



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Формирование конструктивных межличностных отношений
подростков в условиях коррекционной школы

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

Проверка на объем заимствований:

71,69 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

рекомендована/не рекомендована

«20» 01 2022 г.

зав. кафедрой ТиПП

Кондратьева О.А.

Выполнила: студентка группы ЗФ-310/224-2-1

Казакова Анастасия Валерьевна

Научный руководитель:

к.псх.н., доцент кафедры ТиПП

Шаяхметова Валерия Каусаровна

Челябинск,

2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ КОРРЕКЦИОННОЙ ШКОЛЫ	
1.1 Понятие межличностных отношений в психолого-педагогической литературе...	9
1.2 Особенности проявления межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.....	17
1.3 Модель формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.....	24
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ КОРРЕКЦИОННОЙ ШКОЛЫ	
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	33
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования.....	41
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ КОРРЕКЦИОННОЙ ШКОЛЫ	
3.1 Программа формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.....	54
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	64
3.3 Рекомендации по формированию конструктивных межличностных отношений подростков для педагогов, родителей, подростков.....	74
3.4 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	79
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	84
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	90
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики межличностных отношений.....	97
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты диагностики межличностных отношений подростков на констатирующем этапе исследования.....	108
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа формирования конструктивных межличностных отношений подростков.....	110
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты диагностики межличностных отношений у подростков после реализации программы.....	143
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования	148

ВВЕДЕНИЕ

«Единственная известная мне роскошь – это роскошь человеческого общения». Антуан де Сент-Экзюпери.

Обращаясь к психологии подросткового возраста, можно понять, что для подростка это становится не роскошью, а необходимостью.

Взаимоотношение со сверстниками – значительная и особенная сфера жизни подростка, чрезвычайно важная для него, несомненно являющаяся одной из главных направленностей переходного возраста [44, с. 31].

Подростки видят в общении с ровесниками сферу личной жизни, где каждый оказывает влияние самостоятельно и ручаются за свои поступки. Тенденция к совместной деятельности со сверстниками и необходимость быть признанным, принятым товарищем – важнейшая потребность подростка. Такие взаимоотношения строятся на таких значимых принципах равенства, справедливости и что помогает обеспечить оптимальные условия для упрочнения чувства взрослости у подростка [12, с. 103].

Важно обозначить и то обстоятельство, что для подростков главное не только быть вместе со сверстниками, а занять в их среде то положение, которое соответствовало их притязаниям. И конечно в обществе сверстников подростки не только удовлетворяют свою потребность в общении, но и учатся взаимодействовать друг с другом, совершенствовать коммуникативные способности и самосознание.

Общаясь со сверстниками, подросток принимает важнейшие сведения о жизни. Более того, превыше всего для подростка значит положение его в группе, к которой он состоит. Сам факт причастности к конкретному союзу придает подростку большую уверенность в себе и безусловно формирует некий образ самоуважности и повышает самооценку [21, с. 332]. Качества, приобретающиеся в процессе нахождения в

коллективе, оказывают существенное влияние на его поведенческие мотивы [43, с. 445]. Отделение подростка от группы, может стать причиной фрустрации и повышенной тревожности.

Проблематика межличностных отношений и разработка теоретических и методологических вопросов психологии личности подростка раскрывается в работах отечественных ученых Б.Г. Ананьева, А.С. Арсеньева, А.А. Бодалева, Л.С. Выготского, И.С. Кона, А.Н. Леонтьева, В.Н. Мясищев, С.Л. Рубинштейна, Л.С. Сапожникова, Д.Б. Эльконина, а также зарубежных учёных Д.И. Фельдштейна, З. Фрейда, Н.М., К. Роджерса, Шкуленда и др. Процесс разработки теории в современной западной социальной психологии связывается, с именами Г. Келли, Т. Ньюкома, Г. Хаймана, М. Шерифа [40, с. 86].

В докладах вышеупомянутых авторов отображается значимость межличностных отношений для психологического развития личности человека, ими были изложены результаты исследований, в которых предоставляется важность социального контакта подросткового периода с ровесниками для развития эмоционально-волевой сферы; принятие первого опыта деятельности в группе; личностного развития. Подобным образом в данных работах приводятся методики по регулированию межличностных отношений, обучающихся внутри классного коллектива.

Данная работа проводилась в коррекционной школе 7 вида. Это организация для обучения детей с задержкой психического развития (ЗПР). Также в таких школах обучаются дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ). Потенциально это дети с сохранным интеллектом, но слабой памятью, эмоциональной неустойчивостью. Программа общеобразовательная, но адаптированная под особенности учеников, классы наполняются по 12-13 человек. Ребята учатся с 1 по 9 класс, сдают государственную итоговую аттестацию (ГИА) и получают аттестат. В случае успешной годовой аттестации и с одобрения комиссии ребенка из спецшколы 7 вида переводят в обычную общеобразовательную.

Подросткам с расстройством эмоционально-волевой сферы зачастую сложнее устанавливать межличностную связь, особенно если это поведенческие расстройства, такие как: расстройства поведения, например, диссоциальное расстройство. Оно проявляется в таких поведенческих чертах личности подростка как агрессивность, импульсивность, а также нарушением способности к формированию привязанностей, что может вызывать негативистское расстройство. Данное расстройство проявляется в словесном или физическом насилии в отношении людей или животных. Дети, испытывающие это расстройство, игнорируют и нарушают правила, не имеют авторитетов ни дома, ни в школе, их поведение асоциально [4, с. 98].

Опираясь на актуальность противоречий исследования, мы сформулировали проблему, в которой содержится решение о том, как формировать конструктивные межличностные отношения подростков в условиях коррекционной школы? Ведь существует такая необходимость, чтобы подростки обладали конструктивными межличностными отношениями, владели коммуникативными техниками и пр. Однако есть реальность, в которой обучения этому нет, подростки самостоятельно учатся на своих ошибках.

Данная проблема имеет важное значение в написании диссертационной работы. Разработанная программа поможет сформировать конструктивные межличностные отношения подростков в условиях коррекционной школы.

Значимость обсуждаемых вопросов и недостаточность научных разработок, приобщенных исследованию специфике межличностных отношений, доказывает значимость нашей научной работы.

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить формирование конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

Объект исследования – межличностные отношения подростков.

Предмет исследования – формирование конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

Гипотеза исследования – предположим, что конструктивные межличностные отношения сформируются в результате реализации разработанной нами программы.

Задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать понятие конструктивных межличностных отношений подростков в психолого-педагогической литературе.

2. Выявить особенности проявления конструктивных межличностных отношений в подростковом возрасте.

3. Разработать модель формирования конструктивных межличностных отношений подростков.

4. Определить этапы, методы и методики исследования.

5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты эксперимента.

6. Подготовить и реализовать программу формирования конструктивных межличностных отношений подростков.

7. Провести опытно-экспериментальное исследование и проанализировать его результаты.

8. Составить рекомендации по формированию конструктивных межличностных отношений подростков для педагогов и родителей.

9. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Теоретико-методологические основания исследования, раскрываются в теориях-концепциях: комплексном подходе (Б.Г. Ананьев), в системе отношений как факторе самоопределения в концепции личности (С.Л. Рубинштейн) и субъектно-деятельностном подходе (К.А. Абульханова-Славская), в концепции социализации (Г.М. Андреева, И.С. Кон), возрастной периодизации (Д.Б. Эльконин).

В исследовании применялись методы:

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

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по методикам: «Опросник межличностных отношений» А.А. Рукавишников (ОМО), «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири, «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева.

3. Математико-статистическая обработка результатов исследования по Т-критерию Вилкоксона.

Научная новизна исследования состоит в том, что:

– изучены особенности межличностных отношений в классе;
– выделены специфические особенности межличностных отношений детей, обучающихся в коррекционной школе;

– получены данные о влиянии дисфункциональности межличностных отношений на процесс формирования характерологических и поведенческих особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), включающих в себя более частые проявления непослушания, отказ от выполнения просьб, поручений, соблюдения запретов, а также агрессивное поведение, направленное против сверстников что, в целом, снижает возможности воспитанников в обучении, воспитании и социальной адаптации.

Теоретическая значимость исследования обусловлена тем, что:

– расширены современные представления о специфике межличностных отношений детей с ОВЗ;

– дополнены описания факторов, оказывающих влияние на формирование и развитие личности, социальных и поведенческих стереотипов ребенка с ОВЗ: выявлена связь между низким уровнем контроля, самооценкой, агрессивностью и навыков коммуникации;

– описаны характерные трудности воспитания и развития личности ребенка с ОВЗ, возникающие в связи с формированием неблагоприятных межличностных отношений группе сверстников;

– раскрыты подходы к определению путей и разработке рекомендаций по организации, содержанию и процедуре формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

Практическая значимость исследования обуславливается:

– перспектива применения представленного диагностического комплекса для исследования особенностей межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы;

– применение в работе школьных психологов и педагогов, разработанной нами программой межличностных отношений подростков в образовательном коррекционном учреждении.

Апробация результатов исследования.

Процесс и результаты исследования обсуждались на мероприятиях различного уровня:

– конференция,

– мероприятия: выступление на семинаре городского уровня «Границы деятельности педагога-психолога в инклюзивном образовании», семинарах школьного уровня «Принципы педагогического взаимодействия педагогов с детьми с ОВЗ в условиях образовательного учреждения», «Профилактика групповых конфликтов в школе и партнерство родителей и педагогов», «Позиция и интерес в конфликте как ключевой элемент разрешения».

База исследования. В исследовании конструктивных межличностных отношений подростков приняли участие 12 учащихся, в возрасте 13-14 лет, среди которых 9 мальчиков и 3 девочки, «МБОУ ООШ №34» г. Озерска.

Структура работы: дипломная работа состоит из введения, трех глав, заключения, библиографического списка и приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ КОРРЕКЦИОННОЙ ШКОЛЫ

1.1 Понятие межличностных отношений в психолого-педагогической литературе

Межличностные взаимоотношения, термин имеющий идентичное значение с понятием «взаимоотношения». В научных справочниках эти понятия определяются как разнообразная и условно фундаментальная система в большинстве случаев выбираемых, осмысленных и переживаемых с глубоким чувством взаимоотношений внутри группы. Ценностные ориентации определяют общую деятельность, в которой будут осуществляться межличностные связи, в свою очередь определяясь взаимооценками членов коллективной группы, находящейся в развитии и модернизации [35, с. 337].

Также эти связи являются и полезной частью деятельности, и необходимым обстоятельством непосредственной жизнедеятельности социума [51, с. 86].

Изучению межличностных отношений предоставляется большой объем теоретических и экспериментальных исследований во всём мире. Были проведены исследования: по содержанию межличностных отношений такими учеными как Б.Г. Ананьев, Л.П. Боева, Л.С. Выготский, и др.; механизмы межличностных отношений раскрыты Л.И. Божович, Е.С. Кузьминым и др.; а также структурно-динамические факторы, оказывающие влияние на статус рассмотрены М.И. Боришевским, В.И. Зацепиным, Л.А. Зеленьковой, А.В. Киричуком и др., и конечно эмоциональные аспекты Г.М. Андреевой и др. [66, с. 124].

Изучение структуры и динамики функционирования коллективов в психологии началось с 70-х годов. Основной темой работы отводилось

проблеме групповой сплоченности, совместимости, конформности. Благодаря этим исследованиям были открыты групповые нормы, официальные и неофициальные взаимоотношения в группе, определены методические приемы изучения социально-психологических явлений.

В основе исследования межличностных отношений нашими соотечественниками возникли идеи Б.Г. Ананьева и В.Н. Мясищева о существовании межличностного взаимоотношения. Основой являются три составляющих элемента: изучение людьми друг друга, позиция друг другу в форме эмоционального отражения и отношения человека с человеком в течение общения.

Советский психолог Б.Г. Ананьев освещает взаимодействие как социальное и индивидуальное проявление, но и отражающееся в знаниях, коммуникации и трансформации внутреннего мира человека. Это явление осуществляется во всевозможных сложившихся условиях общения и взаимодействия людей. Человек устанавливает взаимосвязь между внешними условиями и межличностным общением, а также в дальнейшем может установить приемлемое количество общения, требующееся для создания разносторонней личности. Б.Г. Ананьев принимал во внимание генеральные стороны влияния общения на складывание психологического мира личности и соответствие общения с прочими видами деятельности личности [2, с. 46].

В.Н. Мясищев в соответствии с идеей, определил, что «отношения индивида к людям, как правило, являются одновременно и взаимоотношениями: будучи членами одной группы, участвуя в совместной деятельности люди, не могут, так или иначе, относиться друг к другу: взаимоотношения – это чувства, направленные на других людей, морально-интимное поле совместной деятельности» [59, с. 304].

В межличностных отношениях возможно выдвинуть 2 важные части: внешнюю и внутреннюю. Внешняя часть выражается в поведенческой стороне субъекта, внутренняя часть, более выраженная, находится

незримым. Зависимость двух частей – видимой и глубинной – у определенного человека зависит от показателя искренности и правдивости [26, с.102].

Понимание самого себя происходит посредством отношения с другими окружающими. В труде «Человек и мир» С.Л. Рубинштейн хотел изложить мысль о том, что: ««Я» не может быть раскрыто как объект непосредственного осознания, через отношения к самому себе, обособлено от других людей. Исходным условием моего существования является существование личности, субъектов, обладающих сознанием, существование психики, сознание других людей» [Цит. по: 1, с. 14].

Подход, предложенный С.Л. Рубинштейном, разделяет в своих трудах К.А. Альбуханова-Славская. Для неё важнейшим смыслом самоидентификацией проявляется в самодетерминации, естественная инициатива, осознанное стремление овладеть определенной позицией. Как писала К.А. Альбуханова-Славская: «самоопределение – это понимание человеком своего положения, которая формируется внутри координат системы отношений. Важно, как устанавливается система отношений к коллективному субъекту, к своему положению в коллективе, к членам коллектива, от этого напрямую зависит самоопределение и общественная активность личности» [Цит. по: 1, с. 280].

Авторы А.В. Петровский, В.В. Шпалинский, в своё время изучавшие тему критериев коллектива, направляют внимание на базовые типы отношений и на содержание обоюдной связью отношений членов группы. «Так характерными для группы он считает непосредственно эмоциональные отношения, для коллектива – взаимоотношения, опосредованные целями, задачами и ценностями, совместной деятельности, т.е. определенного рода оценочного отношения» [Цит. по: 16, с. 175].

В отношениях каждый человек выполняет две роли: объекта и субъекта общения. Как субъект человек постигает других участников

общения, проявляет к ним интерес или наоборот, пренебрежение или пассивное отношение. Как субъект, человек воздействует на других и решает по отношению к ним какую-либо задачу. Также одновременно с этим он в сущности является объектом изучения окружающих. Человек выступает в роли объекта в межличностных отношениях в случае, когда ему адресуют свои чувства, когда стараются повлиять или воздействовать. Важный упомянуть тот факт, что любой причастный человек к общению выступает и как объект и как субъект взаимоотношений [8, с. 22].

Значение и положение межличностных отношений в образовательном пространстве выделяли Е.Л. Григоренко, Д.Н. Исаев, В.Е. Каган, Я.Л. Коломинский, Н.Е. Колызаева, И.С. Кон, Т.В. Корнилова, Т.С. Кошманова, Н.В. Кузьмина, В.А. Лосенков, А.А. Реан, и другие [22, с. 296].

А.Г. Смирнов обращает внимание, что межличностные отношения указывают на положение человека в группе, коллективе. Как складываются эти взаимоотношения, обуславливается эмоциональное благополучие, удовлетворённость или неудовлетворённость человеком присутствием в данной группе. Безусловно от них зависит и сплочённость группы, потенциал решать поставленные задачи.

Слово «отношение» в русском языке является отглагольным существительным, смысл которого означает, что кто-то кому-то что-то относит. Важная специфическая особенность этого процесса заключается в том, что это не предмет или то, что можно ощутить, а что-то идеальное, что находится только в сознании субъекта (представление, оценка, чувство, мысль и т.д.) [42, с. 109].

Н.Н. Обозов полагает, что межличностные отношения – это обоюдная готовность субъектов к конкретному типу взаимодействия. Следуя критериям: функции отношений, глубина отношения, избирательность в выборе участников, автор представляет соответствующую классификацию межличностных взаимоотношений:

отношения знакомства, дружеские, любовные, супружеские, приятельские, товарищеские, родственные деструктивные отношения.

Кроме того, Н.Н. Обозов познает групповую деятельность с позиции анализа межличностных отношений, устанавливающихся и расширяющихся в группе на различных уровнях (аффективном, гностическом, когнитивном). Он акцентирует на том, что взаимосвязанность выступает одним из центральных факторов в системе условий, координирующих взаимодействие, и полагает следующую условную эмпирическую классификацию уровней взаимосвязанности:

- 1) изолированность (физическая или социальная) предполагает фактически отрицательную взаимосвязанность;
- 2) практическое отсутствие связи (нулевая взаимосвязанность);
- 3) уровень предполагаемой взаимосвязанности, содержащейся в сознании индивида (обладает широким диапазоном других уровней взаимосвязанности);
- 4) «присутствие других» (молчаливая взаимосвязанность);
- 5) «влияние и взаимовлияние», раскрывающее перестройку психической деятельности членов группы в соотношении их мнений, оценок;
- 6) соревновательная взаимосвязанность (специальный уровень);
- 7) условия взаимосвязанность (характеризуется инструкцией, накладывающей на членов группы в той или иной мере взаимосвязанность);
- 8) действительная взаимосвязанность (благодаря средствам реализации действий) [61, с. 113].

Исследуя элементы межличностного восприятия, А.А. Бодалев выделил следующие:

- 1) эмпатия – средство психологического анализа, способствующий понять, вчувствоваться в эмоциональные состояния воспринимаемых лиц;

2) рефлексия – способ глубинной мыслительной оценки человеком своего положения и положения другого человека, суждений, планов, поведения. Достаточность представления образа человека о самом себе в большей степени определяется достаточностью его представлений о других людях, широтой и множеством его социальных контактов;

3) аттракция – уникальная форма познания другого человека, основанная на развитии по отношению к нему устойчивого позитивного чувства. Партнер по общению осознается лучше, если воспринимающий испытывает к нему симпатию, дружеское отношение [11, с. 55].

Содержание воздействия чувств и эмоций на качество отношений оценивали Д.И. Джидарьян, К.Е. Изард, И.С. Кон, В.А. Лабунская, Н.Д. Левитов, К.С. Льюис, Ю.А. Менджерицкая, К. Муздыбаев, И.М. Палей и другие [15, с. 20].

Г.М. Андреева утверждает, что межличностные отношения появляются внутри каждого вида общественных отношений. Значительная отличительная черта межличностных отношений от общественных – эмоциональная сфера. Эмоциональный каркас межличностных отношений свидетельствует о том, что они создаются и образуются на основе определенных чувств, появляющихся у людей по отношению друг к другу. Дифференцируют три вида или уровня эмоциональных проявлений личности: аффекты, эмоции, чувства. Эмоциональная основа межличностных отношений включает все виды эмоциональных проявлений. Обычно характеризуется третий компонент – чувства. Их две группы: 1) конъюнктивные – сближающие, объединяющие людей; 2) дизъюнктивные – разъединяющие людей. На содержательном уровне межличностные отношения – это система установок, ориентаций, ожиданий, стереотипов, через которые или с помощью которых люди воспринимают и оценивают друг друга [3, с. 118].

Межличностные отношения воплощаются через проявление оценочных суждений, эмоциональных переживаний и конкретного

поведения. Во взаимоотношениях человек анализирует и оценивает то, что нравится и не нравится в этих отношениях. Эмоциональная составная часть взаимоотношений определяет их возникновение на основе чувств, испытывающих индивидом к другому человеку, в этой связи эмоции и чувства, аффекты, становятся началом для образования межличностных отношений. Поведенческие реакции демонстрируют перспективы продолжения или окончания межличностного взаимодействия.

К главным параметрам взаимоотношений относят:

- расстояние между субъектами межличностных отношений или степень их психологической близости;
- оценку отношений (позитивную, негативную, противоречивую, безразличную);
- позицию партнёров (доминирование, зависимость, равенство);
- степень знакомства [18, с. 245].

У подростков существует тяга к двум формам общения со сверстниками: стихийно-групповому и интимно-личностному общению. Тяга к стихийно-групповому общению проявляется в реакции группирования подростка со сверстниками: подростки собираются в различные компании и неформальные объединения [23, с. 16]. Группа сверстников становится для подростка референтной, т.е. субъективно значимой и эталонной, нормы и требования этой группы подросток принимает и разделяет.

Общение со сверстниками имеет большое значение для социализации подростка. В процессе общения со сверстниками у подростка формируются навыки социального взаимодействия, вырабатываются конструктивные способы поведения и взаимоотношений, осуществляется приобщение к социальным ценностям и нормам, увеличивается набор социальных ролей, в том числе свойственных зрелому возрасту, происходит социальное сравнение, формируется самосознание подростка [7; с. 27]. Отношения в группах сверстников

строятся на более серьезных, чем развлекательные совместные игры, делах, охватывающих широкий диапазон видов деятельности, от совместного труда над чем-нибудь до личного общения на жизненно важные темы. Во все эти новые отношения с людьми подросток вступает уже будучи интеллектуально достаточно развитым человеком и располагая способностями, которые позволяют ему занять определенное место в системе взаимоотношений со сверстниками [64, с. 34].

И.С. Кон выделяет три основных специфических функции общения подростков со сверстниками [Цит. по: 62, с. 348]:

1) важный специфический канал информации: по нему подростки и юноши узнают многие необходимые вещи, которые по тем или иным причинам им не сообщают взрослые. Например, подавляющую часть информации по вопросам пола подросток получает от сверстников, поэтому ее отсутствие может задержать его психосексуальное развитие или придать ему нездоровый характер. Несмотря на низкий эстетический и культурный уровень этой информации, ее наличие предпочтительнее информационного вакуума в этой области [57, с. 132];

2) специфический вид межличностных отношений: групповая игра и другие виды совместной деятельности вырабатывают необходимые навыки социального взаимодействия, умение подчиняться коллективной дисциплине и в то же время отстаивать свои права, соотносить личные интересы с общественными. Вне общества сверстников, где взаимоотношения строятся принципиально на равных началах и статус надо заслужить и уметь поддерживать ребенок не может выработать необходимых взрослому коммуникативных качеств [49, с. 137]. Соревновательность групповых взаимоотношений, которых нет в отношениях с родителями также служит ценной и необходимой почвой для формирования зрелой личности;

3) специфический вид эмоционального контакта: сознание групповой принадлежности, солидарность товарищеской взаимопомощи не только

облегчает подростку автономизацию от взрослых, но и дает ему чрезвычайно важное чувство эмоционального благополучия и устойчивости. Сумел ли он заслужить уважение и любовь равных, товарищей имеет для самоуважения подростка решающее значение.

Психология общения в подростковом и юношеском возрасте строится на основе противоречивого переплетения двух потребностей: обособления и аффилиации, т.е. потребности в принадлежности, включенности в какую-то группу или общность [53, с. 89].

Обособление чаще всего проявляется в эмансипации от контроля старших. Однако оно действует и в отношении со сверстниками. Усиливается потребность не только в социальной, но и пространственной, территориальной автономии, неприкосновенности своего личного пространства.

Как обсуждалось ранее, человек играет множество социальных ролей, и от этих ролей обуславливает содержание отношений между субъектами взаимодействия. Одним из видов ролей являются межличностные роли. Межличностные роли руководствуются на эмоциональном уровне. Предписанные роли определяются возрастом, полом, национальностью, а приобретённые люди усваивают в процессе социализации [56, с. 60]. Все перечисленные роли несут вероятность эмоционального проявления её субъекта, в связи с этим, находясь в какой-либо социальной роли, индивид может включать во взаимодействия с другими людьми компоненты межличностных отношений.

1.2 Особенности проявления межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы

Следует начать с того, что у детей, обучающихся в коррекционной школе есть ряд особенностей в проявлениях межличностных отношений [46, с. 169].

Они отражаются в противоречивых индивидуальных проявлениях, например, они проявляются неконтактности, сокращении потребности в общении, неприемлемом нарушением эмоциональной сферы. Г.Е. Сухарева полагает, что для детей и подростков с задержкой психического развития (ЗПР) свойственна, зачастую, слабой зрелостью аффективно – волевой сферы. Подвергая анализу динамику развития неустойчивых личностей, Г.Е. Сухарева, акцентирует внимание на том, что их социальная адаптация сильнее обуславливается влиянием окружающей среды, чем от них самих [Цит. по: 32, с. 81]. В одном случае – они повышено – внушаемы и импульсивны, а в другом – полюс незрелости высших форм волевой деятельности, недееспособность к формированию устойчивого социально – одобряемого жизненного стереотипа к преодолению трудностей, отсутствие сопротивления, неотработанность личных запретов, предрасположенность к негативным сторонним влияниям. Данные условия характеризуют низкий уровень критичности, неумение адекватно оценить ситуацию, незрелость, что ведет к отсутствию тревожности.

Эмоциональная поверхность вполне приводит к конфликтным ситуациям, при этом у ребенка наблюдается дефицит самоконтроля и способности к самоанализу. Прослеживается неосмотрительность в отношениях, по причине не вызывающих одобрения поступков, сложности ситуации. Подростки свободно дают обещания и легко и быстро их забывают. Они безразличны к переживаниям при неудачах в учебе. Они слабы в мотивации к учению, им необходима активная деятельность [19, с. 42]. Мальчики во многих случаях склонны к раздражительности, девочки – к плаксивому состоянию. Такие ребята предрасположены ко лжи, это опережает незрелые формы самоутверждения. Инфантильность, типичная данной группе подростков нередко окрашена чертами церебро-органической недостаточности, навязчивостью, двигательной расторможенностью, эйфорической реакцией повышенного настроения,

аффективными вспышками, сопровождающимися ярким вегетативным компонентом, с нередко последующей головной болью, низкой работоспособностью, выраженной утомленностью [29, с. 77].

Так же дети данной категории плохо могут определять различные невербальные реакции, что мешает им правильно понимать психологическое состояние человека, эмоции, которые он испытывает, чувства по мимике и жестам. Что сказывается в овладении ими языком телодвижений. Им тяжело правильно интерпретировать смысл высказывания, так как они не соотносят его с невербальными реакциями, в которых человек заложил большой смысл в понимании сказанного [28, с. 101].

Коррекционная учебно-воспитательная работа предлагает систему специализированных психолого-педагогических, социокультурных и лечебных мероприятий, ориентированных на преодоление или ослабление недостатков психофизического развития детей с ограниченными возможностями, предоставление им доступных знаний, умений и навыков, развитие и формирование их личности в целом [30, с. 29].

Процедура образования в целом базируется как на сформировавшиеся функции, так и на формирующиеся. В результате основной задачей коррекционного обучения обозначается в постепенном и последовательном перемещении зоны ближайшего развития в зону актуального развития ребенка [13, с. 136].

Коммуникативные свойства подростка. Отметим также одну особенность: ряд нарушений психического развития, наблюдаемых у детей (интеллектуальных, эмоционально-мотивационных, личностных), блокирует стихийному и адекватному развитию, овладению коммуникационных навыков в естественных условиях жизни, воспитания и обучения, так сказать претендует на создание специальных условий, применение специальных приёмов, побуждающих развитие навыков общения [39, с. 104].

Когда ребенок находится в подростковом периоде, его ведущая деятельность складывается в общении с ровесниками, принимая принципиальное значение. В этом возрасте ребенок осваивает особые знания в области взаимоотношений, проходят школу социальных отношений. Общение пронизывает все сферы жизни подростка. Оказывает влияние и на образование, и на любимые дела, хобби, отношения со взрослыми. Проводя исследования с детьми 11-12 лет, Т.В. Драгунова, пришла к выводу, что у детей данного возраста происходят масштабные преобразования всей социальной ситуации развития [Цит. по: 70, с. 212]. Эти преобразования приводят к изменению внутреннего мира ребенка, по мнению Д.Б. Эльконина важно реорганизация самого себя для дальнейшего упорядочивания жизненных целей и учебных задач. В подробном масштабном исследовании Д.Б. Эльконина с коллегами получилось установить, что действительно во время вступления в подростковый возраст вся опыт общения, намеренное испытание с собственными отношениями с другими людьми (поиски друзей, выяснение отношений, конфликты, изменчивость компании) обособляется в сравнительно самостоятельную сторону жизни [Цит. по: 74, с. 70].

В дружественных связях подростки в максимально выборочны. Подростки имеют огромное желание иметь верного, близкого друга, но одновременно с этим часто меняют друзей. Для них важно найти в друге то, что есть у него самого, какие-то общие, схожие вещи, понятия, жизненные установки и переживания. Оказавшись в группе с высоким показателем социального становления, ребенок более успешно развивается как личность. Когда подросток не удовлетворён внутригрупповыми отношениями он начинает стремиться к другой группе, подходящей к его запросам [50, с. 392]. Психологическое самочувствие подростка в разных компаниях отличаться. Всем подросткам важно иметь референтную группу, с теми ценностями, нормами поведения и условиями, которые для него приемлемы и которые он может усвоить. Быть в группе, которая его

принимает мало. Важно понимать, в группу попасть не так-то просто, не каждого группа может принять, может произойти изоляция некоторых членов группы. В практике это ребята, которые не уверены в себе, замкнуты. Также это дети с повышенной нервозностью и излишней агрессивностью, или заносчивые, с большим требованием внимания к себе, но при этом безынициативные к новым делам и успехам группы [69, с. 34].

Личные взаимоотношения подростков опираются на симпатию, привязанность или наоборот антипатии и другое. Это очень влияет на индивида, и группы в целом. Благодаря личным взаимоотношениям между сверстниками зависит как будет настраиваться климат группы и эмоциональный фон [72, с. 51]. Придерживаясь положения о том, что установленные на бесппроблемно развивающихся детях обоснованность развития проявляется и в развитии детей из коррекционной школы, необеспеченность социальной адаптации подростков воспринимается как результат трудностей переходного периода в осуществлении межличностных отношений и самореализации в силу психических или социальных обстоятельств. Переломные моменты психического развития, неадаптивные проявления могут быть нормальными или атипичными, они также зависят от специфики общения подростков с другими людьми.

В ситуации расстройства общения уровень адаптации значительно снижается и может сложиться асоциальное поведение. Подростки с задержкой психического развития плохо предвидят последствия своего поведения, им трудно понять дальнейшие действия их собеседника, что сказывается на непонимании связи между тем, что делает ребенок сейчас и его последствиями. Поэтому они могут нарушать правила, и часто провоцировать конфликты. Несоблюдение правил поведения могут быть показателем болезненных изменений личности и психики в целом или стать итогом неблагоприятной ситуации воспитания. Крайне важно исходить из психологических данных развития личности, микросоциальных условий воспитания, организации системы учебно-

воспитательного процесса и временного периода пребывания в школе [65, с. 66]. Любой участник коллектива владеет предназначенным местом, причём и в системе деловых и личностных отношений. Говоря о личных отношениях нужно понимать, что они складываются интуитивно. В таких отношениях ребенок может быть успешен: он принят в группе, ощущает симпатию товарищей, в ответ импонируя им. В таком благоприятном состоянии у подростка повышается самооценка, растет уверенность в себе, он чувствует себя единым целым с группой. Встречаются и диаметрально противоположные отношения: неблагоприятное положение, чувство непринятия. Такая психологическая изоляция может вызвать серьёзные затруднения в развитии личности. Делая вывод, можно сказать что личные взаимоотношения, которые формируются в классах, обуславливают появление небольших групп, которые представляют в большой степени значение в жизни коллектива [14, с. 90].

Зачастую для подростка такие группы являются более важными, чем специальные органы коллектива и его организационные единицы. Как отмечает Я.Л. Коломенский: «углубление различных видов учебной и вне учебной деятельности, новые области познавательных интересов, расширение сферы общения с товарищами, развитие внутреннего мира подростка, формирование новых нравственных, эстетических и интеллектуальных чувств, повышение устойчивости эмоциональных состояний и стремление подростка осознать особенности своей личности, обменяться с товарищами своими суждениями и впечатлениями по различным вопросам – все это представляет психологическую основу усиления потребности в дружеском общении» [48, с. 155].

Межличностное взаимоотношение подростка с каждым разом оказываются более выборочными и устойчивыми. Морально-волевые параметры товарища оказываются главным принципом преимущества. Упор для престижа личности делается на волевые и интеллектуальные свойства ученика. Высоко оцениваются учащиеся, которые отличаются

готовностью и умением быть хорошим товарищем. Как и в начальном звене доброта, занимает лидирующие позиции из ведущих начал межличностного выбора.

Согласно мнению И.Ю. Кулагиной, у детей подросткового возраста установлены следующие мотивы:

1) установка на нравственно-психологические качества личности: «честный», «смелый», «добрый», «заботливый», «трудолюбивый», «веселый» и т.д. [Цит. по: 10, с. 220]. Отмечено, что в качественно организованном классе мотивы, организованные на оценке личности одноклассника, наблюдаются неоднократно: ребята из выше развитых коллективов характеризуются более высоким уровнем строгости друг к другу;

2) установка на определенные навыки, умения и способности одноклассника («хорошо поет», «хорошо рисует» и т.п.);

3) установка на необходимость внутреннего общения («вместе мечтать», «вместе строить разные планы в жизни»).

Расположение человека в группе зависит от нескольких условий. Первое условие: личностные качества, второе условие: индивидуальные особенностей группы, сравнительно которой устанавливается его положение.

Исходя из того, что наиболее активно социализация совершается именно в подростковом возрасте, подтверждает значимость общения, причем общения со сверстниками, которое в свою очередь, является ведущей деятельностью в этом возрасте [58, с. 111].

Таким образом, можно обобщить, что в подростковом возрасте общение со сверстниками принимает феноменальную значимость. Общение проникает во всю жизнь подростков, имеет влияние и на учение, на хобби, на отношения с родителями. У детей, обучающихся в коррекционной школе есть ряд особенностей в проявлениях межличностных отношений. Эмоциональная поверхность вполне приводит

к конфликтным ситуациям, при этом у ребенка наблюдается дефицит самоконтроля и способности к самоанализу.

