



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Формирование способов конструктивного поведения в конфликте
у подростков**

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

Проверка на объем заимствований:

90 % авторского текста
Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована
«29» 25 2020г.
зав. кафедрой О.А. Кондратьева
(название кафедры)
О.А. Кондратьева Кондратьева О.А.

Выполнил:

Студент группы ЗФ-510/099-5-1
Журавлев Дмитрий Сергеевич
Научный руководитель:
к.п.н., доцент

Галина Владимировна Терехова Галина
Владимировна

Челябинск
2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ СПОСОБОВ КОНСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ У ПОДРОСТКОВ.....	7
1.1 Проблемы конфликтов в психолого-педагогических исследованиях.....	7
1.2 Особенности конфликтного поведения в подростковом возрасте.....	14
1.3 Теоретическое обоснование модели формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков.....	24
2 ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ СПОСОБОВ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ У ПОДРОСТКОВ.....	29
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	29
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	30
3 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЕ СПОСОБОВ КОНСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ У ПОДРОСТКОВ.....	35
3.1 Программа формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков.....	35
3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента.....	42
3.3 Рекомендации педагогам и родителям по формированию конструктивного поведения подростков в конфликте.....	49
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	51
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	61
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 – Эмпирические методики исследования	60
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 – Результаты констатирующего этапа исследования....	72
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 – Коррекционная программа по формированию способов конструктивного поведения в конфликте у подростков.....	75
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 – Результаты контрольного этапа исследования.....	95

ВВЕДЕНИЕ

Важным показателем личностного развития является конструктивное общение с другими людьми и способность эффективно разрешать конфликты. Поведенческие характеристики каждого человека в конфликтных ситуациях начинают формироваться на ранних этапах формирования личности, в процессе активного освоения детьми окружающей действительности, их интеграции в более широкую систему социальных отношений, осознания себя и своего места в ней.

Особенно важным с этой точки зрения является подростковый возраст как наиболее сложный, противоречивый и потому – наиболее конфликтный. Опыт успешного или неудачного общения подростка является основой для овладения различными конструктивными подходами к разрешению конфликтов.

Конфликт типичен для подросткового возраста. Это означает, что подросток пытается установить свою позицию со взрослыми и сверстниками. Подростковые конфликты включают в себя: непослушание, спор, навязывание своей точки зрения окружающим, недопонимание, высокомерное отношение к людям, не выполнение обязанностей, низкая успеваемость, лень. Поэтому для подростков важно иметь конструктивные поведенческие стратегии в конфликтных ситуациях. Результаты многочисленных исследований показывают, что поведение многих подростков крайне нестабильно и характеризуется вспыльчивостью, агрессией и неспособностью адаптироваться к решению проблем со сверстниками и взрослыми.

Различные аспекты проблемы межличностных конфликтов подростков представлены в работах Э.М. Александровской, Ю.Е. Алешиной и А.С. Коноводовой, Н.У. Заиченко, Е.Г. Злобиной, В.А. Кан-Калика, Д.В. Колесова, И.Ю. Кулагиной, и др. Вместе с тем очевидным является противоречие между необходимостью формирования у подростков способности конструктивно разрешать проблемные ситуации в целях профилактики их негативных последствий и недостаточной разработанностью психолого-педагогических

условий и механизмов, обеспечивающих решение данной задачи.

Вышеизложенное определяет выбор темы исследования «Формирование способов конструктивного поведения в конфликте у подростков».

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить формирование способов конструктивного поведения в конфликтной ситуации у подростков.

Гипотеза исследования: способы поведения, возможно, изменятся если организовать психолого-педагогическую программу.

Объект исследования – поведение в конфликте подростков.

Предмет – формирование способов конструктивного поведения в конфликте у подростков.

Для достижения заявленной цели необходимо решение следующих задач:

1. Проанализировать проблему конфликтов в психолого-педагогических исследованиях.

2. Изучить особенности конфликтного поведения в подростковом возрасте.

3. Провести теоретическое обоснование модели формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков.

4. Раскрыть этапы, методы и методики исследования.

5. Обозначить характеристику выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.

6. Разработать программу формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков.

7. Провести анализ результатов формирующего эксперимента.

8. Разработать рекомендации педагогам и родителям по формированию конструктивного поведения подростков в конфликте.

Методы и методики:

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

2. Эмпирические: эксперимент, тестирование по методикам (тест К.

Томаса, тест на оценку самоконтроля в общении М. Снайдера, тест Т. Лири, модифицированный Л.Н. Собчик).

3. Математически-статистические: t-критерий Вилкоксона.

База исследования. Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе МБОУ Гимназия № 1 г. Челябинска. В исследовании приняли участие ученики 9-х классов – 48 человек в возрасте от 14 до 15 лет.

Структура исследования определена поставленной целью и задачами и содержит в себе введение, три главы, заключение и список литературы с приложениями.

1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ СПОСОБОВ КОНСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ У ПОДРОСТКОВ

1.1 Проблемы конфликтов в психолого-педагогических исследованиях

Трудно найти двух людей с абсолютно одинаковыми вкусами, привычками или интересами, поэтому в любых продолжительных отношениях между людьми рано или поздно возникают разногласия, противоречия, конфликтные ситуации.

С одной стороны, такие ситуации могут навредить существующим отношениям, но с другой, именно несовпадение во взглядах и существование нескольких мнений могут быть ресурсом, обогащающим отношения и способствующим укреплению доверия и взаимопонимания [5, с.13].

Чтобы успешно разрешать конфликты, нужно сначала понять природу конфликта и его определение.

Конфликт является предметом междисциплинарных исследований. Существует специальная дисциплина, которая рассматривает проблемы конфликтов, занимается изучением институтов и процедур их разрешения.

Согласно общепринятого определения, конфликт – это противоборство, столкновение двух или нескольких субъектов обусловленное противоположностью, несовместимостью их интересов, потребностей, систем ценностей или знаний [14, с.9].

В целом следует отметить, что конфликт понимают в широком и узком значении. В широком понимании конфликт – это форма социальных отношений, в которой стороны, исходя из интересов, потребностей и стремлений, преследуемых в изнурительной борьбе, основаны на этой цели. В узком – форма социального взаимодействия, характеризующаяся прямым и сознательным конфликтом его участников [21, с.178].

Р. Кочюнас определил конфликт борьбой за ценности и требования определенного социального статуса. По его словам, целью сторон в конфликте является нейтрализация, ослабление, нанесение ущерба или уничтожение

противника [32].

По мнению К. Боулдинга конфликт – это «конкурентная ситуация, когда стороны понимают, что позиции противоречивы и стремятся занять позицию, отличную от той, которую хочет занять каждая сторона» [9, с. 42].

Согласно Л. Крисбергу конфликт – это отношения между двумя или более сторонами, которые имеют противоречивые цели [36].

А.Я. Анцупов акцентирует внимание на том, что конфликт – предельный случай столкновения социальных противоречий, выражающийся в столкновении различных социальных общностей, обусловленном противоположностью или существенным различием их интересов, целей, тенденций развития [8, с.61].

По мнению Ю.Г. Запрудского конфликт «представляет собой явную или неявную ситуацию между интересами, целями и тенденциями развития социальных объектов, прямыми и косвенными конфликтами социальных сил на основе однозначного сопротивления общественному порядку» [27, с.34].

Н. Косолапов определил конфликт как «реальное взаимодействие между людьми или сложными социальными образованиями, при котором цели некоторых участников конфликта могут быть достигнуты только при определенном ограничении и нанесении ущерба конкретным или принятым целям, интересам, правам или статусу» [31].

По В.С. Семенову, «конфликт – это группа субъектов и субъективных ассоциаций, возникающих из существующих в обществе объективно-субъективных и конкретно-субъективных противоречий, отражающих подлинные интересы и принципы разных людей и групп и проявляющихся индивидуально или в группе. Субъективность для целей, программ, которые сознательно поставлены перед сознательным противоречием, в практических действиях поведение и борьба ведутся соответственно» [38].

А.Я Анцупов, И. Е. Ворожейкин, Т. В. Драгунова, А.Я Кибанов, А. А. Реан, А. И. Шипилов по-разному рассматривают конфликты в своей работе. По мнению, И. Е. Ворожейкина и А. Я. Кибанова, конфликт, исходя из его психологической сущности, «является одним из типов трудных ситуаций,

возникающих в жизни подростка и в его коллективе».

А.А. Реан полагает, что «конфликт достигает определенного уровня». Если мы посмотрим на группу людей, то каждый человек будет отличаться, потому что это зависит от психической стабильности человека» [32].

В работах А. Я. Анцупова и А. И. Шпилова конфликтное поведение рассматривается, как «результат внутренних и внешних конфликтов между обществом, микросредой и личностью» [8].

Таким образом, можно сделать вывод, что все определения конфликта раскрываются через употребление таких понятий, как – противоречие, противоборство, противодействие, противостояние, противоположность, то есть понятий объединенных единой приставкой «против», которая является составной частью сложных слов и обозначает предназначенный для борьбы с чем-либо или для защиты от чего-либо, а также враждебный, препятствующий или несоответствующий чему-либо.

Важно отметить, что существуют две точки зрения о значении конфликта в жизни общества: одна – о его вреде, другая – о пользе. Анализ нашей литературы показывает, что наши соотечественники более склонны к исходной теории, которая, по мнению ученых, является крайней формой по эскалации конфликта.

Негативно воспринимая конфликт они рассматривали его как деструктивное и разрушительное явление. Негативное отношение к конфликту связано с прямым нарушением системы коммуникации, отношений, которые сложились между сообществами людей, и снижением группового единства между ними.

Опасность конфликта связана с факторами психологического и физического насилия над человеком, его политическими и социальными структурами, а также с различными издержками, связанными с любым конфликтом: моральным, человеческим, материальным. В то же время конфликты часто угрожают относительному благополучию, которое люди стремятся сохранить.

Второй подход положительно отражает наличие конфликтов как одного из элементов развития общества. Эта позиция в значительной степени поддерживается западными теоретиками. На самом деле, столкновение является нормальной частью общественной жизни. От конфликта практически невозможно избавиться, это конфликт, потому что он неизбежен [16].

Конфликт во многих отношениях поддерживает жизнеспособность общества как системы, являясь отражением его естественной эволюции, обновления и изменения социальных отношений. Без конфликта невозможно добиться развития, а без прогресса это способ разрешения конфликтов.

В то же время конфликты часто актуализируют нерешенные проблемы, объясняют позиции сторон и раскрывают их конфликтующие интересы, являются источником инноваций и ведут к созданию новых условий жизни, способствующих сбалансированности социальных потребностей и переоценке старые ценности и нормы [27].

Каждый конфликт имеет свои границы. Важными из них являются пространственные, временные и внутрисистемные. Пространственные границы конфликта определяются областью, в которой происходит конфликт, и могут варьироваться от самого маленького пространства до всего земного шара. В международных отношениях важно четко определить пространственную границу конфликта. Начало конфликта определяется действиями объективного (внешнего) поведения, направленными на другого участника (противоположную сторону), если последний знает, что эти действия направлены против него и реагирует на них.

Конец конфликта – прекращение действий всеми противоборствующими сторонами, независимо от причины. Конфликты могут быть разрешены, например, путем примирения одной из сторон, а также путем урегулирования или ликвидации конфликта одной из сторон или в результате вмешательства третьей стороны.

Внутренние системные границы конфликта включают семью, государство, международное сообщество и т.д.

Конфликт состоит из элементов таких как: субъект, предмет и объект, а также процесса динамики, и типологии [3].

Одним из структурных элементов концепции конфликта являются его участники. Субъектами конфликта являются те воюющие стороны, которые своими действиями вызывают возникновение конфликта, придают ему другое содержание и серьезность и определяют его ход и изменения.

Среди сторон конфликта можно выделить прямых противоборствующих сторон и активистов, создателей конфликтов, организаторов конфликтов, а также арбитров, консультантов, сторонников, противников и других.

Другим важным компонентом концепции конфликта является его предмет, который описывает существенную сторону конфликта. Чтобы выяснить это, необходимо определить, что является предметом конфликта. Он в первую очередь ориентирован на внимание и чаяния определенных социальных субъектов, но в то же время противопоставляет их определенным ситуациям, тем самым выступая в качестве объективной основы для возникновения конфликтов между ними [12].

Объектом конфликта является конкретный дефицитный ресурс и его контроль. Суть конфликта – это объективная или психическая проблема, которая вызывает разногласия между сторонами.

В основе конфликта лежит не один, а несколько спорных вопросов, каждый из которых должен быть рассмотрен – разногласия должны быть названы. Предметом конфликта является это главное противоречие.

Динамика конфликта – это его развитие, его движение. Каждый раз конфликт проходит несколько этапов. Обычно ему предшествует конфликтная ситуация, на базе которой и развивается конфликт. Если оно не прервано во времени, то есть разрешено или остановлено, конфликт обостряется, а затем заканчивается.

Многие конфликты на определенном этапе своего развития имеют тенденцию к эскалации, то есть к нарастанию остроты конфликтного поведения. В ходе эскалации конфликта обе стороны претерпевают определенные

социально-психологические и организационные изменения, которые могут быть связаны с повышенной лояльностью, нежеланием сдаваться, желанием заставить врага и растущим чувством тревоги и кризиса.

Ухудшение сторон конфликта часто приводит к выявлению дополнительных спорных вопросов, которые ранее игнорировались или отклонялись. В то же время интенсивность борьбы испытуемых снижает реальную способность обсуждать деликатные вопросы, усиливает коммуникационные барьеры и вызывает подозрения в любых усилиях по разрешению конфликта [19].

В целом, напряженность может привести к отрицательным результатам.

Окончание конфликта напрямую зависит от целей, средств их достижения, баланса сторон в конфликте и роли третьей стороны.

Результатом такого столкновения может быть:

- во-первых, прекращение конфликта в результате взаимного примирения сторон;
- во-вторых, прекращение конфликта путем симметричного его разрешения (обе стороны выигрывают или проигрывают);
- в-третьих, прекращение путем асимметричного решения (выигрывает одна сторона);
- в-четвертых, перерастание конфликта в другие противоборства;
- в-пятых, постепенное затухание конфликта [31].

Конфликт может закончиться либо в результате использования правовых инструментов, либо в результате насилия или принуждения. Важной предпосылкой для процесса завершения является точная оценка баланса сил конфликтующих сторон.

Пересмотр ситуации в конфликте часто выявляет аспекты, которые ранее были упущены.

Поэтому важно иметь четкие критерии оценки текущих событий, которые позволят провести четкий анализ потенциала конфликтующих сторон и единство мнений о взаимоотношениях между силами. Кроме того, эти силы могут быть

признаками агрессии, пассивности, выносливости и многого другого. Как правило, возникновение новых конфликтов во многом будет зависеть от исхода предыдущего конфликта и изменений в структуре вовлеченных сторон [7].

Чтобы успешно справляться с конфликтами, вам необходимо знать различные способы поведения во время конфликта, а затем выбрать соответствующий поведенческий подход. Как правило, человек в конфликте ведет себя так, как ему знакомо, так и не знает о других поведенческих способах.

Существует три основных модели поведения в конфликте: деструктивная, конструктивная и конформистская. Рассмотрим каждую из них и разберемся, какая модель поведения в конфликте характеризуется пассивностью.

Деструктивная модель поведения в конфликте. Этот вариант поведения в конфликтных ситуациях подразумевает, что человек сосредоточен на расширении конфликта, оскорбляет своего противника и его точку зрения, а также демонстрирует недоверие к противнику.

Другими словами, деструктивная модель поведения человека во время конфликта характеризуется следующими методами:

Методы и приемы деструктивной модели поведения человека во время конфликта: запугивание и угрозы, унижение и оскорбление партнера, отрицание авторитета другого человека, постоянные отсылки на свой авторитет, уклонение от обсуждения конфликта, лесть.

Приемы могут использоваться и более мягкие. Используются любые манипуляции, позволяющие использовать противника для личных целей.

Конструктивная модель поведения в конфликте. В конструктивной модели поведения прослеживается желание уладить конфликтную ситуацию, найти приемлемое для обеих сторон решение. Этот вариант отличается доброжелательностью и терпением по отношению к противнику.

В конструктивной модели общение партнеров максимально корректное. Оба направлены на достижение взаимопонимания и открыты для своих позиций. Как правило, проблема устраняется таким образом.

Конформистская модель поведения в конфликте. В свою очередь,

конформистская модель личного поведения в конфликте характеризуется пассивностью, склонностью к поражению. Благодаря этой опции человек легко соглашается с точкой зрения противника и избегает острых углов [16].

Опасность этой модели в том, что противник, видя разочарование собеседника, становится более агрессивным. На самом деле конформистская модель разрушительна.

Тем не менее, это также может быть положительной стороной поведения. Причины этого конфликта могут быть незначительными. В этом случае конформистская модель приводит к более быстрому урегулированию спора.

Подводя итоги, отметим, что наиболее желательной и приемлемой является характеристика способов и приемов поведения в конфликте по К.Томасу, таким образом, конфликт – это неизбежные спутники нашей жизни, исключить их полностью из жизни нельзя. Поэтому любой должен быть психологически готов к возникновению конфликтов, понимать свою роль в их регулировании.

1.2 Особенности конфликтного поведения в подростковом возрасте

Подростковый возраст является важным периодом в развитии и становлении личности человека. На этом этапе наблюдается значительное повышение активности ребенка, изменение его поведения. Структура индивида значительно изменилась в результате появления новых опухолей, которые перенаправляют существующие структуры и образуют основу сознательного поведения, нравственных идей и установок. Формирование новообразований происходит на фоне противоречий в физиологическом и психическом развитии подростка, на фоне его духовного становления. Однако подростковый возраст характеризуется переходным, трудным, трудным, критическим состоянием.

Подростковый возраст – это период онтогенеза, который находится между ребенком и ранним подростковым возрастом. Он охватывает период с 9-11 лет до 14-15 лет (5-8 классы). Понятие «подростковый возраст» включает подростков, младших и средних подростков [22].

Подростковый возраст характеризуется появлением ряда отличительных черт, важнейшей из которых является поведенческое проявление знака, включающее участие в жизни сверстников и подтверждение их независимости, автономии, автономии [43].

Главной особенностью подросткового возраста является резкое качественное изменение, которое затрагивает все аспекты развития. Для разных подростков эти изменения происходят в разное время: некоторые подростки быстро развиваются, некоторые отстают от других и превосходят других.

Подростковое поведение противоречиво. С одной стороны, подросток не может быть подвержен злу и лжи, и у него до сих пор нет этих моральных категорий. Это желание быть хорошим, желание быть нетерпимым к идеалам и учениям, прямое воспитательное воздействие взрослых. Это желание выразить себя и не быть в состоянии сделать это цивилизованно.

Этот совет, помощь и нежелание будут приятны для взрослых. Это много желаний, потребностей и ограниченных сил, опыт их достижения. Это уважение к индивидуальности, эгоизм и чувствительная гордость. Это романтическая страсть и грубый антиквариат. Это удивительно из-за неисчерпаемости научных достижений и неизбежного подхода к обучению [13].

