбор. Из ответов ребят прослеживается, что они считают «звёзд» ответственными и надежными. Как мальчики, так и девочки прислушиваются к мнениям «звёзд» и в различных возникающих ситуациях принимают их сторону.

В исследуемой группе только 6 человек (24%) – являются «предпочитаемыми». Эта категория старших подростков получила достаточное количество положительных выборов (более 4-х) по категории «досуг». Это свидетельствует о том, что ребята мало надежны в учебе, но могут повлиять на эмоциональный климат класса в лучшую сторону. В связи с этим данных ребят можно отнести к категории «предпочитаемых».

Статус «Принятые» имеет большое число старших подростков – 8 (32%) человек, что говорит о низком уровне благополучия взаимоотношений,

мало взаимных выборов, почти большинство выборов приходится на первых два статуса.

Непопулярные члены группы чрезвычайно неоднородны. Среди них могут быть члены группы со статусом «пренебрегаемый». Таких людей в исследуемом классе насчитывается 5 человек (20%). У пренебрегаемых есть положительные выборы, но их мало, значительно больше они получили отвержений, так что эмоционально они мало привлекательны.

Члены группы со статусом «отвергаемых» оказывают на группу негативное воздействие. При этом в группе нет явного перевеса лиц с отрицательным социометрическим статусом, из чего мы можем предположить, что межличностные конфликты в группе – явление нечастое.

В исследуемом классе выявились 2 (8%) человека, попадающие под категорию «отвергаемых». Это З.П., в ответах которой явно прослеживаются симпатии и антипатии к одноклассникам, но чье имя отсутствует в ответах абсолютно всех опрашиваемых. И второй человек это Х.А. анкета девочки так же довольно откровенна, но сама Х.А. получила один отрицательный голос и ни одного положительного.

Подводя итог исследования по данной методике, можно сделать вывод, что в целом оценка внутригрупповых отношений класса может быть на довольно хорошем уровне. Большинство ребят состоят в статусах «предпочитаемые» или «принятые». Следует отметить, что практически у всех старших подростков неплохие взаимоотношения, но особенно тесных дружеских связей немного, можно говорить о том, что немного тех, которые имеют те или иные проблемы в налаживании контактов среди старших подростков. Однако в классе выделилась группа ребят «пренебрегаемых» и «отвергнутых». В данном направлении необходима коррекционная работа в целях выяснения причин отвержения, изоляции ребят, нормализации системы отношений в классе.

Результаты диагностики по изучению социально-психологического климата в коллективе по полярным профилям у учащихся 10 класса

изображены на рисунке 4. Сводная таблица результатов (см. Приложение 2, табл. 6)

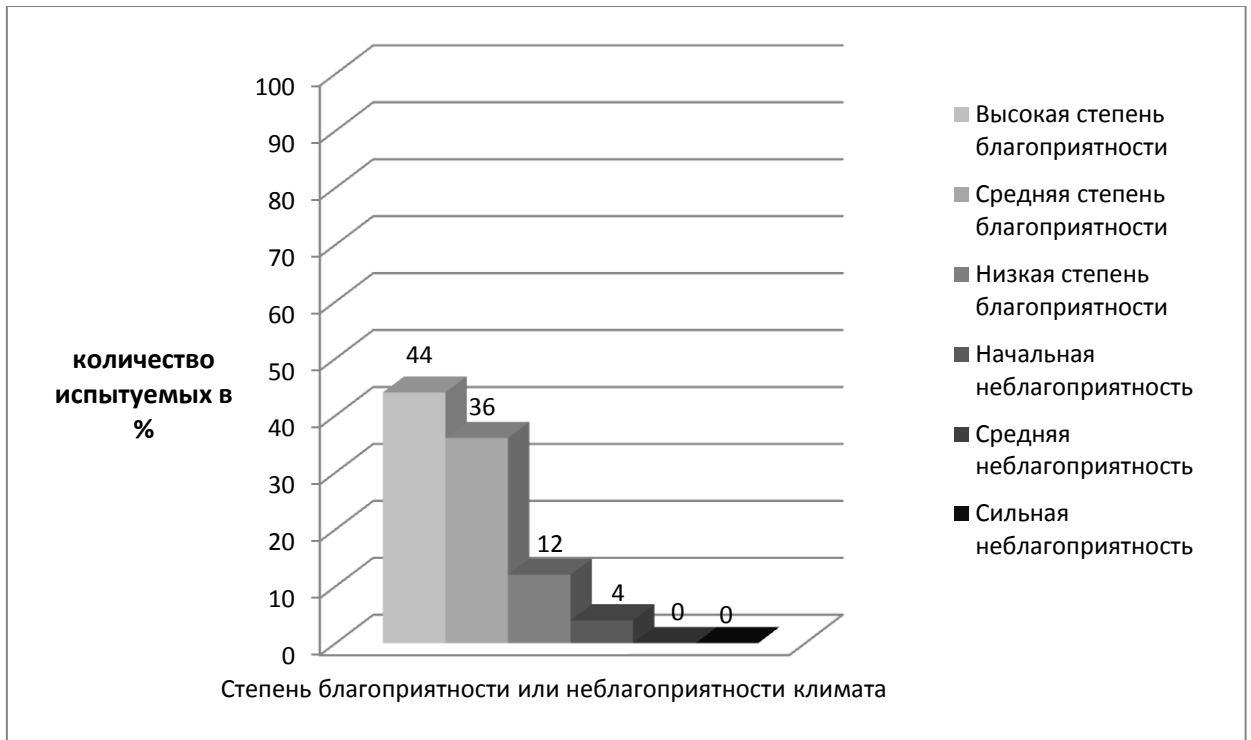


Рисунок 4 – Степень благоприятности или неблагоприятности климата по методике изучения социально-психологического климата в коллективе по полярным профилям Е.И. Рогова

В ходе подготовительно-поискового этапа эксперимента была проведена диагностика психологического климата по методике «Оценка социально-психологического климата в коллективе» Е.И. Рогова [40, с. 107]

Опрос позволил выявить, как степень благоприятности, так и степень неблагоприятности психологического климата в коллективе.

Мы наблюдаем среднюю степень благоприятности психологического климата. Средний показатель по всему коллективу – 16,28 баллов, что соответствует данному уровню.

Процент людей оценивающих социально-психологический климат как «степень начальной неблагоприятности» составляет 1 (4%) человек и степень средней неблагоприятности так же составляет 1 (4%) человек.

11 (44%) учащихся определили высокий уровень благоприятности психологического климата в коллективе.

9 (36%) учащихся определили средний уровень благоприятности психологического климата в коллективе.

3 (12%) учащихся определили низкую степень благоприятности психологического климата в коллективе.

Вышеприведенные результаты опроса показали, что психологический климат отражает сложившиеся в коллективе благоприятные взаимоотношения, характер делового сотрудничества и отношение к значимым явлениям жизни коллектива.

В результате опроса, мы выявили свойства коллектива, которые объединяют его, и это важный показатель уровня его развития. Важно отметить, что степень сильной неблагоприятности психологического климата в нашем ученическом коллективе вовсе отсутствует.

Методика исследования коммуникативных способностей (КОС-1). авторы В. Сиявский, Б. Федоришин). Результаты методики приведены на рисунке 5. Сводная таблица результатов (см. Приложение 2, табл. 7).

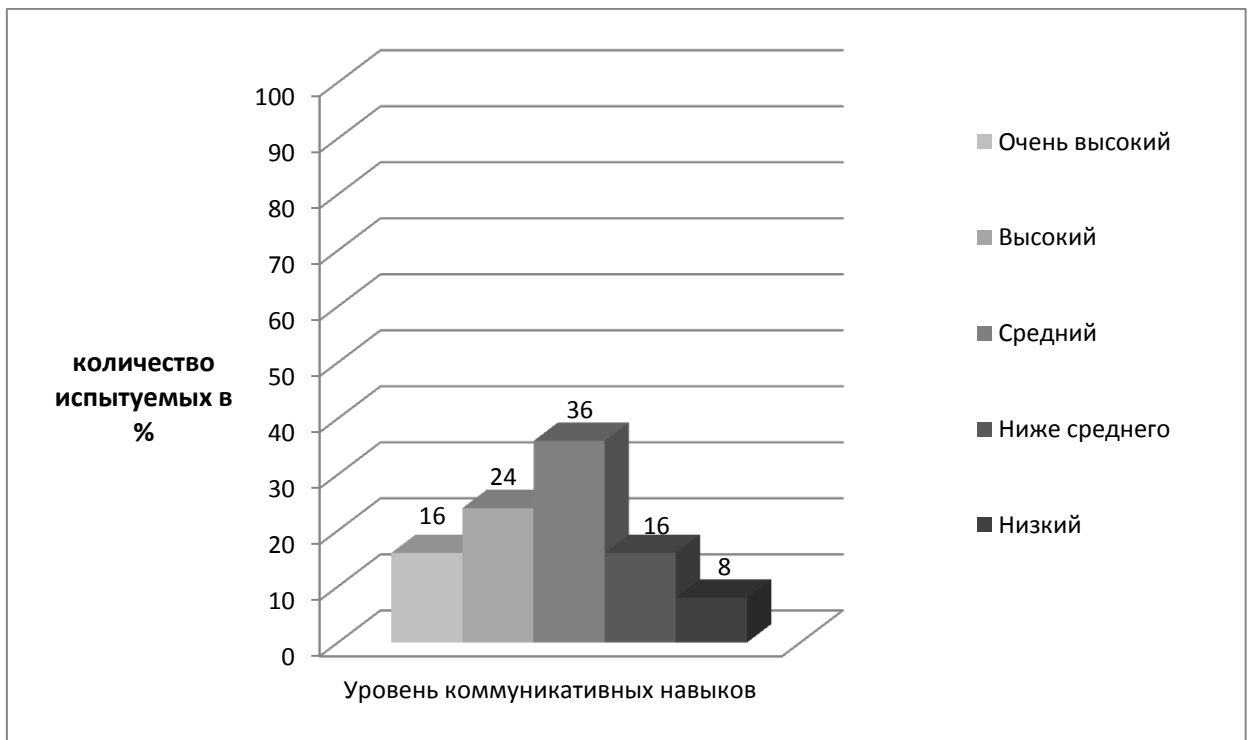


Рисунок 5 – Оценка коммуникативных склонностей по методике (КОС-1). Авторы В.В. Сиявский, Б.А. Федоришин.

По результатам исследования уровня коммуникативных склонностей, можно судить о том, что только у 4 (16%) человек из опрошенных преобладает очень высокий уровень коммуникативных навыков. Такие ребята активно стремятся к организаторской и коммуникативной деятельности, испытывают в ней потребность. Быстро ориентируются в трудных ситуациях, непринужденно ведут себя в новом коллективе. В важном деле или создавшейся сложной ситуации предпочитают принимать самостоятельное решение, отстаивают свое мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами. Испытуемые, попадающие в данную категорию, могут внести оживление в незнакомую компанию, так же они любят организовывать различные игры, мероприятия, настойчивы в деятельности, которая их привлекает.

6 (24%) человек характерен высокий уровень коммуникативных склонностей. Такие старшие подростки не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомств, занимаются общественной деятельностью, помогают близким, друзьям, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных мероприятий.

9 (36%) человек выявлен средний уровень. Такие испытуемые стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают свое мнение, планируют свою работу. Однако потенциал этих склонностей не отличается высокой устойчивостью.

Испытуемые в количестве 4 (16%) человек, получили уровень ниже среднего. Такие участники стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и в выступлении перед аудиторией, плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают свое мнение, тяжело переживают обиды. Проявление инициативы в общественной деятельности

крайне занижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Испытуемые в количестве 2 (8%) человек, получившие низкие результаты, имеют крайне низкий уровень проявления организаторских и коммуникативных способностей.

Выводы по главе II

В работе был использован комплекс методов:

1. Теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, метод «Дерево целей» (автор В.И. Долгова), моделирование;

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: «Социометрия» Я. Морено, «Оценка социально-психологического климата в коллективе по полярным профилям» Е. И. Рогова, методика исследования коммуникативных способностей (КОС-1. Авторы В. Синявский, Б. Федоришин), математико-статистическая обработка Т-критерий Вилкоксона. Представленные этапы, методы и методики полностью отвечают задачам и цели исследования.

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

Диагностика по методике «Оценка социально-психологического климата в коллективе» Е.И. Рогова показала, что у старших подростков преобладает безразличное отношение друг к другу, вследствие чего, климат

группы подростков в целом можно обозначить как средний уровень благоприятности.

С целью диагностики «КОС-1» выделены четыре уровня коммуникативных способностей: средний - 9 учеников (36%), высокий - 6 учеников (24%), очень высокий - 4 ученика (16%), ниже среднего уровня коммуникативных способностей получили 4 учеников (16%).

Исходя из полученных результатов видно, что доминирующим уровнем коммуникативных способностей на констатирующем этапе эксперимента являются высокий уровень и уровень ниже среднего.

Наша коррекционная программа проводится со всеми учащимися и направлена на улучшение межличностных отношений у старших подростков, большинство из которых, по методике «Социометрия», а именно 7 человек, имеют статусы «пренебрегаемых» и «отвергнутых». Это подростки, которые получили наибольшее число отрицательных выборов, то есть присутствие таких исследуемых способствует неблагоприятной эмоциональной обстановке в классе. Это значит, что коррекционная программа необходима для этих учащихся.

Для подростков, имеющих «низкий» и уровень коммуникативных способностей «ниже среднего», программа также будет полезна, так как они смогут повысить свой коммуникативный навык, будут стремиться к контактам с людьми, смогут отстаивать своё мнение, проявлять инициативу в общественной деятельности.

Глава III. Экспериментальная работа по коррекции межличностных отношений старших подростков

3.1. Программа психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков

С помощью разработанной коррекционной программы, мы попытаемся создать необходимые условия для работы с коррекционной группой, установлению тесных дружеских связей, развитию межличностных отношений, и дальнейшему сплочению коллектива старших подростков. Ведь только в тренинговой группе, чувствуя себя принятым, человек пользуется полным доверием и не боится доверять другим сам. Группа - это реальный мир в миниатюре. В ней существуют те же, что и в жизни проблемы межличностных отношений, поведения, принятия решений и т.д.

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

Разработанная программа, которая представлена в таблице 1, рассчитана на участников в возрасте от 14 до 17 лет, состоящая из 10 занятий, каждое из которых занимает около 1 часа времени, требуемого для проведения. Программу рекомендуется проводить 2 раза в неделю в специально оборудованном помещении для тренинга.

Цель программы: коррекция межличностных отношений старших подростков.

Задачи групповых занятий:

1. создание благоприятного психологического климата;
2. развитие коммуникативных навыков общения в коллективе старших подростков;

3. развитие эмпатии (чувства понимания и сопереживания к другим людям).

Методы, используемые в коррекционной работе:

1. Беседа – метод организации коммуникативного взаимодействия, применяемый в коррекционной работе для отработки и развития коммуникативных умений участников.

2. Групповая дискуссия - публичное обсуждение участниками определенных тем или позиций, рассмотрение их с разных точек зрения.

3. Арттерапия - это метод коррекции и развития посредством художественного творчества.

4. Ролевые игры - воспроизведение действий и отношений других людей или персонажей какой-либо истории, как реальной, так и выдуманной.

5. Игротерапия - метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у подростков, в основу которого положена игра.

6. Психогимнастика - использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе.

7. Анализ конкретных ситуаций предлагаемых в игровой форме и моделирующих то, что происходит в жизни подростков.

8. Рефлексия – мыслительный процесс, направленный на самопознание, анализ своих эмоций и чувств, состояний, способностей, поведения. Рефлексия начинает формироваться в младшем школьном возрасте, а в подростковом становится основным фактором регуляции поведения и саморазвития.

Основной формой работы избран социально-психологический тренинг как один из методов активного обучения и психологического воздействия, осуществляемого в процессе интенсивного группового взаимодействия и направленного на повышение компетентности в сфере общения, в котором общий принцип активности обучаемого дополняется принципом рефлексии над собственным поведением и поведением других участников группы [62, с. 23].

Данная программа опирается на ряд принципов:

1. Принцип добровольного участия в работе;
2. Принцип «я – высказываний»;
3. Принцип «не перебивать, когда говорит другой»;
4. Принцип толерантности по отношению к другим членам группы;
5. Принцип симпатии в участии – участник должен чувствовать себя в полной безопасности;
6. Принцип конфиденциальности.

Занятия имеют чёткую структуру, состоящие из нескольких взаимосвязанных частей, а именно: 1. Ритуал приветствия позволяет сплачивать участников, создавать атмосферу группового доверия и принятия. 2. Разминка – воздействие на эмоциональное состояние участников, уровень их активности. Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. 3. Основное содержание занятия – совокупность функциональных упражнений и техник. 4. Рефлексия занятия предполагает участниками две оценки занятия: эмоциональную (понравилось - не понравилось) и смысловую (почему это важно для каждого конкретно, зачем и чему мы научились, что запомнилось больше всего). 5. Ритуал прощания – смысловое завершение занятий.

Психолого-педагогическая программа коррекции межличностных отношений старших подростков состоит из трёх блоков:

1. Установочный блок программы психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков.

Цель: знакомство с участниками, установка психологического контакта, знакомство с целями, задачами и правилами занятий.

2. Коррекционно-развивающий блок программы психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков.

Цель: коррекционно-развивающее воздействия, воздействующие на подростка, с целью повышения уровня коммуникативных навыков,

сплочения и последующего межличностного взаимодействия между участниками.

3. Обобщающий блок программы психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков.

Цель: подвести итоги занятий и прощание в игровой форме

Коррекционно-развивающая работа проходит в форме групповых занятий. В основном программа разработана в ключе организации межличностного взаимодействия учеников в классе, но присутствуют элементы упражнений, подобранных конкретно для каждого участника.

Программа психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков представлена в Приложении 3.