В группе равных по социальному статусу подростки находят эмоциональный настоящий контакт и понимание, потому что её членов волнуют одни и те же или близкие вопросы. Благодаря такой психологической ситуации подросток испытывает чувство единства с группой, которое придает ему уверенности в себе, повышает самооценку. Коллектив в большинстве случаев предписывает подростку формы поведения и создает определенные позиции и отношение к себе и окружающим.

1.3 Модель формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы

В выпускной квалификационной работе были сформулированы цели и задачи, решаемые в ходе работы. Рассматривая цель как целостный объект, важно установить ее структуру, графическая модель которой представляет собой древовидный граф («дерево целей»).

Цели должны рассматриваться во взаимосвязи с сопряженными задачами, для того чтобы обеспечить их непротиворечивость и согласованность в стремлении рационально распределить имеющиеся ресурсы.

Для этого было сгенерировано дерево целей для более наглядного образа исследования. В нем структурирована система по иерархическому принципу, цели распределены по уровням, отражающий план решения поставленных задач (рисунок 1).



Рисунок 1 – «Дерево целей» формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы

Представим далее дерево целей формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

Генеральная цель нашего исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы по формированию конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

1. Изучить теоретические предпосылки исследования формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

1.1. Изучить состояние проблемы межличностных отношений в психолого-педагогической литературе.

1.2. Выявить особенности межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

1.3. Построить модель формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

2. Организовать и провести опытно-экспериментальное исследование формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

2.1. Дать характеристику этапам, методам, методикам исследования межличностных отношений подростков.

2.2. Охарактеризовать выборку исследования и проанализировать полученные результаты.

3. Провести опытно-экспериментальное исследование по формированию конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

3.1. Реализовать программу формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

3.3. Разработать рекомендации по формированию конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы для подростков, родителей и педагогов.

3.4. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

На основе «дерева целей» можно составить модель формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

Моделями определим сознательно искусственно созданные объекты, сходные с реальными объектами, подлежащими изучению по определению Б.Я. Советова [Цит. по: 52, с. 113].

Моделирование необходимо тогда, когда исследование самого реального объекта невозможно или затруднено в силу его недоступности.

Рассмотрим понятие «моделирование». Оно имеет достаточно много определений. Его можно рассмотреть в качестве метода познания объектов через их модели, как процесс построения этих моделей и как форму познавательной деятельности.

Точное и наиболее полное определение в формулировке И.Б. Новикова и А.И. Немова. По их трактовке моделирование – это «опосредованное практическое или теоретическое исследование объекта, при котором непосредственно изучается не сам интересующий нас объект, а некоторая вспомогательная искусственная или естественная система (модель) [Цит. по: 52, с. 78].

Моделирование в психологии считается свойственной формой всех видов психологической работы: исследования, диагностики, консультирования, коррекции.

Современный этап развития моделирования, как метода исследования в психологии характеризуется:

– разработкой новых подходов к измерению в психологии (моделирование макродинамики как результата микродинамических процессов; разработка шкал, основанных на мягких вычислениях; применение качественного интегрирования и др.);

– разработкой моделей динамики взаимодействия психических систем;

– разработкой моделей естественных систем (менеджмент, психотерапия);

– возрастающим интересом к инженерии знаний, структуре переработки информации и когнитивным стратегиям;

– переосмыслением предложенных ранее подходов с учетом современного состояния развития психологической науки [38, с. 17].

Рассмотрим этапы моделирования.

В первом этапе происходит формулирование проблемы исследования, определение целей, постановка задач моделирования.

На втором этапе происходит обоснование потребности использования метода моделирования.

Третий этап содержит теоретическую подготовку процесса моделирования. Построение неформализованной модели, подбор инструментария.

На четвертом этапе производится построение концептуальной модели. Представление механизмов действия и взаимодействия структурообразующих единиц модели, формирование показателей.

Пятый этап – разрабатываем формализованную модель. Формирование площади переменных и описание в их терминах единиц

модели, сбор данных и идентификация модельных параметров и отношений, верификация модели.

На шестом этапе проводим изучение моделей и приобретение новой информации.

На седьмом этапе осуществляется переход от принятой модельной информации к переструктурированным сведениям о предмете исследования.

Последний этап. Внедрение модельных познаний в систему теоретического знания об объекте исследования.

Программа формирования конструктивных межличностных отношений строится по принципу системности и содержит несколько блоков: теоретический, диагностический, коррекционный, блок контроля, обобщающий блок. Каждый блок состоит из нескольких взаимосвязанных компонентов (рисунок 2).



Рисунок 2 – Модель формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы

Характеристика блоков модели:

1) теоретический блок модели содержит результаты анализа научной литературы по проблеме исследования. Для осуществления успешной работы по формированию конструктивных межличностных отношений подростков необходимо составить четкое представление о межличностных отношениях подростков уже описанное исследователями Э. Эриксеном,

Н.В. Степановой, А.В. Мудрик и другими. Также важно выявить особенности межличностных отношений подростков;

2) диагностический блок модели предполагает применение диагностического инструментария, адекватно задачам исследования с целью получения эмпирического материала в конкретной выборке;

3) коррекционный блок предусматривает проведение формирующего эксперимента посредством реализации программы формирования конструктивных межличностных отношений подростков;

4) блок контроля помогает выявить уровень социально-психологического климата, а также сформированных в процессе программы формирования межличностных отношений подростков. Также в данном блоке проводится оценка эффективности коррекционных воздействий;

5) обобщающий блок предполагает разработку психолого-педагогических рекомендаций для педагогов, учащихся и их родителей по проблеме исследования, а также планирование внедрения программы формирования для дальнейшего её использования в общеобразовательных учреждениях.

Таким образом, модель формирования межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы содержит несколько блоков: теоретический, диагностический, коррекционный, блок контроля, обобщающий блок. Каждый блок состоит из нескольких взаимосвязанных компонентов.

Вывод по главе 1

Межличностные отношения, понятие которое очень схоже с привычным для нас словом «взаимоотношения». По определению это многоликая и относительно устойчивая система предпочтительных, сознательных и эмоционально переживаемых связей между членами контактной группы. Такие связи устанавливаются главным образом в

единой деятельности определенной ценностными ориентациями. Выражается в общении, совместной деятельности, взаимооценках членов общей группы и находятся в постоянном процессе совершенствования.

Подростку получается построить новую ведущую деятельность – интимно-личностное общение, предметом которой являются возможность создания человеческих отношений в любой совместной деятельности. Общение в подростковом возрасте модифицируется и становится более сложным в сравнении с общением младших школьников. Центральное значение приобретает общение со сверстниками. Общаясь с друзьями, младшие подростки активно осваивают нормы, цели, средства социального поведения, продуцируют критерии оценки себя и других, самостоятельно занимаются самовоспитанием. Во взаимоотношениях с ровесниками подросток старается реализовать свою личность, выявить свои возможности в общении. Для осуществления этих стремлений, ему необходимы личная свобода и личная ответственность. Цель отстаивания личной свободы – право на взрослость.

Обучение детей в коррекционной школе способам общения, направленное социальное воспитание, интенсивная психолого-педагогическая работа на уровнях группа – класс – школа – общество и ряд других мероприятий, реализовываемых специализированной школой, несут колоссальное значение для формирующейся и развивающейся личности детей подросткового возраста с нарушениями в развитии, для становления положительных личностных качеств, профилактики дезадаптации [63, с. 200].

Известно, что подростки из коррекционных школ, занимают одно из ведущих мест среди разных контингентов подростков с интеллектуальной недостаточностью и негативно отличаются от сверстников по состоянию здоровья и психическому развитию. Такие подростки имеют ряд личностных особенностей: низкая организация интеллектуальной деятельности, большая конформность, зависимость от окружающих,

чувствительность, тревожность, эмоциональная неустойчивость и невыдержанность, высокое стремление показать себя в лучшем свете, быть не хуже других [37, с. 56]. Ряд исследователей А.М. Прихожан, Б.П. Пузанов, В.А. Лапшин и др. считают, что состояние их эмоционально-волевой сферы и поведения соответствует предшествующей возрастной стадии развития. Это ведёт к появлению и развитию чувства неполноценности, которое он попытается компенсировать в других сферах, в том числе и в различных формах девиантного поведения [19, с. 24]. Следствием чего становятся трудности с социально-трудовой адаптацией во «взрослой» жизни и в межличностном взаимодействии. Важно отметить связь трудностей в межличностном взаимодействии у человека с наличием у него эмоциональных проблем. Например, высокая тревожность и чувствительность подростков с ОВЗ – одна из причин возникновения и углубления трудностей в общении, взаимопонимании со сверстниками. Неумение контролировать жизненные ситуации, усугублённое низкой самооценкой, приводит к неуверенности в собственном будущем [29, с. 70].

Таким образом, коммуникативные особенности подростков из коррекционной школы имеют свою специфику. У данного контингента учащихся, в связи с дефицитной ослабленностью психологической базы для активного обучения и эмоциональной незрелостью, расторможенностью психических процессов, отмечается слабые связи в структуре детского коллектива, тенденции к примитивной зависимости большей части детей от более зрелых и активных сверстников. Кроме того, такие подростки часто переоценивают свое влияние, не улавливают смысл оценки окружающих, не могут регулировать свое поведение.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ КОРРЕКЦИОННОЙ ШКОЛЫ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Для более полного изучения выбранной темы нам необходима поэтапная работа. Вся работа была распределена на этапы: теоретический, экспериментальный, интерпретационный.

Теоретический этап. В ходе познания того, что изучено в выбранной предметной области, имеет значение внимательно проработать все содержащееся научные и научно-методические данные.

Целесообразно обратить внимание на основные понятия, которые будут использоваться в исследовании. Данные определения должны быть четкими, однозначными и понятными, не следует допускать двойного толкования.

Определив направление научной работы, сформулируем проблему и тему исследования. Также нами были проработана научная литература: психолого-педагогические статьи и доклады, учебные пособия и научные труды, отобрали необходимый материал для темы исследования. Сформулировали гипотезу – предположим, что конструктивные межличностные отношения сформируются в результате реализации разработанной нами программы. Выбрали объект и предмет исследования. Объектом исследования является межличностное отношение подростков в условиях коррекционной школы, а предметом исследования – исследование межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы. Подобрали методики исследования: «Опросник межличностных отношений» А.А. Рукавишников (ОМО), «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири, «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева. Подготовили стимульный материал и инструкцию по его

проведению. Сформировали выборку из 12 учащихся 5 класса «МБОУ ООШ №34».

На втором этапе (собственно исследовательском) была организована отработка методик исследования, которые демонстрируют индивидуализированный характер для каждого исследования.

Под методикой в научной терминологии понимается совокупность конкретных форм, методов и средств теоретических и прикладных исследований в определенной области знаний. Методика научных исследований отбирается для решения научной задачи в соответствии со сформулированной целью изучения конкретного объекта исследований с помощью научных принципов и методов познания для получения запланированных результатов, определяющих целесообразную деятельность для достижения определенного эффекта при дальнейшем использовании научных результатов в теории и практике (внедрение в производство, науку, образование и т.п.).

Важно выбранные методики привести в целостную систему, так как это поможет ответить на вопрос, как возможно реализовать возможности различных методов для достижения поставленной научной цели.

Внедрение методики исследования способствует получению предварительных теоретических и практических выводов. Эти выводы должны быть:

- 1) в полном объеме аргументированными, обобщающими главные итоги проведенного исследования;
- 2) рациональными и обоснованными;
- 3) следовать из накопленного материала, являясь логическим следствием его анализа и обобщения;
- 4) апробированными и реальными для внедрения в массовую педагогическую практику.

Третий, оформительно-внедренческий этап или заключительный, характеризуется апробацией или иными словами на этом этапе происходит

оценивание выводов, их представление, также на данном этапе осуществляется оформление работы в виде отчетов, докладов, книг, диссертаций, рекомендаций, проектов и т.д. Заключением становится внедрение результатов в практику.

Важно учитывать то, что логика каждого исследования своеобразна. Необходимо отобрать главный вариант последовательности поисковых шагов, опираясь на характер проблемы, предмета и задач исследования, возможностей исследователя и других факторов, а также определить логику и характер изложения результатов с учетом подготовленности и интересов адресата.

Любое психолого-педагогическое исследование предусматривает установление общепринятых методологических параметров. К ним принадлежат проблема, тема, объект и предмет исследования, цель, задачи, гипотеза и защищаемые положения. Основными критериями качества педагогического исследования являются критерии актуальности, новизны, теоретической и практической значимости.

В процессе работы нами были задействованы определенные методы. Методы исследования – приемы и средства, благодаря которым извлекают сведения, ценные для вынесения практических рекомендаций и построения научных теорий. Крайне важно, чтобы методы были совершенны, надежны и валидны. Используемые нами методы можно разделить на несколько классификаций. Теоретические методы, данные методы включают в себя обработку и анализ научной литературы, синтез, обобщение, моделирование, интерпретацию и анализ результатов исследования. Эмпирические методы: наблюдение, констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование с применением методик: «Опросник межличностных отношений» А.А. Рукавишников (ОМО), «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири, «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С.

Ивашкин, В.В. Онуфриева, математико-статистическая обработка результатов по Т-критерию Вилкоксона.

Детальнее разберем методы исследования. Анализ научной литературы – это метод научного исследования, в процессе которого предусматривается дифференциация целого на составные части, реализуемый в процессе познания или предметно – практической деятельности. Данный метод наиболее доступный, однако трудозатратный, требующий максимальную работоспособность и умения критически оценивать прочитанное с учетом избранной темы исследования. В основе этого метода лежит – умение конспектировать, группировать материал в соответствии с планом работы. Центральная цель исследования при анализе литературных источников содержится в сборе научных данных, установлении достижений в познаваемой области знаний, существующих точек зрения на проблему, что делает возможным наметить перспективы исследования и сформулировать рабочую гипотезу.

Синтез – как метод исследования связан с приемом мышления. Предполагает объединение отдельных частей или сторон объекта в единое целое после согласования характеристик, выделенных методом анализа частей.

Анализ и синтез – согласованные методы, которые только в единстве делают возможным получить необходимые знания. Элементы, полученные в процессе анализа, подвергаются синтезу, что позволяет углубить исследование системы. Можно сделать вывод о том, что, синтез переводит знания более высокий уровень, а также позволяет создать причинно-следственную связь между данными, полученными в разное время.

Применяется также метод обобщения, метод, в основе которого лежит выделение и фиксация относительно устойчивых, инвариантных свойств объектов и их отношений. В результате обобщения выбираются наиболее типичные, свойственные всем или многим объектам свойства или процессы, несмотря на частные или случайные исключения. Данный метод

практикуют, когда необходимо объединить несколько объектов или предметов в более крупную группу по сходным признакам и так можно выявить общие характеристики.

Для эмпирического исследования проблем выбраны соответствующие методы: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент.

Эксперимент – это экспериментальная деятельность, специализированная для проверки выдвинутой гипотезы, происходящая в естественных или искусственно созданных условиях, протекающих под контролем и управлением экспериментаторов. Результат эксперимента – новое знание, включающее в себя выделение важнейших факторов, влияющих на результаты педагогической деятельности.

Констатирующий эксперимент – психологический метод, который устанавливает наличие определенного и обязательного явления или факты. В рамках констатирующего исследования проводится анализ различий или анализ взаимосвязей психологических показателей. Такого рода исследование лишь констатирует некоторое положение вещей, никак на него не влияя.

Формирующий эксперимент – в основе данного метода происходит некоторое воздействие на выборку испытуемых цель которого развитие и коррекция. Таким образом, формирующие исследования отличает от констатирующих наличие следующих ключевых слов «развитие», «повышение», «снижение», «коррекция», «формирование» и прочее.

Математико-статистическая обработка результатов. В данном исследовании был выбран Т-критерий Вилкоксона. Используемый метод способствует проверке различий между двумя выборками парных или независимых измерений по уровню какого-либо количественного признака, измеренного в непрерывной или в порядковой шкале. Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала

ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях.

Для исследования выбранной темы был выбран ряд методик. Первая методика «Опросник межличностных отношений» А.А. Рукавишников (ОМО). У человека существуют три межличностные потребности (потребность включения, потребность контроля, межличностная потребность в аффекте) и те области поведения, которые относятся к этим потребностям, достаточным для предсказания и объяснения межличностных явлений. Опросник предназначен для оценки типичных способов отношения к людям. Здесь нет правильных и неправильных ответов, правилен каждый правдивый ответ. Иногда люди стремятся отвечать на вопросы так, как, по их мнению, они должны были бы себя вести. Однако в этом случае нас интересует, как вы ведете себя в действительности. Некоторые вопросы очень похожи друг на друга. Но все-таки они подразумевают разные вещи. Отвечайте, пожалуйста, на каждый вопрос отдельно, без оглядки на другие вопросы. Время ответа на вопросы не ограничено, но не размышляйте слишком долго над каким-либо вопросом. Для каждого утверждения выберите ответ, который больше всего вам подходит: обычно, часто, иногда, по случаю, редко, никогда (для вопросов с 1-16 и с 41-54). Для каждого из дальнейших утверждений (с 17-27 и 28-40) выберите один из ответов, обозначающий количество людей, которые могут влиять на вас или на которых ваше поведение может распространяться. Относится к: большинству людей, многим, некоторым людям, нескольким людям, одному двум людям,

никому. От суммы баллов зависит степень применимости приведенных выше описаний:

1) 0-1 и 8-9 – экстремально низкие и экстремально высокие баллы, поведение будет иметь компульсивный характер;

2) 2-3 и 6-7 – низкие и высокие баллы, и поведение лиц будет описываться в соответствующем направлении;

3) 4-5 – пограничные баллы, и лица могут иметь тенденцию поведения, описанного как для низкого, так и для высокого «сырого» счета.

Эти оценки удобно интерпретировать с учетом средних и стандартных отклонений соответствующей популяции.

Данная методика дает возможность оценить отношение каждого учащегося к друг другу и классу в целом.

«Диагностика межличностных отношений» Т. Лири. Данная методика 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. 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. Инструкция проста, Вам предлагается список характеристик. Следует внимательно прочесть каждую и решить, соответствует ли она вашему представлению о себе. Если соответствует, то пометьте ее знаком «плюс» или напишите напротив нее «да». Если не соответствует – ничего не пишете.

Одновременно или последовательно можно оценить предложенные характеристики с точки зрения «Я – в идеале» (каким хотите быть), а также того, как подходят эти характеристики какому-либо интересующему вас человеку – «мой партнер». Старайтесь быть искренним. Если нет полной

уверенности, знак «+» не ставьте. Типы отношений к окружающим по результатам каждого из восьми блоков: I. авторитарный, II. эгоистический, III. агрессивный, IV. подозрительный, V. подчиняемый, VI. зависимый, VII. дружелюбный, VIII. альтруистический.

В зависимости от соответствующих показателей выделяются ряд ориентаций – типов отношения к окружающим. Делаются выводы о выраженности типа, о степени адаптированности поведения – степени соответствия (несоответствия) между целями и достигаемыми в процессе деятельности результатами. Очень большая неадаптивность поведения (при представлении результатов выделяется красным цветом) может свидетельствовать о невротических отклонениях, дисгармониях в сфере принятия решений или являться результатом каких-либо экстремальных ситуаций.

Методика может использоваться как для самооценки, так и для оценки наблюдаемого поведения людей («со стороны»). В последнем случае испытуемый отвечает на вопросы как бы за другого человека, основываясь на своем представлении о нем. Суммируя результаты такого тестирования разных членов группы (например, трудового коллектива) можно составить обобщенный «представленческий» портрет какого-либо ее члена, например, лидера. И делать выводы об отношении к нему других членов группы.

«Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева, использование методики определения ценностно-ориентационного единства (ЦОЕ) группы позволяет экспериментатору ответить на вопрос о том, можно ли считать данную конкретную функционирующую группу сплоченной общностью, а также экспериментально определить степень выраженности этой важнейшей групповой характеристики. Инструкция. Выберите из предложенного списка 5 качеств, которые вы считаете наиболее ценными для успешной совместной работы в классе. С помощью

описанной процедуры психолог получает возможность сравнить по критерию сплоченности различные группы членства одного и того же человека, а значит, и сделать научно обоснованные выводы об относительной интенсивности и целенаправленности их воздействия на него, о силе группового давления, которое он испытывает.

Таким образом, благодаря обзору выбранных методов и методик изучения межличностных отношений у подростков помогут провести опытно-экспериментальное исследование.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

В психологическом исследовании приняли участие учащиеся 5 класса «МБОУ ООШ №34» г. Озерска. Полновозрастной состав группы находится между 11 и 12 лет. 4 учащихся из многодетной семьи, 3 учащихся из неполных семей, воспитываемые мамой, 1 проживающий в семье под опекой. В классе 1 учащийся находится в социально опасном положении и трудной жизненной ситуации и состоящий на внутри школьном учёте (ВШУ). Так как образовательное учреждение коррекционное, классы небольшие и сформированы до 15 человек. В классе 12 учащихся, 9 мальчиков и 3 девочки. С начала учебного года в классе обучается вновь прибывший ребенок, остальные ребята переведены с 4 класса.

Проводя диагностику в начале года выделены ребята с нарушениями мотивационной сферы, социально-адаптивного поведения и эмоционально-волевой сферы. Общая успеваемость класса на среднем уровне, однако по мониторингу в первой четверти заметно снижение результатов учебной деятельности. Пятиклассники частично прошли адаптацию, наблюдается ухудшение поведения, снижение уровня мотивационно-волевой деятельности.

Взаимоотношения между одноклассниками характеризуются как разобщенные. Проводя аналогию с 4 классом, из целостной группы,

разделились в группы со своими лидерами, правилами и интересами. В классе есть учащиеся, которые претендуют на лидерство, хотя по своей сути таковыми не являются. В начале учебного года ребятами был выдвинут командир, однако в силу своих личностных качеств учащийся со своей ролью не справляется. По результатам социометрии, проводимой классным руководителем и в процессе наблюдения за учащимися в их школьной деятельности отмечается один отвергаемый. Классный руководитель выстраивает отношения по стилю «демократический». При возникновении конфликтных ситуаций, их обсуждает весь класс. В классе преобладают дети с холерическим типом нервной системы, оказывает влияние на поведение. В некоторых ситуациях учащиеся не всегда самокритичны в отношении своей деятельности и поведении, не могут отрефлексировать свои поступки.

Зачастую отсутствует сознательная дисциплина, наблюдаются упрямство, эгоизм. Негативные чувства учащиеся могут проявлять очень бурно, иногда аффективно. Встречается агрессия в поведении, нервное возбуждение, которое сопровождается потерей контроля над собой.

Взаимоотношения между мальчиками и девочками носят ситуативный характер, что свидетельствует о несформированности коллектива. При этом следует учитывать, что класс практически «мальчишеский». Не всегда наблюдается и сплоченность учащихся в коллективной деятельности, происходят конфликты в ситуации деления на группы. В классе выбран актив, ученики, участвующие во внеучебной деятельности, и ребята, готовые оказать помощь. В классе не сформированы общие ценности, ценность каждого члена коллектива, наблюдается небольшое сплочение коллектива и противостояние его новому ученику. Некоторым учащимся свойственен замедленный темп деятельности. Не всегда успевают за темпом класса. Не показывают осознанности и систематичности знаний. Не всегда могут сделать самостоятельных выводов, не проявляют широты и гибкости мышления.

Не сформированы навыки самостоятельного труда. Требуется дополнительное стимулирование и постоянный контроль со стороны взрослых. Класс принимает участие во внеклассных и школьных мероприятиях. Есть ребята, увлекающиеся изобразительным искусством, также ребята, участвующие в спортивных мероприятиях. По мере своих сил ученики стараются принять участие в делах класса и внешкольных мероприятиях.

Для исследования межличностных отношений подростков этот класс был выбран не случайно, так как в нём необходимо целенаправленно вести работу по совершенствованию коммуникативных навыков в общении и проводить дальнейшую работу по формированию культуры поведения в школе и общественных местах.

Начиная диагностическую работу по исследованию межличностных отношений подростков обратимся к методике «Опросник межличностных отношений А.А. Рукавишникова (ОМО)». Данная методика покажет нам оценку типичных способов отношений к людям [Приложение 2, таблица 1]. В ней заложены три принципа: включение, контроль, аффект. Что следует понимать под этими определениями:

– включение – высокое выраженное поведение: стремление принимать других, устанавливать связь, желание принадлежать к какой-либо социальной группе и быть среди людей, низкое выраженное поведение: поведение, принуждаемое к приглашению к взаимоотношениям, быть в моем обществе, даже когда я не прилагаю к этому никаких усилий;

– контроль – высокое выраженное поведение: стремление контролировать и брать ответственность на себя, быть инициативным, низкое выраженное поведение: желание, чтобы другие проявляли контроль и давали готовые решения;

– аффект – высокое выраженное поведение: стремление быть с другими, выражать любовь, дружеские отношения, низкое выраженное

поведение: стремление, чтобы другие были эмоционально близкие и открытые, делились своими чувствами.

Каждый принцип включает по 2 шкалы, при этом наибольшим значением обладают низкие и высокие показатели по этим шкалам.

Методика предполагает следующую процедуру проведения: для каждого утверждения выберите ответ, который больше всего вам подходит: обычно, часто, иногда, по случаю, редко, никогда (вопросы с 1-16 и с 41-54). Для каждого из дальнейших утверждений (17-27 и с 28-40) выберите один из ответов, обозначающий количество людей, которые могут влиять на вас или на которых ваше поведение может распространяться. Относится к: большинству людей, многим, некоторым людям, нескольким людям, одному двум людям, никому. При совпадении ответа испытуемого с ключом – он оценивается в один балл, при несовпадении – 0 баллов. Баллы колеблются от 0 до 9. Чем больше они приближаются к экстремальным оценкам, тем большее применение имеет следующее описание поведения:

1) включение:

– Ie – низкое означает, что индивид не чувствует себя хорошо среди людей и будет склонен их избегать;

– Ie – высокое предполагает, что индивид чувствует себя хорошо среди людей и будет иметь тенденцию их искать;

– Iw – низкое предполагает, что индивид имеет тенденцию общаться с небольшим количеством людей;

– Iw – высокое предполагает, что индивид имеет сильную потребность быть принятым остальными и принадлежать к ним;

2) контроль:

– Ce – низкое означает, что индивид избегает принятия решений и взятия на себя ответственности;

– Ce – высокое означает, что индивид старается брать на себя ответственность, соединенную с ведущей ролью;

– Sw – низкое предполагает, что индивид не принимает контроля над собой;

– Sw – высокое отражает потребность в зависимости и колебания при принятии решений;

3) аффект:

– Ae – низкое означает, что индивид очень осторожен при установлении близких интимных отношений;

– Ae – высокое предполагает, что индивид имеет склонность устанавливать близкие чувственные отношения;

– Aw – низкое означает, что индивид очень осторожен при выборе лиц, с которыми создает более глубокие эмоциональные отношения;

– Aw – высокое типично для лиц, которые требуют, чтобы остальные без разбора устанавливали с ним близкие эмоциональные отношения.

Проанализировав результаты получили данные, представленные на рисунке 3.

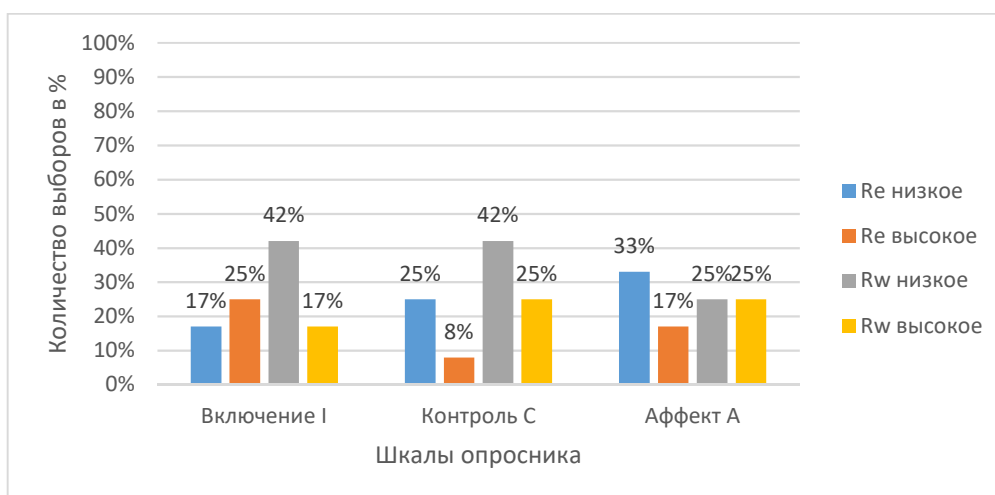


Рисунок 3 – Результаты применения способов отношений по методике А.А. Рукавишникова «Опросник межличностных отношений» до проведения программы

где, R – введенная переменная для объединения типов поведения для каждой из шкал: I, C, A.

Проанализировав полученные данные, мы выяснили, что:

1) по шкале I:

– «I_e – низкое» – 17% (2 человека) – данные ребята склонны избегать социальных контактов, чувствуют себя скованно в окружении других учащихся;

– «I_e – высокое» – 25% (3 человека) – учащиеся ищут новые знакомства, чувствуют себя уверенно в компании ребят;

– «I_w – низкое» – 42% (5 человек) – имеют свой узкий круг друзей, не готовы к новым знакомствам;

– «I_w – высокое» – 17% (2 человека) – эти ребята нуждаются в коллективе, испытывают потребность быть в какой-либо социальной группе;

2) по шкале С:

– «C_e – низкое» – 25% (3 человека) – эти ребята боятся брать на себя ответственность в принятии какого-либо решения;

– «C_e – высокое» – 8% (1 человек) – учащийся занимает роль неформального лидера, берет ответственность за решения;

– «C_w – низкое» – 42% (5 человек) – учащиеся с низким принятием контролем над собой;

– «C_w – высокое» – 25% (3 человека) – ребята колеблются в выборе, зачастую избегают принятия самостоятельных решений;

3) по шкале А:

– «A_e – низкое» – 33% (4 человека) – подростки очень осторожные при установлении близких интимных отношений;

– «A_e – высокое» – 17% (2 человека) – ребята устанавливают очень близкие, дружеские отношения;

– «A_w – низкое» – 25% (3 человека) – ребята с осторожностью устанавливают контакт для глубоких эмоциональных отношений;

– «A_w – высокое» – 25% (3 человека) – этим ребятам необходимо, чтобы с ними устанавливали глубокие эмоциональные отношения.

Методика Т. Лири «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» покажет стилевые особенности поведения учащихся при взаимодействии друг с другом [Приложение 2, таблица 2].

Опросник методики представлен в виде 128 характеристик. Испытуемый должен на регистрационной сетке зачеркивать крестом номера, соответствующие тем чертам, которые он у себя находит, оставляя не зачеркнутыми остальные номера. После того как испытуемый оценит себя и заполнит сетку регистрационного листа, подсчитываются баллы по 8 вариантам межличностного взаимодействия: I. Авторитарный, II. Эгоистичный, III. Агрессивный, IV. Подозрительный, V. Подчиняемый, VI. Зависимый, VII. Дружелюбный, VIII. Альтруистический.

Затем по специальным формулам определяются показатели по основным факторам: доминирование и дружелюбие:

$$- \text{доминирование} = (I - V) + 0,7 \times (VIII + II - VI).$$

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

Полученные средние значения указали на рисунке 4.

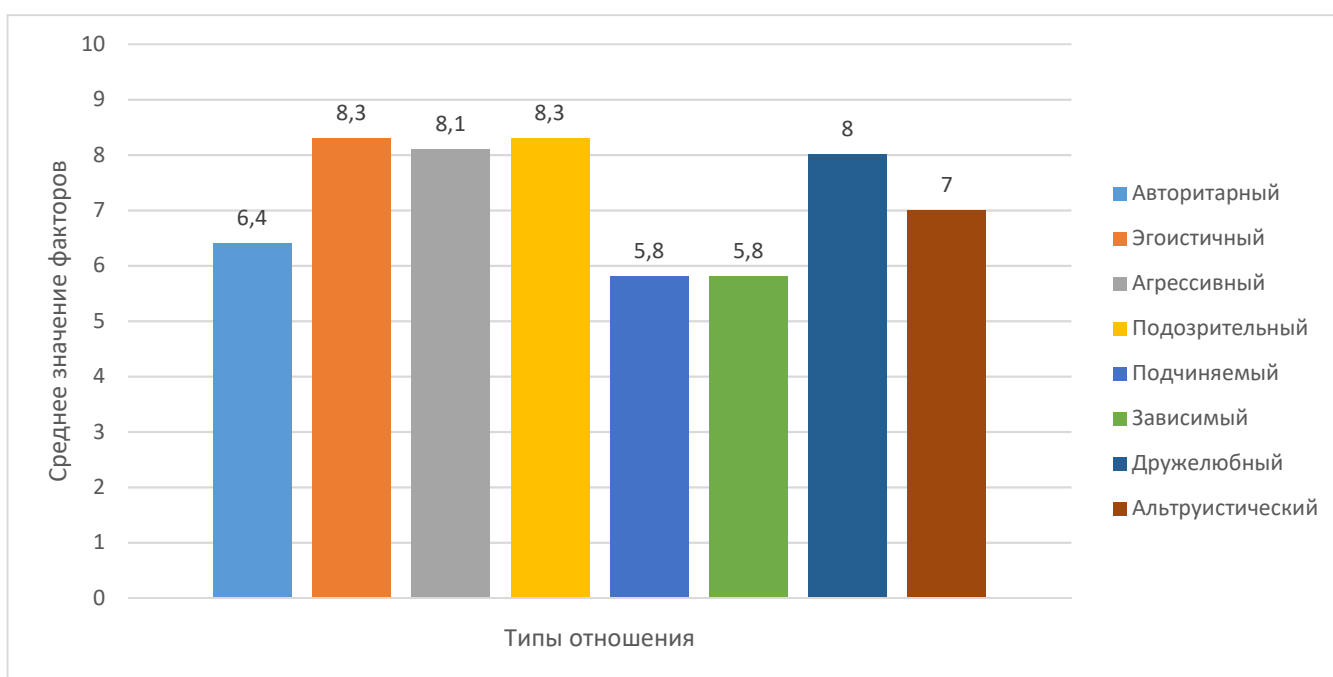


Рисунок 4 – Результаты применения типов отношений по методике Т. Лири «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» до проведения программы

Согласно данным рисунка 4, можно сделать вывод о том, что подростки склонны более к эгоистичному и подозрительному типу отношений, для коллектива данные характеристики несут негативные последствия, во время написания программы необходимо делать акцент на работе по гармонизации отношений, осуществлять подбор упражнений на сплочение, формирование доверительных отношений, принятие себя и других.