Традиционно подростковый возраст – это период отказа от взрослых. С ними сталкиваются не только взрослые, их желание защитить свою независимость и справедливость, но и ожидание, поддержка, защита и поощрение взрослых, их вера, их одобрение и оценка. Важность взрослого очевидна не в способности подростка к самоуправлению, а в его или ее признании этой возможности и его или ее базовом равенстве с правами взрослого.

Важным фактором психологического развития подростков являются отношения со сверстниками, что является ведущей функцией этого периода. Стремление подростков к удовлетворительному положению сопровождается приверженностью ценностям и нормам группы сверстников [23].

По мере изменения личности подростка развивается новообразование – чувство зрелости как особой формы самопознания. Это показывает, что он рассматривает всех подростков как взрослых, поэтому он требует равенства в отношениях со взрослыми, отстаивает свою позицию и вступает в конфликты. Успех выражается в стремлении к независимости, в защите определенных аспектов их жизни от участия родителей. Это включает в себя внешний вид, отношения со сверстниками и, возможно, обучение.

Чувство зрелости связано с этическими нормами поведения подростков на данном этапе. У дружбы подростков есть этический кодекс, который определяет определенный стиль поведения. В подростковом возрасте подросток руководствуется внешними аспектами взрослой жизни: внешностью, этикой и свободой принятия решений. Подростки, которые пытаются подражать взрослым, пытаются расширить свои права и возможности, пересмотреть свое отношение к родителям и учителям. Небольшой жизненный опыт, незнакомое восприятие социальных ситуаций приводит к разногласиям со взрослыми и открытым конфликтам между ними.

Центральное формирование личности на данном этапе является формирование нового уровня самознаний, самостоятельного осознания, возможностей и характеристик, сходства и различия с другими людьми – понятие уникальности и стремление к самопознанию [19].

Развитие чувств взрослого в подростковом возрасте Д.Б. Эльконин показывает, как подросток хочет утвердиться, какова природа его самостоятельности. Для подростка важно, чтобы его родители, учителя и сверстники признавали, что он взрослый. В процессе самопоиска формируется личность подростка, формируется «Я-концепция» – система самоизображений «Я». Подросток раскрывает свой внутренний мир. Подростки тщательно изучают сложный опыт, связанный с новыми отношениями, личными качествами и действиями. Подросток хочет знать, кто он и кем хочет быть. Образы «Я», появляющиеся в сознании подростка, разнообразны – они представляют собой богатство его жизни [54].

Физическое «Я» – это большой слой самопривлечения, самопознания, способностей, силы характера, вежливости, доброты, идеи общения и реальной концепции «Я». Знание себя и своих качеств приводит к формированию когнитивного (когнитивного) компонента «Я-концепции». В связи с этим еще две вещи – оценка и поведение. Для подростка важно знать не только, кто он, но и насколько важна его личность.

Подростковый возраст характеризуется, прежде всего, растущей важностью самопознания, системы самооценки, представления сложной системы самооценки, основанной на первых попытках самоанализа, и сравнений с другими. Подростки смотрят на себя «со стороны», сравнивают себя с другими – взрослыми и сверстниками и ищут возможности для таких сравнений. В связи с этим он постепенно развивает самоуважение и движется извне внутрь [41].

Ориентация на оценку других заменяется ориентацией на самооценку, и формируется идея Я-идеала. Сравнение реальных и идеалистических идей в adolescenc e становится основой его концепции самостоятельного познания.

Подросток еще не зрелый. Некоторые аспекты его личности обычно не совпадают с несоответствием разных образов «я». Нестабильность и подвижность всей психической жизни в подростковом возрасте приводит к изменению самооценки. Любая оценка важных людей приводит к изменению самопознания. Если образ «Я» достаточно стабилен и оценка важного человека противоречит этой модели, то механизмы психологической защиты входят в индивидуума. В дополнение к реальному слову «я» в понятии «я» есть слово «я идеал». При высоком уровне жалоб и недостаточной осведомленности об их потенциале идеальное «я» не кажется неуверенным в себе [8].

Подросткам нужна независимость и общение со сверстниками. Независимость подростков отражается в их стремлении освободить взрослых, их свободе, контроле и разнообразных увлечениях. Увлечения – сильные, часто взаимозаменяемые – характерны для подросткового возраста. Хобби, как правило, являются сверхъестественной

формой. Ведущим действием на этом этапе являются интимные и личные отношения.

Эмоциональный фон подросткового возраста неравномерен и нестабилен. Организм подростка постоянно адаптируется к физиологическим и физиологическим изменениям в организме. Подростки все больше интересуются своей внешностью благодаря быстрому росту и восстановлению организма. Формируется новый физический образ «Я», который сопровождается эмоциональными реакциями на внешность.

Новый уровень самосознания, возникающий в связи с потребностями этого периода, такими как самоутверждение и общение со сверстниками, одновременно влияет на их развитие.

Л.С. Выготский отметил, что за любым негативным симптомом кризиса «обычно стоит позитивное содержание, в том числе переход в новую и более высокую форму» [17].

Имеющиеся данные ясно показывают, что усилия взрослых по предотвращению последствий кризиса и удовлетворению новых потребностей обычно оказываются безуспешными. Подростки оправдывают эти запреты, в частности, заставляя родителей проверять и подтверждать свои усилия по преодолению этих барьеров и расширению границ независимости. Именно во время этого конфликта подросток осознает себя, свои способности и необходимость проявить себя.

Кризис подростков проходит три стадии:

- негативный или прецедент (период разрушения старых привычек, стереотипов, нарушая ранее установленных структур);
- пик кризиса (может существенно варьироваться в отдельности, но это, как правило, 13 лет);
- посткризисное (период формирования новых структур, построение новых отношений).

Возрастной кризис может принимать две основные формы:

Кризис независимости (упрямый, отрицательный, своевольный, взрослая одежда, отрицательное отношение к своим требованиям, ранее выполненные, ревность к собственности. Острый teena ger защищает свой внутренний мир, чувствуется).

Кризис зависимости (чрезмерное послушание, зависимость от сильного или сильного, негативное влияние на старые интересы, вкусы, поведение).

Если кризис независимости – это прорыв, выходящий за рамки старых норм и правил, тогда кризис зависимости – это система отношений, которые возвращаются в положение, которое обеспечивает эмоциональное здоровье, уверенность и безопасность. Это другие варианты самореализации [12].

Подростковый возраст является благоприятным периодом для развития многих аспектов личности, таких как познавательная деятельность и интерес. Наиболее важным в этом отношении является 10-12 лет. 11-14 лет – важный период для самопознания, внешнего вида, самооценки и самопознания подростков. Обычно 13-14 лет – это время первого знакомства с литературой по самообразованию, научно-популярной литературой по психологии, физиологии молодежи. Однако за интересом к проблемам самообразования стремление понять и изменить себя в этом возрасте обычно еще не конкретные действия или они выполняются в течение длительного времени [49].

Таким образом, позитивное значение подросткового кризиса состоит в том, что он удовлетворяет потребность подростка в самопознании и самоутверждении в результате борьбы за независимость, которая происходит в относительно безопасной среде и не принимает крайних форм; у него есть не только уверенность в себе и уверенность в себе, но и формы поведения, которые позволяют ему преодолеть жизненные трудности в будущем.

Начнем с изучения особенностей подросткового конфликтного поведения. Рассмотрим причины, типы и поведенческие стили подростков в конфликте.

В современном обществе каждый родитель подростка сталкивается с такой проблемой, как конфликтное поведение ребенка в школе.

Эта проблема по-прежнему актуальна сегодня, потому что школьникам трудно общаться как с одноклассниками, так и с учителями.

Конфликтное поведение часто встречается у подростков. Он действует как способ отстаивать свою позицию как в отношениях со взрослыми, так и со сверстниками. Это период жизни, это период юности.

Ребенок все еще находится на грани детства и зрелости, и в этот момент он действительно может заглянуть внутрь и многое понять.

Мы уже упоминали, что кризис может пойти одним путем:

– «Кризис независимости» – негативизм, бунт, высокомерие, упрямство, ревность;

– «Кризис зависимости» – послушание, отсутствие независимости, желание быть похожим на всех, инфантилизм.

Следовательно, начиная с подросткового возраста, будут происходить изменения, которые пересекут его черту и помогут ему начать взрослую жизнь. Эти изменения происходят в несоответствии отношений. Подростки готовы разговаривать со взрослыми на равных, но это пока невозможно. Отношения со сверстниками часто бывают сложными, потому что они взаимодействуют с подростками с более широким спектром отношений с различными интересами [4].

Основными симптомами конфликтного поведения являются следующие симптомы данной стадии онтогенеза:

– кризис развития: асинхронность физиологической и психической зрелости; несоответствия между практикой повышения потребности в самоутверждении (Л.С. Выготский, Э. Эриксон);

– новый уровень самопознания: открытие и проявление «я», появление рефлексии, понимания личности, стремление к независимости (И.С. Кон, Э. Спринггер, Э. Эриксон);

– актуализация и обоснование необходимости межличностного общения в связи с дихотомией «автономность – близость» (И.С. Кон, М.И. Лисина);

– наличие двух культур: в мире взрослых и детей (культурный маргинализм) в результате эмоциональной нестабильности и напряжения, стеснительности и агрессии, максимизма, опасности и самоанализ (IS Кон, VM Masters, AM), церковей);

– генезис нравственного сознания как процесс внутренней трансформации и внутренней организации норм и правил (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Ж. Пиаже).

Противоречивый характер подросткового развития связан с появлением потребности в самоидентификации и необходимости семантического взгляда на себя и на мир.

Конфликты между подростками могут иметь много причин, и подростки часто нуждаются в помощи и совете взрослого, чтобы разрешить их.

Конфликты между подростками:

- непослушание;
- спор;
- выразить свою точку зрения другим;
- недоразумение;
- отношение к людям;
- невыполнение обязательств;
- низкая успеваемость.

Изучение конфликтного поведения в школе можно разделить на несколько типов конфликтов:

- конфликты между учителем и учеником;
- между подростком и его родителями;
- среди подростков;
- между подростком и группой;
- между группами (классами);
- конфликта [14].

Давайте посмотрим на каждого из них.

Конфликты в процессе взаимодействия учитель-ученик часто возникают из-за того, что ребенок не обращает внимания на характеристики возраста и личности, самостоятельности и способностей подростка.

Учителя часто используют авторитарный стиль общения, который мешает ребенку выразить свои взгляды и не хочет понимать его или ее точку зрения – это часто приводит к обиде и конфликту у подростков.

Конфликт между подростком и родителем является одним из самых важных конфликтов в жизни ребенка, потому что отец и мать близки и дороги. Это обсуждение может привести не только к психической усталости, но и к серьезным последствиям неправильного понимания поведения детей и семей.

Некоторые исследователи (О. В. Кербиков, А. Е. Личко, Г. Е. Сухарева, Ю. А. Лупян) считают, что это связано с неправильным выбором образования.

Конфликт между подростками означает защиту интересов противника.

Позитивные отношения со сверстниками играют большую роль в подростковом возрасте, потому что дружба «драгоценна» для ребенка.

Конфликт между подростком и группой, а также группой подростков – это конфликт, который приводит к недопониманию, групповым и отношениям между сверстниками, одним человеком или группой, отстаивающей свои взгляды.

Действия подростков в конфликтных ситуациях зависят от общих закономерностей конфликта.

Согласно исследованию К. Томаса в конфликтных ситуациях, можно использовать пять основных стилей поведения: адаптация, компромисс, сотрудничество, избегание, конкуренция [31].

Применение каждого из них определяется интересами сторон и намерением каждого достичь своих целей.

Конкурсный стиль в основном наблюдается среди школьников, которые имеют репутацию среди своих сверстников. Они отметили силу характера, волю, желание удовлетворить свои собственные интересы, а интересы другой стороны их вообще не интересуют.

Сотрудничающий стиль – один из самых сложных методов поведения у подростков во время конфликта, который студенты используют только тогда, когда они не хотят нарушать отношения со сверстниками. Обе стороны конфликта должны обладать дипломатическими навыками, то есть умением вести переговоры, защищать свои интересы, а также учитывать интересы врага, прислушиваться к другим и в то же время справляться со своими эмоциями. Отсутствие одного из этих навыков делает этот стиль неэффективным.

Компромиссный стиль означает разрешение разногласий путем взаимных уступок. Этот стиль отличается от стиля сотрудничества, конфликтующие стороны соглашаются друг с другом на ранних стадиях конфликта, потому что они понимают, что у противника нет убедительных аргументов и возможностей для достижения цели, все стороны хотят одного и того же, но достигать цели не дает.

Профилактические стили выбираются подростками, когда они не совсем уверены, что они правы, или когда проблема не является их приоритетом, или когда другие участники мероприятия имеют больше возможностей для достижения цели. В любом случае, чтобы избежать проблемы, паузы – это не бегство, а реакция, основанная на конфликтной ситуации. Через некоторое время эти разногласия, которые привели к конфликту, могут быть разрешены самостоятельно, или подросток может решить эти проблемы позже, когда у него или нее будет дополнительная информация и возможности.

Адаптивный стиль означает, что подросток не заинтересован в защите своих интересов, соглашается с другими сторонами в своих недостатках, но в то же время поддерживает дружеские отношения со сверстниками. Этот стиль используется студентами не для разрешения конфликтов, а для собственного мира и стабильности.

В заключение хотелось бы отметить, что конфликт подростков часто вызывается стремлением удовлетворить их потребности, главное – это признание взрослых и сверстников. В конце концов, подросток уже не ребенок,

но еще не взрослый. Он думает как взрослый, но чувствует себя как ребенок, поэтому ему нужна помощь: чтобы избежать конфликтов, создать среду, в которой нет конфликтов в образовательной среде и в семье.

Таким образом, в подростковом возрасте агрессивность и конфликт усиливаются из-за специфики этой возрастной группы. В связи с этим важно разработать индивидуальные и групповые меры для снижения нынешнего уровня конфликтов и конфликтов и агрессии среди подростков.

1.3 Теоретическое обоснование модели формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков

Конструктивное разрешение конфликтов – это сложный и многогранный процесс, зависящий от ряда факторов и обстоятельств. Принципиальное значение разрешения конфликтов заключается в выборе участников стратегии их преодоления. Стратегии разрешения конфликтов являются основными областями разрешения конфликтов для противников. Современные ученые внесли много предложений относительно поведения людей в конфликтных ситуациях, выбора инструментов для разрешения конфликтов и управления ими.

Цель – повысить коммуникативную компетентность подростков путем овладения эффективными методами поведения в конфликтных ситуациях и методами конструктивного разрешения конфликтов.

Задачи обоснования модели формирования конструктивных методов конфликта у подростков:

- открытое общение, создание условий для эмоциональной поддержки;
- знать о доступных личных ресурсах, которые способствуют межличностному взаимодействию подростков в конфликтных ситуациях;
- формирование навыков и методов эффективного поведения в конфликтных ситуациях и способов поиска решения в конфликтных ситуациях.

Программа развития конструктивных поведенческих навыков у подростков состоит из системы специально подобранных упражнений и групповых упражнений. Эффективность групповой формы в работе с

подростками высока, так как этот выбор зависит от огромного потенциала с точки зрения психокоррекции и результатов развития. Работа в команде позволяет студентам овладеть рядом важных качеств, таких как: умение разрабатывать совместные решения; терпимость к другим мнениям и позициям; необходимость компромисса; уметь разумно отстаивать свою точку зрения; стремление к диалогу; умение общаться, с учетом эмоциональной ситуации, общей атмосферы.

Однако важность групповой работы не позволяет, и во многих случаях возникает необходимость работать индивидуально с отдельными участниками. Работа по программе проводится в групповой работе с учетом принципа индивидуального подхода к каждому подростку.

Знание причин агрессии, враждебности, конфликтов позволит вам выбрать правильные методы и приемы психологической коррекции. Ролевые игры особенно важны при работе с подростками. Подростку предлагается несколько возможных решений проблемы. В результате подросток знает наиболее эффективные модели поведения в конфликтных ситуациях.

По сути, каждый урок включает название (тему), цели, примерную структуру урока (разминка, основная сцена, рефлексия). Помимо всего вышеперечисленного, есть вводная часть первого урока, последний урок – подведение итогов, обсуждение.

При работе в группе все участники должны следовать определенным правилам, чтобы общение в классе было эффективным, что помогает решить проблему, а также учитывать психологические принципы. Основные правила групповой работы: принцип добровольного участия в группе и стиль доверительного общения.

При обосновании модели конструктивных методов конструктивного поведения в конфликтах у подростков необходимо учитывать:

- конфликты необходимо потому, что они являются естественными;
- взрослые должны быть вовлечены, а не разрешить конфликт, но, чтобы помочь подростку познать себя, его, исследовательская группа;

– до вмешательства в конфликт, она приобретает иной педагогический характер вмешательства, которое необходимо, чтобы определить причины его возникновения;

– конфликтные ситуации и умелое использование механизмов управления могут стать эффективным инструментом воздействия конфликтного образования;

– глубокие специальные знания необходимы для успешного разрешения конфликтов между подростками.

Необходимо предпринять психокоррекционные меры для снижения уровня конфликтности среди подростков.

Подведем итоги.

Данное исследование выявляет специфику конфликтных ситуаций и стратегии и способы их преодоления. Особенности подросткового возраста отражаются в том, что реальные жизненные ситуации приобретают субъективное противоречивое содержание и стратегии их преодоления в подростковом возрасте.

У подростков в конфликтных ситуациях преобладает негативное поведение, в меньшей степени защитное, а в некоторых случаях – конструктивное. Учитывая возрастные различия в выявленных типах поведения, можно сделать вывод, что тип защитного поведения уменьшается с возрастом, а конструктивный тип увеличивается.

Конфликтное поведение подростков показано ниже:

1. Конфликтные ситуации во время подросткового кризиса часто определяются силой внутреннего опыта подростка в конфликте. Содержание вышеперечисленных ситуаций отражает основные направления жизни подростков: взаимоотношения с родителями, сверстниками, учеба, самообразование. Наиболее важными, распространенными и противоречивыми ситуациями в подростковом возрасте являются ситуации в реальной жизни, которые не охватывают объективное содержание конфликта.

2. Подростки имеют разные уровни осведомленности, в зависимости от их возраста (старше, старше) и пола – девочки рассказывают о конфликте, зная их причины и пути.

3. Во время кризиса у подростков наблюдаются следующие конфликты: жестокое обращение со сверстниками, перевод из начальной школы в старшую школу, самовыражение с родителями, участие в воспитании детей, различные проблемы общения и поведения со взрослыми. Эти результаты, выявленные в результате взаимодействия процессов изоляции и идентификации, отражают кризис подростков, рассмотренный выше.

4. Структура стратегии преодоления подросткового возраста основана на следующих механизмах: психологическая защита, эмоциональная реакция, физическое восстановление, рефлексия и агрессивная реакция.

5. Особенности подросткового гнева являются защитными и необходимыми стабильными, а также экстрапунитивными ориентациями. Студенты, как правило, разрешают конфликты в форме обвинений, агрессии и требований.

6. Стратегии преодоления конфликтных ситуаций в подростковом возрасте характеризуются следующими типами поведения: защитное, неудобное и безумное; восстановительные (направленные на снижение психического стресса, связанные с конфликтными ситуациями у подростков) и нормативного поведения (характеризуются социальной ориентацией на нормы и правила) пассивно-сознательных реакций; с учетом креативного подхода, правильного выбора стратегии, активного действия подростка в сложившейся ситуации, креативности используемых стратегий.