Таблица 1

Содержание коррекционной работы

| Номер занятия | Цель занятия | Задачи занятия | Упражнения |
|---------------|---|--|---|
| №1 | Установление контакта с участниками, создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы. | -создать дружелюбный и безопасный настрой, -продемонстрировать открытый стиль общения, -осуществлять эмоциональный разогрев, демонстрация и овладение навыками открытого общения, -умение передать своё настроение, -общая деятельность. Выявление лидеров в группе. -демонстрация и овладение навыками открытого общения, навыки разговора о чувствах. | «Познакомимся»; «Комплименты»; «Позитивное представление»; «Изображение своего настроения»; «Общий рисунок»; «Завершение». |

| | | | |
|----|---|---|---|
| №2 | Продолжить знакомство с участниками, создать положительную мотивацию к предстоящим занятиям, закрепить навыки самоанализа, способность к более глубокому самораскрытию, которое ведёт к изменению себя. | -осуществлять эмоциональный разогрев; -предоставление возможности исследования своего характера, способности к самопознанию; -актуализация знаний о себе; -осуществить эмоциональную разгрузку. | «Счёт до десяти»; «Каков я человек?»; «Мой портрет в лучах солнца»; «Ловим комаров». |
| №3 | Снятие физического и эмоционального напряжения, активизация участников, заряд положительными эмоциями | -эмоциональный разогрев, осознание внутренних и внешних проявлений эмоциональных переживаний; -развитие умения доброжелательного и тактичного общения со сверстниками создание ситуации комфорта в группе, направлено на двигательную активность; -продемонстрировать эффективность техники снятия напряжения, регуляция собственного эмоционального состояния; -сплочение группы; формирование чувства доверия; снятие психического напряжения; -продемонстрировать и обучить способу нормализации эмоциональной сферы, снятию негативных эмоций, активизации | «Калейдоскоп»; «Впечатление»; «Поменяемся местами»; «Дыхательная гимнастика»; «Моечная машина»; «Релаксация». |

| | | | |
|----|---|---|--|
| | | позитивных переживаний. | |
| №4 | Развитие самопознания, рефлексии в группе, формирование положительного эмоционального климата. | -эмоциональный разогрев, включение участников тренинга в групповой процесс. -способствовать сближению группы, самоанализ. -развитие невербального взаимопонимания в группе. -способствует эмоциональной разрядке, формированию чувства общности с группой. | «Угадай какой я!»; «Кто Я?»; «Передай движение по кругу»; «Импульс». |
| №5 | Достичь хороших межличностных отношений (специфики формальных и неформальных организационных связей в коллективе и соотношение между ними), демократического уровня в коллективе, оптимального уровня психологической совместимости коллектива. | -осуществлять эмоциональный разогрев -сближение членов группы, на повышение степени их взаимного доверия. сплочение коллектива. -сплочение группы, тренировка навыков совместной деятельности команды. -сплочение группы; формирование чувства доверия; тренировка навыков совместной деятельности команды. -развитие умений устанавливать обратную связь в необычной форме. | «Антоним»; «Я в тебе уверен»; «Клубок»; «Театр: пьеса, которая устроит всех»; «Уменьшающаяся газета»; «Мой портрет глазами группы». |
| №6 | Создать условия для личностного роста участников тренинга, развития и совершенствования способности человека понимать собственный | -разрядка, ощущение цельности группы; -развитие способности осознавать и вербализовать свое состояние, находить слова для его обозначения; -понимание состояния партнера через его жесты; | «Колпак на колпаке»; «Цвет моего состояния»; «Говорящие жесты»; «Я и другие»; «Молчащее и говорящее |

| | | | |
|----|---|--|---|
| | эмоциональный мир, способности к сочувствию и сопереживанию окружающим. | -коррекция и развития доверия другому; -развитие самосознания участников группы посредством обратной связи. | зеркало». |
| №7 | Развитие способности к сочувствию и сопереживанию к другим людям. | -формирование умения давать обратную связь; -выработка навыков прочтения состояния другого по невербальным проявлениям; -развитие умения находить общее для всех и отличительное; -формирование навыков быстрого реагирования при вступлении в контакты; - развитие эмпатии и рефлексии в процессе обучения; -эмпатийная диагностика личностных качеств; расширение репертуара способов взаимопонимания. | «Атом»; «Я тебя понимаю»; «Позитивный язык»; «Карусель»; ««Поделись со мной». |
| №8 | Развить коммуникативные навыки в группе | -эмоциональный разогрев, развитие способности к взаимопониманию, формирование групповой сплоченности; -отработать навыки убеждения и умение найти аргументы в пользу своей позиции; -отработка навыков убеждения, умение найти аргументы в пользу своей позиции, презентационные навыки. | «Пойми меня»; «Завтрак с героем»; «Семь богатырей». |
| №9 | Закрепить активный стиль общения, | -опыт получения и выражения позитивной обратной связи; | «Ладощка»; «Передать одним словом»; |

| | | | |
|-----|---|---|---|
| | способствовать самоанализу участников, раскрыть качества, важные для эффективного межличностного общения, проведение игровых процедур, помогающих формированию коммуникативных навыков. | -возможность выражения положительных эмоций по отношению друг к другу; -подчеркнуть важность интонаций в процессе общения; -развить навыки невербального общения, групповой дискуссии, логического мышления; -преодоление коммуникативных барьеров. | « Три закона общения»; «Моя проблема в общении». |
| №10 | Закрепление представлений участников о своей уникальности, обогащение сознания позитивными, эмоционально-окрашенными образами личности. | -сосредоточение внимания участников на позитивных аспектах и реалистичных установках в повседневной жизни; -закрепление представлений участников об уникальности своей личности; -выработка новых способов решения жизненных проблем; -выработка альтернативных способов выхода из проблемной ситуации; -закрепление позитивного настроения проделанной работы. | «Благодарен тому, что...»; «Я реальный, я идеальный, я глазами других»; «Машина времени»; «Счастье»; «Подарок». |

Исходя из наблюдений за старшими подростками в процессе игр-занятий, мы можем констатировать положительный настрой школьников, в самом начале проведения первых игр многие отказывались принимать участие и, недоумевая, задавали вопрос: «А зачем это?», «Не хочу». Однако уже на 2 занятии процессом игр увлеклись практически все, этому

способствовала доброжелательная атмосфера и азарт самых активных участников. В обычных играх–тренингах подростки много нового узнавали о своих одноклассниках, с которыми проучились много лет, раскрывались положительные качества и черты, развивалось чувство понимания и сопереживания к другим людям.

В результате формирующего этапа опытно-экспериментальной работы, которая предоставляла школьникам богатое содержание игровой деятельности, почти каждый подросток смог проявить свою индивидуальность, самостоятельность поведения и получить положительный эмоциональный настрой.

На наш взгляд, при соблюдении предложенных рекомендаций, игротерапия может быть использована в целях развития межличностных отношений у школьников старшего подросткового возраста.

Таким образом, реализация программы коррекции межличностных отношений в старшем подростковом возрасте, позволит нам осуществить обучение навыкам самопознания, развить представления о собственной ценности, уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии. Это всё необходимо для того, чтобы, обеспечить старших подростков средствами, позволяющими им наиболее эффективно вступать в различные виды отношений, решая встающие каждодневные задачи.

3.2. Анализ результатов экспериментальной работы по коррекции межличностных отношений старших подростков

После констатирующего эксперимента психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков, на базе 10 класса МБОУ гимназии № 1 г. Челябинска, у всего класса была проведена контрольная диагностика. Целью повторного исследования, на контрольно-

обобщающем этапе, является обработка и обобщение результатов опытно-экспериментальной работы, оформление психолого-педагогического эксперимента. Использовался повторно тот же пакет психодиагностических методик. Завершив экспериментальную работу, была проведена повторная диагностика. Результаты исследования межличностных отношений старших подростков были отражены в бланках социометрического опроса.

На рисунке 6 изображена диаграмма показателей социометрического статуса старших подростков, которая характерна для опрошенных респондентов в формирующем эксперименте. Сводные результаты (см. Приложение 4, табл. 8).

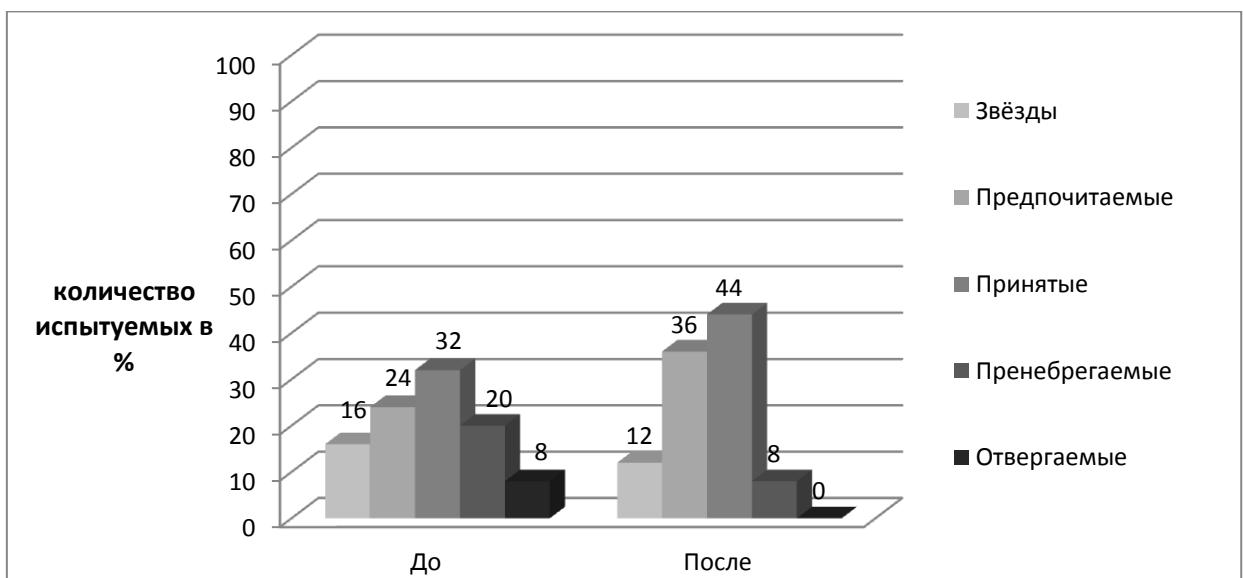


Рисунок 6 - Результаты исследования по «Социально-психологическому тесту» Дж. Морено до и после формирующего эксперимента

Результаты повторного социометрического исследования по методике «Социометрия» Дж. Морено получились следующими:

В ходе первичного исследования количество «звёзд» равнялось 4(16%) испытуемым. После проведения коррекционной программы значение звёзд уменьшилось и составило 3 (12%) испытуемых. Старшие подростки продолжили прислушиваться к мнениям звёзд и принимать их сторону в различных возникающих ситуациях. Результаты исследований показали, что из 6 (24%) испытуемых количество «предпочитаемых» увеличилось на 3

человека и составило 9 (36%) учащихся. В таком же соотношении увеличилось значение в категории «принятые» и составило 11(44%). Особенно это заметно в отношении мальчиков. Если раньше они были выбираемыми двумя или тремя одноклассниками, то теперь их выбирают большее количество учащихся. Количество «пренебрегаемых» снизилось и составило 2 (8%) человека. Например: испытуемые Х.А., У.А., К.А. отличились своими способностями, показали не только плохие, но и хорошие стороны в своём характере, в связи с этим их в данном классе стали выбирать не только девочки, но и мальчики, чего нельзя было сказать ранее. Итак, в классе около половины старших подростков являются «принятыми», а процент «отвергаемых» стал равняться нулевому показателю.

Для расчета значимости и подтверждения гипотезы нами проведена математическая обработка по критерию Т. Вилкоксона (см. Приложение 4, табл. 11).

Можно ли утверждать, что значения, полученные в результате проведения теста «Социометрия» Дж. Морено на этапе констатирующего эксперимента и результаты методики «Социометрия» Дж. Морено на этапе формирующего эксперимента будут иметь сдвиг в сторону увеличения?

Сформулируем гипотезы:

H_0 : Сдвиг в сторону увеличения балла социометрического индекса не превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

H_1 : Сдвиг в сторону увеличения балла социометрического индекса превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

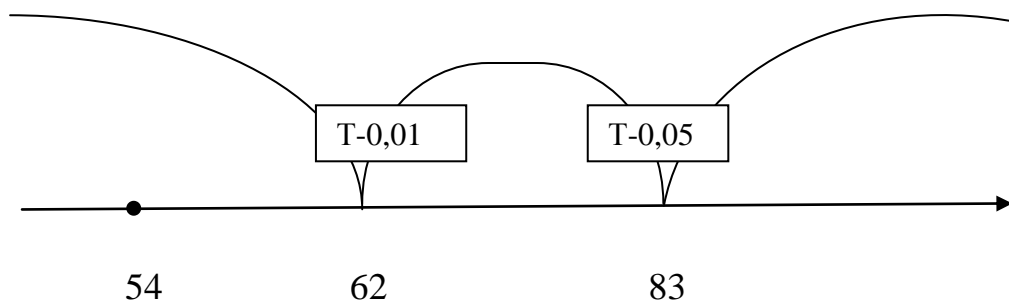


Рисунок 7. Ось значимости

Ответ: Принимается гипотеза Н1.

Значения, полученные в результате проведения методики «Социометрия» Дж. Морено на этапе констатирующего эксперимента и результаты теста «Социометрия» Дж. Морено на этапе формирующего эксперимента, изменяются сдвигом в типичном направлении в область значимых значений.

$T_{\text{эмп.}} < T_{0,01}$, следовательно, существуют статистически значимые различия до и после реализации коррекционной программы.

Результаты исследования степени благоприятности социально-психологического климата по методике «Оценка социально-психологического климата в коллективе» Е.И. Рогова до и после коррекционной программы отображены на рисунке 8, сводные таблицы (см. Приложение 4, табл. 9).

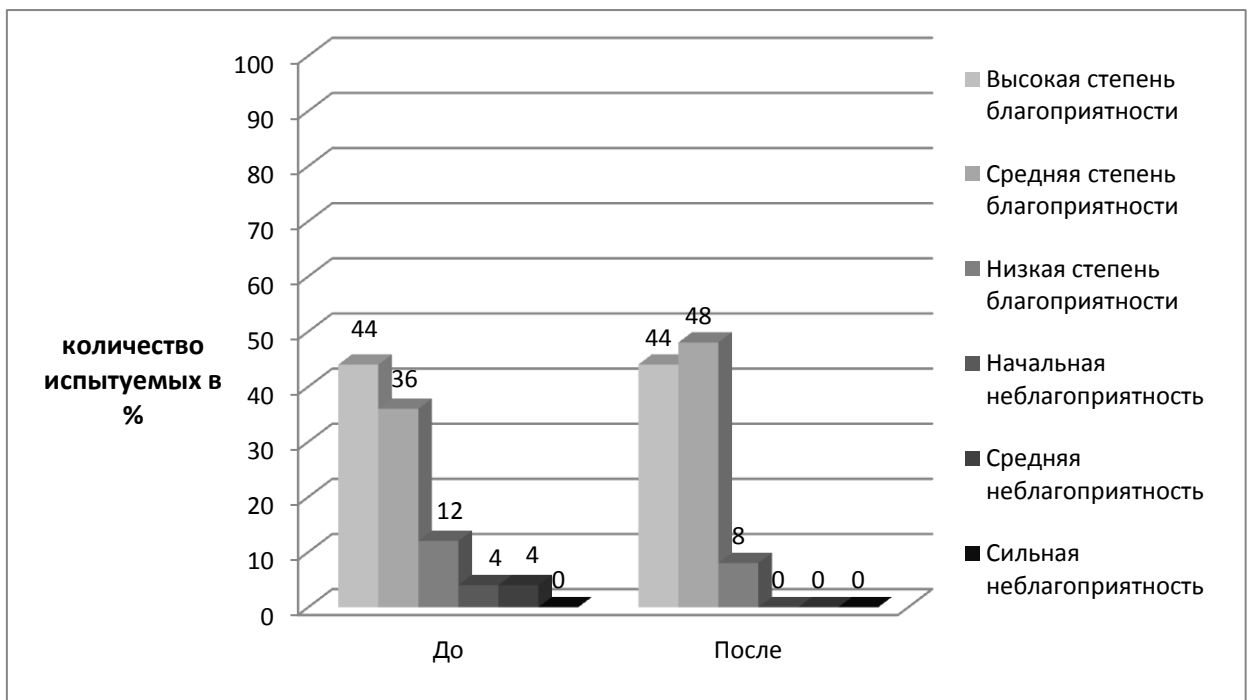


Рисунок 8 - Результаты исследования степень благоприятности или неблагоприятности климата по методике изучения социально-психологического климата в коллективе по полярным профилям Е.И. Рогова до и после экспериментального взаимодействия

Опрос позволил выявить, как степень благоприятности, так и степень неблагоприятности психологического климата в коллективе.

После проведения повторной диагностики мы так же наблюдаем среднюю степень благоприятности психологического климата в коллективе старших подростков. Значение увеличилось на 3,02 и составило 19,76 баллов. Это средний показатель по всему коллективу. Такой показатель близок к уровню благоприятности.

Из рисунка 8 видно, что количество человек оценивающих климат как «высокую степень благоприятности» осталось неизменным и составляет 11(44%) испытуемых. Заметно повысился уровень респондентов оценивающих климат коллектива как «средняя степень благоприятности» и составил 12 (48%) человек. Так же следует заметить, что степень «низкой благоприятности» социально-психологического климата снизился и составил 2 (8%) человек от общего числа старших подростков.

Процент исследуемых оценивающих социально-психологический климат как степень «начальной неблагоприятности» и «средней неблагоприятности» снизился и составляет 0 (0%) человек. Сильной неблагоприятности социально-психологического климата в коллективе старших подростков выявлено не было.

Для расчета значимости и подтверждения гипотезы необходимо провести математическую обработку, используя критерий Т. Вилкоксона (см. Приложение 4, табл. 12).

Можно ли утверждать, что значения, полученные в результате проведения методики изучения социально-психологического климата в коллективе по полярным профилям Е.И. Рогова на этапе констатирующего эксперимента и результаты методики изучения социально-психологического климата в коллективе по полярным профилям Е.И. Рогова на этапе формирующего эксперимента будут иметь сдвиг в сторону увеличения? Сформулируем гипотезы:

Сформулируем гипотезы:

H_0 : Сдвиг в сторону увеличения балла социально-психологического климата не превышает интенсивность сдвигов в сторону его уменьшения.

H_1 : Сдвиг в сторону увеличения балла социально-психологического климата превышает интенсивность сдвигов в сторону его уменьшения.