Проведя анализ типов межличностных отношений можно сказать, что у 2 учащихся (17%) преобладает авторитарный тип, характеризующий ребят с лидерскими качествами, которые полагаются только на свое мнение, проявляют энергичность, требуют к себе уважения, стремятся к успеху в делах, любят давать советы. Эгоистичный тип у 4 учащихся (34%) – в характере этого типа существуют черты самодовольства, дистантность, эгоцентричность, завышенный уровень притязаний, чувство соперничества, проявляющееся в стремлении занять обособленную позицию в группе. Доминантность здесь в меньшей степени обращена на общие с группой интересы и не проявляется стремление вести людей за собой, заражая их своими идеями. Агрессивный тип у 2 учащихся (17%) – эти ребята могут быть несдержанные, требовательный, упрямые, строгие и резкие в оценке других. У остальной части класса выделены подозрительный (8%), зависимый (8%), дружелюбный (8%), альтруистический (8%) типы отношений (по одному учащемуся).

Последняя методика, которая покажет нам уровень межличностных отношений выбранного класса «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева. В ходе исследования был оценен уровень ценностно-ориентационного единства в коллективах [Приложение 2, таблица 3].

Методика предполагает выбор нескольких ценностей для каждого испытуемого (рисунок 5).

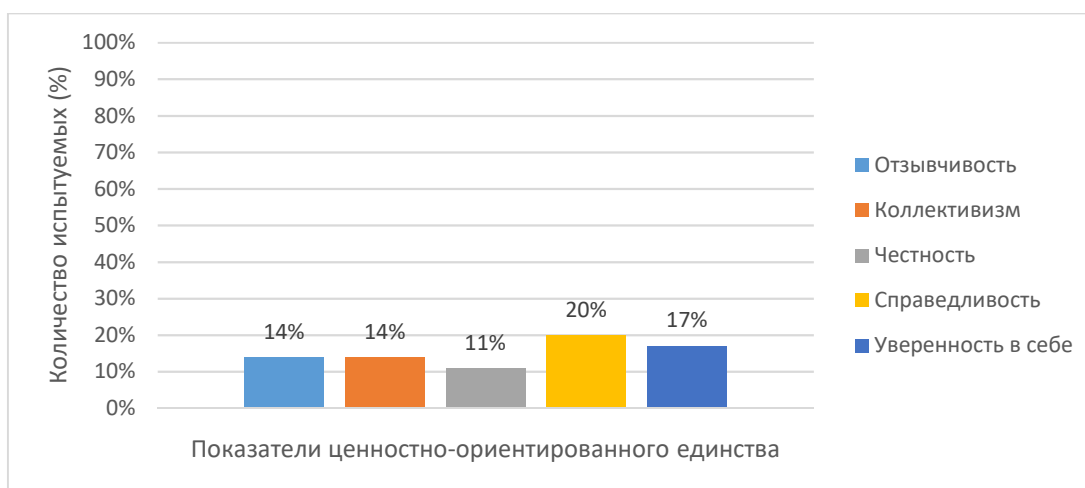


Рисунок 5 – Результаты применения методики «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева до проведения программы

Из рисунка 5 видно, что наиболее приоритетным показателем ценностно-ориентированного единства является «справедливость» – 20% (7 человек), 17% (6 человек) – выбрали показатель «уверенность в себе», 14% (5 человек) – «отзывчивость» и «коллективизм», «честность» – 11% (4 человека).

Используя формулу показателя степени ценностно-ориентационного единства участников, получили следующие данные $C=0,4$, больше 0,3, но меньше 0,5, следовательно, это указывает на то, что данный детский коллектив находится на стадии развития.

Обобщая вышесказанное и проведя анализ выбранных методик, можно сделать вывод о том, что требуется психолого-педагогическая работа по формированию групповой сплоченности участников данного исследования. По методике А.А. Рукавишников «Опросник межличностных отношений» мы выявили ребят, которые закрыты к коллективу, они не нуждаются в коллективе, необходимо приобщение каждого члена коллектива к совместной работе. По методике Т. Лири «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» некоторые подростки склонны более к эгоистичному и подозрительному типу отношений, что негативно влияет на формирование детского коллектива, и вызывает некоторые трудности для межличностной коммуникации.

Однако, результаты методики «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева показывают, что коллектив находится ещё на стадии развития и возможно благоприятное влияние на учащихся благодаря проведению программы.

Вывод по главе 2

Для более полного изучения выбранной темы нам необходима поэтапная работа. Вся работа была распределена на этапы: теоретический, экспериментальный, интерпретационный.

Теоретический этап. Определили направление научной работы, сформулировали проблему и тему исследования. Также проработали научную литературу. Сформулировали гипотезу, выбрали объект и предмет исследования, подобрали методики исследования, подготовили стимульный материал и инструкцию по его проведению. Сформировали выборку из 12 учащихся 5 класса «МБОУ ООШ №34».

На втором этапе (собственно исследовательском) организовали отработку методик исследования. На третьем этапе, оформительско-внедренческом, апробировали выводы, их представили, также на данном этапе осуществили оформление работы. Заключение стало внедрение результатов в практику.

В процессе работы нами были задействованы определенные методы: теоретические методы, данные методы включают в себя обработку и анализ научной литературы, синтез, обобщение, моделирование, интерпретацию и анализ результатов исследования. Эмпирические методы: наблюдение, констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование с применением методик: «Опросник межличностных отношений» А.А. Рукавишников (ОМО), «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири, «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С.

Ивашкин, В.В. Онуфриева, математико-статистическая обработка результатов по Т-критерию Вилкоксона.

Начиная диагностическую работу по исследованию межличностных отношений подростков обратились к методике «Опросник межличностных отношений А.А. Рукавишников (ОМО)».

Проанализировав полученные данные, мы выяснили, что:

1) по шкале I:

– «I_e – низкое» – 17% (2 человека) – данные ребята склонны избегать социальных контактов, чувствуют себя скованно в окружении других учащихся;

– «I_e – высокое» – 25% (3 человека) – учащиеся ищут новые знакомства, чувствуют себя уверенно в компании ребят;

– «I_w – низкое» – 42% (5 человек) – имеют свой узкий круг друзей, не готовы к новым знакомствам;

– «I_w – высокое» – 17% (2 человека) – эти ребята нуждаются в коллективе, испытывают потребность быть в какой-либо социальной группе;

2) по шкале С:

– «С_e – низкое» – 25% (3 человека) – эти ребята боятся брать на себя ответственность в принятии какого-либо решения;

– «С_e – высокое» – 8% (1 человек) – учащийся занимает роль неформального лидера, берет ответственность за решения;

– «С_w – низкое» – 42% (5 человек) – учащиеся с низким принятием контролем над собой;

– «С_w – высокое» – 25% (3 человека) – ребята колеблются в выборе, зачастую избегают принятия самостоятельных решений;

3) по шкале А:

– «А_e – низкое» – 33% (4 человека) – подростки очень осторожные при установлении близких интимных отношений;

– « A_e – высокое» – 17% (2 человека) – ребята устанавливают очень близкие, дружеские отношения;

– « A_w – низкое» – 25% (3 человека) – ребята с осторожностью устанавливают контакт для глубоких эмоциональных отношений;

– « A_w – высокое» – 25% (3 человека) – этим ребятам необходимо, чтобы с ними устанавливали глубокие эмоциональные отношения.

Методика Т. Лири «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» показала стилевые особенности поведения учащихся при взаимодействии друг с другом.

Проведя анализ типов межличностных отношений можно сказать, что у 2 учащихся (17%) преобладает авторитарный тип, характеризующий ребят с лидерскими качествами, которые полагаются только на свое мнение, проявляют энергичность, требуют к себе уважения, стремятся к успеху в делах, любят давать советы. Эгоистичный тип у 4 учащихся (34%) – в характере этого типа существуют черты самодовольства, дистантность, эгоцентричность, завышенный уровень притязаний, чувство соперничества, проявляющееся в стремлении занять обособленную позицию в группе. Доминантность здесь в меньшей степени обращена на общие с группой интересы и не проявляется стремление вести людей за собой, заражая их своими идеями. Агрессивный тип у 2 учащихся (17%) – эти ребята могут быть несдержанные, требовательный, упрямые, строгие и резкие в оценке других. У остальной части класса выделены подозрительный (8%), зависимый (8%), дружелюбный (8%), альтруистический (8%) типы отношений (по одному учащемуся).

Последняя методика, которая показала нам уровень межличностных отношений выбранного класса «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева. В ходе исследования был оценен уровень ценностно-ориентационного единства в коллективах.

Наиболее приоритетным показателем ценностно-ориентированного единства является «справедливость» – 20% (7 человек), 17% (6 человек) – выбрали показатель «уверенность в себе», 14% (5 человек) – «отзывчивость» и «коллективизм», «честность» – 11% (4 человек).

Используя формулу показателя степени ценностно-ориентационного единства участников, получили следующие данные $S=0,4$, больше 0,3, но меньше 0,5, следовательно, это указывает на то, что данный детский коллектив находится на стадии развития.

Обобщая вышесказанное и проведя анализ выбранных методик, можно сделать вывод о том, что требуется психолого-педагогическая работа по формированию групповой сплоченности участников данного исследования. По методике А.А. Рукавишников «Опросник межличностных отношений» мы выявили ребят, которые закрыты к коллективу, они не нуждаются в коллективе, необходимо приобщение каждого члена коллектива к совместной работе. По методике Т. Лири «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» некоторые подростки склонны более к эгоистичному и подозрительному типу отношений, что негативно влияет на формирование детского коллектива, и вызывает некоторые трудности для межличностной коммуникации. Однако, результаты методики «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева показывают, что коллектив находится ещё на стадии развития и возможно благоприятное влияние на учащихся благодаря проведению программы.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ КОРРЕКЦИОННОЙ ШКОЛЫ

3.1 Программа формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы

Проведя анализ показателей диагностического исследования была разработана программа формирования межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы. Она основана на личностно-ориентированном подходе, в основе которого лежит принятие личности каждого ученика, его самобытность, индивидуальность.

Пояснительная записка.

Межличностные отношения – это очень сложная и многоликая система. Дети с ограниченными возможностями здоровья имеют некоторые особенности в создании и развитии взаимоотношений. У учащихся коррекционной школы могут возникать сложности в выстраивании коммуникации, адекватное проявление эмоционально-волевой сферы. Это может быть причиной непринятия друг друга, возникновение конфликтных ситуаций, развитие эгоцентрической модели поведения и несформированность социально-адаптивного поведения. Для таких учащихся необходим позитивный опыт в формировании конструктивных межличностных отношений, чтобы сформировать психологически здорового, активного человека.

Цель программы: организация благоприятных условий для результативного формирования межличностных отношений у учащихся коррекционного образования.

Задачи:

1) образовательные:

– освещение основных личностных качеств человека;

– практика в обучении эффективных способах взаимодействия с окружающими;

2) развивающие:

– формирование заинтересованности к окружающим людям;

– становление самооценки, совершенствование чувства эмпатии, увеличение самопринятия, уверенность в себе;

– развитие самоконтроля поведения, эмоциональной устойчивости в ходе общения, конфликтоустойчивости;

3) воспитательные:

– формирование и воспитание уважительного отношения к собеседнику;

– формирование моральных качеств.

Принципы проведения программы:

– единства диагностики и коррекции; рассчитывает интегративное диагностическое обследование, и обязательную проверку динамики перестройки личности, поведения, деятельности, динамики эмоциональных состояний человека;

– упорядочивания – предполагает обязательность учета профилактических и развивающих задач;

– принятие во внимание возрастных, психологических и индивидуальных особенностей – включение упражнений и заданий, актуальных для данного возраста;

– учет эмоциональной трудности информации – задания, упражнения, игры, обязаны устанавливать благоприятный эмоциональный фон, пробуждать положительные эмоции. Финал встречи необходимо завершать на позитивной ноте.

Программа запланирована на 20 занятий по 45 минут один раз в неделю.

Методы и приемы реализации программы:

1) упражнения и задания, направленные на развитие личностных качеств;

2) упражнения на межличностное взаимодействие;

3) сказкотерапия, прочтение притч;

4) дискуссии, беседа, анализ конкретных ситуаций.

Ожидаемые результаты реализации программы:

1) овладение разговорными приёмами;

2) изменение поведения, усиление эмоциональной стабильности;

3) возрастание заинтересованности к окружающим, желание понимать их, развитие эмпатии;

4) повышение уровня самооценки;

5) сформированность уважительного отношения к собеседнику.

Структура каждого занятия:

1) начало занятия – приветствие, анализ общей атмосферы в группе, настрой группы на работу, проверка домашнего задания;

2) основная часть – разминка, упражнения основной части, рефлексия, обсуждение результатов;

3) подведение итогов занятия – итоговое слово ведущего, окончание занятия, домашние задания.

Тематическое планирование [Приложение 3, таблица 4]:

Тема 1.

Общение в жизни человека.

Цели:

– ознакомить учащихся с содержанием занятий;

– рассказать об основах общения, его возможностях, значении в жизни каждого человека;

– составить правила проведения занятий.

Оборудование: тетради, ручки.

Урок 1 – ход занятия:

1) знакомство с целями занятий;

- 2) принятие правил;
- 3) работа по теме:
 - тест «Коэффициент моей общительности»;
 - тест-игра «С тобой приятно общаться»;
- 4) анализ занятия;
- 5) домашнее задание.

Урок 2 – ход занятия:

- 1) разминка:
 - упражнение «Имя + что обо мне никто не знает».

Цель: открыть для участников новые грани друг друга;

- 2) работа по теме:
 - упражнение «Я рад общаться с тобой»;
 - беседа о понятии «общение»;
 - упражнение «Мудрость народа».

Цель: введение в тему, организация совместной деятельности, снятие барьеров в общении;

- 3) анализ занятия.

Тема 2.

Зачем нужно знать себя?

Цели:

- пробудить у учащихся мотивацию на познание себя;
- провоцировать самопознанию и рефлексии учащихся.

Оборудование: тетради, ручки, карандаши, разноцветная коробка с прорезями, обклеенная полосками из шести разных цветов.

Урок 3 – ход занятия:

- 1) разминка:
 - упражнение «Цвет настроения»;
 - упражнение «Я рад общаться с тобой»;
- 2) работа по теме:
 - самоанализ «Кто я? Какой я?»;

3) анализ занятия;

4) домашнее задание.

Урок 4 – ход занятия:

1) разминка:

– упражнение «Вещь (предмет на букву...)»;

– упражнение «Назови свое имя»;

2) работа по теме:

– упражнение «Волшебная рука»;

– упражнение «Хорошо или плохо»;

– притча «Про ворону и павлина»;

3) анализ работы в группе: каждый продолжает фразу «Сегодня я понял ...».

Тема 3.

Я глазами других.

Цели:

– развивать потенциал к рефлексии;

– содействовать пробуждению желания самосовершенствоваться;

– тренировать способность принимать друг друга.

Урок 5 – ход занятия:

1) обсуждение домашнего задания;

2) работа по теме:

– методика «Твое имя»;

– игра «Ассоциации»;

3) анализ занятия;

4) домашнее задание.

Урок 6 – ход урока:

1) разминка:

– ритуал приветствия «я+я=мы»;

2) работа по теме:

– упражнение «Комплименты»;

– упражнение «Звезда самоуважения»;

3) анализ работы:

– ритуал прощания «Я+Я=МЫ».

Тема 4.

Барьеры общения.

Цели:

– ознакомить учеников с вербальными барьерами общения;

– научить альтернативным вариантам поведения;

– обучить анализу различных состояний.

Материалы: тетради для записи.

Урок 7 – ход занятия:

1) обсуждение домашнего задания;

2) работа по теме:

– разыгрывание ситуации «В классе»;

3) анализ занятия;

4) домашнее задание.

Урок 8 – ход занятия:

1) разминка «Поменяйтесь местами те, кто...»;

2) работа по теме:

– презентация «Барьеры общения»;

– беседа по теме;

4) анализ занятия.

Тема 5.

Предотвращение конфликтов.

Цели:

– отработать способность предупреждать конфликтные ситуации;

– зафиксировать способы поведения в сложной ситуации.

Оборудование: тетради, бланки теста «Конфликтный ли ты человек?».

Урок 9 – ход занятия:

- 1) обсуждение домашнего задания;
- 2) работа по теме:
 - игра «Перетягивание каната»;
 - игра «Петухи»;
 - тест «Конфликтный ли ты человек?»;
- 3) анализ занятия;
- 4) домашнее задание.

Урок 10 – ход занятия:

- 1) разминка:
 - чтение восточной притчи;
- 2) работа по теме:
 - игровой тренинг «Звёздочки и созвездия»;
 - чтение стихотворения «Два козла»;
 - беседа о конфликтах;
 - работа по группам;
 - разбор проблемных ситуаций по теме занятия;
- 3) анализ занятия.

Тема 6.

Учимся слушать друг друга.

Цели:

- раскрыть значимость собственного «Я»;
- подвести учащихся к пониманию необходимости принимать себя и других.

Оборудование: тетради, бланки теста «Умеешь ли ты слушать?».

Урок 11 – ход занятия:

- 1) обсуждение домашнего задания;
- 2) работа по теме:
 - тест «Умееете ли вы слушать?»;
 - игра «Испорченный телефон»;
 - игра «Пойми меня»;

3) анализ занятия;

4) домашнее задание.

Урок 12 – ход занятия:

1) разминка:

– игра «Верно-не верно»;

– пример из мультфильма «Большой Ух» об умении слушать и слышать (просмотр фрагмента);

2) работа по теме:

– беседа «Что такое слушание, умение слушать?»;

– упражнение «Неиспорченный телефон»;

– дидактическая игра «Кто быстрее сообразит и ответит»;

– тестирование (раздача распечатанных тестов) «А как вы умеете слушать?»;

– упражнения для совершенствования умения слушать;

– полезные рекомендации психолога;

3) анализ занятия.

Тема 7.

Пойми меня.

Цель:

– развить у учеников способность чувствовать и понимать друг друга.

Оборудование: бланки с пословицами.

Урок 13 – ход занятия:

1) обсуждение домашнего задания;

2) работа по теме занятия:

– работа с пословицами;

– игра-шутка «Пойми меня»;

3) анализ занятия;

4) домашнее задание.

Урок 14 – ход занятия:

1) разминка:

– коммуникативная игра «Пойми меня»;

2) работа по теме:

– объяснялки (взять карточки от алиаса);

– рисовалки;

3) анализ занятия.

Тема 8.

Критика.

Цели:

– ознакомить учеников с определением «критика»;

– выработать способность адекватной реакции на критику.

Оборудование: карточки с выражениями, мяч.

Урок 15 – ход занятия:

1) разминка «Я сегодня вот такой..»;

2) работа по теме:

– игра с мячом «Что звучит обидно?»;

– упражнение на «Я – сообщение»;

3) анализ занятия;

4) домашнее задание.

Урок 16 – ход занятия:

1) разминка «Импульс»;

– игра «Выражение мыслей»;

2) работа по теме:

– мозговой штурм;

– упражнение «Качества личности»;

– памятки «Критика»;

– упражнение «Я – послание», «Я – сообщение»;

3) анализ занятия;

4) домашнее задание.

Тема 9.

Вежливость.

Цели:

- ознакомить учеников с понятием «вежливость»;
- проанализировать своё отношение к окружающим.

Оборудование: тетради для записи.

Урок 17 – ход занятия:

- 1) анализ домашнего задания;
- 2) работа по теме;
- 3) анализ занятия;
- 4) домашнее задание.

Урок 18 – ход занятия:

- 1) разминка;
- 2) работа по теме:
 - беседа о «вежливости»;
 - обсуждение ситуаций и комментарии;
- 3) анализ занятия;
- 4) домашнее задание.

Тема 10.

Умение вести беседу. Подведение итогов.

Цели:

- ознакомить учеников с требованиями ведения беседы;
- развить мастерство управление беседой;
- обобщение полученных знаний.

Оборудование: стимульный материал для развития культуры общения.

Урок 19 – ход занятия:

- 1) обсуждение домашнего задания;
- 2) работа по теме:
 - игра «Поговорим»;
- 3) анализ занятия.

Урок 20 – ход занятия:

- 1) разминка «Круг добра»;
- 2) работа по обобщению знаний;
- 3) анализ занятия.

Таким образом, программа состоит из двадцати занятий. Занятия направлены на формирование конструктивных межличностных отношений у обучающихся. Благодаря данной программе, каждый из учеников сможет раскрыться перед другими с новой стороны, узнать друг о друге новую информацию, наладить психологический климат в классе, сплотить ребят. Также каждый из ребят сможет совершенствовать навыки рефлексии.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После реализации программы провели повторные исследования по данной проблеме.

Используя методику «Опросник межличностных отношений» А.А. Рукавишникова, нами были достигнуты следующие итоги опытно-экспериментального исследования [Приложение 4, таблица 5].

Обратимся к рисунку 6. Проведя сравнение результатов «до и после» применение программы, наглядно видно, что для большинства учащихся программа формирования конструктивных межличностных отношений имела благоприятный эффект.

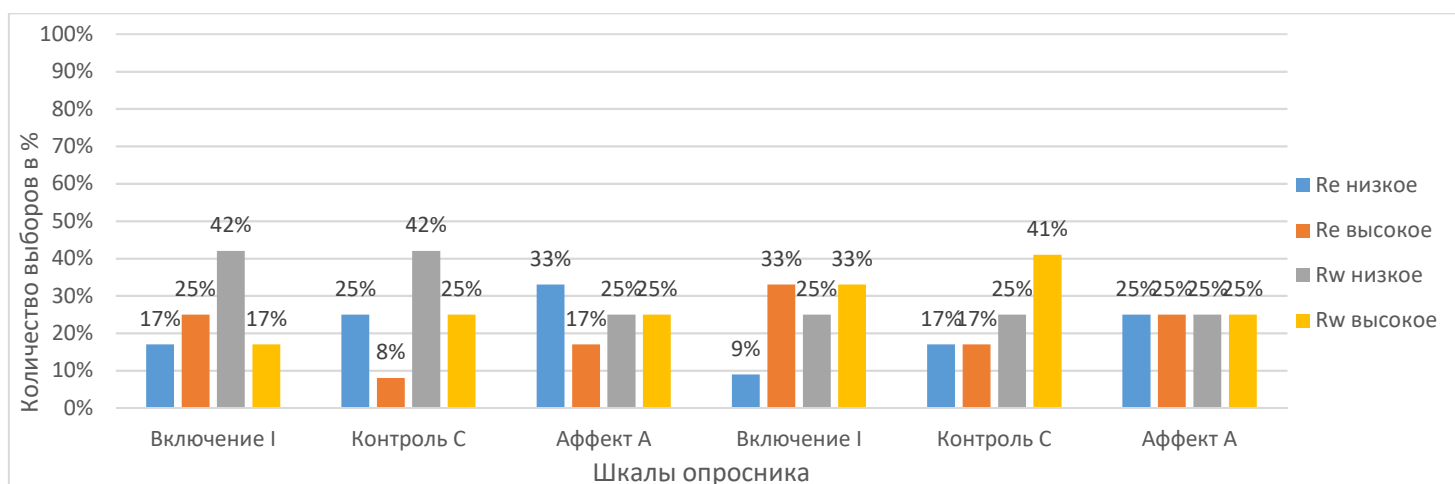


Рисунок 6 – Результаты применения способов отношений по методике А.А. Рукавишникова «Опросник межличностных отношений» после проведения программы

После проведения программы формирования конструктивных межличностных отношений подростков выявлено, что улучшились показатели по шкале I:

– «I_e – низкое» – 9% (1 человека) – данные ребята склонны избегать социальных контактов, чувствуют себя скованно в окружении других учащихся. В сравнении с результатами до проведения программы показатель снизился;

– «I_e – высокое» – 33% (4 человека) – учащиеся ищут новые знакомства, чувствуют себя уверенно в компании ребят. В сравнении с результатами до проведения программы данный показатель увеличился. Теперь 4 учащихся применяют данный способ отношений;

– «I_w – низкое» – 25% (3 человек) – имеют свой узкий круг друзей, не готовы к новым знакомствам. В сравнении с результатами до проведения программы показатель снизился;

– «I_w – высокое» – 33% (4 человека) – эти ребята нуждаются в коллективе, испытывают потребность быть в какой-либо социальной группе. В сравнении с результатами до проведения программы данный показатель увеличился. Теперь 4 учащихся применяют данный способ отношений;

– по шкале С:

– «С_е – низкое» – 17% (2 человека) – эти ребята бояться брать на себя ответственность в принятии какого-либо решения. В сравнении с результатами до проведения программы показатель снизился;

– «С_е – высокое» – 17% (2 человек) – учащийся занимает роль неформального лидера, берет ответственность за решения. В сравнении с результатами до проведения программы данный показатель увеличился. Теперь 2 учащихся применяют данный способ отношений;

– «С_w – низкое» – 25% (3 человек) – учащиеся с низким принятием контролем над собой. В сравнении с результатами до проведения программы показатель снизился;

– «С_w – высокое» – 41% (5 человека) – ребята колеблются в выборе, зачастую избегают принятия самостоятельных решений. В сравнении с результатами до проведения программы данный показатель увеличился. Теперь 5 учащихся применяют данный способ отношений;

– по шкале А:

– «А_е – низкое» – 25% (3 человека) – учащиеся с осторожностью устанавливают тесные доверительных связей. В сравнении с результатами до проведения программы показатель снизился;

– «А_е – высокое» – 25% (3 человека) – ребята устанавливают очень близкие, дружеские отношения. В сравнении с результатами до проведения программы данный показатель увеличился. Теперь 3 учащихся применяют данный способ отношений;

– «А_w – низкое» – 25% (3 человека) – ребята с осторожностью устанавливают контакт для глубоких эмоциональных отношений;

– «А_w – высокое» – 25% (3 человека) – этим ребятам необходимо, чтобы с ними устанавливали глубокие эмоциональные отношения.

Проанализировав данные, можно сделать вывод, что программа была эффективна, учащиеся стали использовать более конструктивные способы

отношений друг с другом, а деструктивные способы стали менее используемыми.

В методике «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» Т. Лири по результатам опытно-экспериментального исследования [Приложение 4, таблица 6], нами были выявлены следующие результаты, они показаны на рисунке 8

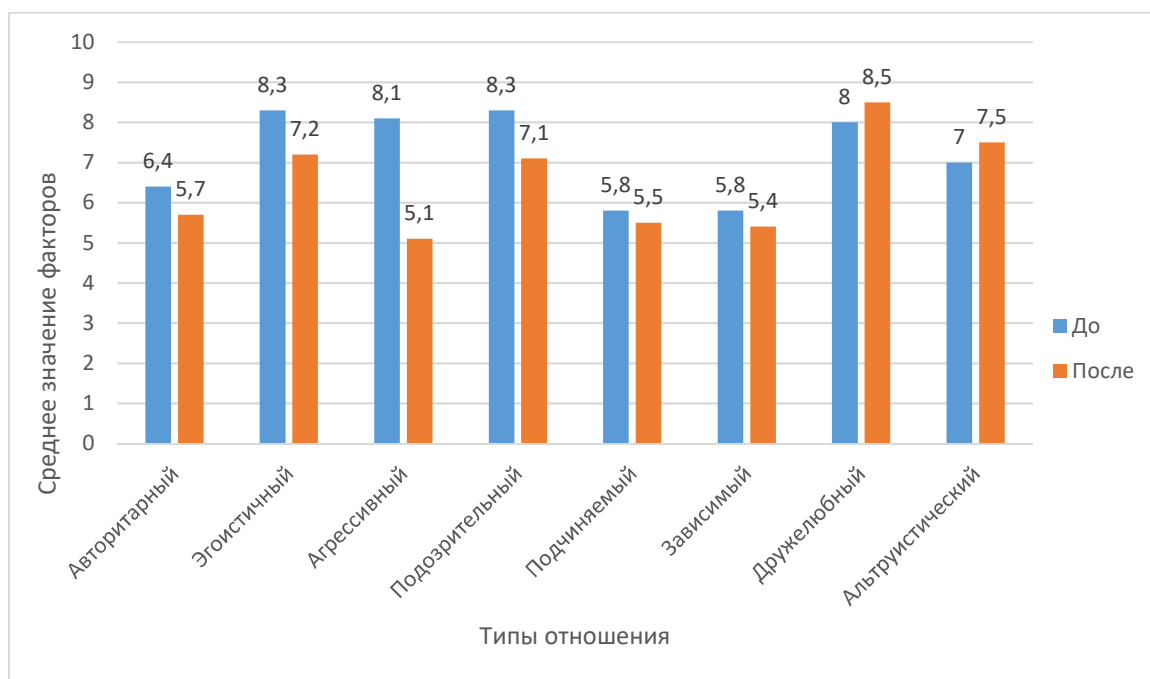


Рисунок 8 – Результаты применения типов отношений по методике Т. Лири «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» после проведения программы

Данные результатов следующие: у 2 учащихся (17%) преобладает авторитарный тип, характеризующий ребят с лидерскими качествами, которые полагаются только на свое мнение, проявляют энергичность, требуют к себе уважения, стремятся к успеху в делах, любят давать советы. Эгоистичный тип у 3 учащихся (25%) – в характере этого типа встречаются черты самолюбования, отчужденность, эгоизм, завышенный уровень притязаний, постоянная конкуренция (было 4 учащихся (34%)). Агрессивный и зависимый тип не выявлен у учащихся (0%). Подозрительный тип 1 учащийся (8%). В положительной динамике увеличились дружелюбный (25%) и альтруистический (25%) типы отношений 3 учащихся.

Согласно данным рисунка, можно сделать вывод о том, что после программы наблюдается снижение авторитарного, эгоистичного, агрессивного, подозрительного, подчиняемого и зависимого типов отношений. Одним словом, учащиеся стали более открыты друг другу, эмпатичны, доброжелательны. Каждый учащийся поменял отношение не только к себе, но и к каждому своему однокласснику.

Последняя методика, которая покажет нам уровень межличностных отношений выбранного класса «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева. В ходе исследования был оценен уровень ценностно-ориентационного единства в коллективах после реализации программы [Приложение 4, таблица 7].

Результаты изображены на рисунке 10.

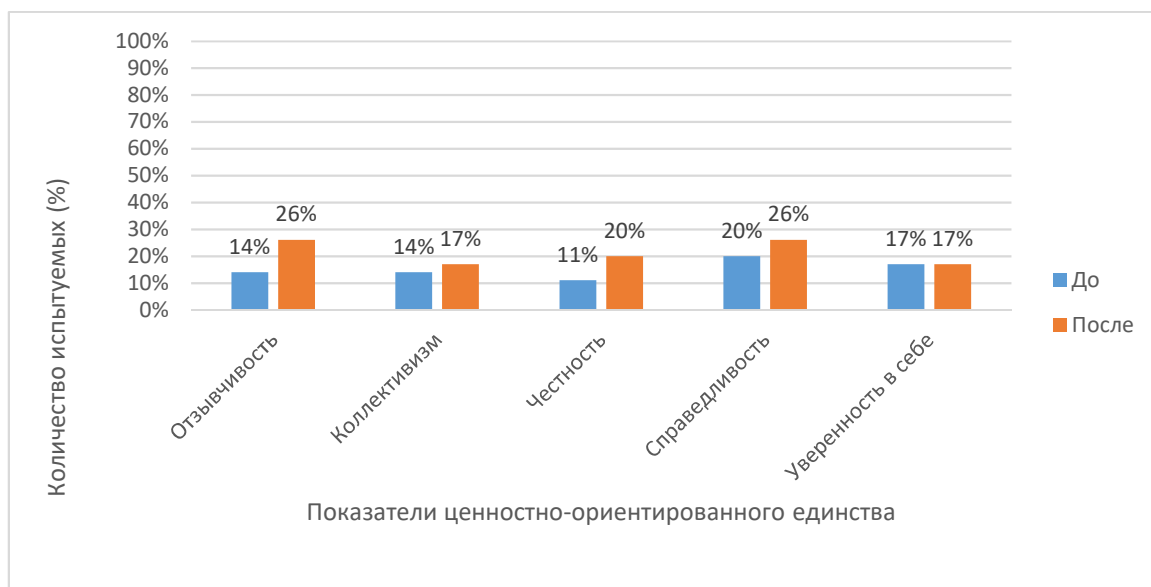


Рисунок 10 – Результаты применения методики «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева после проведения программы

Из рисунка видно, что наиболее приоритетным показателем ценностно-ориентированного единства является «справедливость» – 20% (7 человек), 17% (6 человек) – выбрали показатель «уверенность в себе», 14% (5 человек) – «отзывчивость» и «коллективизм», «честность» – 11% (4 человека).

Оценка показателей эксперимента отображает, что качество личности «справедливость» до проведения психолого-педагогической программы выбрали 20% (7 человек). После реализации программы можно отметить, что количество выборов этого качества увеличилось и набрало 26% (9 подростков).

«Уверенность в себе» до проведения психолого-педагогической программы выбрали 17% (6 человек). После реализации программы, данное качество не изменилось.

Качество личности «отзывчивость» до проведения психолого-педагогической программы выбрали 14% (5 человек). После реализации программы, данное качество выбрали 26% (9 человек).

Качество личности «коллективизм» до проведения психолого-педагогической программы выбрали 14% (5 человек). После ее реализации данное качество выбрали 17% (6 человек).

Качество личности «честность» до проведения психолого-педагогической программы выбрали 11% (4 человек). После показатель стал 20% (7 человек).

Параметр степени ценностно-ориентационного единства сохранился на том же уровне (0,4), однако прослеживается повышение увеличение выборов качеств.

С целью проверки гипотезы исследования о том, конструктивные межличностные отношения сформируются в результате реализации разработанной нами программы, выполнен расчет критерия Т-Вилкоксона, для показателей методики «Опросник межличностных отношений» А.А. Рукавишниковой (ОМО). Составим таблицу сдвигов [Приложение 4, таблица 8].