7. Типология конфликтного поведения связана с методами разрешения конфликта и часто связана с типами разрушительных реакций: защитного поведения, связанного с экстазивными эгопротективными реакциями, и конструктивного поведения с негативной реакцией на препятствие.

Отечественные и зарубежные исследователи рассматривают юность как период противоречий, необходимость взрослости и признания, углубление

самоанализа, развитие самопознания, формирование «самооценки», стремление к социальному и личностному самоопределению, подростковая неудовлетворенность, негативность, неуверенность в себе. – Искаженные формы самоутверждения могут возникнуть, если взрослые относятся к подростку как к ребенку. Многие пришли к выводу, что подростковый возраст – время активного самообразования. Помимо адаптации в подростковом возрасте, важно индивидуализировать и интегрировать подростков в активных сверстников.

Существуют три основных модели поведения в конфликте: разрушительный, конструктивный и конформистский. Проанализировав психологическую, педагогическую и научную литературу, мы отметили, что модель конструктивного поведения в конфликтных ситуациях является наиболее необходимой и уместной.

2 ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ СПОСОБОВ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ У ПОДРОСТКОВ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Формирование конструктивных методов конфликтного поведения у подростков осуществлялось в три этапа.

На первом этапе был уточнен анализ научной, методической и психологической литературы по теме исследования, уточнена тема исследования, сформулирована гипотеза, выбран объект и тема исследования.

Второй этап исследования включает экспериментальную работу по формированию конструктивных поведенческих методов в конфликте у подростков. В ходе экспериментальной работы была разработана и внедрена программа для разработки конструктивных поведенческих подходов в конфликтах между подростками.

Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе МБОУ Гимназия № 1 г. Челябинска.

На третьем этапе исследования динамика изменения уровня повторной диагностики, качественного и количественного анализа результатов, статистической обработки данных, формирования конструктивных поведенческих методов в конфликтах у подростков под влиянием утвержденной программы,

Следующие методы и методики исследования были использованы для проверки гипотез и решений, представленных в ходе выполнения задач

1. Теоретический анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целевое моделирование.

2. Экспериментирование, тестирование методами (тест У. Томаса, тест на самоуправление по отношению к М. Снайдеру, модифицированный тест Л. Н. Собчика);

3. Математический и статистический (t - критерий Вигенсона)

Литературный анализ – это метод научного исследования, которое проводится в процессе познания или предметно-практической деятельности, предполагающей умственное или специфическое разделение всей части.

Обобщение – это умственный переход от отдельных фактов и событий к их умственному определению (индуктивное обобщение), от одной идеи к другой – более обобщенной (логическое обобщение). Эти переходы основаны на особом типе правил. Процесс обобщения связан с процессами абстракции, анализа, синтеза, сравнения с различными индуктивными процедурами [66, с. 415].

Эксперимент является одним из основных методов научного познания, в частности психологического исследования. Это активное вмешательство исследователя в ситуацию, систематическое управление одной или несколькими переменными и регистрация сопутствующих изменений в поведении исследуемого объекта.

Опыт – это эксперимент, который определяет существование неизбежного факта или явления. Если исследователь ставит задачу определить текущее состояние и уровень формирования изучаемого параметра, то есть эксперименту ясно, определяется ли фактический уровень развития изучаемого свойства в дисциплине или группе субъектов [42, с. 318].

Формирующий эксперимент – это особый метод психологического исследования, заключающийся в том, что исследователь определенным образом формирует готовность (знание) субъекта к достижению определенного изменения его психики [42, с. 512].

Тестирование – метод психологической диагностики с использованием стандартизированных вопросов и заданий (тестов) с определенной шкалой значений. Используется для стандартного измерения индивидуальных различий [11, с. 382].

Статистические методы – это научные методы описания и изучения массовых явлений, которые допускают количественное (количественное) выражение.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Исследование проводилось на базе ОУ1 г МБОУ колледжа. Челябинск. В исследовании приняли участие ученики 9-х классов (48 человек в возрасте от 14 до 15 лет (22 мальчика) и (26 девочек), которые (после проведения методологии К. Томаса) были разделены на две группы по 24 человека – экспериментальную и контрольную.

Основные используемые психодиагностические методы: тест для определения уровня самоконтроля в отношениях М. Снайдера, тест для описания поведения в конфликтной ситуации Н.В., адаптированный К. Томасом. Гришина Т. Тест Лири использовался для изучения склонности к конфликтному поведению. Все методы были выполнены в разные дни.

Учащиеся экспериментальной группы учатся с энтузиазмом, ищут новые знания, активны, у большинства есть хобби, некоторые участвуют в школьных мероприятиях. Многие пытаются достичь своих целей. Есть дети, которые легко общаются, но есть и закрытые, застенчивые дети, которые прячутся и беспокоятся о своих неудачах в классе. Общение в классе хорошее, наблюдаются отдельные фрагменты, класс разбивается на небольшие группы по 2-5 человек, устанавливают тесные отношения в соответствии со своими интересами, иногда не хотят находиться среди других одноклассников. Все это приводит к потере интереса к отношениям самых простых и сдержанных парней, среди которых в классе было мало, но они были вовлечены. Они относятся к взрослому как к взрослому, ценят его мнение, доверяют ему и просят о помощи.

Исследование было рассмотрено по-другому: большинство с интересом, некоторые без него. Они не посещали занятия регулярно, изначально на уроках возникали дисциплинарные трудности, но в итоге они заинтересовались обучением и его результатами.

В исследовании мы использовали следующее:

– тест «Изучение характеристик поведения в конфликтной ситуации» (метод С. Томаса) (см. Приложение 1). – Предлагаемый тест направлен на определение тактики поведения человека в конфликтной ситуации. Он состоит из 30 точек, каждая из которых имеет две точки, помеченные буквами А и В, сравнивая две точки в пунктах 2 и 2, каждый раз, когда тестируемый должен выбрать одну из привычных для своего поведения;

– тест для оценки самоконтроля в общении был разработан американским психологом М. Снайдером (см. Приложение 1). Целью этого метода является определение уровня контроля в отношениях с другими людьми. Люди с высоким коммуникативным контролем постоянно следят за собой, знают, где и как действовать, контролируют свои эмоции. Кроме того, им трудно говорить самостоятельно, им не нравятся непредсказуемые ситуации. Их позиция такова: «Кто я сейчас?». Люди с низким коммуникативным контролем являются прямыми и открытыми, они являются постоянным «я», менее чувствительными к изменениям в разных ситуациях;

– метод диагностики межличностных отношений, чтобы изучить идеи темы о себе и идеальном «я», а также взаимоотношения в небольших группах, самооценку и взаимные отношения. [44] При изучении межличностных отношений часто различаются два фактора: доминирование-послушание и дружба-агрессия. Именно эти факторы определяют общее влияние человека на процессы межличностного восприятия. Подробное описание и содержание методологии Т. Лири приведены в Приложении 1.

Данные первоначального диагноза по тесту К. Томаса свидетельствуют о наличии негативных тенденций в подростковой команде с точки зрения подходов к различным методам разрешения конфликтов. В среднем в моделях дисциплин, изучаемых в целом, преобладают следующие методы управления конфликтами: конкуренция и предотвращение. Но сотрудничество набрало всего 4,7 балла. В противном случае эти данные могут быть представлены следующим образом: конкуренция у 48% подростков как ведущий и предпочтительный способ разрешения конфликтных ситуаций, уклонение в

28%, согласие в 8%, компромисс в 12%, адаптация в 12%. Их общее количество превышает 100%, так как в 17% эти методы одинаково распространены по сравнению с другими, но только 12% используют адекватные методы разрешения конфликтов. В то же время только три респондента назвали сотрудничество относительно предпочтительным выходом из конфликта (с высокой конкуренцией и компромиссом).

По результатам тестирования по методике К. Томаса мы добровольно разделили образцы дисциплин на две группы: контрольная и экспериментальная.

Таблицы 1 и 2 в Приложении 2 содержат информацию о небольших группах индивидуального тестирования.

Таким образом, как видно из таблиц 1 и 2, сотрудничество в нашей модели не очень популярно как наиболее эффективный способ разрешения конфликтов между подростками. Часто они прибегают к экстренным мерам: конкуренции или, наоборот, для предотвращения или адаптации к неблагоприятным взаимодействиям.

Полученные данные свидетельствуют о том, что необходимость признания использования превентивной тактики может возникать из-за стремления соблюдать модель поведения, установленную властями. Конкуренция имеет тенденцию к росту как форма конфликтного поведения – возможно, благодаря опыту и опыту преодоления межличностных кризисов, это может указывать на то, что конфликт интересов в настоящее время является источником внутренних проблем для субъекта. Результаты первичной диагностики по тесту К. Томаса приведены в таблице 2 Приложения 2.

Все это не влияет на характер межличностных отношений, группового единства. В таблице 3 Приложения 2 приведены результаты первичного исследования экспериментальной и контрольной групп по тесту на оценку самоконтроля М. Снайдера.

Минимальный процент самоуправления составляет 17%. По словам Снайдера, респонденты с высоким коммуникативным контролем постоянно

следят за собой, знают, как себя вести и ведут себя, контролируют выражение эмоций.

Кроме того, им трудно говорить самостоятельно, им не нравятся непредсказуемые ситуации. Их позиция такова: «Кто я сейчас?» Это были 4 учащихся. Около половины числа людей со средним коммуникативным контролем – 25% (в том числе 6 студентов). Они добры, но эмоционально не сдержаны и взаимодействуют с окружающими.

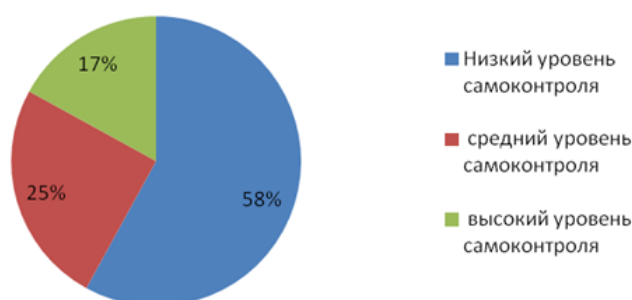


Рисунок 1 – Результаты по тесту на оценку уровня самоконтроля в общении по М.Снайдеру

Таким образом, большинство субъектов, то есть 58%, характеризуются низким уровнем коммуникативного контроля. Люди с низким коммуникативным контролем являются прямыми и открытыми, они являются постоянным «я», менее чувствительными к изменениям в разных ситуациях. Они способны проявить себя в отношениях. Некоторые люди находят таких людей «неудобными» в отношениях, потому что они просты. В это число входит более половины предметов.

Анализируя результаты первоначального диагноза по тесту Томаса и Снайдера, мы отметили следующие закономерности. Как правило, дети со стилем конфликтного поведения, которые идентифицировали конкуренцию или избегание по методу Томаса, имеют более низкий уровень самоконтроля в отношениях. В процентном отношении это 58%, что составляет большую

половину класса. Это свидетельствует о наличии конфликтов между подростками в коллективе.

Сейчас мы представляем результаты диагностики по методу Т. Лири, который определяет преобладающий тип отношения к людям при самооценке тестируемых подростков.

Информация об этой методике предоставляется отдельно для экспериментальной и контрольной групп. Анализ полученных результатов позволил выявить ряд других критериев, которые следует учитывать при работе с подростками, имеющими проблемы в области межличностных отношений с социальным педагогом, в частности, дихотомию конфликта. Это граничит с авторитаризмом, агрессией, эгоизмом и тенденцией к доминированию, репрессивным поведением. Эти размеры приведены в таблице 4.

На основании анализа результатов двух предыдущих методов данные, представленные в таблице 4 Приложения 2, позволяют не только подтвердить гипотезу о высоком уровне конфликта по предлагаемым темам, но и сделать вывод, что такой высокий уровень конфликта усугубляется явным авторитаризмом, эгоизмом и агрессией, как отдельный предмет, так и в группах в среднем. Все это еще раз доказывает, что сегодняшние подростки не имеют достаточных знаний об адекватных методах разрешения конфликтов, поскольку они часто прибегают к подрывному поведению в подавляющем большинстве видов деятельности.

В результате исследования мы отметили факторы, которые считаем важными для формирования адекватных способов разрешения межличностных конфликтов среди подростков. Это: тенденция к сотрудничеству; высокая сдержанность в общении; характер отношений со сверстниками, доминирование – послушание, дружба – агрессия.

3 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЕ СПОСОБОВ КОНСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ У ПОДРОСТКОВ

3.1 Программа формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков

Основываясь на данных первичной диагностики, мы пришли к выводу о необходимости формирующего эксперимента, в ходе которого нами была использована специальная программа работы педагога-психолога с подростками по формированию конструктивных способов разрешения межличностных конфликтов среди подростков в общеобразовательном учреждении.

В коррекционно-развивающейся программе главный акцент был сделан на работу с агрессивностью, излишним доминированием, на развитие навыков эффективного общения, дружелюбия и умения сотрудничать, а так же на повышение групповой сплоченности.

Цель программы: формирование способов конструктивного разрешения межличностных конфликтов среди подростков в условиях общеобразовательного учреждения.

Задачи:

- развитие социальной активности подростков;
- формирование конструктивных коммуникативных навыков, в том числе и умения сотрудничать;
- снижение агрессивности и формирование адекватной самооценки подростков;
- создать благоприятный психоэмоциональный климат в классном коллективе.

Структура программы: программа состоит из 10 занятий, в которые входят по несколько упражнений, каждое занятие проходит в групповой форме и рассчитано на 45 минут. Используются методы активного социально-психологического обучения и методы социально-педагогической коррекции.

Вся программа рассчитана на реализацию в течение 5 недель (по 2 занятия в неделю).

Содержание коррекционной программы полностью изложено в Приложении 3.

Данная программа была апробирована в МБОУ Гимназия № 1 г. Челябинска. В формирующем этапе приняла участие экспериментальная группа из 24 человек.

Первое занятие «Вводное».

Цель: создать благоприятные условия для работы группы, подробно ознакомить участников с основными принципами социально-психологического тренинга, продумать и принять правила работы именно этой тренинговой группы.

Упражнение 1. «Смешное приветствие».

Упражнение 2. «Правила нашей группы».

Упражнение 3. «Поменяйтесь местами те, кто...».

Сначала мы провели упражнение на приветствие, чтобы создать более теплую обстановку, затем упражнение, с помощью которого мы установили правила всех наших занятий и тем самым настроили участников на серьезную работу, они осознали важность занятий. Последнее упражнение было на снятие эмоционального напряжения, после того как они усвоили правила поведения при наших занятиях.

Второе занятие «Ознакомительное».

Цель: продолжение знакомства, достижение максимальной степени доверия в группе, развитие групповой сплоченности.

Упражнение 1. «Знакомство»

Упражнение 2. Сердце класса.

Упражнение 3. «Мнение»

Подведение итогов

При проведении первых двух занятий вводного и ознакомительного, целью которых были создать благоприятные условия для работы группы,

подробно ознакомить участников с основными принципами социально-психологического тренинга, достижение максимальной степени доверия в группе, развитие групповой сплоченности.

Мы столкнулись с определенными трудностями такими как: подростки были не внимательны, не все сосредоточились, многие стеснялись, не относились к занятиям серьезно.

Третье занятие «Формирующее».

Цель: Осознание позитивных возможностей эффективного разрешения конфликта.

Упражнение 1. «Паутина конфликтов».

Упражнение 2. Анализ структуры конфликта

Итоговая дискуссия.

Примерно с третьего занятия, когда начались формирующие упражнения и задания, и эти участники группы в своих устных самоотчетах стали говорить об интересе к работе в группе и даже о некоторых положительных результатах наших встреч. У подростков появились больше общих тем для разговоров, приятных воспоминаний и положительных эмоций.

Четвертое занятие «Формирующее».

Цель: Осознание собственной конфликтности подростками.

Упражнение 1. «Остров».

Упражнение 2. «Титаник».

Упражнение 3. «Белая ворона».

К четвертому занятию подростки проявили особый, так как им интересно в какой степени каждый из них конфликтен.

Многие подростки сначала отрицали свою конфликтность, комментируя это тем что они дружелюбны, и не испытывают ни к кому неприязни. В ходе занятия мнения разделились, особенно в упражнении «Остров или Титаник». Подросткам нужно было решить кто в группе жертва, а кто нападающий. Не смотря на трудности, мы выслушали мнение каждого и пришли к общему мнению, тем самым справились с разногласиями которые возникли в ходе

занятия.

Пятое занятие «Формирующее».

Цель: Осознание подростками особенностей собственного поведения в конфликте.

Упражнение 1. «Разрешение конфликтной ситуации».

Упражнение 2. Проблемная дискуссия «Выиграть может каждый».

Подведение итогов.

Сначала мы проанализировали предложенную ведущим ситуацию Тони и Андрея, подростки с охотой согласились, что Тоня и Андрей выбрали не правильную стратегию поведения в конфликте, что нужно было выбрать сотрудничество. Затем участники делились своими конфликтными историями из жизни. На этом занятии подростки приобрели, навыки конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, получили навыки толерантного взаимодействия друг с другом.

Шестое занятие «Формирующее».

Цель: Развитие умения видеть в любом человеке положительное.

Упражнение 1. «Комплимент».

Упражнение 2. «Выявление лидера».

Упражнение 3. «Иллюзия социальной перцепции».

Упражнение 4. «Эмоциональная поддержка».

Упражнение 5. «Наблюдение за асимметрией».

На шестом занятии участники с помощью упражнений выявляли лидеров группы, социальный статус каждого, делились по симпатиям и антипатиям, и с помощью ведущего развивали в себе умение видеть в любом человеке что-то положительное.

Седьмое занятие «Формирующее».

Цель: работа по самоанализу, совершенствование коммуникативных навыков и умений.

Упражнение 1. «Грани различия».

Упражнение 2. «Помиришь без слов».

Упражнение 3. «Знакомство на лавочке».

Упражнение 4. «Список претензий».

На седьмом занятии подростки развивали свои коммуникативные навыки, учились мириться с помощью разыгрывания различных ситуаций, причем примирение происходило как со словами, так и без слов с помощью жестов. Ребятам очень понравилось занятие, они отметили, что количество конфликтов между ними снизилось, они стали относиться друг к другу с пониманием.

Восьмое занятие «Формирующее».

Цель: Снижение деструктивной конфликтности у подростков.

Упражнение 1. «Вакцина от СПИДа».

Упражнение 2. «Титаник».

Упражнение 3. «Конфликт рук».

Упражнение 4. «Трансактные игры».

На восьмом занятии участники с помощью упражнений узнали различие между понятиями «поведение в конфликте» и «конфликтного поведения», так же научились стратегиям перехода от деструктивной конфликтности в конструктивную. Подростки отметили сложность этого занятия, не сразу все получилось, приходилось объяснять участникам правила по несколько раз, а так же расшифровывать некоторые понятия.

Девятое занятие «Формирующее».

Цель: развитие навыков социальной ориентации.

Упражнение 1. «Разговор через стекло».

Упражнение 2. «Кто знает про тебя, какой ты на самом деле?».

Упражнение 3. Ролевая игра.

Упражнение 4. «Попроси меня о...».