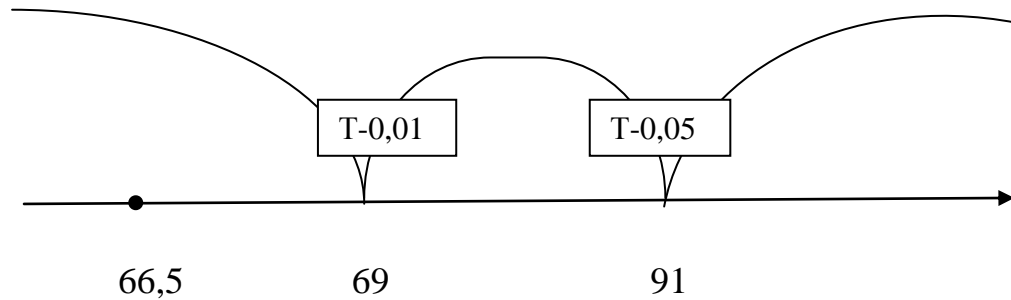


Рисунок 9 - Ось значимости

Ответ: Принимается гипотеза H_1 .

Значения, полученные в результате проведения методики изучения социально-психологического климата в коллективе по полярным профилям на этапе констатирующего эксперимента и результаты изучения социально-психологического климата в коллективе по полярным профилям на этапе формирующего эксперимента, изменяются сдвигом в типичном направлении в область значимых значений.

$T_{\text{эмп.}} < T_{0,01}$, следовательно, существуют статистически значимые различия до и после реализации коррекционной программы.

Результаты исследования уровня коммуникативных навыков по методике «Оценка коммуникативных склонностей (КОС-I – авторы В.В. Синявский, Б.А. Федоришин)» до и после коррекционной программы отображены на рисунке 10, сводные таблицы с результатами (см. Приложение 4, табл. 10).

В результате обработки полученных данных, выяснилось, что развитие коммуникативных навыков оказывает значительное влияние на формирование и развитие коммуникативной компетентности.

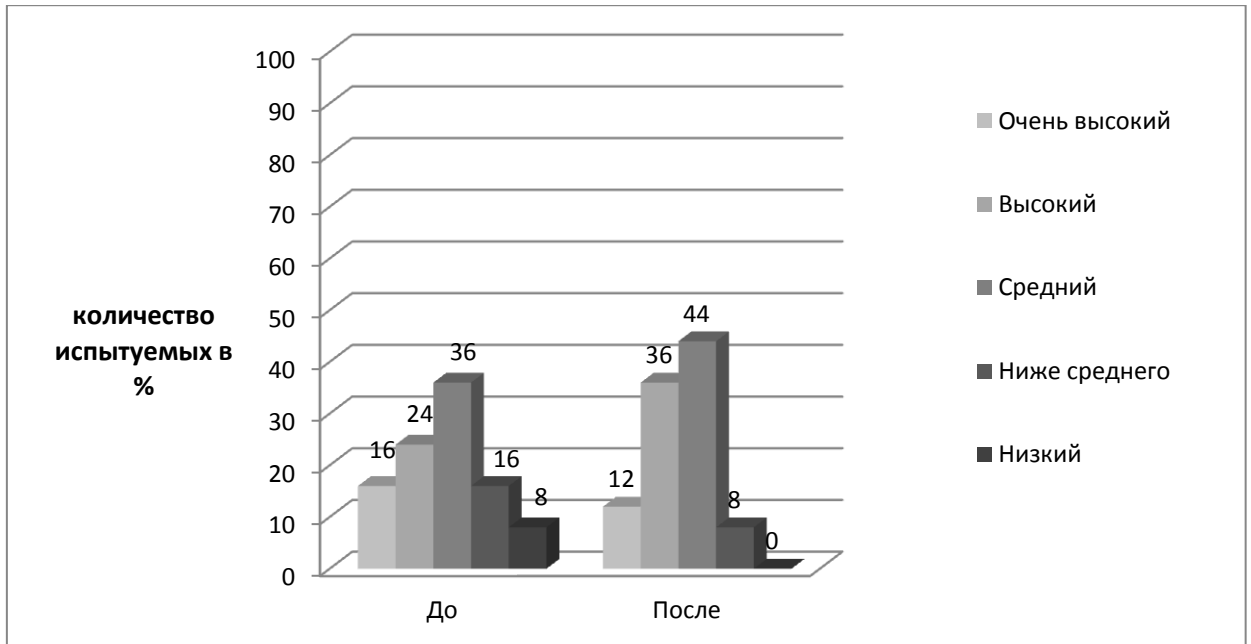


Рисунок 10 - Результаты исследования уровня коммуникативных навыков по методике «Оценка коммуникативных склонностей (КОС-1 - авторы В.В. Синявский, Б.А. Федоришин)» до и после формирующего эксперимента

По результатам формирующего эксперимента, можно судить о том, что количество старших подростков, имеющих «низкий» уровень коммуникативных способностей полностью сократилось после проведения психокоррекционной программы.

2 (8%) испытуемых показали уровень «ниже среднего». Такие старшие подростки испытывали трудности в установлении контактов со сверстниками, остались склонны проводить время наедине с собой, не отстаивали своё мнение, принимали позицию других. Доминирующим уровнем коммуникативных способностей на формирующем этапе является «средний уровень», он возрос на 2 человека и составил 11(44%) испытуемых.

Следует отметить, что так же возрос «высокий» уровень коммуникативных способностей и составил 9 (36%), но в тоже время снизился «очень высокий» и составил 3 (12%). Испытуемые, имеющие данные уровни, перешли на контрольном этапе со среднего на высокий 4 человека, испытуемый 1 человек с очень высокого перешел на высокий уровень.

Для расчета значимости и подтверждения гипотезы нами была проведена математическая обработка по критерию Т. Вилкоксона (см. Приложение 4, табл. 13).

Алгоритм подсчета Т-критерия Вилкоксона:

1. Составляем список испытуемых в любом порядке.
2. Вычисляем разницу между замерами до проведения коррекционной программы и после. Определяем, что будет считаться «типичным» сдвигом, формулируем гипотезы.
3. Переводим разности в абсолютные величины.
4. Ранжируем абсолютные величины разностей, начисляя меньшему значению меньший ранг.
5. Подсчитываем сумму рангов не типичных значений по формуле:

$$T = \sum R,$$

Где R, - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

6. Определяем критические значения для Т.
7. Строим ось значимости.

Сформулируем гипотезы:

H_0 : Сдвиг в сторону увеличения балла коммуникативных склонностей не превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

H_1 : Сдвиг в сторону увеличения балла коммуникативных склонностей превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

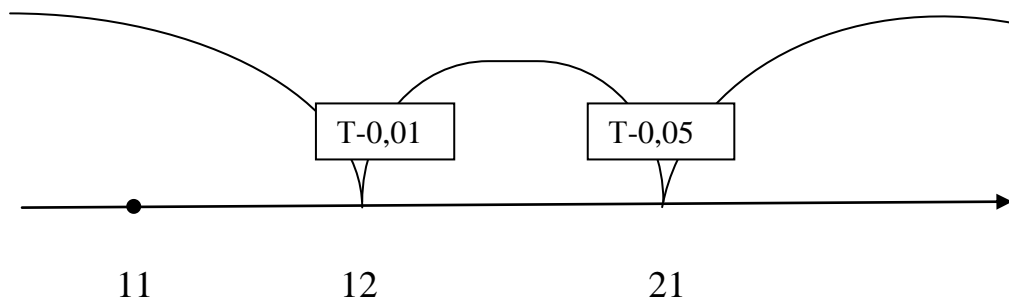


Рисунок 11 - Ось значимости

Ответ: Принимается гипотеза H_1 .

Значения, полученные в результате проведения методики оценки коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-I), на этапе констатирующего эксперимента и результаты методики оценки коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-I), на этапе формирующего эксперимента, изменяются сдвигом в типичном направлении в область значимых значений.

$T_{\text{эмп.}} < T_{0,01}$, следовательно, существуют статистически значимые различия до и после реализации коррекционной программы.

Таким образом, основная гипотеза исследования: предполагаем, что коррекция межличностных отношений у старших подростков возможна при реализации специальной программы, доказана.

Из результатов полученных данных можно сделать вывод, что разработанная программа психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков, является эффективной.

3.3. Психолого-педагогические рекомендации по коррекции межличностных отношений старших подростков

Рекомендации старшим подросткам с целью совершенствования собственных умений общения

1. Развитие умений устанавливать контакт (обращение по имени, улыбка, зрительный контакт, комплимент);
2. Развитие умения слушать;
3. Развитие невербальных умений (особое внимание следует обращать на манеру, позы, жесты и мимику собеседника);
4. Развитие умения вести себя при общении в соответствии с нормами этикета;

5. Развитие речевых умений (употребление речевых этикетных формул приветствия, прощания, благодарности; неупотребление неэтичных выражений);

6. Развитие умения вести себя в конфликтной ситуации;

7. Развивайте умения, которые помогут вам снять напряжение.

Правила поведения родителей в процессе общения с подростками

1. Родителям нужно научиться поддерживать психологический климат в семье на должном уровне;

2. Стоит играть, гулять с подростком тогда, когда действительно есть настроение общаться с ним;

3. Нет нужды в постоянном давлении на подростка, контроле, запугивании, потому что рано или поздно начнется никому не нужное сопротивление;

4. Следует создать жизнерадостную атмосферу в семье, чаще смеяться, шутите, играйте с подростком;

5. Не стоит подвергать подростка непосильным переживаниям, обсуждать при нем проблемы, показывать негативные стороны отношений родителей, ссориться при нем и т.д. пусть подросток растет счастливым;

6. Ребенок нуждается в том, чтобы родители проводили с ним время.

7. Родители могут любить подростка безоговорочно, несмотря на то, что он некрасив, не умен, на него жалуются соседи. Ребенок принимается таким, какой он есть (безусловная любовь);

8. Неисправимых детей не бывает, и практически в любом случае можно исправить поведение подростка и его характер, изменив отношение к нему или атмосферу в семье;

9. Помните, что каждое ваше слово, мимика, жесты, интонация, громкость голоса несут подростку сообщение о его самооценности;

10. Обратите свое внимание на то, что родители, которые говорят одно, а делают другое, со временем испытывают на себе неуважение со стороны подростков;

11. В общении с подростком уделяйте большое внимание невербальному (неречевому) общению;

12. Сказать, ничего не говоря, – это высочайшее искусство воспитания, которое свидетельствует об истинном и глубоком контакте между родителями и подростками;

13. Старайтесь высказывать свое отношение к поведению подростка без лишних объяснений и нравоучений;

14. Стремитесь проявлять полную заинтересованность к подростку в процессе общения;

15. Не говорите своему ребенку того, чего бы вы ему на самом деле не желали;

16. Старайтесь адекватно реагировать на проступки подростка;

17. Каким же должно быть идеальное поведение родителей? Они постоянно учатся быть родителями, стараются быть веселыми, уравновешенными и спокойными, принимают подростка таким, какой он есть, наблюдая за ним и разбираясь в его особенностях. Такие родители знакомы с главным психологическим условием правильного воспитания – признанием самостоятельности и независимости подростка с самого рождения;

18. Не превращайте всю жизнь ребенка в «скачки» для удовлетворения своих высоких родительских амбиций;

19. Старайтесь найти взаимопонимание со своими детьми. Ваши родительский опыт и мудрость – важнейший источник поддержки и помогают в решении не легких и жизненных проблем;

20. Вы можете быть как вдохновителем, так и подавлять своего ребенка;

21. Не бойтесь признавать, что вам есть чему учиться у собственных детей.

Рекомендации педагогам:

1. Постоянное создание учебных ситуаций, в которых принимали бы участие все подростки (т.е. организация совместной учебной деятельности);
2. Во время урока каждый ученик должен иметь возможность внести свой вклад в достижение конечной цели, причем подростки должны осознавать, что достижения каждого рассматриваются в зависимости от требуемых усилий;
3. Каждый подросток должен оцениваться исходя из своих возможностей и способностей;
4. Использование еженедельной работы по плану, который составлен индивидуально, исходя из времени объема и степени трудности, что обеспечивает мотивированное участие в обучении подростков с особенностями психофизического развития;
5. При организации работы в паре, подгруппе необходимо отслеживать, чтобы активные популярные учащиеся безоговорочно не подчиняли себе других менее активных подростков, прислушивались к их мнению. Для этого необходимо всех учащихся класса обучать правилам межличностного взаимодействия. Например, при распределении обязанностей надо учитывать мнение каждого (обучаются в процессе организационных бесед педагога), при распределении обязанностей можно использовать различного рода считалочки, что позволит всем подросткам по очереди выполнять различные поручения и снизить конфликтность процесса распределения обязанностей; учить подростков правилам формулировки просьб («помоги мне, пожалуйста», «можно потом я буду пыль вытирать», «можно вынести мусор потом» и т. д.), оценок («сегодня у тебя лучше получилось», «молодец, аккуратно работал» и т. д.), ответов на вопросы и замечания. Для формирования данных навыков используются приемы совета, поощрения, примера («Послушай, как правильно попросить», «Слышите, как Лена правильно ответила» и т. д.). Прием поощрения и совета необходимо побуждать детей замечать своих соседей по трудовой деятельности, их

правильные трудовые навыки и достижения (Посмотри, как Таня правильно держит кисточку...» и т. д.);

6. К навыкам межличностного взаимодействия относится и умение оказывать помощь. В первую очередь, нельзя оставлять без внимания самостоятельную инициативу помощи подростков кому - либо («Молодец, Олег. Он уже свою работу выполнил, а теперь Оле помогает. И остальные, когда выполнят, помогут другим»);

7. Формированию положительных взаимоотношений способствует самостоятельная постановка целей предстоящей деятельности. Для этого можно предлагать подросткам варианты предстоящей деятельности, а они сами могут решать, что будут делать. Например, при изготовлении елочных украшений каждой подгруппе предлагается 3 варианта (одинаковых по сложности и технике выполнения) игрушек, подгруппа решает, какое украшение они будут изготавливать. Педагог должен учить подростков выслушивать мнение каждого (например: « Пусть каждый по очереди скажет, что будем делать, а потом вместе решим», «Кого мы еще не спросили?», «Что предлагает Оля?» и т. д.);

8. Создание проблемных ситуаций, например: «Как сделать наше изделие еще красивее?»

9. Нормы и ценности класса, традиции, в том числе в рамках внеклассной деятельности, позволяют формировать положительно-уважительное отношение друг к другу;

10. В результате целенаправленного, систематического коррекционного воздействия исчезают коммуникативные трудности, происходит формирование необходимых умений и навыков у подростков. Это позволит им более успешно реализовать свой потенциал, социализироваться в обществе;

11. При выявлении проблемы низкого статусного положения подростка в школьном коллективе, основной упор делать на проведение

мероприятий по сплочению коллектива с одновременной коррекцией личностных черт, обуславливающих данную проблему.

Рекомендации подросткам:

1. В общении со своими сверстниками внимательно следите за своими высказываниями и действиями, отмечая попутно, какие реакции они вызывают со стороны других людей;

2. Старайтесь систематически делать выводы о том, как люди относятся к вам;

3. Чаще экспериментируйте над собой, выступая, например, перед зеркалом, постоянно меняя выражение лица, жесты, пантомимику (положение тела). Одновременно пытайтесь предсказать реакцию, которую вы можете вызвать у окружающих;

4. Перенесите п. 3 в ситуацию реального общения со сверстниками, одновременно наблюдая за собой и за действиями собеседников, соотнося свои реакции с реакциями окружающих людей. В этом случае особенно важно использовать такие движения и действия, которые демонстрируют хорошее отношение к человеку;

5. Твердо знайте, чего хотите добиться;

6. Чтобы были ясны намерения, нужен ясный план;

7. Вообразите желаемый результат;

8. Сформулируйте сильную мотивацию достижения желаемого результата;

9. Будьте уверены в себе;

10. Превратите препятствие в трамплин для новых прыжков к цели;

11. Оглянитесь в прошлое, насладитесь настоящим, интересуйтесь будущим;

12. Овладейте умением преуспевать с радостью и ощущением счастья.

Выводы по главе III

Внедрение в педагогическую практику результатов нашего исследования с последующим изучением изменений, возникающих вследствие новаций, нам обеспечит формирующий эксперимент.

Для создания психолого-педагогических условий коррекции межличностных отношений в группе старших подростков, нами была разработана программа. Она представлена в приложении 3. Программа помогла нам сформировать позитивную установку среди старших подростков по отношению к себе и окружающим людям. Реализация программы коррекции межличностных отношений старших подростков, позволила нам осуществить обучение испытуемых навыкам самопознания, развить у них представления о собственной ценности, уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии. Это всё необходимо для того, чтобы, обеспечить участников средствами, позволяющими им наиболее эффективно вступать в различные виды отношений, решая встающие перед ними каждодневные задачи.

Практический результат нашей работы связан с повышением успешности в налаживании межличностных отношений в классе, в учебной деятельности и жизни старших подростков. На обобщающем этапе эксперимента использовался повторно тот же пакет психодиагностических методик. После реализации программы психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков, мы наблюдаем изменение результатов.

С помощью математической обработки по Т-критерию Вилкоксона полученные значения изменились сдвигом в типичном направлении в область значимых значений. Таким образом, гипотеза исследования: коррекция межличностных отношений у старших подростков возможна при реализации специальной программы, доказана.

Из результатов полученных данных можно сделать вывод, что разработанная программа психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков является эффективной.

Заключение

Отечественные и зарубежные авторы в своих трудах понимают под межличностными отношениями не всякое взаимодействие людей, а лишь то, в ходе которого каждый их участник активно выступает как субъект, адресующийся к личности другого человека, попеременно выражая ему свое отношение и воспринимая отношение партнера к себе. Также отмечено, что понятие «межличностные отношения» акцентирует внимание на эмоционально – чувственном аспекте.

Проведённый нами анализ литературы, целей и задач работы, позволил разработать дерево целей исследования. В дереве целей была определена генеральная цель - теоретическое обоснование и экспертная апробация модели психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков. На основе дерева целей разработана модель психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков. Модель состоит из четырех блоков: теоретического, диагностического, коррекционного, аналитического. Целью программы явилась психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений у старших подростков. Для достижения этой цели в программе были обозначены следующие задачи:

- 1) создание благоприятного психологического климата;
- 2) развитие коммуникативных навыков общения в коллективе старших подростков;
- 3) развитие эмпатии (чувства понимания и сопереживания к другим людям).

Выполнение этих задач помогло старшим подросткам добиться более адекватной социализации, оказало положительное влияние на социально-психологический климат школьного коллектива и позволило освоить членам

коллектива новые эффективные формы поведения в различных сложных, эмоционально насыщенных ситуациях.