Сформулируем гипотезы.

H_0 : Интенсивность сдвигов показателей межличностных отношений типичных направлений не превышает интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H_1 : Интенсивность сдвигов показателей межличностных отношений типичных направлений превышает интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

Проверим гипотезу, определив критическое значение критерия знаков [Приложение 4, таблица 9].

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=55$.

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+10)10}{2} = 55.$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T = \sum R_i = 3 + 9.5 + 3 + 9.5 + 3 = 28.$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=10$:

$$T_{кр} = 5 \quad (p \leq 0.01),$$

$$T_{кр} = 10 \quad (p \leq 0.05).$$

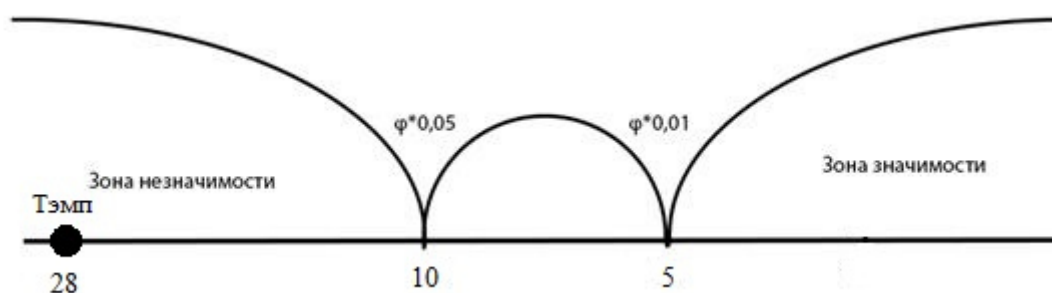


Рисунок 12 – Ось значимости

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону незначимости: $T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}}(0,05)$.

Гипотеза H_0 принимается. Интенсивность сдвига показателей межличностных отношений в типичном направлении не превышает интенсивности сдвигов нетипичном направлении.

Проверим достоверность результатов с помощью T -критерия Вилкоксона по методике «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» Т. Лири. Составим таблицу сдвигов [Приложение 4, таблица 10].

Сформулируем гипотезы.

H_0 : Интенсивность сдвигов показателей межличностных отношений типичных направлений не превышает интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H_1 : Интенсивность сдвигов показателей межличностных отношений типичных направлений превышает интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

Проверим гипотезу, определив критическое значение критерия знаков [Приложение 4, таблица 11].

Сумма по столбцу рангов равна $\sum = 36$.

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+8)8}{2} = 36.$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T :

$$T = \sum R_i = 3.5 + 3.5 = 7.$$

По таблице Приложения находим критические значения для T -критерия Вилкоксона для $n=8$:

$$T_{кр}=1 (p\leq 0.01),$$

$$T_{кр}=5 (p\leq 0.05).$$

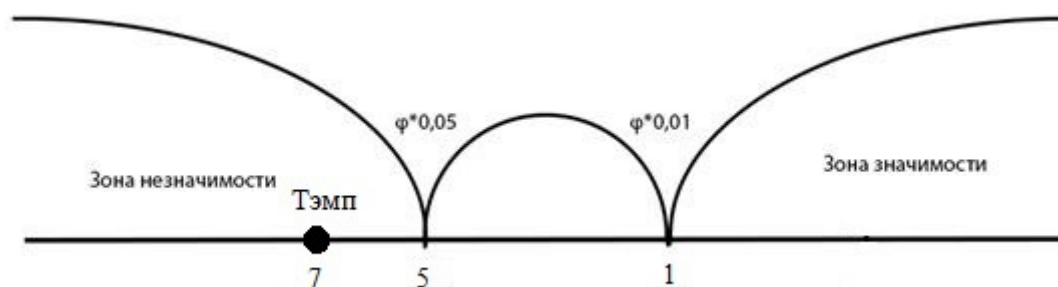


Рисунок 13 – Ось значимости

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае отрицательных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону незначимости: $T_{эмп} > T_{кр}(0,05)$.

Гипотеза H_0 принимается. Интенсивность сдвига показателей межличностных отношений в типичном направлении не превышает интенсивности сдвигов нетипичном направлении.

Проверим достоверность результатов с помощью T -критерия Вилкоксона по методике «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева. Составим таблицу сдвигов [Приложение 4, таблица 12].

Сформулируем гипотезы.

H_0 : Интенсивность сдвигов показателей межличностных отношений типичных направлений не превышает интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H_1 : Интенсивность сдвигов показателей межличностных отношений типичных направлений превышает интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

Проверим гипотезу, определив критическое значение критерия знаков [Приложение 4, таблица 13].

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=10$.

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+4)4}{2} = 10.$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T = \sum R_t = 0.$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=4:

$$T_{кр} = (p \leq 0.01),$$

$$T_{кр} = (p \leq 0.05).$$

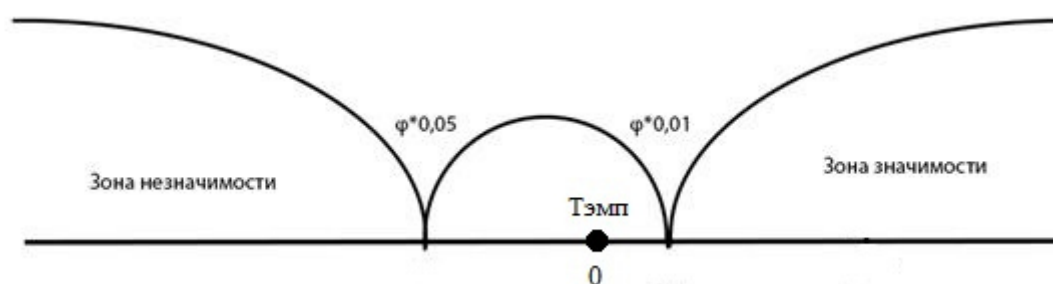


Рисунок 14 – Ось значимости

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$.

Гипотеза H_1 принимается. Интенсивность сдвигов показателей межличностных отношений типичных направлений превышает интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

Таким образом, мы выяснили, что психолого-педагогическая программа была эффективна для данного класса. Гипотеза была частично доказана.

3.3 Рекомендации по формированию конструктивных межличностных отношений подростков для педагогов, родителей, подростков

Подростковый возраст не простой, ребенок в это время ещё не может самостоятельно решать какие-либо трудности, существует небольшой жизненный опыт, но он ещё недостаточно сформирован, чтобы правильно развиваться и существовать.

Родителям и педагогам необходимо наблюдать, направлять и взаимодействовать с подростком, чтобы период его развития был наиболее благоприятным и в меру травматичным.

После проведения программы наблюдается хороший уровень межличностных отношений, поэтому чтобы закрепить положительный эффект, были подготовлены некоторые рекомендации для учащихся, их родителей и педагогов.

Рекомендации учащимся.

Если по каким-либо обстоятельствам получилось, что тебя перевели в другую школу или незнакомый класс, старайся сначала познакомиться индивидуально с каждым членом группы, а не сразу «вталкиваться» в уже сформированную группу. Иначе получится обратный эффект, тебя эта группа «вытолкнет» обратно. Лучше если ты действительно заинтересуешь и привлечешь внимание одноклассников. Выбери интересного для себя человека и затем заведи знакомство [5, с. 44].

В первую очередь, чтобы быть интересным и полезным для класса, необходима ежедневная работа над своим всесторонним саморазвитием улучшение навыков в каком-либо направлении. Ведь с эрудированным,

интересным человеком интересно общаться и к нему тянутся.

Изучай литературу, искусство, не забывай про новости в различных сферах жизнедеятельности. Твой возраст, это пик саморазвития, интересов и нахождения себя, своей значимости.

Кроме школы развивать другие интересы и посещать такие места, где вам хорошо, где могут быть друзья по интересам. Поэтому может помочь чувствовать себя лучше, если где-то еще есть место, которое вас поддержит. Это могут быть разнообразные кружки, секции, встречи по интересам, те места, которые будут интересны.

Не отказывайся принимать активное участие в совместных проектах, если у тебя есть в разработке какой-нибудь проект или мероприятие, не стесняйся предлагать его одноклассникам, наверняка найдется тот, кто поддержит тебя и ему тоже будет интересно принять в этом участие [24, с. 113].

Если ты чувствуешь неуверенность в общении или сложности в коммуникативной сфере попробуй почитать научную или публицистическую литературу, посети мастер-классы, вебинары.

Никому не секрет, чтобы быть в центре внимания, притягивать людей к себе и уметь красиво выражаться, нужно чувствовать себя уверенным, раскрепощенным. Предлагаю попробовать несколько простых упражнений, для формирования и совершенствования уверенности в себе.

Упражнение «Формирование уверенности», упражнение-рисунок «Я такой какой, какой я есть», упражнение «Подари себе имя» и многие другие [47, с. 53].

Смори на себя в зеркало, пойми над какими комплексами (если они у тебя есть) необходимо работать, улыбайся, делай фото на телефон, полюби себя, тогда ты будешь излучать положительную энергию, на которую люди будут идти [55, с. 202].

Ищите в себе положительные качества, свои плюсы. Конечно, круг твоих общений не должен ограничиваться только школьным коллективом,

расширяй свой круг общения, ведь это тоже новый опыт. Главное, не забывать про советы и мнение родителей. Ведь они прошли этот период, накопили багаж знаний и ошибок. Лучше учиться на ошибках более взрослого поколения, чем наступать на одни и те же грабли. Да, это будут ваши ошибки, благодаря поддержке родителей, выход будет наиболее безопасным [6, с. 45].

Рекомендации родителям.

Как описывалось в работе, младший подростковый возраст наиболее уязвим для становления самооценки в межличностном взаимоотношении.

Вот некоторые рекомендации по её формированию: говорите ребенку слова любви, поощрения, похвалы и уважения [6, с. 77].

Ещё в младшем школьном возрасте ребенок дружит со всеми, у него нет полезных и не полезных друзей. Ему интересен процесс совместной игры или учебной деятельности. В подростковом же возрасте происходит некий отбор друзей. Поэтому нужно сформирование у своего ребенка ощущение близости и общности со сверстниками. Главное, чтобы это не было поучением, а в форме советов своему чаду [9, с. 47].

Подростку необходимо выполнять общественных поручений по дому совместно с родителями. Во-первых, это приучает ребенка к порядку не только в доме, но и планировании своей деятельности. Во-вторых, имея обязанности по дому, у него будет вырабатываться ответственность за свои дела. Быть в ответе за свои дела поможет подростку в межличностных отношениях в группе сверстников занять уважительную позицию, как писалось выше, это очень значимая черта для подросткового возраста [41, с. 69].

Согласие на расширение прав ребенка соответственно подчеркиваемым взрослыми людьми его обязанностям. Не нужно нарушать личные границы ребенка. У него должны быть свои интересы, секреты, тайны. Необходимо давать ребенку «час лени», когда он может делать то, что ему сейчас требуется. Не нужно каждую минуту в этот час,

напоминать об уроках и не вымытой посуде. Подростку в это время, нужно накопить ресурс.

Установление между вами доверительных, дружеских взаимоотношений, взаимного уважения. Подростку важно понимать, что вы его не перестаете любить и уважать, за то, что он получает большие права по сравнению с младшим возрастом, что теперь он взрослее и теперь ему не нужны объятия и слова поддержки как раньше. Просто теперь это должно быть как подача энергии и сил. Чтобы ребенок знал, он может подойти и не слушать наказания, а получить одобрение или совет. Теперь не должно быть можно и нельзя, а это бы тебе принесло пользу, а это нет.

Принцип безопасного диалога: общение с ребенком, с взрослой доверительной подачей. Пора смириться с тем, что ребенок стал взрослее. Показывать энциклопедии время дошкольника, теперь нужно строить разговор с равной позиции, не поучать, не наставлять, а советовать. Подросток, понимающий, что получит поддержку в разговоре с родителем, не будет бояться его начать. Он будет делиться сокровенным и проблемами не с друзьями, а с вами, понимая, что вы на его стороне и дадите дельный совет.

В рекомендациях для подростка был такой пункт. Желательно записывать подростка по его интересам, а не туда, куда вы бы сами хотели бы ходить. Это жизнь подростка, а не отыгрывания на нём крушения вашей детской мечты.

Конечно же, это ваш личный пример. Способность подать хороший пример для подражания очень важно для подростка, они очень испытывают гордость за то, что вы на одной волне. Если у вас самих интересная большая компания, познакомьте вашего ребенка с ними, вы хорошо готовить, прививайте ему эту способность. Сами учитесь чему-то новому, современному, освойте катание на сноуборде, зарегистрируйтесь в актуальных социальных сетях, следите за миром искусства. Дайте понять своему ребёнку, что вам тоже интересна его жизнь и увлечения.

Важна способность вас как родителей слушать, понимать и сопереживать. Если у вас не будет эмоционального контакта с вашим ребенком, тогда он просто не будет уметь выражать эту эмоциональную связь с другими людьми. Доказано, всё идет из детства, что будет заложено в ребенка, так и в дальнейшем эти паттерны будут заложены в его будущей жизни.

Неумение родителей проявлять эмпатию, недостаток эмоционального отклика, восприятия чувств ребенка. Всё это влечет становления равнодушия и у ребенка [25, с. 90].

Рекомендации классному руководителю.

Важно, как можно чаще расширять знания об особенностях межличностных отношений в подростковом возрасте и вообще в сфере своей компетенции. Мир меняется, меняются и люди, появляются новые веяния, события, за которыми нужно успевать следить. Поэтому пополнять багаж знаний необходимо [20, с. 43].

Желательно в своей деятельности применять демократический стиль преподавания, а также необходимо грамотное управление деятельностью учащихся, обеспечение необходимой, но в то же время умеренной свободы и самостоятельности [15, с. 312].

Хорошая работоспособность – залог сплоченности классного коллектива, его психологический комфорт. Поэтому необходимо задавать правильный темп и настрой в учебном процессе [17, с. 97].

Важно создавать и поддерживать состояние сотрудничества и взаимопомощи внутри коллектива, оптимизировать психологическую атмосферу. Делать упор на усовершенствование мастерства в коммуникации; уметь устанавливать отрицательные и положительные стороны конфликтов, а также уметь решать их [68, с. 134].

Правильно организованная работа в группах помогает плодотворно устроить рабочий процесс. На уроках можно организовать работу по подгруппам, главное, чтобы в этих подгруппах были как «сильные», так и

«слабые» ученики [33, с. 53].

Обязательны индивидуальные беседы с «трудными» детьми, чтобы помочь им осмысливать поступки, разобраться переживаниями, страхом преодолеть неуверенность в общении с другими [36, с. 78].

3.4 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Также после анализа результатов после проведения разработанной программы, была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.

Технологическая карта – это стандартизированный документ, содержащий нужную информацию, инструкции для персонала, реализующий технологический процесс или техническое обслуживание объекта [54, с. 211].

Для технологической карты характерна:

- интерактивность;
- организованность;
- алгоритмичность при работе с информацией;
- технологичность и обобщённость.

Для того, чтобы после опытно-экспериментального исследования внедрить полученные нами результаты в практику школ, необходимо закрепить их в программе, которая будет нацелена на формирование конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы.

Технологическая карта и действия по ее внедрению включает в себя 7 этапов (см. Приложение 5).

Этап 1 – «обоснования необходимости проведения опытно-экспериментальной работы по формированию конструктивных межличностных отношений».

Опытно-экспериментальной считается работа (ОЭР), выстроенная на общенаучном обзоре действующей теории и практики образования, направленная на формирование условий для высокоэффективного исполнения социально-педагогических инициатив, дающий возможность для разнообразного, самостоятельного и оригинального развития личности.

В ОЭР осуществляют деятельность педагоги профильных, общеобразовательных, коррекционно-развивающих классов школы.

Цели:

- 1) исследование требующейся документации и материалов по предмету внедрения;
- 2) разработка этапов внедрения;
- 3) проектирование программно-целевого комплекса внедрения.

Этап 2 – «формулировка цели».

Четкая формулировка цели упростит ее достижение тем, что будет понятно, к какие результаты необходимо достичь. Понимание цели помогает спланировать и организовать деятельность.

Этап 3 – «постановка задач».

Постановка задачи – точная формулировка условий задачи с описанием входной и выходной информации. Входная информация по задаче – данные, поступающие на вход задачи и используемые для её решения.

Этап 4 – «разработка и оформления рекомендаций по формированию конструктивных межличностных отношений подростков».

Разработка и оформления рекомендаций – комплекс предложений и указаний, позволяющий внедрению наиболее эффективных методов и форм работы для решения какой-либо проблемы.

Этап 5 – «разработка направлений опытно-экспериментальной работы индивидуальных консультаций, направленных на повышение у обучающихся культуры общения».

Цели:

1) определение условий готовности к освоению внедрения программы у администрации, преподавателей общеобразовательной организации;

2) формирование положительного отношения на предмет внедрения.

Этап 6 – «определение эффективности опытно-экспериментальной работы по формированию конструктивных межличностных отношений подростков».

Оценка эффективности деятельности – это один из ключевых механизмов регулирования развития работы по формированию конструктивных межличностных отношений подростков. Данные механизмы призваны выполнять всесторонний анализ.

Этап 7 – «реализация индивидуальных консультаций».

Способствовать развитию изучаемой темы, с целью передачи опыта.

Технологическая карта внедрения результатов формирования конструктивных межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы представлена в таблице 14.

Таблица 14 – Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Этапы реализации проекта	Сроки	Комментарии
подготовительный этап		
Обоснования необходимости проведения опытно-экспериментальной работы по формированию конструктивных межличностных отношений	сентябрь 2022	Диагностика межличностных отношений подростков
Формулировка цели	октябрь 2022	Цель формулируется как представление о результате деятельности
Постановка задач	Ноябрь 2022	

Продолжение таблицы 14

Этап реализации программы		
Разработка и оформления рекомендаций по формированию конструктивных межличностных отношений подростков	январь 2023	Составление рекомендаций, оформление методичек, оформление стендов
Разработка направлений опытно-экспериментальной работы индивидуальных	январь 2023 – апрель 2023	Выбор модальности, в которой будет строиться опытно-экспериментальная
Этапы реализации проекта	Сроки	Комментарии
консультаций, направленных на повышение у обучающихся культуры общения		работа, разработка рекомендаций
Определение эффективности опытно-экспериментальной работы по формированию конструктивных межличностных отношений подростков	апрель 2023	Диагностика межличностных отношений подростков
Реализация индивидуальных консультаций	апрель 2023 – май 2023	Проведение консультаций

Обобщим вышесказанное: на первом этапе изучаем документацию по внедряемому предмету, включающую в себя изучение и анализ темы, проводим диагностику. Затем мы осуществляем целеполагание для внедрения и обосновываем цели и задачи, которые будут стоять перед нами. Характерные методы для использования – это обсуждение и круглый стол. Далее начинаем разработку и оформление рекомендаций формирования конструктивных межличностных отношений подростков. Составляем рекомендаций, оформляем методички и стенды. Следующим этапом определяем эффективность опытно-экспериментальной работы формирования конструктивных межличностных отношений подростков констатирующим экспериментом. И в заключение реализуем индивидуальные консультации.

Вывод по главе 3

Проанализировав конечный итог диагностики была разработана и организована программа формирования межличностных отношений подростков в условиях коррекционной школы. Она основана на личностно-ориентированном подходе, в основе которого лежит принятие личности каждого ученика, его самобытность, индивидуальность.

Программа состоит из двадцати занятий. Занятия направлены на формирование конструктивных межличностных отношений у обучающихся. Благодаря данной программе, каждый из учеников сможет раскрыться перед другими с новой стороны, узнать друг о друге новую информацию, наладить психологический климат в классе, сплотить ребят. Также каждый из ребят сможет совершенствовать навыки рефлексии.

После анализа результатов опытно-экспериментального исследования по трем методикам диагностики можно заметить, что уровень межличностных отношений стал более положительным, по баллам до и после проведения программы по формированию конструктивных межличностных отношений подростков можно проследить их увеличение, что доказывает влияние данной программы на межличностное отношение в данном классе.

После проведения программы конструктивное межличностное отношение было сформировано, поэтому чтобы закрепить положительный эффект, были подготовлены некоторые рекомендации для учащихся, их родителей и педагогов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Обращаясь к психологии подросткового возраста, можно понять, что для подростка это становится не роскошью, а необходимостью.

Взаимоотношение со сверстниками – значительная и особенная сфера жизни подростка, чрезвычайно важная для него, несомненно являющаяся одной из главных направленностей переходного возраста [44, с. 31].

Подростки видят в общении с ровесниками сферу личной жизни, где каждый оказывает влияние самостоятельно и ручаются за свои поступки. Тенденция к совместной деятельности со сверстниками и необходимость быть признанным, принятым товарищем – важнейшая потребность подростка. Такие взаимоотношения строятся на таких значимых принципах равенства, справедливости и что помогает обеспечить оптимальные условия для упрочнения чувства взрослости у подростка [12, с. 103].

Тематике межличностных отношений уделяется большое количество теоретических и экспериментальных исследований по всему миру. В частности, были исследованы: содержание межличностных отношений такими учеными как Б.Г. Ананьев, Л.П. Буева, Л.С. Выготский, и др.; механизмы межличностных отношений раскрыты Л.И. Божович, Е.С. Кузьминым и др.; а также структурно-динамические факторы, оказывающие влияние на статус рассмотрены М.И. Боришевским, В.И. Зацепиным, Л.А. Зеленковой, А.В. Киричуком и др.; и конечно эмоциональные аспекты Г.М. Андреевой и др. [66, с. 124].

В данной выпускной квалификационной работе мы рассмотрели:

– теоретическую основу понятия «межличностного отношения» подростков;

– провели опытно-экспериментальное исследование по данной теме на выбранном классе;

– подготовили и провели программу по формированию конструктивных межличностных отношений подростков;

– разработали технологическую карту внедрения результатов исследования в практику;

– разработали педагогические рекомендации.

Нами была разработана программа по формированию конструктивных межличностных отношений подростков, которая строится по принципу системности и содержит несколько блоков: теоретический, диагностический, коррекционный, блок контроля, обобщающий блок.

Для исследования проблемы межличностных отношений подростков, выделили несколько этапов для качественного изучения выбранной темы.

Теоретический этап. Определили направление научной работы, сформулировали проблему и тему исследования. Также проработали научную литературу. Сформулировали гипотезу, выбрали объект и предмет исследования, подобрали методики исследования, подготовили стимульный материал и инструкцию по его проведению. Сформировали выборку из 12 учащихся 5 класса «МБОУ ООШ №34».

На втором этапе (собственно исследовательском) организовали отработку методик исследования. На третьем этапе, оформительско-внедренческом, апробировали выводы, их представили, также на данном этапе осуществили оформление работы. Заключением стало внедрение результатов в практику.

В процессе написания работы применялись теоретические методы: обработка и анализ научной литературы, синтез, обобщение, моделирование, интерпретация и оценка показателей эксперимента. Эмпирические методы: наблюдение, констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование с применением методик: «Опросник межличностных отношений» А.А. Рукавишникова (ОМО), «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири, «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С.

Ивашкин, В.В. Онуфриева, математико-статистическая обработка результатов по Т-критерию Вилкоксона.

Используя методику «Опросник межличностных отношений» А.А. Рукавишников (ОМО), мы получили следующие результаты опытно-экспериментального исследования выявлено, что улучшились показатели:

1) по шкале I:

– «I_e – низкое» – 9% (1 человека) – данные ребята склонны избегать социальных контактов, чувствуют себя скованно в окружении других учащихся. В сравнении с результатами до проведения программы показатель снизился;

– «I_e – высокое» – 33% (4 человека) – учащиеся ищут новые знакомства, чувствуют себя уверенно в компании ребят. В сравнении с результатами до проведения программы данный показатель увеличился. Теперь 4 учащихся применяют данный способ отношений;

– «I_w – низкое» – 25% (3 человек) – имеют свой узкий круг друзей, не готовы к новым знакомствам. В сравнении с результатами до проведения программы показатель снизился;

– «I_w – высокое» – 33% (4 человека) – эти ребята нуждаются в коллективе, испытывают потребность быть в какой-либо социальной группе. В сравнении с результатами до проведения программы данный показатель увеличился. Теперь 4 учащихся применяют данный способ отношений;

2) по шкале С:

– «С_e – низкое» – 17% (2 человека) – эти ребята боятся брать на себя ответственность в принятии какого-либо решения. В сравнении с результатами до проведения программы показатель снизился;

– «С_e – высокое» – 17% (2 человек) – учащийся занимает роль неформального лидера, берет ответственность за решения. В сравнении с результатами до проведения программы данный показатель увеличился. Теперь 2 учащихся применяют данный способ отношений;

– «C_w – низкое» – 25% (3 человек) – учащиеся с низким принятием контролем над собой. В сравнении с результатами до проведения программы показатель снизился;

– «C_w – высокое» – 41% (5 человека) – ребята колеблются в выборе, зачастую избегают принятия самостоятельных решений. В сравнении с результатами до проведения программы данный показатель увеличился. Теперь 5 учащихся применяют данный способ отношений;

3) по шкале А:

– «A_e – низкое» – 25% (3 человека) – учащиеся с осторожностью устанавливают тесные доверительных связей. В сравнении с результатами до проведения программы показатель снизился;

– «A_e – высокое» – 25% (3 человека) – ребята устанавливают очень близкие, дружеские отношения. В сравнении с результатами до проведения программы данный показатель увеличился. Теперь 3 учащихся применяют данный способ отношений;

– «A_w – низкое» – 25% (3 человека) – ребята с осторожностью устанавливают контакт для глубоких эмоциональных отношений;

– «A_w – высокое» – 25% (3 человека) – этим ребятам необходимо, чтобы с ними устанавливали глубокие эмоциональные отношения.

В методике «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» Т. Лири по результатам опытно-экспериментального исследования у 2 учащихся (17%) преобладает авторитарный тип, характеризующий ребят с лидерскими качествами, которые полагаются только на свое мнение, проявляют энергичность, требуют к себе уважения, стремятся к успеху в делах, любят давать советы. Эгоистичный тип у 3 учащихся (25%) – в характере этого типа встречаются черты самолюбования, отчужденность, эгоизм, завышенный уровень притязаний, постоянная конкуренция (было 4 учащихся (34%). Агрессивный и зависимый тип не выявлен у учащихся (0%). Подозрительный тип 1 учащийся (8%). В положительной динамике

увеличились дружелюбный (25%) и альтруистический (25%) типы отношений 3 учащихся.

Последняя методика, которая покажет нам уровень межличностных отношений выбранного класса «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева. В ходе исследования был оценен уровень ценностно-ориентационного единства в коллективах после реализации программы наиболее приоритетным показателем ценностно-ориентированного единства является «справедливость» – 20% (7 человек), 17% (6 человек) – выбрали показатель «уверенность в себе», 14% (5 человек) – «отзывчивость» и «коллективизм», «честность» – 11% (4 человек).

Оценка показателей эксперимента отображает, что качество личности «справедливость» до проведения психолого-педагогической программы выбрали 20% (7 человек). После реализации программы можно отметить, что количество выборов этого качества увеличилось и набрало 26% (9 подростков).

«Уверенность в себе» до проведения психолого-педагогической программы выбрали 17% (6 человек). После реализации программы, данное качество не изменилось.

Качество личности «отзывчивость» до проведения психолого-педагогической программы выбрали 14% (5 человек). После реализации программы, данное качество выбрали 26% (9 человек).

Качество личности «коллективизм» до проведения психолого-педагогической программы выбрали 14% (5 человек). После ее реализации данное качество выбрали 17% (6 человек).

Качество личности «честность» до проведения психолого-педагогической программы выбрали 11% (4 человек). После 20% (7 человек).

Показатель степени ценностно-ориентационного единства испытуемых сохранился на прежнем уровне (0,4), однако по избранным качествам видна положительная динамика.

Следующий этап – интерпретационный этап – сформулировали вывод о доказательстве выдвинутой гипотезы на основе математико-статистической обработки результатов.

После анализа результатов опытно-экспериментального исследования по трем методикам диагностики можно заметить, что уровень межличностных отношений стал более положительным, по баллам до и после проведения программы формирования конструктивных межличностных отношений подростков можно проследить их увеличение, с помощью Т-критерия Вилкоксона можно отметить, что наиболее результативной стало ценностно-ориентированное единство группы, что доказывает влияние данной программы на межличностное отношение в данном классе.

На практике действительно можно отметить улучшение качества межличностных отношений, они стали более дружественными, доверительными, также можно отметить коммуникативные навыки и навыки решения конфликтов. Полностью сформировать конструктивные межличностные отношения у подростков за ограниченное количество занятий не просто, вследствие это стало задачей для продолжения работы с данным коллективом.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Агеев, В. С. Влияние факторов культуры на восприятие и оценку человека человеком [Текст] : учебник для вузов / Владимир Агеев. – Москва: Наука, 2018. – 358 с.
2. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания [Текст] / Борис Ананьев. – Санкт-Петербург.: Ленинград, 1968. – 250 с.
3. Андреева, Г. М. Социальная психология [Текст] : учебное пособие / Галина Андреева. – Москва: Флинта, 2016. – 256 с.
4. Андреева, Е. Н. Проблемные переживания асоциальных подростков (группа риска). Психология современного подростка [Текст] / Елена Андреева. – Санкт-Петербург.: Азбука, 2016. – 245 с.
5. Андреева, Е. Н. Самоотношение подростков. Психология современного подростка [Текст] : учебник для вузов / Елена Андреева. – Санкт-Петербург.: Знак, 2017. – 456 с.
6. Антоненко, Т. В. Доверие: социально-психологический феномен [Текст] / Татьяна Антоненко. – Москва: Наука, 2018. – 126 с.
7. Баданина, Л. П. Основы общей психологии [Текст] : учебное пособие / Лариса Баданина. – Москва: Флинта, 2017. – 448 с.
8. Батаршев, А. В. Психология личности и общения [Текст] / Анатолий Батаршев. – Москва: Наука, 2004. – 226 с.
9. Бикбулатова, В. П. Основы истории психологии [Текст] : учеб. пособие / В.П. Бикбулатова, Г.Н. Рабаданова, Г.Н. Юлина. – Москва: Наука, 2019. – 343 с.
10. Бодалев, А. А. О качествах личности, нужных для успешного общения. Личность и общение [Текст] : учебник для вузов / Алексей Бодалев. – Москва: Наука, 2017. – 431 с.
11. Бодалев, А. А. Психология общения [Текст] : учебное пособие / Алексей Бодалев. – Москва: Воронеж, 2018. – 356 с.

12. Болотова, А. К. Социальные коммуникации. Психология общения [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата / А.К. Болотова, Ю.М. Жуков, Л.А. Петровская. – Люберцы: Юрайт, 2016. – 327 с.
13. Большакова, Ю. В. Психолого-педагогические особенности сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья в инклюзивном образовательном пространстве [Текст] / Юлия Большакова. – Москва: Педагогика, 2002. – 349 с.
14. Бороздина, Г. В. Психология делового общения [Текст] : учебное пособие / Галина Бороздина. – Москва: ИНФРА-М, 2006. – 224 с.
15. Бреслав, Г. М. Психология эмоций [Текст] : учебник для вузов / Гершон Бреслав. – Москва: Наука, 2018. – 213 с.
16. Брудный, А. А. Понимание и общение [Текст] / Арон Брудный. – Москва: ТЦ СФЕРА, 2007. – 264 с.
17. Буянов, М. И. Об узловых вопросах организации психотерапевтической помощи детям и подросткам [Текст] / Михаил Буянов. – Москва: Педагогика, 1971. – 349 с.
18. Ванершот, Г. Эмпатия как совокупность микропроцессов [Текст] / Грит Ванершот. – Москва: Просвещение, 2005. – 442 с.
19. Власова, Т. А. Дети с задержкой психического развития [Текст] / под ред. Т.А. Власовой и др. – Москва: Педагогика, 2004. – 147 с.
20. Волков, Б. С. Психология педагогического общения [Текст] / Б.С. Волков, Н.В. Волкова, Е.А. Орлова. – Москва: Просвещение, 2014. – 335 с.
21. Волкова, А. И. Психология отношений [Текст] : учебное пособие для вузов / Анна Волкова. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 448 с.
22. Выготский, Л. С. Педагогическая психология [Текст] : учебное пособие / Лев Выготский, под ред. В.В. Давыдова. – Москва: Астрель, 2010. – 672 с.

23. Галигузова, Л. Н. Ступени общения [Текст] / Людмила Галигузова. – Москва: Наука, 2017. – 215 с.
24. Галкина, Т. П. Социология управления: от группы к команде [Текст] : учеб. пособие / Татьяна Галкина. – Москва: Финансы и статистика, 2001. – 224 с.
25. Гозман, Л. Я. Психология эмоциональных отношений [Текст] : учебник для вузов / Леонид Гозман. – Москва: Академкнига, 2016. – 225 с.
26. Головаха, Е. И. Психология человеческого взаимопонимания [Текст] / Е.И. Головаха, И.В. Панина. – Киев, 2017. – 216 с.
27. Гольдштейн, Н. Психология убеждения: 50 доказанных способов быть убедительным [Текст] / Н. Гольдштейн, Ч. Роберт, С. Мартин. – Москва: Просвещение, 2013. – 224 с.
28. Горелов, И. Н. Невербальные компоненты коммуникации [Текст] / Илья Горелов. – Москва: Наука, 2017. – 206 с.
29. Григорьева, Л. Г. Дети с проблемами в развитии [Текст] / Любовь Григорьева. – Москва: Академкнига, 2002. – 213 с.
30. Гусякова, Л. Г. Пособие по технологии работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья [Текст] : учебное пособие / Людмила Гусякова. – Москва: Социальное здоровье России, 2007. – 210 с.
31. Дерманова, И.Б., Сидоренко, Е.В. Психологический практикум. Межличностные отношения [Текст] / И.Б. Дерманова, Е.В. Сидоренко. – Санкт-Петербург.: Течь, 2001. – 240 с.
32. Дмитриева, Е. Е. К проблеме социализации детей с легкими формами психического недоразвития. Гуманизация учебно-воспитательного процесса [Текст] / Екатерина Дмитриева. – Славянск: СДПУ, 2010. – 356 с.
33. Долганов, Д. Н. Вестник экспериментального образования [Текст] / Дмитрий Долганов. – Тверь: Триада, 2015. – 218 с.