С помощью упражнения «Разговор через стекло» у участников развивалось чувство эмпатии, они лучше узнали друг друга. Особую трудность вызвало упражнение «Кто знает про тебя, какой ты на самом деле», оказывается не так то легко рассказать собеседнику о своем «истинном Я», а так же подростки отметили что совсем не приятно слушать свои недостатки из уст других людей.

Десятое занятие «Завершающее».

Цель: Закрепление полученных знаний и навыков конструктивного разрешения конфликтов и ведения переговоров.

Упражнение 1. «Организация совместного обсуждения примера».

Упражнение 2. «Турпоход».

Рефлексия

Завершающим занятием стало закрепление полученных занятий и навыков конструктивного разрешения конфликтов и ведения разговоров. Каждый из них старался выполнить упражнения на высоком уровне. Предлагаемые упражнения увлекали подростков, многие учащиеся прекрасно справлялись с заданиями. В общем, особых проблем в выполнении заданий у подростков не возникало.

Обсуждение результатов занятий проходило очень бурно, подростки высказывали свои мнения, делились впечатлениями, были полностью включены в работу, им было интересно осознавать чего они достигли, а также приобрели в течение этого времени.

По завершению всех занятий проводилась рефлексия. Некоторые подростки отметили что это их любимая часть занятия, так как во время рефлексии все полностью раскрывались, говорили свои чувства, переживания, трудности, тем самым становились ближе друг к другу

На протяжении всех занятий подростки охотно участвовали и даже предлагали свои идеи.

В частности, двое подростков отметили, что стали гораздо больше доверять своим одноклассникам, один из них, видимо, увлекшись, даже как-то сказал: «А оказывается и с девчонками можно договориться!». А девушки, в свою очередь, заметили, что у всех мальчиков существенно снизилась агрессивность в поведении. Но уже в середине нашей коррекционно - развивающей программы общение между подростками наладилось, многие уверенно отстаивали свои взгляды, проявляли воображение и фантазию, не испытывая страх.

Таким образом, предлагаемые нами задания рекомендуется применять

систематически, так как это способствует повышению эффективности психолого-педагогической работы по созданию условий, которые помогут подросткам лучше адаптироваться, а также просто помогут подросткам поднять настроение. Это необходимо для того, чтобы обеспечить подростков средствами, позволяющими им более эффективно действовать в повседневной жизни.

По результатам реализации программы можно сделать вывод о том, что цели коррекционных занятий были достигнуты. Итогом реализации программы по разрешению межличностных конфликтов в подростковой среде именно в том учебном заведении, где она проводилась, является то, что экспериментальная группа сразу после нашей последней встречи единодушно договорилась организовать нечто вроде дискуссионного клуба старшеклассников с целью привлечения к обсуждению самых насущных подростковых проблем не только вторую часть класса, остававшуюся на все это время в качестве контрольной группы, но и всех желающих научиться конструктивному общению и взаимодействию. Педагог-психолог школы и их классный руководитель охотно поддержали эту идею.

В процессе проведения коррекционно-развивающей программы возникали организационные вопросы, для чего требовалась помощь классного руководителя и социального педагога школы, но в целом программа прошла успешно и дала свои результаты.

В целом, подводя итог формирующего эксперимента, мы можем отметить, что методы, используемые педагогом-психологом при проведении коррекционно-развивающей работы, выступали эффективнее как средство коррекции поведения в конфликте и обучения конструктивным формам такого поведения.

Так же в результате апробации построенной нами программы были отмечены позитивные изменения коммуникативных навыков подростков, они стали более сплоченными, менее стеснительными, не скованными, легко шли на контакт, не боялись высказывать свою точку зрения на ситуацию, было замечено снижение агрессии по отношению к сверстникам, у подростков формировались

навыки конструктивного разрешения конфликтов. Но для того, чтобы подтвердить эффективность программы, необходимы дополнительные исследования – повторная диагностика.

3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента

С целью проверки эффективности проведенной программы и выявления динамики изменений в структуре межличностных отношений в группе подростков, мы провели вторичную диагностику.

Для этого нами использовались применяемые ранее методики. На контрольном этапе опытно-экспериментальной работы приняли участие контрольная и экспериментальная группы, выделенные нами в ходе констатирующего этапа эксперимента.

Следует отметить, что в процессе контрольного этапа, при проведении повторной диагностики все подростки были внимательны при прослушивании инструкций и выполнения заданий. Анализ результатов повторной диагностики проводился в соответствии с положениями обозначенного подхода к психолого-педагогическому воздействию и критериями оценки работы педагога-психолога по формированию способов конструктивного поведения у подростков в конфликте. Ими являются: склонность к сотрудничеству; уровень самоконтроля в общении; характер взаимодействия со сверстниками, выражающийся в доминировании – подчинении и дружелюбии – агрессивности.

В дальнейшем, на основе качественного и количественного анализа отдельно по каждой из методик, данные первичной и вторичной диагностики групп нами были сопоставлены именно по обозначенным выше критериям.

Анализ результатов изменения структуры межличностных отношений в учебных группах позволил установить существенные изменения и закономерности. В частности, повторное применение методики К. Томаса дало результаты, отраженные по каждому испытуемому в таблицах, размещенных в таблицах 5 и 6 Приложения 4.

Необходимо отметить, что в ходе повторной диагностики на каждом этапе с помощью онлайн сервиса <https://math.semestr.ru/group/wilcoxon.php> была рассчитана статистическая достоверность произошедших изменений, которую мы измеряли с помощью Т-критерия Вилкоксона. Уровень различий по всем исследуемым характеристикам ниже критического 0,05. Следовательно, можно сделать выводы о достоверности произошедших изменений.

Динамика изменения результатов формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков до и после опытно-экспериментальной работы (по тесту К. Томаса) представлена в наглядном виде на рисунке 2 Приложения 4.

В результате обработки данных, представленных на рисунке 2 Приложения 4 было выявлено, что в экспериментальной группе практически по всем показателям наблюдается положительная динамика, тогда как в контрольной группе каких-либо существенных положительных изменений не произошло.

По характеристике «приспособление», которое рассматривается как принесение в жертву собственных интересов ради другого, в экспериментальной группе наблюдается тенденция падения выраженности на 25 %, в то время как в контрольной группе она увеличивается на 11,86 %.

Среднегрупповой балл по типу «избегание» в экспериментальной группе упал на 43,5 %, тогда как в контрольной увеличивается на 1,5 %.

Поскольку для «избегания» характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей, то мы считаем, что снижение доли подобного способа «разрешения» конфликта особенно важным.

Несколько иная тенденция обнаруживается по компромиссному типу поведения. Установлено, что среднегрупповой балл в экспериментальной группе увеличился на 27,27 %, а в контрольной группе динамика отсутствует совсем: показатель остался неизменным.

Хотя компромиссный вариант не относится авторами методики к

продуктивным и адекватным способам разрешения конфликта, тем не менее, по сравнению с остальными, кроме сотрудничества, эта форма поведения явно более приемлема.

Анализ среднегрупповых баллов по категории «сотрудничество», которое рассматривается как единственная ситуация, в которой участники приходят к альтернативному решению, полностью удовлетворяющему интересы обеих сторон, показал резкий рост выраженности данной характеристики в экспериментальной группе на 117 %, тогда как в контрольной она падает на 10,4 %.

Наконец, такой стиль поведения в конфликте, как «соперничество» снизил свою популярность среди подростков экспериментальной группы на 36,23 %, а среди членов контрольной группы – всего на 4,23 %.

Безусловно, данные цифры требуют особого объяснения. Во-первых, столь резкий рост популярности сотрудничества, как стиля разрешения конфликта был обеспечен благодаря такому обстоятельству, как довольно небольшая выборка испытуемых, в которой даже незначительные изменения у одного-двух испытуемых дают существенные сдвиги.

Именно таким образом сказались результаты испытуемых, у которых максимальный показатель по категории «соперничество» снизился в два раза, а по категории «сотрудничество» настолько же вырос. А у еще одного подростка по его же словам «открылись глаза» на одноклассников так, что его отношение к такому способу разрешения конфликтных ситуаций как «сотрудничество» изменилось в 4 раза. Примерно такой же показатель получился у девушек, у одной из которых, имевшей самый низкий социометрический статус в группе, и у второй, в начале занятий игравшей роль «серой мышки», а, затем, выступившей одним из инициаторов создания дискуссионного клуба.

Кроме того, не стоит забывать и о возможности влияния на результаты тестирования субъективного отношения к экспериментатору, с которым испытуемые экспериментальной группы довольно продолжительное время сотрудничали.

Таким образом, в результате работы педагога-психолога с испытуемыми экспериментальной группы, в ней обнаруживается тенденция роста баллов по «сотрудничеству» и «компромиссному» стилям поведения и уменьшения по стилям, связанным с «соперничеством», «избеганием» и «приспособлением».

В контрольной группе таких тенденций обнаружено не было.

Анализ результатов повторного применения теста М. Снайдера отражен на рисунке 3 Приложения 4.

В результате обработки данных было выявлено, что в экспериментальной группе у подростков по всем показателям наблюдается положительная динамика, в то время как в контрольной группе никаких изменений не произошло.

По показателю низкого уровня самоконтроля наблюдается тенденция падения среди учащихся на 50 %. Учащиеся стали более уравновешенными, устойчивыми к вступлению в конфликтные ситуации, более дружелюбными.

По показателю среднего уровня и высокого уровня контроля наблюдается тенденция повышения среди учащихся на 25%. Подростки стали более сдержанны в своих эмоциональных проявлениях, хорошо знают, где и как себя вести.

Таким образом, по динамике теста М. Снайдера видно, что уровень самоконтроля в общении у подростков в экспериментальной группе находится в настоящее время в норме, чего нельзя сказать о контрольной группе.

Данные показателей повторного тестирования испытуемых по методике Т. Лири приведены на рисунке 4 Приложения 4.

Как видно из рисунка 4 Приложения 4, снижение показателя октант «прямолинейный – агрессивный» и рост доли сотрудничества дали весьма существенную положительную динамику результатов по шкале «дружелюбие-агрессивность» в экспериментальной группе – от слабо выраженной агрессивности до явного дружелюбия (всего почти на 7 пунктов).

Аналогичный же показатель в контрольной группе также вырос, но весьма незначительно – на 0,24 пункта.

Показатель степени доминирования-подчинения в экспериментальной группе также изменился в благоприятную сторону: снизился на 47 %, а в контрольной группе, наоборот, вырос на 12,8 %.

Кроме того, в экспериментальной группе снизилась подозрительность (на 14,8 %) и авторитарность (на 31 %), зато повысилась альтруистичность (на 51 %) и, даже, эгоистичность восприятия окружающих (на 7,8 %). В контрольной группе по аналогичным показателям явной динамики результатов не наблюдается.

Таким образом, можно с полной уверенностью сказать, что проведенная апробация программы по формированию способов конструктивного поведения в конфликте у подростков, основанная на данных первичной диагностики, является весьма эффективной. Это происходит постольку, поскольку психолого-педагогическая деятельность способна довольно существенно влиять на такие сферы подростковых взаимоотношений и личности самих подростков, как склонность к соперничеству или сотрудничеству при разрешении конфликтной ситуации; социометрический статус и уровень групповой сплоченности; преобладание авторитарных и агрессивных, либо дружелюбных и открытых отношений к своим сверстникам в классе.

3.3 Рекомендации педагогам и родителям по формированию конструктивного поведения подростков в конфликте

В результате программы формирования способов конструктивного поведения у подростков в конфликте повышается кооперативная стратегия межличностных отношений, степень выраженности дружелюбности и альтруизма.

Одна из главных задач системы образования – формирование личности обучающихся. В штат современной школы возвращаются психологи и социальные педагоги. В учебном плане средней ступени общего образования представлены часы внеурочной деятельности, которые часто используются на оказание квалифицированной психологической помощи подросткам.

Наша программа по формированию способов конструктивного поведения у подростков в конфликте может стать эффективным ресурсом школьного психолога. Данный комплекс воздействия может быть использован как целевой ресурс по снижению агрессивности, враждебности и соперничества среди подростков, а также в целях повышения кооперации и сотрудничества в подростковых коллективах.

Результаты эксперимента позволили сформулировать некоторые рекомендации для педагогов и родителей:

- конфликтов не следует бояться, поскольку они закономерны;
- вмешиваться в конфликт целесообразно не столько для того, чтобы устранить его, сколько оказать помощь подростку в познании самого себя, своего товарища, своего учебного коллектива;
- прежде чем вмешиваться в конфликт, необходимо узнать причины его возникновения, иначе вмешательство может приобрести педагогически негативный характер;
- конфликтная ситуация и конфликт при умелом использовании механизмов управления могут стать эффективными средствами воспитательного воздействия;
- необходимы глубокие специальные знания для успешного управления конфликтами среди подростков;
- для снижения уровня конфликтности в подростковой среде необходимо проведение психокоррекционных мероприятий.

Рекомендации родителям:

1. Выясните, в чем состоит причина конфликта. Для этого можно использовать как уточняющие вопросы или техники активного слушания, которые позволяют понять и назвать чувства другого человека без оценивания. И еще немаловажное условие: выяснение причин должно проходить после того, как Вы овладели своими чувства, без криков и ругани.

2. Четко сформулируйте, чего вы хотите и чего хочет ваш ребенок.

3. Постарайтесь найти максимальное количество вариантов решения конфликта с учетом интересов всех участников. Возможно составления письменного списка.

4. Желательно формулировать желаемое поведение в позитивной форме. Чем более конкретные меры прописаны, тем больше вероятности, что они будут приняты и выполнены.

5. Совместно дайте оценку всем вариантам и выберите тот, который максимально соответствует интересам всех участников взаимодействия. Будьте гибкими, если желаете достичь главного – разрешения конфликта.

6. Договоритесь действовать в соответствии с данным вариантом, старайтесь следовать договоренностям, желательно с указанием срока договоренности. К примеру, наш договор действует в течение следующей недели. В случае нарушения договоренности не судите строго ни ребенка, ни себя. Возможно, причина в том, что при выборе решения кто – то был не совсем искренним и на самом – то деле предложенный выход из ситуации кого – то не устраивал. Имеет смысл пересмотреть договоренность и вновь прийти к обоюдному согласию.

Главенствующее положение занимает ситуация внутрисемейного развития. Семья решающим образом определяет условия жизни ребенка в период, предшествующий подростковому, с одной стороны, предупреждая многие вредные последствия, а с другой – являясь наиболее богатым источником его впечатлений и переживаний. Кризис в семье приводит к искажению идеалов, Я подростка, что провоцирует вначале изменение поведения, а потом нравственного облика и жизненных установок. Воспитателем разочарованного во взрослых подростка становится улица, где есть круг таких же ребят. Ожесточенность, упрямство и безнравственный лидер при отсутствии привязанности к семье ведут к совершению преступных действий, хотя основой создания своей группы является потребность быть понятым, принятым и повысить свою самооценку. В результате разрушаются учебные и трудовые достижения, что порождает новые конфликты и неудачи, которые подрывают

самоуважение и уверенность в себе, поэтому при изучении психологических детерминант конфликтного поведения подростка нужно отделять проявления возрастных особенностей от случаев собственно девиантного поведения, возможные деформации становящейся самооценки от напускного цинизма и пренебрежения социальными эталонами.

В заключение следует сказать, что особый резонанс проблема подростковой конфликтности приобрела в последнее время. Знание факторов подростковой конфликтности необходимо для развития у подростков навыков адекватной самооценки, формирования умений анализировать ситуацию межличностного взаимодействия; для коррекции собственного поведения в отношениях с людьми и, таким образом, для преобразования конфликтности в конфликтоустойчивость с помощью активных методов обучения.

Таким образом, в данной главе исследования были представлены результаты опытно-экспериментального исследования формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков, направленные на подтверждение выдвинутой во введении гипотезы.

Основываясь на данных первичной диагностики, мы пришли к возможности составления и реализации специальной программы формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков, в которой главный акцент сделан на работу с агрессивностью, излишним доминированием, на развитие дружелюбия и умения сотрудничать, а также на повышение групповой сплоченности.

Затем, с целью проверки эффективности проведенной программы и выявления формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков, мы провели вторичную диагностику. Это позволило выявить положительную динамику изменения основных факторов, влияющих на способность конструктивного поведения в конфликте у подростков.

По результатам констатирующего этапа нами были разработаны рекомендации для педагогов и родителей по формированию конструктивного поведения подростков в конфликте.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ психолого-педагогической литературы показывает, что конфликтом следует считать наличие противоречия, разногласий, интересов, потребностей, целей, что нарушает нормальное взаимодействие людей и препятствует достижению их целей, а также приводит к противоборству. Существуют объективные и субъективные причины конфликтов. Конфликт может выполнять конструктивную и деструктивную функции по отношению к основным участникам.

В ходе исследования дана характеристика некоторым особенностям подростковых конфликтов. Подростковый возраст представляется наиболее ответственным периодом, так как в это время складываются основы нравственности, формируются социальные представления о сложных явлениях и феноменах, социальные установки, отношение к себе, отношение к людям, к обществу. У подростков стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения, формируются главные мотивационные линии этого возраста – самопознание, самовыражение, самоутверждение. Это этап активного экспериментирования в различных сферах жизни. Все это усугубляет негативные тенденции в плане разрешения конфликтных ситуаций в подростковой среде.

К основным направлениям работы педагога-психолога по разрешению межличностных конфликтов в подростковой среде относятся те, которые реализуются через целостный педагогический процесс, а также профессиональную деятельность педагога-психолога. Основными направлениями являются: психолого-педагогическое просвещение, профилактика, диагностика, коррекция. В ходе исследования нами были использованы следующие методики: тест М. Снайдера, тест описания поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, для изучения личностной предрасположенности к конфликтному поведению был использован тест Т. Лири.

В ходе работы нами была разработана и реализована программа по формированию способов конструктивного поведения в конфликте у подростков.

Затем, с целью проверки эффективности проведенной программы и выявления формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков, мы провели вторичную диагностику. Это позволило выявить положительную динамику изменения основных факторов, влияющих на способность конструктивного поведения в конфликте у подростков. В выборке испытуемых экспериментальной группы значительно выросла популярность наиболее эффективного стиля разрешения конфликтной ситуации – сотрудничества, на фоне снижения приемлемости остальных, наименее адаптивных стилей. В контрольной же группе подобных тенденций не наблюдается.

Такие показатели, как «дружелюбие-агрессивность» и «доминирование-подчинение» в период эксперимента в экспериментальной группе также претерпели определенную позитивную трансформацию. Первый фактор изменился от слабо выраженной агрессивности до явного дружелюбия (на 7 пунктов). А второй показатель степени доминирования-подчинения в экспериментальной группе снизился на 47 %, а в контрольной, наоборот, вырос на 12,8 %.

В процессе достижения цели и проверки гипотезы решены поставленные в исследовании задачи. Изучено состояние исследуемой проблемы в психолого-педагогической литературе. Выявлены особенности межличностных конфликтов в подростковом возрасте и основные направления работы педагога-психолога по формированию способов конструктивного поведения в конфликте у подростков.

В ходе исследования была подтверждена гипотеза, заключающаяся в предположении о том, способы поведения, возможно, изменятся если организовать психолого-педагогическую программу.