Опытно - экспериментальная работа проводилась на базе МБОУ гимназии № 1 г. Челябинска, 10 класс. В исследовании приняли участие 25 учащихся, из них 7 мальчиков и 18 девочек.

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

1. Теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, метод «Дерево целей» (автор В.И. Долгова), моделирование;

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: «Социометрия» Я. Морено, «Оценка социально-психологического климата в коллективе по полярным профилям» Е. И. Рогова, методика исследования коммуникативных способностей (КОС-1. Авторы В. Синявский, Б. Федоришин), математико-статистическая обработка Т-критерий Вилкоксона. Представленные этапы, методы и методики полностью отвечают задачам и цели исследования.

Программа помогла нам сформировать позитивную установку среди старших подростков по отношению к себе и окружающим людям. Реализация программы коррекции межличностных отношений старших подростков, позволила нам осуществить обучение испытуемых навыкам самопознания, развить у них представления о собственной ценности, уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии. Это всё необходимо для того, чтобы, обеспечить участников средствами, позволяющими им наиболее эффективно вступать в различные виды отношений, решая встающие перед ними каждодневные задачи.

С помощью математической обработки по Т-критерию Вилкоксона полученные значения изменились сдвигом в типичном направлении в область значимых значений. Таким образом, гипотеза исследования:

коррекция межличностных отношений у старших подростков возможна при реализации специальной программы, доказана.

Из результатов полученных данных можно сделать вывод, что разработанная программа психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков, является эффективной.

Библиографический список:

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология. Учебник и практикум. М.: Юрайт, 2014. 816 с.
2. Альбуханова-Славская К.А. Детство. Юность. Молодость. М.: МПСИ, 2010. 224 с.
3. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2010. 288 с.
4. Андреева Г.М. Социальная психология. М.: Аспект-Пресс, 2008. 376 с.
5. Аникеев Н.П. Психологический климат в коллективе. М.: Просвещение, 2009. 319 с.
6. Асеев В.Г. Возрастная психология. М.: Просвещение, 2008. 230 с.
7. Бодалёв А.А. Восприятие человека человеком. СПб. : ЛГУ, 2008. 241 с.
8. Бодалёв А.А., Столина В.В. Общая психодиагностика. СПб.: Речь, 2009. 440 с.
9. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008. 400 с.
10. Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Изд-во Смысл, Эксмо, 2006. 136 с.
11. Головин С.Ю. Словарь практического психолога. М.: Харвест, 2009. 800 с.
12. Голубев Г.Г. Психология межличностных отношений. Формирование личности в коллективе. М.: Высшая школа, 2011. 128 с.
13. Горбатов Д.С. Общепсихологический практикум: учеб. пособие для бакалавров. М.: Юрайт, 2013. 307 с.
14. Долгова В.И., Гольева Г.Ю. Эмоциональная устойчивость как ключевая компетенция: монография. Челябинск: Изд-во «АТОКСО», 2010. 183 с.

15. Долгова В.И., Буслаева М.Ю. Формирование эмоциональной устойчивости (студентов педагогического колледжа). Челябинск: Изд-во «АТОКСО», 2010. 203 с.

16. Долгова В.И., Иванова Л.В., Крыжановская Н. В. Регламент аттестационных материалов. Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2015. 132 с.

17. Долгова В.И., Капитанец Е.Г. Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков. Челябинск: Изд-во «АТОКСО», 2010. 111 с.

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

19. Донцов А.И. Психология коллектива. М.: МГУ, 2009. 168 с.

20. Дружинин В.Н. Экспериментальная психология: учебное пособие для вузов. СПб. и др.: Питер, 2011. 318 с.

21. Дубовская Е.М., Кричевский Р.Л. Социальная психология малой группы. М.: Аспект-Пресс, 2009. 318 с.

22. Дубровина И.В. Особенности обучения и психического развития школьников 13—17 лет. М.: Содействие, 2009. 388 с.

23. Духновский С.В. Диагностика межличностных отношений. СПб.: Речь, 2010. 141 с.

24. Зинько Е.В. Особенности устойчивой и неустойчивой самооценки подростков. // Вестник московского университета. 2009. - №3 (14). С. 35

25. Ильин Е.И. Психология общения и межличностных отношений. СПб.: Питер, 2009. 576 с.

26. Ильин Е.И. Психология неформального общения. СПб.: Питер, 2015 г. 384 с.

27. Истратова О.Н. Справочник по групповой психокоррекции. Ростов-на-Дону: Феникс, 2011. 444 с.
28. Каган М.С. Подростковая психология. М.: Изд-во РОУ, 2009. 215 с.
29. Ковалев А.Г. Психологические особенности человека, т.2. М.: ЛГУ, 2006. 304 с.
30. Ковалев А.Г. Психология личности. М.: Просвещение, 2012. 240 с.
31. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах. Минск: БГУ, 2009. 284 с.
32. Кон И. С. Психология ранней юности. М.: Просвещение, 2009. 255 с.
33. Краткий психологический словарь под ред. С.Я. Подопригора, А.С. Подопригора. Ростов-на-Дону: Феникс, 2012. 317 с.
34. Кречмер Э. Строение тела и характер: Психология индивидуальных различий. М.: Книга по требованию, 2012. 168 с.
35. Кулагин И.Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. М.: Академический проект. 2013. 432 с.
36. Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Погольша В.М.: межличностное общение. СПб.: Питер, 2013. 269 с.
37. Лазурский А.Ф. Программа исследования личности. М.: книга по требованию. 2012. 288 с.
38. Леванова Е.И. Игра в тренинге. Возможность игрового взаимопонимания. СПб.: Питер, 2006. 208 с.
39. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками. М.: Академия, 2008. 256 с.
40. Липкина А.И. Самооценка подростка. М.: Знание, 2010. 64 с.
41. Лисовский В.Т., Лисовский А.В. Социализация молодежи. Возрастная психология. Детство, отрочество, юность: хрестоматия. М.: Академия, 2010. 534 с.

42. Мерлин В.С. Методы исследования нервно-физиологических основ психической деятельности человека. М.: АПН, 2013. 166 с.
43. Мерлин В.С. Психология индивидуальности. Очерк теории темперамента. М.: МПСИ, 2009. 544 с.
44. Молчанова О.Н. Самооценка. Теоретические проблемы и эмпирические исследования. М.: Наука, 2010. 392 с.
45. Морено Дж. Психодрама и групповая психотерапия. Социометрия: экспериментальный метод и наука об обществе. Подход к новой политической ориентации. М.: Психотерапия, 2008. 496 с.
46. Морено Дж. Социометрия. Экспериментальный метод и наука об обществе. М.: Иностранная литература, 2014. 285 с.
47. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М.: Академия, 2010. 453 с.
48. Мясищев В.Н. Понятие личности в аспектах нормы и патологии. С.: Бахрах, 2011. 244 с.
49. Мясищев В.Н. Психология отношений. Избранные психологические труды. М.: МПСИ, 2011. 400 с.
50. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений. К.: Наука, 2009. 191 с.
51. Обозов Н.Н., Обозова А.Н. Три подхода к исследованию психологической совместимости. Психология семьи: учеб. пособие для факультетов психологии, социологии, экономики и журналистики. С.: Бахрах, М, 2007. 521 с.
52. Обозов Н.Н. Типы личности, темперамент и характер. СПб.: БХВ-Петербург, 2011. 240 с.
53. Обозов Н.Н. Психология работы с людьми. М.: Ид. Персонал, 2008. 228 с.
54. Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога. М.: Сфера, 2012. 480 с.

55. Ольшанский В.Б. Личность и социальные ценности. М.: Просвещение, 2011. 339 с.
56. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. М.: Академия, 2009. 512 с.
57. Плотинский Ю.М. Теоретические и эмпирические модели социальных процессов. М.: Владос, 2009. 362 с.
58. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / под ред. М.Р. Битяновой. СПб.: Питер. 2006. 304 с.
59. Практикум по возрастной психологии: учебное пособие / под ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. СПб.: Речь. 2010. 693 с.
60. Резникова Е.В. Психолого-педагогическая программа коррекционной работы: методическое пособие. Челябинск: Цицеро, 2013. 107 с.
61. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: практическое пособие. М.: Юрайт. 2012. 412 с.
62. Розанов В.А. Психология управления: учебное пособие / под ред. В.А. Розанова. М.: Академия, 2009. 560 с.
63. Ромек В.Г. Развитие уверенности в межличностных отношениях. М.: Владос, 2012, 113 с.
64. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2015. 713 с.
65. Русалов В.М. Темперамент в структуре индивидуальности человека: дифференциально-психофизиологические и психологические исследования. М.:ИП РАН, 2012. 528 с.
66. Рыкова Н.Н. Академия волшебства: программа развивающих занятий для детей 10-15 лет. СПб.: Речь, 2011. – 127 с.
67. Свеницкий Л.А. Краткий психологический словарь / под ред. А.В.Петровского, М. Г. Ярошевского. М.: Проспект, 2009. 512 с.
68. Симонов П.В. Темперамент. Характер. Личность. М.: Наука, 2010. 144 с.

69. Словарь практического психолога. / Сост. С. Ю. Головин. Минск.: Харвест, 2013. 800 с.
70. Собчик Л.В. Диагностика межличностных отношений. М.: Боргес, 2010. 52 с.
71. Столяренко Л.Д. Основы психологии. М.: Проспект, 2014. 462 с.
72. Теплов Б.М., Небылицын В.Д. Изучение основных свойств нервной системы и их значение для психологии индивидуальных различий. М.: Наука, 2012. 47 с.
73. Толочек В. Современная психология труда: глоссарий. Спб.: Питер, 2006. 479 с.
74. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Издательство Института Психотерапии, 2006. 490 с.
75. Хоментаскас Г.Т. Использование детских рисунков для исследования семейных отношений. Вопросы психологии. М.: Проспект. 2006 г. № 1.
76. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. Проблемы возрастной и педагогической психологии. М.: Педагогика, 2009. 554 с.

1. Методика "Социометрия" (Дж. Морено)

Цель:

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

Описание методики:

Методика позволяет оценить межличностные отношения неформального типа, симпатий и антипатий, привлекательности и предпочтительности, выявить лидера в группе. Социометрическая процедура в параметрической форме проводится следующим образом: испытуемому предлагается выбрать строго фиксированное число из всех членов группы, а именно сделать 3 выбора. Для этого необходимо ответить на вопросы: «Если вашу группу будут расформировывать, с кем бы ты хотел продолжить совместно учиться (работать) в новом коллективе?», «Кого бы ты из группы пригласил на свой день рождения?», «С кем из своей группы ты пошел бы в многодневный туристический поход?». При этом каждый участник делает по три выбора по каждому из вопросов – от наиболее вероятного до наименее вероятного, указывая фамилию, имя и отчество выбранного. На основе полученных данных строится социоматрица: полученные письменные ответы на соответствующие вопросы заносятся в специальные таблицы, где нижняя строка показывает, кто из членов группы получил большее или меньшее количество выборов. Путем суммирования числа полученных выборов и взаимовыборов определяется уровень сплоченности студенческой группы (он прямо пропорционален влечению участников друг к другу и обратно пропорционален пространственной дистанции между ними) и социометрический статус членов коллектива (звёзды, предпочитаемые, отвергаемые), который измеряется посредством подсчета положительных и отрицательных выборов человека, осуществляемых всеми членами группы.

Обработка данных:

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

Социоматрица межличностных отношений в коллективе

| № | Фамилия, имя, отчество | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|-------------------------|---------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 1 | А П | | | | | | | | | | |
| 2 | И С | | | | | | | | | | |
| 3 | П Д | | | | | | | | | | |
| 4 | С С | | | | | | | | | | |
| 5 | А И | | | | | | | | | | |
| 6 | В Г | | | | | | | | | | |
| 7 | Л Н | | | | | | | | | | |
| 8 | Л Н | | | | | | | | | | |
| 9 | П А | | | | | | | | | | |
| 10 | С Т | | | | | | | | | | |
| Кол-во выборов (М) | | | | | | | | | | | |
| Кол-во взаимных выборов | | | | | | | | | | | |

Далее можно вычислить социометрический статус каждого учащегося, который определяется по формуле:

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

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

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

Таблица 3

Классификация испытуемых по итогам социометрического эксперимента

| Статусная группа | Количество полученных выборов |
|------------------|--|
| «Звезды» | В два раза больше, чем среднее число полученных выборов одним испытуемым |
| «Предпочитаемые» | В полтора раза больше, чем среднее число полученных выборов одним испытуемым |
| «Принятые» | |
| «Непринятые» | В полтора раза меньше, чем среднее число полученных выборов |

| | |
|---------------|---|
| | одним испытуемым |
| «Отвергнутые» | Равно нулю или в два раза меньше, чем число полученных выборов одним испытуемым |

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

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

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

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

На основе заполненной социометрической матрицы строится социограмма. Она позволяет визуализировать результаты, наглядно увидеть картину сложившихся взаимоотношений в группе.

Бланк опросника:

Инструкция: «При формировании вашей группы, естественно, не могли быть учтены Ваши пожелания, поскольку вы были недостаточно знакомы друг с другом. Сейчас взаимоотношения в группе достаточно определились, для вас выгодно учитывать ваши пожелания при организации деятельности вашего коллектива. Постарайтесь быть искренними в ответах. Исследователи гарантируют тайну индивидуальных ответов».

Ф. И. О.

Курс (группа)

Ответьте на поставленные вопросы, записав под каждым из них три фамилии членов вашей группы (курса, отдела, класса и т.д.) с учетом отсутствующих.

1. Если вашу группу будут расформировывать, с кем бы ты хотел продолжить совместно учиться (работать) в новом коллективе?

а)

б)

в)

2. Кого бы ты из группы пригласил на свой день рождения?

а)

б)

в)

3. С кем из своей группы ты пошел бы в многодневный туристический поход?

а)

б)

в)

2. «Оценка социально-психологического климата в коллективе по полярным
профилям» Е.И. Рогова.

Цель: оценка социально-психологического климата в коллективе.

Описание методики: методика диагностирует уровень сформированности группы как коллектива и позволяет (при многократном исследовании) проследить динамику его развития (тех свойств, которые заложены в опросном листе).

Бланк опросника:

Инструкция. Оцените по предложенной шкале то, как проявляются перечисленные ниже свойства психологического климата в вашем коллективе. Прочтите сначала предложения слева, затем — справа. После этого отметьте крестиком в средней части листа ту оценку, которая по вашему мнению соответствует истине.

Шкала оценок: 3 — свойство проявляется в коллективе всегда; 2 — свойство проявляется в большинстве случаев; 1 — свойство проявляется нередко; 0 — проявляется в одинаковой степени и то, и другое свойство. Оценки со знаком "плюс" относятся к левой части таблицы, со знаком "минус" — к правой.

Тестовый материал

+3 +2 +1 0 -1 -2 -3

1. Преобладает бодрый, жизнерадостный тон настроения.
2. Доброжелательность во взаимоотношениях, взаимное расположение.
3. В отношениях между группировками внутри коллектива существует взаимное расположение и понимание.

4. Членам коллектива нравится вместе проводить свободное время, участвовать в совместной деятельности.
 5. Успехи или неудачи товарищей вызывают сопереживание, искреннее участие всех членов коллектива.
 6. С уважением относятся к мнению друг друга.
 7. Достижения и неудачи коллектива переживаются как свои собственные.
 8. В трудные минуты для коллектива происходит эмоциональное единение по принципу "один за всех и все за одного".
 9. Члены коллектива испытывают чувство гордости за коллектив, если его отмечают руководители.
 10. Коллектив активен, полон энергии.
 11. Участливо и доброжелательно относятся к новым членам коллектива, помогают им освоиться в коллективе.
 12. Совместные дела увлекают всех, велико желание работать коллективно.
 13. В коллективе справедливое отношение ко всем членам, здесь поддерживают слабых, выступают в их защиту.
1. Преобладает подавленное настроение.
 2. Конфликтность в отношениях, агрессивность, антипатия.
 3. Группировки конфликтуют между собой.
 4. Проявляют безразличие к более тесному общению, выражают отрицательное отношение к совместной деятельности.
 5. Успехи или неудачи товарищей оставляют равнодушными или вызывают зависть, злорадство.
 6. Каждый считает свое мнение главным, нетерпим к мнению товарищей.
 7. Достижения и неудачи коллектива не находят отклика у членов коллектива.
 8. В трудные минуты коллектив раскисает, возникают ссоры, растерянность, взаимные обвинения.
 9. К похвалам и поощрениям коллектива здесь относятся равнодушно.
 10. Коллектив инертен и пассивен.
 11. Новички чувствуют себя чужими, к ним часто проявляют враждебность.
 12. Коллектив невозможно поднять на совместное дело, каждый думает о своих интересах.
 13. Коллектив заметно разделяется на привилегированных и пренебрегаемых, здесь снисходительно относятся к слабым, нередко высмеивают их.

Обработка и интерпретация результатов:

Обработка полученных данных осуществляется в несколько этапов.

1. Необходимо сложить все абсолютные величины сначала положительных (+), потом отрицательных (—) оценок, данных каждым участником опроса. Затем из большей величины вычесть меньшую. Получается цифра с положительным или отрицательным знаком. Так обрабатывают ответы каждого члена коллектива.

2. Все цифры, полученные после обработки ответов каждого педагога (ученика), необходимо сложить и разделить на количество отвечавших. Затем полученную цифру сравнивают с ключом.

3. Такой подсчет можно сделать по каждому свойству:

1) записать, а затем сложить оценки, данные отдельному свойству каждым участником опроса;

2) полученную цифру разделить на число участников.

Когда будут подсчитаны индексы по каждому свойству, выстраивают ранжированный ряд цифр по степени убывания их величины. Таким образом выявляются свойства, способствующие как сплочению коллектива (положительные), так и его разобщению (свойства с отрицательным знаком).

Ключ

+22 и более — высокая степень благоприятности социально-психологического климата.

От 8 до 22 — средняя степень благоприятности социально-психологического климата.

От 0 до 8 — низкая (незначительная) степень благоприятности.

От 0 до —8 — начальная неблагоприятность социально-психологического климата.

От —8 до —10 — средняя неблагоприятность.

От —10 и ниже в отрицательную сторону — сильная неблагоприятность.

3. Методика оценки коммуникативных и организаторских способностей личности (авторы В. Синявский, Б. Федоришин).

