



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 стратегий межличностных
отношений подростков с применением методов психологического
консультирования**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психолого-педагогическое консультирование»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:
77,48% авторского текста
Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована
«19» 12 2025 г.
зав. кафедрой ТиПП
О.А. Кондратьева О.А.

Выполнила:
Студентка группы ЗФ-310/270-2-1
Анфалова Мария Алексеевна М.А.
Научный руководитель:
канд. пед. наук, доцент кафедры ТиПП
Барышникова Елена Викторовна Е.В.

Челябинск
2025

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ МЕТОДОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ	
1.1 Проблема формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков в психолого-педагогических исследованиях.....	8
1.2 Особенности межличностных отношений подростков.....	15
1.3 Теоретическое обоснование модели формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.....	24
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ МЕТОДОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ	
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	32
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	37
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ МЕТОДОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ	
3.1 Психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.....	47

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	53
3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	60
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	72
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	76
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики конструктивных стратегий межличностных отношений подростков.....	85
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков.....	102
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.....	106
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.....	118
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	125

ВВЕДЕНИЕ

В современном российском обществе социально-психологическая напряженность стремительно растет, что приводит к увеличению конфликтности во всех сферах жизнедеятельности социума. Несоответствие требований возможностям учеников, перегруженность учащихся, необъективность оценивания их знаний и дефицит физических движений становятся причиной перевозбуждения, несдержанности и агрессивности. Кроме того, каждый ребенок имеет свой внутренний мир, со своими интересами, целями, чертами характера и психологическими качествами, а также потребностями и мотивами деятельности, что неизбежно приводит к возникновению противоречий и конфликтов в школьной среде.

В подростковом возрасте общение становится главным типом деятельности, оказывая важное влияние на формирование личности. Однако, взаимодействие с окружающими людьми у подростков значительно усложняется из-за особенностей их психического развития, что увеличивает вероятность конфликтных ситуаций. Проявление деструктивных форм поведения и искаженного ценностного отношения к себе и окружающему миру у подростков связано с кризисными явлениями в обществе, которые влияют на их социальную позицию. Поэтому проблема конфликтов, в том числе в подростковом возрасте, является одной из основных тем исследований ученых.

Многочисленные научные исследования посвящены разным теориям взаимоотношений, которые рассматривают данную проблему с разных точек зрения. В трудах Б.Г. Ананьева, В.М. Бехтерева, А.Ф. Лазурского, В.М. Мясищева, Н.М. Щелованова освещены общая характеристика, структура и функции межличностных отношений, что имеет фундаментальное значение в этом смысле. Проблемы, связанные с вопросами взаимоотношений в учебной деятельности, рассматривают

Л.И. Божович, Ш.И. Ганелин, А.Н. Леонтьев, Н.Г. Морозова, Л.С. Славина [Цит. по: 11].

Г.И. Грановская, Н.Н. Обозов и другие ученые изучают классификацию межличностных отношений. Связь между социальными отношениями и общением была исследована Н.Н. Богомоловой, А.А. Бодалевым, Е.М. Дубовской и Г.В. Дьяконовым [Цит. по: 28].

Вопросам межличностного взаимодействия в педагогическом процессе посвящены труды Г.М. Андреевой, И.Д. Беха, Л.П. Бугаевой, Л.С. Выготского, И.В. Дубровиной, А.В. Петровского, А.М. Прихожан, И.Н. Толстых [Цит. по: 45].

Отдельные концептуальные положения по развитию нравственных качеств личности и культуры межличностных отношений разработаны в научных исследованиях П.П. Блонского, Я.А. Коменского, И.Г. Песталоцци, С.Л. Рубинштейна, К. Роджерса, К.Д. Ушинского [Цит. по: 40].

Цель исследования: теоретически обосновать и опытно-экспериментальным путем проверить психолого-педагогическую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

Объект: конструктивные стратегии межличностных отношений подростков.

Предмет: формирование конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

Гипотеза: формирование конструктивных стратегий межличностных отношений подростков будет возможным, если разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть проблему конструктивных стратегий межличностных отношений подростков в психолого-педагогических исследованиях.
2. Изучить особенности межличностных отношений подростков.
3. Дать теоретическое обоснование модели формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.
4. Охарактеризовать этапы, методы и методики исследования.
5. Дать характеристику выборке и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.
7. Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования.
8. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы и методики:

1. Теоретические: анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.
2. Эмпирические: эксперимент (констатирующий и формирующий), тестирование.
3. Психодиагностические: тестирование по следующим методикам: «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко); методика диагностики межличностных отношений (Т. Лири); методика «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас).
4. Методы математической обработки данных: Т-критерий Вилкоксона.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют ключевые идеи культурно-исторической теории Л.С. Выготского, а также работы в области психологии развития, выполненные И.А. Кулагиной, Д.И. Фельдштейном, Д.Б. Элькониным. Кроме того, значительное внимание уделено исследованиям по конфликтологии, проведенным А.Я. Анцуповым, Н.В. Гришиной, Л.А. Петровской и А.И. Шипиловым, что позволяет всесторонне рассматривать данную проблему.

Теоретическая значимость работы заключается в методологической разработке проблемы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

Практическая значимость заключается в возможности внедрения в практику практического психолога образовательной организации психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

База исследования: Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Многопрофильный лицей № 148» г. Челябинска, учащиеся 8 класса в количестве 25 человек.

По результатам исследования опубликована научная статья: Анфалова М. А. Исследование конструктивных стратегий межличностных отношений подростков / М. А. Анфалова // Актуальные научные исследования : от теории к практике : сб. мат-лов XLIV-ой междунар. оч.-заоч. науч.-практ. конф. В 3 т. Т. 2 (19 января, 2024 г.). – Москва, 2024. – С. 31–33.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ МЕТОДОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

1.1 Проблема формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков в психолого-педагогических исследованиях

Задача изучения формирования конструктивных стратегий межличностных отношений определяется логикой проблемы и включает в себя такие понятия, как «отношения», «межличностные отношения», «стратегии» и «конструктивные стратегии». Объектом научного исследования давно являются межличностные отношения, изучаемые в различных науках, таких как педагогика, психология, философия и социология. Особое значение проблема межличностных отношений имеет в педагогике и психологии, поскольку она рассматривается как особый феномен психики. Ряд психологов, как отечественных, так и западных, считают, что система отношений, которая складывается вокруг подростка, существенно влияет на его психическое и личностное развитие (Р.А. Зачепецкий, В.Н. Мясищева, В.Н. Файебер, Е.К. Яковлев) [Цит. по: 26].

Для начала определим понятие «отношения», прежде чем перейти к изучению сущности межличностных отношений. В социальной психологии отечества «отношения» описываются как система взаимосвязей, возникающая между социальными общностями или индивидами в процессе их совместной деятельности [37, с. 115].

Сложность природы системы отношений проявляется в том, что она включает в себя сознательную и избирательную связь человека с разными сторонами объективной действительности, которая базируется на опыте и

формируется в процессе деятельности. Эта психологическая связь проявляется в действиях, реакциях и переживаниях человека. В системе отношений отражаются не только индивидуальные качества личности, включая волевые и эмоциональные свойства, интеллектуальные возможности, но также нормы и ценности общества, которые были усвоены личностью [18, с. 30].

Термин «межличностные отношения» в психолого-педагогических исследованиях описан различными трактовками и рассматривался во многих научных работах. Межличностные отношения описывали как взаимодействие между людьми, обусловленное эмоциональными состояниями и индивидуальными психологическими особенностями, такие ученые, как Г.Г. Голубева, Е.П. Ильина, Н.Н. Обозов и др. Они охарактеризовали такое взаимодействие спецификой и способами влияния людей друг на друга в процессе их совместной деятельности и общения [Цит. по: 52, с. 48].

В контексте исследований видных ученых, включая Б.Г. Ананьева, Г.Г. Голубеву и Я.Л. Коломинского, концепция «межличностных отношений» была интерпретирована через различные определения. Анализируя подходы Б.Г. Ананьева, можно увидеть, что он описывает межличностные отношения как процесс взаимодействия между лицами, приводящий к взаимному пониманию, корректировке поведения и действий на основе накопленных знаний и жизненного опыта, что, в свою очередь, оказывает влияние на личностное развитие и изменение внутреннего мирозерцания участников [Цит. по: 27].

Согласно Я.Л. Коломинскому, межличностные отношения основываются на обмене информацией и опытом, что эффективно влияет на совершенствование процесса межличностного общения [Цит. по: 48].

Г.Г. Голубева выдвинула идею анализа межличностных взаимодействий, акцентируя внимание на характеристиках и методах взаимного влияния индивидов в процессе их коллективной работы и

обмена информацией. По утверждению ученого, такой подход обладает важной научной и практической значимостью [Цит. по: 16].

Межличностные отношения играют важную роль в жизни каждого человека, и в психологической литературе представлены различные взгляды на их влияние. В частности, Г.М. Андреева отмечает, что ключевым элементом межличностных отношений выступает их эмоциональная составляющая. Она формируется благодаря специфическим чувствам, которые возникают в процессе общения и взаимодействия между людьми [Цит. по: 4].

Эмоциональная сторона межличностных отношений имеет важное значение и охватывает различные аспекты, включая аффекты, эмоции и чувства. Люди не просто пытаются понять друг друга, но также стремятся выстраивать связи, способные провоцировать разнообразные эмоциональные реакции – от антипатии до симпатии и любви. Межличностные отношения характеризуются такими феноменами, как когнитивные, эмоциональные и поведенческие реакции, а также особая эмоциональная привлекательность, которая формируется через избирательное восприятие и проявляется в виде симпатии. Аттракция включает в себя влечение между людьми, взаимную симпатию и процесс выбора партнера. В отличие от этого, антипатия выражает чувства неприязни или отвращения и эмоциональные реакции на неприятных людей или явления. Эмпатия, или способность сопереживать, представляет собой отклик одного человека на эмоциональные состояния другого. Несовместимость проявляется в отсутствии гармоничного сочетания психологических характеристик партнеров, что может затруднять продуктивное сотрудничество. Сработанность, напротив, подразумевает согласованность действий и удовлетворение от взаимодействия [24, с. 32].

Межличностные отношения формируются под воздействием множества факторов, таких как пол, возраст, национальная принадлежность, особенности темперамента, социальное положение и

профессиональная деятельность. Однако, по мнению В.Г. Ромека, чувства не являются единственным обязательным элементом для формирования таких связей. Он считает, что полноценные межличностные отношения возможны только при условии, что обе стороны проявляют взаимный интерес к переживаниям и точкам зрения друг друга, а также готовы слушать и понимать своего собеседника [Цит. по: 23].

Согласно взглядам Н.Н. Обозова, межличностные отношения всегда представляют собой связи между людьми, которые отличаются устойчивой взаимностью и постоянной динамикой [52, с. 59].

В области социологии и психологии выделяется множество подходов к систематизации межличностных связей, основываясь на разнообразных аспектах, таких как глубина эмоционального обмена, механизмы выбора социальных контактов и предполагаемые функциональные роли этих отношений. Исследователь Н.Н. Обозов вносит свой вклад, представляя классификации, охватывающие категории: отношения знакомства, приятельские отношения, товарищеские отношения, дружеские отношения, любовные отношения, супружеские отношения, родственные отношения, деструктивные отношения [52].

Знакомства выполняют важную роль в установлении контактов и обмене приветствиями, в осознании собственной социальной и филогенетической принадлежности, учитывая такие параметры, как пол, возраст, место проживания и другие особенности. Для развития дружеских отношений требуется наличие знакомых и общих интересов, которые могут касаться повседневной деятельности, профессиональной сферы, учебы или досуга [44, с. 78].

Межличностные отношения могут проявляться в различных формах, таких как знакомство, дружба, товарищество и родственные связи. Дружба зарождается на основе симпатии, взаимного уважения и доверия, что способствует установлению глубоких и прочных связей между людьми. Товарищеские отношения формируются через принадлежность к одной

группе и в процессе совместной деятельности и, чаще всего, в профессиональной или учебной среде, и не зависят от личных предпочтений участников. Родственные связи, в свою очередь, строятся на основе общего происхождения и кровного родства, охватывая, например, отношения между родителями и детьми. Все указанные формы межличностных отношений существенно влияют на личностное развитие и становление человека на протяжении всей его жизни [15, с. 76].

Однако межличностные взаимодействия могут становиться деструктивными, если включают такие формы общения, которые усложняют или разрушают отношения между людьми и оказывают негативное воздействие на одного или обоих участников [6, с. 151].

Г.М. Андреева классифицирует основные виды межличностных отношений, которые возникают между отдельными людьми, следующим образом. Так, официальные отношения регулируются нормативными актами, такими как законы, уставы, приказы и постановления, и строятся на основе должностных обязанностей участников. В отличие от них, неофициальные или неформальные отношения возникают на базе личных контактов и не ограничиваются установленными правилами. Деловые отношения формируются в рамках совместной деятельности и профессиональных обязанностей, в то время как личные взаимодействия возникают за пределами профессиональной сферы [Цит. по: 4].

Рациональные отношения, основанные на разуме и расчете, развиваются исходя из предполагаемой или реальной выгоды, которую стороны могут получить друг от друга. Эти отношения строятся на знаниях о людях и объективных оценках их поведения. В противоположность им, эмоциональные отношения базируются на чувственном восприятии, зачастую пренебрегая объективными данными о личностях участников [11, с. 81].

Е.П. Ильин в своих исследованиях выделяет не только те виды межличностных отношений, которые были рассмотрены в предыдущих

классификациях, но и добавляет такие типы, как субординационные и паритетные отношения. Субординационные отношения предполагают наличие неравенства, которое возникает из различий в статусе и правах между участниками. К примеру, отношения между начальником и его подчиненными можно отнести именно к этому виду [Цит. по: 38, с. 503].

При рассмотрении вопроса формирования конструктивных стратегий межличностных отношений важно обратить внимание на такие понятия, как «стратегия» и «конструктивные стратегии».

Понятие «стратегия» представляет собой комплекс поведенческих характеристик личности в социальной ситуации, которые определяют ее взаимодействие с другими людьми. Понимание этих понятий является основополагающим для успешного решения данной задачи [40, с. 56].

Р. Бендлер, практикующий психолог, трактует термин «стратегия» как последовательность действий, включающую определенные шаги мышления и поведения, направленные на достижение конкретной цели. По его мнению, можно выделить пять ключевых стратегий поведения человека: конкуренция, уклонение, приспособление, компромисс и сотрудничество [Цит. по: 20, с. 37].

Хотя этот тип стратегии часто воспринимается как уклонение от ответственности, он может оказаться полезной реакцией на конфликт. Это позволяет отложить решение проблемы до более подходящего момента и помогает подростку избежать напряженной ситуации [13, с. 81].

Стратегия компромисса в большинстве конфликтных ситуаций заключается в том, что стороны ищут взаимные уступки, учитывая интересы друг друга. Эта стратегия оказывается эффективной, когда обе стороны имеют схожие цели, при этом понимая, что не смогут удовлетворить все интересы обеих сторон. Стратегия компромисс отличается от стратегии сотрудничества тем, что спорные вопросы решаются только на поверхностном уровне, не углубляясь в анализ более глубинных потребностей [33, с. 30].

Стратегия сотрудничества также направлена на разрешение конфликтов, она нацелена на поиск решения, учитывая взаимовыгодные интересы каждого оппонента. Для применения такой стратегии необходимо тщательно изучить желания и цели каждой стороны, а также обсудить все возможные обоюдно приемлемые варианты решения конфликта [35, с. 160].

Также рассматривается стратегия поведения в конфликте – приспособление, которое представляет собой принесение в жертву своих интересов одной из сторон в угоду интересам второй стороны. В рамках этой стратегии часто применяются уступки, что способствует смягчению конфликта и улучшению взаимопонимания между сторонами [14, с. 76].

Подростки, обладающие инициативой и уверенностью в себе, обычно предпочитают более активные стратегии решения проблем, такие как конкуренция, компромисс и сотрудничество. Подростки, характеризующиеся низкой самооценкой и проявлениями пассивного поведения, чаще других склонны применять такие стратегии поведения в конфликте, как избегание и приспособление. Существенным условием является взаимное уважение подростков, соблюдение четких позиций и методов решения, при этом уступки должны быть основаны не на давлении, а на силе аргументации [42, с. 221].

В межличностных отношениях существует ряд конструктивных стратегий, которые предполагают желание подростков понять точку зрения собеседника, оценить представленные аргументы и прийти к объективному решению. Эти стратегии включают в себя корректные действия, объективные рассуждения, а также умение расставлять приоритеты и осознавать важность целей, что способствует достижению реальных результатов. Для разработки конструктивных стратегий необходимо изменить восприятие проблемных ситуаций, подходя к ним с чувством юмора. Важно также пересмотреть собственные убеждения и стереотипы, внимательно анализировать ситуацию и искать различные

пути решения. Полезно уделить время размышлениям, вести внутренний диалог и, при необходимости, обратиться за советом к тем, кто имеет опыт в решении схожих проблем. Конструктивные стратегии поведения играют важную роль в формировании и развитии личности [3, с. 8].

Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы, посвященной проблеме конструктивных стратегий межличностных отношений подростков, показывает, что данные стратегии представляют собой способы взаимодействия, направленные на взаимопонимание и эффективное сотрудничество между субъектами отношений. В рамках межличностных взаимодействий подростки стремятся как понять друг друга, так и быть понятыми, что требует диалогической ориентации и выбора соответствующих стратегий. Конструктивные стратегии межличностных отношений, как правило, включают принятие ситуации, признание партнера по взаимодействию, а также активные действия, направленные на достижение позитивных изменений и успеха.

1.2 Особенности межличностных отношений подростков

Индивид не рождается сразу целостной личностью, а формируется в ходе комплексного и продолжительного развития. Формирование личности осуществляется под воздействием конкретных социальных факторов и нормативов.

Для того чтобы развиться в гармоничную личность, необходимо активное участие в процессах, происходящих в окружении. Это включает взаимодействие с комплексом внешних факторов, окружающих человека. Принято выделять две основные среды: биологическую, связанную с физическими условиями и биосферой, и социальную, определяемую межличностными связями и ролями, которые индивид принимает на себя в обществе [46, с. 149].

Подростковый возраст представляет собой ключевой этап в жизни каждого человека, когда формируются основы будущей личности. Этот

период служит важным рубежом, где начинается социализация, знакомство с миром культуры и общественными нормами. Это время активного процесса индивидуализации, когда подросток осознает и утверждает свое уникальное «Я». В этот период происходит интенсивное накопление знаний, развитие умений и навыков, становление моральных принципов, а также открытие собственного внутреннего мира и освоение новой социальной роли, включая половую идентичность [14, с. 101].

В подростковом возрасте социальные нормы начинают играть ключевую роль в регуляции поведения поступков. Когда нормы становятся частью самосознания подростка, они занимают определенное место в его внутренней структуре и формируют нормативно-ценностную модель, которую можно назвать нормативным «Я». Суть этого понятия включает: осознание необходимости следовать установленным порядкам, правилам и образцам (Д. Болдуин); понимание подростком ожиданий значимых людей, с которыми он контактирует, и требований к собственным действиям и поступкам для получения одобрения и уважения (М. Рауса фон Врихт) [Цит. по: 55, с. 42].

Таким образом, нормативное «Я» в пространстве самосознания проявляется через множество разнообразных функций. Среди них можно выделить следующие:

- корректор – функция, помогающая вносить необходимые поправки в поведение и действия;
- регулятор – обеспечивающая упорядоченность и контроль в социальных взаимодействиях;
- проводник – направляющая индивида по пути социальных норм и ожиданий;
- ориентир на должное – указывающая на то, что считается правильным и необходимым в обществе;
- отражение ожиданий – представляющая собой соответствие между личными действиями и ожиданиями окружающих;

- представление ценностей – воплощающая основные социальные и личные ценности;
- предвосхищение – способствующая прогнозированию последствий действий и принятию решений на основе этого;
- чувство обязательности – формирующая осознание долга и ответственности перед собой и обществом.

Эти функции в совокупности формируют нормативное «Я», которое играет ключевую роль в самосознании и социальной адаптации личности.

Общение играет центральную и значимую роль в развитии индивидуальности юноши. Через интеракцию с окружением осуществляется социализация и формирование его как целостного индивида [66, с. 410].

Взаимосвязь между подростком и родителями в течение всего этапа взросления играет ключевую роль, влияя на развитие индивидуальности. Эти отношения воздействуют на мотивационную сферу подростка, его самооценку и отношение к другим людям. В процессе взросления характер этих взаимоотношений претерпевает изменения, особенно ярко проявляющиеся в подростковом возрасте. Подросток начинает стремиться к большей самостоятельности и автономности, что может вызывать определенные трения и пересмотр сложившихся семейных ролей и правил [15]. Основные изменения проходят по следующим направлениям:

1. Рост когнитивных функций и эмоциональных ресурсов в подростковом возрасте позволяет молодым людям активизировать их в критический анализ, вызывая сомнения и выражая сопротивление традиционным ценностям и верованиям взрослых. Эта тенденция может стать причиной конфликтных ситуаций, особенно выделяется в семьях, где преобладает авторитетный метод воспитания и устанавливаются жесткие ограничения.

2. В процессе социализации влияние сверстников на подростков возрастает, они часто становятся значимее родителей, выполняя функцию референтной группы.

3. Сдвиг в локусе социализационной активности с семьи на сверстников ведет к уменьшению эмоционального взаимодействия с родителями, которое подменяется общением с равными по возрасту. Такое изменение обстоятельств способствует развитию альтернативных форм поведенческих реакций у подростков, что зачастую становится истоком разногласий в семейной среде [19, с. 171].

Важнейшей чертой психологического роста подросткового возраста становится акцент на межличностные контакты, причем их важность сравнима с образовательной активностью и отношениями «педагог-ученик». Более того, именно межличностные связи начинают играть решающую роль в процессе обучения, оказывая влияние на его динамику и результаты [39; 41; 47; 49; 68].

Согласно теории Д.Б. Эльконина, ключевым видом деятельности подростков является «интимно-личностное общение», характеризующееся особенными для них отношениями. В ходе этого общения у подростка развивается важное психологическое новообразование – «чувство взрослости», которое представляет собой специфическую форму самосознания и осознания своей индивидуальности [Цит. по: 23, с. 104].

В процессе межличностного взаимодействия, благодаря развитию коммуникативных и интеллектуальных навыков, у подростков значительно увеличивается эффективность усвоения знаний, а также скорость и легкость освоения навыков, особенно в области речевой деятельности. Подростки стремятся осмыслить и наделить смыслом конкретные практические действия. В этом возрасте наблюдается яркая интеллектуализация познавательных процессов: они становятся более осознанными и опосредованными через речь [19, с. 103].

В данный временной отрезок он углубленно погружен в процесс саморефлексии, критически оценивая свои размышления, эмоциональное состояние и поступки, параллельно уделяя особое внимание на то, как его поведение воспринимается окружающими. Эта способность видеть себя глазами других способствует тому, что подросток может более четко определить свои достоинства и недостатки. Но такой внешний взгляд зачастую не полностью совпадает с его внутренним восприятием себя, что может породить противоречие между фактическим «Я» и воображаемым «идеальным Я» [58, с. 174].

Подростковый возраст является важным периодом в формировании основных личностных ценностей, которые оказывают влияние на учебную деятельность, социальный круг, взаимоотношения с окружающими, а также на самооценку и восприятие других людей. В этот период происходит активное переосмысление своих ценностных ориентиров. Создание идеализированных представлений, по мнению специалистов, является важным аспектом процесса взросления. На этом этапе открываются новые возможности для развития коммуникативных навыков, через взаимодействие с окружающими, которое не всегда связано с учебной деятельностью [28, с. 103].

У подростков можно выделить две основные формы взаимоотношений: «подросток-подросток» и «взрослый-подросток». Эти системы существенно различаются как по нормам, так и по содержанию, однако обе они играют значимую роль в процессе социализации [62, с. 41].

В системе «взрослый-подросток» подросток не может занимать равноправное положение со взрослым, поскольку в таких взаимодействиях приоритет отдается мнению взрослого. Взрослый воспринимается как носитель большего опыта и авторитета, что ограничивает подростка в выражении собственного мнения и лидерских качеств [5, с. 51].

Напротив, в отношениях «подросток-подросток» каждый имеет возможность стать лидером и высказать свое мнение, так как эти связи

строятся на принципах равенства. В таких взаимодействиях подростки могут свободно обмениваться идеями, совместно принимать решения и влиять друг на друга, что способствует развитию их коммуникативных навыков самосознания.

Таким образом, обе системы взаимоотношений важны для подростка: первая помогает усвоить нормы и ценности общества через признание авторитета взрослых. А вторая предоставляет платформу для самовыражения, лидерства и равноправного взаимодействия со сверстниками.

По мере углубления интереса подростков к общению со сверстниками, они начинают придавать этому взаимодействию большее значение по сравнению с диалогами с взрослыми, считая его более содержательным и эффективным. В этом общественном контексте они обретают поддержку и формируют прочные группы на основе схожих увлечений. Цель такого объединения варьируется и может охватывать широкий спектр деятельности: от прослушивания музыки и спортивных занятий до игры в видеоигры и вовлеченности в социальные сети [36, с. 1004].

В период adolescence происходит укрепление социальных связей вне семейного круга, что влечет за собой усиление стремления молодых людей к самореализации через знакомства и новые эмоциональные впечатления. Данный процесс является ключевым для развития автономии, освоения навыков социального взаимодействия в группах и критически важен для формирования уникальной личностной идентичности, дифференцирующей их от семейных ролей и ожиданий [67, с. 704].

В период adolescence связи внутри групп сверстников укрепляются, выражаясь в формировании строгих правил общения между членами. В системе «подросток-подросток» основным аспектом является равенство всех участников, что делает такие отношения более привлекательными по сравнению с общением со взрослыми. Этот принцип

равенства позволяет каждому подростку активно участвовать в жизни группы, влиять на принятие решений и чувствовать себя значимым и уважаемым. В таких взаимодействиях подростки могут свободно выражать свои мысли и чувства, обмениваться идеями и совместно решать возникающие проблемы, что способствует развитию их социальных и коммуникативных навыков. В таких группах схожесть интересов и общие проблемы позволяют подросткам открыто делиться своими переживаниями, не опасаясь осуждения или непонимания со стороны взрослых. Это создает атмосферу доверия и поддержки, способствуя развитию их коммуникативных навыков и социальной идентичности [30, с. 32].

В подростковом возрасте начинают зарождаться первые серьезные товарищеские отношения, которые основаны на взаимных интересах и симпатиях. Зарождение товарищеских отношений обуславливает взаимное притяжение людей, которое формирует группу подростков с общими целями, принципами и взглядами [65, с. 54].

Межличностные отношения подростков со временем становятся важной частью их жизни, занимая значительное место среди других видов деятельности. В этот период общение с ровесниками становится доминирующим аспектом их повседневного существования. Подростки активно вовлечены в взаимодействие со сверстниками, при этом часто не проявляют особого интереса к общению с взрослыми [70, с. 77].

Когда возникают трудности в общении, подростки испытывают сильный стресс и страдания. В таких ситуациях им зачастую сложно справиться без внешней поддержки, поскольку это может оказать травмирующее воздействие на их психику [65, с. 98].

Конфликты с взрослыми или обществом в целом также не редкость в подростковом возрасте. Для большинства подростков конфликты с друзьями или разногласия в группе становятся важными личными проблемами, которые они стремятся решить любыми средствами. В

поисках выхода из сложной ситуации они порой прибегают к необдуманным и рискованным действиям, которые могут привести к негативным последствиям и даже поставить их безопасность под угрозу. Часто в таких ситуациях подростки нарушают социальные нормы и правила, что отражает их эмоциональное напряжение и необходимость в поддержке со стороны окружающих [2, с. 169].

Товарищеские отношения играют ключевую роль в межличностных взаимодействиях подростков. Они основаны на таких ценностях, как верность, порядочность, уважение, честность и готовность поддержать в трудные моменты. Подростковый коллектив проявляет негативное отношение к таким качествам, как жадность, глупость, эгоизм, трусость и пренебрежение мнением других. Подобные черты характера могут привести к серьезным последствиям: сверстники могут прекратить общение, не допустить такого подростка в свою компанию или даже начать его травлю [63, с. 116].

Чаще всего подростки стараются избегать открытых конфликтов с группой, предпочитая соблюдать принятые правила и нормы для поддержания гармоничных отношений в коллективе [8, с. 612].

В группах подростков обычно возникают отношения лидерства, которые особенно важны для тех, кто не получает достаточно внимания от сверстников. Для таких подростков личное внимание со стороны лидера становится ценным. Они стремятся завоевать личную дружбу с лидером, которая для них всегда особенно значима. Кроме того, подростков привлекают близкие друзья, с которыми они могут быть равноправными партнерами или лидерами [22, с. 92].

Общие интересы играют важную роль в создании дружеских связей среди подростков. Если подросток теряет интерес к общению с текущим окружением, он начинает искать другую группу, которая лучше соответствует его увлечениям и жизненным целям. Желание общения и симпатия к сверстникам часто возникают благодаря интересу к их жизни,

что может способствовать появлению новых увлечений и познавательных интересов. Дружеские отношения становятся стимулом для общения, которому подростки посвящают значительное количество своего времени.

Когда одноклассники становятся близкими друзьями, они получают возможность обсуждать события, происходящие в школе и классе, делиться впечатлениями о своих увлечениях и занятиях. Часто в их беседах происходит обсуждение и оценка поведения как сверстников, так и взрослых. Кроме того, общение между молодыми людьми наполнено множеством секретов и тайн, что придает ему особую значимость [34, с. 221].

Статус подростка в классе определяется сложной сетью взаимоотношений. В исследованиях Я.Л. Коломинского первостепенное значение имеет влияние на сверстников, которое может проявляться через интеллектуальные достижения или физическую силу. Второе место занимают моральные качества, которые позволяют подростку успешно взаимодействовать с другими людьми. Затем следуют интеллектуальные способности, стремление к обучению и приобретенные трудовые умения. Внешняя привлекательность также играет свою роль, но лидерские качества находятся внизу этой иерархии [10].

По мнению Г.С. Абрамовой, в период подросткового возраста особую значимость приобретают такие качества, как способность к общению, оптимизм, искренность и готовность поддержать других в сложных моментах. Следующими по значимости являются воля и стремление к прогрессу. Интеллектуальные способности занимают лишь третье место, поскольку зачастую дети, успешно обучающиеся и проявляющие стремление к интеллектуальному развитию, сталкиваются с трудностями в установлении отношений со сверстниками [Цит. по: 9].

Исследования Е.В. Андреевко [1] предлагают другой подход к пониманию дружеских предпочтений, формирующих межличностное общение подростков. Она выделяет ряд важных качеств:

интеллектуальные, морально-волевые, лидерские, доброту и отзывчивость, а также внешние данные. Существует множество взглядов на то, что является основой взаимоотношений среди подростков. Однако для того, чтобы межличностное общение было продолжительным и продуктивным, подростки должны проявлять интерес друг к другу.

Итак, при изучении поведенческих особенностей в группе подростков обнаружено два вида межличностных отношений в образовательной сфере. Первая категория охватывает товарищеские связи, играющие ключевую роль в распространении знаний и развитии практических навыков. Вторая категория включает в себя дружеские отношения, ориентированные на оказание эмоциональной поддержки и помощь в личностных вопросах. В процессе взаимодействия подростки особо ценят взаимопонимание, честность и способность держать в секрете доверенную информацию. Зарождение общения часто начинается с восприятия внешней привлекательности, последующее углубление связей происходит через поиск общих увлечений и интересных тем для разговоров. Эти качества и интересы становятся основой для формирования устойчивых связей, где каждый подросток может чувствовать себя понятым и поддержанным, что особенно важно в этот период их жизни. Таким образом, ключевые аспекты межличностных взаимодействий среди подростков были рассмотрены.

1.3 Теоретическое обоснование модели формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования

Для того, чтобы правильно и эффективно формировать конструктивные стратегии межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования, нами была разработана модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений. Теоретическое обоснование модели опирается

на целеполагание и моделирование, где целеполагание выступает первым этапом моделирования.

Дерево целей представляет собой иерархически структурированную схему, где каждая цель располагается в зависимости от ее уровня значимости и подчиненности другим задачам. Цели низшего уровня служат для выполнения более глобальных целей, находящихся выше в иерархии. На вершине этой структуры находится генеральная цель, которая является основной и самой главной [22, с. 92].

Поскольку достижение главной цели зачастую требует решения сложных, многоуровневых задач, ее разбивают на более мелкие подцели, каждая из которых способствует выполнению генеральной цели. Этот процесс продолжается до тех пор, пока подцели не станут достаточно конкретными и выполнимыми, что позволяет реализовать план в строго установленные сроки и в соответствии с содержанием.

Метод «Дерево целей» основывается на теории графов и представляет собой как траекторные, определяющие направление движения к заданным стратегическим целям, так и точечные, определяющие достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к заданным целям по заданной траектории [22].