Теоретическая значимость работы состоит в том, что изучен и обобщен обширный научно-теоретический материал по проблеме формирования

способов конструктивного поведения в конфликте у подростков.

Таким образом, можно с полной уверенностью сказать, что работа по формированию способов конструктивного поведения в конфликте у подростков, основанная на данных первичной диагностики, является весьма эффективной.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Агеев В.С. Межгрупповое взаимодействие. Социально-психологические проблемы. – М.: МГУ, 2010. – 240с.
2. Аклаев А. Р. Этнополитическая конфликтология: Анализ и менеджмент: Учеб. пособие. –М.: Дело, 2015. – 472 с.
3. Ананьев Б.Г. Психология педагогической оценки// Избранные психологические труды. – М.: Педагогика, 2017. – Т. II. – С.128-268.
4. Андреев В.И. Психология социального познания. – М., 2010. – 288 с.
5. Андреева Г.М. Социальная психология. – М.: Аспект-Пресс, 2010. – 376 с.
6. Андриади И.П. Конфликты, причины их возникновения и некоторые аспекты педагогического вмешательства в конфликт. – М.: Изд-во Гос. центр. ин-та физ. культуры, 2011. – 130 с.
7. Анцупов А. Я., Баклановский С. В. Конфликтология в схемах и комментариях. – СПб.: Питер, 2015. – 288 с.
8. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология. – М.: ЮНИТИ, 2019. – 551 с.
9. Боулдинг К. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. – СПб.: Питер, 2011. – 131 с.
10. Богданов Е. Н., Зазыкин В. Г. Психология личности в конфликте: Учебное пособие. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2014. – 244 с.
11. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. – М.: МГУ, 2012. – 201с.
12. Вагин И. Уроки психологической защиты. – СПб.: Питер, 2017. – 122 с.
13. Васильев Н. Н. Тренинг преодоления конфликтов. – СПб.: Речь, 2017. – 174 с.
14. Волков, Б. С. Конфликтология:/ Б. С. Волков, Н. В. Волкова. – Москва: Фонд «Мир»: Академический проект, 2017. – 397 с

15. Ворожейкин И.Е. Конфликтология. – М., ИНФРА. 2013. – 112 с.
16. Введение в практическую социальную психологию/ Под ред. Ю.М. Жукова, Л.А. Петровской, О.В. Соловьевой. – М.: Смысл, 2016. – 372 с.
17. Выготский Л.С. Мышление и речь// Выготский Л.С. Собр. соч. в 6 тт. – М.: Педагогика, 2012. – Т. 2. – 504 с.
18. Гришина Н.В. Психология конфликта. – СПб.: Питер, 2015. – 464 с.
19. Гришина Н.В. Психология межличностного конфликта: Дис. д-ра психол. наук. – СПб, 2015. – 361 с.
20. Громова О.Н. Конфликтология: учебное пособие. – М.: ГАУ, 2013. – 42 с.
21. Дмитриев А., Кудрявцев В., Кудрявцев С. Введение в общую теорию конфликтов. – М.: РАН, 2013. – 207 с.
22. Драгунова Т.В. Проблема конфликта в подростковом возрасте // Вопросы психологии. – 2002. – № 2. – С. 25-38.
23. Драгунова Т.В. Психические особенности подростка // Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А.В. Петровского. – М.: Просвещение, 2003. – 241 с.
24. Емельянов С., М. – Практикум по конфликтологии. – СПб.: Питер, 2014. – 400 с.
25. Еникеев М. И. Социальная психология: Учебник для вузов. – М.: «Издательство ПРИОР», 2010. – 160с.
26. Заиченко Н.У. Психологические аспекты и возможности разрешения межличностных конфликтов // Психология конфликта. – М.: МГУПС, 2010. – Часть II. – 60 с.
27. Запрудский Ю.Г. Психологические особенности диагностики и оптимизации взаимоотношений в конфликтной семье// Вопросы психологии. – 2011. – № 3. – С. 58 – 68.
28. Зеньковский В.В. Психология детства. – Екатеринбург: «Деловая книга», 2015. – 347 с.

29. Козлов В.В., Козлова А.А. Управление конфликтом. – М.: Издательство «Эксмо», 2014. – 224 с.
30. Козырев Г., И. Введение в конфликтологию. – М.: Владос, 2019. – С. 144-146
31. Косолапов Н. Выиграть может каждый: Практическое руководство по конфликтологии для предпринимателей, широкого круга читателей. – М.: Стрингер, 2017. – 216 с.
32. Кочюнас Р.. Основы психологического консультирования. – М.: Академический проект, 2010. – 432 с.
33. Краткий психологический словарь/ Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 2015. – 431 с.
34. Краковский А.П. О подростках. – М.: Педагогика, 2019. – 384 с.
35. Кудрявцев С.В. Конфликт и насильственное преступление. – М.: Наука, 2011. – 174 с.
36. Крисберг Л., Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: ТЦ. Сфера, 2016. – 464 с.
37. Лабунская В.А. и др. Психология затрудненного общения: Теория. Методы. Диагностика. Коррекция. – М.: Академия 2011. – 288 с.
38. Семенов В.С. Невербальное поведение (социально-перцептивный подход). – Р-н/Д., 2016. – 135 с.
39. Левин К. Конфликт между аристотелевским и галилеевским способами мышления в современной психологии// Психологический журнал. – 2019. – № 5. – с. 134 – 158.
40. Лейенс Ж.-Ф., Дарден Б. Основные концепции и подходы в социальном познании// Перспективы социальной психологии. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2011. – С. 128 – 153.
41. Леонов Н.И. Конфликтология: -М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2017. – 132 с.

42. Лозовцева В.Н. Конфликты, развивающиеся в условиях деформированных взаимоотношений подростка с одноклассниками// Конфликты в школьном возрасте: пути их преодоления и предупреждения/ Под ред. Е.А. Шумилина. – М., 2016. – С. 26 – 39.
43. Лупьян Я.А. Барьеры общения, конфликты, стресс. – Ростов-н/Д., 2011.
44. Майерс Д. Социальная психология. Пер. с англ. – СПб.: Питер, 2010. – 239 с.
45. Мерлин В.С. Психологические конфликты//Проблемы экспериментальной психологии личности: Учен. зап. / Перм. пед. ин-т. – Пермь, 2000. – Т. 77. – С. 103 – 164.
46. Мудрик А.В. Социальная педагогика. Учебник для студентов вузов // Под ред. Сластенина В.А. – 2-е изд. испр. и доп. – М: Изд. центр «Академия», 2010.
47. Немов Р.С. Психология. – М., 2014. – Т. 1. – 496 с.
48. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. – М.: Тривола, 2016. – 360 с.
49. Основы конфликтологии: Учебное пособие/ Под. ред. В.Н. Кудрявцева. – М.: Юристъ, 2017. – 201 с.
50. Парыгин Б. Д. Социальная психология. Проблемы методологии, истории и теории. – СПб.: ИГУП, 2019. – 592 с.
51. Петровская Л.А. Неадекватность восприятия как фактор социально-психологического конфликта// Теоретические и прикладные проблемы психологии познания людьми друг друга. – Краснодар: Изд-во Кубанского ун-та, 2019. – С. 48 – 50.
52. Петровская Л.А. О понятийной схеме социально-психологического анализа конфликта// Теоретические и методологические проблемы социальной психологии. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 2007. – С. 126 – 143.
53. Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Подросток в учебнике и жизни. – М.: «Знание», 2010. – 80 с.

54. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. – М.: ВЛАДОС, 2015. – 529 с.
55. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Изд-во «Питер», 2019. – 720 с.
56. Руководство практического психолога: психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы/ Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 170 с.
57. Рыбакова М.М. Конфликт и взаимодействие в педагогическом процессе. – М.: Просвещение, 2011. – 246 с.
58. Савченко Т.Н. Моделирование поведения в конфликтных ситуациях. Дисс. ... канд. психол. наук. – М., 2013. – 117 с.
59. Собчик Л.Н. Диагностика межличностных отношений. Модифицированный вариант интерперсональной диагностики Т. Лири. Методическое руководство. – М.: 2010. – 48 с.
60. Сорокина А.И. Конфликтность в поведении детей и подростков. – Уфа, 2016. – 130 с.
61. Сухарев П. Думай, как я велю! Руководство по психологическому воздействию. – СПб.: Питер, 2010. – 192 с.
62. Тимофеев Ю.П., Коваленков Н.Н. Конфликтология: Учебное пособие по курсу «Конфликтология». – Астрахань, 2016. – 184 с.
63. Упражнения для психоактивной профилактики подростковой наркомании. – Самара, 2019
64. Фельдштейн Д.И. Проблемы возрастной и педагогической психологии: Избранные психологические труды. – М.: Междунар. пед. академия, 2014. – 368 с.
65. Фельдштейн Д.И., Воробьева Л.И. Конфликты в условиях школы// Конфликты в школьном возрасте: пути их преодоления и предупреждения/ Под ред. Е.А. Шумилина. – М., 2016. – С. 4 – 17.
66. Хасан Б. И. Конструктивная психология конфликта. – СПб.: Питер, 2013. – 250 с.

67. Хасан Б.И., Сергоманов П.А. Психология конфликта и переговоров. – М., Издательский центр «Академия», 2014. – 190 с.
68. Хорни К. Наши внутренние конфликты. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2018. – 240 с.
69. Шевандрин Н.И. Социальная психология в образовании. – М.: ВЛАДОС, 2015. – 544 с.
70. Шейн Э.Х. Организационная культура и лидерство / Пер. с англ. под ред. В.А. Спивака. –СПб: Питер, 2017. – 336 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Эмпирические методики исследования

Тест описания поведения в конфликтной ситуации К.Томаса

Тест адаптирован для изучения личностной предрасположенности к конфликтному поведению человека. В своем подходе к изучению конфликтных явлений Томас делал акцент на изменении традиционного отношения к конфликтам. На ранних стадиях их изучения широко использовался термин «разрешение конфликтов». Этот термин подразумевает, что конфликт можно и необходимо разрешить или элиминировать. Целью разрешения конфликтов, таким образом, было некоторое бесконфликтное состояние, где люди взаимодействуют в полной гармонии. В последнее время произошло существенное изменение в отношении специалистов к этому аспекту конфликтов. В соответствии с этим необходимо концентрировать внимание на следующих аспектах изучения конфликтов: какие формы поведения в конфликтных ситуациях характерны для испытуемых, каким образом можно стимулировать их продуктивное поведение.

Для описания типов поведения людей в конфликтных ситуациях применяется двухмерная модель урегулирования конфликтов. Основопологающими измерениями в ней являются: кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в конфликт; и напористость, для которой характерен акцент на защите собственных интересов.

Соответственно этим двум способам измерения выделяются следующие способы регулирования конфликтов:

- соперничество (конкуренция) как стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому;
- приспособление, означающее, в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради интересов другого человека;
- компромисс;
- избегание, для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению целей;
- сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Предполагается, что при избегании конфликта ни одна из сторон не достигнет успеха. При таких формах поведения как конкуренция, приспособление и компромисс или один участник оказывается в выигрыше, а другой проигрывает, либо проигрывают оба, так как идут

на компромиссные уступки. И только в ситуации сотрудничества обе стороны оказываются в выигрыше.

Текст опросника:

1. А. Иногда я представляю возможность другим взять на себя от ответственность за решение спорного вопроса. Б. Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны.

2. А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

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

3. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

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

4. А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

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

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

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

6. А. Я пытаюсь избежать возникновения неприятностей для себя. Б. Я стараюсь добиться своего.

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

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

8. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

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

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

Б. Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.

10. А. Я твердо стремлюсь достичь своего.

Б. Я пытаюсь найти компромиссное решение.

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

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

12. А. Зачастую я избегаю позиции, которая может вызвать споры.

Б. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.

13. А. Я предлагаю среднюю позицию.

Б. Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему.

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

Б. Улаживая ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого .

29. А Я предлагаю среднюю позицию.

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

30. А.Я стараюсь не задевать чувства другого.

Б Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы ни совместно с другим заинтересованным человеком могли добиться успеха

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

Тест можно использовать при групповых обследованиях (и тогда стимульный материал зачитывается вслух), и индивидуально (в этом случае необходимо сделать 30 пар карточек с написанными на них высказываниями, а затем предложить испытуемому выбрать из каждой пары одну карточку, ту, которая кажется ему ближе к истине применительно к его поведению).

Тест на оценку самоконтроля в общении М.Снайдера

Для выполнения теста испытуемым предлагалось внимательно прочесть десять предложений, описывающих реакции на некоторые ситуации. Каждое из этих выражений оценивалось испытуемыми как верное или неверное применительно к себе. Предложение, являющееся верным или преимущественно верным, отмечалось буквой «В», которая ставится с порядковым номером выражения. Если выражение неверное или преимущественно неверное – буквой «Н».

Результаты тестирования подсчитывались следующим образом: по одному баллу насчитывалось за ответ «Н» на 1, 5 и 7 вопросы и за ответ «В» на все остальные. Каждый испытуемый получил оценку своего уровня коммуникативного контроля: низкий (от 0 до 3 баллов), средний (от 4 до 6 баллов) и высокий (от 7 до 10 баллов).

Тест опросника:

1. Мне кажется трудным искусство подражать привычкам других людей.
2. Я бы, пожалуй, мог свалить дурака, чтобы привлечь внимание или позабавить окружающих.
3. Из меня мог бы выйти неплохой актер.
4. Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубоко, чем это есть на самом деле.
5. В компании я редко оказываюсь в центре внимания.
6. В разных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по-разному.

7. Я могу отстаивать только то, в чем я искренне убежден.
8. Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают видеть.
9. Я могу быть дружелюбным с людьми, которых я не выношу.
10. Я не всегда такой, каким кажусь.

Методика диагностики межличностных отношений Т.Лири

Методика создана Т. Лири, Г. Лефоржем, Р. Сазеком в 1954 г. и предназначена для исследования представлений субъекта о себе и идеальном «Я», а также для изучения взаимоотношений в малых группах. С помощью данной методики выявляется преобладающий тип отношений к людям в самооценке и взаимооценке.

Для представления основных социальных ориентации Т. Лири разработал условную схему в виде круга, разделенного на секторы. В этом круге по горизонтальной и вертикальной осям обозначены четыре ориентации: доминирование-подчинение, дружелюбие-враждебность. В свою очередь эти секторы разделены на восемь – соответственно более частным отношениям. Для еще более тонкого описания круг делят на 16 секторов, но чаще используются октанты, определенным образом ориентированные относительно двух главных осей.

Схема Т. Лири основана на предположении, что чем ближе оказываются результаты испытуемого к центру окружности, тем сильнее взаимосвязь этих двух переменных. Сумма баллов каждой ориентации переводится в индекс, где доминируют вертикальная (доминирование-подчинение) и горизонтальная (дружелюбие-враждебность) оси. Расстояние полученных показателей от центра окружности указывает на адаптивность или экстремальность интерперсонального поведения.

Опросник содержит 128 оценочных суждений, из которых в каждом из 8 типов отношений образуются 16 пунктов, упорядоченных по восходящей интенсивности. Методика построена так, что суждения, направленные на выяснение какого-либо типа отношений, расположены не подряд, а особым образом: они группируются по 4 и повторяются через равное количество определений. При обработке подсчитывается количество отношений каждого типа.

Т. Лири предлагал использовать методику для оценки наблюдаемого поведения людей, т.е. поведения в оценке окружающих («со стороны»), для самооценки, оценки близких людей, для описания идеального «Я». В соответствии с этими уровнями диагностики меняется инструкция для ответа.

Методика может быть представлена респонденту либо списком (по алфавиту или в

случайном порядке), либо на отдельных карточках. Ему предлагается указать те утверждения, которые соответствуют его представлению о себе, относятся к другому человеку или его идеалу.

Максимальная оценка уровня – 16 баллов, но она разделена на четыре степени выраженности отношения.

В результате производится подсчет баллов по каждой октанте с помощью специального «ключа» к опроснику. Полученные баллы переносятся на дискограмму, при этом расстояние от центра круга соответствует числу баллов по данной октанте (от 0 до 16). Концы векторов соединяются и образуют личностный профиль.

По специальным формулам определяются показатели по основным факторам: доминирование и дружелюбие.

$$\text{Доминирование} = (I - V) + 0,7(II + III - VI - IV)$$

$$\text{Дружелюбие} = (VII - III) + 0,7(VIII - VI - IV + II)$$

Качественный анализ полученных данных проводится путем сравнения дискограмм, демонстрирующих различие между представлениями разных людей. С.В. Максимовым приведены индексы точности рефлексии, дифференцированности восприятия, степени благополучности положения личности в группе, степени осознания личностью мнения группы, значимости группы для личности.

Типы отношения к окружающим

I. Авторитарный

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

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

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

II. Эгоистичный

13-16 – стремится быть над всеми, но одновременно в стороне от всех, самовлюбленный, расчетливый, независимый, себялюбивый. Трудности перекладывает на окружающих, сам относится к ним несколько отчужденно, хвастливый, самодовольный, заносчивый. 0-12 – эгоистические черты, ориентация на себя, склонность к соперничеству.

III. Агрессивный

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

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

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

IV. Подозрительный

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

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

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

V. Подчиняемый

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

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

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

VI. Зависимый

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

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

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

VII. Дружелюбный

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

0-8 – склонный к сотрудничеству, кооперации, гибкий и компромиссный при решении проблем и в конфликтных ситуациях, стремится быть в согласии с мнением окружающих,

сознательно конформный, следует условностям, правилам и принципам «хорошего тона» в отношениях с людьми, инициативный энтузиаст в достижении целей группы, стремится помогать, чувствовать себя в центре внимания, заслужить признание и любовь, общительный, проявляет теплоту и дружелюбие в отношениях.