Методика КОС предназначена для изучения коммуникативных и организаторских склонностей. Основополагающим методом исследования является тестирование. Методика предназначена для подростков и юношей 14 – 17 лет. Исследование проводит педагог-психолог 1 раз в год. Результаты исследования предназначены для заместителей руководителей по учебно-воспитательной работе, преподавателей, воспитателей, кураторов учебных групп, классных руководителей, мастеров производственного обучения, социального педагога. Методика проводится в стандартных условиях учебных заведений (возможна групповая и индивидуальная формы

тестирования). Интерпретация результатов проводится в соответствии с ключом оценки и обработки данных исследования.

Цель: изучение коммуникативных и организаторских склонностей. Коммуникативные и организаторские способности являются стержневыми в профессиях, которые по своему содержанию связаны с активным взаимодействием между людьми. Они являются важными факторами для достижения успеха во многих профессиях типа "человек - человек" (например, труд учителя, тренера, врача, работника клуба и т.д.) Коммуникативные и организаторские способности являются ведущими в образовании межличностных отношений, в сплочении членов коллектива, в организации учебных, спортивных, игровых и других групп, в привлечении к себе людей, в умении организовать и направить их деятельность.

В аббревиатуре методики отражены ее функциональное назначение (исследование коммуникативных и организаторских склонностей) в номер варианта (I).

Авторы: В. Сиянский и Б. А. Федоришин.

Описание методики: учитывая, что способности тесно связаны с потребностями личности, ее интересами и избирательным эмоционально-волевым отношением к деятельности, была разработана психодиагностическая методика опосредованного выявления коммуникативных и организаторских способностей - через выявление и оценку соответствующих склонностей (методика "КОС-I"). Диагностике подвергаются потенциальные возможности личности в развитии ей коммуникативных и организаторских способностей.

Методика "КОС-I" базируется на принципе отражения и оценки испытуемым некоторых особенностей своего поведения в различных ситуациях. Избраны ситуации, знакомые испытуемому по его личному опыту. Поэтому оценка ситуации и поведения в ее условиях основывается на воспроизведении испытуемым своего реального поведения и реального, пережитого в его опыте, отношения. Данный проективный опросник позволяет выявить устойчивые показатели коммуникативных и организаторских склонностей,

При построении опросника были учтены различные формы отношения опрашиваемых к вопросам. Дело в том, что одни испытуемые могут быть более склонны к утвердительным ответам, другие - к отрицательным. Поэтому вопросы в бланке построены так, чтобы утвердительный ответ на один вопрос имел такое же смысловое значение, что и отрицательный ответ на другой вопрос.

В программу изучения коммуникативных склонностей введены вопросы следующего содержания; а) проявляет ли личность стремление к общению, много ли у нее друзей; б) любит ли находиться в кругу друзей или предпочитает одиночество; в) быстро

ли привыкает к новым людям, к новому коллективу; г) насколько быстро реагирует на просьбы друзей, знакомых; д) любит ли общественную работу, выступает ли на собраниях; е) легко ли устанавливает контакты с незнакомыми людьми; ж) легко ли ему даются выступления в аудитории слушателей. В соответствии с этим было разработано 20 специальных вопросов.

Программа изучения организаторских склонностей включает вопросы иного содержания: а) быстрота ориентации в сложных ситуациях; б) находчивость, инициативность, настойчивость, требовательность; в) склонность к организаторской деятельности; г) самостоятельность, самокритичность; д) выдержка; е) отношение к общественной работе. На этой основе были разработаны 20 вопросов, каждый из которых в какой-то мере характеризует организаторские склонности учащихся.

Поэтому, учитывая, что способности тесно связаны с потребностями личности, ее интересами и избирательным эмоционально-волевым отношением к деятельности, была разработана психодиагностическая методика опосредованного выявления коммуникативных и организаторских способностей - через выявление и оценку соответствующих склонностей (методика "КОС-1"). Диагностике подвергаются потенциальные возможности личности в развитии ей коммуникативных и организаторских способностей.

Методика "КОС-1" базируется на принципе отражения и оценки испытуемым некоторых особенностей своего поведения в различных ситуациях. Избраны ситуации, знакомые испытуемому по его личному опыту. Поэтому оценка ситуации и поведения в ее условиях основывается на воспроизведении испытуемым своего реального поведения и реального, пережитого в его опыте, отношения. Данный проективный опросник позволяет выявить устойчивые показатели коммуникативных и организаторских склонностей,

При построении опросника были учтены различные формы отношения опрашиваемых к вопросам. Дело в том, что одни испытуемые могут быть более склонны к утвердительным ответам, другие - к отрицательным. Поэтому вопросы в бланке построены так, чтобы утвердительный ответ на один вопрос имел такое же смысловое значение, что и отрицательный ответ на другой вопрос.

В программу изучения коммуникативных склонностей введены вопросы следующего содержания; а) проявляет ли личность стремление к общению, много ли у нее друзей; б) любит ли находиться в кругу друзей или предпочитает одиночество; в) быстро ли привыкает к новым людям, к новому коллективу; г) насколько быстро реагирует на просьбы друзей, знакомых; д) любит ли общественную работу, выступает ли на собраниях; е) легко ли устанавливает контакты с незнакомыми людьми; ж) легко ли ему

даются выступления в аудитории слушателей, В соответствии с этим было разработано 20 специальных вопросов. Программа изучения организаторских склонностей включает вопросы иного содержания: а) быстрота ориентации в сложных ситуациях; б) находчивость, инициативность, настойчивость, требовательность; в) склонность к организаторской деятельности; г) самостоятельность, самокритичность; д) выдержка; е) отношение к общественной работе. На этой основе были разработаны 20 вопросов, каждый из которых в какой-то мере характеризует организаторские склонности учащихся.

Компьютерный вариант: ОПТАНТ-7

Анкетная часть методики "КОС-I" предлагает испытуемому вопросы, ответы на которые могут быть только положительными или отрицательными, то есть «да» или «нет». Ответы испытуемого строятся на основе самоанализа опыта своего поведения в той или иной ситуации.

Опросник включает 40 вопросов, 20 из которых направлены на изучение коммуникативных склонностей, а 20 характеризуют организаторские.

Вам нужно ответить на все вопросы бланка. Свободно выражайте свое мнение по каждому вопросу и отвечайте на них так: если Ваш ответ на вопрос положителен, то в соответствующей клетке «Листа ответов» поставьте знак «+», если же отрицательный – «-». Никаких дополнительных надписей и знаков делать не следует. Следите за тем, чтобы номера вопроса и номер клетки, куда Вы запишите свой ответ, совпадали. Заполняя «Лист ответов», имейте в виду, что вопросы коротки и не могут содержать всех необходимых подробностей. Представьте себе типичные ситуации и не задумывайтесь над деталями. Не следует затрачивать много времени на обдумывание, отвечайте быстро. Возможно, что на некоторые вопросы вам будет трудно ответить. Тогда постарайтесь дать тот ответ, который вы считаете предпочтительным. Когда Вы отвечаете на любой из этих вопросов, обращайтесь внимание на первые его слова. Ваш ответ должен быть точно согласован с этими словами. Отвечая на вопросы, не стремитесь произвести заведомо благоприятное впечатление своими ответами.

Ответы на вопросы испытуемый заносит в специальный «Лист ответов», в котором фиксируются также анкетные данные испытуемого в результате его работы.

Для количественной обработки данных консультант использует «Дешифраторы», в которых поставлены идеальные ответы, в которых поставлены идеальные ответы, в максимальной степени отражающие, коммуникативные и организаторские склонности.

С помощью дешифратора подсчитывается количество совпадающих с дешифратором ответов по каждому разделу методики. Оценочный коэффициент (К) коммуникативных или организаторских склонностей выражается отношением количества

совпадающих ответов по каждому разделу к максимально возможному числу совпадений (20).

$K=m/20$ или $K=0,05m$, где K -- величина оценочного коэффициента;

m – совпадающих с дешифратором ответов

Оценка результатов

Показатели, полученные по этой методике, могут варьировать от 0 до 1. Показатели, близкие к 1, свидетельствуют о высоком уровне проявления коммуникативных или организаторских склонностей, близкие же к 0 -- о низком уровне.

Оценочный коэффициент (K) – это первичная количественная характеристика материалов испытания. Для качественной стандартизации результатов испытания используются шкалы оценок, в которых тому или иному диапазону количественных показателей K соответствует определенная оценка Q .

Таблица 4

Шкала оценки коммуникативных склонностей

| К | | Уровень проявления коммуникативных склонностей |
|-------------|---|--|
| 0,10 – 0,45 | 1 | низкий |
| 0,45 – 0,55 | 2 | ниже среднего |
| 0,56 – 0,65 | 3 | средний |
| 0,66 – 0,75 | 4 | высокий |
| 0,75 – 1,0 | 5 | очень высокий |

Полученные результаты коротко можно охарактеризовать следующим образом :

Испытуемые, получившие оценку «1» ($Q=1$) характеризуются крайне низким уровнем проявления склонностей к коммуникативной и организаторской деятельности.

У испытуемых, получивших оценку «2» ($Q=2$), развитие коммуникативных и организаторских склонностей находится на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и в выступлении перед аудиторией, плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают свое мнение, тяжело переживают обиды. Проявление инициативы в общественной деятельности крайне занижено, во многих делах предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Для испытуемых, получивших оценку «3» ($Q=3$), характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Обладая в целом средними

показателями, они стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают свое мнение, планируют свою работу. Однако «потенциал» этих склонностей не отличается высокой устойчивостью. Эта группа испытуемых нуждается в дальнейшей серьезной и планомерной воспитательной работе с ними по формированию и развитию их коммуникативных и организаторских способностей.

Испытуемые, получившие оценку «4» (Q=4) отнесены к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким, друзьям, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных мероприятий, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Все это они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

И, наконец, та группа испытуемых, которая получила оценку «5» (Q=5), обладает очень высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они испытывают потребность в коммуникативной и организаторской деятельности и активно стремятся к ней. Для них характерны быстрая ориентация в трудных ситуациях, непринужденность поведения в новом коллективе. Испытуемые этой группы инициативны, предпочитают в важном деле или создавшейся сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают свое мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами. Они могут внести оживление в незнакомую компанию, любят организовывать различные игры, мероприятия, настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые бы удовлетворяли их потребность в коммуникативной и организаторской деятельности.

При интерпретации полученных данных следует помнить, что методика констатирует лишь наличный уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей в данный период развития личности. Если при обследовании учащегося обнаруживается не очень высокий или низкий уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей, то это вовсе не означает, что они останутся неизменными в процессе дальнейшего развития личности. При наличии положительной мотивации, целеустремленности и надлежащих условий деятельности данные склонности могут развиваться.

Вам нужно ответить на все вопросы этого бланка. Свободно выразите свои мысли по каждому вопросу и отвечайте на них так: если Ваш ответ на вопрос положителен, то поставьте против него знак "+", если же не согласны - знак "-". Имейте в виду, что вопросы короткие и не могут содержать всех необходимых подробностей. Представьте

себе типичные ситуации и не задумывайтесь над деталями. Не следует затрачивать много времени на обдумывание, отвечайте быстро. Возможно, что на некоторые вопросы Вам будет трудно ответить. Тогда постарайтесь дать тот ответ, который Вы считаете предпочтительным.

1. Много ли у Вас другой, с которыми Вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли Вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?
3. Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причиненное Вам кем-то из ваших товарищей?
4. Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у Вас стремление к установлению новых знакомств с различными людьми?
6. Нравится ли Вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за какими-либо другими занятиями, чем с людьми?
8. Если возникли какие-то помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от своих намерений?
9. Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту?
10. Любите ли Вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли для Вас включиться в новые для Вас компании?
12. Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли Вам удастся установить контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли Вы добиваться, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с Вашим мнением?
15. Трудно ли Вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязанностей, обязательств?
17. Стремитесь ли Вы при удобном случае побеседовать и познакомиться с новым человеком?
18. Часто ли в решении важных дел Вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли Вас окружающие люди и хочется ли Вам побыть одному?

20. Правда ли, что Вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для Вас обстановке?
21. Нравится ли Вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у Вас раздражение, если Вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли Вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы Ваших товарищей?
27. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых людей?
28. Верно ли, что Вы стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую для Вас компанию?
30. Принимали ли Вы участие в общественной работе в школе?
31. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно было не сразу принято Вашими товарищами?
33. Чувствуете ли Вы себя непринужденно, попав в малознакомую компанию?
34. Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у Вас много друзей?
38. Часто ли оказываетесь в центре внимания у своих товарищей?
39. Часто ли Вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
40. Правда ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Результаты исследования межличностных отношений старших подростков на этапе констатирующего эксперимента.

Таблица 5

Матрица социометрических положительных выборов (по методике "Социометрия" Дж. Морено) старших подростков

| № п/п | Ф.И. | Социометрический статус | Общий балл |
|-------|-------|-------------------------|------------|
| 1. | А. С. | Принятый | 0.23 |
| 2. | Б. А. | Пренебрегаемый | 0.08 |
| 3. | Б. И. | Предпочитаемый | 0.32 |
| 4. | Б. П. | Предпочитаемый | 0.27 |
| 5. | Б. Н. | Звезда | 0.37 |
| 6. | Б. С. | Пренебрегаемый | 0.07 |
| 7. | Г. Е. | Принятый | 0.21 |
| 8. | Д. К. | Принятый | 0.24 |
| 9. | З. П. | Отвергаемый | -0.18 |
| 10. | З. В. | Предпочитаемый | 0.27 |
| 11. | К. Е. | Принятый | 0.14 |
| 12. | К. Е. | Пренебрегаемый | 0.07 |
| 13. | Л.П. | Предпочитаемый | 0.28 |
| 14. | Л. Е. | Принятый | 0.14 |
| 15. | М.О. | Предпочитаемый | 0.24 |
| 16. | О.М. | Звезда | 0.39 |
| 17. | О.С. | Предпочитаемый | 0.31 |
| 18. | П. С. | Звезда | 0.34 |
| 19. | П. А. | Принятый | 0.11 |
| 20. | С. А. | Принятый | 0.16 |
| 21. | С. Г. | Принятый | 0.18 |
| 22. | Т. И. | Пренебрегаемый | 0.08 |
| 23. | У.Е. | Звезда | 0.36 |
| 24. | У. А. | Пренебрегаемый | 0.04 |
| 25. | Х. А. | Отвергаемый | -0.04 |

Итого:

Социометрический статус:

Звёзды - 16 % (4 человека).

Предпочитаемые – 24% (6 человек).

Принятые – 32% (8 человек).

Пренебрегаемые – 20% (5 человек).

Отвергаемые – 8% (2 человек).

Результаты исследования социально-психологического климата в коллективе старших подростков по полярным профилям Е.И. Рогова

| № п/п | Ф.И. | Балл (с) | Степень благоприятности или неблагоприятности климата |
|-------|-------|----------|---|
| 1. | А. С. | 23 | высокая степень благоприятности кл. |
| 2. | Б. А. | 8 | средняя степень благоприятности кл. |
| 3. | Б. И. | 28 | высокая степень благоприятности кл. |
| 4. | Б. П. | 27 | высокая степень благоприятности кл. |
| 5. | Б. Н. | 26 | высокая степень благоприятности кл. |
| 6. | Б. С. | 7 | низкая степень благоприятности кл. |
| 7. | Г. Е. | 12 | средняя степень благоприятности кл. |
| 8. | Д. К. | 24 | высокая степень благоприятности кл. |
| 9. | З. П. | -10 | средняя степень неблагоприятность кл. |
| 10. | З. В. | 27 | высокая степень благоприятности кл. |
| 11. | К. Е. | 14 | средняя степень благоприятности кл. |
| 12. | К.Е. | 7 | низкая степень благоприятности кл. |
| 13. | Л.П. | 28 | высокая степень благоприятности кл. |
| 14. | Л. Е. | 14 | средняя степень благоприятность кл. |
| 15. | М. О. | 29 | высокая степень благоприятность кл. |
| 16. | О.М. | 29 | высокая степень благоприятности кл. |
| 17. | О. С. | 21 | средняя степень благоприятности кл. |
| 18. | П. С. | 24 | высокая степень благоприятности кл. |
| 19. | П. А. | 11 | средняя степень благоприятности кл. |
| 20. | С. А. | 16 | средняя степень благоприятность кл. |
| 21. | С. Г. | 18 | средняя степень благоприятности кл. |
| 22. | Т. И. | 8 | средняя степень благоприятности кл. |
| 23. | У. Е. | 26 | высокая степень благоприятности кл. |
| 24. | У. А. | 4 | низкая степень благоприятности кл. |
| 25. | Х.А. | -4 | начальная степень неблагоприятность кл. |

Итого:

высокая степень благоприятности – 44% (11 человек)

средняя степень благоприятности – 36 % (9 человек)

низкая степень (незначительная) благоприятности – 12% (3 человека)

начальная неблагоприятность климата – 4 % (1 человек)

средняя неблагоприятность – 4 % (1 человек)

сильная неблагоприятность. – 0 % (0 человек)

Результаты исследования оценки коммуникативных и организаторских склонностей
КОС-1 (Авторы В. В. Синявский, Б. А. Федоришин)

| № п/п | Ф.И. | Балл | Уровень коммуникативных навыков |
|-------|-------|------|---------------------------------|
| 1. | А. С. | 3 | средний |
| 2. | Б.А. | 2 | ниже среднего |
| 3. | Б. И. | 4 | высокий |
| 4. | Б. П. | 4 | высокий |
| 5. | Б. Н. | 5 | очень высокий |
| 6. | Б. С. | 2 | ниже среднего |
| 7. | Г.Е. | 3 | средний |
| 8. | Д. К. | 3 | средний |
| 9. | З. П. | 1 | низкий |
| 10. | З. В. | 4 | высокий |
| 11. | К. Е. | 3 | средний |
| 12. | К.Е. | 2 | ниже среднего |
| 13. | Л. П. | 4 | высокий |
| 14. | Л.Е. | 3 | средний |
| 15. | М. О. | 4 | высокий |
| 16. | О. М. | 5 | очень высокий |
| 17. | О. С. | 4 | высокий |
| 18. | П. С. | 5 | очень высокий |
| 19. | П. А. | 3 | средний |
| 20. | С.А. | 3 | средний |
| 21. | С. Г. | 3 | средний |
| 22. | Т.И. | 3 | средний |
| 23. | У. Е. | 5 | очень высокий |
| 24. | У.А. | 2 | ниже среднего |
| 25. | Х. А. | 1 | низкий |

Итого:

Очень высокий – 16 % (4 человек)

Высокий – 24 % (6 человека)

Средний – 36 % (9 человек)

Ниже среднего – 16 % (4 человек)

Низкий – 8 % (2 человек)

Программа психолого-педагогической коррекции межличностных отношений в старшем подростковом возрасте.