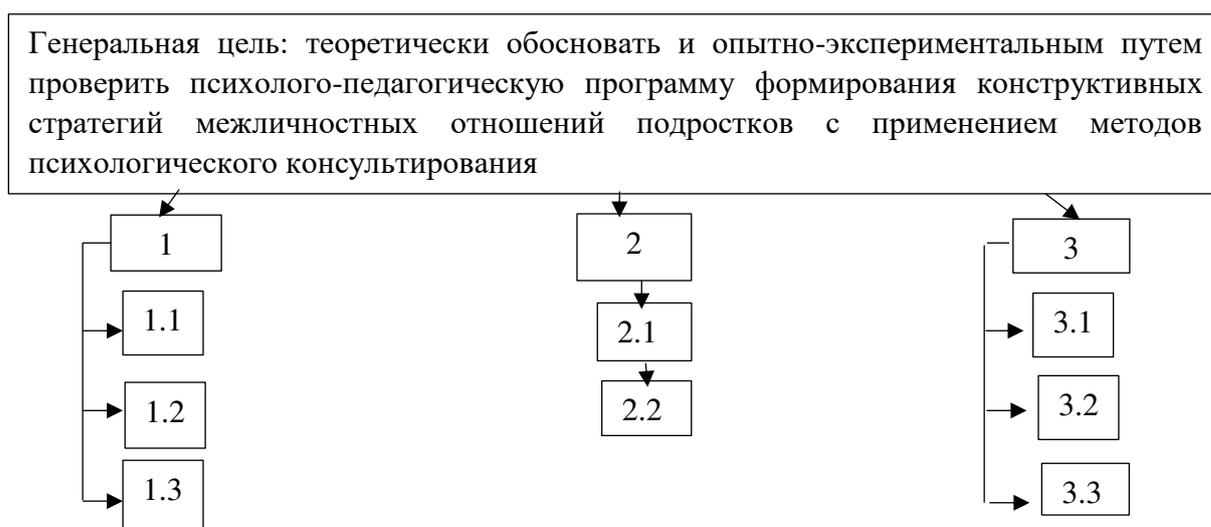


Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования

Генеральная цель: теоретически обосновать и опытно-экспериментальным путем проверить психолого-педагогическую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

1. Изучить теоретические основы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

1.1. Рассмотреть проблему конструктивных стратегий межличностных отношений подростков в психолого-педагогических исследованиях.

1.2. Исследовать возрастные особенности межличностных отношений подростков.

1.3. Сконструировать модель исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

2. Организовать исследование конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

3. Провести опытно-экспериментальное исследование конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

3.1. Разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования конструктивных стратегий межличностных отношений

подростков.

3.3. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Психолог может заниматься формированием конструктивных стратегий межличностных взаимодействий у подростков с использованием методов психологического консультирования, если разработана модель, направленная на развитие этих стратегий. Работа будет эффективна, когда проходит в процессе учебы, когда используются различные приемы и методы организации учебной деятельности, например, можно применять такой метод, как наблюдение [74, с. 95].

Психологическое моделирование предполагает разработку формальной модели, которая отображает психические или социально-психологические процессы. В научных трудах понятие «модель» трактуется по-разному. В данном случае модель рассматривается как система, которая воспроизводит или демонстрирует важные характеристики, представленные в виде умозрительных или материальных объектов. В психологии модель интерпретируется как естественно существующие или специально созданные явления, предназначенные для изучения социально-психологических процессов и феноменов.

Модель представляет собой упрощенное графическое изображение объекта или явления, отражающее его ключевые характеристики и свойства [7, с. 184].

Модель необходима для графического и аналитического конструирования рассматриваемого объекта или явления.

В.И. Долгова рассматривает модель (в широком смысле) как упрощенное мыслительное или знаковое отображение объекта или системы объектов, которое используется для замещения оригинала в процессе исследования, что позволяет получить новые знания о рассматриваемой проблеме. Также она подчеркивает важность системного подхода при моделировании, поскольку модель включает как описание

целей и их особенностей, так и взаимосвязи между ними, что помогает глубже понять исследуемое явление [25, с. 297].

Спроектированная нами модель формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования представлена на рисунке 2.

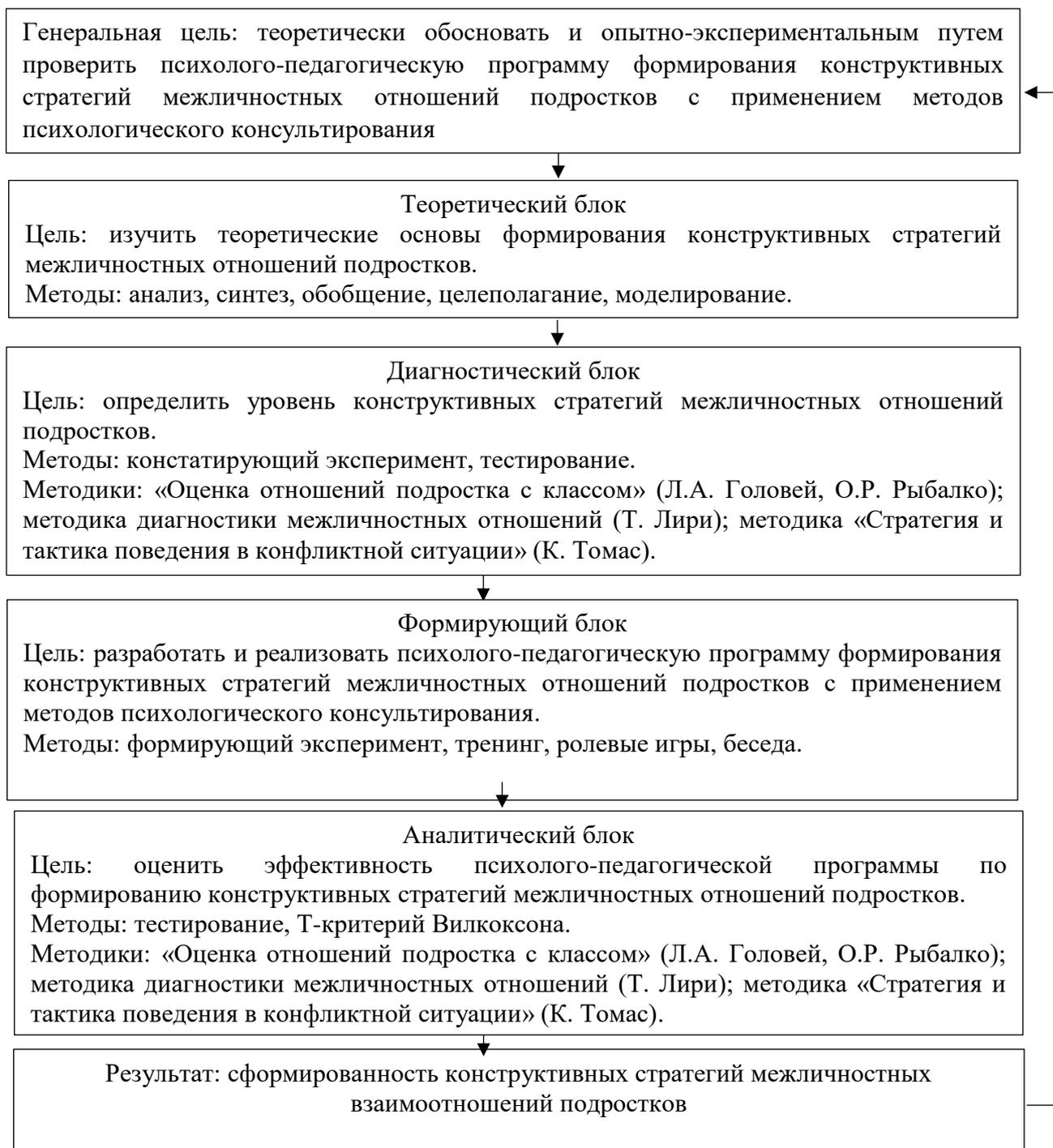


Рисунок 2 – Модель исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования

Рассмотрим структурные компоненты модели.

Теоретический блок.

Цель: изучить теоретические основы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений у подростков с применением методов психологического консультирования.

Методы: анализ, обобщение, синтез, целеполагание, моделирование.

Диагностический блок.

Цель: определить актуальный уровень сформированности конструктивных стратегий межличностных отношений подростков.

Методы: констатирующий эксперимент и тестирование.

Методики: «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко); Методика диагностики межличностных отношений (Т. Лири); Методика «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас).

Формирующий блок.

Цель: разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

Методы: формирующий эксперимент, тренинг, ролевые игры, беседа.

Аналитический блок.

Цель: оценить эффективность реализации психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

Методы: тестирование, Т-критерий Вилкоксона.

Методики: «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко); Методика диагностики межличностных отношений

(Т. Лири); Методика «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас).

Таким образом, модель исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования состоит из четырех основных структурных компонентов: теоретического, диагностического, формирующего и аналитического. Разработанная модель направлена на формирование конструктивных стратегий межличностных отношений подростков.

Выводы по главе 1

Анализировались концепции «межличностное взаимодействие» и «конструктивные стратегии поведения», представляющие собой субъективно ощущаемые связи между индивидами и способ, направленный на адаптацию к обстоятельствам. Эти идеи находят отражение в особенностях и способах влияния друг на друга, появляющихся в ходе совместной работы и общения. Предпринимаемые действия для достижения прогресса и положительной динамики в сложных ситуациях подразумевают серьезные затраты сил и энергии. Следовательно, рассматриваем стратегии интерперсональных отношений среди подростков как ключевую проблему в области психолого-педагогических исследований.

Ключевой чертой социальной структуры, формирующейся вокруг конструктивных подходов, служит активное вовлечение подростков в обсуждения, в ходе которых они стремятся к глубокому пониманию позиций противника, критическому анализу аргументов и поиску компромиссов. Такой подход обусловлен стремлением к адекватным взаимодействиям, объективному осмыслению и целеориентированности в решении обсуждаемой проблематики. Он учитывает фундаментальные

потребности подрастающего поколения, их индивидуальные особенности, мотивационные устремления и характерные модели поведения.

Исследование выявило, что молодые люди предпочитают взаимодействовать и совершать коллективные действия с теми сверстниками, которые способствуют их социальной интеграции и самоопределению. Эти выбранные сверстники играют ключевую роль в процессе подтверждения собственной значимости подростков, отличаясь значительным уровнем автономии. Кроме того, они выступают в качестве надежной поддержки на пути к развитию индивидуальной идентичности.

Несмотря на сложности и разнообразие межличностных отношений подростков, важно отметить, что именно эти отношения оказывают влияние на эмоциональное состояние подростка и помогают ему усвоить нормы социальных взаимодействий. В свою очередь, взаимодействие с ровесниками играет ключевую роль в дальнейшем становлении личности подростка.

В нашей работе был применен метод «Дерево целей», который сочетает в себе траектории, ведущие к стратегическим целям, а также точечные элементы, отражающие достижение тактических целей. Этот метод основывается на теории графов и позволяет отслеживать процесс достижения целей, а также оценивать степень приближения к ним по определенному пути. Далее мы разработали модель исследования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования, которая состоит из следующих структурных компонентов: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический. При помощи составленной модели мы сможем сформировать конструктивные стратегии межличностных отношений подростков.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ МЕТОДОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование проводилось в три этапа:

1. Поисково-подготовительный этап включал теоретическое изучение психолого-педагогических источников, постановку целей, создание модели исследования и подбор методик для проведения констатирующего эксперимента. В процессе анализа литературы были изучены особенности природы межличностных отношений и выявлены специфические черты взаимодействий у подростков младшего возраста. Методики были тщательно отобраны с учетом возраста участников и тематики исследования.

2. Опытно-экспериментальный состоял из проведения констатирующего эксперимента, анализа полученных результатов. В процессе эксперимента были применены 3 психодиагностические методики. Полученные данные были проанализированы, систематизированы в сводные таблицы и представлены в виде диаграмм для наглядности.

3. Контрольно-обобщающий этап включал анализ и систематизацию итогов исследования. В ходе этого этапа были подготовлены рекомендации для педагогов и родителей, направленные на развитие конструктивных стратегий межличностных отношений у подростков. Также осуществлялась формулировка окончательных выводов и проверка выдвинутой гипотезы.

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

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование.

3. Психодиагностические: тестирование по следующим методикам: «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко); методика диагностики межличностных отношений (Т. Лири); методика «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас).

4. Методы математической статистики – Т-критерий Вилкоксона. Охарактеризуем методы и методики исследования.

Метод анализа научной литературы предполагает разбиение целого на его составляющие, что может осуществляться как мысленно, так и на практике. Этот процесс происходит в ходе познания или практической деятельности человека и может касаться объектов, их характеристик или взаимосвязей между ними.

Синтез представляет собой метод, при котором разные элементы и аспекты объекта объединяются в единое целое. Этот процесс может происходить как в практической деятельности, так и в ходе познавательной работы.

Обобщение – это процесс мысленного перехода от изучения конкретных объектов (фактов, понятий, явлений) к более абстрактным уровням понимания, где выявляются общие черты, свойства и закономерности, характерные для всех изучаемых объектов. Этот процесс позволяет обобщить отдельные наблюдения и выделить универсальные связи и тенденции, которые можно применить ко всем рассматриваемым элементам [32, с. 13].

Моделирование можно описать как процесс построения последовательности идей и действий, который способствует успешному решению поставленных задач. По мнению Ю.З. Кушнера, моделирование определяется как «способ создания и исследования моделей,

предоставляющий возможность получить новые знания и целостное понимание изучаемого объекта» [Цит. по: 56, с. 535].

Целеполагание представляет собой начальный этап исследования, на котором определяется основная цель, а также устанавливаются второстепенные цели, формирующие «дерево целей», связанные с главной задачей системы. Ключевым элементом этого процесса является формирование цели как субъективного образа желаемого результата и его последующее воплощение в объективно достижимый итог деятельности. В процессе целеполагания происходит уточнение конкретных целей с учетом возможных отклонений, что позволяет гарантировать достижение запланированных результатов [21].

Эксперимент является одним из ключевых методов научного познания. Он предполагает активное вмешательство исследователя в исследуемую ситуацию с целью планомерного изменения одной или нескольких переменных и фиксации сопутствующих изменений в поведении объекта. В рамках данного исследования были проведены констатирующий и формирующий эксперименты.

Констатирующий эксперимент представляет собой метод исследования, целью которого является выявление характеристик психики, участвующих в развитии личности и не связанных с процессами обучения и воспитания [7].

Формирующий эксперимент – это метод, при котором исследователь активно влияет на испытуемого с целью изучения изменений в его психике или поведении. Этот подход позволяет наблюдать и анализировать, какие трансформации происходят в психической сфере испытуемого в результате оказываемого воздействия.

Тестирование представляет собой метод психологической диагностики, который основывается на применении стандартизированных заданий и вопросов, имеющих определенную систему оценивания. Этот метод используется для объективного измерения индивидуальных

различий между людьми. В данном исследовании тестирование проводилось с применением различных методик.

Охарактеризуем используемые методики исследования.

Математическая статистика – это раздел науки, который занимается разработкой и применением математических методов для обработки и анализа статистической информации с целью извлечения значимых научных или практических выводов. Важную роль в этой дисциплине играет теория вероятностей, которая помогает оценить точность и надежность статистических выводов, особенно в условиях ограниченного объема данных.

Для исследования были использованы методики, которые полностью соответствуют указанным критериям:

Для подросткового возраста социальное здоровье играет важную роль и зависит от индивидуальных установок, межличностных отношений, микрогруппы и самовосприятия. В свою очередь, восприятие группы влияет на качество межличностных контактов. Метод «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) исследует три вида восприятия группы, где функциональность группы в личной активности устанавливает восприятие.

В ходе исследования применялось анкетирование, включавшее в себя 14 вопросников, предусматривающих три альтернативных ответа, размещенных не по порядку. Каждая опция коррелировала с конкретным аспектом перцепции группы субъектом. Анкета была разработана с учетом особенностей учебных групп, обучающихся иностранным языкам в интенсивном формате. Тем не менее, ее можно адаптировать для применения в других группах с необходимыми корректировками. Испытуемые должны выбрать вариант, который, по их мнению, наиболее точно отражает их восприятие ситуации, руководствуясь предоставленными инструкциями.

Методика, разработанная в 1954 году Т. Лири, Г. Лефоржем и Р. Сазеком, используется для исследования восприятия индивидом самого себя и его идеализированного образа, а также для анализа взаимодействий внутри малых групп. Анкета включает в себя 128 оценочных позиций, которые сгруппированы в восемь категорий отношений. В каждой категории насчитывается по 16 элементов, организованных согласно увеличению интенсивности. Вопросы, нацеленные на идентификацию специфического типа отношений, не идут последовательно, а разбиваются на блоки по четыре и встречаются вновь после одинакового количества других утверждений. В ходе анализа результатов методики подсчитывается количество проявлений каждого типа отношений [Цит. по: 71].

Методика «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации». Для описания типов поведения людей в конфликтных ситуациях К. Томас считает применимой двухмерную модель регулирования конфликтов, основополагающими измерениями в которой являются кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в конфликт, и напористость, для которой характерен акцент на защите собственных интересов. Соответственно этим двум основным измерениям К. Томас выделяет следующие способы регулирования конфликтов:

1. Соперничество (соревнование, конкуренция) как стремление добиться своих интересов в ущерб другому.
2. Приспособление, означающее в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого.
3. Компромисс.
4. Избегание, для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей.

5. Сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Данный подход включает в себя 30 пар утверждений, среди которых требуется отобрать наиболее характерные для описания моделей поведения.

Для проверки гипотезы исследования и сравнения результатов психодиагностики нами был применен метод математической статистики Т-критерий Вилкоксона. Данный метод применяется для сравнения результатов на одной и той же группе выборки. С его помощью можно выявить наличие изменений в психологических особенностях, а также он дает возможность оценить их масштаб и значимость, способствуя определению, в какой степени одно изменение результатов является более значимым по сравнению с другим.

Таким образом, в работе был использован комплекс методов: теоретические: анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, моделирование, целеполагание; эмпирические: эксперимент (констатирующий), тестирование по методикам: «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко); методика диагностики межличностных отношений (Т. Лири); методика «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас). Метод математической статистики – Т-критерий Вилкоксона.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Исследование конструктивных стратегий межличностных отношений у подростков было проведено в Муниципальном автономном общеобразовательном учреждении «Многопрофильный лицей № 148» города Челябинска среди учащихся восьмых классов, в количестве 25 человек. В свободное время они активно занимаются спортивными секциями и участвуют в творческих коллективах. Большинство участников

исследования воспитываются в полных семьях. По словам классного руководителя, в классе царит дружеская атмосфера, однако присутствуют как лидеры, так и менее популярные среди сверстников дети, а также образуются различные микрогруппы.

Все учащиеся развиваются в соответствии с возрастными физиологическими и психологическими особенностями. Общая успеваемость оценивается классным руководителем и учителями-предметниками как высокая. Каждый ученик осваивает учебную программу в соответствии с учебным планом.

В классе можно выделить несколько ярко выраженных лидеров, среди которых один является формальным, а остальные – неформальные. Отверженных учеников нет, но есть учащиеся, которые иногда проявляют склонность к изоляции или вызывают у одноклассников неоднозначные реакции.

Например, во время перемены некоторые учащиеся не участвуют в общем взаимодействии с коллективом, а на уроках, проявляя различную активность, могут сталкиваться с негативной реакцией одноклассников.

Коммуникация между учащимися разных полов развита достаточно хорошо, однако внутри однополых групп, будь то мальчики или девочки, взаимодействие дается сложнее – наблюдается разделение на небольшие группы. В общении с учителями школьники демонстрируют уважение: не прерывают уроки, поднимают руку при возникновении вопросов, и в целом сосредоточены на восприятии учебного материала. Отношения с классным руководителем остаются на хорошем уровне.

В классе преобладает дружелюбная атмосфера, хотя не все учащиеся находятся в тесной коммуникации друг с другом. Однако за время наблюдений открытых конфликтов не выявлено, и случаев игнорирования мнений или потребностей одноклассников не зафиксировано. Класс отличается ответственностью, всегда выполняет требования и рекомендации, предъявляемые образовательным учреждением, учителями

и персоналом. В коллективе поддерживается комфортная и позитивная обстановка. В основном школьники проявляют доброту, отзывчивость, активность и исполнительность.

Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) представлены на рисунке 3 и в ПРИЛОЖЕНИИ 2 таблица 2.1.

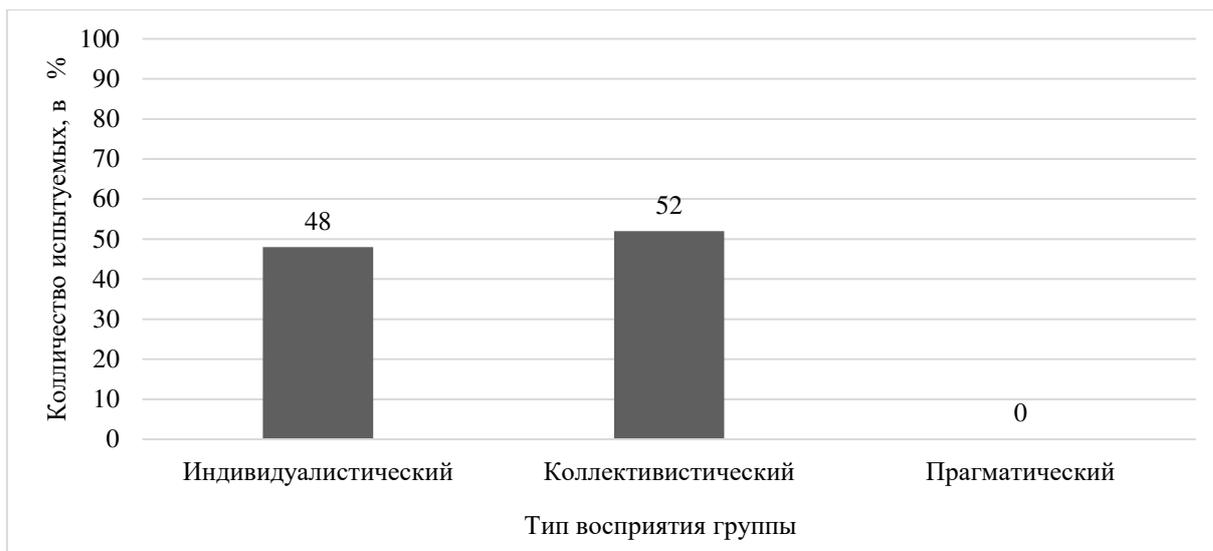


Рисунок 3 – Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко)

По результатам диагностики мы видим, что 48 % (12 человек) обладают индивидуалистическим типом восприятия. Индивидуалистический тип восприятия обусловлен тем, что учащиеся рассматривают своих одноклассников с позиции собственных интересов и целей. Для них коллектив не имеет самостоятельной ценности и воспринимается скорее, как инструмент для достижения личных задач. Это может проявляться в следующих моментах: уклонение от совместной работы – такие ученики избегают участия в групповых проектах или взаимодействии в рамках совместной деятельности, предпочитая работать в одиночку, они видят в коллективе лишь необходимость, с которой сталкиваются в школе, но не воспринимают его как значимую социальную единицу; предпочтение индивидуальной работы – они склонны выбирать

задания или проекты, которые можно выполнить самостоятельно, что отражает их стремление к автономности, они могут считать, что их успех зависит только от их собственных усилий и не ищут поддержки в коллективе; ограничение контактов – эти учащиеся имеют тенденцию поддерживать минимальные взаимодействия с одноклассниками, ограничиваясь только необходимыми контактами, они не стремятся строить доверительные или глубокие отношения в группе и могут быть нейтрально или даже негативно настроены по отношению к коллективу; потенциальные деструктивные стратегии – индивидуалисты могут не осознавать, что их поведение и отношение к группе могут вносить напряженность в коллектив, это может привести к появлению деструктивных стратегий в построении отношений, где отсутствие участия в коллективных процессах создает барьер для гармоничного взаимодействия.

Также в группе испытуемых был выявлен коллективистический тип, преобладающий у 52 % (13 человек). Подростки с коллективистическим типом восприятия рассматривают группу как самостоятельную ценность и проявляют сильную вовлеченность в ее жизнь. Они склонны видеть не только свои личные интересы, но и интересы всего коллектива. Это выражается в нескольких важных аспектах: ценность группы как единого целого – коллективисты воспринимают группу как важную часть своей социальной жизни, для них достижения группы столь же важны, как и личные успехи, они видят свою роль в группе как значимую и стараются поддерживать коллективную гармонию. Для них важно, чтобы успехи группы отражались на каждом ее участнике; потребность в коллективной работе – коллективисты предпочитают участвовать в групповых формах работы, будь то учебные проекты или внеурочные мероприятия, они получают удовольствие от совместной деятельности и считают, что работа в команде способствует лучшему результату; социальная ответственность – такие подростки часто чувствуют себя ответственными за атмосферу в

группе и готовы приложить усилия, чтобы создать комфортные условия для всех, они стремятся к гармоничному взаимодействию и избегают конфликтов.

Таким образом, в группе наблюдается баланс между индивидуалистами и коллективистами, что создает сложную динамику в отношениях. Индивидуалисты могут тормозить развитие коллективных форм деятельности и взаимодействий, тогда как коллективисты стараются укрепить единство группы. Такое соотношение типов восприятия может создавать предпосылки для возникновения внутренних напряжений, особенно в ситуациях, где требуется коллективное участие.

Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири) представлены на рисунке 4 и в ПРИЛОЖЕНИИ 2 таблица 2.2.

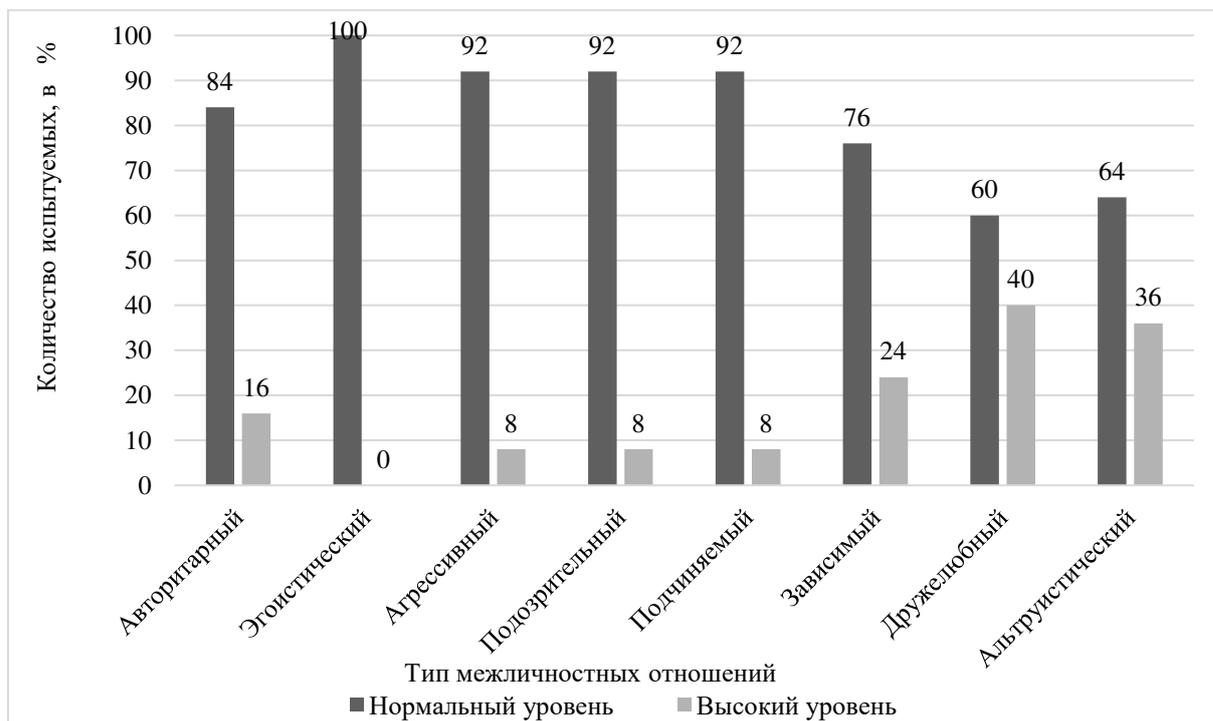


Рисунок 4 – Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири)

Из рисунка 4 мы видим, что авторитарный тип межличностных отношений у большинства испытуемых – 84 % (21 человек) – находится на нормальном уровне, а у 16 % (4 человека) на высоком. Это говорит о том,

что большинство подростков не проявляют чрезмерного давления на окружающих, подростки с высоким уровнем склонны к сильному контролю над другими людьми, возможно, подавлению или доминированию в отношениях. У всех подростков – 100 % (25 человек) эгоистический тип находится в пределах нормальных показателей, это означает, что все испытуемые характеризуются адекватным уровнем заботы о собственных интересах и потребностях. Агрессивный, подозрительный и подчиняемый типы межличностных отношений испытуемых на нормальном уровне выявлены у 92 % (23 человека), а у 8 % (2 человека) выявлен высокий уровень, это свидетельствует о том, что большинство подростков не склонны к чрезмерной агрессии, подозрительности или подчинению, что говорит о сбалансированности их межличностных отношений, соответственно, подростки с высоким уровнем склонны к конфликтам, недоверию, а также к чрезмерной податливости в отношениях с другими людьми. Зависимый тип в пределах нормы среди испытуемых выявлен у 76 % (19 человек), высокий уровень выявлен у 24 % (6 человек). Это говорит о том, что большая часть испытуемых не характеризуются чрезмерной привязанностью к окружающим, подростки с высоким уровнем имеют потребность в одобрении, поддержке и помощи со стороны окружающих. Дружелюбный тип межличностных отношений на нормальном уровне выявлен у 60 % (15 человек), у 40 % (10 человек) этот тип выявлен на высоком уровне, это говорит о том, что большая часть испытуемых открыта и склонна к сотрудничеству с другими людьми, в то время как испытуемые с высоким уровнем характеризуются сильным стремлением к поддержанию дружеских отношений, возможно, даже чрезмерной склонностью к уступчивости. Альтруистический тип в пределах нормы выявлен у 64 % (16 человек), высоким уровнем данный тип представлен у 36 % (9 человек), нормальный уровень говорит о склонности подростков заботиться о себе и о других, проявляя сочувствие и желание помогать в

разумных пределах, а подростки с высоким уровнем склонны к самопожертвованию и постоянному стремлению помогать другим даже в ущерб собственным интересам.

Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас) представлены на рисунке 5 и в ПРИЛОЖЕНИИ 2 таблица 2.3.

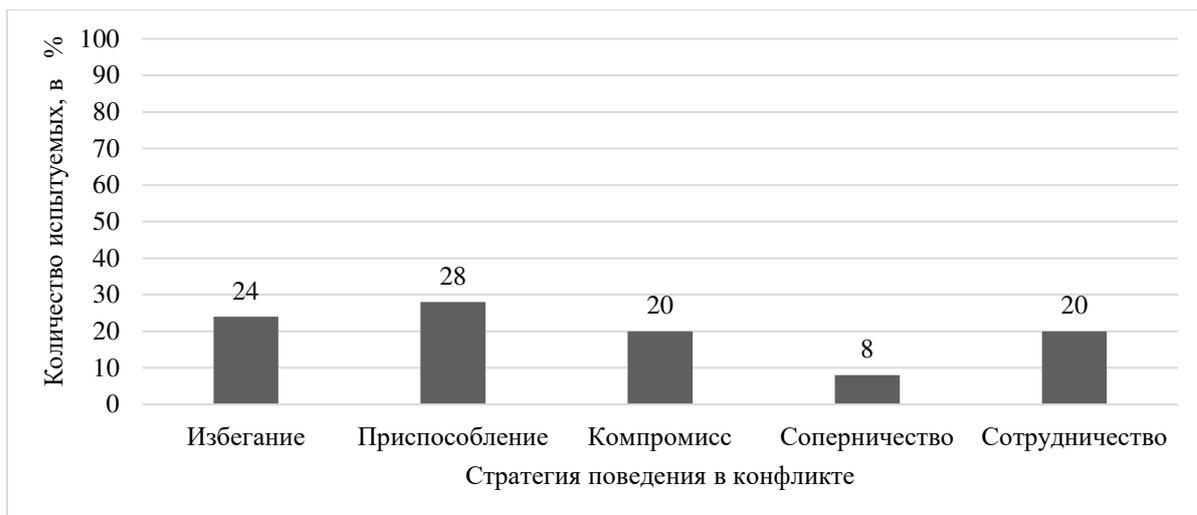


Рисунок 5 – Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас)

Из данных рисунка 5 мы видим, что преобладающей стратегией поведения в конфликте среди участников исследования является приспособление – выявлен у 28 % (7 человек) испытуемых. Приспособление – это стратегия, при которой участники конфликта готовы уступить или отойти от своих позиций ради сохранения мира и гармонии в группе. Применение этой стратегии указывает на то, что значительная часть учащихся склонна жертвовать своими интересами ради избегания дальнейшего обострения в конфликте. Однако эта стратегия может быть непродуктивной в долгосрочной перспективе.

Чаще всего к стратегии избегания прибегают 24 % (6 человек) испытуемых. Избегание как стратегия подразумевает уклонение от решения конфликта и от самих конфликтных ситуаций. Подростки с этой

стратегией характеризуются отсутствием стремления к открытой дискуссии или разрешению проблем, предпочитая не сталкиваться с конфликтом напрямую.

Наиболее подходящей стратегией поведения в конфликтной ситуации для 20 % испытуемых (5 человек) являются компромисс и сотрудничество. Компромиссная стратегия подразумевает, что обе стороны конфликта согласны отступить от части своих требований, чтобы достичь промежуточного решения. Этот подход может оказаться эффективным в краткосрочной перспективе, однако он имеет свои ограничения. С другой стороны, сотрудничество представляет собой наиболее конструктивный подход, при котором все участники стремятся найти такое решение, которое устроит каждого из них. Учащиеся, придерживающиеся этой стратегии, проявляют готовность к открытому диалогу, поиску взаимопонимания и нахождению решений.