34. Долгова, В. И. Эмпатия и коммуникативная компетентность [Текст] / В.И. Долгова, Е.В. Мельник. – Челябинск: АТОКСО, 2010. – 253 с.
35. Доценко, Е. Л. Межличностные отношения: семантика и механизмы [Текст] : учебное пособие / Евгений Доценко. – Тюмень: ТОГИРРО, 1998. – 443 с.
36. Духновский, С. В. Диагностика межличностных отношений. психологический практикум [Текст] / Сергей Духновский. – Санкт-Петербург.: Речь, 2009. – 141с.
37. Егорова, Т. В. Социальная интеграция детей с ограниченными возможностями [Текст] / Татьяна Егорова. – Балашов: Николаев, 2012. – 280 с.
38. Завьялова М. П. Методы научного исследования [Текст] / Маргарита Завьялова. – Томск: ТПУ, 2007. – 160 с.
39. Зайцева, И. А. Коррекционная педагогика [Текст] / Ирина Зайцева. – Ростов-на-Дону: Издательский центр «Март», 2009. – 352 с.
40. Захараш, Т. Б. Психология общения [Текст] / Татьяна Захараш. – Москва: ЧОУВО «МУ им. С.Ю. Витте», 2013. – 116 с.
41. Зверева, Н. В. Правила общения с детьми: 12 «нельзя», 12 «можно», 12 «надо» [Текст] : книга для родителей и педагогов / Наталья Зверева. – Москва: Литагент, 2015. – 312 с.
42. Ильин, Е. П. Психология общения и межличностных отношений [Текст] : учебное пособие / Евгений Ильин. – Санкт-Петербург.: Питер, 2010. – 576 с.
43. Истратова, О.Н. Большая книга подросткового психолога [Текст] / О.Н. Истратова, Т.В. Эскакусто. – Москва: Феникс, 2008. – 640 с.
44. Казанская, В. Г. Подросток. Трудности взросления [Текст] / Валентина Казанская. – Санкт-Петербург.: Питер, 2006. – 240 с.

45. Карелин, А. А. Энциклопедия психологических тестов. Общение, лидерство, межличностные отношения [Текст] / Андрей Карелин. – Москва: АСТ, 2007. – 304 с.
46. Киселева, Н. А. Психологическое изучение детей с отклонениями в развитии [Текст] / Н.А. Киселева, под ред. И.Ю. Левченко. – Москва: Коррекционная педагогика, 2005. – 210 с.
47. Козлов, Н. И. Лучшие психологические игры и упражнения [Текст] / Николай Козлов. – Екатеринбург: Ард Лтд, 2007. – 138 с.
48. Коломинский, Я. Л. Психология взаимоотношений в малых группах [Текст] / Яков Коломинский. – Минск: ЕГУ, 2006. – 283 с.
49. Колоненко, Ю. В. Особенности формирования межличностных отношений младших школьников на игровых занятиях [Текст] / Юлия Колоненко // Молодой ученый. – 2014. – С. 669-680.
50. Коноваленко, М. Ю. Психология общения [Текст] : учебник для вузов / М.Ю. Коноваленко, В.А. Коноваленко. – Люберцы: Юрайт, 2016. – 468 с.
51. Крысько, В. Г. Социальная психология [Текст] : курс лекций / Владимир Крысько. – Москва: Омега-Л, 2006. – 352 с.
52. Кузнецов, И. Н. Основы научных исследований [Текст] / Игорь Кузнецов. – Москва: Просвещение, 2013. – 227 с.
53. Кузнецова, Е. В. Психология подросткового возраста [Текст] : учебное пособие / Елена Кузнецова. – Новосибирск: Пресс, 2016. – 254 с.
54. Леонова, Е. В. Эмпирические методы психологического исследования [Текст] / Елена Леонова. – Москва: НИЯУ МИФИ, 2014. – 324 с.
55. Лидере, А. Г. Психологический тренинг с подростками [Текст] / Александр Лидере. – Москва: Академия, 2003. – 256 с.
56. Майерс, Д. Социальная психология [Текст] : учебное пособие / Дэвид Майерс. – Санкт-Петербург.: Нева, 2017. – 245 с.

57. Молчанов, С. В. Психология подросткового и юношеского возраста [Текст] / Сергей Молчанов. – Москва: Юрайт, 2016. – 331 с.
58. Мухина, В. С. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность [Текст] : учебное пособие для студентов / В.С. Мухина, А.А. Хвостов. – Москва: Академия, 2000. – 624 с.
59. Мясищев, В. Н. Психология отношений [Текст] : избранные психологические труды / Владимир Мясищев. – Москва: МПСИ, 2011. – 400 с.
60. Фетискин, Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп [Текст] / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Н.П. Мануйлов. – Москва: изд-во Института Психотерапии. 2002, – 518 с.
61. Обозов, Н. Н. Психология межличностных отношений [Текст] / Николай Обозов. – Москва: Наука, 2009. – 191 с.
62. Почебут, Л. Г. Социальная психология [Текст] : учебное пособие / Л.Г. Почебут, И.А. Мейжис. — Санкт-Петербург.: Питер, 2010. – 672 с.
63. Панфилова, Е. В. Особенности обучения в коррекционной школе: проблемы учащихся с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Елена Панфилова. – Челябинск: Два комсомольца, 2012. – 264 с.
64. Парфенов, О. А. Формирование конструктивных стратегий межличностных отношений старших подростков [Текст] / Олег Парфенов. – Москва: ЮрайтИздат, 2015. – 105 с.
65. Петрова, Н. В. Социальная адаптация детей с ограниченными возможностями здоровья через воспитание дружеских взаимоотношений вовремя игр [Текст] / Наталья Петрова. – Москва: Наука, 2015. – 120 с.
66. Рамедник, Д. М. Общая психология и психологический практикум [Текст] : учебное пособие / Дина Рамедник. – Москва: ФОРУМ, 2009. – 303 с.
67. Рогов, Е. И. Психология общения: тесты [Текст] / Евгений Рогов. – Москва: КноРус, 2018. – 256 с.

68. Савина, Н. Г. Психолого-педагогические рекомендации по формированию конфликтоустойчивости подростков средствами социально – психологического [Текст] / Нина Савина. – Киров: «Вятский колледж культуры», 2015. – 311 с.
69. Сафин, В. Ф. Динамика оценочных эталонов в подростковом и юношеском возрасте [Текст] / Вадим Сафин. – Москва: Юрайт, 2012. – 190 с.
70. Сафонова, Д.А. Межличностные отношения в среде подростков / Диана Сафонова. – Москва: Просвещение, 2015. – 355 с.
71. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии [Текст] : практическое пособие / Елена Сидоренко. – Санкт-Петербург.: Речь, 2000. – 350 с.
72. Тарабакина, Л. В. Эмоциональное развитие подростков [Текст] / Людмила Тарабакина. – Москва: Когито-Центр, 2015. – 197 с.
73. Финькевич, Л. В. Диагностика межличностного взаимодействия: психодиагностический практикум [Текст] / Людмила Финькевич. – Москва: Форум, 2015. – 170 с.
74. Червякова, И. С. Младший подростковый возраст как сенситивный период становления личности [Текст] / Ирина Червякова. – Новосибирск: СибАК, 2012. – 287 с.
75. Шаяхметова, В. К. Исследование формирования самооценки младших подростков [Текст] : научно-методический электронный журнал «Концепт» / Валерия Шаяхметова. – Челябинск: 2015. – 7 с.
76. Baeg, S. The effect of supervisory neglect on adolescent peer victimization: Mediating role of self-esteem and internalizing problems / S. Baeg, B. Lee, H. J. Park // Children and Youth Services Review. – 2020. – 111, 104-839. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.104839>.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики межличностных отношений

Опросник межличностных отношений
А.А. Рукавишников (ОМО)

Инструкция. Опросник предназначен для оценки типичных способов вашего отношения к людям. В сущности, здесь нет правильных и неправильных ответов, правилен каждый правдивый ответ. Иногда люди стремятся отвечать на вопросы так, как, по их мнению, они должны были бы себя вести. Однако в этом случае нас интересует, как вы ведете себя в действительности. Некоторые вопросы очень похожи друг на друга. Но все-таки они подразумевают разные вещи. Отвечайте, пожалуйста, на каждый вопрос отдельно, без оглядки на другие вопросы. Время ответа на вопросы не ограничено, но не размышляйте слишком долго над каким-либо вопросом.

Для каждого утверждения выберите ответ, который больше всего вам подходит:

- | | |
|------------|---------------|
| (1) Обычно | (4) По случаю |
| (2) Часто | (5) Редко |
| (3) Иногда | (6) Никогда |

1. Стремлюсь быть вместе со всеми.
2. Предоставляю другим решать вопрос о том, что необходимо будет сделать.
3. Становлюсь членом различных групп.
4. Стремлюсь иметь близкие отношения с остальными членами групп.
5. Когда представляется случай, я склонен стать членом интересных организаций.
6. Допускаю, чтобы другие оказывали сильное влияние на мою деятельность.
7. Стремлюсь влиться в неформальную общественную жизнь.
8. Стремлюсь иметь близкие и сердечные отношения с другими.
9. Стремлюсь задействовать других в своих планах.
10. Позволяю другим судить о том, что я делаю.
11. Стараюсь быть среди людей.
12. Стремлюсь устанавливать с другими близкие и сердечные отношения.
13. Имею склонность присоединяться к остальным всякий раз, когда делается что-то совместно.
14. Легко подчиняюсь другим.
15. Стараюсь избегать одиночества.
16. Стремлюсь принимать участие в совместных мероприятиях.

Для каждого из дальнейших утверждений выберите один из ответов, обозначающий количество людей, которые могут влиять на вас или на которых ваше поведение может распространяться. Относится к:

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| (1) Большинству людей | (4) Нескольким людям |
| (2) Многим | (5) Одному двум людям |
| (3) Некоторым людям | (6) Никому |

17. Стремлюсь относиться к другим přátельски.
18. Предоставляю другим решать вопрос о том, что необходимо будет сделать.
19. Мое личное отношение к окружающим – холодное и безразличное.
20. Предоставляю другим, чтобы руководили ходом события.
21. Стремлюсь иметь близкие отношения с остальными.

22. Допускаю, чтобы другие оказывали сильное влияние на мою деятельность.
23. Стремлюсь приобрести близкие и сердечные отношения с другими.
24. Позволяю другим судить о том, что я делаю.
25. С другими веду себя холодно и безразлично.
26. Легко подчиняюсь другим.
27. Стремлюсь иметь близкие и сердечные отношения с другими.

Для каждого из дальнейших утверждений выберите один из ответов, обозначающий количество людей, которые могут влиять на вас, или на которых ваше поведение распространяется.

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| (1) Большинству людей | (4) Нескольким людям |
| (2) Многим | (5) Одному двум людям |
| (3) Некоторым людям | (6) Никому |

28. Люблю, когда другие приглашают меня участвовать в чем-нибудь.
29. Мне нравится, когда остальные люди относятся ко мне непосредственно и сердечно.
30. Стремлюсь оказывать сильное влияние на деятельность других.
31. Мне нравится, когда другие приглашают меня участвовать в своей деятельности.
32. Мне нравится, когда другие относятся ко мне непосредственно.
33. В обществе других стремлюсь руководить ходом событий.
34. Мне нравится, когда другие подключают меня к своей деятельности.
35. Я люблю, когда другие ведут себя со мной холодно и сдержанно.
36. Стремлюсь, чтобы остальные поступали так, как я хочу.
37. Мне нравится, когда другие приглашают меня принять участие в их дебатах (дискуссиях).
38. Я люблю, когда другие относятся ко мне по-приятельски.
39. Мне нравится, когда другие приглашают меня принять участие в их деятельности.
40. Мне нравится, когда окружающие относятся ко мне сдержанно.

Для каждого из дальнейших утверждений выберите один из следующих ответов.

- | | |
|------------|---------------|
| (1) Обычно | (4) По случаю |
| (2) Часто | (5) Редко |
| (3) Иногда | (6) Никогда |

41. В обществе стараюсь играть главенствующую роль.
42. Мне нравится, когда другие приглашают меня участвовать в чем-нибудь.
43. Мне нравится, когда другие относятся ко мне непосредственно.
44. Стремлюсь, чтобы другие делали то, что я хочу.
45. Мне нравится, когда другие приглашают меня участвовать в своей деятельности.
46. Мне нравится, когда другие относятся ко мне холодно и сдержанно.
47. Стремлюсь сильно влиять на деятельность других.
48. Мне нравится, когда другие подключают меня к своей деятельности.
49. Мне нравится, когда остальные люди относятся ко мне непосредственно и сердечно.
50. В обществе стараюсь руководить ходом событий.
51. Мне нравится, когда другие приглашают принять участие в их деятельности.
52. Мне нравится, когда ко мне относятся сдержанно.
53. Стараюсь, чтобы остальные делали то, что я хочу.
54. В обществе руковожу ходом событий.

Обработка результатов и интерпретация

Слева (зеленые колонки) приводятся пункты шкал, справа – номера правильных ответов. При совпадении ответа испытуемого с ключом – он оценивается в один балл, при несовпадении – 0 баллов.

Ключи для обработки шкал опросника

Ie	Cw	Ae
4	4,5	
4,5		
4,5		
	4	6
	4	
	4	
		6
Iw	Ce	Aw
	4	
	4,5	
	4,5	
	4	
	4,5	
	4	
4	4	

Баллы колеблются от 0 до 9. Чем больше они приближаются к экстремальным оценкам, тем большее применение имеет следующее описание поведения:

Включение:

- Ie - низкое означает, что индивид не чувствует себя хорошо среди людей и будет склонен их избегать;
- Ie - высокое предполагает, что индивид чувствует себя хорошо среди людей и будет иметь тенденцию их искать;
- Iw - низкое предполагает, что индивид имеет тенденцию общаться с небольшим количеством людей;
- Iw - высокое предполагает, что индивид имеет сильную потребность быть принятым остальными и принадлежать к ним.

Контроль:

- Ce - низкое означает, что индивид избегает принятия решений и взятия на себя ответственности;

- Се - высокое означает, что индивид старается брать на себя ответственность, соединенную с ведущей ролью;
- Сw - низкое предполагает, что индивид не принимает контроля над собой;
- Сw - высокое отражает потребность в зависимости и колебания при принятии решений;

Аффект:

- Ae - низкое означает, что индивид очень осторожен при установлении близких интимных отношений;
- Ae - высокое предполагает, что индивид имеет склонность устанавливать близкие чувственные отношения;
- Aw - низкое означает, что индивид очень осторожен при выборе лиц, с которыми создает более глубокие эмоциональные отношения;
- Aw - высокое типично для лиц, которые требуют, чтобы остальные без разбора устанавливали с ним близкие эмоциональные отношения.

От суммы баллов зависит степень применимости приведенных выше описаний:

0-1 и 8-9 - экстремально низкие и экстремально высокие баллы, поведение будет иметь компульсивный характер.

2-3 и 6-7 - низкие и высокие баллы, и поведение лиц будет описываться в соответствующем направлении.

4-5 - пограничные баллы, и лица могут иметь тенденцию поведения, описанного как для низкого, так и для высокого «сырого» счета.

Эти оценки удобно интерпретировать с учетом средних и стандартных отклонений соответствующей популяции.

Характеристика шкал опросника межличностных отношений (ОМО)

Включение:

Выраженное поведение. Ie - стремление принимать остальных, чтобы они имели интерес ко мне и принимали участие в моей деятельности; активно стремлюсь принадлежать к различным социальным группам и быть как можно больше и чаще среди людей.

Требуемое поведение. Iw - стараюсь, чтобы остальные приглашали меня принимать участие в их деятельности и стремились быть в моем обществе, даже когда я не прилагаю к этому никаких усилий.

Контроль:

Выраженное поведение. Се - пытаюсь контролировать и влиять на остальных: беру в свои руки руководство и стремлюсь решать, что и как будет делаться.

Требуемое поведение. Сw - стараюсь, чтобы остальные контролировали меня, влияли на меня и говорили мне, что я должен делать.

Аффект:

Выраженное поведение. Ae - стремлюсь быть в близких, интимных отношениях с остальными, проявлять к ним свои дружеские и теплые чувства.

Требуемое поведение. Aw - стараюсь, чтобы другие стремились быть ко мне эмоционально более близкими и делились со мной своими интимными чувствами.

Оценки по этим шкалам - числа в промежутке от 0 до 9. Следовательно, результат выражается суммой шести однозначных чисел. Комбинации этих оценок дают индексы объема интеракций (e + W) и противоречивости межличностного поведения (e – W) внутри и между отдельными областями межличностных потребностей, а также коэффициенты совместимости в диаде или группе, состоящей из большого количества членов.

Метод диагностики межличностных отношений (ДМО) Т. Лири

Метод диагностики межличностных отношений представляет собой опросник, в котором короткие характеристики отражают индивидуальный стиль общения конкретного человека с окружающими. В зависимости от заданной инструкции методика может выявлять:

- 1) субъективную оценку Я в сопоставлении с идеалом своего Я;
- 2) оценку других лиц, включенных в эксперимент при изучении малой группы, характеристики которых также можно рассматривать в сравнении с идеалом;
- 3) конгруэнтность или напряженность отношений в малой группе — будь то семья, коллектив, команда и т.д.

Основой для создания методики послужил тест американского психолога Т. Лири (Leary T., Coffey I. «Interpersonal Diagnosis», in: «Theories of Personality Investigation», New York, 1969, p. 73–96), последователя идей Г.С. Салливена. Оппонируя своему учителю Зигмунду Фрейдю, выводящему свойства личности в основном из проблем раннего детства в контексте неосознанных эротических переживаний, Салливан (Sullivan H.S., The Interpersonal Theory, New York, 1953) понимал формирование личности как процесс, в котором важнейшая роль отводится мнению значимых для данного индивида окружающих лиц, под влиянием которых происходит его персонификация, то есть формирующая личность идентификация со значимыми другими.

В процессе взаимодействия с окружением личность проявляется в определенном стиле межличностного поведения. Реализуя потребность в общении и в осуществлении своих желаний, человек соотносит свое поведение с оценками значимых других на уровне осознанного самоконтроля, а также (неосознанно) с символикой идентификации.

Основываясь на данной концепции, американский психолог Тимоти Лири систематизировал свои эмпирические наблюдения в виде 16 вариантов межличностного взаимодействия и использовал свою методику в основном в условиях клиники.

В этой методике еще в 1969 году меня привлекла ортогональность признаков (каждому свойству противопоставляется кардинально противоположное качество), что позволяет свести факторы методики к восьми типам межличностного поведения.

Статья опубликована при поддержке интернет-ресурса «metodorf.ru». На сайте Вы найдёте множество интересных статей о позитивном мышлении, развитии тела и ума, духовном росте. Каждый найдёт что-то для себя – отношения, парапсихология, здоровый образ жизни, медитация, сила воли, управление стрессом, визуализация желаний и многое-многое другое. А также тесты, тренировки и видеозаписи. Для начала просмотра перейдите по ссылке: <https://metodorf.ru/>.

Модификация теста и адаптация его к нуждам практического психолога заключается в переработке опросника, представленного в виде 128 характеристик, в разделении факторов на

8 разнонаправленных по своей характерологической сущности октантов, в создании новой сетки, удобной для регистрации ответов и быстрого обсчета полученных данных, в развороте показателей методики по часовой стрелке.

Опросник

Опросник методики представлен в виде 128 характеристик. Испытуемый должен на регистрационной сетке (см. с. 7) зачеркивать крестом номера, соответствующие тем чертам, которые он у себя находит, оставляя незачеркнутыми остальные номера. При этом испытуемому предлагается придерживаться следующей инструкции:

Перед вами опросник, содержащий различные характеристики. Следует внимательно прочесть каждую и подумать, соответствует ли она вашему представлению о себе. Если да, то перечеркните крестом соответствующую порядковому номеру характеристики

цифру в сетке регистрационного листа. Если нет, то не делайте никаких пометок на регистрационном листе. Постарайтесь проявить максимальную внимательность и откровенность, чтобы избежать повторного обследования. Итак, какой вы человек?

На следующем этапе исследования испытуемый заполняет этот же опросник относительно своего идеала (идеальный человек тот, который...).

Я — ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ:

1. Умеет нравиться
2. Производит впечатление на окружающих
3. Умеет распоряжаться, приказывать
4. Умеет настоять на своем
5. Обладает чувством достоинства
6. Независимый
7. Способен сам позаботиться о себе
8. Может проявить безразличие
9. Способен быть суровым
10. Строгий, но справедливый
11. Может быть искренним
12. Критичен к другим
13. Любит поплакаться
14. Часто печален
15. Способен проявлять недоверие
16. Часто разочаровывается
17. Способен быть критичным к себе
18. Способен признать свою неправоту
19. Охотно подчиняется
20. Покладистый
21. Благодарный
22. Восхищающийся и склонный к подражанию
23. Уважительный
24. Ищущий одобрения
25. Способный к сотрудничеству, взаимопомощи
26. Стремится ужиться с другими
27. Доброжелательный
28. Внимательный и ласковый
29. Деликатный
30. Ободряющий
31. Отзывчивый к призывам о помощи
32. Бескорыстный
33. Способен вызывать восхищение
34. Пользуется у других уважением
35. Обладает талантом руководителя
36. Любит ответственность
37. Уверен в себе
38. Самоуверен и напорист
39. Деловитый, практичный
40. Соперничающий
41. Стойкий и крутой, где надо
42. Неумолимый, но беспристрастный
43. Раздражительный

44. Открытый и прямолинейный
45. Не терпит, чтобы им командовали
46. Скептичен
47. На него трудно произвести впечатление
48. Обидчивый, щепетильный
49. Легко смущается
50. Неуверенный в себе
51. Уступчивый
52. Скромный
53. Часто прибегает к помощи других
54. Очень почитает авторитеты
55. Охотно принимает советы
56. Доверчив и стремится радовать других
57. Всегда любезен в общении
58. Дорожит мнением окружающих
59. Общительный и уживчивый
60. Добросердечный
61. Добрый, вселяющий уверенность
62. Нежный и мягкосердечный
63. Любит заботиться о других
64. Щедрый
65. Любит давать советы
66. Производит впечатление значительности
67. Начальственно-повелительный
68. Властный
69. Хвастливый
70. Надменный и самодовольный
71. Думает только о себе
72. Хитрый
73. Нетерпим к ошибкам других
74. Расчетливый
75. Откровенный
76. Часто недружелюбен
77. Озлоблен
78. Жалобщик
79. Ревнивый
80. Долго помнит обиды
81. Самобичующий
82. Застенчивый
83. Безынициативный
84. Кроткий
85. Зависимый, несамостоятельный
86. Любит подчиняться
87. Предоставляет другим принимать решения
88. Легко попадает впросак
89. Легко поддается влиянию друзей
90. Готов довериться любому
91. Благорасположен ко всем без разбора
92. Всем симпатизирует
93. Прощает все
94. Переполнен чрезмерным сочувствием
95. Великодушен и терпим к недостаткам

96. Стремится помочь каждому
97. Стремящийся к успеху
98. Ожидает восхищения от каждого
99. Распоряжается другими
100. Деспотичный
101. Относится к окружающим с чувством превосходства
102. Тщеславный
103. Эгоистичный
104. Холодный, черствый
105. Язвительный, насмешливый
106. Злой, жестокий
101. Часто гневлив
108. Бесчувственный, равнодушный
109. Злопамятный
110. Проникнут духом противоречия
111. Упрямый
112. Недоверчивый и подозрительный
113. Робкий
114. Стыдливый
115. Услужливый
116. Мягкотелый
117. Почти никому не возражает
118. Навязчивый
119. Любит, чтобы его опекали
120. Чрезмерно доверчив
121. Стремится снискать расположение каждого
122. Со всеми соглашается
123. Всегда со всеми дружелюбен
124. Всех любит
125. Слишком снисходителен к окружающим
126. Старается утешить каждого
127. Заботится о других
128. Портит людей чрезмерной добротой

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

0–4 балла – низкая

5–8 баллов – умеренная

адаптивное поведение

9–12 баллов – высокая

экстремальное поведение

до патологии

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

Доминирование = $(I - V) + 0,7 \times (VIII + II - VI)$.

Дружелюбие = $(VII - III) + 0,7 \times (VIII - II - IV + VI)$.

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.

Методический прием позволяет изучать проблему психологической совместимости и часто используется в практике семейной консультации, групповой психотерапии и социально-психологического тренинга.

Типы отношения к окружающим

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, но 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, 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 жалуется на всех (шизоидный тип характера).

9-12 – критичный, испытывает трудности в интерперсональных контактах из-за 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 самоуничтожению, слабый, 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 – очень неуверенный в себе, имеет навязчивые страхи, опасения, тревожится по любому поводу, поэтому зависим от других, от чужого мнения.

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

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

VII. Дружелюбный

9-16 – дружелюбный и любезный со всеми, ориентирован на принятие и социальное одобрение, стремится удовлетворить требования всех, «быть хорошим» для всех без учета

ситуации, стремится к целям микрогрупп, имеет развитые механизмы вытеснения и подавления, эмоционально лабильный (истероидный тип характера).

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

VIII. Альтруистический

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

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

Методика изучения сплоченности коллектива (показатели ценностно-ориентированного единства) А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева

Назначение методики – степень и характер ценностно-ориентированного единства (ЦОЕ) изучаемого коллектива.

Инструкция: каждому испытуемому предлагают выбрать из предложенного списка 5 наиболее важных с его точки зрения качеств личности для успешного выполнения учебной деятельности.

Обработка данных. Полученные результаты (по каждому учащемуся) сводятся в таблицу результатов исследования.

Затем вычисляется коэффициент С, характеризующий степень ценностно-ориентационного единства учащихся по формуле:

$$C = (1,4n - N) / 6N$$

где N – число участников эксперимента, n – сумма выборов, приходящихся на пять качеств личности, получивших максимальное число выборов.

Если С равен или больше 0,5, то исследованная группа достигла коллективизма; если С находится в пределах от 0,3 до 0,5, то группа расценивается как промежуточная по уровню развития; если С равно или менее 0,3, то данная группа недостаточно развита как коллектив.

№	Качество личности	№	Качество личности		Качество личности		Качество личности		Качество личности		Качество личности
1	Дисциплинированность	7	Идейная убежденность	1 3	Умение работать с книгой	1 9	Требовательность к себе	2 5	Внимательность	3 1	Скромность
2	Эрудированность	8	Умение контролировать работу	1 4	Любознательность	2 0	Критичность	2 6	Чувство ответственности	3 2	Осведомленность
3	Сознание общественного долга	9	Моральная воспитанность	1 5	Умение планировать работу	2 1	Духовное богатство	2 7	Принципиальность	3 3	Справедливость

4	Сообразительность	10	Самокритичность	16	Целеустремленность	22	Умение объяснить задачу	28	Самостоятельность	34	Оригинальность
5	Начитанность	11	Отзывчивость	17	Коллективизм	23	Честность	29	Общительность	35	Уверенность в себе
6	Трудолюбие	12	Общественная активность	18	Прилежание	24	Инициативность	30	Рассудительность		

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты диагностики межличностных отношений подростков на констатирующем этапе исследования

Таблица 1 – Опросник межличностных отношений А.А. Рукавишников (ОМО)

№ п/п	Испытуемый	Данные по шкалам		
		Включение I	Контроль С	Аффект А
1	А.И.	Iw низкое	Cw низкое	Aw низкое
2	Г.В.	Iw высокое	Cw высокое	Aw высокое
3	И.С.	Iw высокое	Се низкое	Aw высокое
4	К.А.	Ie низкое	Се высокое	Ae низкое
5	К.А.	Ie высокое	Cw низкое	Ae низкое
6	К.С.	Iw низкое	Cw высокое	Ae низкое
7	Л.А.	Iw низкое	Се низкое	Aw низкое
8	Р.Е.	Ie низкое	Се низкое	Ae низкое
9	Ф.Д.	Ie высокое	Cw высокое	Aw низкое
10	Ч.А.	Ie высокое	Cw низкое	Aw высокое
11	Ш.С.	Iw низкое	Cw низкое	Ae высокое
12	Ю.М.	Iw низкое	Cw низкое	Ae высокое

Таблица 2 – «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» Т. Лири

№	Испытуемые	Авторит.	Эгоист.	Агресс.	Подозр.	Подч.	Завис.	Друж.	Альтруист.	Доминирование	Дружелюбие
1	А.И.	3	5	6	8	8	6	10	8	-0,1	3,6
2	Г.В.	12	12	12	10	4	7	9	9	17,8	-7,2
3	И.С.	5	15	12	14	8	10	11	13	9,6	-5,2
4	К.А.	11	6	4	5	4	2	5	9	15,1	1
5	К.А.	15	15	12	10	3	3	6	2	21,8	-20
6	К.С.	3	10	10	9	5	5	6	4	4,3	-11
7	Л.А.	2	2	1	9	12	13	11	9	-11,4	17,7
8	Р.Е.	3	10	11	13	7	8	7	2	-1,2	-14,5
9	Ф.Д.	4	4	3	7	10	9	9	12	-2,5	13
10	Ч.А.	10	9	8	2	3	2	9	6	16,1	-1,1
11	Ш.С.	7	8	10	9	4	2	8	4	10	-9,7
12	Ю.М.	2	3	8	4	2	2	5	6	4,9	-5,8

Таблица 3 – «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева

№	И-е	Выбранные качества личности
1	А.И.	3,6,11,23,29
2	Г.В.	3,11,17,33,35
3	И.С.	4,17,28,34,35
4	К.А.	17,23,30, 33,35
5	К.А.	13,16,23,32,33
6	К.С.	33,6,10,11,30
7	Л.А.	1,25,11,21,33
8	Р.Е.	12,17,20,23,30
9	Ф.Д.	1,6,11,29,35
10	Ч.А.	17,27,29,35,24
11	Ш.С.	4,12,10,26,33
12	Ю.М.	11,16,30,33,35

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа формирования конструктивных межличностных отношений подростков

Таблица 4 – Тематическое планирование занятий

№ п\п	Тема	Цель	Кол-во часов
1 Тема (2 урока)	ОБЩЕНИЕ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА	понимание того, как человек видит другого, какие качества личности другого для него наиболее значимы и как этого относится с ценностью своих собственных - качеств, т. е. насколько адекватно человек воспринимает других людей, возникающие вокруг ситуации и мир в целом	1,5
2 тема (2 урока)	ЗАЧЕМ НУЖНО ЗНАТЬ СЕБЯ?	выяснить, как участник группы воспринимает себя, какие черты, стороны своей личности он оценивает как положительные, какие считает недостатками, каким хочет стать и хочет ли изменяться, какие видит для этого средства, есть ли сложности в общении и как он их пытается преодолеть	1,5
3 тема (2 урока)	Я ГЛАЗАМИ ДРУГИХ	субъект узнает, как другие люди воспринимают его, что ценят в нем больше всего, что не принимают, отвергают. На этом занятии происходит сопоставление информации о себе «изнутри» и «извне», т. е. «встречаются» оценка и самооценка	1,5
4 и 5 темы (по 2 урока)	БАРЬЕРЫ ОБЩЕНИЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ КОНФЛИКТОВ	субъект включается в тесные активные взаимодействия с: другим субъектом, выявляются основные способы и приемы взаимодействия его с другими людьми, стратегия и тактика общения, способы реагирования в сложных ситуациях, конфликтоустойчивость, инициация общения, умение добиваться результата.	3
6 и 7 темы (по 2 урока)	УЧИМСЯ СЛУШАТЬ ДРУГ ДРУГА ПОЙМИ МЕНЯ	отработка умений психологически грамотно участвовать в дискуссии и других формах коллективного взаимодействия, на этих занятиях каждый член группы конструирует свой стиль общения, т. е. комплекс поведенческих реакций, характерных для различных видов группового общения.	3

Продолжение таблицы 4

8 тема (2 урока)	КРИТИКА	уточнение и закрепление наиболее успешных способов и приемов общения для каждого члена группы в практических игровых ситуациях, выявляются неэффективные способы реагирования каждого с целью избегания их применения в повседневной практике общения	1,5
9 тема (2 урока)	ВЕЖЛИВОСТЬ	отработка умений анализировать и принимать свои личностные особенности и особенности других, формирование более адекватного представления о себе и о других	1,5
10 тема (2 урока)	УМЕНИЕ ВЕСТИ БЕСЕДУ. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ	анализ и осознание каждым членом группы тех качественных изменений, которые произошли с ним в процессе тренинга, и выстраивание индивидуальных программ действий по применению и закреплению полученных коммуникативных знаний, умения и навыков в реальных жизненных ситуациях (повседневной практике).	1,5
Всего: 10 тем 20 уроков			15 часов

ТЕМА 1.
ОБЩЕНИЕ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Цели:

- Познакомить детей с целями занятий.
- Дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека.
- Принять правила проведения занятий.

Материалы: тетради, ручки, небольшие листочки бумаги для записей.

Урок 1 - ход занятия

1. Знакомство с целями занятий

Психолог. На занятиях мы будем учиться общению, получая не только полезные знания и умения, но и хорошее настроение.

Кто может попытаться раскрыть понятие «общение»?

(Общение — это взаимодействие людей друг с другом с целью передачи знаний, опыта, обмена мнениями. В отличие от простого взаимодействия в процессе общения происходит открытие друг другом самих себя. Я тебе — свое Я, а ты мне — свое Я.)

Психолог. Скажите, всегда ли ваше общение с другими людьми бывает успешным и вызывает положительные эмоции? Нужно ли учиться общению? Как вы считаете, для чего это нужно?

(Общение требуется каждому человеку, чтобы чувствовать себя человеком.)

Психолог подводит ребят в процессе обсуждения к выводу, что общение играет в жизни человека важную роль и общению нужно учиться, чтобы оно приносило человеку пользу и радость.

2. Принятие правил

Психолог. Каждая группа, собираясь работать совместно, всегда договаривается о правилах работы. Посмотрите на правила, написанные на доске. Какие правила можно принять сразу? Какие нужно изменить? Может быть, что-то нужно добавить?