Коррекционная программа рассчитана на 10 занятий, каждое из которых длится 60 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Каждое занятие необходимо начинать с приветствия и заканчивать подведением итогов.

Место проведения: специально оборудованное помещение для тренинга

Цель программы: психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений старших подростков.

Задачи программы:

1. Создание благоприятного психологического климата в коллективе старших подростков.

2. Развитие коммуникативных навыков общения в коллективе старших подростков.

3. Развитие эмпатии (чувства понимания и сопереживания к другим людям)

Методы, используемые в коррекционной работе:

1. Беседа - метод сбора первичных данных на основе вербальной коммуникации.

2. Групповая дискуссия - публичное обсуждение участниками определенных тем или позиций, рассмотрение их с разных точек зрения, а так же какого-либо спорного вопроса.

3. Арттерапия - прием свободного рисования, психодрама.

4. Ролевые игры - воспроизведение действий и отношений других людей или персонажей какой-либо истории, как реальной, так и выдуманной. Эти игры создают возможности для самовыражения подростков.

5. Игротерапия - это активность индивида, направленная на условное моделирование некоей развернутой деятельности.

6. Психогимнастика - использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе.

7. Работа в парах, тройках, микрогруппах с целью отработки определённых умений и навыков.

8. Анализ конкретных ситуаций предлагаемых в игровой форме и моделирующих то, что происходит в жизни подростков.

Программа занятий тренинга по коррекции межличностных отношений.

Занятие № 1. «Давайте познакомимся»

Цель: установление групповых правил. Знакомство. Установление контакта с участниками. Создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы.

Правила групповой работы. Время: 5 мин.

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

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

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

4. Право каждого члена группы сказать «стоп» - прекратить обсуждение его проблем. Если вы чувствуете, что еще не готовы быть искренними в обсуждении вопросов, касающихся лично вас, или понимаете, что-то или иное упражнение может нанести вам психологическую травму - воспользуйтесь этим принципом.

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

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

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

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

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

Сбор проблематики. Время: 13 мин. Для того чтобы получить первоначальное представление об ограничениях, затруднениях и проблемах, возможно обсуждение по трем основным направлениям:

- а) что не нравится и что нравится в жизни;
- б) что не нравится и что нравится дома;
- в) что не нравится и что нравится в институте, в школе.

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

Упражнение № 1. «Познакомимся».

Время: 5 мин.

Цель: создать дружелюбный и безопасный настрой, продемонстрировать открытый стиль общения.

Оборудование: мягкая игрушка или мяч.

Процедура проведения: Группа разбивается на пары. Каждый участник рассказывает своему соседу о себе, слушатель должен не перебивая рассказчика следить за его рассказом. Группа собирается вместе. Каждый участник коротко пересказывает то, что ему поведал о себе напарник, не пропустив ни одной детали.

Упражнение № 2 «Комплименты».

Время: 8 мин.

Цель: осуществлять эмоциональный разогрев.

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

Процедура проведения: Вызывается первый желающий, он выходит за дверь комнаты. Ведущий записывает все комплименты, которые высказывают игроки в адрес основного участника, помечая, кто сказал конкретный комплимент. Группу ведущий предупреждает о том, что все комплименты должны быть только искренними, т.е. те свойства характера и качества личности которые действительно присущи основному участнику. Основной участник возвращается в комнату, и ведущий зачитывает весь список. Затем ведущий останавливается на каждом комплименте отдельно, а задача игрока угадать, кто из группы сказал комплимент. Игрок может назвать 3-х человек. Если угадал, то ему приплюсовывается балл за проницательность. Игра проводится как конкурс на самого проницательного.

Обсуждение.

Упражнение № 3 «Позитивное представление».

Цель: демонстрация и овладение навыками открытого общения, навыки разговора о чувствах.

Время: 12 мин.

Процедура проведения: Разделиться на пары. В течение 5 минут каждый участник имеет возможность рассказать своему партнеру событие положительное, которое с ним произошло. Через пять минут пары меняются.

Обмениваемся информацией об участниках группы.

Упражнение № 4 «Изображение своего настроения».

Цель: умение передать своё настроение.

Время: 15 мин.

Процедура проведения: Ведущий предлагает старшим подросткам выбрать по желанию цвет краски, нарисовать цветные пятна, линии. Нарисовать своё настроение в данный момент, поделиться впечатлением, дать обратную связь. Использование черных и фиолетовых цветов говорит о депрессивном настроении, большом количестве страхов.

Упражнение № 5. Общий рисунок.

Цель: общая деятельность. Выявление лидеров в группе.

Время: 10 мин.

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

Упражнение № 6. Завершение.

Цель: Демонстрация и овладение навыками открытого общения, навыки разговора о чувствах.

Время: 10 минут.

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

Общая продолжительность занятия «Знакомство» - 90 мин.

Занятие № 2. «Каков я на самом деле?»

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

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

Входная рефлексия:

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

Упражнения № 1. «Счёт до десяти»

Время: 10 мин.

Цель: осуществлять эмоциональный разогрев.

Процедура проведения: все становятся в круг, не касаясь друг друга плечами и локтями. По сигналу «начали» следует закрыть глаза, опустив свои носы вниз и сосчитать до десяти. Хитрость состоит в том, что считать надо по очереди. Кто-то скажет «один», другой – «два», третий – «три» и т.д. Однако в игре есть одно правило: цифру должен произнести только один человек. Если два голоса одновременно скажут, например, «четыре», счёт начинается сначала. «Всё ясно? Начали? У вас есть десять попыток. Если

вы доведёте счёт до десяти и не собьётесь, считайте себя волшебниками, а свою группу – необыкновенно согласованной. После каждой неудавшейся попытки, вы можете открыть глаза и посмотреть друг на друга, но без переговоров. Попробуйте понять друг друга, но без переговоров».

Упражнения № 2. «Каков я человек?»

Время: 30 мин.

Цель: предоставление возможности исследования своего характера, способности к самопознанию. Оборудование: листы бумаги и ручки.

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

Упражнения № 3. «Мой портрет в лучах солнца»

Время: 15 мин.

Цель: актуализация знаний о себе.

Оборудование: листы бумаги и ручки.

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

Упражнения № 4. «Ловим комаров»

Время: 10 мин.

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

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

Общая продолжительность занятия «Каков я на самом деле» - 90 мин.

Занятие № 3. «Калейдоскоп чувств»

Цель: снятие физического и эмоционального напряжения, активизация участников, заряд положительными эмоциями.

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

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

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

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

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

Упражнение № 2. «Впечатление».

Время: 15 мин.

Цель: развитие умения доброжелательного и тактичного общения со сверстниками.

Процедура проведения Участники разбиваются на пары, садятся друг напротив друга. Один из участников рассказывает другому, какое хорошее впечатление тот на его произвел. Говорить стоит тепло и искренне. Через 5 минут пары меняются.

Упражнение № 3. «Поменяемся местами».

Время: 20 мин.

Цель: создание ситуации комфорта в группе, направлено на двигательную активность.

Процедура проведения: игра проводится в кругу. Один стул убирается. Ведущий, находящийся в центре круга, произносит:

« Поменяются местами те, кто...» Участникам надо быстро встать и поменяться местами. Тот, кто не успел, занимает место ведущего.

Упражнение №4. Дыхательная гимнастика.

Время: 15 мин.

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

Процедура проведения: участникам предлагается выполнить следующие дыхательные упражнения (можно выполнять в любой позе: сидя, стоя, лежа): На счет 1-2-3-4-5- делаем вдох; На счет 1-2-3-4-5-6-7- глубокий выдох. Повторите 3-5 раз. На счет 1-2-3-4-5-6-7- делаем вдох; На счет 1-2-3-4-5-6-7-8-9- глубокий выдох. Повторите 3-5 раз. На счет 1-2-3-4-5-6-7-8-9- делаем вдох; На счет 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11- глубокий выдох. Повторите 3-5 раз.

Упражнение № 5. «Моечная машина».

Время: 5 минут.

Цель: сплочение группы; формирование чувства доверия; снятие психического напряжения.

Процедура проведения: Все участники становятся в две шеренги лицом друг к другу. Первый человек становится «машиной», последний – «сушилкой». «Машина» проходит между шеренгами, все ее моют, поглаживают, бережно и аккуратно потирают. «Сушилка» должна его высушить – обнять. Прошедший «мойку» становится «сушилкой», с начала шеренги идет следующая «машина». - Присаживайтесь, пожалуйста. А сейчас я предлагаю вам немного пофантазировать и свершить небольшое путешествие. Удобно расположитесь на своих местах, примите комфортную для вас позу...

Выходная рефлексия:

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

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

Общая продолжительность занятия «Калейдоскоп чувств» - 90 мин.

Занятие № 4. «Климат».

Цель: Развитие самопознания, рефлексии в группе, формирование положительного эмоционального климата.

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

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

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

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

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

Упражнение № 2. «Кто Я?».

Время: 20 мин.

Цель: способствовать сближению группы, самоанализ.

Процедура проведения: Участникам предлагается задуматься над вопросом «Кто я?», потом написать на листочке цифры от 1 до 10, напротив каждой цифры нужно написать свои характеристики, черты, интересы. Затем каждый сдаёт свой листочек ведущему, листочки перемешиваются в мешочке и каждый выбирает себе тот листок, который он достал из мешочка. Характеристики зачитываются вслух и участники должны отгадать кому принадлежат эти черты.

Упражнение № 3. «Передай движение по кругу».

Время: 15 мин.

Цель: развитие невербального взаимопонимания в группе.

Процедура проведения: Одному из участников предлагается придумать любое движение и передать его другому человеку с помощью жестов и мимики и так по кругу.

Вопросы для обсуждения:

1. Легко ли вам было выполнять упражнение?
2. Трудно было отгадать движение, которое вам показывали?
3. Считаете ли вы, что вас пытались запутать специально?
4. Думаете ли вы, что кто-то неправильно показывал задуманное движение?
5. Часто ли вам в жизни приходится общаться невербально?

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

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

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

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

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

Общая продолжительность занятия «Климат» - 80 мин.

Занятие № 5. «Проверка на прочность»

Цель: достичь хороших межличностных отношений (специфики формальных и неформальных организационных связей в коллективе и соотношение между ними),

демократического уровня в коллективе, оптимального уровня психологической совместимости коллектива.

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

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

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

Цель: осуществлять эмоциональный разогрев.

Оборудование: мяч.

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

Упражнения № 2. «Я в тебе уверен».

Время: 15 мин.

Цель: сближение членов группы, на повышение степени их взаимного доверия.

Процедура проведения: Объединитесь в пары. Сядьте друг против друга. Посидите некоторое время молча, просто глядя в глаза. Это трудно, не совсем привычно, но вы ведь уже знакомы. Теперь по очереди высказывайтесь, каждый раз начиная фразу следующими словами: «Я уверен, что ты...». Например: «Я уверен, что ты сможешь мне, если мне будет нужно», «Я уверен, что ты никогда не скажешь обо мне плохо». Еще раз подчеркну, что вы говорите по одной фразе, передавая слово друг другу.

Упражнения № 3. «Клубок».

Время: 15 мин.

Цель: сплочение коллектива

Оборудование: клубок ниток.

Процедура проведения: ведущий перекидывает одному из участников клубок ниток, оставляя себе конец клубка, и говорит, что он любит, о чём мечтает и что он желает тому участнику, которому передал клубок. Другой участник ловит клубок, наматывает нитку на палец и продолжает игру дальше. Когда все участники проделают это упражнение, всех членов группы связывают нити клубка. Спросить участников, что на их взгляд, напоминает эта связывающая нить, какие ассоциации вызывает. Затем предложить участникам закрыть глаза и удерживая свой конец нити, думать о том, что эта группа – единое целое, и каждый в группе ценен и важен. Вторая часть проводится под медитативную музыку. Можно участникам предложить представить группу в виде Образа кокона или Образ купола, который накрывает группу. *Рефлексия*: сравните своё состояние до начала занятия и после, что изменилось, что вы чувствуете?

Упражнения № 4. «Театр: пьеса, которая устроит всех».

Время: 15 мин.

Цель: сплочение группы, тренировка навыков совместной деятельности команды.

Процедура проведения: Разделите людей на 4 группы минимум по 4 человека. Одна группа – сценаристы, вторая – режиссеры, третья актеры и четвертая – критики. Задача для всей команды: написать и поставить пьесу, которая устроит всех. Причем пьеса должна устраивать и по жанру, и по названию, и по содержанию и по всему остальному. Сценаристы пишут первый акт, затем его критикуют критики, вносят свои поправки, дальше текст отдается режиссерам, и они начинают постановку вместе с актерами. В это время уже пишется второй акт, а потом третий. И вот когда все готово, все рассаживаются в «зале», и актеры начинают играть (см. видео 1). Бурные овации, море эмоций. Вот теперь посадите людей и спросите каждого, устроила ли его пьеса? Что можно было бы сделать лучше? В этот момент участники могут поделиться позитивными и негативными

впечатлениями от совместной работы и об отдельных личностях. И, если пьеса устроила всех или почти всех, значит, командообразующий эффект налицо!

Упражнения № 5. «Уменьшающаяся газета».

Время: 5 мин.

Цель: сплочение группы; формирование чувства доверия; тренировка навыков совместной деятельности команды.

Оборудование: листы бумаги, газеты.

Процедура проведения: участники делятся на мини-группы размером от 3 до 6 человек. Каждой команде выдается газетный лист. Тренер озвучивает следующую инструкцию: «Вам нужно всей командой встать на газетный лист и скандировать «Мы – одна команда!»» После того как это будет сделано, тренер складывает газету пополам и повторяет задание. После того как это будет сделано, тренер еще раз складывает газету пополам и снова повторяет задание. Задача группы – разместиться на наименьшем возможном кусочке бумаги на время, достаточное для того, чтобы крикнуть всем вместе «Мы – одна команда!»

Упражнения № 6. «Мой портрет глазами группы».

Время: 15 мин.

Цель: развитие умений устанавливать обратную связь в необычной форме.

Обратная связь обеспечивается разными способами. Всё зависит от изобретательности ведущего и особенностей группы. Участники могут предпочитать вербальные и невербальные средства взаимодействия. Цель игры «Мой портрет глазами группы» - развитие умений устанавливать обратную связь в необычной форме.

Ведущий обращается к участникам группы с вопросом: «Есть ли среди вас желающие получить свой психологический портрет? И не просто словесный портрет с перечислением достоинств и недостатков, а совершенно реальное изображение на бумаге вашего облика?».

Желающие обычно находятся. Определившись с натурщиком, которому предлагается занять «горячий стул», ведущий продолжает: «Все остальные участники группы становятся художниками. У каждого из вас лист бумаги и пачка фломастеров. Каждый - хотя бы в детстве пробовал изображать людей. У кого-то это получалось удачно, у кого-то - не очень». В этот момент, как правило, кто-нибудь обязательно высказывается по поводу своего абсолютного неумения рисовать и нежелания обижать натурщика его уродливым портретом.

«Что же! Мы не станем даже пытаться создать портрет нашего натурщика в духе реалистической традиции. Не стоит стремиться к внешнему сходству. Наоборот: откажемся от попыток правильно нарисовать глаза, нос, рот, верно передать цвет одежды и нюансы причёски. Зачем? Для выполнения этой задачи гораздо проще использовать фотоаппарат. Мы поставим перед собой более сложную и интересную задачу: каждый из нас должен создать психологический портрет человека, сидящего перед нами. Для этого можно применять изобразительные средства, предоставленные в наше распоряжение художниками-модернистами. Пусть ваши рисунки будут иметь метафорический смысл и тонкий подтекст. Может быть, понимаемый вами внутренний мир человека, чей портрет вы изображаете, породит в вашей душе цепочку ассоциаций или создаст конкретный образ, отражающий нечто важное в нём. Может быть, вы воспринимаете его психологический облик в виде какого-то реального предмета, а может, это какой-то узор, абстрактный орнамент или набор цветочных пятен.

Ограничений для вас нет никаких, будьте свободны в выборе способов изображения его внутреннего облика. Помните, что до конца упражнения разговаривать запрещено.

Сделав паузу, ведущий продолжает свой монолог спокойным, чуть замедленным голосом, создавая необходимый настрой, медитативное творческое состояние участников: «А теперь посмотрите внимательно на человека, сидящего перед вами, проникните сквозь

внешнюю оболочку, за которой скрывается чуткая и нежная субстанция - человеческая душа. Какова она у этого человека? В чём её отличие от других? Каковы её особенности, делающие этого человека уникальным созданием во Вселенной? Разглядите образ этой души. Услышьте звучание музыки этой души. Почувствуйте форму и поверхность, ощутите её материал. Поймите её сущность. И перенесите своё понимание на бумагу. Творите!»

Рисование продолжается в течение десяти-пятнадцати минут. Ведущий предупреждает о необходимости завершить работу за минуту до конца, отведённого времени. После этого рисунки располагаются на стульях участников, а все «художники» рассматривают «портреты», переходя от одного к другому. Натурщик тоже получает возможность увидеть изображения своего внутреннего облика.

Этим завершается основная часть упражнения и происходит переход к групповой рефлексии и обсуждению чувств, вызванных процессом создания «портретов». Организовать обсуждение можно разными способами, например, так: натурщик берёт в руки каждый из рисунков и говорит о чувствах, которые тот в нём вызывает, интерпретирует изображение и выражает своё согласие или несогласие с «портретом». «Художник» - автор поясняет, верно ли понято изображение и что именно он хотел передать в рисунке. Можно поступить иначе: «художники» с «портретами» в руках по очереди рефлексуют по поводу своего творчества и дают комментарии к рисункам. Натурщик слушает и изредка задаёт вопросы. После рефлексии каждый «художник» преподносит «портрет» в дар лицу, на нём изображённому. Возможна ситуация, когда обсуждение ограничивается лишь рефлексией чувств и никаких комментариев к рисункам не делается.

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

Общая продолжительность занятия «Проверка на прочность» - 80 мин.

Занятие № 6. «Эмпатия и толерантность».

Цель: создать условия для личностного роста участников тренинга, развития и совершенствования способности человека понимать собственный эмоциональный мир. способности к сочувствию и сопереживанию окружающим.

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

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

Упражнение № 1 «Колпак на колпаке».