VIII. Альтруистический

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

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

ТЕКСТ ОПРОСНИКА

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

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

21. Благородный
22. Восхищающийся и склонный к подражанию
- VI. 23. Уважительный
24. Ищущий одобрения
25. Способен к сотрудничеству
26. Стремится ужиться с другими
- VII. 27. Дружелюбный, доброжелательный
28. Внимательный и ласковый
29. Деликатный
30. Одобряющий
- VIII. 31. Отзывчивый к призывам о помощи
32. Бескорыстный
33. Способен вызвать восхищение
34. Пользуется уважением у других
- I. 35. Обладает талантом руководителя
36. Любит ответственность
37. Уверен в себе
38. Самоуверен и напорист
- II. 39. Деловит и практичен
40. Любит соревноваться
41. Строгий и крутой, где надо
42. Неумолимый, но беспристрастный.
- III. 43. Раздражительный
44. Открытый и прямолинейный
45. Не терпит, чтобы им командовали
46. Скептичен
- IV. 47. На него трудно произвести впечатление
48. Обидчивый, щепетильный
49. Легко смущается
50. Не уверен в себе
- V. 51. Уступчивый
52. Скромный
53. Часто прибегает к помощи других
54. Очень почитает авторитеты
- VI. 55. Охотно принимает советы

56. Доверчив и стремится радовать других
57. Всегда любезен в общении
58. Дорожит мнением окружающих
- VII. 59. Общительный и уживчивый
60. Добросердечный
61. Добрый, вселяющий уверенность
62. Нежный и мягкосердечный
- VIII. 63. Любит заботиться о других
64. Бескорыстный, щедрый
65. Любит давать советы
66. Производит впечатление значимости
- I. 67. Начальственно-повелительный
68. Властный
69. Хвастливый
70. Надменный и самодовольный
- II. 71. Думает только о себе
72. Хитрый и расчетливый
73. Нетерпим к ошибкам других
74. Свокорыстный
- III. 75. Откровенный
76. Часто недружелюбен
77. Озлобленный
78. Жалобщик
- IV. 79. Ревнивый
80. Долго помнит обиды
81. Склонный к самобичеванию
82. Застенчивый
- V. 83. Безынициативный
84. Кроткий
85. Зависимый, несамостоятельный
86. Любит подчиняться
- VI. 87. Предоставляет другим принимать решения
88. Легко попадает впросак
89. Легко попадает под влияние друзей
90. Готов довериться любому

- VII. 91. Благорасположен ко всем без разбору
92. Всем симпатизирует
93. Прощает все
94. Переполнен чрезмерным сочувствием
- VIII. 95. Великодушен и терпим к недостаткам
96. Стремится покровительствовать
97. Стремится к успеху
98. Ожидает восхищения от каждого
- I. 99. Распоряжается другими
100. Деспотичный
101. Сноб (судит о людях по рангу и личным качествам)
102. Тщеславный
- II. 103. Эгоистичный
104. Холодный, черствый
105. Язвительный, насмешливый
106. Злобный, жестокий
- III. 107. Часто гневливый
108. Бесчувственный, равнодушный
109. Злопамятный
110. Проникнут духом противоречия
- IV. 111. Упрямый
112. Неверчивый и подозрительный
113. Робкий
114. Стыдливый
- V. 115. Отличается чрезмерной готовностью
116. Мякотелый
117. Почти никогда и никому не возражает
118. Ненавязчивый
- VI. 119. Любит, чтобы его опекали
120. Чрезмерно доверчив
121. Стремится снискать расположение каждого
122. Со всеми соглашается
- VII. 123. Всегда дружелюбен
124. Всех любит
125. Слишком снисходителен к окружающим

126. Стараются утешить каждого

VIII. 127. Заботится о других в ущерб себе

128. Портит людей чрезмерной добротой

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты констатирующего этапа исследования

Таблица 1 – Результаты первичной диагностики по тесту К. Томаса (в баллах) экспериментальная группа

Испытуемый	Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление	Доминирующий
1	2	3	4	5	6	7
Алина С.	8	7	3	6	6	соперничество/ сотрудничество
Вика Т.	12	5	7	3	3	соперничество
Герман П.	8	4	4	7	7	соперничество
Женя А.	5	9	8	4	4	сотрудничество
Сергей К.	5	9	8	4	4	сотрудничество
Стас Б.	10	6	6	5	3	соперничество
Саша Т.	4	3	4	9	10	приспособление
Оля М.	5	5	10	8	2	приспособление
Миша Ж.	3	2	6	10	9	избегание
Катя У.	7	5	6	6	6	соперничество
Света Е.	2	2	4	10	12	приспособление
Аня Ю.	11	5	7	4	3	соперничество
Гриша А.	7	7	4	6	6	соперничество/ сотрудничество
Семен П.	2	2	4	10	12	приспособление
Глеб Ю.	5	5	10	8	2	компромисс
Аня С.	6	5	6	7	6	избегание
Оля Т.	3	2	6	10	9	избегание
Женя З.	12	4	3	7	4	соперничество
Дамир Р.	9	4	3	7	7	соперничество
Лена В.	8	4	5	7	6	соперничество
Даша У.	10	6	6	5	3	соперничество
Саша Ф.	4	3	4	9	10	приспособление
Леша И.	8	4	5	7	6	соперничество
Игнат С.	12	4	3	7	4	соперничество
Средний	6,9	4,7	5,5	6,9	6	

Таблица 2 – Результаты первичной диагностики по тесту К. Томаса (в баллах) контрольная группа

Испытуемый	Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление	Доминирующий
<i>1</i>	2	3	4	5	6	7
Ия Р.	3	4	2	10	11	приспособление
Рома Д.	7	3	6	8	6	избегание
Аня Ж.	6	4	8	7	5	компромисс
Илья У.	7	9	7	4	3	сотрудничество
Ян А.	8	2	5	8	7	соперничество / избегание
Карен В.	5	8	2	9	6	избегание
Саша Т.	7	6	5	7	5	соперничество / избегание
Дамир С.	8	2	5	8	7	соперничество / избегание
Роза Т.	2	4	6	9	9	избегание/приспо собление
Юля Н.	12	5	6	5	2	соперничество
Оксана Ш.	3	4	2	10	11	приспособление
Карим Ц.	11	5	7	5	2	соперничество
Люда Б.	9	3	8	3	7	соперничество
Олеся С.	3	3	6	9	9	избегание/приспо собление
Люда Ф.	10	5	6	5	4	соперничество
Женя Г.	6	4	6	8	6	избегание
Сергей Н.	7	3	8	7	5	компромисс
Рома З.	11	4	6	5	4	соперничество
Варя Р.	9	6	4	5	6	соперничество
Лена Ф.	7	9	7	4	3	сотрудничество
Стас С.	9	3	8	3	7	соперничество
Костя Ю.	7	6	5	7	5	соперничество / избегание
Саша К.	5	8	2	9	6	избегание
Жанна Ч.	8	6	5	5	6	соперничество
Средний	7,1	4,8	5,5	6,7	5,9	

Таблица 3 – Результаты первичного исследования экспериментальной и контрольной групп по тесту на оценку самоконтроля М. Снайдера

№	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Ф.И.О.	Количественные показатели	Ф.И.О.	Количественные показатели
1	2	3	4	5
1	Алина С.	низкий	Ия Р.	высокий
2	Вика Т.	высокий	Рома Д.	средний
3	Герман П.	средний	Аня Ж.	средний
4	Женя А.	средний	Илья У.	низкий
5	Сергей К.	высокий	Ян А.	средний
6	Стас Б.	низкий	Карен В.	низкий
7	Саша Т.	низкий	Саша Т.	низкий
8	Оля М.	низкий	Дамир С.	низкий
9	Миша Ж.	низкий	Роза Т.	высокий
10	Катя У.	средний	Юля Н.	низкий
11	Света Е.	низкий	Оксана Ш.	низкий
12	Аня Ю.	низкий	Карим Ц.	низкий
13	Гриша А.	низкий	Люда Б.	низкий
14	Семен П.	низкий	Олеся С.	средний
15	Глеб Ю.	низкий	Люда Ф.	низкий
16	Аня С.	низкий	Женя Г.	низкий
17	Оля Т.	средний	Сергей Н.	средний
18	Женя З.	низкий	Рома З.	средний
19	Дамир Р.	высокий	Варя Р.	низкий
20	Лена В.	средний	Лена Ф.	низкий
21	Даша У.	низкий	Стас С.	высокий
22	Саша Ф.	высокий	Костя Ю.	низкий
23	Леша И.	средний	Саша К.	высокий
24	Игнат С.	низкий	Жанна Ч.	низкий

Таблица 4 – Стили межличностных отношений у испытуемых всей выборки

Код	Шкала-октанта	Средние значения по группам	
		экспериментальная	контрольная
I	авторитарность	6,8	6,9
II	эгоистичность	7	7
III	агрессивность	6,9	7
IV	подозрительность	5,4	5,4
V	подчиняемость	4,5	4,8
VI	зависимость	4,6	4,7
VII	дружелюбность	5,5	5,7
VIII	альтруистичность	4,7	5
V	доминирование-подчинение	5,03	4,83
G	дружелюбие – агрессивность	-0,21	-0,03

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Коррекционная программа по формированию способов конструктивного поведения в конфликте у подростков

Занятие 1. Вводное.

Цель: создать благоприятные условия для работы группы, подробно ознакомить участников с основными принципами социально-психологического тренинга, продумать и принять правила работы именно этой тренинговой группы.

Упражнение 1. «Смешное приветствие».

Упражнение 2. «Правила нашей группы».

Упражнение 3. «Поменяйтесь местами те, кто...».

Упражнение 1. «СМЕШНОЕ ПРИВЕТСТВИЕ».

Инструкция: Я хочу поговорить с вами о том, как обычно приветствуют друг друга люди. Кто из вас может продемонстрировать типичное русское рукопожатие? А кто знает другой способ подавать руку при встрече?

Попросите подростков показать различные варианты рукопожатий. Очень интересно бывает и развитие самого контакта при этом. Некоторые подают вялую безжизненную руку, другие жмут руку изо всех сил, и так далее. Я хотела бы, чтобы вы сейчас придумали смешное приветствие, которые мы будем использовать в ближайшее время. Это рукопожатие должно стать своего рода отличительным знаком нашего класса.

Сначала выберите себе партнера. Вам предоставляется три минуты, чтобы изобрести с ним или с ней новый, как можно более необычный, способ рукопожатия. Это приветствие должно быть достаточно простым, чтобы мы все легко смогли бы его запомнить, но при этом – достаточно смешным, чтобы нам было весело пожимать друг другу руки именно таким способом.

Пока подростки выполняют это задание, напишите на отдельных бумажках имена каждой пары, сложите записки в какую-нибудь коробочку или шапку. Теперь пусть каждая пара покажет придуманное ей приветствие. Нам необходимо выбрать то рукопожатие, которое мы будем с вами использовать. Я приготовила жребий, и один из вас должен вытянуть бумажку с именами той пары, чье приветствие мы сейчас и выберем. После жребия эта пара еще раз покажет нам свое рукопожатие, чтобы мы смогли его хорошо запомнить.

Анализ:

- Как приветствуют друг друга подростки нашего класса, когда собираются утром?
- В чем преимущество шуточного рукопожатия?

- Гордишься ли ты своим классом?
- Какой способ рукопожатия тебе показался самым смешным?
- Как приветствуют друг друга подростки и взрослые из других стран?

Упражнение 2. «ПРАВИЛА НАШЕЙ ГРУППЫ».

«После того, как мы познакомились, приступим к изучению основных правил социально-психологического тренинга и особенностей этой формы общения. В каждой тренинговой группе могут быть свои правила. Сейчас мы обсудим основные из них, а затем приступим к выработке правил работы именно нашей группы.» (Участникам подробно объясняются правила, даются исчерпывающие ответы на возникающие у них вопросы; после этого обсуждаются поступающие от участников предложения об изменении правил или добавлении новых; после голосования окончательно согласованные и принятые правила являются законом для работы группы).

Основные правила.

- Закон «ноль-ноль», предусматривающий своевременное начало тренинга, его окончание и столь же своевременное возвращение в аудиторию после перерыва.
- Обращение друг к другу на «ты» (для работы с детьми эта норма может быть несколько изменена, но обращение к ведущему по имени, без отчества весьма желательно).
- Работа «от и до»: человек, принявший решение об участии в тренинге, изыскивает возможность присутствовать на всех занятиях с начала до самого конца.
- Конфиденциальность информации, обсуждаемой в группе, ее закрытость для обсуждения за пределами тренинговой ситуации.
- «Здесь и сейчас». Работа группы разворачивается только в пространстве актуальных переживаний и потребностей участников.
- Все высказывания должны идти от своего имени: «я считаю...», «я думаю...», а не «все сейчас думают...», «большинство из нас...» и т.д.
- При обращении к другому участнику или в рассказе о нем необходимо обращаться непосредственно к нему: «ты сказал», а не «Маша сейчас говорила».
- Безоценочность высказываний в отношении других участников группы. Допускается и поощряется обратная связь в виде описания поведения, выражения собственных чувств по поводу этого поведения, но не оценка личности.
- Активное участие в работе: если есть желание сказать, это нужно сделать, даже если неловко, страшновато, не хочется затягивать обсуждение. Но одновременно у участников есть право помолчать, не принимать участия в упражнении, если это продиктовано внутренним состоянием.
- Право говорить и обязанность слушать. Никто не имеет права монополизировать

дискуссию, лишая других возможности принять в ней участие. Каждый может высказаться и должен дать возможность другим быть услышанными и понятыми.

Упражнение 3. «ПОМЕНИЙТЕСЬ МЕСТАМИ ТЕ, КТО...»

Участники группы садятся по кругу, тренер стоит в центре круга.

«Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем это так: стоящий в центре круга (для начала им буду предлагать) поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает каким-либо общим признаком. Например, я скажу: «Пересядьте все те, у кого сестры», – и все, у кого есть сестры, должны поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре круга, постарается успеть занять место тот, кто останется в центре круга без места, продолжит игру. Кроме того, каждый, кто оказывается в центре круга, прежде, чем назвать признак, будет выбирать одного из нас наблюдателем, называя его имя (так, сейчас наблюдателем будет Дима), Когда все поменяются местами, именно Дима перечислит нам тех, у кого есть сестры, остальные будут внимательно слушать и помогать наблюдателю, если у него возникнут затруднения».

Подведение итогов.

Занятие 2. Ознакомительное.

Цель: продолжение знакомства, достижение максимальной степени доверия в группе, развитие групповой сплоченности..

Упражнение 1. «Знакомство»

Упражнение 2. Сердце класса.

Упражнение 3. «Мнение»

Подведение итогов.

Упражнение 1. «ЗНАКОМСТВО». Упражнение выполняется в парах.

Это упражнение включает в себя несколько заданий. Каждое них рассчитано на определенное время. Я буду говорить вам, что надо делать, буду следить за временем и сообщать, когда оно закончится.

Задание 1. В течение 5 минут молча смотрим друг на друга.

Задание 2. Повернитесь спиной друг к другу. Возьмите тетради и ручки. Я буду задавать вопросы, относящиеся к внешности вашего партнера, на которые надо дать письменные ответы (Какого цвета глаза у вашего партнера? и т.п.). А теперь повернитесь лицом друг другу и проверьте правильность ваших ответов.

Задание 3. Сейчас сменим пары, один из партнеров переходит в пару, сидящую слева от него. В течение минуты молча смотрим на друга.

Задание 4. Аналогично заданию 2.

Задание 5. Один из партнеров переходит в пару, сидящую слева от него.

Сосредоточьтесь друг на друге. Решите, кто из вас будет первым выполнять задание. Сейчас тот, кто начинает выполнять задание, сообщает своему партнеру все, что он узнал о нем в ходе выполнения предыдущего задания. Второй партнер слушает, после чего корректирует рассказ о себе. Затем поменяйтесь ролями.

Упражнение 2. «СЕРДЦЕ КЛАССА».

Инструкция: Я хочу, чтобы сейчас вы сделали друг другу что-нибудь приятное. Напишите свое имя на листе бумаги и сложите его, чтобы каждый из вас мог потом вытянуть жребий с чьим-нибудь именем. Обязательно проверьте, не вытащили ли вы свое собственное имя, в таком случае вы можете поменять бумажку.

А теперь я расскажу вам, что вы сейчас будете делать. Я принесла с собой большое сердце, которое и станет сердцем нашего класса. Придумайте дружескую и приятную фразу – в адрес того, чье имя вы вытянули по жребию.

Может быть, вы напишите: «Мне нравится то, что Петр такой веселый», «У Юли всегда интересные мысли». Если составленная вами фраза придется вам по душе, возьмите фломастер и запишите ее на красном сердце класса.

Анализ:

Понравилась ли тебе эта игра?

Что тебе нравится в этом сердце?

Легко ли было сказать что-нибудь приятное о другом подростке?

Нравится ли тебе то, что написано на сердце про тебя?

Упражнение 3. «МНЕНИЕ»

«Одной из последних процедур каждого занятия является анкетирование. Вам нужно ответить на вопросы анкеты, высказав свое мнение о прошедшем занятии. Отвечая на вопросы, будьте предельно откровенны, т.к. ваше мнение поможет ведущему продумать следующее занятие, сделать его более полезным для вас и для группы в целом».

«Мнение»

Твое тренинговое имя:

Дата занятия:

Степень твоей включенности: 012345678910. (Обведи кружком соответствующий балл).

Твои основные ошибки в ходе занятия:

- а) по отношению к себе;
- б) по отношению к группе;
- в) по отношению к ведущему.

Самые значимые для тебя эпизоды, упражнения, во время которых тебе удалось сделать

определенный «прорыв», что-то лучше понять себе, в чем-то разобраться.

Что тебе не понравилось на прошедшем занятии? И почему?

1. Твои замечания и пожелания ведущему.
2. Что ты еще хотел бы написать.

Подпись.

Подведение итогов.

«Занятие закончилось. Вы высказали свое мнение о нем, но если что-то осталось в душе, особенно неприятное или тревожное, выскажите это вслух прямо сейчас. Итак, кто хочет взять слово?»

Занятие 3. Формирующее.

Цель: Осознание позитивных возможностей эффективного разрешения конфликта.

Задачи:

- Раскрыть содержание понятий «конфликт», «сигналы конфликта».
- Определить наиболее типичные причины возникающих конфликтов.

Упражнение 1. «Паутина конфликтов».

Упражнение 2. Анализ структуры конфликта

Итоговая дискуссия.

Упражнение 1. «ПАУТИНА КОНФЛИКТОВ».

Процедура проведения. В центре доски пишется слово «конфликт» и очерчивается кругом. Учащимся предлагается назвать ассоциации, вызванные этим словом. Учитель записывает каждую ассоциацию, соединяя слова линией с основным кругом. Если дети называют ассоциации, относящиеся к уже названному, учитель соединяет их непосредственно с ними, а не с основным кругом. Продолжать необходимо до тех пор, пока у детей сохраняется интерес.

Обсуждение и анализ.

- Как мы можем определить «конфликт» ?
- Что общего имеют определенные нами конфликты?
- Что вызывает конфликты?
- Что усугубляет их?
- Что предотвращает или разрешает конфликты?

3. Введение понятия «сигналы конфликта»

Основной вопрос. Разрешение конфликта зависит во многом от уровня нашей бдительности, ибо он предваряется более или менее очевидными сигналами. Какими?

Кризис. Это «крайний предел» , который характеризуют ожесточенные споры, агрессивные действия, оскорбления и т.д.

Напряжение. Взаимоотношения с человеком становятся источником постоянного беспокойства. Состояние напряжения искажает наше восприятие другого человека и многих его действий. Наши взаимоотношения обременяются весом негативных установок и предвзятых мнений. Наши чувства по отношению к оппоненту значительно изменяются к худшему.

Недоразумение. Мы зачастую впадаем в недоразумения, делая неверные выводы из ситуации, чаще всего из-за недостаточно четкого выражения мыслей или отсутствия взаимопонимания.

Инциденты. Сигнал о том, что вы являетесь участником инцидента, несущего в себе зерно конфликта, обычно незначителен. Какая-то мелочь может вызвать временное волнение или раздражение, однако через несколько дней она нередко забывается. Но накладываясь друг на друга, инциденты могут приводить к конфликту.

Дискомфорт. Это интуитивное ощущение, что что-то не так, хотя выразить его словами трудно. В данном случае к интуиции полезно прислушаться, более того, ее надо приветствовать.

Если вы научитесь распознавать сигналы дискомфорта и инцидентов и быстро реагировать на них, вы можете зачастую предотвратить возникновение напряжения, недоразумений и кризисов.

4. Разделение на группы.

Задание учащимся. Опишите ситуации, когда подобные сигналы возникали, но не были оценены вами по достоинству, упущены, приводили к возникновению конфликтных ситуаций.