Примерные правила

- Активная работа на занятии каждого участника.
- Внимательность к говорящему.
- Доверие друг к другу.
- Недопустимость насмешек.
- Не выносить обсуждение за пределы занятия.
- Право каждого на свое мнение.

3. Работа по теме

Психолог. Трудно представить себе жизнь без общения, оно рано входит в нашу жизнь. Если мы проанализируем, с кем и как мы общаемся, то, наверное, станет понятно, что общение довольно часто доставляет нам неприятности. Задумывались ли вы, почему это происходит?

Многочисленные исследования свидетельствуют, что ссоры между людьми чаще всего возникают из-за отсутствия культуры общения. В ссорах люди чаще обвиняют других. Давайте попытаемся проверить при помощи теста, какие мы в общении. Отвечайте по возможности откровенно и сразу.

Тест «Коэффициент моей общительности»

Учащиеся отвечают на 16 вопросов теста В.Ф. Ряховского (см. Кан-Калик В.А. Грамматика общения. М., 1995)

Психолог зачитывает варианты интерпретации и предлагает каждому оценить свои ответы. В группе нельзя обсуждать личностные особенности отдельных учащихся. Каждому предлагается сохранить результаты тестирования для проверки в конце года (после работы на занятиях).

Тест-игра «С тобой приятно общаться»

Психолог. Умеем ли мы общаться, лучше всего знают те, с кем мы общаемся. В школе вам приходится постоянно общаться со своими одноклассниками. Давайте проверим, какие вы в общении.

Для этого детям раздаются небольшие листочки для записи (количество этих листочков равно количеству человек в группе), на которых они пишут соответствующие баллы для каждого ученика. Расшифровка баллов написана на доске.

- + 2 — с тобой очень приятно общаться;
- + 1 — ты не самый общительный человек;
- 0 — не знаю, я мало с тобой общаюсь;
- 1 — с тобой иногда неприятно общаться;
- 2 — с тобой очень тяжело общаться.

Каждый листочек складывается и на обороте пишется имя того, кому записка предназначена. Все записки собираются в коробку, и психолог раздает их «адресатам», предупреждая, что подсчет баллов нужно будет сделать дома.

Психолог. Если результаты вам не понравятся, то не стоит огорчаться, а лучше вспомните, что все зависит от каждого из вас. Если мы не знаем, как общаться с другими, то мы несчастны. Научиться общению можно, но для этого необходимо желание. Нужно постигать искусство общения и работать над собой. Будем вместе учиться общению. А сейчас выполните такое задание. Напишите на одном листочке:

«Я хочу, чтобы со мной обращались ласково и нежно», на другом листочке напишите: «Я хочу, чтобы со мной обращались строго и требовательно». Сдайте мне тот листочек, на котором написан приемлемый для вас вариант общения.

4. Анализ занятия

Психолог. Что понравилось на занятии? Что бы вы хотели изменить? Давайте оценим нашу тему. Поставьте свою оценку: выкиньте на счет «три» нужное количество пальцев одной руки.

В заключение ведущий сообщает, какое общение выбрали большинство участников (см. предыдущее задание).

5. Домашнее задание

Психолог. Подсчитайте дома баллы, полученные вами по тесту «С тобой приятно общаться» и запишите результат в тетрадь. С обсуждения этого мы и начнем наше следующее тема.

Урок 2 - ход занятия

Этапы работы:

I. этап – разогрев: Мы уже с вами знакомы, но я предлагаю попробовать узнать друг друга лучше. Упражнение «Имя + что обо мне никто не знает.»

Цель: открыть для участников новые грани друг друга.

Инструкция: Сейчас тот, у кого в руках мячик должен назвать свое имя и то, что о нем никто не знает, и перекинуть мячик любому участнику. Все остальные должны внимательно слушать, что говорят. Пример: «Я - Мария Ивановна, никто не знает что я....»

Американские психологи Дж.Эдингер и М.Паттерсон провели эксперимент: в огромном супермаркете девушка обращалась к разным людям с просьбой дать монетку для телефонаавтомата. При этом к одним людям она в момент просьбы слегка прикасалась, а к другим нет. Монетка была получена у 51% «тронутых» и только у 29% тех, кого просили «без рук». Как это проявляется в нашем с вами общении? Важен ли тактильный контакт? Молодые люди здороваются за руку. Протягивая другому руку, мужчина демонстрировал, что у него нет в руке оружия, что у него дружеские намерения. Девушки обнимаются, целуют друг друга в щеку. Такие же знаки используют парни и девушки, состоящие в близких отношениях, в том числе и дружеских. Это ритуалы приветствия. Мы сегодня используем другой ритуал.

Упражнение «Я рад общаться с тобой»

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

Психолог: предлагает подросткам разделиться на две группы и дать определение понятию «общение». Практически каждый имеет свое представление о том, что такое общение. Давайте обратимся к толковому словарю С.И.Ожегова.

ОБЩЕНИЕ — это взаимодействие людей друг с другом с целью передачи знаний, опыта, обмена мнениями. В отличие от простого взаимодействия в процессе общения происходит открытие друг другом самих себя. Во все времена и до наших дней существовало и существует наказание - заточение в одиночную камеру. Люди очень плохо переносят заключение в одиночестве. Многие даже сходят с ума. Ребята, на тему общения существует много пословиц, поговорок и крылатых выражений.

Упражнение «Мудрость народа»

Цель: введение в тему, организация совместной деятельности, снятие барьеров в общении. Необходимые материалы: набор фрагментов пословиц.

Описание: участники делятся на группы, каждая группа получает набор фрагментов пословиц. Задание – составить пословицу из фрагментов и объяснить её смысл. Слово не воробей - вылетит не поймаешь. Лучше недоговорить, чем переговорить. Лошадь узнают в езде, человека в общении. Со старым человеком общайся, как с отцом. С кем поведёшься, от того и наберёшься. Доброе слово дом построит, а злое разрушит. Доброе слово и кошке приятно. Доброе молчание лучше худого ворчания. Вертит языком, что корова хвостом. На языке медок, а на сердце ледок. Кто ругается, у того лошадь спотыкается. Слово — серебро, молчание — золото. Язык мой — враг мой: Раненный мечом вылечится, словом — никогда. (Азерб.) Людей не суди, на себя погляди. Сказанное слово- золото, не сказанное- алмаз.

Психолог: поэтому, ребята, очень важно, что мы говорим и как мы это говорим. Звучит музыкальное произведение, на фоне которого ученик читает притчу. Жил-был юноша с плохим характером. Отец дал ему полный мешок гвоздей и сказал: "Забивай один гвоздь в

ворота сада каждый раз, когда потеряешь терпение или поругаешься с кем-либо". В первый день он забил 37 гвоздей в ворота сада. В последующие недели научился контролировать количество забитых гвоздей, уменьшая его изо дня в день. Понял, что проще контролировать себя, чем забивать гвозди. Наконец, наступил тот день, когда юноша не забил ни одного гвоздя в ворота сада. Тогда он пришел к отцу и сказал ему эту новость. Тогда отец сказал юноше: "Вынимай один гвоздь из ворот каждый раз, когда не потеряешь терпения". Наконец, наступил тот день, когда юноша смог сказать отцу, что вытащил все гвозди. Отец подвел сына к садовым воротам: "Сын, ты прекрасно себя вел, но посмотри, сколько дырок осталось на воротах!". Никогда они уже не будут такими как раньше. Когда ты с кем-то ругаешься и говоришь ему неприятные вещи, ты оставляешь ему раны как те, что на воротах. Можешь вонзить в человека нож и потом вытащить его, но всегда останется рана. И будет не важно, сколько раз ты попросишь прощения. Рана останется. Рана, принесенная словами, причиняет ту же боль, что и физическая. Общение с людьми - это редкое богатство! Они заставляют тебя улыбнуться и подбадривают. Они поддерживают и открывают тебе свое сердце. Будь терпимее к людям! Психолог: Учитесь жить среди людей, уметь общаться, так же важно, как изучать математику или экономику, покорять горные вершины и ли исследовать морские глубины. И если вы хотите прожить интересную, полноценную жизнь, без умения жить в согласии с другими людьми - не обойтись, для этого необходимо учиться общению.

ТЕМА 2.

ЗАЧЕМ НУЖНО ЗНАТЬ СЕБЯ?

Цели

- Создать у учеников мотивацию на самопознание.
- Способствовать самопознанию и рефлексии учащихся.

Материалы: тетради, ручки, карандаши, разноцветная коробка с прорезями, обклеенная полосками из шести разных цветов.

Урок 3 - ход занятия

1. Настрой на тему

Упражнение «Цвет настроения»

Каждый участник выбирает цвет своего настроения в данный момент и бросает картонный квадратик в прорезь той полоски на коробке, которая соответствует выбранному цвету.

Психолог открывает коробку и сообщает (не называя детям обозначения цветов и не подсчитывая их точное количество), с каким настроением пришли сегодня на занятие большинство ребят. Затем выясняет у участников, соответствует ли этот результат их настроению.

Упражнение «Я рад общаться с тобой»

Психолог. Сейчас выполните такое задание: протяните рядом стоящему руку со словами: «Я рад общаться с тобой», а тот, кому вы протянули руку, протянет ее следующему с этими же словами. Так «по цепочке» все берутся за руки и образуют круг.

2. Обсуждение домашнего задания

Психолог. Хотите узнать, сколько баллов вы получили по тесту «С тобой приятно общаться»?

Психолог называет максимальный балл.

Психолог.

Как вы считаете, можно ли изменить мнение одноклассников?

Как это сделать?

Вы замечали, что с разными людьми вы ведете себя по-разному?

А кто знает себя очень хорошо?

Все ли в себе вам нравится?

Чем мы отличаемся от других?

Нужно ли знать себя?

3. Работа по теме

Самоанализ «Кто я? Какой я?»

Психолог. Продолжите письменно предложения:

Я думаю, что я...

Другие считают, что я...

Мне хочется быть...

Для каждого предложения подберите от 5 до 10 определений из списка слов на плакате.

Психолог вывешивает список слов, помогающих ученикам отвечать на вопросы.

Список слов

Симпатичный, слабый, приятный, грубый, справедливый, хвастливый, трудолюбивый, скучный, остроумный, смелый, жадный, хитрый, смешной, терпеливый, надежный, неприятный, задумчивый, хороший, здоровый, вежливый, робкий, честный, глупый, одинокий, красивый, резкий, нежный, сильный, задиристый, лживый, сообразительный, дружелюбный.

Упражнение «Горячий стул»

Психолог.

Сейчас каждый из вас сможет проверить, насколько совпадает представление о нем одноклассников с его собственным представлением о себе. Каждый (по очереди) будет занимать место на стуле в центре, и участники ответят на вопрос: «Какой он?» Для этого они должны подобрать одно или несколько определений из того же списка слов на плакате (см. выше). Сидящий в центре отмечает те слова, которые совпадают с его определением (Я думаю, что я...).

Количество совпадений подсчитывается.

4. Анализ занятия

Психолог. Давайте оценим нашу тему. Поставьте свою оценку: выкиньте на счет «три» нужное количество пальцев одной руки.

Что понравилось?

Какие испытывали трудности?

Кого трудней оценивать — себя или других?

5. Домашнее задание

Психолог. Выполните дома следующее задание. Сделайте рисунок под названием «Я в лучах солнца». Нарисуйте круг и в центре напишите букву «Я». От границ круга нарисуйте лучи: их количество должно соответствовать отмеченным совпадениям в вашей характеристике. Совпадения положительных качеств нужно рисовать красным карандашом, а отрицательных — синим.

Урок 4 – ход занятия

Разминка

Упражнение «Вещь (предмет на букву...)»

Участники по кругу называют предметы (которые можно увидеть, а не абстрактные понятия) на заданную букву.

Упражнение «Назови свое имя-2»

Это упражнение проводится так же, как и упражнение «Назови свое имя», только каждый последующий участник называет имена и качества всех предыдущих участников (или одного предыдущего). Кроме того, проводится еще один круг, где каждый участник снова называет свое имя и отрицательное качество на букву имени (то, что хотел бы в себе изменить или развить).

Обсуждение. Что ты чувствовал, когда называли твоё качество другие? Трудно ли было назвать своё отрицательное качество?

Работа по теме

Упражнение «Волшебная рука»

Инструкция. «На листе обводим свою руку. На пальчиках пишем свои хорошие качества, а на ладонке - то, что ты хочешь изменить».

Это сложное упражнение для детей. Они часто затрудняются в определении своих хороших черт, отказываются от поиска отрицательных качеств.

Ведущий: рассказывает о стереотипах «хорошо-плохо», используя названные качества. Необходимо обратить внимание на то, что в каждом качестве есть две стороны - и позитивная, и негативная. Например, лень имеет позитивную сторону - умение отдыхать, а послушание имеет негативную сторону - отказ от своих потребностей. Когда мы осознаем и позитивную, и негативную стороны качества, возможен баланс и сознательный выбор линии поведения.

После проведения беседы можно предложить следующее упражнение.

Упражнение «Хорошо или плохо»

Ведущий выбирает какое-либо качество. Это может быть то качество, которое называли чаще других, или более актуальное в этой группе, или можно записать несколько качеств из названных на листах бумаги и вытянуть одно из них, или спросить у ребят, какое качество взять для упражнения. По кругу каждый участник высказывает свое мнение о данном качестве. При этом первый участник свое высказывание начинает со слов «хорошо быть (выбранное качество), потому что...», а следующий участник начинает со слов «плохо быть (выбранное качество), потому что...» и так далее попеременно. Например, «хорошо быть неряшливым, потому что можешь бросать свои вещи, где хочешь», «плохо быть неряшливым, потому что девочки не будут любить». Проводится два круга для того, чтобы каждый мог отразить и позитивную, и негативную сторону качества.

Ведущий помогает и поддерживает детей в поиске позитивной и негативной сторон качества, привлекает участников к активному обсуждению и поддержке друг друга.

Притча «Про ворону и павлина»

В парке дворца на ветку апельсинового дерева опустилась черная ворона. По ухоженному газону шествовал павлин. Ворона прокаркала: «Как вообще можно позволять такой странной птице входить в этот парк. Он выступает так важно, что можно подумать - это сам султан, а при этом у него невероятно некрасивые ноги. А его перья, что за жуткий голубой цвет! Такой цвет я бы никогда не надела. Он тянет за собой свой хвост, как будто он лиса». Ворона прекратила делать замечания и выжидательно замолчала. Павлин некоторое время ничего не говорил, а затем начал, грустно улыбаясь: «Я думаю, твои слова не соответствуют действительности. То, что ты видишь во мне плохого, основывается на неправильном понимании. Ты говоришь, я важничая, потому что я прямо держу свою голову, так что перья на плечах топорщатся и на шее появляется второй подбородок. В действительности, я совсем не важничая. Я знаю свои недостатки, и я знаю, что мои ноги покрыты сморщенной кожей. Это меня сильно огорчает, поэтому я и держу голову так высоко, чтобы не видеть своих ужасных ног. Ты видишь только мои недостатки, а на мои достоинства и мою красоту ты закрываешь глаза. Ты не задумывалась над этим? То, что ты называешь ужасным, людям очень нравится во мне»

Ведущий: какой вывод можно сделать из этой притчи?

При обсуждении обращается внимание группы на то, что все имеет позитивные и негативные стороны, что у каждого есть позитивные качества, дети учатся видеть в себе и друг в друге не только «ужасные ноги», но и «красивые перья».

Анализ работы в группе: каждый продолжает фразу» Сегодня я понял ...»

ТЕМА 3.

Я ГЛАЗАМИ ДРУГИХ

Цели

- Формировать способность к самоанализу.
- Способствовать возникновению желания самосовершенствоваться.
- Развивать способность принимать друг друга.

Урок 5 - ход занятия

1. Обсуждение домашнего задания

Психолог. Давайте рассмотрим все рисунки «Я в лучах солнца». Вспомните, что обозначают лучи (количество определений, которые дали вам одноклассники и которые совпали с вашим мнением о себе). Количество лучей показывает, насколько хорошо вы знаете себя (много совпадений — хорошо знаете).

Красными лучами отмечались положительные совпадения: ваши положительные качества словно «согревают» окружающих. Отрицательные же (синие) действуют как «холод» и мешают общению.

Как выдумаете, почему у некоторых ребят мало лучей? (Или они себя плохо знают, или их плохо знают одноклассники.)

В итоге обсуждения желательно подвести ребят к пониманию того, что в общении нужно проявлять свои положительные качества, тогда и конфликтов будет меньше.

2. Работа по теме

Методика «Твое имя»

Психолог. Участники встают в круг, а один, передавая мяч соседу, называет свое полное имя. Задача других — назвать, передавая мячик по кругу, как можно больше вариантов его имени (например: Катя, Катюша, Катерина, Катенька, Катюшка, Екатерина).

Задание повторяется для каждого участника. Затем все делятся впечатлениями о том, что чувствовали, когда слышали свое имя.

Психолог.

Наше имя звучит для нас как лучшая в мире музыка. Поэтому, обращаясь друг к другу, давайте каждый раз будем начинать это обращение с имени.

Игра «Ассоциации»

Психолог.

Давайте сейчас выберем первого водящего. Желающий встает перед участниками. Каждый присутствующий по очереди должен сказать, какие ассоциации вызывает у него водящий, то есть что он нам напоминает: растение, предмет, животное. Не забывайте обращаться друг к другу по имени.

(Участники играют.)

Психолог. Что чувствовали? Какие сравнения были неожиданными?

3. Анализ занятия

Психолог. Давайте оценим наше тема. Поставьте свою оценку: выкиньте на счет три нужное количество пальцев одной руки.

Что оказалось неожиданным?

Что было самым интересным?

4. Домашнее задание

Психолог. Запишите в тетрадях начало нескольких предложений, а дома закончите их:

Я словно птица, когда...

Я превращаюсь в тигра, когда...

Я словно муравей, когда...

Я словно рыба, когда...

Я — прекрасный цветок, если...

Урок 6 – ход урока

Организационный момент.

Психолог: встаньте ровно, улыбнитесь мне, повернитесь друг к другу, улыбнитесь, подарите свою улыбку другу, гостям.

Улыбнитесь всем вокруг,

Небу, солнцу, птицам, людям.

Обязательно тогда день для вас

СЧАСТЛИВЫМ БУДЕТ!

Мотивация.

Психолог: уроки бывают разные: грустные и веселые, интересные и не очень, творческие и обычные. Я очень хочу, чтобы мы сегодня **вместе** создали интересный, содержательный, творческий урок. Для того, чтобы урок получился таким, мы должны работать активно, старательно, дружно, творчески.

Объявление темы. Постановка цели.

Изучение нового материала

1. РИТУАЛ ПРИВЕТСТВИЯ «Я+Я=МЫ»

Цель: активизация, сплочение участников

По команде ведущего все участники одновременно произносят слово «Я», затем хлопают в ладоши на знак «+», снова говорят слово «Я», два раза хлопают в ладоши на знак «=» и произносят слово «МЫ».

«Мы все с вами чем-то похожи, но все же мы разные. В каждом из нас есть что-то особенное. Все ли свои качества вы видите в себе? Случалось ли вам, слышать о себе то, о чем вы даже не догадывались? Сейчас мы посмотрим, как мы видим друг друга со стороны»

Упражнение «Встаньте те, кто...» лучше всех умеет...

- кататься на велосипеде,
- на коньках,
- вышивает,
- сочинять стихи,
- танцевать,
- решать задачи,
- играть на муз. инструментах.

Выберите из списка качества, которых вам не хватает и записать их в столбик «себе» во 2 ст. --«другим.»

Упорный, волевой, целеустремленный - характеризуют сильные стороны, отзывчивый, нежный, добрый, активный, бескорыстный, благородный, великодушный, я, дружелюбный, заботливый, интеллигентный, искренней, любознательный, мудрый, остроумный, отважный, отзывчивый, правдивый, приветливый, решительный, романтический, собранный, улыбчивый благодарный, понимающий, честный, щедрый. Итог: «Достойный человек не тот у кого нет недостатков, а тот, у кого есть достоинства».

Упражнение «Комплименты»

Процедура проведения: *«Ребята посмотрите друг на друга. Подумайте, какие хорошие качества есть у ваших одноклассников, кто умеет делать что-то очень хорошо, кто совершил хороший поступок, а вы это заметили. Давайте расскажем друг другу, что же мы увидели. Когда вы отмечаете, что-то хорошее в человеке и говорите ему об этом, вы говорите комплимент. У меня есть специальный мяч – мяч комплиментов. Мы будем кидать его друг другу и говорить, комплименты. Необходимо назвать своего товарища по имени и сказать, что хорошего вы в нем увидели. Я начну, Кирилл ты очень веселый»*

Упражнение «Звезда самоуважения».

а) Упражнение «Найди свою звезду»

Цель: дать возможность расслабиться и набраться оптимизма, уверенности в себя.

Инструкция: Сделайте 3 глубоких вдоха и выдоха...(музыка)

Звёзды большие и маленькие, яркие и тусклые. Для одних это одна или несколько звёзд, для других- бесчисленное множество ярких светящихся точек, то удаляющихся, то приближающихся на расстояние вытянутой руки. Посмотрите внимательно на звёзды и выберите самую прекрасную звезду себе. Быть может, она похожа на вашу мечту детства, а может быть, она вам напоминает о минутах счастья, радости, удачи. Ещё раз полюбуйтесь своей звездой и попробуйте до неё дотронуться. Старайтесь изо всех сил! И вы обязательно достанете свою звезду. Снимите её с неба и бережно положите перед собой.

б) А теперь разукрасьте свою звезду. Напиши в ней свои достоинства, чем вы можете гордиться.

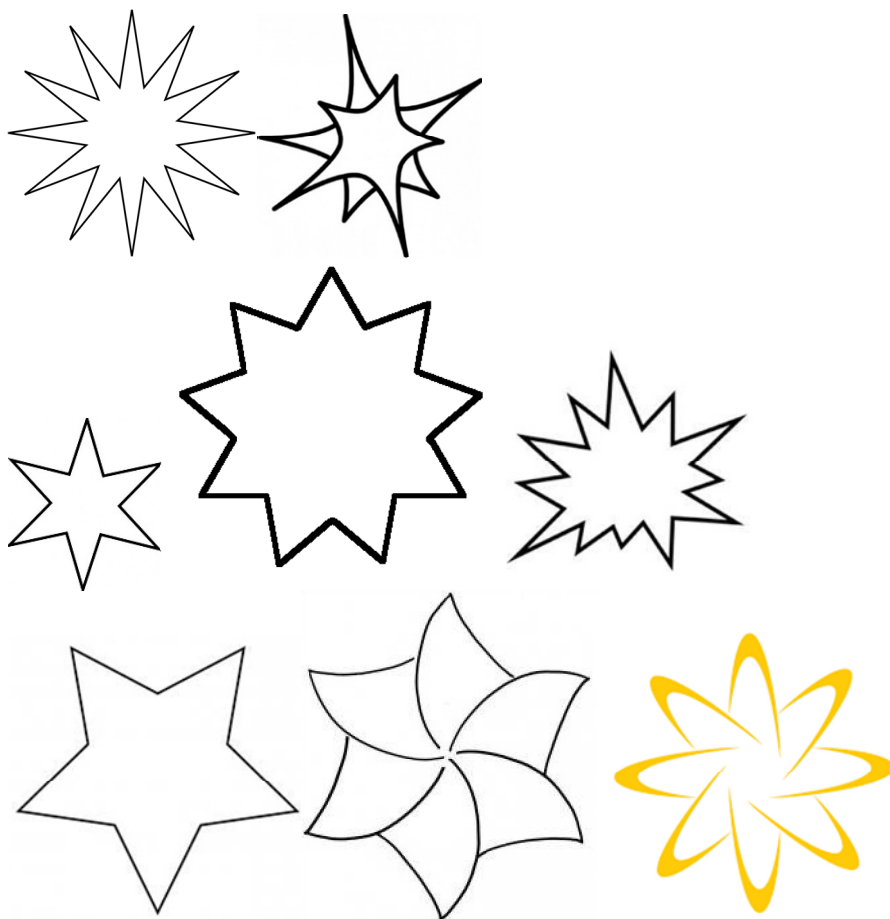
в) Прикрепите её на наше звездное небо. И теперь звезды будут нам светить, излучать добро, дружбу, взаимопомощь, поддержку. Посмотрите на звёзды: среди них нет ни одной одинаковой. Они все разные как и мы с вами.

Вот и пришла пора расставаться! Но у нас остались звёздочки, которые светили нам в течение занятия. Посмотрите как они горят, вы стали увереннее и звёзды подросли и ярче загорелись. «Если звёзды зажигаются, значит это кому –нибудь нужно!» Они наполнены нашей энергией, добротой, оптимизмом, верой в завтрашний день. Пусть ваши звёздочки подскажут верный путь и помогут решить ваши проблемы.

Узнали ли вы о себе сегодня что-то новое?

Что вас было легче описать характер другого человека или рассказать о себе?

Ритуал прощания «Я+Я=МЫ»



ТЕМА 4. БАРЬЕРЫ ОБЩЕНИЯ

Цели

- Дать учащимся представление о вербальных барьерах общения.
- Обучить альтернативным вариантам поведения.
- Обучить анализу различных состояний.

Материалы: тетради для записи.

Урок 7 - ход занятия

1. Обсуждение домашнего задания

Психолог. Вспомните, какое высказывание вам предлагалось на дом для объяснения («Люди становятся одиноки, если вместо мостов, они строят стены»).

Обсуждая ответы участников, психолог подводит их к пониманию барьеров («стен») в общении.

2. Работа по теме

Психолог напоминает участникам значение контроля над своими эмоциями, поступками и словами во время общения с другими людьми. Затем идет обсуждение вербальных барьеров общения.

Психолог. Конфликты часто возникают в ситуациях, когда кто-то из партнеров начинает общение со слов (вербальных барьеров), препятствующих позитивному общению. Давайте попробуем разыграть ситуацию «В классе».

Выбираются два участника.

Психолог. Один из вас входит в класс после болезни, а его парта занята новым учеником.

Он начинает выяснять отношения с приказа: «Сейчас же освободи мою парту!»

Затем обсуждается поведение и реакция обоих партнеров:

Можно ли было не доводить дело до конфликта?

Какие правила из предыдущего занятия могли быть использованы?

Данная сцена разыгрывается несколько раз в разных вариантах.

Нужно начинать выяснение отношений:

— с угрозы;

— с указаний и поучений (надо было сначала убедиться, что эта парта свободна, а только потом ее занимать);

— с критики (если бы ты был умным, то знал бы, что нельзя занимать чужую парту);

— с обобщения (ты такой же бестолковый, как все новенькие);

— не обращать внимания (он не достоин моего внимания).

Обсуждаются все варианты и отмечается, кто смог достойно выйти из конфликтной ситуации.

Психолог. Какова цель решения любого конфликта? (Найти достойное решение, приемлемое для обоих.) Если такое решение не найдено, то начинается ПРОТИВОСТОЯНИЕ. Кому-то необходимо идти на УСТУПКИ. Если оба идут на уступки, то это КОМПРОМИСС. Самый лучший выход — СОТРУДНИЧЕСТВО.

Все понятия обсуждаются и поясняются с помощью примеров.

3. Анализ занятия

Психолог. Можете ли вы сказать, почему конфликтные ситуации называются барьерами в общении? Давайте оценим нашу тему. Поставьте свою оценку: выкиньте на счет «три» нужное количество пальцев одной руки.

4. Домашнее задание

Психолог. Попытайтесь до следующего занятия зафиксировать хотя бы одну ситуацию, когда вам удалось предотвратить конфликт. Старайтесь в таких ситуациях использовать известные вам приемы.

Урок 8 – ход занятия

1. Знакомство с участниками тренинга. Вступительное слово.

Психолог. Здравствуйте, ребята! Сегодня мы поговорим с вами о том, что нам мешает в общении и как это преодолеть. Мы научимся общаться так, чтобы собеседникам с нами было легко и приятно. Поиграем в интересные игры. Готовы?

А теперь, чтобы нам поближе познакомиться, мы предлагаем встать в круг и каждому участнику назвать себя и прилагательное на первую букву вашего имени. Например, я - Алина, активная. (Ответы детей по кругу). Отлично, теперь мы знаем друг друга чуть лучше и можем продолжать.

2. Разминка.

Поменяйтесь местами – те, кто любит мороженое;

- любит купаться в речке;
- рано ложится спать.

Хлопните в ладоши те, кто сегодня чистил зубы;

- кто любит школу;
- не любит конфеты.

Положите руки на плечи те, кто любит яблоки;

- у кого голубые глаза;
- карие глаза;
- зеленые глаза.

Топните те, кто улыбался сегодня;

- любит слушать музыку;
- нравится красный цвет.

Поднимите руки вверх, кто занимается спортом;

- кому больше 10 лет;
- красиво рисует;
- играет на музыкальных инструментах.

Подпрыгните 1 раз те, кто умеет шить;

- кому не нравится черный цвет;
- у кого короткие волосы;
- заправляет за собой кровать.

Повернитесь вокруг себя те, кто любит маму;

- у кого есть друзья;
- кто ценит честность.

- И так, все в чем-то хоть раз совпали с другими участниками, а в чем-то были неповторимы и уникальны. Мы все разные, но в чем-то похожи, у нас много общего.

3. Основная часть (барьеры эффективной коммуникации).

Презентация «Барьеры общения»

Психолог. Сейчас я расскажем вам о трудностях в общении и поучимся с ними справляться. А потом вы будете в своих командах тренироваться в эффективном общении. Ребята, где вы чаще всего общаетесь?

(- На тренировке, во время учебы, в транспорте, дома, в интернете).

Общение занимает львиную долю нашего времени. И все бы ничего, если бы не барьеры общения. Именно они, эти досадные помехи, мешают нам получать от него удовольствие и пользу. Эти барьеры возникают в самых различных ситуациях и у любого человека. Наверное, у каждого из вас бывало ощущение, что собеседник будто бы защищается, воздвигая невидимую стену между вами. Эта стена и есть тот самый барьер.

Вопрос – что же мешает общению? (Ответы детей)

Откуда же они берутся? Барьеры общения появляются в нашей жизни по разным причинам – как правило, это тесное сплетение особенностей наших характеров и ситуаций. Поэтому, для того чтобы достигнуть успеха в жизни, вам необходимо хорошо разбираться в том, какие бывают барьеры общения и способы их преодоления.

Разные языки и культура. Возникает в ситуации разного происхождения и культуры собеседников. Важно продолжать общение или попытаться найти какой-то компромисс, особенно если у вас есть какая-то важная общая цель.

Непонимание. Возникает тогда, когда вы и ваш собеседник под одними и теми же понятиями подразумеваете совершенно разные вещи. Мы очень по-разному понимаем многие вещи. Старайтесь использовать понятные для собеседника слова и словосочетания. Столкнувшись с непониманием, можно даже поругаться. Просто скажите: «Знаешь, сейчас мне очень нужно, чтобы ты меня поддержал, а потом обсудим...».

Плохое произношение. Это плохая техника речи – когда непонятно, что говорит собеседник, и это мешает воспринимать информацию. При дружеском общении вы можете в мягкой форме донести до приятеля, что вам сложно понимать его из-за недостатков его речи. Попросите его по возможности говорить четко и правильно.

Неопрятность. Возникает тогда, когда нам не нравится, как выглядит собеседник. Для его возникновения есть разные причины, например, если он неопрятно или неряшливо одет или нас раздражает что-то в его внешности.

Плохое настроение. Согласитесь, довольно тяжело общаться с расстроенным или разозленным человеком. Многие из нас склонны принимать эти эмоции на свой счет (хотя бы отчасти). Здесь необходимо помнить о том, что зачастую причина плохого настроения собеседника кроется не в вас лично, а разговор лучше отложить на другое время.

Грубость и невежественность. Все мы сталкиваемся с людьми, которые просто-напросто дурно воспитаны. Иногда такое обращение нужно просто перетерпеть, особенно в том случае, когда человек не реагирует на замечания. Очень важно в такой ситуации оставаться вежливым – иногда это само по себе пресекает грубость и хамство.

Неумение слушать. Оно проявляется в отсутствии интереса к тому, что вы говорите, стремлении говорить о себе или постоянном перебивании. Если вам в такой ситуации крайне необходимо, чтобы вас слушали, старайтесь говорить лучше. И не перебивайте, пожалуйста, собеседника.

Психолог. Как преодолеть трудности в общении?

(- Уважать друг друга, уметь слушать, не перебивая, не оскорблять, не говорить обидных слов, называть по имени и искренне улыбаться собеседнику, говорить комплименты и т.д.)

- В любом человеке можно найти что-то хорошее и достойное уважения, а если этого сделать не получается, то стоит задуматься – а это общение вам действительно необходимо? Нужно научиться справляться с барьерами в общении. И теперь вы в командах потренируетесь в навыках успешного общения.

- Мы такие разные, но у нас и есть много общего. Мы должны быть терпимы и доброжелательны по отношению ко всем людям.

ТЕМА 5.

ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ КОНФЛИКТОВ

Цели

- Выработать у детей умение предотвращать конфликты.
- Закрепить навыки поведения в проблемной ситуации.

Материалы: тетради, бланки теста «Конфликтный ли ты человек?»

Урок 9 - ход занятия

1. Обсуждение домашнего задания

Психолог задает учащимся вопросы:

Кто может рассказать о своих успехах в предотвращении конфликтов?

Вспомните, какие барьеры мешают позитивному общению людей? Пусть поднимут руку те, кто чувствует в себе достаточно сил для того, чтобы не допускать конфликтных ситуаций.

2. Работа по теме

Игра «Перетягивание каната»

Игра проводится в парах. Играющие перетягивают воображаемый канат, пока один не перетянет.

Отработка навыков предотвращения конфликтов

Психолог предлагает каждому самостоятельно подобрать свои варианты выхода из проблемных ситуаций и написать их в тетрадях. Предлагаются следующие ситуации:

Тебя публично обвинили в том, чего ты не делал.

Мама, придя с работы, начинает отчитывать тебя за беспорядок в квартире.

Учитель поставил тебе несправедливо заниженную оценку.

Одноклассник, не разобравшись в ситуации, начинает тебя оскорблять.

На улице тебя обрызгал грязью проезжающий автомобиль.