Время: 10 мин.

Цель: Цель: разрядка, смех, ощущение цельности группы.

Процедура проведения: склейте один большой колпак и несколько маленьких – желательно разноцветных. Маленькие колпаки подвешивают на крепкой нитке. Играющие по очереди надевают большой колпак и завязывают глаза. Надо три раза повернуться вокруг своей оси, присесть и, выпрямившись, попасть большим колпаком в маленький.

Упражнение № 2. «Цвет моего состояния».

Время: 20 мин.

Цель: *развитие способности осознавать и вербализовать свое состояние, находить слова для его обозначения.*

Процедура проведения: «Я предлагаю начать сегодняшний день с того, что каждый из нас, подумав некоторое время, скажет, какого он (или она) сейчас цвета. При этом речь идет не о цвете вашей одежды, а об отражении в цвете вашего состояния. (Дается

некоторое время на обдумывание задания, после чего каждый из участников говорит всем, какого он сейчас цвета.)

Теперь расскажите, пожалуйста, о том, как изменялось ваше состояние, настроение в течение утренних часов с момента, как вы проснулись, и до того, как вы пришли сюда, — и с чем были связаны эти изменения. В заключение своего рассказа охарактеризуйте то состояние, в котором вы находитесь сейчас и поясните, почему вы выбрали для его обозначения именно тот цвет, который вы назвали».

Упражнение № 3. «Говорящие жесты».

Время: 20 мин.

Цель: понимание состояния партнера через его жесты.

Процедура проведения: Участники стоят напротив друг друга.

Инструкция: «Пусть каждый из нас по очереди сделает движение, отражающее его внутреннее состояние, и мы будем повторять это движение 3-4 раза, стараясь вчувствоваться в состояние человека, понять это состояние». После завершения упражнения можно задать вопрос «Каково, по вашему мнению, состояние каждого из нас?». После того как относительно состояния участника будет высказано несколько гипотез, следует обратиться к нему за объяснением его действительного состояния.

Упражнение № 4. «Я и другие».

Время: 15 мин.

Материалы: мяч.

Цель: коррекция и развития доверия другому.

Процедура проведения:

Ведущий предлагает каждому участнику бросить мяч другому, отвечая на вопросы:

1. что хорошего он знает об этом участнике?
2. что общего у него с этим участником?
3. в каких случаях он может положиться на этого участника?

Упражнение № 5. «Молчащее и говорящее зеркало».

Время: 15 минут.

Цель: Развитие самосознания участников группы посредством обратной связи.

Процедура проведения: Ведущий предлагает выйти в круг добровольцу, который будет «смотреть в зеркало».

– Твоя задача только по отражению в «зеркале», точнее в двух «зеркала», определить, кто из членов группы подошел к тебе сзади. Эти два «зеркала», разумеется, будут живыми. Одно будет молчащим: оно сможет объяснять тебе, кто находится за твоей спиной, только с помощью мимики и жестов. Второе «зеркало» – говорящее. Оно будет объяснять, что это за человек, конечно, не называя его имени. Выбери из группы тех двоих, кто станет молчащим и говорящим «зеркалом».

После того, как игрок сделал выбор, ведущий дает «зеркалам» более подробную инструкцию:

– «Зеркала» встают рядом у стены. Основной игрок перед ними. Все остальные участники группы располагаются за его спиной и по одному бесшумно подходят к нему сзади. Отражение «зеркалами» происходит по очереди. Сначала работает молчащее «зеркало». Если основной игрок не может угадать человека за спиной, то вступает «говорящее зеркало» и произносит одну – только одну! – фразу. Если игрок опять не угадывает, то снова – можно по-другому – отражает молчащее «зеркало» и так далее. Задача игрока – угадать человека за спиной как можно быстрее.

Для «зеркал» есть определенные условия. Молчащее «зеркало» фактически не ограничивается в способах «отражения» человека за спиной основного игрока. Но не стоит акцентироваться только на изображении чисто внешних особенностей людей и тем более подчеркивать какие-то физические характеристики.

Такое предупреждение необходимо делать в тех случаях, когда упражнение применяется на начальных этапах работы – особенно в подростковой или юношеской

группе. Тинэйджеры зачастую не щадят друг друга и утрированно указывают на физические недостатки других, что может привести к болезненным реакциям ч неконструктивным конфликтам. Впрочем, следует оговориться, что ведущий может осознанно пойти на это с целью спровоцировать обсуждение подростками своем физического Я. Но это иная песня, и смысл упражнения тоже изменится.

– На говорящее же «зеркало» накладывается ряд четких ограничений. Во-первых, естественно, запрещено называть имя человека за спиной основного игрока. Во-вторых, описывая этого человека, нельзя ссылаться на воспоминания о событиях с участием этого человека вне группы. В-третьих, следует избегать простых описаний внешности. Это разрешается только в третьей фразе. Начинаем!

Через несколько минут ведущий предлагает сменить основного игрока, а тот получает право поменять и «зеркала». Раскусившие смысл игры участники часто даже конкурируют за право стать основным игроком и проверить свою способность понимать сообщения «зеркал». Трех-четырёх циклов игры бывает достаточно, чтобы не потерять темп занятия. Обязательно следует отрефлексировать прошедшую игру. Можно обсудить такие вопросы:

- Кому из игроков потребовалось меньше всего зеркальных «отражений», чтобы определить, кто находится за его спиной?
- В чем секрет такой прозорливости?
- Кто из участников группы оказался самым талантливым «зеркалом»? Что ему в этом помогло?
- Кто из участников удивлен тем, как был отражен «зеркалами»?
- Что вы почувствовали, когда увидели свое «отражение»?

Выходная рефлексия: Время: 10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - какой опыт вы сегодня приобрели? - как вы думаете для чего мы проигрываем жизненные ситуации? Ритуал прощания: участникам предлагается при помощи фразы: «Спасибо тебе за то, что...» обратиться к участнику сидящему, слева от него. Тот - следующему и так по часовой стрелке до завершения круга. Затем все хором – «До свидания!».

Общая продолжительность занятия «Эмпатия и толератность» - 80 мин.

Занятие № 7. «Поделись со мной»

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

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

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

Упражнение № 1. «Атом». Время: 5 мин.

Цель: эмоциональный разогрев;

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

Упражнение № 2. «Я тебя понимаю»

Время: 15 мин.

Цель: формирование умения давать обратную связь;

- выработка навыков прочтения состояния другого по невербальным проявлениям.

Процедура проведения: Каждый член группы выбирает себе партнера и затем в течение 3-4 мин. в устной форме описывает его состояние, настроение, чувства, желания в данный момент. Тот, чье состояние описывает партнер, должен или подтвердить

правильность предположений, или опровергнуть их. Работа может происходить как в парах, так и в общем круге.

Упражнение № 3. «Позитивный язык».

Время: 20 мин.

Цель: развитие умения находить общее для всех и отличительное.

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

Упражнение № 4. «Карусель».

Время: 20 мин.

Цель: формирование навыков быстрого реагирования при вступлении в контакты; - развитие эмпатии и рефлексии в процессе обучения.

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

Упражнение № 5. ««Поделись со мной»».

Время: 20 мин.

Цель: эмпатийная диагностика личностных качеств; расширение репертуара способов взаимопонимания.

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

Выходная рефлексия: Время: 10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - чего вы узнали нового о своих товарищах? - с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии? Ритуал прощания: Участники встают в круг. По команде психолога «начали», участники подходят друг к другу, пожимая руку, говорят - «До свидания!».

Общая продолжительность занятия «Эмпатия и толерантность»-80 минут.

Занятие № 8. «Какой я в общении».

Цель: развить коммуникативные навыки в группе.

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

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

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

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

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

Упражнение № 2. «Завтрак с героем».

Время:30 мин.

Цель: отработать навыки убеждения и умение найти аргументы в пользу своей позиции.

Материалы: ручки, листы бумаги.

Процедура проведения: Группе предлагается представить, что у каждого из присутствующих есть возможность позавтракать с любимым человеком. Это может быть знаменитость настоящего, или историческая фигура прошлого, или обыкновенный человек, который произвел на вас впечатление в какой-то момент жизни. Каждый должен решить для себя, с кем он хотел бы встретиться, и почему. Нужно записать имя своего героя на листе бумаги и поделиться на пары, затем надо решить с кем из героев вы будете встречаться. Потом пары объединяются в четвёрки и проделывают тоже самое, затем объединяется вся группа и выбирает одного героя.

Вопросы для обсуждения:

1. Почему остался именно этот герой?
2. Легко было уступать и почему вы уступали?
3. Какие чувства вы испытывали, когда с вами не соглашались?
4. Что вы испытывали, когда с вами соглашались?
5. Часто ли вы в жизни сталкиваетесь с ситуацией выбора?

Упражнение № 3. «Леопольд».

Время проведения: 25 мин.

Цель: развить умение находить подход к людям.

Процедура проведения: Из группы выбирается одна «мышь», все остальные становятся «котами».Каждый «кот» получает бумажку со своим именем, одного из них зовут Леопольдом, а всех остальных – прочими кошачьими именами, например, Василием, Муркой и т.д. При этом Леопольдом может стать участник любого пола, и тренер подчеркивает это группе. Тренер напоминает группе сюжет мультфильма про Леопольда. В этом мультфильме дружелюбный и безобидный кот Леопольд пытается подружиться с мышами, которые постоянно устраивают ему постоянные пакости. В данном упражнении котам тоже нужно будет убедить мышью, что они безобидны и с ними можно иметь дело. Фокус состоит в том, что из всех котов только одного зовут Леопольд и именно он хочет подружиться с мышью. Все остальные коты – опасные хищники, которые только притворяются дружелюбными. Задача каждого кота – убедить мышью, что именно он – безобидный Леопольд. Задача мыши – определить настоящего Леопольда. Котам дается 5 минут на подготовку, после чего они выступают, объясняя «мышью», почему они безобидны. «Мышь» оценивает выступления и говорит, кому из котов она поверил.

Вопросы для обсуждения:

1. Почему мы доверяем одному человеку, но не доверяем другому?
2. Легко ли вам было находиться в роли кота или мыши?
3. Доверяете ли вы людям в жизни?
4. Доверяют ли вам люди?
5. Считаете ли вы, что общение играет важную роль во взаимоотношениях между людьми?

Упражнение № 3. «Семь богатырей».

Время: 20 мин.

Цель: отработка навыков убеждения, умение найти аргументы в пользу своей позиции, презентационные навыки.

Процедура проведения: Одна участница будет играть роль царевны. Кто хочет? Остальные поделитесь на команды по 3-4 участника.

Давайте, для того чтобы потренировать умение убеждать, вспомним и разыграем сказку А.С. Пушкина о мертвой царевне и семи богатырях. В частности, тот эпизод, где семь богатырей, у которых жила царевна, уговаривают ее выйти за одного из них замуж и остаться с ними навсегда. В нашей сказке будет то же самое, но богатыри, прошедшие ряд тренингов и владеющие даром убеждения, смогут лучше, чем сказочные, убедить царевну отказаться от королевича Елисея и остаться в их доме. Каждая мини-группа должна будет подготовить самые заманчивые предложения для того, чтобы уговорить царевну остаться у них, показать ей все преимущества такого конца сказки.

Вам дается 5 минут на подготовку, после чего один посланник от каждой группы выступает, обращаясь к царевне со своими аргументами.

Рефлексия (10 минут)

После выступлений царевна говорит о том, захотелось ли ей остаться у богатырей, какие плюсы и минусы увидела она в выступлениях каждого.

Какие эмоции вы испытывали, выполняя это упражнение?

Выходная рефлексия: Время: 10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии? Ритуал прощания: Участники встают в круг. По команде психолога «начали», участники подходят друг к другу, похлопывая двумя руками по плечам говорят – «До свидания!».

Занятие № 9. «Мой стиль общения».

Цель: закрепить активный стиль общения, способствовать самоанализу участников, раскрыть качества, важные для эффективного межличностного общения, проведение игровых процедур, помогающих формированию коммуникативных навыков.

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

Ритуал приветствия:

Упражнение 1. «Ладонка».

Цель: опыт получения и выражения позитивной обратной связи. Возможность выражения положительных эмоций по отношению друг к другу.

Время: 10 минут.

Содержание: каждый обводит на листе бумаги контур ладони. В центре пишет свое имя, в каждом пальце что-то, что нравится в себе самом. Затем лист передают соседу справа, он в течение 30 секунд пишет на листе (снаружи ладони), что-то, что нравится в человеке, хозяине ладони. Так через весь круг. Хозяину лист возвращается в перевернутом виде. Позитивная обратная связь, возможность выражения позитивных эмоций.

Упражнение № 2. «Передать одним словом».

Время: 15 мин.

Цель: подчеркнуть важность интонаций в процессе общения.

Процедура проведения: Я раздам вам карточки, на которых написаны названия эмоций, а вы, не показывая их другим участникам, скажете слово «Здравствуйте» с

интонацией, соответствующей эмоции, написанной на вашей карточке. Остальные отгадывают, какую эмоцию пытался изобразить участник. Теперь я перемешиваю карточки и еще раз вам раздам их.

Та же задача только теперь читаем короткий стишок «уронили мишку на пол».

Список эмоций.

- Радость.
- Удивление.
- Сожаление.
- Разочарование.
- Подозрительность.
- Грусть.
- Веселье.
- Холодное равнодушие.
- Спокойствие.
- Заинтересованность.
- Уверенность.
- Желание помочь.
- Усталость.
- Волнение.
- Энтузиазм.

Рефлексия: (5 минут)

Насколько легко удавалось угадать эмоцию по интонациям?

В реальной жизни, насколько часто в телефонном разговоре вы по интонации с первых слов понимаете, в каком настроении находится ваш собеседник?

Помимо общения словами, есть не вербальное общение.

Невербальное общение – это все сигналы, символы, жесты, манеры, тембр, мимика то есть неречевая форма общения, взаимопонимания.

Упражнение № 3. «Три закона общения».

Время: 15 мин.

Цель: развить навыки невербального общения, групповой дискуссии, логического мышления.

Процедура проведения: Группа делится на 2 равные части (земляне и инопланетяне). Земляне выходят за пределы аудитории. Даю оставшимся инопланетянам инструкцию: «На вашу планету прилетел корабль Землян. Их задача любым способом выяснить те правила, по которым вы общаетесь с гостями планеты.

Эти правила таковы:

Землянам мужского пола могут отвечать только особи женского пола вашей планеты, и на все вопросы только «да»

Землянам женского пола на все их вопросы отвечают только инопланетяне мужского пола, и всегда «нет»

Контакты между особями одного пола с разных планет невозможны (отказ демонстрируется невербально, без слов, но выразительно).

Заходят Земляни. Для Землян инструкция: «Вы прилетаете на планету инопланетян, на которой действуют 3 закона общения. Вы можете, каким угодно способом вступать в контакт с Инопланетянами. Ваша задача – понять эти 3 закона. У вас есть для этого максимум 15 минут, но вы можете остановить игру, если будете готовы дать ответ раньше».

Рефлексия: (10 минут)

- Как вы себя чувствуете?
- Что сейчас происходило?

Вопросы к «землянам»:

- Что помогло группе прийти к решению?

- Что бы вы сделали по другому, если бы вам пришлось снова выполнять подобное упражнение?

- Вопрос ко всем, какие выводы можно сделать из этой работы?

Упражнение № 4. «Моя проблема в общении».

Время: 15 мин.

Цель: Преодоление коммуникативных барьеров.

Процедура проведения:

Вы пишете на отдельных листах бумаги в краткой, лаконичной форме ответ на вопрос: «В чем заключается твоя основная проблема в общении?» Листки не подписываются. Листки сворачиваются и складываются в общую кучу. Затем каждый участник произвольно берет любой листок, читает его и пытается найти прием, с помощью которого он смог бы выйти из данной проблемы. Группа слушает его предложение и оценивает, правильно ли понята соответствующая проблема и действительно ли предлагаемый прием способствует ее разрешению.

Рефлексия: (5 минут)

- Что вы чувствовали, выполняя упражнение?

Выходная рефлексия: Время: 10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - чему научились в процессе тренинговой работы? - что нового узнали для себя? - есть ли к участникам тренинговой группы и ведущему какие-нибудь предложения и пожелания? Ритуал прощания: Участники встают в круг, берутся за руки и говорят все вместе - «Жаль расставаться. Мне приятно было работать с вами. Всего хорошего. До свидания!».

Занятие № 10. «Завершение»

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

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

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

Упражнение № 1. «Благодарен тому, что...».

Время: 15 мин.

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

Оборудование: листы бумаги и ручки.

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

опыт в дальнейшем. Чтобы иметь возможность по-настоящему сосредоточиться на выполнении задания, найдите место, где вам никто не будет мешать. У вас есть 30 мин. Теперь мне бы хотелось, чтобы каждый по кругу рассказал о том, что его в данный момент волнует... А сейчас я попрошу тех, кто чувствует себя готовым к этому, прочитать нам свои письма... Чем серьезнее отнесутся участники к поставленной задаче, тем более сильнее чувства они будут испытывать. Вопросы для обсуждения: - кому я писал письмо? - что было для меня наиболее значимым? - как отнёсся бы к письму адресат, если бы он действительно мог прочесть его? - отправлю ли я это письмо?»

Упражнение № 2. «Я реальный, я идеальный, я глазами других».

Время: 15 мин.

Цель: закрепление представлений участников об уникальности своей личности.

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

Упражнение № 3. «Машина времени».

Время: 15 мин.

Цель: выработка новых способов решения жизненных проблем. Процедура проведения: ведущий предлагает участникам поговорить об их жизни и пофантазировать о том, что можно было бы сделать иначе. Просит участников представить, что они перенесли в какое-то время своей жизни, которое им хотелось бы изменить. Группе предлагается зарисовать это событие так, как оно могло бы произойти. Участники включаются в действие, которое им следовало бы сделать, чтобы добиться другого развития событий. Обсуждение: сначала каждый рассказывает о реальном событии из его прошлого. Затем, они рассказывают, каким образом, они изменили это прошлое. Эмпатия вызывается путём стимулирования понимания участниками мотивов, по которым каждый участник предпочёл бы какое-то событие или опыт. Участники побуждаются к тому, чтобы посоветовать друг другу пути изменения прошлого.