Наименьшая часть испытуемых 8 % (2 человек) придерживается в конфликте стратегии соперничества. Соперничество – это стратегия, при которой одна из сторон стремится победить в конфликте за счет других, не учитывая их интересов. Учащиеся, придерживающиеся этой стратегии, проявляют напористость и стремятся любой ценой добиться своего.

Проанализировав полученные результаты, мы пришли к выводу, что в группе испытуемых преобладают непродуктивные стратегии решения конфликтов, такие как приспособление и избегание. Это говорит о том, что учащиеся не всегда способны эффективно справляться с конфликтами, предпочитая либо отказываться от своей точки зрения, либо избегать конфронтации вовсе. В результате это может создавать напряженную атмосферу в коллективе, где конфликты либо остаются нерешенными, либо решаются поверхностно, не затрагивая причин, лежащих в их основе.

Таким образом, результаты нашего исследования межличностных отношений среди подростков подтверждают необходимость предоставления психолого-педагогической поддержки участникам в

процессе формирования конструктивных стратегий взаимодействия в их межличностных отношениях.

Выводы по 2 главе

Анализ стратегий взаимодействия среди подростков был реализован через три ключевых фазы: начальную подготовку, активные испытания и завершающую оценку результатов. Исследование охватывало широкий спектр методологий, начиная с теоретического обзора путем анализа, синтеза и выделения основного из научных работ по данной тематике, до разработки моделей и определения исследовательских целей. Помимо этого, вводились эмпирические инструменты, в числе которых был констатирующий и формирующий эксперименты. Для проведения психодиагностики использовались стандартизированные методики, направленные на оценку взаимоотношений между подростками и их стратегии поведения в конфликтных ситуациях, в частности, такие как анализ взаимодействия ученика с коллективом класса по Головей и Рыбалко, методика оценки межличностных связей по Т. Лири и исследование стратегий поведения в конфликтах по К. Томасу.

В ходе проведения экспериментального исследования нами были получены определенные данные. Применяв тестовый инструментарий, разработанный Л.А. Головей и О.Р. Рыбалко, под названием «Оценка взаимоотношений подростка в коллективе», мы выявили, что в выборке испытуемых 48 % (12 человек) проявляют характерные черты индивидуализма, в то время как 52 % (13 человек) демонстрируют преимущественно коллективистские установки.

Согласно методике Т. Лири для оценки межличностных отношений, результаты показали, что авторитарные характеристики в межличностных отношениях адекватные у 84 % участников исследования, что составляет 21 человек, в то время как у 16 % (4 человека) они имеют повышенные показатели. У всех участников исследования – 100 % или 25 человек –

эгоистические черты находятся в нормальном диапазоне. Касаясь агрессивных, подозрительных и подчиненных типов, они находятся на стандартном уровне у 92 % (23 участников), а вот у 2 человек или 8 % наблюдается высокий уровень. Что касается зависимого типа межличностных отношений, то они соответствуют норме у 76 % испытуемых (19 человек), тогда как у 24 % (6 человек) отмечается повышение. Приветливые черты выявлены на нормальном уровне у 60 % участников (15 человек), в то время как у 40 % (10 человек) превышены нормальные показатели. Альтруистические свойства находятся в допустимых рамках у 64 % участников (16 человек), при этом у 36 % (9 человек) они проявлены в высокой степени.

Исходя из анализа, проведенного в рамках методологии «Стратегия и тактика поведения в конфликте» К. Томаса, выявлено, что стратегия адаптации стала основным выбором для разрешения конфликтов у 28 % участников исследования, что в количественном выражении составляет 7 человек. Следующей по популярности является тактика избегания, предпочтенная 24 % опрошенных, что равнозначно 6 участникам. Стратегии поиска компромисса и сотрудничества оказались наиболее актуальны для 20 % респондентов (по 5 человек) каждая, демонстрируя стремление к взаимовыгодному решению конфликтов. Между тем, стратегия конкуренции привлекла минимальное внимание участников – всего 8 % (2 человека) отдали ей предпочтение в урегулировании конфликтных вопросов.

Исходя из анализа данных, очевидна потребность в разработке и апробации психолого-педагогического курса, целью которого является стимулирование построения положительных взаимоотношений среди подростков через применение техник психологического консультирования.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ МЕТОДОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

3.1 Психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования

Цель психолого-педагогической программы: формирование конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования.

Задачи:

1. Создать условия для благоприятного психологического климата.
2. Сформировать у подростков конструктивные стратегии поведения в конфликтных ситуациях.
3. Развивать коммуникативные навыки подростков.
4. Способствовать развитию эмпатии.

При реализации психолого-педагогической программы используются следующие методы: тренинг, ролевые игры, беседа.

Основная форма работы – тренинг, представляющий собой активное обучение и психологическое воздействие, осуществляемое в ходе интенсивного группового взаимодействия, и направленный на повышение коммуникативной компетентности. Этот процесс включает в себя принцип активности обучающегося, который дополняется принципом рефлексии о собственном поведении и поведении других участников группы.

Формирующая деятельность осуществляется в рамках групповых занятий, а также через индивидуальные психологические консультации.

Программа рассчитана на подростков в возрасте 14-16 лет, состоит из 8 занятий, продолжительность 1 занятия – 45 минут (1 академический час). Общий объем программы – 8 часов. Программу рекомендуется проводить 1 раз в неделю.

Разработанная нами программа основывается на нескольких ключевых принципах:

1. Принцип добровольности.
2. Принцип «я-высказываний» – участники выражают свои мысли от первого лица.
3. Принцип уважения к мнению других – не следует перебивать собеседника.
4. Принцип толерантности – участники должны проявлять уважение к каждому члену группы.
5. Принцип создания комфортной атмосферы – каждый участник должен ощущать безопасность во время занятий.
6. Принцип конфиденциальности – информация, обсуждаемая в группе, остается между участниками.

Программа занятий строится на основе четко организованной структуры, которая включает в себя ряд взаимосвязанных компонентов:

1. Приветственный ритуал. Эта процедура способствует установлению связи между участниками, формируя обстановку взаимного доверия и акцептации в коллективе.
2. Ключевая часть тренировки охватывает набор упражнений и методик, целящихся в реализацию задач программы.
3. Анализ обучающей сессии. В рамках данного этапа участники производят оценку прошедшей сессии с точки зрения двух аспектов: эмоционального отклика (вызвало ли удовольствие или нет) и содержательной значимости (ключевые моменты для каждого, полученные знания, особенно запомнившиеся моменты).

4. Ритуал прощания. Завершающий элемент, который помогает подвести итоги и закрепить усвоенный материал.

Занятие № 1.

Цель: создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия.

Ритуал приветствия.

Цель: создание положительного настроения на занятие.

Упражнение «Объявление обо мне».

Цель: развитие умения презентовать себя.

Содержание: Участникам предлагается дать объявление о себе в газету. Объявления должны быть короткими, но нести максимум информации об авторе. Затем объявления зачитываются и проводится обсуждение, что является основным: желание помочь кому-то, получить что-то или заявить о своих способностях.

Упражнение «Наша группа».

Цель: улучшение навыков общения.

На доске крепится большой лист ватмана, в то время как каждому участнику вручается маркер, при этом цвета маркеров у всех разные.

Задача: без использования слов и не передавая друг другу маркеры, коллективно создать изображение вашей учебной группы. После завершения обсудить и разобрать получившийся рисунок.

Размышление: Ваше восприятие изображения на плакате – оно вызывает положительные эмоции или нет? Какие уникальные качества или аспекты вашего учебного коллектива находят отклик в этом художественном произведении? Какие элементы или детали на данном полотне вы бы предпочли изменить или доработать?

Упражнение «... зато ты».

Задача задания: формирование позитивного психологического климата в коллективе.

Каждый игрок высказывает черту характера, вызывающую его недовольство в личностной сфере. Следующий по кругу стартует с «зато ты...» и выделяет положительное свойство, которое он ценит в данном индивиде.

Занятие № 2.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Раскрою тайну».

Цель: сплочение коллектива и мотивировать к деятельности.

Упражнение «Сядьте так, как ...».

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Упражнение «Зона комфорта».

Цель: создание условий для выбора эффективных стратегий взаимодействия.

Упражнение «Доверие».

Цель: установление доверительных отношений в группе.

Ритуал прощания.

Занятие № 3.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Веселый счет».

Цель: снятие внутреннего напряжения участников, сплочение группы путем совместного и одновременного выполнения упражнения.

Упражнение «Построим дом».

Цель: осознание своей роли в группе, стиля поведения.

Упражнение «Волшебные руки».

Цель: эмоционально-психологическое сближение участников.

Ритуал прощания.

Занятие № 4.

Ритуал приветствия.

Постановка «Какими мы будем через 10 лет».

Цель: выявление уровня осознания участниками своих личностных особенностей и возможного влияния их на развитие личности и на жизненный путь в целом.

Упражнение «Спасибо тебе за...».

Цель: развитие эмпатии.

Ритуал прощания.

Занятие № 5.

Ритуал приветствия.

Цель: создание положительного настроения на занятие у участников группы.

Упражнение «Диспут».

Цель: закрепление навыков активного слушания.

Упражнение «Спор при свидетеле».

Цель: закрепление навыков активного слушания.

Ритуал прощания.

Занятие № 6.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Испорченный телефон».

Цель: сплочение группы.

Упражнение «Переводчик».

Цель: улучшение межличностного взаимодействия, развитие эмпатии, умения слушать и понимать точку зрения других.

Упражнение «Интересные вопросы».

Цель: улучшение взаимопонимания, укрепление групповой сплоченности и развитие конструктивных стратегий общения.

Ритуал прощания.

Занятие № 7.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Претензия-ответ-мир»

Цель: сформировать навыки конструктивного реагирования на критику и претензии, а также развивать умение находить компромиссные решения в конфликтных ситуациях.

Просмотр видеоролика из фильма Р. Быкова «Чучело».

Цель: создание условий для обсуждения тем буллинга, социальной изоляции и необходимости эмпатии через анализ персонажей и их взаимодействий.

Упражнение «Портрет героя фильма»

Цель: развитие эмпатии, навыков коммуникации и саморефлексии участников.

Упражнение «Правила общения в классе»

Цель: способствовать снижению уровня проблем в межличностных отношениях учащихся и развитию навыков эффективного общения.

Ритуал прощания.

Занятие № 8.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Передача чувства по кругу».

Цель: развитие навыков невербальной коммуникации и эмпатии.

Упражнение «Скажи по-разному».

Цель: развитие эмпатии.

Упражнение «Тренируем эмоции».

Цель: развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим.

Ритуал прощания.

Таким образом, психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования направлена на формирование у учащихся умения слушать собеседника, аргументированно высказывать собственную точку зрения, искать совместные пути выхода из конфликтной ситуации, т.е. умения

сотрудничать с оппонентом. Программа рассчитана на 8 встреч, занятия проводятся в групповой форме. После реализации программы была проведена повторная диагностика с помощью того же комплекта методик для оценки эффективности программы.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После реализации психолого-педагогической программы была проведена повторная диагностика с применением тех же методик.

Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) представлены на рисунке 6 и в ПРИЛОЖЕНИИ 4 таблица 4.1.

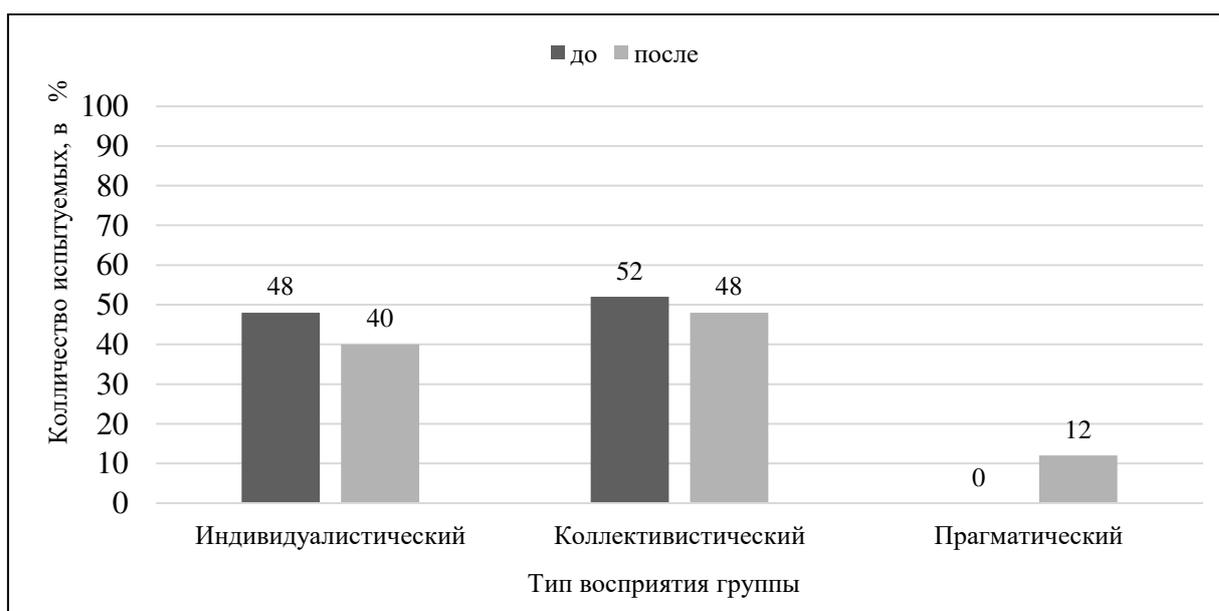


Рисунок 6 – Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) до и после реализации психолого-педагогической программы

По результатам повторной диагностики можно сделать вывод, что количество подростков с индивидуалистическим типом восприятия группы снизилось с 48 % до 40 % (с 12 до 10 человек). Количество испытуемых с коллективистическим типом снизилось с 52 % до 48 % (с 13 до 12 человек). Количество подростков с прагматическим типом возросло с 0 %

до 12 % (с 0 до 3 человек). Опираясь на полученные результаты, мы видим, что испытуемые стали лучше понимать и адаптироваться к различным типам взаимодействия в группе, а также научились более гибко взаимодействовать друг с другом, при этом учитывая как свои собственные интересы, так и интересы других.

Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири) представлены на рисунке 7 и в ПРИЛОЖЕНИИ 4 таблица 4.2.

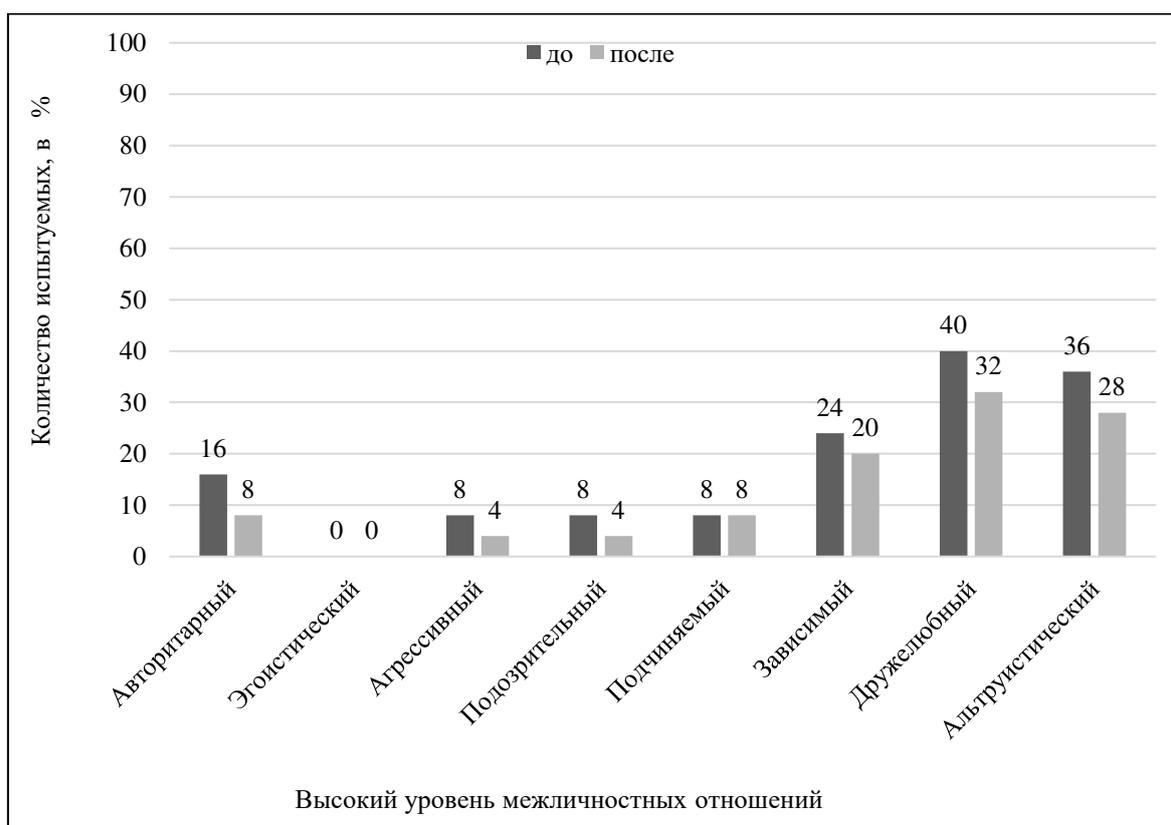


Рисунок 7 – Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири) до и после реализации психолого-педагогической программы

Проведя анализ повторной диагностики, мы пришли к выводу, что количество подростков с высоким уровнем авторитарного типа межличностных отношений снизилось с 16 % до 8 % (с 4 до 2 человек). Испытуемых с высоким уровнем эгоистического типа также не выявлено, как и до реализации программы. Количество подростков с высоким уровнем агрессивного и подозрительного типа межличностных отношений

снизилось с 8 % до 4 % (с 2 до 1 человека). Количество испытуемых с высоким уровнем подчиняемого типа не изменилось. Количество испытуемых с зависимым типом межличностных отношений снизилось с 24 % до 20 % (с 6 до 5 человек). Подростков с высоким типом дружелюбного типа стало меньше с 40 % до 32 % (с 10 до 8 человек). Количество испытуемых с альтруистическим типом межличностных отношений снизилось с 36 % до 28 % (с 9 до 7 человек). Результаты повторной диагностики показали, что подростки значительно улучшили свои навыки взаимодействия с окружающими, развив эмпатию и способность к сотрудничеству, что, в свою очередь, способствует укреплению здоровых и конструктивных межличностных отношений.

Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас) представлены на рисунке 8 и в ПРИЛОЖЕНИИ 4 таблица 4.3.

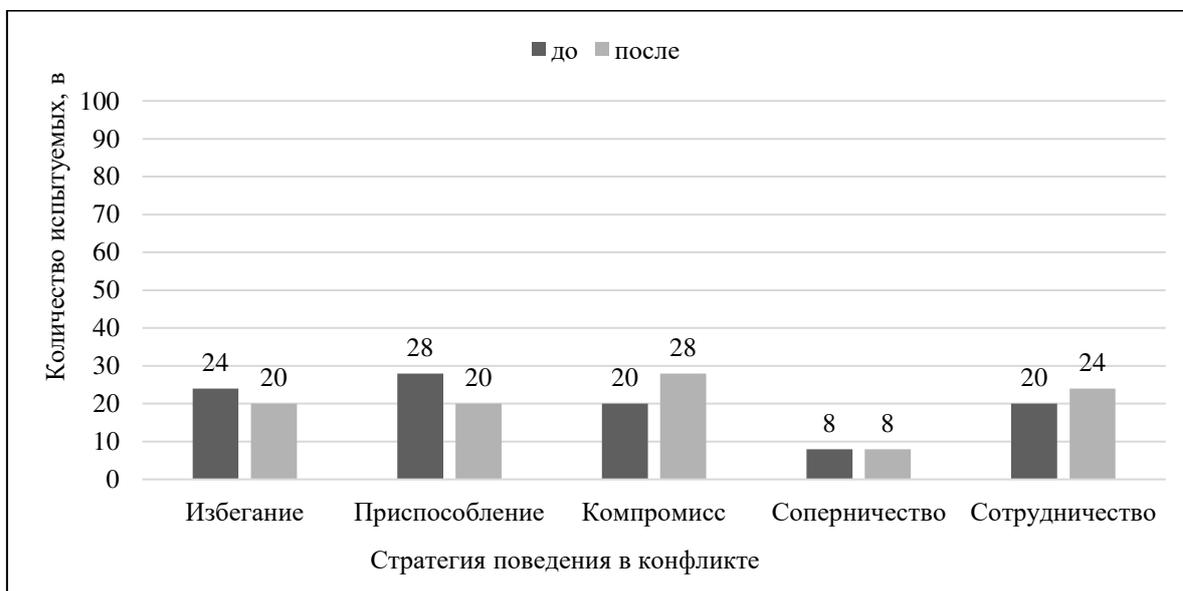


Рисунок 8 – Результаты исследования стратегий межличностных отношений подростков по методике «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас) до и после реализации психолого-педагогической программы

Опираясь на данные, полученные в результате проведения повторной диагностики, мы пришли к следующим выводам, что количество

подростков со стратегией поведения в конфликте избегание снизилось с 24 % (6 человек) до 20 % (5 человек). Количество испытуемых со стратегией приспособление снизилось с 28 % (7 человек) до 20 % (5 человек). Возросло количество испытуемых со стратегией компромисс с 20 % (5 человек) до 28 % (7 человек). Количество подростков со стратегией соперничество не изменилось – 8 % (2 человека). Количество подростков со стратегией сотрудничество возросло с 20 % (5 человек) до 24 % (6 человек). Эти данные говорят о том, что испытуемые научились лучше понимать и применять различные стратегии поведения в конфликтных ситуациях, ориентируясь на конструктивное взаимодействие и поиск компромиссных решений.

Таким образом, результаты опытно-экспериментального исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений у подростков подтверждают, что внедрение психолого-педагогической программы с использованием методов психологического консультирования дало положительные результаты в развитии этих стратегий.

Для оценки эффективности психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования, был проведен расчет Т-критерия Вилкоксона для методики «Оценка отношений подростка с классом» (авторы: Л.А. Головей и О.Р. Рыбалко), которая ориентирована на индивидуалистический тип восприятия группы. Сформулированы 2 гипотезы.

H₀: Интенсивность сдвигов в направлении снижения у подростков уровня индивидуалистического типа восприятия группы не превосходит интенсивность сдвигов в направлении повышения у подростков уровня индивидуалистического типа восприятия группы.

H₁: Интенсивность сдвигов в направлении снижения у подростков уровня индивидуалистического типа восприятия группы превышает

интенсивность сдвигов в направлении повышения у подростков уровня индивидуалистического типа восприятия группы. Результаты расчетов представлены на рисунке 9.

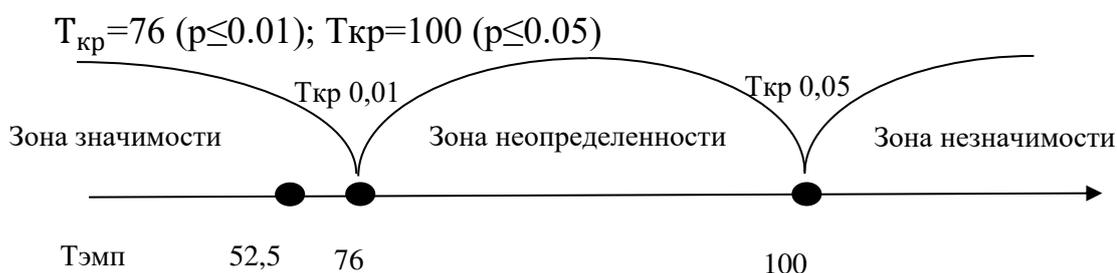


Рисунок 9 – Ось значимости для расчета Т-критерия Вилкоксона данных уровня индивидуалистического типа восприятия группы по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко)

В ходе расчетов было уставлено, что эмпирическое значение находится в зоне значимости ($T_{эмп}=52,5$ при погрешности в 1 %), следовательно, можно сделать вывод, что значимые сдвиги в формировании конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования до и после проведения программы присутствуют. Это означает, что изменения, которые произошли после реализации программы, являются статистически значимыми, т.е. принимается гипотеза H_1 .

Для оценки эффективности психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования был выполнен расчет Т-критерия Вилкоксона по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) (коллективистический тип восприятия группы). Сформулированы 2 гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в направлении снижения у подростков уровня коллективистического типа восприятия группы не превосходит интенсивность сдвигов в направлении повышения у подростков уровня коллективистического типа восприятия группы.

H1: Интенсивность сдвигов в направлении снижения у подростков уровня коллективистического типа восприятия группы превышает интенсивность сдвигов в направлении повышения у подростков уровня коллективистического типа восприятия группы. Результаты расчетов представлены на рисунке 10.

$$T_{кр}=69 (p\leq 0.01); T_{кр}=91 (p\leq 0.05)$$

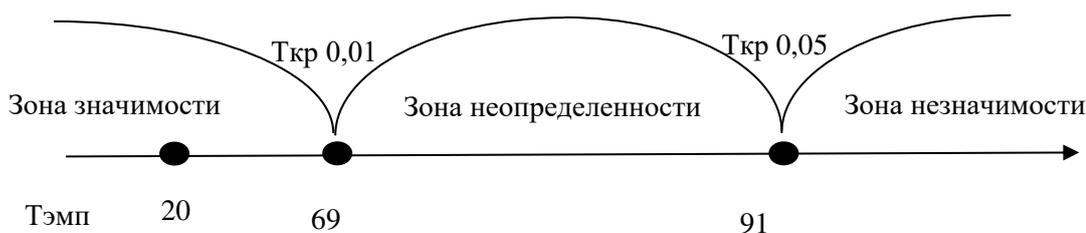


Рисунок 10 – Ось значимости для расчета Т-критерия Вилкоксона данных уровня коллективистического типа восприятия группы по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко)

В ходе расчетов было установлено, что эмпирическое значение находится в зоне значимости ($T_{эмп}=20$ при погрешности в 1 %), следовательно, можно сделать вывод, что значимые сдвиги в формировании конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования до и после проведения программы присутствуют. Это означает, что изменения, которые произошли после реализации программы, являются статистически значимыми, т.е. принимается гипотеза H1.

Для оценки эффективности психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования был выполнен расчет Т-критерия Вилкоксона по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) (прагматический тип восприятия группы). Сформулированы 2 гипотезы:

H0: Интенсивность сдвигов в направлении снижения у подростков уровня прагматического типа восприятия группы не превосходит

интенсивность сдвигов в направлении повышения у подростков уровня прагматического типа восприятия группы.

H1: Интенсивность сдвигов в направлении снижения у подростков уровня прагматического типа восприятия группы превышает интенсивность сдвигов в направлении повышения у подростков уровня прагматического типа восприятия группы. Результаты расчетов представлены на рисунке 10.

$$T_{кр} = 76 (p \leq 0.01); T_{кр} = 100 (p \leq 0.05)$$

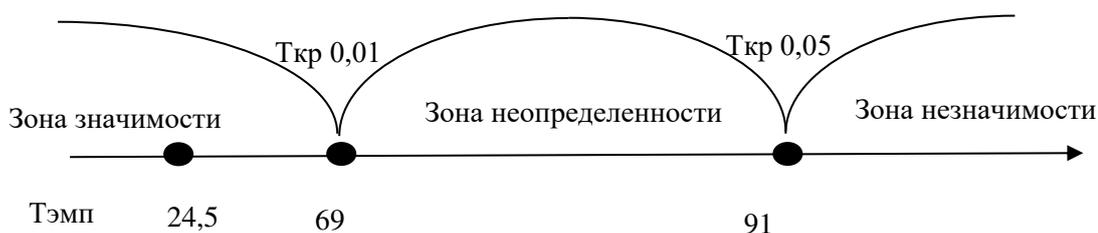


Рисунок 11 – Ось значимости для расчета Т-критерия Вилкоксона данных уровня прагматического типа восприятия группы по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко)

В ходе расчетов было установлено, что эмпирическое значение находится в зоне значимости ($T_{эмп} = 24,5$ при погрешности в 1 %), следовательно, можно сделать вывод, что значимые сдвиги в формировании конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования до и после проведения программы присутствуют. Это означает, что изменения, которые произошли после реализации программы, являются статистически значимыми, т.е. принимается гипотеза H0.

Гипотеза исследования о том, что формирование конструктивных стратегий межличностных отношений подростков будет возможным, если сконструировать модель, разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков, подтверждена. Изменение стратегий межличностных отношений подростков статистически достоверно, достигает уровня статистической значимости.

Таким образом, после реализации психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования данные подростки были повторно протестированы.

На основе сравнения первичной и повторной диагностики было выявлено, что после реализации специально разработанной психолого-педагогической программы конструктивных стратегий межличностных отношений подростки научились лучше понимать и применять различные стратегии поведения в конфликтных ситуациях, ориентируясь на конструктивное взаимодействие и поиск компромиссных решений. Это означает, что смоделированная психолого-педагогическая программа показала себя эффективной и результативной.

Гипотеза исследования доказана.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

На основании анализа психолого-педагогической литературы, проведения эмпирического исследования мы составили технологическую карту внедрения результатов опытно-экспериментального исследования в практику психологической службы образовательного учреждения.

Структура технологической карты внедрения представлена 7 этапами, включающими описание целей, содержания деятельности, методов и форм реализации, количества планируемых мероприятий, временных границ и субъектов образовательного процесса, ответственных за каждый этап.

Охарактеризуем этапы внедрения.

1. Целеполагание внедрения психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования. Этап предполагает постановку цели программы, планирование этапов.

2. Формирование положительной установки на внедрение программы. Этап ориентирован на выработку положительной мотивации и психологической готовности к освоению предмета (формирование конструктивных стратегий межличностных отношений подростков) внедрения.

3. Исследование предмета внедрения – изучение теоретических положений, методов и методик исследования.

4. Пилотажное освоение предмета внедрения. Цель этапа заключается в создании инициативной группы, готовой и способной проверить методики внедрения.

5. Фронтальное освоение предмета внедрения. Цель этапа состоит в освоении предмета исследования всеми субъектами образовательного процесса, привлеченного к внедрению программы.

6. Совершенствование работы над предметом внедрения. Этап представляет собой создание условий для освоения педагогами компетенций, сопровождение образовательного процесса в соответствии с системным подходом, совершенствование применяемых методов работы.

7. Распространение передового опыта освоения предмета внедрения. Этап направлен на освещение полученных знаний, передачу инновационных методов другим субъектам образовательного процесса, популяризацию передового опыта.

Подробно технологическая карта представлена в ПРИЛОЖЕНИИ 5.

Психолого-педагогическое сопровождение – это целостная система, в процессе деятельности которой создаются социально-психологические и педагогические условия для успешного развития и обучения каждого обучающегося [61, с. 339].

Для умения применять конструктивные стратегии межличностных отношений подросткам необходимы различные коммуникативные умения и навыки: умение слушать собеседника, умение принимать чужую точку зрения, умение высказывать собственное мнение, умение аргументировать,

навык убеждения, умение уважать собеседника и другие. Развитые коммуникативные умения помогут подросткам выстраивать социальные контакты на основе взаимного уважения и сотрудничества [56, с. 62].

Для профилактики конфликтов в среде подростков, а также для обучения подростков сотрудничеству с другими можно порекомендовать педагогам включать учеников в различную деятельность, предполагающую общение. Для этого полезна совместная проектная деятельность учащихся. При этом важно предоставлять подросткам возможность выбирать интересующую тему самостоятельно в паре (или группе). Такой вид деятельности позволит каждому участнику проекта сделать свой вклад в общую работу, предоставит учащимся возможность выражать свои мысли в среде сверстников, анализировать идеи других, находить общее решение. Защита проектов может быть полезна для развития у подростков навыков самопрезентации, ораторских качеств, а также умения слушать других учащихся [59, с. 140].

Для формирования конструктивных стратегий межличностных отношений среди подростков необходимы такие факторы, как высокая мотивация к учебе, система взаимоотношений между членами команды, их деятельность и деятельность других, а также наличие у учащихся навыков позитивного взаимодействия. Отношения между личностями основаны на толерантности и развитии коммуникативных навыков [12, с. 58].

Для формирования и оптимизации конструктивных стратегий межличностных отношений необходимо широко использовать интерактивные методы групповой сплоченности и неформальные методы сближения команды на практике. Создание совместных правил поведения в команде (педагог и дети) может помочь в этом. Необходимо сформировать не только группу из списка в журнале, но и реальную команду единомышленников, у которых есть общие цели, стремления, ценности, сходства и видения. Кроме того, важно учитывать отношения с причиной, группой в целом, с самим собой и т.д. [17, с. 112].

Для педагогов и психологов есть несколько способов, которые помогут сформировать конструктивные стратегии межличностных отношений. Их можно использовать в работе со студентами и подростками. Вот некоторые из них:

- создание сплоченности – это результат совместной деятельности и межличностного взаимодействия подростков, для усиления этого процесса необходимо ставить задачи и создавать условия для организации совместной деятельности студентов, нужно также информировать их о прогрессе реализации задач, поощрять активность, инициативу и творческие способности.