Тетради с ответами сдаются психологу.

Игра «Петухи»

Игра проходит в парах. Игрок, прыгая на одной ноге, пытается толкнуть другого так, чтобы он встал на обе ноги.

Тест «Конфликтный ли ты человек?»

Участникам раздаются бланки тестов, объясняется цель теста и порядок работы.

Тетради после проверки с комментариями для каждого будут раздаваться на следующем занятии.

3. Анализ занятия

Психолог задает следующие вопросы:

Считаете ли вы себя конфликтным человеком?

Какие способы предотвращения конфликтов вам подходят?

Смогли бы вы предотвратить конфликт или избежать его?

4. Домашнее задание

Психолог. Постарайтесь сравнить понятия «слышать» и «слушать». Запишите, чем они отличаются.

Урок 10 – ход занятия

I. Организационный момент.

Здравствуйте, ребята! Начну я классный час с восточной притчи:

У Мудреца, однажды, ученик спросил

(он перед этим бабочку словил:

- Скажи, Мудрейший, знаешь ты ответ?

Жив мотылёк в руках моих, иль нет?

Ладони в этот миг легонько сжал...

Пленённый мотылёк затрепетал.

Блеснули искорки у мудреца в глазах:

- Ты держишь всё, сейчас, в своих руках!

Результат нашей работы ребята в наших руках, таким образом зависит от нас.

Игровой тренинг «Звёздочки и созвездия»

Кл. рук-ль: Давайте представим, что мы звёздочки. Звёзды могут объединяться в созвездия, число звёздочек в созвездии может быть разное. По знаку, как только я назову число, вы объединитесь в созвездия по несколько человек. В созвездия можно объединяться по-разному: прикасаясь друг к другу руками, плечами, ладонями.

3,2 по хлопку

Кл. рук-ль: Как сейчас мы объединились в созвездия, так и все люди живут в разных группах.

У каждого есть семья со своими семейными традициями, укладом, ценностями. Да и любой человек неповторим, у него есть свой темперамент, характер. Представьте, что вы сейчас на берегу водоёма, что вы видите в нём? (Деревья, солнце)

Высказывания учащихся: солнышко, грязь, и т.д.

-Совпали ли ваши мнения?

- Какой вывод можно сделать? --На один и тот же предмет мы смотрим по-разному.

Все мы разные, многим отличаемся друг от друга.

Формирование подходов к решению проблемы

Мы отличаемся друг от друга, давайте подумаем, как мы можем существовать рядом, чтоб всем было комфортно?

Ученики: нужно быть добрым, улыбаться человеку, когда к нему обращаешься, радоваться удачам и переживать неудачи не только свои, но и одноклассников, приходить на помощь товарищу. Давайте объединим ваши высказывания в одно правило, прочитаем вместе.

1. Жить так, чтобы людям рядом с тобой было хорошо. (слайд презентации)

Психолог:

-А всегда получается понимать друг друга?

- К чему может привести непонимание друг друга?

Ученики: непонимание ведёт к ссорам, спорам.

Психолог: - А у вас бывают ссоры с друзьями, родителями только из-за того, что кто-то кого-то не так понял? (дети отвечают)

Очень редко можно встретить человека, который ни с кем не ссорился. Всё бывает в жизни. Но когда человек ссорится, это вырабатывает плохие черты характера – человек становится злым, несдержанным, сварливым.

Послушайте стихотворение «Два козла»

Однажды на лужайке подрались два козла,
Подрались для забавы, не то чтобы со зла.
Один из них тихонько приятеля лягнул,
Другой из них тихонько приятеля боднул,
Один боднул приятеля немножко посильней,
Другой боднул приятеля немножко побольней.

Один разгорячился, лягнул что было сил,
Другой его рогами под брюхо подцепил.

Кто прав, а кто виновен – запутанный вопрос,
Но уж козлы дерутся не в шутку, а в серьёз.

Я вспомнил эту драку, когда передо мной
На школьной перемене такой же вспыхнул бой.

Психолог: -Мы можем назвать такое общение дружеским?

- Как вы думаете, хорошо ли поступают те, кто выясняет свои отношения при помощи кулаков?

Учащиеся высказывают свои мысли.

- А как бы вы назвали такое общение? (Учащиеся высказывают свои мысли- драка, ссора, будет хорошо если скажут – конфликт)

Если не назовут предлагается им выбрать слово, которое подходит для такого общения:

КОНФЛИКТ

СОТРУДНИЧЕСТВО

УСТУПКА

МИРНЫЕ ПЕРЕГОВОРЫ

Да, ссора может перерасти в конфликт.

- Ребята, назовите тему нашего занятия. (Конфликт)

Поэтому нам необходимо рассмотреть:

1. Узнать, что такое конфликт?
2. Последствия конфликта.
3. Пути его разрешения.

-Где нам понадобятся знания этой тема?

Учащиеся высказывают свои мысли – в отношениях между людьми, в классе, в семье. Вы ещё маленькие, и вся жизнь у вас впереди, поэтому очень важно уметь ладить с окружающими вас людьми, не конфликтовать.

1 задание: Что такое конфликт?

Работаем в группах, при работе в группе необходимо соблюдать определённые правила. Давайте сейчас их озвучим.

-Умей выслушать каждого.

- Уважай своего товарища.

- Не согласен – предлагай.

Каковы последствия конфликта, если человек всегда ссорится, никому не уступает, спорит?
(Учащиеся высказывают свои мысли)

Работа по группам:

1. Нарисовать человека в ссоре.
2. Нарисовать человека, который не дерётся.
3. Нарисовать человека, у которого всё хорошо.
4. Нарисовать человека в драке.

Посмотрим, что у вас получилось.

- А теперь посмотрите, какие люди вам нравятся больше? Почему?

Тема, о которой мы с вами беседуем, актуальна во всём мире. Люди хотят избежать конфликтов в государстве, стране, семье.

- Как вы думаете, что надо делать, что бы таких людей и конфликтных ситуаций не было?

- Сейчас посмотрим, как можно выходить из конфликтных ситуаций.

Ситуация 1. (обсуждение 2 мин.)

-Кто-то из одноклассников нарочно толкнул вас и свалил с ног. Как вы поступите?

Варианты: - будете плакать;

- пожалуетесь учителю;

- ударите его;

- сделаете ему замечание;

- своё мнение.

Ситуация 2.

- Проблема конфликтов всегда была актуальной, решить её пытались многие. В произведениях устного творчества есть предания, сказки, былины на эту тему.

Два козлика.

Через ручей положена доска. Встретились на доске два козлика. Ни один не хотел уступать другому дороги. Началась драка. Дрались, дрались, да оба и упали в воду. К чему может привести упрямство и неуступчивость?

Психолог: Ребята, а как бы вы поступали в этой ситуации? (Дракой прав не будешь)

- Чтобы легко жилось, чтобы складывались тёплые отношения, надо уметь внимательно относиться к людям, быть сдержанным и тактичным, уметь ставить себя на их место.

На этане появляются слова «В споре будь сдержан и тактичен»

Ситуация 3.

Перед сном ты долго играешь в компьютерные игры. Это так тебя захватывает, что ты не можешь оторваться и лечь спать. Из-за этого у тебя конфликт с родителями. Что делать?

Психолог: молодцы, правильно поступили.

Физминутка: встаньте пожалуйста, по стойте на одной ноге, на цыпочках одной ноги. А сейчас тоже самое выполните в парах. Что вы заметили? (в паре было легче) Почему? (Было на кого опереться) Какой вывод можно сделать? – Всегда нужен кто-то рядом, на кого можно опереться, довериться.

Психолог: давайте послушаем сказку «Две козы» и подумаем, почему героям удалось избежать ссоры.

Две козы.

На узкой горной тропке встретились две козы. Налево – гора, как стена, направо- глубокая пропасть. Задумались козы: как им быть? Одна коза легла и плотно прижалась к земле. А другая осторожно через неё перешла. И обе остались целы.

- Как козам удалось избежать конфликта?

Козы не стали ссориться и совершать необдуманных поступков. «Глупые ссорятся, а умные договариваются»

Психолог: Козы из сказки смогли договориться. Такой путь решения конфликта, с помощью уступок друг другу, называется компромиссом. Некоторые считают, что мириться первым- значит проявить слабость характера. А как вы думаете?

-Что помогает разрешить конфликт?

Ученики: Нужно уступать друг другу.

Психолог: Верно, уступка, один из способов выйти из конфликта. **УСТУПКА**

Ученики: Ещё можно обратиться к взрослому человеку за советом. **СОТРУДНИЧЕСТВО**

Психолог: Верно, если вы затрудняетесь в том правильно ли вы поступаете, то необходимо обратиться за советом к родителям, учителю и т.д. за советом. Это и есть следующее правило бесконфликтного общения. – «Научись сотрудничать, уступать, договариваться, находить компромисс».

А ещё очень помогает разрешить конфликт юмор и шутка. Нужно относиться к людям так, как ты хочешь, чтобы относились к тебе. И это одно из самых главных правил человеческого общения.

- На экране появляется правило: «Главное - относись к людям так, как ты хочешь, чтобы относились к тебе».

Психолог: Ребята, давайте подведём итог нашего занятия. Вспомним какие задачи ставили:

1. Узнать, что такое конфликт? (Мы узнали, что конфликт – столкновение сторон, мнений)
2. Последствия конфликта. (Мы поняли, что конфликтный человек лишается общения, здоровья)
3. Пути его разрешения. (Мы научились разрешать конфликты с помощью компромисса, уступки, сотрудничества, юмора).

Правила бесконфликтного поведения, которые у нас получились.

Правила бесконфликтного поведения.

1. В споре будь сдержан и тактичен.
2. Старайся жить так, чтобы людям рядом с тобой было хорошо.
3. Научись сотрудничать, уступать, договариваться, находить компромисс.
4. Избегай конфликтов, ссор, не совершай необдуманных поступков.
5. Главное - относись к людям так, как ты хочешь, чтобы относились к тебе.

Психолог: Мне сегодня очень приятно было работать с вами на уроке. Спасибо.

ТЕМА 6.

УЧИМСЯ СЛУШАТЬ ДРУГ ДРУГА

Цели

- Показать значимость собственного «Я».
- Подвести учащихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими.

Материалы: тетради, бланки теста «Умеешь ли ты слушать?»

Урок 11 - ход занятия

1. Обсуждение домашнего задания

Психолог. Кто может ответить на вопрос домашнего задания и сравнить понятия «слушать» и «слышать»?

Подумайте, почему человеку даны два уха, два глаза и только один язык?

Важно ли, чтобы тебя слышали?

2. Работа по теме

Психолог. Подумайте, что для вас является самым ценным и самым главным в жизни?

Ответы учащихся записываются на доске.

Далее психолог задает учащимся вопросы для обсуждения:

Когда человеку бывает хорошо? (Когда его любят, когда он здоров, когда его понимают.)

Когда человека понимают? (Когда его слушают.)

Умеете ли вы слушать?

Тест «Умеете ли вы слушать?»

Каждый учащийся получает бланк с вопросами:

Ты часто отвлекаешься, когда с кем-то разговариваешь?

Не делаешь ли ты только вид, что слушаешь, а сам думаешь о другом?

Реагируешь ли ты эмоционально на слова рассказчика?

Ты часто перебиваешь собеседника?

Ты слушаешь или только делаешь вид, что слушаешь?

Ты мечтаешь о своем, когда слушаешь других?

Возможно, ты обдумываешь, что сказать, когда слушаешь собеседника?

Психолог. Теперь подсчитайте результаты: чем больше у вас ответов «да», тем хуже вы умеете слушать. Давайте подумаем над вопросом: «Что мешает нам слушать других?»

Психолог обобщает ответы учащихся.

Игра «Испорченный телефон»

Участники по цепочке передают друг другу пословицы, которые ведущий назвал на ухо сидящему с краю учащемуся. Затем каждый из них говорит пословицу, которая передана ему с другого конца.

Игра «Пойми меня»

Одновременно все участники громко произносят свое слово, а водящий повторяет все слова, которые удалось услышать.

3. Анализ занятия

Психолог задает вопросы для обсуждения:

Трудно ли было оценивать себя?

Что нового вы узнали о себе?

Психолог. Давайте оценим наше тема. Поставьте свою оценку: выкиньте на счет «три» нужное количество пальцев одной руки.

4. Домашнее задание

Психолог. Подумайте, с какими людьми вам нравится общаться, что в них вам нравится.

Урок 12 – ход занятия

Психолог: мы слышим ушами, это физическая способность человека, данная ему с рождения. Для того чтобы слушать, одних ушей мало, нужны разум и желание. Процесс слушания – результат сознательного выбора. Исследования показывают, что мы слышим половину сказанного (50%), слушаем половину услышанного (50%) и понимаем половину того, что слушали. Слушание – пассивный процесс. Концентрация внимания сохраняется сама собой не более 1 минуты. В это время воспринимаемая нами информация записывается в так называемую **кратковременную память**. Она имеет ограниченную емкость и защищает наш мозг от перегрузки. Если «записанная» информация не распознается нами как предназначенная для обработки и анализа, она забывается. Человек сам делает выбор, какое значение придавать тому, что он слышит, поэтому процесс слушания требует активного включения и сознательных усилий, порой значительных. Мы слушаем лишь на 25% своего потенциала. Это означает, что мы игнорируем, забываем или понимаем неправильно 75% того, что слышим. Процесс слушания – это комбинация того, что мы слышим, понимаем и запоминаем.

Учёные подсчитали, что из времени, необходимого для общения с окружающими людьми: 9 % - мы пишем, 16 % - читаем, 30% - говорим, 45% - слушаем.

Сегодняшнее занятие посвящено одному из важнейших умений — слушать другого человека. Каждому из нас приятнее общаться не с тем человеком, который умеет говорить, а с тем, кто умеет нас слушать. Исследования показывают, что не более 10 % людей умеют выслушать собеседника. Каждый человек хочет видеть в своем собеседнике внимательного и дружески настроенного слушателя.

Игра «Верно-не верно» (верно – поднимаем руку, неверно – руки на столе): при верном утверждении вы поднимаете руку, при неверном – руки лежат на столе.

Сахар кислый, а лимон сладкий (не верно, руки на столе).

Все школьники с нетерпением ожидают наступление каникул (верно, поднятая рука).

Зимой жарко, а летом холодно (верно, поднятая рука).

Яблоко – это овощ, а помидор – фрукт (неверно, руки на столе).

Чтобы съесть банан, надо очистить его от кожуры (верно, поднятая рука).

На красный сигнал начинаем движение, на зелёный – стоим (не верно, руки на столе).

Итак, это простое упражнение показало, насколько внимательно вы умеете слушать и слышать, чётко воспринимать информацию на слух.

Пример из мультфильма «Большой Ух» об умении слушать и слышать (просмотр фрагмента).

Умение слушать по-настоящему – одно из самых трудных, это – наивысшая форма вежливости!

Без умения слушать эффективное общение невозможно, но в наше время это умение уже пора заносить в Красную книгу. Поскольку общение теперь все больше и больше идет по

визуально-текстовым каналам связи (электронная почта, чаты, форумы и т. п.), умение слушать притупляется в нас все сильнее. Слушание включает в себя два аспекта:

- способность понимать слышимое;
- способность анализировать и систематизировать полученную информацию для сохранения ее в памяти и дальнейшего использования.

Слушание можно разделить на два типа (вида): **активное и пассивное**.

Пассивное слушание.

Это слушание наиболее распространено. Мы слушаем вполуха, улавливая одни фрагменты разговора и пропуская другие. Результатом этого нередко бывают такие ситуации:

«Не забудь, что сегодня вечером мы с тобой собирались куда-нибудь выбраться».

«Неужели? Впервые слышу, ты же мне ничего об этом не говорила».

«Как же не говорила, а два дня назад? Ты просто меня тогда не слушал».

Мы часто пропускаем мимо ушей то, что нам говорят - в особенности те люди, кого мы хорошо знаем и часто видим.

Активное слушание

Такое слушание требует концентрации внимания и мобилизации внутренних сил. В этом случае вы прилагаете настоящие усилия, чтобы понять точку зрения собеседника. Вы слушаете его, воспринимаете то, что он говорит, откладываете полученную информацию в своей памяти, а потом, при необходимости, возвращаетесь к ней. Все эти умения крайне необходимы на торговых переговорах и собеседованиях. Если вы действительно слушаете активно (то есть слушаете по-настоящему), вы вскоре почувствуете, что ваша голова «гудит» от роящихся в ней мыслей.

Это естественно – ведь в критическом слушании задействованы все ваши мыслительные способности! Как на переговорах, так и на собеседованиях вы должны не только сосредоточиться на том, что говорит другой человек, но и понимать его язык тела, контролировать свое собственное невербальное поведение, продумывать ответы на задаваемые вам вопросы и думать, что спросить самому. Так что ничего удивительного, что в такой ситуации ваша голова начнет «гудеть» от напряжения!

Что мешает слушать активно: лень; разные взгляды, разные точки зрения; сильные эмоции; физическая усталость; желание говорить самому; рассеянность и отсутствие концентрации внимания; отношение к собеседнику (неприятель, антипатия).

Упражнение «Неиспорченный телефон» (5 человек и ведущий). Зачитывается текст и первый человек второму, пришедшему из коридора пересказывает максимально точно данную информацию. И так по цепочке, а потом сравним с исходным текстом.

«Завуч Ольга Михайловна сказала, что звонила учитель математики. У неё дочь заболела корью, поэтому она не может завтра прийти ко второму уроку. А в среду вместо математики будет русский, на носу конец четверти. Время зря не теряйте, не забудьте, что 11 апреля городской конкурс художественной самодеятельности. От вас номер, но, чтобы без сюрпризов, а то будет как в прошлый раз. Митрофанов пусть зайдет к завучу лично». Вопрос к первому ученику: «Вы готовы передать информацию?»

Учащиеся заходят по одному и каждый передаёт информацию следующему в том виде, в каком её услышал и воспринял. В итоге сравниваем окончательный вариант с исходным. Делаем выводы по данному упражнению (насколько искажена в итоге информация, переданная через несколько человек, вот так и рождаются слухи, небылицы).

Дидактическая игра «Кто быстрее сообразит и ответит».

2 команды по 3 человека отвечают на вопросы.

А). Человек ложится спать в 9 часов вечера и заводит часы на 10 часов. Сколько спит человек? (1 час)

Б). У Хамида было 10 овец, все, кроме 2-х околели. Сколько овец осталось? (2 овцы)

В). Вы пилот самолёта, который летит в Москву со $v=900$ км/ч, время в пути 3 часа, высота 8000 м. Сколько лет пилоту? (вы – пилот)

Г). На руке 5 пальцев. Сколько пальцев на 10 руках? (50)

Д). У прямоугольного стола отрезали угол. Сколько углов у стола? (пять)

Е). Врач прописал 3 укола через каждый час, сколько времени потребуется на уколы? (2 часа)

Ж). Каждый месяц заканчивается на число 30 или 31. В каком месяце есть число 28? (в каждом)

Все люди говорят по-разному: кто-то кратко и чётко (как называется такая речь? Откуда такое название? Лаконичная, из Древней Спарты). А кто-то слишком длинно и витиевато. Как бы вы по-другому произнесли следующие фразы?

Мама приобрела за деньги настольный осветительный прибор (лампу).

Ваня по небрежности лишился металлического приспособления для запираения и отпираения замка (ключ).

Стрекошущая, похожая на ворону, птица села на верхушку сосны, растущей уже сто лет (сорока).

Мужчина преклонного возраста обнаружил под вечнозелёным колючим деревом гриб красного цвета с белыми пятнами на шляпке (старик, под елью, мухомор). **Тестирование (раздача распечатанных тестов) «А как вы умеете слушать?»**

Вопросы теста «А как вы умеете слушать?»:

1. Продолжаете ли вы беседу если тема для вас не интересна?
2. Раздражают ли вас манеры собеседника?
3. Можете ли вы быть резким, если вам не понравилось слово?
4. Беседуете ли вы с незнакомцем?
5. Можете ли вы слушать, а сами думать о своём?
6. Перебиваете ли вы собеседника?
7. Меняется ли ваш голос в зависимости от собеседника?
8. Легко ли вы меняете тему беседы?
9. Если собеседник произносит слова неправильно, вы его поправляете?
10. Можете ли вы говорить свысока с собеседником?

Подсчёт результатов:

Всегда – 2 балла

Часто – 4 балла

Иногда – 6 баллов

Редко – 8 баллов

Никогда – 10 баллов

Сумма баллов (подводим итоги): чем больше сумма, тем лучше умение слушать.

Упражнения для совершенствования умения слушать

1. Уделяйте пять минут в день следующему упражнению: сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза и слушайте раздающиеся вокруг звуки. Идентифицируйте их. Сколько различных звуков вы слышите? Это упражнение не только учит умению слушать, но и помогает расслабиться.

2. Во время разговора выслушивайте человека до конца, прежде чем начать высказывать свои соображения. Если вам нестерпимо хочется перебить, то вначале сделайте паузу и вдохните, а уж затем начинайте говорить. Пауза перед вашими словами придаст им большую значительность.

3. Как можно больше слушайте радио - но не музыку, а программы. Прослушав передачу, ответьте самому себе на вопрос: какую информацию вы получили? Можете ли вы кратко пересказать все только что вами услышанное?

Полезные советы психолога:

- старайтесь начать слушать с первых же слов разговора и затем не ослабляйте внимания;
- отложите все другие занятия и слушайте: не пытайтесь делать два дела одновременно;
- гоните от себя любые отрицательные мысли о собеседнике;
- осмысливайте то, что вам говорят в данный момент, и не забегайте вперед;
- не перебивайте;
- постарайтесь заинтересоваться тем, о чем вам говорят;
- оценивайте сказанное скорее по его содержанию, чем по манере подачи;
- избегайте делать поспешные выводы и сохраняйте объективность;

- обращайтесь особое внимание на взгляды, высказываемые вашим собеседником;
- постарайтесь по возможности устранить все отвлекающие факторы;
- вставляйте ответные реплики – в особенности по телефону, например, «да-да, ясно»;
- при личной встрече старайтесь поддерживать зрительный контакт и следите за тем, чтобы язык тела говорил о вашем внимании и заинтересованности.

ТЕМА 7.

ПОЙМИ МЕНЯ

Цель

- Формировать у учащихся умение понимать друг друга.
- Материалы: бланки с пословицами для каждого учащегося.

13 урок - ход занятия

1. Обсуждение домашнего задания

Психолог. Кто тренировался снимать вспышки гнева при помощи слов: «Тих-тиби-дух»? Кто использовал какие-либо другие методы, с которыми мы познакомились на прошлом занятии? Поделитесь своим опытом.

2. Работа по теме занятия

Психолог. Чаще всего мы раздражаемся и нервничаем, когда нас не понимают. Сейчас мы проверим, достаточно ли хорошо мы знаем друг друга. Я сейчас вам раздам бланки с пословицами. Каждый выберет ту, которая ему ближе других по смыслу.

Нет такого человека, чтобы век без греха

Всякая неправда — грех

От судьбы не уйдешь

Риск — благородное дело

Денег наживешь — без нужды проживешь

Когда деньги говорят — правда молчит

И с умом воровать — беды не избежать

Раз украл — навек вором стал

Кто сильнее — тот и прав

С кем поведешься — от того и наберешься

Умная ложь лучше глупой правды

Убежал — прав, а попался — виноват

Ведущий просит участников объяснить свой выбор и смысл пословицы. Всем предлагается догадаться, кто какую выбрал пословицу.

Игра-шутка «Пойми меня»

Участники объединяются в группы по три человека, изображая «глухого и немого», «глухого и неподвижного», «слепого и немого». Им дается задание договориться о подарке другу.

3. Анализ занятия

Психолог задает вопросы для обсуждения: Хорошо ли мы знаем друг друга?

Важно ли учиться понимать друг друга?

Кто лучше всех сегодня понимал других?

4. Домашнее задание

Психолог. В повседневном общении старайтесь использовать те знания, которые вы получили на занятиях. К следующему занятию проанализируйте, какие у вас существуют проблемы (трудности) в жизни и зависит ли их решение от вас.

Урок 14 – ход занятия

Коммуникативная игра «Пойми меня»

Цель: развитие коммуникативных способностей учащихся посредством передачи информации вербальным и невербальным способом.

Материалы: бомба (либо предмет вместо нее), звук тиканья бомбы, секундомер, флешкарта или ватман (5 листов), маркеры (2 шт), вопросы для разминки, карточки для крокодила по сложности, карточки для альяса, карточки с пословицами.

Все делятся на 4 команды, придумывают название и девиз. Представляются, на одном листе уже расчерчена итоговая таблица.

Разминка

Выбирается по 2 человека из каждой команды, встают в круг. Задается один общий вопрос. Необходимо передавая бомбу дать на него ответ. Засекается время - 1 минута. На ком время заканчивается – выбывает из круга и зарабатывает 0,5 балла. Следующий 1 балл. Последний получает 4 балла.

Овощ с грядки;

Герой мультфильма;

Предмет мебели;

Домашнее животное;

Школьный урок;

Город в России;

Марка машины;

Показалки

Участвует в конкурсе по одному представителю от каждой команды. Ваша задача будет вытянуть карточку со словами и с помощью мимики и жестов, объяснить их своей команде. На карточке написано 5 слов разного уровня сложности. Объяснять их необходимо в том порядке, в котором они записаны. Запрещено показывающему участнику издавать какие-либо звуки, указывать на предмет, который он показывает, использовать какие-либо предметы. За каждое отгаданное слово команда получает от 1 до 5 баллов.

Время для команды 1,5 минуты.

Бант

Дорога

Заноза

Книга

Апельсиновый сок

Точилка

Клей

Швабра

Спорт

Воздушный шар

Будильник

Ключ

Пианист

Окоп

Бумажный змей

Вода

Охотник

Гора

Доярка

Горячий чай

Объяснялки (взять карточки от алиаса)

В этом конкурсе необходимо объяснять слово, записанное в карточке, при этом не использовать само слово и однокоренных слов. Слово считается отгаданным, если произнесено так же, как записано в карточке. Выберете в каждой команде одного человека, кто будет объяснять слова и одного, кто будет отгадывать. Объяснять вы будете не для своей команды. (Объясняющий из 1 команды, отгадывающий из 2). Очки за каждое правильно угаданное слово получают обе команды. Если вы не можете объяснить слово, его можно пропустить, но при этом обе команды теряют 1 балл. Время каждой паре 2,5 минуты.

Рисовалки

Выбирается 1 человек из команды. Его задача вытянуть карточку с русской пословицей и только с помощью рисунка передать своей команде что это за пословица. Писать слова и буквы нельзя. Команде дается 3 минуты. Угаданная пословица принесет команде 5 баллов.

Когда время закончиться игра продолжается для всех команд, отгадавшие первыми получают 3 балла.

Тише едешь дальше будешь
Терпение и труд все перетрут
Много будешь знать - скоро состаришься
Любишь кататься – люби и саночки возить

Бант	Точилка
Дорога	Клей
Заноза	Швабра
Книга	Спорт
Апельсиновый сок	Воздушный шар

Будильник	Вода
Ключ	Охотник
Пианист	Гора
Окоп	Доярка
Бумажный змей	Горячий чай

Тише едешь дальше будешь
Терпение и труд все перетрут
Много будешь знать - скоро состаришься
Любишь кататься – люби и саночки возить

Клоун	Река
Художник	Ириска
Пропуск	Медведь
Фонарь	Метро
Красная площадь	Елочная игрушка

Стул	Варенье
Молоко	Курица
Школа	Указка
Судья	Пирамида
Старший брат	Конский хвост

Мир тесен

Меньше знаешь- крепче спишь

И волки сыты, и овцы целы

Делу время – потехе час

ТЕМА 8. КРИТИКА Цели

- Познакомить учащихся с понятием «критика».
 - Отработать навыки правильного реагирования на критику.
- Материалы: карточки с фразами, мяч.

Урок 15 - ход занятия

1. Обсуждение домашнего задания

Надо выяснить, удалось ли ребятам понаблюдать за тем, как реагируют на обиду разные люди, и спросить, что больше всего обижает людей? Почему одних людей какая-то ситуация обижает, а других нет?

2. Работа по теме

Игра с мячом «Что звучит обидно?»

Психолог бросает мяч по очереди каждому участнику и произносит по одной фразе, а все стараются запомнить, что при этом чувствовали.

Фразы психолога:

- Ты всегда плохо работаешь.
- Ты никогда не делаешь домашнего задания.
- Ты каждый раз перебиваешь.
- Ты — лентяй.
- Ты никогда не здороваешься.
- Ты — глупый.

При обсуждении психолог задает вопросы:

Было ли обидно?

Какие вы испытывали эмоции?

Какие слова особенно обижают?

Что заставляет людей критиковать других?

Нужна ли критика?

Всегда ли критика бывает услышана? Почему?

Упражнение на Я-сообщение

Психолог. Попробуйте сообщить о своем недовольстве, не обижая партнера. Скажите предыдущие фразы так, чтобы не обидеть партнера, например: «Я недоволен вашей работой»; «Я огорчаюсь, когда не выполняется домашнее задание»; «Я переживаю, когда меня перебивают» и т.д.

Делается вывод о том, что Я-сообщение позволяет другому слушать вас и спокойно реагировать. Я-сообщение предполагает ответственность говорящего за свои мысли и чувства, а Ты-сообщение нацелено на обвинение другого человека.

3. Анализ занятия

Психолог. Часто ли вы используете Я-сообщение, давая возможность другим людям узнать о ваших чувствах? Умеете ли вы контролировать свои высказывания?

4. Домашнее задание

Психолог. Потренируйтесь выражать свое мнение с помощью Я-сообщения. Обратите внимание на реакцию партнера.

Урок 16 – ход занятия

Психолог: Здравствуйте, дорогие ребята, давайте поздороваемся и передадим друг другу импульс доброты, улыбнемся друг другу.

Психолог: Наше сегодняшнее занятие начнем с игры «Выражение мыслей».

Я говорю фразу, называю игрока и бросаю ему мячик, ученик должен продолжить рассказ логическим по содержанию предложением рассказ. Таким образом, перебрасывая мячик, составляем рассказ.

Тема нашего занятия «Критика. Критическое мышление».

Мозговой штурм.

Психолог: Давайте обсудим, как вы понимаете смысл понятия «критика»?

Критика- обсуждение, разбор чего-нибудь с целью вынести оценку, выявить недостатки.

Психолог: Попробуйте вспомнить, когда вас критиковали по поводу поведения, учебы, внешности. Что вы при этом чувствовали?

Дети говорят о своих ощущениях в тот момент, когда их критикуют, передавая мяч по кругу.

Психолог: Давайте поразмышляем, почему люди критикуют? Дети предлагают свои варианты.

Н. Энкельман предлагает рассмотреть следующие мотивы:

- из-за недоброжелательного отношения, из мести,
- по злему умыслу,

- из зависти,
- из-за неудовлетворенности собой,
- чтобы перенести свою критику на другого,
- чтобы отвлечь внимание от собственных слабостей,
- чтобы обратить внимание на себя,
- т.к. человек уверен, что сам сможет всё сделать лучше,
- чтобы оскорбить,
- из-за общего дурного настроения,
- из-за высокомерия,
- из-за агрессивного поведения.

Как видите, в списке много негативных черт характера. Поэтому, прежде чем высказать кому-либо критику, попробуйте обнаружить в этом человеке 3 положительные черты. А после этого критика может оказаться такой мелочной, что пропадет желание её высказать.

Психолог: Какие положительные черты характера вы можете обнаружить у своих одноклассников?

Упражнение в кругу: каждый ученик называет по одному положительному качеству.

Психолог: А чего мы хотим достичь критикой? Мозговой штурм. Учащиеся называют причины:

- плохого настроения,
- необходимости защищаться,
- агрессивности,
- враждебных отношений,
- оскорблений,
- встречной критики,
- неуверенности,
- неверия,
- безразличия,
- противоположного тому, чего стремились достичь,
- упадка сил той и другой стороны,
- дальнейшего ухудшения собственного настроения.

Как видите, никаких положительных результатов достичь с помощью критики невозможно. Причиной критики может быть или глупость, или человек не любит людей и не стремится к нормальному существованию с ними. Но без любви к людям, к жизни дело совершенно не пойдёт.

Так что же делать?

Психологи разработали правила критики.

1. Памятки «Критика». Прочитаем по цепочке по одному пункту эти советы.

1. Проследите за самим собой, как часто в течение дня вы критикуете других, пусть даже дело касается вполне «безобидной» критики.
2. Понаблюдайте, как выражают критику окружающие вас люди и средства массовой информации, принимаете ли вы ее?
3. Прежде, чем вам захочется кого-либо покритиковать, спросите себя, чего вы этим добьетесь?
4. Когда вы захотите разразиться критикой, подумайте о трех положительных качествах критикуемого.
5. Тренируйтесь в искусстве вместо критики положительно мотивировать. Будьте благодарны за то, что произошло, вместо того, чтобы быть неблагодарным за то, что не произошло.
6. Если критикуют вас самого, учите искусству не принимать критику близко к сердцу, позволять ей стекать с вас, как с гуся вода. Задумайтесь, почему критикующий вас хочет «выпустить пар», обращая стрелы своей критики на вас, и простите ему это. Поразмыслите в спокойной обстановке, в чем он, может быть, прав.
7. Если другой упорствует в высказывании критических замечаний, реагируйте, сохраняя невозмутимость и хладнокровие, констатируя: «Таково ваше мнение и ваша позиция, мои же - таковы... . Давайте подумаем, в чем наши точки зрения сходятся».
8. Учите каждое «нет», сказанное собеседником, превращать в «да» не посредством уговоров, а через убеждения и позитивную мотивацию.

2. «Я-послание», «Я-сообщение».

Вместо оценки поступка собеседника высказывается свое эмоциональное состояние, возникшее в результате его.

Например: вместо слов «Сколько можно! Ты постоянно говоришь так высокомерно! Вечно сидишь на стуле, как Наполеон!» лучше сказать «Когда ты говоришь так, сидишь, скрестив руки, я чувствую себя униженным». На такую фразу трудно обидеться, ведь человек не выставляет оценок, а говорит о своих ощущениях. Он так чувствует, и он не может быть не прав. Разве можно обижаться.