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

Цель: выработка альтернативных способов выхода из проблемной ситуации. Процедура проведения: участникам сначала предлагается ответить на ряд вопросов, поставленных психологом. «Знаете ли вы какую-нибудь историю про счастливое животное? Знаете ли вы какого-нибудь человека, который практически всегда счастлив? Когда вы сами счастливы, что вы испытываете?» Затем просит: «Я хочу чтобы, вы нарисовали картину, которая покажет, что бывает, когда вы счастливы. Используйте краски и линии, формы и образы, которые выразят ваше понимание счастья. А теперь давайте обсудим, что делает вас счастливыми. Диктуйте, я буду записывать». Запишите слова на доске и дайте участникам продолжить эту запись. Анализ упражнения: Почему мы не можем всё время чувствовать себя счастливыми? Что ты делаешь, чтобы после какой-нибудь неприятности снова стать радостным? Что делает вас чаще всего счастливыми?

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

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

Выходная рефлексия: Время: 10 мин. - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - чему научились в

процессе тренинговой работы? - что нового узнали для себя? - есть ли к участникам тренинговой группы и ведущему какие-нибудь предложения и пожелания? Ритуал прощания: Участники встают в круг, берутся за руки и говорят все вместе - «Жаль расставаться. Мне приятно было работать с вами. Всего хорошего. До свидания!».

Результаты исследования исследования межличностных отношений старших подростков на этапе на этапе формирующего эксперимента.

Таблица 8

Матрица социометрических положительных выборов (по методике "Социометрия" Дж. Морено) старших подростков.

| № п/п | Ф.И. | Социометрический статус | Общий балл |
|-------|-------|-------------------------|------------|
| 1. | А. С. | Предпочитаемый | 0.28 |
| 2. | Б. А. | Принятый | 0.17 |
| 3. | Б. И. | Предпочитаемый | 0.31 |
| 4. | Б. П. | Предпочитаемый | 0.28 |
| 5. | Б. Н. | Предпочитаемый | 0.28 |
| 6. | Б. С. | Принятый | 0.18 |
| 7. | Г. Е. | Предпочитаемый | 0.27 |
| 8. | Д. К. | Предпочитаемый | 0.27 |
| 9. | З. П. | Пренебрегаемый | 0.07 |
| 10. | З. В. | Предпочитаемый | 0.28 |
| 11. | К. Е. | Принятый | 0.15 |
| 12. | К. Е. | Принятый | 0.15 |
| 13. | Л.П. | Принятый | 0.20 |
| 14. | Л. Е. | Принятый | 0.16 |
| 15. | М.О. | Принятый | 0.20 |
| 16. | О.М. | Звезда | 0.38 |
| 17. | О.С. | Предпочитаемый | 0.32 |
| 18. | П. С. | Звезда | 0.35 |
| 19. | П. А. | Принятый | 0.13 |
| 20. | С. А. | Принятый | 0.16 |
| 21. | С. Г. | Предпочитаемый | 0.27 |
| 22. | Т. И. | Принятый | 0.18 |
| 23. | У.Е. | Звезда | 0.36 |
| 24. | У. А. | Принятый | 0.12 |
| 25. | Х. А. | Пренебрегаемый | 0.02 |

Итого:

Социометрический статус:

Звёзды - 12 % (3 человека).

Предпочитаемые – 36% (9 человек).

Принятые – 44 % (11 человек).

Пренебрегаемые – 8 % (2 человек).

Отвергаемые – 0 % (0 человек).

Результаты исследования социально-психологического климата в коллективе старших подростков по полярным профилям Е.И. Рогова.

| № п/п | Ф.И. | Балл (с) | Степень благоприятности или неблагоприятности климата |
|-------|-------|----------|---|
| 1. | А. С. | 28 | высокая степень благоприятности кл. |
| 2. | Б. А. | 17 | средняя степень благоприятности кл. |
| 3. | Б. И. | 29 | высокая степень благоприятности кл. |
| 4. | Б. П. | 28 | высокая степень благоприятности кл. |
| 5. | Б. Н. | 28 | высокая степень благоприятности кл. |
| 6. | Б. С. | 18 | средняя степень благоприятности кл. |
| 7. | Г. Е. | 19 | средняя степень благоприятности кл. |
| 8. | Д. К. | 27 | высокая степень благоприятности кл. |
| 9. | З. П. | 7 | низкая степень благоприятности кл. |
| 10. | З. В. | 26 | высокая степень благоприятности кл. |
| 11. | К. Е. | 12 | средняя степень благоприятности кл. |
| 12. | К.Е. | 15 | средняя степень благоприятности кл. |
| 13. | Л.П. | 20 | средняя степень благоприятности кл. |
| 14. | Л. Е. | 16 | средняя степень благоприятность кл. |
| 15. | М. О. | 18 | средняя степень благоприятность кл. |
| 16. | О.М. | 28 | высокая степень благоприятности кл. |
| 17. | О. С. | 22 | высокая степень благоприятности кл. |
| 18. | П. С. | 25 | высокая степень благоприятности кл. |
| 19. | П. А. | 13 | средняя степень благоприятности кл. |
| 20. | С. А. | 13 | средняя степень благоприятность кл. |
| 21. | С. Г. | 27 | высокая благоприятности кл. |
| 22. | Т. И. | 18 | средняя степень благоприятности кл. |
| 23. | У. Е. | 26 | высокая степень благоприятности кл. |
| 24. | У. А. | 12 | средняя степень благоприятности кл. |
| 25. | Х.А. | 2 | низкая степень (незначительная) благоприятности кл. |

Итого:

высокая степень благоприятности – 44% (11 человек)

средняя степень благоприятности – 48 % (12 человек)

низкая степень (незначительная) благоприятности – 8 % (2 человека)

начальная неблагоприятность климата – 0 % (0 человек)

средняя неблагоприятность – 0 % (0 человек)

сильная неблагоприятность. – 0 % (0 человек)

Результаты исследования оценки коммуникативных и организаторских склонностей
КОС-1 (Авторы В. В. Синявский, Б. А. Федоришин).

| № п/п | Ф.И. | Балл | Уровень коммуникативных навыков |
|-------|-------|------|---------------------------------|
| 1. | А. С. | 4 | высокий |
| 2. | Б.А. | 3 | средний |
| 3. | Б. И. | 4 | высокий |
| 4. | Б. П. | 4 | высокий |
| 5. | Б. Н. | 4 | высокий |
| 6. | Б. С. | 3 | средний |
| 7. | Г.Е. | 4 | высокий |
| 8. | Д. К. | 4 | высокий |
| 9. | З. П. | 2 | ниже среднего |
| 10. | З. В. | 4 | высокий |
| 11. | К. Е. | 3 | средний |
| 12. | К.Е. | 3 | средний |
| 13. | Л. П. | 3 | средний |
| 14. | Л.Е. | 3 | средний |
| 15. | М. О. | 3 | средний |
| 16. | О. М. | 5 | очень высокий |
| 17. | О. С. | 4 | высокий |
| 18. | П. С. | 5 | очень высокий |
| 19. | П. А. | 3 | средний |
| 20. | С.А. | 3 | средний |
| 21. | С. Г. | 4 | высокий |
| 22. | Т.И. | 3 | средний |
| 23. | У. Е. | 5 | очень высокий |
| 24. | У.А. | 3 | средний |
| 25. | Х. А. | 2 | ниже среднего |

Итого:

Очень высокий – 12 % (3 человек)

Высокий – 36 % (9 человека)

Средний – 44 % (11 человек)

Ниже среднего – 8 % (2 человек)

Низкий – 0 % (0 человек)

Таблица расчета T- критерия Вилкоксона по методике «Социометрия» Дж. Морено
За нетипичный сдвиг было принято «увеличение значения».

| № п/п | Ф.И. | До | После | Сдвиг (тпосле - тдо) | Абсолютное значение сдвига | Ранговый номер сдвига |
|-----------------------------------|-------|-------|-------|----------------------|----------------------------|-----------------------|
| 1. | А. С. | 0.23 | 0.28 | 0.05 | 0.05 | 12 |
| 2. | Б.А. | 0.08 | 0.17 | 0.09 | 0.09 | 19 |
| 3. | Б. И. | 0.32 | 0.31 | -0.01 | 0.01 | 4 |
| 4. | Б. П. | 0.27 | 0.28 | 0.01 | 0.01 | 4 |
| 5. | Б. Н. | 0.37 | 0.28 | -0.09 | 0.09 | 19 |
| 6. | Б. С. | 0.07 | 0.18 | 0.11 | 0.11 | 22 |
| 7. | Г.Е. | 0.21 | 0.27 | 0.06 | 0.06 | 13.5 |
| 8. | Д. К. | 0.24 | 0.27 | 0.03 | 0.03 | 10 |
| 9. | З. П. | -0.18 | 0.07 | 0.25 | 0.25 | 23 |
| 10. | З. В. | 0.27 | 0.28 | 0.01 | 0.01 | 4 |
| 11. | К. Е. | 0.14 | 0.15 | 0.01 | 0.01 | 4 |
| 12. | К.Е. | 0.07 | 0.15 | 0.08 | 0.08 | 16 |
| 13. | Л. П. | 0.28 | 0.20 | -0.08 | 0.08 | 16 |
| 14. | Л.Е. | 0.14 | 0.16 | 0.02 | 0.02 | 8.5 |
| 15. | М. О. | 0.24 | 0.20 | -0.04 | 0.04 | 11 |
| 16. | О. М. | 0.39 | 0.38 | -0.01 | 0.01 | 4 |
| 17. | О. С. | 0.31 | 0.32 | 0.01 | 0.01 | 4 |
| 18. | П. С. | 0.34 | 0.35 | 0.01 | 0.01 | 4 |
| 19. | П. А. | 0.11 | 0.13 | 0.02 | 0.02 | 8.5 |
| 20. | С.А. | 0.16 | 0.16 | 0 | 0 | 0 |
| 21. | С. Г. | 0.18 | 0.27 | 0.09 | 0.09 | 19 |
| 22. | Т.И. | 0.08 | 0.18 | 0.1 | 0.1 | 21 |
| 23. | У. Е. | 0.36 | 0.36 | 0 | 0 | 0 |
| 24. | У.А. | 0.04 | 0.12 | 0.08 | 0.08 | 16 |
| 25. | Х. А. | -0.04 | 0.02 | 0.06 | 0.06 | 13.5 |
| Сумма рангов нетипичных значений: | | | | | | 54 |

Результат: Тэмп = 54

Критические значения T при n=23

| Ткр | |
|------|------|
| 0,01 | 0,05 |
| 62 | 83 |

Полученное эмпирическое значение T эмп находится в зоне значимости.

Таблица расчета Т- критерия Вилкоксона по методике изучения социально-психологического климата в коллективе по полярным профилям Е. И. Рогова
За нетипичный сдвиг было принято «увеличение значения».

| № п/п | Ф.И. | До | После | Сдвиг (тпосле - тдо) | Абсолютное значение сдвига | Ранговый номер сдвига |
|-----------------------------------|-------|-----|-------|----------------------|----------------------------|-----------------------|
| 1. | А. С. | 23 | 28 | 5 | 5 | 13 |
| 2. | Б.А. | 8 | 17 | 9 | 9 | 19.5 |
| 3. | Б. И. | 28 | 29 | 1 | 1 | 3.5 |
| 4. | Б. П. | 27 | 28 | 1 | 1 | 3.5 |
| 5. | Б. Н. | 26 | 28 | 2 | 2 | 8.5 |
| 6. | Б. С. | 7 | 18 | 11 | 11 | 22.5 |
| 7. | Г.Е. | 12 | 19 | 7 | 7 | 15 |
| 8. | Д. К. | 24 | 27 | 3 | 3 | 11.5 |
| 9. | З. П. | -10 | 7 | 17 | 17 | 24 |
| 10. | З. В. | 27 | 26 | -1 | 1 | 3.5 |
| 11. | К. Е. | 14 | 12 | -2 | 2 | 8.5 |
| 12. | К.Е. | 7 | 15 | 8 | 8 | 17 |
| 13. | Л. П. | 28 | 20 | -8 | 8 | 17 |
| 14. | Л.Е. | 14 | 16 | 2 | 2 | 8.5 |
| 15. | М. О. | 29 | 18 | -11 | 11 | 22.5 |
| 16. | О. М. | 29 | 28 | -1 | 1 | 3.5 |
| 17. | О. С. | 21 | 22 | 1 | 1 | 3.5 |
| 18. | П. С. | 24 | 25 | 1 | 1 | 3.5 |
| 19. | П. А. | 11 | 13 | 2 | 2 | 8.5 |
| 20. | С.А. | 16 | 13 | -3 | 3 | 11.5 |
| 21. | С. Г. | 18 | 27 | 9 | 9 | 19.5 |
| 22. | Т.И. | 8 | 18 | 10 | 10 | 21 |
| 23. | У. Е. | 26 | 26 | 0 | 0 | 0 |
| 24. | У.А. | 4 | 12 | 8 | 8 | 17 |
| 25. | Х. А. | -4 | 2 | 6 | 6 | 14 |
| Сумма рангов нетипичных значений: | | | | | | 66,5 |

Результат: Тэмп = 66,5

Критические значения Т при n=24

| Ткр | |
|------|------|
| 0,01 | 0,05 |
| 69 | 91 |

Полученное эмпирическое значение Т эмп находится в зоне значимости.

Таблица расчета T- критерия Вилкоксона по методике оценки коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-1). Авторы В. В. Синявский, Б. А. Федоришин.
За нетипичный сдвиг было принято «увеличение значения».

| № п/п | Ф.И. | До | После | Сдвиг (тпосле - тдо) | Абсолютное значение сдвига | Ранговый номер сдвига |
|-----------------------------------|-------|----|-------|----------------------|----------------------------|-----------------------|
| 1. | А. С. | 3 | 4 | 1 | 1 | 7 |
| 2. | Б.А. | 2 | 3 | 1 | 1 | 7 |
| 3. | Б. И. | 4 | 4 | 0 | 0 | 0 |
| 4. | Б. П. | 4 | 4 | 0 | 0 | 0 |
| 5. | Б. Н. | 5 | 4 | -1 | 1 | 7 |
| 6. | Б. С. | 2 | 3 | 1 | 1 | 7 |
| 7. | Г.Е. | 3 | 4 | 1 | 1 | 7 |
| 8. | Д. К. | 3 | 4 | 1 | 1 | 7 |
| 9. | З. П. | 1 | 2 | 1 | 1 | 7 |
| 10. | З. В. | 4 | 4 | 0 | 0 | 0 |
| 11. | К. Е. | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 |
| 12. | К.Е. | 2 | 3 | 1 | 1 | 7 |
| 13. | Л. П. | 4 | 3 | -1 | 1 | 7 |
| 14. | Л.Е. | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 |
| 15. | М. О. | 4 | 3 | -1 | 1 | 7 |
| 16. | О. М. | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 |
| 17. | О. С. | 4 | 4 | 0 | 0 | 0 |
| 18. | П. С. | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 |
| 19. | П. А. | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 |
| 20. | С.А. | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 |
| 21. | С. Г. | 3 | 4 | 1 | 1 | 7 |
| 22. | Т.И. | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 |
| 23. | У. Е. | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 |
| 24. | У.А. | 2 | 3 | 1 | 1 | 7 |
| 25. | Х. А. | 1 | 2 | 1 | 1 | 7 |
| Сумма рангов нетипичных значений: | | | | | | 11 |

Результат: Тэмп = 11

Критические значения T при n=13

| Ткр | |
|------|------|
| 0,01 | 0,05 |
| 12 | 21 |

Полученное эмпирическое значение T эмп находится в зоне значимости.

Технологическая карта

1-й этап Анализ теоретических предпосылок исследования межличностных отношений старших подростков как психолого-педагогической проблемы

| Цель | Содержание | Методы | Формы | Количество | Время | Ответственные |
|--|---|-------------------------------|------------------------------|------------|----------------|---------------|
| 1.1. Проанализировать проблему межличностных отношений в теоретических исследованиях | Изучение проблемы в психолого-педагогической литературе, анализ, обобщение, структурирование теоретического материала, выявление основных понятий, характеристик. | анализ и обобщение литературы | работа с научной литературой | 2 | Октябрь | студент |
| 1.2. Выявить психологические особенности межличностных отношений в старшем подростковом возрасте | Изучение психологических особенностей межличностных отношений в старшем подростковом возрасте в психолого- | анализ и обобщение литературы | работа с научной литературой | 2 | Октябрь-Ноябрь | студент |

| | | | | | | |
|--|---|---------------|------------------------------|---|--------|---------|
| | педагогической литературе, анализ, обобщение, структурирование теоретического материала, выявление основных понятий, характеристик. | | | | | |
| 1.3. Разработать модель психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших | Разработка модели психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков | Моделирование | работа с научной литературой | 3 | Ноябрь | студент |

2-й этап «Проведение исследования межличностных отношений в старшем подростковом возрасте»

| Цель | Содержание | Методы | Формы | Количество | Время | Ответственные |
|--|---|---------------------------|------------------------------|------------|---------|---------------|
| 2.1. Охарактеризовать этапы, методы, методики исследования | Характеристика этапов, методов, методик исследования. | анализ научной литературы | работа с научной литературой | 2 | Декабрь | Студент |
| 2.2. Охарактеризовать | характеристика выборки и анализ | беседа, наблюдение, | беседа с классным | 3 | Февраль | Студент |

| | | | | | | |
|---|---|---------------------|---|--|--|--|
| выборку и анализ результатов констатирующего эксперимента | результатов констатирующего эксперимента. | анализ результатов. | руководителем, наблюдение за классом, проведение и обработка методик. | | | |
|---|---|---------------------|---|--|--|--|

3-й этап «Проведение анализа опытно-экспериментального исследования агрессивного поведения в старшем подростковом возрасте»

| Цель | Содержание | Методы | Формы | Количество | Время | Ответственные |
|---|---|-------------------------------|--|------------|---------|---------------|
| 3.1. Разработать и провести программу психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков | Разработка и проведение программы психолого-педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков | работа с литературой | составление программы коррекции межличностных отношений | 10 | февраль | Студент |
| 3.2. Провести анализ результатов повторного диагностического исследования | Проведение повторной диагностики и анализ результатов | Анализ результатов | проведение и обработка методик | 3 | Март | Студент |
| 3.3. Написать рекомендации педагогам, родителям и ученикам по | Составление рекомендаций педагогам, родителям и ученикам по | анализ и обобщение литературы | составление рекомендаций педагогам, родителям и ученикам | 3 | Апрель | Студент |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| коррекции межличностных отношений старших подростков | коррекции межличностных отношений старших подростков | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|