5. Выступления лидеров групп по результатам обсуждения.

Упражнение 2. АНАЛИЗ СТРУКТУРЫ КОНФЛИКТА.

Как только мы вступаем в конфликт или видим, как он надвигается, мы можем сознательно выбрать наш подход к нему. Однако мы делаем это не всегда, часто автоматически реагируя в данной ситуации. Мы можем считать наши реакции вполне естественными, но на самом деле это просто привычки, полученные нами в детстве. Если вы каждый раз реагируете на конфликт одним и тем же способом, значит, вы выработали у себя одну из нескольких «конфликтных привычек».

Все нижеперечисленные действия являются формами стратегии избегания (ухода):

- молчание;
- демонстративное удаление;
- обиженный уход;
- затаенный гнев;
- депрессия;

- игнорирование обидчика;
- едкие замечания по «их» поводу за «их» спиной;
- переход на «чисто деловые отношения»;
- полный отказ от дружеских или деловых отношений с провинившейся стороной.

Давайте рассмотрим «плюсы» и «минусы» использования этой стратегии.

Формы стратегии приспособления (уступчивости) заключаются в следующем:

- вы делаете вид, что все в порядке;
- продолжаете действовать, как будто ничего не произошло;
- миритесь с происходящим, чтобы не нарушать покой;
- ругаете себя за вашу раздражительность;
- пользуетесь вашим обаянием для достижения нужной цели;
- молчите, а потом начинаете вынашивать планы мести;
- подавляете все ваши негативные эмоции.

Насколько эффективна эта стратегия?

Примеры реализации стратегии соперничества (конкуренции):

- вы стремитесь доказать, что другой человек не прав?
- дуетесь, пока они не передумают;
- перекрикиваете других;
- применяете физическое насилие;
- не принимаете явного отказа;
- требуете безоговорочного послушания;
- призываете на помощь союзников для поддержки;
- требуете, чтобы ваш оппонент согласился с вами ради сохранения отношений.

Как вы относитесь к этой стратегии?

Многие выбрали стратегию компромисса как значимую. Вы реализуете стратегию компромисса, если:

- поддерживаете дружеские отношения;
- ищете справедливого решения;
- делите предмет желаний поровну;
- избегаете самовластия и напоминаний о вашем первенстве;
- получаете что-то и для себя;
- избегаете столкновения в лоб;
- уступаете немного ради поддержания отношений.

Давайте поговорим о достоинствах и недостатках этой стратегии.

Мало, кто из вас реализует в своей жизни стратегию сотрудничества.

Как по вашему мнению, в чем она заключается и возможно ли сделать так, чтобы в конфликте выиграли обе стороны?

Преимущества подхода «выиграть/выиграть» заключаются в том, что вы находите наиболее приемлемое решение и тем самым укрепляете взаимоотношения. Когда выигрывают обе стороны, они будут более склонны поддерживать принятое решение.

3. Определение последовательности действий при разрешении конфликтной ситуации (на примере «Истории с апельсином»).

Что нужно, чтобы эффективно реализовать подход «выиграть/выиграть»?

Конфликтная ситуация. Два человека на кухне претендуют на единственный апельсин. Как поступить с ним? Разрезать пополам? Потянуть жребий? Рассудить, кому он нужнее?

Шаг 1. Узнайте, почему они хотят того, чего хотят.

Давайте вернемся на кухню и спросим людей, зачем им апельсин. Предположим, один из спорящих сказал, что он хочет пить и ему нужен сок. Другой хочет испечь пирог и ему нужна цедра.

Шаг 2. Быть может, разногласия компенсируют друг друга в каком-то аспекте?

Наш опрос показал, что эти люди нуждались в апельсине для разных целей. Это не удивительно. Различия в характере, целях и интересах постоянно создают различия в потребностях: однако вы найдете их только в процессе поиска.

Шаг 3. Каковы варианты решений?

Если один человек хочет сок, а другой – кожуру, ответ прост, так как каждый может взять то, что ему нужно от целого апельсина. Но, предположим, что дело не так просто, и оба страдают от жажды. Каковы варианты решений? Поделиться соком – явно компромиссное решение. Объем сока можно увеличить, добавив в него воды и сахару. Можно установить, кто больше пристрастен к апельсиновому соку, и подыскать приемлимую замену для другого и т.д. и т.п.

Шаг 4. Сотрудничество.

Вы можете в одиночку проанализировать потребности, найти компенсирующие аспекты разногласий и продумать варианты решений. Однако этот процесс будет гораздо эффективнее, если действовать совместно. Вы покажите этим, что рассматриваете своего оппонента не как противника, а как партнера. Когда вы вместе находите наиболее приемлемое решение, вы, по крайней мере, сохраняете отношения, или даже их укрепляете. Принцип подхода «выиграть/выиграть» заключается в том, что, даже если нам и не удалось добиться полного удовлетворения нужд, мы, тем не менее, научились, как можно вести совместный поиск взаимовыгодных решений. И найти их, несомненно, легче, если мы признаем, и будем ценить потребности друг друга.

Алгоритм стратегии сотрудничества.

- определите потребности всех участников;
 - постарайтесь их удовлетворить;
 - признайте ценности других, равно как и ваши собственные;
 - старайтесь быть объективными, отделяя проблему от личностей;
 - ищите творческих и неординарных решений;
 - не щадите проблему, щадите людей.
- 4. Рефлексия занятия.

Что новое, ранее неизвестное вы узнали в процессе проведения занятия?

Какая стратегия поведения в конфликтных ситуациях является наиболее эффективной?

Что нужно предпринять, чтобы разрешить конфликтную ситуацию конструктивно?

Подведение итогов.

Занятие 4. Формирующее.

Цель: Осознание собственной конфликтности подростками.

Задачи:

- выработка конструктивных стратегий поведения в конфликте;
- обучение способам анализа конфликтных ситуаций.
- овладение конструктивными стратегиями поведения в конфликтных ситуациях с взрослыми и сверстниками;

Упражнение 1. «Остров».

Упражнение 2. «Титаник».

Упражнение 3. «Белая ворона».

Упражнение «ОСТРОВ» или «ТИТАНИК».

Цель: это упражнение служит введением в понятие «конфликт». Оно помогает осознать конфликтную сторону личности и получить опыт активной борьбы.

Задачи:

- осознание собственной стратегии поведения в конфликте;
- поиск индивидуальной стратегии поведения в конфликте;
- трансформация негативных переживаний в развивающие.

Ход работы всем участникам группы дают следующую инструкцию и предлагают обсудить ситуацию. «Вы плывете на корабле в южной части Тихого океана. В результате полученной пробоины ваш корабль затонул. Но, к счастью, все, кто здесь присутствует, остались живы и благополучно добрались до необитаемого острова. К сожалению, на этом острове нет растительности и животных, есть только питьевая вода. С собой вы успели захватить нож и спички (есть еще деревянная лодка). Вы знаете о том, что через три недели за

вами придет корабль, и вы сможете покинуть этот остров. Но для того, чтобы прожить это время вам надо съесть одного человека. Сейчас в результате обсуждения вам нужно его выбрать».

После инструкции ведущий покидает пределы группы и предоставляет возможность для свободного обсуждения, в процессе которого он может давать комментарии, задавать вопросы, создавать направление для дискуссии. Ведущему следует отмечать создающиеся коалиции, способы психологической защиты и нападения, складывающиеся отношения и ролевые позиции.

Вопросы ведущего:

- Кто в группе ведет себя как жертва?
- Кого вы в группе никогда бы ни съели?
- Кого в группе вы стали бы защищать и поддерживать?
- Каким образом вы выбираете себе жертву?
- Что вы переживаете в позиции жертвы или нападающего?

Упражнение «БЕЛАЯ ВОРОНА».

Цель: осознание паттернов невербальной коммуникации.

Задачи:

- отработка коммуникативных умений;
- развитие способностей к эмпатии;
- исследование процесса принятия решения;
- исследование невербальной составляющей коммуникации.

Ход работы: участникам группы дается следующая инструкция: «Сейчас вам раздадут карточки, на одной из которых будет написано: «белая ворона». Все остальные чистые. Ваша задача: найти белую ворону, основываясь на следующие правила:

- во время игры нельзя общаться, даже жестами;
- вы должны «вжиться» в состояние каждого человека и через свои чувства понять, кто белая ворона;
- если вы приняли окончательное решение, то вы можете назвать этого человека, в случае, если вы угадали, игра заканчивается, если нет, то вы и выбранный вами человек выходят из круга и игра продолжается».

После игры нужно провести обсуждение.

Вопросы ведущего:

- какие чувства, состояния, переживания вы испытывали по отношению к каждому из участников?
- кого из участников было легче почувствовать, а кого труднее?

- на каком основании вы принимали решение?
- какие способы поведения использовала белая ворона?
- что помогло и что помешало в процессе нахождения белой вороны?

После обсуждения можно повторить игру, основываясь на полученный опыт.

Подведение итогов.

Занятие 5. Формирующее.

Цель: Осознание подростками особенностей собственного поведения в конфликте.

Задачи:

- Выработать у членов группы возможности реализации стратегии сотрудничества (подхода «выиграть/выиграть»).
- Приобретение навыков конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.
- Развитие навыков толерантного взаимодействия друг с другом.

Упражнение 1. «Разрешение конфликтной ситуации».

Упражнение 2. Проблемная дискуссия «Выиграть может каждый».

Упражнение 1. «РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ»

Процедура проведения. Учащимся рассказывается история Андрея и Тони (при желании ее можно разыграть). История заканчивается в точке конфликта. Организуется совместное обсуждение по вопросам. Далее ребятам предлагается, объединившись в группы, придумать решение данной конфликтной ситуации. Затем от каждой группы выступает один из ее участников, озвучивая выбранное решение.

История Андрея и Тони. Андрей и Тоня были счастливы, потому что родители купили им обоим замечательные подарки. Тоня получила барабан, и так обрадовалась, что сразу же начала играть на нем. Андрей также был очень рад, потому что получил свисток, в который стал немедленно свистеть. Сначала они были очень довольны, потому что оба получили подарки, оба могли одновременно играть, но через некоторое время увидели, что не могут сконцентрироваться, если играют одновременно. Прекратив играть, Андрей попросил Тоню сделать то же самое и дать возможность поиграть одному. Тоня сказала, что свист ее не беспокоит и что она будет продолжать играть на барабане. Ее ответ так рассердил Андрея, что он начал свистеть очень громко, и тогда Тоня стала играть еще громче. Они состязались друг с другом и устроили такой шум, что в комнату пришли родители.

Вопросы для обсуждения.

- 1) Как возник конфликт? Почему он произошел?
- 2) Что чувствовали действующие лица?
- 3) Счастливый ли был конец?
- 4) Как этот конфликт мог бы быть предотвращен?

3. Рефлексия занятия.

Как часто возникают подобные ситуации в вашей жизни?

Как вы обычно их разрешаете?

Какие выводы вы для себя сделали в ходе проведения занятия?

Подведение итогов.

Занятие 6. Формирующее.

Цель: Развитие умения видеть в любом человеке положительное.

Упражнение 1. «Комплимент».

Упражнение 2. «Выявление лидера».

Упражнение 3. «Иллюзия социальной перцепции».

Упражнение 4. «Эмоциональная поддержка».

Упражнение 5. «Наблюдение за асимметрией».

Упражнение 1»Комплимент».

Ход работы: Сидя в кругу, каждый участник должен посмотреть на партнера, сидящего слева, подумать о том, какая черта характера, привычка того ему нравится, и сказать ему об этом, т.е. сделать комплимент. Тот, кому сделан комплимент, должен как минимум поблагодарить. Если кто-то не готов, он может пропустить ход и сделать комплимент после других.

Упражнение 2»Выявление лидера».

Цель: Уяснив распределение социальных ролей, ориентироваться на них при дальнейшем проведении занятий. Кроме того, это упражнение сплачивает группу.

Ход работы: Это работа в парах. Каждый из участников группы должен выбрать одно из упражнений физической зарядки и выполнить. Задача состоит в том, чтобы, ориентируясь друг на друга, через минуту придти к единому упражнению.

Упражнение 3»Иллюзия социальной перцепции».

Ход работы: Участникам предлагается ответить на следующие вопросы: «Каких качеств, необходимых для общения, не хватает, по вашему мнению, вам? Каких качеств, необходимых для общения, не хватает другим людям?»

Обсуждение: чаще всего оказывается, что в других не хватает мягкости, теплоты и доброты, а в себе твердости, настойчивости и т.д. Эффективно общаться можно, лишь обладая достаточными психолого-педагогическими знаниями и перестраиваясь с одной ролевой позиции на другую.

Упражнение 4 «Эмоциональная поддержка».

Цель: сформировать в общении на эмоциональном уровне специфические взаимоотношения, причины которых мало осознаются, а именно симпатию или антипатию.

Ход работы: Отдельные участники тренинга играют роль человека, испытывающего радость (получил оценку «отлично», подарил подарок на день рождения и т.д.). Остальные, молча, невербально должны поздравить его. Анализируется, кто больше всего вчувствовался в ситуацию.

Упражнение 5 «Наблюдение за асимметрией».

Цель: по мимике, позе, жестам научиться определять когда человек опирается на собственный опыт заключенного ощущения, когда на логическое построение, а когда на то и другое.

Ход работы: Необходимо разбиться на пары и поочередно выполнять следующее: выполнить и изобразить мимикой, позой, жестами ощущения положительной эмоции. В то же время передать словами ощущения положительной эмоции. Убедить в большей достоверности информации, передающейся по аналоговому каналу (невербальная информация).

Следующее задание – передать ощущение положительной эмоции одновременно и по аналоговому, и по знаковому каналу. Оказывается, что меньше достоверности по знаковому каналу.

Занятие 7. Формирующее.

Цель: работа по самоанализу, совершенствование коммуникативных навыков и умений.

Упражнение 1. «Грани различия».

Упражнение 2. «Помирись без слов».

Упражнение 3. «Знакомство на лавочке».

Упражнение 4. «Список претензий».

Упражнение 1 «Грани различия».

Ход работы: «Выберете себе партнера, сядьте рядом. Внимательно посмотрите на него и в течение двух-пяти минут составьте список «Наши различия». Например, Таня более общительна, чем я. Затем обменяйтесь списками и пусть каждый из вас вычеркнет то, что считает не подходящим для себя».

Упражнение 2 «Помирись без слов».

Ход работы: Испытуемым предлагается разбиться на пары и, представив, что они в ссоре, помириться друг с другом без слов.

Упражнение 3 «Знакомство на лавочке».

Ход работы: «Поделитесь на группы по два человека. Один из вас играет роль незнакомца на лавочке, другой должен подсесть к нему и познакомиться. Затем поменяйтесь ролями».

Упражнение 4 «Список претензий».

Цель: В ходе упражнения участники должны осознать, что жить среди людей, постоянно обращая внимание на их недостатки, нельзя.

Ход работы: «Часто в жизни даже самые близкие люди вызывают отрицательные эмоции, временами нас чем-то не устраивает все человечество. Давайте составим список претензий к окружающим. Претензии должны быть четкими, конкретными, адресованными конкретному лицу. На всю работу вам дается 10 минут. Будьте предельно откровенными».

Занятие 8. Формирующее.

Цель: Снижение деструктивной конфликтности у подростков.

Задачи:

- поиск индивидуальных и групповых стратегий трансформации деструктивной конфликтности в конструктивную;
- осознание различия поведения в конфликте и конфликтного поведения.

Упражнение 1. «Вакцина от СПИДа».

Упражнение 2. «Титаник».

Упражнение 3. «Конфликт рук».

Упражнение 4. «Трансактные игры».

Упражнение «ВАКЦИНА ОТ СПИДА».

Цель: осмысление стратегии поведения в конфликтной ситуации и в ситуации выбора.

Задачи:

- исследование процесса принятия решения группой;
- овладение навыками высказывания и принятия обратной связи;
- диагностика межличностных отношений.

Ход работы: «Все здесь присутствующие в кругу больны СПИДом. Он не перешел в активную фазу и поэтому не проявлен. Но вы точно знаете, что через некоторое время появятся симптомы и, скорее всего вы умрете. К счастью, учеными была разработана вакцина, которая полностью позволяет вылечить эту болезнь. Но на всех присутствующих есть только 4 вакцины. Ваша задача: в результате группового обсуждения найти тех людей, которые были бы достойны этой вакцины».

Ведущий предоставляет возможность свободной дискуссии. В ее процессе он может задавать вопросы и определять ее направление. После игры проводится обсуждение.

Вопросы ведущего:

- На каком основании вы выбирали людей?
- Кому было трудно предложить себя для вакцинации?
- Кому бы вы никогда не отдали вакцину?
- Если бы у вас были все 4 вакцины, кому бы вы отдали оставшиеся?

– Ради чего вы выбирали или оставляли людей?

Упражнение 3. «КОНФЛИКТ РУК».

Упражнение аналогично упражнению «Знакомство руками», однако в данном случае прорабатываются различные стратегии конфликтных взаимоотношений, таких как компромисс, конкуренция, избегание конфликтов, сотрудничество и др.

Цель: это невербальное упражнение исследует чувства, возникающие в результате прикосновения.

Задача:

- исследование запретов на прикосновение;
- осознание механизмов конфликта, которые возникают в результате нарушения дистанции;
- определение личной дистанции;
- обучение способам эмпатии.

Ход работы: «Расставьте стулья в комнате в два ряда так, чтобы расстояние между ними было около 60 см: снимите с рук кольца и часы и завяжите себе глаза. Руководитель группы подведет вас к стулу так, чтобы вы не знали, кто сидит напротив.

Сидя лицом к партнеру вложите всю свою энергию в руки. Ничего не говорите. Познакомьтесь с ними, касаясь своими руками рук партнера (3 минуты). Познакомившись, боритесь руками (3 минуты). Теперь миритесь с партнером с помощью рук (3 минуты). Затем попрощайтесь с партнером руками и снимите свою повязку с глаз.

Обменяйтесь друг с другом в течение нескольких минут своими впечатлениями. Затем снова завяжите глаза и приготовьтесь сесть на другой стул».

Важно, чтобы руководитель давал участникам возможность взаимодействовать с людьми обоего пола. Кроме того, группе необходимо совместно анализировать впечатления, возникающие в каждой конкретной ситуации, обмениваться мыслями и чувствами. Дискуссия может касаться неправильного восприятия других участников, тревогой по поводу прикосновений, страха борьбы, чувств теплоты и близости. Руководитель наблюдает за деятельностью участников, также может поделиться своими впечатлениями.

Упражнение «ТРАНЗАКТНЫЕ ИГРЫ».

Игры разыгрываемые по сценариям описанным Э.Берном.

Цель: осмысление внутриличностного конфликта.

Задачи:

- определение способов взаимодействия этих составляющих внутри личности;
- определение взаимосвязи внутриличностного и межличностного конфликта.

Ход работы: руководителем группы вводятся основные понятия транзактного анализа:

Родитель, Взрослый, Ребенок, транзакция, игра. Дается описание составляющих личности (Взрослый, Ребенок, Родитель). Затем каждому участнику предлагается вспомнить конфликтную ситуацию, которая осталась без разрешения или оставила «нехороший отпечаток». Каждый из участников предлагает свою ситуацию, а группа выбирает наиболее значимые для всех. Затем эта ситуация воспроизводится, но в качестве протагониста представлены все три составляющие его личности (Родитель, Ребенок, Взрослый). Протагонист выбирает из группы людей, которые наиболее подходят на роль его составляющих личности. Он переживает несколько раз ситуацию, находясь в различных позициях. Выясняются отношения между этими составляющими, что помогает протагонисту найти подходящий выход из данной ситуации.