Попробуйте перефразировать предложения в форме «Я-послания». Обсудите в парах варианты ответов.

«Ну и прическа у тебя сегодня!», «Вечно ты над всеми подтруниваешь, считаешь себя лучше других» и др.

Психолог: Как следует принять критику?

*Совет 6 в памятке «Критика». Можно поблагодарить, хотя это не всегда приятно, затем проанализировать, возможно, в этом есть доля правды, и постараться критически относиться к себе.

Психолог: Когда нам высказана информация, мы осмысливаем ее и критически оцениваем. Какую информацию следует подвергать критическому осмыслению, не принимать на веру полностью и целиком?

Реклама, покупаемые товары и продукты.

Реклама предназначена для продажи как можно большего количества любого товара с целью получения денег и часто не содержит правдивой информации, особенно о негативных его свойствах.

Пример: реклама жевательной резинки. Назовите ее негативные свойства.

-выделяется желудочный сок при жевании, а это опасно, когда в желудке нет пищи.

-микробы, которые скапливаются в трещинах, резинка не убивает, а плотнее утрамбовывает, и эти микробы, а вместе с ними и остатки пищи, разрушают эмаль зубов.

-разрушает десны при длительном жевании.

Психолог: А при покупке товара, на что следует обратить внимание? По каким признакам мы определяем полезность продукта? По воздействию на здоровье человека.

Видеосмотр записей рекламных роликов.

Рекламы товаров, продуктов питания, вредных для здоровья: пиво, сигареты, алкогольные напитки.

Вывод: Критически мысля, можно противостоять давлению рекламы и строить свой здоровый стиль жизни без ядовитых и вредных продуктов с красивыми этикетками.

Домашнее задание: на альбомных листах нарисовать рекламу какого-нибудь полезного продукта, обсудить тему нашего сегодняшнего разговора с родителями дома. Обсудить советы психологов, как правильно критиковать.

Игра в парах. Один из вас задумает какой-нибудь продукт, который он купил в магазине, а дома обнаружил, что этот продукт некачественный. Второй задает вопросы: почему купил этот продукт, что привлекло твое внимание, и по каким признакам определил, что купленный продукт некачественный.

Одна пара показывает свой сюжет.

Психолог: Наше занятие подходит к концу, оцените, пожалуйста, включенность в сегодняшнее занятие с помощью жетонов:

-зеленый – частичное включение,

-желтый – средний уровень,

-красный – полная включенность.

ТЕМА 9.

ВЕЖЛИВОСТЬ

Цели

- Дать учащимся определение понятия «вежливость».
- Помочь осмыслить свое отношение к окружающим.

Материалы: тетради с записями.

Урок 17 - ход занятия

1. Анализ домашнего задания

Психолог. Поделитесь своими мыслями из «Азбуки перемен». На букву «В» в нашей азбуке можно было бы написать слово «вежливость». Как вы думаете, многое ли зависит от того, насколько мы вежливы с людьми?

2. Работа по теме

Психолог. Объясните значение высказывания: «Истинная вежливость заключается в благожелательном отношении к людям». Зависит ли вежливость от образования?

Кого больше любит вежливый человек — себя или других?

Составление кодекса вежливости

В течение пяти минут участники составляют правила вежливости для учеников школы. Можно предложить придумать систему штрафов для тех, кто нарушает эти правила. Все желающие зачитывают свои кодексы поведения и обосновывают целесообразность их выполнения.

Добрые слова для каждого

Участникам предлагается сказать каждому что-то доброе. Сначала выходят желающие, но упражнение полезно проделать всем участникам. Можно вспомнить, как учились говорить комплименты.

3. Анализ занятия

Психолог задает вопросы для обсуждения:

Почему в компаниях подростков не принято быть вежливыми и говорить друг другу добрые слова?

Трудно ли говорить добрые слова друг другу?

Психолог. Запишите высказывание: «Если одно-два приветливых слова могут сделать человека счастливым, то надо быть негодяем, чтобы отказать ему в этом» (Томас Пэн — американский просветитель, философ).

4. Домашнее задание

Психолог. Проанализируйте, часто ли (и с кем) вы бываете вежливы? Много ли среди ваших знакомых истинно вежливых людей. Постарайтесь приобрести книгу о правилах этикета и подготовьте ее представление (рассказ о ней).

Урок 18 – ход занятия

1. Организационный момент

- Здравствуйте, ребята! Мы сегодня пообщаемся на очень интересную тему «Вежливость – это сила, слабость или необходимость?», которая является актуальной практически для каждого человека, живущего в современном мире.

Вот как высказывались о вежливости зарубежные писатели и поэты.

Ничто не обходится нам так дешево и не ценится так дорого, как вежливость.

М. Сервантес Сааведра.

Вежливость порождает и вызывает вежливость.

Э. Роттердамский.

2. Обозначение проблемы

Так что такое вежливость, попробуем разобраться? Работа в парах. Высказывания детей. Про вежливого человека говорят, что он внимательный, обходительный, почтительный, предупредительный, услужливый, участливый, учтивый, светский, тонкий, благовоспитанный, воспитанный, любезный, обязательный, приветливый; деликатный, тактичный (синонимы слова). Да, вежливость - это качество человека, который уважительно относится к людям. Я думаю, что она включает в себя внимательность, желание оказать помощь каждому, кто в ней нуждается).

Вежливость – учтивость, благовоспитанность, соблюдение бытовых приличий. Толковый словарь Ушакова. Вежливый человек, соблюдающий правила приличия, воспитанный, учтивый. А все ли бывают вежливы? Приходилось ли сталкиваться в жизни с невежами? Да, тема вежливости всегда остро стояла во все времена. До 16 века в русском языке широко

употреблялось слово «вежа». Вежа – от слов «ведать», «знать». Вежа – человек, который знает, как вести себя в той или иной обстановке. Отсюда и «вежество», позднее превратившееся в «вежливость». Вежество – качество ценное и обязательное. Поэтому учили вежеству в школах наряду с грамотой и молитвами.

3. Обсуждение ситуаций и комментарии

А в чем преимущества вежливости?

- Вежливость даёт возможность достойно выйти из любой ситуации.
- Вежливость даёт умение «держаться в руках».
- Вежливость придаёт силы для проявления только лучших человеческих качеств.
- Вежливость даёт радость от общения с людьми.
- Вежливость обеспечивает ясность в словах, мыслях и поведении.
- Вежливость освобождает от хамства и грубости.

Вежливость – это умение вести себя так, чтобы другим было с тобой приятно.

В чем же сила вежливости? Поиграем в детскую игру вежливых слов:

1. Растает даже ледяная глыба от слова тёплого ... (спасибо).
2. Зазеленеет даже пень, когда услышит ... (добрый день).
3. Если больше есть не в силах, скажем маме мы ... (спасибо).
4. Мальчик вежливый и развитый говорит, встречаясь ... (здравствуйте).
5. Когда нас бранят за шалости, говорим ... (простите, пожалуйста).
6. И во Франции, и в Дании на прощание говорят ... (до свидания).

Однажды люди придумали 11 января отмечать праздник «Всемирный день «спасибо».

В древние времена наши предки, говоря слова благодарности, использовали только глагол «благодарить»: они произносили: «Благодарствую!», «Благодарю!», затем слово заменили на спасибо.

Так было во времена, когда на нашей земле господствовало язычество. Когда же пришло христианство, слово «благодарю» заменили на «спасибо».

Происхождение этого русского слова прекрасно и возвышенно!

Родилось оно в XVI-м веке из словосочетания «спаси Бог». В эти два слова наши предки вкладывали намного больше, чем просто благодарность. Оно очень напоминает пожелание – пожелание спасения, обращения к Богу, Его милующей и спасающей силе. Впоследствии выражение преобразовалось, сократилось. И на свет появилось всем нам знакомое с детства слово «спасибо». А всегда ли можно выразить благодарность, только словами? Попробуем поблагодарить друга без слов...

Благодарность может быть выражена взглядом, улыбкой и жестом, что называется – «признательность без слов».

«Здравствуйте» – слово очень старое. Связано оно со словом дерево. Когда-то давно люди, произнося слово «здравствуйте», желали другим быть могучими и крепкими, как дерево дуб. И теперь, когда мы произносим это слово, желаем человеку быть здоровым, сильным, крепким.

«Пожалуйста»

Буквально это значит «подари, если любишь». Древнерусское «жаловати» значит «дарить что-либо из любви», просто так, не по обязанности. Сказать так означает: мы принимаем тот факт, что у другого есть свободная воля, над которой мы не властны. Он сделает это, если захочет.

«До свидания»

Прощание означает: «Я провел с тобой какое-то время. Наша встреча на этом заканчивается, но она значима для меня. Так что я надеюсь свидеться с тобой снова!»

Вторая часть темы – слабость? А в чем же слабость? (отказаться из-за вежливости, отстоять свою точку зрения... т.п.)

А является ли вежливость необходимостью. Дискуссия в парах...

- **Бытовые ситуации.** Человек, не забывающий о простых словах «спасибо», «пожалуйста», «благодарю», – проявляет вежливость.
- **Семейное воспитание.** Родители, не употребляющие бранных слов в присутствии детей, не забывающие благодарить их за маленькие услуги – прививают детям вежливость.

- **Международные отношения.** Международная «вежливость» - это свод правил поведения государств в процессе межгосударственного общения. Примером проявления вежливости может служить освобождение дипломатов от досмотра багажа при пересечении границ.

- **Общение в профессиональном коллективе.** Человек, обращающийся уважительно не только с теми коллегами, кто старше и опытней, но также с равными и младшими – проявляет вежливость.

4. Совместный поиск путей решения проблемы

Работа над ситуациями У каждой группы будет своя ситуация, которую нужно обсудить и ответить

на вопросы: 1. Чьё поведение вызвало у вас одобрение? 2. Кого осуждаете?

Почему? 3. Как бы вы поступили в этой ситуации?

Ситуация 1.

После работы мама приготовила ужин, перемыла посуду и пошла стирать белье. Папа отправился на огород поливать огурцы. А Петя удобно устроился на диване и стал смотреть любимую передачу «В мире животных».

ПРАВИЛО 1

Вежливый Человек постоянно думает об окружающих людях.

Ситуация 2.

Марине на день рождения подарили большой набор фломастеров. На следующий день она с гордостью показывала свой подарок девочкам в школе. «Я никому их не дам, пока они новые» - говорила она подругам.

ПРАВИЛО 2

Будь вежлив со своими товарищами.

Ситуация 3.

Коля, вбежав в класс, закричал:

- Привет, Серый!

- Я сейчас, портфелем Светку толстую стукнул. Вот смешно было, когда она упала в лужу!

ПРАВИЛО 3

Вежливый человек не причинит неприятности другому человеку, не обидит его оскорбительным прозвищем.

Ситуация 4.

Однажды Вова поехал в театр. В трамвае он сел около окна и с интересом рассматривал улицы. Вдруг в трамвай вошла женщина с маленьким ребенком. Вова посмотрел на них и снова отвернулся к окну.

ПРАВИЛО 4

Вежливый человек внимателен к людям.

Ситуация 5.

У Наташи в классе много друзей. Они часто встречаются, гуляют, играют, выполняют вместе домашние задания. Наташе со своими друзьями не бывает скучно.

ПРАВИЛО 5

Вежливый человек не ссорится с друзьями, работает и играет дружно.

- Посмотрим, ничего мы не упустили

1. В вежливости проявляется отношение к другим людям.

2. Вежливый человек не причиняет другому неприятностей и обид.

3. Вежливый человек приветлив и внимателен к другим.

4. Вежливый человек всегда здоровается и прощается. Невежливо не ответить на приветствие.

5. Со взрослыми надо здороваться первым, но самому протягивать руку нельзя. Здороваясь, надо смотреть в лицо тому, с кем здороваешься.

6. Будь вежлив со своими товарищами: не давай им прозвищ и кличек, разговаривая, не кричи.

7. В играх не будь грубым, не кричи. Не спорь с товарищем по пустякам, не ссорься, старайся работать и играть дружно.

8. Вежливый человек не отвечает на грубость грубостью.

9. Надо быть вежливым в словах, в тоне, в жестах, в действиях. Вежливые слова, сказанные грубым голосом, развязным тоном, перестают быть вежливыми.

Как воспитать в себе вежливость?

- Стать вежливым, тактичным и деликатным не так уж трудно, стоит только захотеть. Воспитывать себя всегда очень непросто. Этого не умеют даже очень-очень умные дельфины и очень-очень добрые слоны. Зато настоящие люди воспитывают себя всю жизнь. И начинают они с детства. Да-да. Когда какой-нибудь мальчик или девочка старается изо всех сил во всём всегда быть вежливым и добрым человеком, значит, этот ребёнок уже начал воспитывать самого себя.

- Изучение этикета. Для того чтобы следовать общепринятым нормам поведения вежливого человека – эти нормы необходимо знать. Изучая этикет и стараясь ему следовать, человек воспитывает в себе вежливость.
- Чтение. Не каждый начитанный человек вежлив – но каждый вежливый человек начитан. Чем шире кругозор человека – тем с большим уважением он относится к окружающим; и тем ближе он к воспитанию в себе вежливости.
- Работа над собой. Развивая в себе умение внимательно, не перебивая, слушать собеседника – человек вырабатывает в себе вежливость.
- Общение. Нет ничего лучше для достижения вежливости, чем вдумчивое общение с вежливым человеком.

Вывод: Быть вежливым - значит уметь себя вести и иметь хорошие манеры. Это значит общаться с людьми так, чтобы они чувствовали, что о них заботятся, их любят, ценят и уважают. Многие люди ведут себя вежливо лишь в кругу незнакомых людей, потому что хотят произвести хорошее впечатление. Но истинная вежливость заключается в том, чтобы быть вежливыми всегда и со всеми. Когда ты вежлив, то и люди вежливы к тебе.

Вежливость способствует общению с людьми . Поэтому не забывайте о своих манерах и будьте приятными в общении!

Наш классный час подходит к концу. Давайте подведем итоги. Чему мы научились сегодня.

5. Рефлексия

Закончите предложение.

- Я считаю, что мы не напрасно провели эти минуты вместе ...
- Нам был нужен этот разговор ...
- Я хочу себя похвалить ...
- Я хочу похвалить одноклассников ...
- Я хочу похвалить учителя ...
- Я думаю, что я вежлив, потому что ...
- Я не всегда вежлив, мне нужно научиться ...

ТЕМА 10.

УМЕНИЕ ВЕСТИ БЕСЕДУ. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Цели

- Познакомить учащихся с правилами ведения беседы.
- Формировать навыки ведения беседы.
- Обобщение пройденных тем.

Материалы: карточки с заданиями по культуре беседы.

Урок 19 - ход занятия

1. Обсуждение домашнего задания

Психолог задает вопросы для обсуждения:

Что вы понимаете под словом «беседа»?

Какие правила ведения беседы вы знаете?

С кем вы чаще всего беседуете?

2. Работа по теме

Игра-разминка «Поговорим»

Психолог. Объединитесь в группы по 2—3 человека, придумайте тему и побеседуйте. Если участники затрудняются в выборе темы для беседы, можно предложить следующие: «Мои планы на каникулы», «Интересный фильм», «Моя любимая игра», «Музыкальная группа» и др.

После игры проводится обсуждение:

Смогли ли вы услышать друг друга?

Перебивали ли вы друг друга или реагировали кивком головы, поддакиванием и пр.?

Как смотрели собеседники друг на друга?

Интересна ли была беседа партнерам или нет?

Использовались ли намеки?

Кто из собеседников говорил больше?

3. Анализ занятия

Психолог задает вопросы для обсуждения:

Можете ли вы сказать о себе, что умеете вести беседу?

Нужно ли этому учиться?

Что для этого нужно? (Только ли книжка об этикете?)

Что можно сказать о человеке, понаблюдав, как он ведет беседу?

Урок 20 – ход занятия

Психолог: Здравствуйте, ребята. Настал новый день. Я улыбнулась вам, и вы улыбнитесь друг другу. И подумайте: как хорошо, что мы здесь все вместе. Мы спокойны и добры, приветливы и ласковы. Мы все здоровы. Пожелайте друг другу что-то хорошее. Садитесь.

Психолог: Сегодняшнее занятие мы начнем с просмотра фрагмента «Ералаша». Внимательно послушайте и посмотрите и ответьте на вопрос **«В чем ошибка героя? Как вы думаете, чему будет посвящено наше занятие?»**

Психолог: Итак, о **чем мы сегодня будем говорить на занятии?**

Психолог: Что вы понимаете под словом «беседа»?

Психолог: Какие правила ведения беседы вы знаете?

Психолог: С кем вы чаще всего беседуете?

Психолог: А как вы думаете, умеете ли вы вести беседу?

Тогда я предлагаю вам это проверить.

Объединитесь в пары, придумайте тему и побеседуйте. На беседу отводится 3 минуты. Во время беседы по моему сигналу один из собеседников встанет, по второму сигналу вы поменяетесь. По 3-му сигналу – присаживаетесь.

Если участники затрудняются в выборе темы для беседы, можно предложить следующие: «Мои планы на каникулы», «Интересный фильм», «Моя любимая игра», «Музыкальная группа»

Рефлексия.

-встаньте, те, кто смог услышать друг друга в беседе?

- хлопните те, кто перебивал своего собеседника.

- кивните головой, кто во время беседы реагировали кивком головы, поддакиванием и пр.?

-Как смотрели собеседники друг на друга?

- Легко ли было так вести беседу?

-Интересна ли была беседа партнерам или нет?

-Использовались ли намеки?

- Кто из собеседников говорил больше?

Образуем два круга с одинаковым количеством участников – внутренний и внешний, где внутренний – неподвижный.

Сейчас мы проведем серию встреч, и каждый раз вы будете встречаться с новым человеком. При встрече вам нужно начать разговор, сказать что-то приятное собеседнику, понять, о чем вести речь, и также на приятной ноте расстаться с ним. Задача участников внутреннего круга слушать внимательно описание задачи и войти в роль того человека, о котором идет речь, а также поддерживать разговор.

Перед вами человек, которого вы очень хорошо знаете, но очень долго не виделись, с первого класса. За две – три минуты вы должны поприветствовать его, сказать ему комплимент, спросить, чем он сейчас занимается, и закончить беседу.

Перед вами человек, который чем-то расстроен и никак не может успокоиться. Начните разговор, попробуйте тактично узнать, в чем дело, успокойте его.

Вы стоите на крылечке и ждете, когда откроют школу. Перед вами незнакомый человек – новенький. Познакомьтесь с ним, заведите разговор, узнайте, как его зовут, сколько ему лет, в каком классе будет учиться, чем любит заниматься. Попрощайтесь. Пожелайте ему удачи в его делах.

Вас окликнули на улице. Оглянувшись, вы увидели незнакомого человека, который также понял, что ошибся. Ваши действия и слова.

Вас сильно толкнули в толпе. Оглянувшись, вы увидели вашу первую учительницу с тяжелой ношей. Ваша реакция.

Перед вами одноклассник, который сегодня ответил на ваш вопрос умышленно грубо. Попробуйте узнать, что случилось, и завершите разговор так, чтобы конфликт исчез.

Рефлексия:

- Что для вас было сложнее, отвечать на вопросы или начать разговор?

-Что мешало играть роль?

-Скажите, какие качества могут мешать человеку вести беседу, и как с ними бороться? (Злость, неуверенность, страх, стеснительность. Нужно улыбнуться, сказать человеку приятные для него слова, поддержать его, начатый им разговор.)

А вот какие еще качества могут мешать общению, мы сейчас и выясним.

Приглашаю двух желающих.

Вы садитесь в автобус. Автобус переполнен. Мест нет, кроме единственного места, которое заняла своей сумкой дама. Задача входящего пассажира – попробовать, пообщавшись с женщиной, занять это место. Задача дамы - защищать место, где лежит сумка, приводив разные доводы, и стараться не пускать пассажиров на это место.

Рефлексия:

-Как мы общались в этой ситуации?

-Что мешало вежливому общению?

-Верно ли поступала женщина с сумкой, можно ли так себя вести при общении с окружающими?

Теперь покажите верное решение этой проблемы. Аплодисменты.

Одной из разновидностей беседы является телефонный разговор. Значит беседа- это и телефонный разговор с другом, подругой, мамой.

Мы хотим предложить вашему вниманию два телефонных разговора.

1. Вова-Алла

Вова: Алло, позовите Аллу.

-Алла, что нам задали по литературе?

Алла: Алло, а кто это?

Вова: Это Вова.

Алла: Нам нужно прочитать сказку А.С. Пушкина.

Вова: А у тебя есть такая книга?

Алла: Да, есть.

Вова: Дашь мне ее почитать?

Алла: Нет, Алина, я сама ее не прочитала.

Вова: А, жаль, пока.

2.Миша - Катя.

Миша: Алло, здравствуйте, позовите, пожалуйста, Катю.

Катя: Я слушаю.

Миша: Здравствуй, Катя, это Миша. Извини за беспокойство, я не был на уроке и не знаю, что задано?

Катя: Нужно прочитать сказку А.С. Пушкина.

Миша: Катя, у меня нет этой книги, не могла бы ты мне помочь?

Катя: Хорошо, помогу, заходи сейчас за книгой.

Миша: Спасибо, Женя, до свидания.

Психолог: Скажите, с кем из участников телефонного разговора вам было бы неприятно общаться? (Ребята говорят, с кем)

Психолог: А с кем приятно общаться?

Сегодня мы поговорили о тех правилах, которые помогают общению с людьми в различных жизненных ситуациях.

Говорил ли кто-нибудь вам слова: «Я не хочу с тобой разговаривать!»

Приведите примеры трудностей человека, связанных с отсутствием общения. Что вы будете чувствовать, если с вами не захотят общаться? Как отсутствие общения может повлиять на человека, на его психическое состояние?

Как правильно вести себя во взаимоотношениях с людьми, чтобы тебя не оттолкнули в общении, чтобы с вами было приятно общаться:

Исходя из рассмотренных ситуаций, попробуйте составить «Кодекс правил» «как правильно вести беседу»

Для этого объединитесь в группы. Вспомните правила работы в группах. Выберите лидера.

Давайте еще раз скажем, какие существуют правила ведения беседы?

- Чтобы не забывать эти правила, мы повесим один «Кодекс правил» на классный уголок, и постараемся почаще заглядывать в него. А второй «Кодекс правил» мы повесим на дверях нашего класса, чтобы не только мы знали и пользовались этими правилами, но и остальные учащиеся нашей школы.

Психолог: Можете ли вы сказать о себе, что умеете вести беседу?

Психолог: Нужно ли этому учиться?

Психолог: Что для этого нужно? (Только ли книжка об этикете?)

Я желаю вам в вашем общении с окружающими людьми как можно чаще встречать культурных собеседников. С которыми приятно общаться. А если на вашем пути встретиться бескультурный собеседник, то не упасть в грязь лицом и достойно суметь выйти из сложившейся ситуации.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты диагностики межличностных отношений у подростков после реализации программы

Таблица 5 – Опросник межличностных отношений А.А. Рукавишников (ОМО)

№ п/п	Испытуемый	Данные по шкалам		
		Включение I	Контроль С	Аффект А
1	А.И.	Iw низкое	Cw низкое	Aw низкое
2	Г.В.	Iw высокое	Cw высокое	Aw высокое
3	И.С.	Iw высокое	Се низкое	Aw высокое
4	К.А.	Ie высокое	Се высокое	Ae высокое
5	К.А.	Ie высокое	Cw низкое	Ae низкое
6	К.С.	Iw низкое	Cw высокое	Ae низкое
7	Л.А.	Iw высокое	Се высокое	Aw низкое
8	Р.Е.	Ie низкое	Се низкое	Ae низкое
9	Ф.Д.	Ie высокое	Cw высокое	Aw низкое
10	Ч.А.	Ie высокое	Cw высокое	Aw высокое
11	Ш.С.	Iw высокое	Cw высокое	Ae высокое
12	Ю.М.	Iw низкое	Cw низкое	Ae высокое

Таблица 6 – Методика «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» Т. Лири

№	Испытуемые	Авторит.	Эгоист.	Агресс.	Подозр.	Подч.	Завис.	Друж.	Альтруист.	Доминирование	Дружелюбие
1	А.И.	3	5	6	8	8	6	10	8	-0,1	3,6
2	Г.В.	9	8	8	7	4	7	9	9	-0,1	1,7
3	И.С.	5	9	8	8	8	10	11	13	4,7	7,2
4	К.А.	11	6	4	5	4	2	9	9	15,1	5
5	К.А.	9	12	12	10	3	3	6	2	12,3	-17,9
6	К.С.	3	10	8	7	5	5	8	4	4,3	-5,6
7	Л.А.	2	2	1	9	8	9	11	9	-4,6	13,9
8	Р.Е.	3	10	8	8	7	8	7	2	-1,2	4,6
9	Ф.Д.	4	4	3	7	10	9	9	12	-1,1	13
10	Ч.А.	10	9	8	2	3	2	9	6	16,1	-1,1
11	Ш.С.	7	8	8	9	4	2	8	7	12,1	-5,6
12	Ю.М.	2	3	8	4	2	2	5	9	7	-0,2

Таблица 7 – «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева

№	И-е	Выбранные качества личности
1	А.И.	3,6,11,23,33
2	Г.В.	3,11,17,33,35
3	И.С.	11,17,23,34,35
4	К.А.	17,23,30, 33,35
5	К.А.	11,16,23,32,33
6	К.С.	33,6,10,11,30
7	Л.А.	1,25,11,23,33
8	Р.Е.	11,17,20,23,30
9	Ф.Д.	1,17,11,29,35
10	Ч.А.	17,27,29,35,33
11	Ш.С.	4,12,10,26,33
12	Ю.М.	11,23,30,33,35

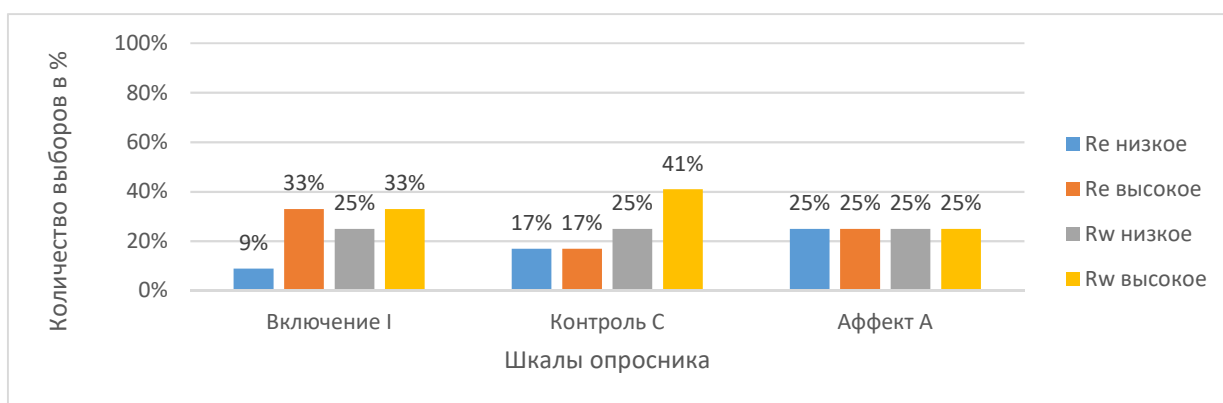


Рисунок 7 – Результаты применения способов отношений по методике А.А. Рукавишникова «Опросник межличностных отношений» после проведения программы

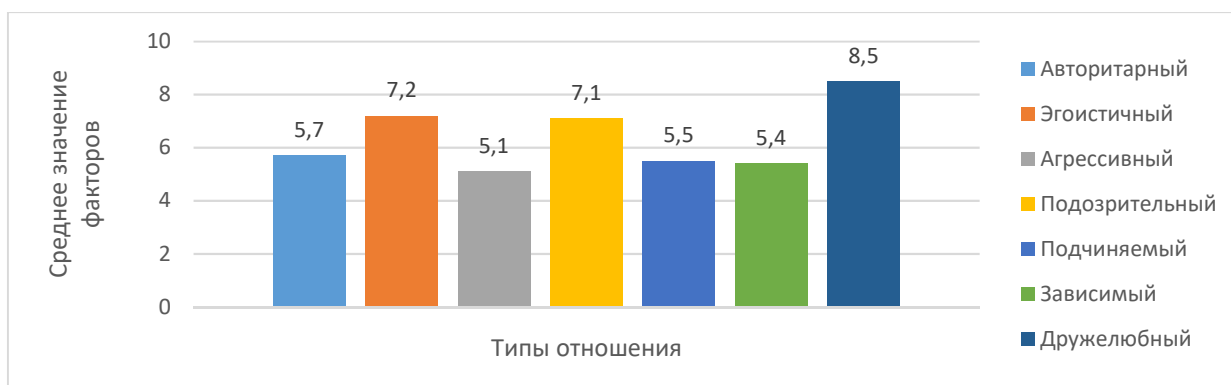


Рисунок 9 – Результаты применения типов отношений по методике Т. Лири «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» после проведения программы

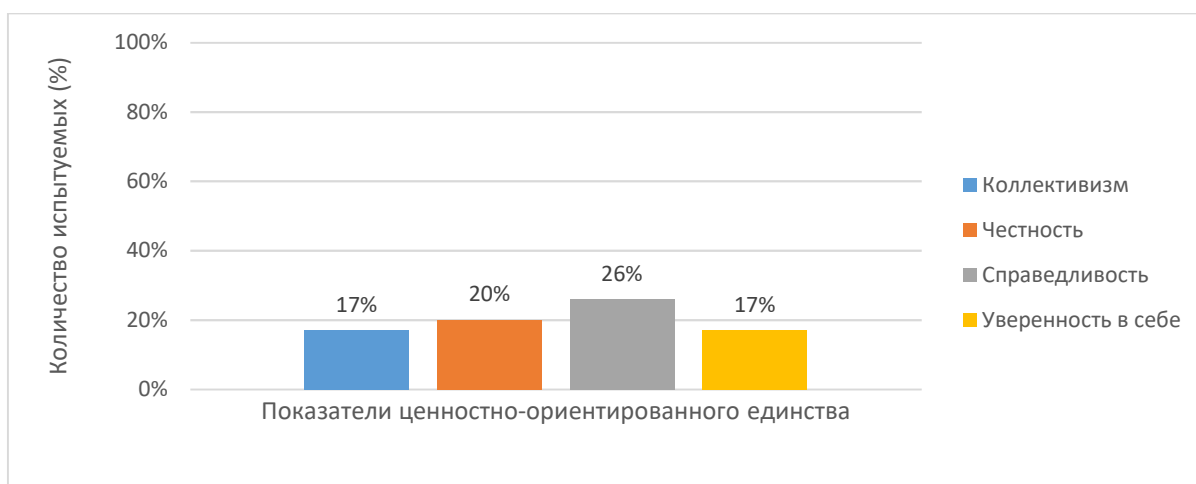


Рисунок 11 – Результаты применения методики «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева после проведения программы

Таблица 8 – Т-критерий Вилкоксона «Опросник межличностных отношений А.А. Рукавишников (ОМО)»

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ($t_{после} - t_{до}$)	Абсолютное значение разности
17	9	-8	8
25	33	8	8
42	25	-17	17
17	33	16	16
25	17	-8	8
8	17	9	9
42	25	-17	17
25	41	16	16
33	25	-8	8
17	25	8	8
25	25	0	0
25	25	0	0

Таблица 9 – Критические значения критерия знаков

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ($t_{после} - t_{до}$)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
17	9	-8	8	3
25	33	8	8	3
42	25	-17	17	9.5
17	33	16	16	7.5
25	17	-8	8	3
8	17	9	9	6
42	25	-17	17	9.5
25	41	16	16	7.5

Продолжение таблицы 9

33	25	-8	8	3
17	25	8	8	3
Сумма				55

Таблица 10 – Т-критерий Вилкоксона методике «Метод диагностики межличностных отношений (ДМО)» Т. Лири

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ($t_{после} - t_{до}$)	Абсолютное значение разности
6.4	5.7	-0.7	0.7
8.3	7.2	-1.1	1.1
8.1	5.1	-3	3
8.3	7.1	-1.2	1.2
5.8	5.5	-0.3	0.3
5.8	5.4	-0.4	0.4
8	8.5	0.5	0.5
7	7.5	0.5	0.5

Таблица 11 – Критические значения критерия знаков

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ($t_{после} - t_{до}$)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
6.4	5.7	-0.7	0.7	5
8.3	7.2	-1.1	1.1	6
8.1	5.1	-3	3	8
8.3	7.1	-1.2	1.2	7
5.8	5.5	-0.3	0.3	1
5.8	5.4	-0.4	0.4	2
8	8.5	0.5	0.5	3.5
7	7.5	0.5	0.5	3.5
Сумма				36

Таблица 12 – «Методика определения степени ценностно-ориентационного единства группы» А.И. Донцов, В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ($t_{после} - t_{до}$)	Абсолютное значение разности
20	26	6	6
17	17	0	0
14	26	12	12
14	17	3	3
11	20	9	9

Таблица 13 – Критические значения критерия знаков

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ($t_{после} - t_{до}$)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
20	26	6	6	2
14	26	12	12	4
14	17	3	3	1
11	20	9	9	3
Сумма				10

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Таблица 14 – Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Этапы реализации проекта	Сроки	Комментарии
подготовительный этап		
Обоснования необходимости проведения опытно-экспериментальной работы по формированию конструктивных межличностных отношений	сентябрь 2022	Диагностика межличностных отношений подростков
Формулировка цели	октябрь 2022	Цель формулируется как представление о результате деятельности
Постановка задач	Ноябрь 2022	
Этап реализации программы		
Разработка и оформления рекомендаций по формированию конструктивных межличностных отношений подростков	январь 2023	Составление рекомендаций, оформление методичек, оформление стендов
Разработка направлений опытно-экспериментальной работы индивидуальных консультаций, направленных на повышение у обучающихся культуры общения	январь 2023 – апрель 2023	Выбор модальности, в которой будет строиться опытно-экспериментальная работа, разработка рекомендаций
Определение эффективности опытно-экспериментальной работы по формированию конструктивных межличностных отношений подростков	апрель 2023	Диагностика межличностных отношений подростков
Реализация индивидуальных консультаций	апрель 2023 – май 2023	Проведение консультаций