- найти общие интересы, которые объединяли бы учащихся в группы, на основе этих интересов можно организовывать общие дела [25, с. 46];

- для формирования групповых традиций и участия в традиционных общешкольных делах, необходимо поощрять учащихся проводить свободное время вместе: ходить в кино, отдыхать и т.д. Также, для создания ситуаций коллективной эмпатии значимых событий и стремления к эмоциональному включению в жизнь каждой ученической группы [28, с. 64], важно учитывать особенности каждой группы, включая наличие изгоев. Важно приобщать таких учеников к совместной деятельности со всеми. Более того, нужно учитывать неосмотрительность детей, которые безостановочно просят учеников пояснить правила жизни как можно проще [31, с. 117].

Для того, чтобы эффективно воспитывать подростков, необходимо учитывать следующие аспекты:

- обучение «вкусу» к истине должно быть включено в план образовательной работы;

- если необходимо увеличить статус, важно проконсультироваться с учащимися и выслушать их мнение;

- необходимо следить за процессом начала разделения;

– если член группы может показаться отстраненным, можно использовать специальные методы для привлечения его к положительному общению и повышения его статуса;

– при подходе урока к концу необходимо оповестить подростков о выполнении планов на сегодня и стимулировать их потребность в завершении работ.

При завершении урока (мероприятия), важно искренне поблагодарить учащихся за их выслушивание и отличную работу, которая помогла вам в своей работе. Чтобы достичь желаемого результата, педагог должен занимать активную позицию по отношению к учащимся и группе. В свою очередь, важно вносить человеческие ценности в жизнь класса и стимулировать открытость, благую волю и конструктивные методы избавления от неблагоприятных эмоций. Вместе с тем, необходимо выслушать интересы каждого ученика и прийти к компромиссному заключению, сотрудничеству [60, с. 307].

Для того, чтобы улучшить комфорт для подростков в школе и поддерживать положительные отношения между учениками и педагогами, необходимо выполнить следующие задачи:

– создать условия, которые позволят повысить уют в школе для подростков;

– сформировать у членов группы способность к эмпатии и необходимость в познании других людей;

– развивать толерантное отношение к окружающим людям;

– поощрять устойчивые и позитивные отношения между учителями и учениками;

– выработать у подростков умение эмпатии в группе;

– поддерживать толерантное отношение к другим людям.

Эти меры помогут создать более дружелюбную и комфортную атмосферу в школе для всех участников образовательного процесса [43, с. 131].

Для формирования конструктивных стратегий межличностных отношений педагогам рекомендуется:

1. Организовывать совместные учебные мероприятия, в которых участвуют все подростки, чтобы постоянно создавать учебные ситуации.
2. Давать каждому учащемуся возможность внести свой вклад в достижение конечной цели на уроке, и при этом подростки должны осознавать, что достижения каждого учитываются в зависимости от задействованных усилий.
3. Оценивать каждого подростка на основе его навыков и способностей.

Для эффективного обучения подростков с особым психофизическим развитием необходимо использовать индивидуально разработанный план еженедельной работы. Этот план должен учитывать продолжительность и степень сложности заданий, чтобы обеспечить мотивированное участие учеников [50, с. 502].

При организации работы в паре или подгруппе необходимо следить за межличностными взаимодействиями. Все ученики должны знать принципы взаимодействия, чтобы активные и популярные ученики не навязывали свое мнение менее активным подросткам.

При распределении обязанностей важно учитывать мнение каждого члена команды. Для подсчета обязанностей можно использовать разные счетчики, которые помогают всем подросткам выполнять разные задачи по очереди и уменьшают конфликты при разделении обязанностей. Чтобы улучшить коммуникацию в команде, необходимо научить молодежь формулировать запросы, такие как «помогите мне, пожалуйста», «тогда я могу вытереть пыль», «вы можете вывезти мусор позже» и т.д. Также важно научить подростков оценивать свою работу и работу других членов команды, используя фразы «вы справились лучше сегодня», «продуктивно, хорошо работали» и т.д.

Для развития навыков межличностного взаимодействия можно использовать следующие методы: советы, поощрение, примеры.

Применяя эти методы, необходимо поддерживать и советовать подростков, а также побуждать их замечать достижения своих соседей по профессиональной деятельности и их соответствующие навыки в совместной деятельности (например, «Слушай, как правильно спрашивать», «Слушай, как Ира ответила правильно» и т.д.) [29, с. 41].

Кроме того, способность оказывать помощь также является навыком межличностного взаимодействия. Важно не игнорировать самостоятельную инициативу подростков в оказании помощи кому-то.

Создание позитивных отношений между учениками и учителем является ключевым моментом в формировании самостоятельности у подростков. Для этого можно использовать следующие методы [64, с. 109]:

1. Предложить подросткам варианты для предстоящих занятий и попросить их выбрать, что они будут делать. Например, при изготовлении новогодних украшений каждая подгруппа может предложить 3 варианта игрушек одинаковой сложности и техники, а затем подгруппа вместе решает, какое украшение сделать.

2. Стимулировать сотрудничество между учениками, например, попросить тех, кто уже закончил свою работу, помочь однокласснику, который еще работает над своим проектом.

Таким образом, создание позитивных отношений и сотрудничества между учениками может способствовать развитию их самостоятельности и постановке целей для будущей деятельности.

Совершенствование продукта может быть проблемной ситуацией, например, задавая вопрос: «Как мы можем сделать наш продукт еще красивее?». Уважение друг к другу можно развивать через классовые нормы и ценности, традиции и внеклассные мероприятия [52, с. 706].

Путем систематических корректирующих действий можно развивать необходимые навыки общения у подростков, что позволит им лучше

реализовать свой потенциал в обществе. Для решения проблемы с более низким статусом подростка в школьной команде можно проводить мероприятия по объединению команды и коррекции личностных качеств, вызывающих эту проблему.

Для обучения детей конструктивным отношениям в команде, необходимо, чтобы родители учили их строить семью. Считается, что сплоченность семьи зависит от взаимодействия отца и матери, их слаженности в жизни, общения, решения трудностей, а также их влияния на семейные взаимоотношения [54, с. 79]. Для этого можно придерживаться нескольких правил:

1. Организовать семейные встречи, праздники и вечера, чтобы дети взаимодействовали с другими поколениями. Это важно для развития сплоченности в семье.

2. Создать семейные традиции, такие как семейное чтение, домашний театр, совместное творчество и т.д.

3. Обсудить с детьми различия между проведением времени с друзьями и семьей.

4. Определить день, который будет проводиться всей семьей, и использовать его для совместных поездок на культурные мероприятия, совместных вечеров, ужинов и т.д. [53, с. 105].

Рекомендации для родителей:

- поддерживайте в семье атмосферу любви и спокойствия;
- не навязывайте постоянный контроль и давление на подростка, чтобы избежать ненужных столкновений;
- формируйте и поддерживайте у подростка уверенность, что он важен и любим в семье, что в любой момент он может обратиться к вам за помощью или советом, не боясь наказания и осуждения;
- помогайте подростку выбрать вид деятельности, который ему будет интересен;

– избегайте чрезмерных эмоций, обсуждения проблем и показывания негативных аспектов отношений, позволяйте подростку расти счастливым [69, с. 100].

Родители играют важную роль в жизни детей, проводя с ними время и создавая атмосферу любви и поддержки. Безусловная любовь – это способность принимать ребенка таким, какой он есть, независимо от внешности или успехов в учебе. Корректировать поведение подростка и изменять его характер можно, меняя свое отношение к нему или общую атмосферу в семье. Важно помнить, что каждое слово, выражение, жест, интонация и громкость голоса родителей несут ценное сообщение подростку о его внутренней ценности.

Не существует неисправимых детей, и родители имеют возможность влиять на их развитие и успешную адаптацию в обществе. При общении с подростком старайтесь проявлять полную заинтересованность в процессе. Обращайте внимание на то, что подростки испытывают неуважение к родителям, которые говорят одно и делают другое. Используйте невербальное общение, чтобы выразить свое отношение к поведению подростка. Высшим искусством образования является умение говорить, не говоря ни слова, что свидетельствует об истинном и глубоком контакте между родителями и подростками. При общении с подростком постарайтесь не давать лишних объяснений и морализаторов, а выразить свое отношение к его поведению [73, с. 535].

Будьте честны со своим ребенком и не говорите ему того, чего на самом деле не хотите. Если подросток совершает ошибку, постарайтесь не переагировать и отреагировать адекватно. Ваша задача как родителя – постоянно учиться и стараться быть веселыми, уравновешенными и спокойными. Принимайте своего подростка таким, какой он есть, смотрите на его особенности и принимайте их. Помните, что подросток уже независим от вас и признавайте его независимость. Не ставьте перед ребенком высокие родительские амбиции и не превращайте его жизнь в

«прыжки». Найдите взаимопонимание со своими детьми. Ваш родительский опыт и мудрость являются наиболее важным источником поддержки и помощи в решении сложных и жизненно важных проблем.

Ниже приведены рекомендации, которые могут помочь вам стать лучшим родителем для вашего ребенка [72, с. 240]:

1. Родителям важно избегать конфликтов между собой при ребенке.
2. Открыто говорите о том, что вы тоже можете учиться у своих детей.
3. Используйте данные рекомендации для создания конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.
4. Применяйте их не только в общении со сверстниками, но и со взрослыми людьми.

Таким образом, педагоги и родители могут в значительной мере помочь подросткам в формировании конструктивных стратегий межличностных отношений, демонстрируя позитивные примеры и создавая благоприятные условия в образовательной среде и дома. Для того чтобы подростки могли эффективно использовать конструктивные стратегии в межличностных отношениях, им важно развивать определенные коммуникативные способности. Среди которых умение внимательно слушать, способность учитывать мнение другого человека, формулировать и аргументированно выражать свое мнение, а также проявлять уважение к собеседнику.

Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику состоит из семи этапов. Целеполагание внедрения программы, формирование позитивного отношения к ее внедрению. Исследование предмета внедрения, пилотажное освоение предмета внедрения, фронтальное освоение предмета внедрения, совершенствование работы на основе полученного опыта, распространение передового опыта освоения предмета внедрения.

Выводы по 3 главе

Итак, опираясь на результаты констатирующего эксперимента с целью определения стратегий межличностных отношений подростков была сформирована группа из 25 человек. Нами была разработана психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования. С обучающимися 8 класса была реализована данная программа в соответствии с ФГОС.

Психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования направлена на формирование у обучающихся конструктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях, развитие коммуникативных навыков подростков, способствовать развитию эмпатии.

По результатам повторной диагностики по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко), по методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири), по методике «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас) можно сделать вывод, что количество подростков сформировавших конструктивные стратегии межличностных отношений возросло. По результатам, полученным в ходе математико-статистической обработки данных по Т-критерий Вилкоксона можно сделать вывод об эффективности разработанной нами психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования. Гипотеза исследования подтверждена.

После проведения психолого-педагогической программы нами была разработана технологическая карта внедрения результатов в практику. Технологическая карта состоит из семи последовательных этапов:

целеполагание внедрения психолого-педагогической программы;
формирование положительной установки на внедрение психолого-педагогической программы; исследование предмета внедрения;
пилотажное освоение предмета внедрения; фронтальное освоение предмета внедрения; совершенствование работы над предметом внедрения; распространение передового опыта освоения предмета внедрения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема развития межличностных отношений среди подростков остается актуальной, так как недостаточно разработана ее практическая сторона. В результате этого подростки часто переживают восприятие окружающего мира, преломление норм и ценностей общества, и стремятся занять определенное место в группе сверстников. Для решения этой проблемы необходимо проводить целенаправленную работу по развитию конструктивных стратегий межличностных отношений среди подростков. Одним из важных аспектов этой работы является нахождение близких друзей, на которых можно положиться в любой ситуации и которые всегда смогут понять.

В связи с этим нами были поставлены задачи, одной из которых является рассмотреть проблему конструктивных стратегий межличностных отношений подростков в психолого-педагогических исследованиях. Проанализировав научную литературу, нами определено понятие «межличностные отношения» как субъективно переживаемые взаимосвязи между людьми, объективно проявляющиеся в характере и способах взаимных влияний, оказываемых людьми друг на друга в процессе совместной деятельности и общения.

Для решения следующей задачи мы рассмотрели особенности межличностных отношений подростков, к которым относятся: стремление подростка утвердиться в позиции взрослого, чувствовать себя уверенным, повышенная активность, действенность, преобладание доминирования направленности личности на себя или на других.

Не менее важной задачей была разработка «Дерева целей» и модели по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений подростков.

Исследование проводилось на базе МАОУ «Многопрофильный лицей № 148» г. Челябинска, учащиеся 8 класса в количестве 25 человек.

Исследование проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап.

В результате тестирования нами были получены следующие результаты. По методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) в группе испытуемых выявлено 48 % (12 человек) обладающих индивидуалистическим типом, еще 52 % (13 человек) обладают коллективистический типом.

По методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири) – авторитарный тип межличностных отношений у испытуемых – 84 % (21 человек) – находится на нормальном уровне, а у 16 % (4 человека) на высоком. У всех подростков – 100 % (25 человек) эгоистический тип находится в пределах нормальных показателей. Агрессивный, подозрительный и подчиняемый типы межличностных отношений испытуемых на нормальном уровне выявлены у 92 % (23 человека), а у 8 % (2 человека) выявлен высокий уровень. Зависимый тип в пределах нормы среди испытуемых выявлен 76 % (19 человек), соответственно у 24 % (6 человек) данный тип межличностных отношений характеризуется высоким уровнем. Дружелюбный тип межличностных отношений на нормальном уровне выявлен у 60 % (15 человек), у 40 % (10 человек) этот тип выявлен на высоком уровне. Альтруистический тип в пределах нормы выявлен у 64 % (16 человек), высоким уровнем данный тип представлен у 36 % (9 человек).

По результатам исследования по методике «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас) – преобладающей стратегией в конфликте является приспособление – выявлен у 28 % (7 человек) испытуемых. Стратегией поведения в конфликте избегание чаще всего придерживаются 24 % (6 человек). По 20 % (5 человек) выбирают – такие стратегии как компромисс и сотрудничество. Наименьшая часть группы 8 % (2 человека) придерживаются в конфликте стратегии соперничество.

Для решения шестой задачи нами была разработана психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования. В программе принимали участие все испытуемые, так как необходимо повышать их коммуникативные навыки.

Программа направлена на формирование у обучающихся конструктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях, развитие коммуникативных навыков подростков, способствовать развитию эмпатии. Программа рассчитана на 8 занятий, которые проводятся в групповой форме. Групповое консультирование представлено в программе в форме просветительских мероприятий для подростков, индивидуальное консультирование осуществлялось по запросу. После реализации программы была проведена повторная диагностика по тем же методикам для оценки эффективности психолого-педагогической программы.

По результатам повторной диагностики по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) количество подростков с индивидуалистическим типом восприятия группы уменьшилось на 4 % (1 человек). Количество подростков с коллективистическим типом также снизилось на 4 % (1 человек), за счет чего увеличилось количество подростков с прагматическим типом до 12 % (3 человека).

По методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири) после реализации программы, количество подростков с высоким уровнем авторитарного типа межличностных отношений снизилось на 8 % (2 человека). Испытуемых с высоким уровнем эгоистического типа не выявлено, как и до реализации программы. Количество подростков с высоким уровнем агрессивного и подозрительного типа межличностных отношений снизилось на 4 % (1 человек). Количество испытуемых с высоким уровнем подчиняемого типа не изменилось. Количество испытуемых с зависимым типом межличностных отношений снизилось на

4 % (1 человек). Подростков с высоким типом дружелюбного типа стало меньше на 12 % (3 человека). Количество испытуемых с альтруистическим типом межличностных отношений снизилось на 8 % (2 человека).

По методике «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас) количество подростков со стратегией поведения в конфликте избегание снизилось на 4 % (1 человек). Количество испытуемых со стратегией приспособление снизилось на 8 % (2 человека). Увеличилось количество испытуемых со стратегией компромисс на 8 % (2 человек). Количество подростков со стратегией соперничество не изменилось – 8 % (2 человека). Количество подростков со стратегией сотрудничество увеличилось на 4 % (1 человек).

По результатам математико-статистической обработки данных при помощи Т-критерий Вилкоксона существуют значимые различия в стратегиях межличностных отношений подростков до и после реализации программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков. Это может говорить об эффективности, разработанной нами программы.

После проведения психолого-педагогической программы нами была разработана технологическая карта внедрения результатов в практику. Технологическая карта состоит из семи последовательных этапов.

Гипотеза исследования о том, что формирование конструктивных стратегий межличностных отношений подростков будет возможным, если сконструировать модель, разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков, подтверждена. Изменение стратегий межличностных отношений подростков статистически достоверно, достигает уровня статистической значимости.