Вопросы ведущего:

- в какой позиции тебе наиболее комфортно?
- в какую позицию тебе труднее вжиться и какие чувства ты при этом испытываешь?
- как эти составляющие относятся друг к другу?
- что каждая из этих составляющих делает в данной ситуации?
- какую составляющую вы бы хотели изменить?

Подведение итогов.

Занятие 9. Формирующее.

Цель: развитие навыков социальной ориентации.

Задачи:

– развитие способности анализа ситуаций межличностного взаимодействия, их причин и следствий;

- трансактный анализ общения;
- способность к организации ситуации и извлечения из нее опыта

Упражнение 1. «Разговор через стекло».

Упражнение 2. «Кто знает про тебя, какой ты на самом деле?».

Упражнение 3. Ролевая игра.

Упражнение 4. «Попроси меня о...».

Упражнение «РАЗГОВОР ЧЕРЕЗ СТЕКЛО».

Цель: развитие невербальной коммуникации.

Задачи:

- развитие способности к эмпатии;
- анализ межличностного взаимодействия;
- развитие способности выражать свои чувства, мысли, переживания;
- развитие способности поддерживать контакт при ограниченных средствах

коммуникации;

- анализ стратегии коммуникации.

Ход работы: «Пусть каждый участник посмотрит на группу и выберет того, кого он меньше всего знает. Подойдите друг к другу. Вы можете расположиться в комнате, как вам удобно. Представьте, что между вами находится звуконепроницаемое стекло. Вам нужно поговорить на какую-либо тему в течение 10 минут (темы могут быть предложены ведущим). После задания проводится обсуждение.

Вопросы ведущего:

- что вы чувствовали в процессе общения?
- какие способы взаимодействия вы использовали?
- о чем же вы говорили?
- на что ориентировались в процессе общения, чтобы понять партнера?
- какие трудности возникали в общении?
- были ли они преодолены?
- кто был ведущим, а кто был ведомым в паре?
- какие чувства, переживания, состояния остались после этого общения?

Упражнение «КТО ЗНАЕТ ПРО ТЕБЯ, КАКОЙ ТЫ НА САМОМ ДЕЛЕ?»

Цель: осознание себя в глазах других.

Задачи:

- развитие эмпатии;
- осмысление личностных качеств;
- развитие навыков вербальной коммуникации;
- осознание риска самораскрытия.

Ход работы: «Участникам необходимо разбиться на пары. В течение 30 минут вам предлагается рассказать друг другу о своем «истинном Я», то есть описать себя таким, «каким я себя вижу и переживаю». После работы в парах все участники снова садятся в круг. Теперь каждый из участников рассказывает о своем партнере от его лица. После этого проводится обсуждение.

Вопросы ведущего:

- что мешает вам рассказывать о самом себе?
- возникали ли трудности при рассказе и с чем они были связаны?
- как отличался ваш рассказ от рассказа вашего партнера о вас?
- какие чувства и переживания остались после вашего монолога?
- что вы чувствовали, когда были в позиции слушателя?
- когда было тяжелее, когда вы рассказывали или когда о вас рассказывали?

Упражнение «РОЛЕВАЯ ИГРА».

Цель: репетиция поведения в ситуации межличностного взаимодействия.

Задачи:

- проживание негативных чувств;
- реализация успешной модели поведения;
- получение позитивного социального опыта;
- отработка коммуникативных навыков.

Ход работы: «Представьте ситуацию, в которой вы хотели бы действовать с уверенностью в себе и запишите ее. Вы можете потратить несколько минут на «мозговую атаку» в группе для выдвижения идей, хотя ситуация, выбранная каждым человеком, должна быть значимая для него лично. Вероятнее всего, ситуация будет включать аспекты просьбы или отказа, управления критикой или реализацией в общении положительных или отрицательных чувств».

Затем поделите группу на подгруппы по 5-6 человек. В каждой подгруппе участники по собственной инициативе начинают с короткого описания стрессовой ситуации, которую они определили для себя. Далее каждая ситуация разыгрывается, и главный участник этой ситуации пробует различные модели поведения для ее разрешения. После того, как все ситуации проиграны, участники в этих малых группах дают обратную связь каждому из протагонистов.

Упражнение «ПОПРОСИ МЕНЯ О...»

Цель: трансформации слабостей в достоинства.

Задачи:

- осознание и принятие своих слабостей;
- осмысление слабости или недостатка, как недоразвитого достоинства или слабость как достоинство в прошлом;
- реализация своей слабости в просьбе о помощи;

Ход работы: «Сейчас вам нужно найти партнера, которому вы больше всего доверяете. Вы можете свободно расположиться в помещении, как вам угодно. После этого вам нужно рассказать партнеру о своих недостатках и слабостях. Завершением каждого монолога должна быть искренняя просьба о помощи».

Вопросы ведущего:

- какие трудности вы испытывали в процессе своего монолога?
- в чем состоит трудность просьбы?
- какие чувства вы испытывали, когда просили?
- в чем заключается сила вашего недостатка и слабость вашего достоинства?

– какие чувства у вас остались после своего рассказа?

Подведение итогов.

Занятие 10. Завершающее.

Цель: Закрепление полученных знаний и навыков конструктивного разрешения конфликтов и ведения переговоров.

Задачи:

- обучить подростков конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций;
- познакомить подростков с процедурой переговорного процесса;
- определить значение ведения переговоров при разрешении конфликтных ситуаций;
- приобретение навыков анализа конфликтной ситуации.

Упражнение 1. Организация совместного обсуждения примера. Предъявление учащимся общей схемы переговорного процесса.

Задание учащимся. «Вспомните конфликтную ситуацию, случившуюся с вами или реально наблюдаемую, проанализируйте ее по предлагаемой схеме, предложите свое решение».

Выступления лидеров групп по результатам обсуждения.

Упражнение 2. «ТУРПОХОД».

Введение игровой ситуации. «Представьте, что вы собираетесь в турпоход с группой друзей. Вам рассказали о чудесном месте для лагеря: лесная поляна недалеко от озера, вдали от цивилизации. Вы вместе в течение нескольких недель готовились к походу, и вот, наконец, пришел долгожданный день. Прodelав довольно-таки длинный путь, вы пришли на поляну, принесли все, что необходимо для отдыха, включая одну большую палатку для ночлега. Рядом есть колодец с питьевой водой, и у вас есть разрешение на рубку деревьев и разведение костра. Больше никаких удобств нет, нет правил, нет взрослых и нет начальника лагеря. Вы разбиваете лагерь, плаваете и готовитесь прекрасно провести целую неделю!»

Однако к концу первого же дня уже возникли кое-какие разногласия по поводу организации жизни в лагере. Вы все понимаете, что необходимо договориться. Вы проводите собрание» .

Вопросы для обсуждения.

Назовите 4-5 проблем, которые могут стоять перед такой группой.

Как может быть решена каждая проблема?

Продолжение игровой ситуации. «После собрания все идет хорошо и в лагере заметны улучшения. Однако через пару дней возникают новые проблемы, которые надо решать вместе, чтобы они больше не возникали».

Разделение на группы, каждой из которых предлагается комплект «ситуаций» для

рассмотрения и принятия возможного решения.

В этом упражнении вы с помощью правил защищали права каждого человека в лагере. Что бы произошло, если бы вы не смогли договориться о правилах или если бы никто их не соблюдал?

Что делает правило хорошим / плохим? А законы? Должны ли всегда соблюдаться законы, даже если они плохи?

Некоторые правила и законы неписаные. Например, нравственные или религиозные законы. Почему люди соблюдают правила / законы, даже если они не обязаны делать этого?

Соблюдение правил и законов обычно обеспечивается наказанием или санкцией. Возможно, вы решили применить санкции в отношении людей, нарушивших правила поведения в лагере. Какова цель санкций? Какого рода санкции наиболее эффективны? Могут ли санкции иметь обратный или противоположный результат?

Карточки «Турпоход»

– Кто-то должен спать в палатке около двери, которая плохо закрывается. К утру вещи этого человека обычно намокают. Он или она жалуется, что их вещи будут испорчены. Что вы предпримите?

– На собрании вы договорились о правилах поведения в лагере. Но один из вас не соблюдает их. Как вы можете добиться соблюдения правил?

– Кто-то оставил кипящий чайник на костре и ушел плавать. Чайник упал в костер, и от искр загорелся край вашей палатки. Вы понимаете, что инцидент поставил вопрос о вашей безопасности. Могут возникнуть и другие проблемы. Что вы предпримете?

– Доставать воду из колодца – скучная работа. Каждый предпочел бы пойти поплавать. Но один из вас растянул сухожилие в руке и не может больше носить воду. Это означает, что нагрузка на всех остальных увеличивается. Что вы предпримете?

– У одного из вас есть радио, и он или она рано утром включает его на полную громкость. Это всех раздражает. Что вы предпримете?

– Вы все живете в одной палатке, но не можете договориться о том, как содержать ее в чистоте и порядке. Одни хотят, чтобы палатка была чистой все время, другие – нет. Споры по этому поводу портят атмосферу в лагере. Что вы предпримете?

Обсуждение результатов занятия. Обсуждение результатов всего цикла. Рефлексия.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты контрольного этапа исследования

Таблица 5 – Динамика результатов экспериментальной группы по методике К. Томаса

Испытуемы й	Соперничество		Сотрудничество		Компромисс		Избегание		Приспособление	
	до	после	до	после	до	после	до	после	до	после
Алина С.	12	6	5	9	7	7	3	4	3	4
Вика Т.	5	4	9	12	8	6	4	3	4	5
Герман П.	7	5	7	11	4	7	6	3	6	4
Женя А.	2	3	2	9	4	7	10	4	12	7
Сергей К.	5	2	5	12	10	10	8	4	2	2
Стас Б.	6	4	5	10	6	7	7	4	6	5
Саша Т.	3	1	2	8	6	8	10	7	9	6
Оля М.	9	6	4	10	3	6	7	4	7	4
Миша Ж.	10	8	6	10	6	7	5	2	3	3
Катя У.	4	3	3	12	4	6	9	4	10	5
Света Е.	8	5	4	10	5	7	7	4	6	4
Аня Ю.	12	6	4	9	3	6	7	4	4	5
Гриша А.	8	5	7	11	3	4	6	3	6	4
Семен П.	8	5	4	10	4	7	7	4	7	4
Глеб Ю.	5	4	9	12	8	6	4	3	4	5
Аня С.	10	8	6	10	6	7	5	2	3	3
Оля Т.	4	3	3	12	4	6	9	4	10	5
Женя З.	5	2	5	12	10	10	8	4	2	2
Дамир Р.	3	2	2	7	6	10	10	6	9	8
Лена В.	7	4	5	10	6	7	6	4	6	5
Даша У.	2	1	2	8	4	8	10	7	12	6
Саша Ф.	11	6	5	9	7	7	4	4	3	4
Леша И.	12	8	4	9	3	6	7	2	4	5
Игнат С.	8	5	4	10	5	7	7	4	6	4
Средний	6,9	4,4	4,7	10,2	5,5	7	6,9	3,9	6	4,5

Таблица 6 – Динамика результатов контрольной группы по методике К. Томаса

Испытуемый	Соперничество		Сотрудничество		Компромисс		Избегание		Приспособление	
	до	после	до	после	до	после	до	после	до	после
Ия Р.	6	6	4	5	8	8	7	7	5	4
Рома Д.	7	6	6	5	5	4	7	8	5	7
Аня Ж.	8	9	2	4	5	5	8	7	7	8
Илья У.	12	12	5	4	6	6	5	4	2	4
Ян А.	3	2	4	4	2	3	10	11	11	11
Карен В.	3	3	3	4	6	6	9	9	9	10
Саша Т.	6	7	4	6	6	5	8	7	6	6
Дамир С.	11	10	4	5	6	7	5	5	4	5
Роза Т.	7	7	9	5	7	6	4	4	3	4
Юля Н.	9	7	3	4	8	7	3	4	7	7
Оксана Ш.	5	4	8	8	2	3	9	9	6	7
Карим Ц.	8	8	6	5	5	6	5	6	6	7
Люда Б.	3	2	4	4	2	3	10	11	11	11
Олеся С.	7	7	3	6	6	5	8	7	6	6
Люда Ф.	7	7	9	5	7	6	4	4	3	4
Женя Г.	8	9	2	4	5	5	8	7	7	8
Сергей Н.	5	4	8	8	2	3	9	9	6	7
Рома З.	2	3	4	3	6	6	9	9	9	9
Варя Р.	11	12	5	4	7	6	5	4	2	4
Лена Ф.	9	7	3	4	8	7	3	4	7	7
Стас С.	10	10	5	5	6	7	5	5	4	5
Костя Ю.	7	6	3	5	8	8	7	7	5	4
Саша К.	9	8	6	5	4	6	5	6	6	7
Жанна Ч.	7	6	6	5	5	4	7	8	5	7
Средний по группе	7,1	6,8	4,8	4,3	5,5	5,5	6,7	6,8	5,9	6,6

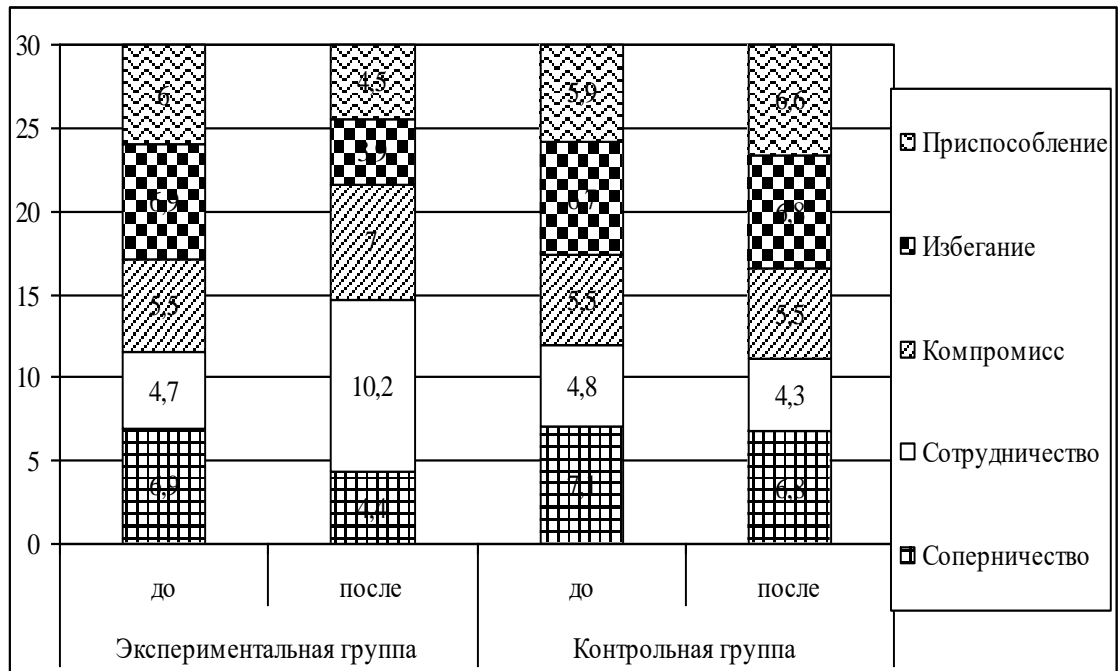


Рисунок 2 – Динамика изменения результатов формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков до и после опытно-экспериментальной работы (по тесту К. Томаса)

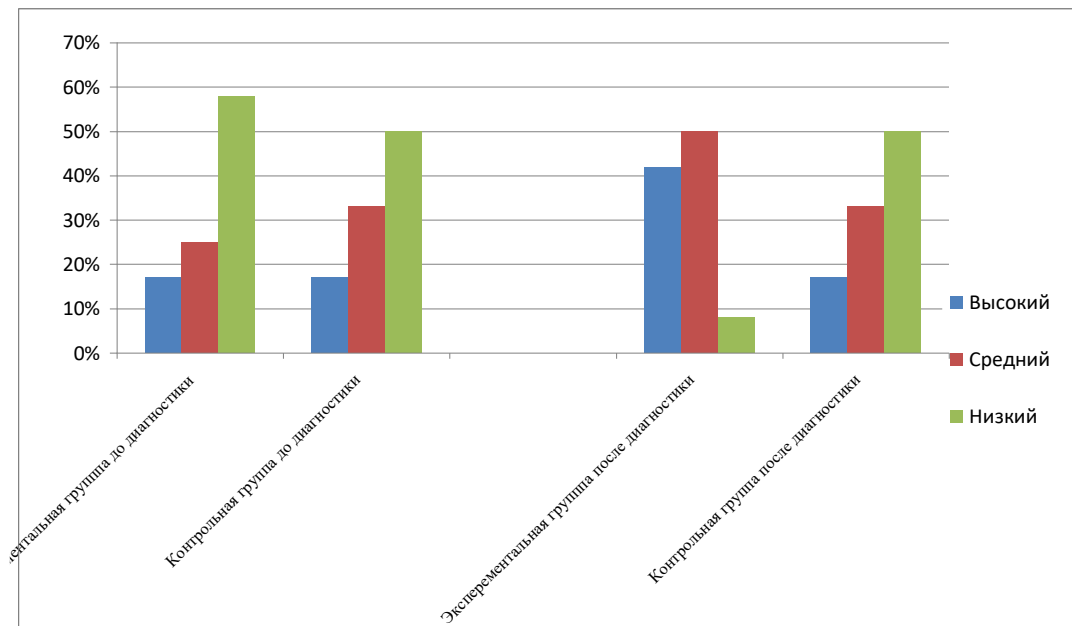


Рисунок 3 – Динамика средних результатов по группам до и после проведение коррекционной программы по методике М. Снейдера

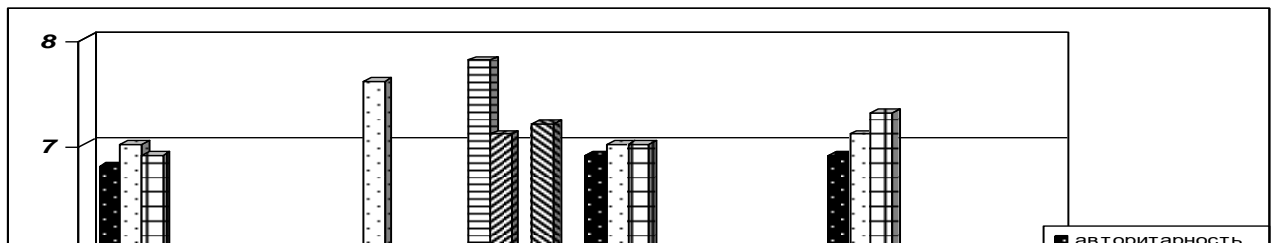


Рисунок 4 – Динамика средних результатов по группам до и после проведение коррекционной программы

Рисунок 5 – Динамика изменения результатов формирования способов конструктивного поведения в конфликте у подростков до и после опытно-экспериментальной работы