Таким образом, цели и задачи исследования выполнены, гипотеза подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андриенко Е. В. Социальная психология : учеб. пособие для студ. высших пед. учеб. заведений / Е. В. Андриенко. – Москва : Академия, 2019. – 320 с. – ISBN 978-5-4468-0137-4.
2. Арон И. С. Специфика межличностных отношений подростков со сверстниками и взрослыми в особой социальной ситуации развития / И. С. Арон // Конфликтология. – 2019. – № 2. – С. 168–175.
3. Асфандьярова Г. Н. Исследование управления процессом психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших школьников / Г. Н. Асфандьярова, В. И. Долгова // Институциональная перезагрузка образовательной системы : сб. науч. тр. – Костанай, 2019. – С. 8–13.
4. Баранова О. Г. Формирование коммуникативных умений младших подростков во внеучебной деятельности / О. Г. Баранова // Молодой ученый. – 2020. – № 6. – С. 566–569.
5. Барышникова Е. В. Исследование межличностных отношений подростков в условиях средней общеобразовательной организации / Е. В. Барышникова, К. А. Соломатова // Высокие технологии и инновации в науке : сб. ст. междунар. науч. конф. (Санкт-Петербург, июль 2018 г.). – Санкт-Петербург, 2018. – С. 51–56.
6. Барышникова Е. В. Исследование межличностных отношений младших подростков в условиях образовательной организации / О. В. Арапова, Е. В. Барышникова // Высокие технологии и инновации в науке : сб. ст. междунар. науч. конф. (Санкт-Петербург, июль 2019 г.). – Санкт-Петербург, 2019. – С. 151–156.
7. Барышникова Е. В. Модель коррекции межличностных отношений подростков в условиях образовательной организации / К. А. Соломатова, Е. В. Барышникова // Высокие технологии и инновации

в науке : сб. ст. междунар. науч. конф. (Санкт-Петербург, июль 2019 г.). – Санкт-Петербург, 2019. – С. 184–188.

8. Белисова А. А. Понятие межличностных отношений и их развитие / А. А. Белисова, С. В. Васерман, Е. А. Кронштатова [и др.] // Теория и практика современной науки. – 2020. – № 4 (34). – С. 610–615.

9. Беляева О. А. Ценность межличностных отношений в представлениях современных подростков / О. А. Беляева // Психология и жизнь : актуальные проблемы психологии образования и развития личности в современном мире. – Минск, 2022. – С. 150–154.

10. Березовин Н. А. Стиль отношения учителя к детям и межличностные отношения в классе / Н. А. Березовин, Я. Л. Коломинский // Грани научно-психологической школы им. Я. Л. Коломинского. – Минск, 2019. – С. 148–167.

11. Божович Е. Д. Вероятностный характер связи между внутри- и межличностной конфликтностью подростков / Е. Д. Божович // Психологическая наука и образование. – 2019. – № 2. – С. 5–15.

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

13. Бука Т. Л. Психологический тренинг в группе. Игры и упражнения : учеб. пособие для вузов / Т. Л. Бука, М. Л. Митрофанова. – Москва : Институт Психотерапии, 2021. – 144 с. – ISBN 5-89939-128-6.

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

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

16. Верещагина Л. С. Организация педагогического эксперимента / Л. С. Верещагина, С. С. Орехова, О. А. Шумакова // Экономика и социум. – 2019. – № 8 (51). – С. 235–237.
17. Ганичева И. А. Изучение проблемы взаимоотношения подростков со сверстниками / И. А. Ганичева, Л. А. Таболько // Наука и инновации. – Уфа, 2020. – С. 67–74.
18. Гиясова В. С. Тренинги ассертивности как одно из средств расширения репертуара адаптивных копинг-стратегий в сфере взаимоотношений со сверстниками у подростков / В. С. Гиясова // Сборник лучших научных статей по итогу выпускных квалификационных работ. – Архангельск, 2020. – С. 110–116.
19. Герцог Г. А. Основы научного исследования : методология, методика, практика : учеб. пособие / Г. А. Герцог. – Челябинск : Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2020. – 208 с. – ISBN 978-5-398-01216-3.
20. Голев В. К. Конфликт в межличностных отношениях / В. К. Голев, Н. П. Петрова // Интеграция наук. – 2018. – № 4 (19). – С. 396–397.
21. Гришина В. Л. Консультирование подростков с разным социометрическим статусом по проблеме межличностных отношений с одноклассниками / В. Л. Гришина, М. В. Данилова // Вестник педагогических наук. – 2022. – № 1. – С. 194–200.
22. Гусак А. В. организация социально-педагогической помощи подросткам в ситуации нарушения взаимоотношений со сверстниками / А. В. Гусак // Современная педагогика и психология : проблемы и перспективы. – Тверь, 2021. – С. 29–32.
23. Данилова М. В. Аспекты формирования межличностных отношений подростков посредством психологического консультирования / М. В. Данилова, Д. С. Матигина // Современный ученый. – 2020. – № 3. – С. 130–136.

24. Долгова В. И. Изучение выносливости у подростков и ее взаимосвязь с поведением совладания / В. И. Долгова, Ю. А. Рокицкая, Е. Г. Капитанец, В. К. Шаяхметова // Академия Будущего. – 2019. – Т. LXXIII. – С. 297–305.

25. Долгова В. И. Психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений у старших подростков / В. И. Долгова, Е. В. Попова, А. В. Молоканов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2018. – Т. 31. – С. 91–95.

26. Доронина А. В. Особенности межличностных отношений подростка / А. В. Доронина // Символ науки : международный научный журнал. – 2021. – № 7. – С. 96–97.

27. Дорохова А. В. Разрешение конфликтов : учеб. пособие / А. В. Дорохова, Л. И. Игумнова, Т. И. Привалихина. – Москва : Издательский центр «Академия», 2019. – 192 с. – ISBN 978-5-7695-4391-3.

28. Дубровская А. И. Межличностные отношения подростков в зависимости от типа семьи / А. И. Дубровская // В. С. Мерлин и современная психология : наука, образование, практика. – 2021. – № 4. – С. 51–53.

29. Жуина Д. В. Игра как метод коррекции межличностных отношений младших школьников / Д. В. Жуина, Н. А. Лобанова // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2020. – № 1. – С. 41–48.

30. Жуина Д. В. Особенности межличностных отношений современных подростков / Д. В. Жуина, П. И. Кригина // Интеграция науки и образования в XXI веке : психология, педагогика, дефектология. – Саранск, 2023. – С. 4.

31. Исаакян О. В. Исследование взаимоотношений подростков в коллективе сверстников / О. В. Исаакян, И. В. Бойко, К. А. Каткова // Молодой исследователь : вопросы теории и практики. – Киров, 2022. – С. 81–85.

32. Казакова А. О. Особенности межличностных отношений подростков / А. О. Казакова // Актуальные проблемы теории и практики социальной работы и образования. – Курск, 2023. – С. 247–251.
33. Калина И. Г. Развитие у учащихся навыков взаимодействия и укрепление межличностных отношений в школьном коллективе посредством подвижных игр / И. Г. Калина, Н. Х. Гжемская // Воспитание школьников. – 2019. – № 5. – С. 30–37.
34. Капитанец Е. Г. Влияние тревожности на агрессивное поведение подростков / Е. Г. Капитанец, К. М. Девятова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – № 7. – С. 61–65.
35. Капитанец Е. Г. Исследование конструктивных стратегий межличностных отношений старших подростков / Е. Г. Капитанец, Е. А. Захарова // Актуальные проблемы интеграции науки и образования в регионе. – Оренбург, 2020. – С. 160–163.
36. Карушева А. В. Теоретические аспекты межличностных взаимоотношений в трудах отечественных исследователей / А. В. Карушева // Молодой ученый. – 2019. – № 3. – С. 1004–1006.
37. Кирсанов А. И. Конфликты в общеобразовательных организациях. Причины усиления конфликтности образовательной среды / А. И. Кирсанов // Язык и текст. – 2019. – № 4. – С. 32–41.
38. Козырькова А. А. Влияние акцентуации характера подростков на межличностные отношения в коллективе / А. А. Козырькова // Проблемы науки. – 2019. – № 11 (47). – С. 117–118.
39. Константинов В. В. Психология межличностных отношений : учеб.-метод. пособие / В. В. Константинов. – Пенза : Пензенский гос. ун-т, 2019. – 72 с. – ISBN 978-5-8326-4391-3.
40. Кудашкина О. В. Изучение взаимоотношений подростков со сверстниками в зависимости от их самооценки / О. В. Кудашкина, А. И. Рогачев, В. Р. Мирончук // Интеграция науки и образования в XXI веке : психология, педагогика, дефектология. – Саранск, 2022. – С. 48.

41. Курбанова З. Б. Характеристика межличностных отношений в группах и коллективах / З. Б. Курбанова // Вопросы науки и образования. – 2020. – № 85. – С. 221–224.
42. Леонова Т. А. Исследование конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков / Т. А. Леонова // Приоритетные направления научных исследований. Анализ, управление, перспективы. – Уфа, 2020. – С. 221–224.
43. Маммаева Ш. Д. Психологические особенности межличностных отношений подростков со сверстниками / Ш. Д. Маммаева // Студенческий. – 2022. – № 20-7(190). – С. 32–35.
44. Матигина Д. С. Теоретические аспекты формирования межличностных отношений подростков посредством психологического консультирования / Д. С. Матигина // Педагогика в теории и на практике : актуальные вопросы и современные аспекты. – Пенза, 2020. – С. 295–298.
45. Машлякевич А. Д. К вопросу о межличностных взаимоотношениях старших подростков / А. Д. Машлякевич, А. В. Семенова // Педагогика : история, перспективы. – 2021. – Т. 4, № 4. – С. 77–83.
46. Мусагитова Е. Т. Коррекция межличностных отношений у подростков / Е. Т. Мусагитова // Наука XXI века : проблемы, перспективы и актуальные вопросы развития общества, образования и науки. – Краснодар, 2023. – С. 149–152.
47. Найданова А. Д. Исследование эмоциональной стороны межличностных отношений в малой группе / А. Д. Найданова // Тенденции развития науки и образования. – 2019. – № 1. – С. 145–149.
48. Нартова-Бочавер С. К. Психология личности и межличностных отношений : учеб. пособие / С. К. Нартова-Бочавер. – Москва : Издательство «ЮРАЙ», 2019. – 262 с. – ISBN 5-04-008554-0.

49. Неговора М. В. Особенности межличностных отношений подростков / М. В. Неговора // Международный научный студенческий журнал. – 2020. – № 11. – С. 113–116.
50. Нигматуллина Л. М. Формирование межличностных отношений в подростковом возрасте / Л. М. Нигматуллина // Теория и практика современной науки. – 2019. – № 6 (36). – С. 502–504.
51. Никишина Л. А. Межличностные отношения подростков / Л. А. Никишина // Социальные отношения. – 2021. – № 2. – С. 452–457.
52. Обозов Н. Н. Психология работы с людьми / Н. Н. Обозов. – Москва : Ид. Персонал, 2020. – 228 с. – ISBN 966-7312-08-2.
53. Очинашко А. А. Исследование психологических особенностей проявлений коммуникативных затруднений у подростков / А. А. Очинашко // Вестник науки и образования. – 2020. – № 6-2 (84). – С. 52–55.
54. Панов В. И. Критические ситуации в жизни особо одаренных детей / В. И. Панов, Т. В. Хромова // Педагогика : научно-теоретический журнал. – 2019. – № 1. – С. 40–47.
55. Парфенов О. А. Формирование конструктивных стратегий межличностных отношений старших подростков / О. А. Парфенов // Научно-методический журнал «Концепт». – 2019. – № 6. – С. 7–80.
56. Петрова И. М. Межличностные отношения (между школьниками) / И. М. Петрова // Современное образование : традиции и инновации. – 2019. – № 2. – С. 129–131.
57. Петрова И. М. Межличностные отношения подростков / И. М. Петрова // Современное образование : традиции и инновации. – 2021. – № 3. – С. 115–119.
58. Прохорова В. Н. Вопросы исследования межличностных отношений подростков в трудах отечественных психологов / В. Н. Прохорова // Научные исследования молодых ученых. – 2020. – С. 174–177.

59. Резниченко Е. С. Теоретические основы воспитания культуры взаимоотношений подростков / Е. С. Резниченко // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2021. – № 1-1(52). – С. 160–163.
60. Савина Н. Г. Психолого-педагогические рекомендации по формированию конфликтоустойчивости подростков средствами социально-психологического тренинга / Н. Г. Савина // Культура и образование : от теории к практике. – 2019. – № 3. – С. 307–311.
61. Сафонова В. Ю. Формирование межличностных отношений подростков как средство создания безопасной образовательной среды / В. Ю. Сафонова // Территория спорта, здоровья и безопасности жизнедеятельности. – Оренбург, 2023. – С. 339–341.
62. Сафонова Д. А. Межличностные отношения в среде подростков / Д. А. Сафонова // Образование и воспитание. – 2019. – № 5. – С. 41–43.
63. Сегеда А. С. Коммуникативные стратегии в межличностных дискуссиях (на материале русской и английской художественной литературы) / А. С. Сегеда // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. – 2021. – № 7 (130). – С. 116–120.
64. Сепиашвили Е. Н. Роль управления межличностными отношениями в коллективе / Е. Н. Сепиашвили // Актуальные проблемы гуманитарного знания. – 2019. – № 2. – С. 109–113.
65. Сухачева К. С. Социально-психологический феномен межличностных отношений / К. С. Сухачева // Образование и наука в России и за рубежом. – 2019. – № 14 (62). – С. 54–60.
66. Тупицына Е. А. Особенности межличностных отношений в подростковом возрасте / Е. А. Тупицына // Интеграция наук. – 2021. – Т. 1, № 4 (19). – С. 410–412.
67. Фомина Л. К. Понятие и типы детско-родительских отношений / Л. К. Фомина // Молодой ученый. – 2024. – №2. – С. 704–707.

68. Шаталова К. Е. Стиль межличностных отношений подростков как фактор социализации / К. Е. Шаталова, Е. Б. Елизарова // Глобальный научный потенциал. – 2023. – № 3(144). – С. 98–100.

69. Шевченко Р. Д. Влияние детско-родительских отношений на межличностные взаимодействия подростков / Р. Д. Шевченко // Современная психология и педагогика : проблемы и решения. – 2019. – № 2. – С. 100–105.

70. Шереметова Е. В. Межличностные отношения в группах. Малая группа / Е. В. Шереметова // Современные исследования. – 2020. – № 6 (10). – С. 77–79.

71. Шерхунаева И. И. Моделирование основных факторов межличностных отношений с помощью методики ДМО Т. Лири / И. И. Шерхунаева, О. С. Михайлова // Сибирский психологический журнал. – 2019. – № 55. – С. 97–106.

72. Шубина М. М. Психологические особенности развития межличностных отношений подростков / М. М. Шубина, А. А. Руденко // Научная весна-2023. Гуманитарные науки. – Шахты, 2023. – С. 240–245.

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

74. Dolgova V. I. Innovative technologies for modeling psychological and pedagogical correction of aggressive behavior of older adolescents / V. I. Dolgova // Pressing problems of interpersonal communications in the educational process and the social practice : Peer-reviewed materials digest (collective monograph) published following the results of the CX International Research and Practice Conference and III stage of the Championship in Psychology and Educational sciences, London, 08-14 октября 2015 г. / Chief editor V.V. Pavlov. – London, 2015. – P. 95–98.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики конструктивных стратегий межличностных отношений подростков

Методика «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко)

Социальное здоровье человека, тем более в подростковый период, во многом определяется социальными установками индивида, характером межличностных отношений, признанием микрогруппы, прошлым опытом и особенностями самовосприятия. Таким образом, восприятие индивидом группы влияет на протекание межличностных контактов. Данная методика позволяет выявить три возможных типа восприятия индивидом группы. При этом в качестве показателя типа восприятия выступает роль группы в индивидуальной деятельности воспринимающего.

Тип 1. Индивид воспринимает группу как помеху своей деятельности или относится к ней нейтрально. Группа не представляет собой самостоятельной ценности для индивида. Это проявляется в уклонении от совместных форм деятельности, в предпочтении индивидуальной работы, в ограничении контактов. Этот тип восприятия индивидом группы можно назвать «индивидуалистическим».

Тип 2. Индивид воспринимает группу как средство, способствующее достижению тех или иных индивидуальных целей. При этом группа воспринимается и оценивается с точки зрения ее полезности для индивида. Отдается предпочтение более компетентным членам группы, способным оказать помощь, взять на себя решение сложной проблемы или послужить источником необходимой информации. Данный тип восприятия индивидом группы можно назвать «прагматическим».

Тип 3. Индивид воспринимает группу как самостоятельную ценность. На первый план для него выступают проблемы группы и отдельных ее членов, наблюдается заинтересованность как в успехах каждого члена группы, так и группы в целом, стремление внести свой вклад в групповую деятельность. Проявляется потребность в коллективных формах работы. Этот тип восприятия индивидом своей группы может быть назван «коллективистическим».

На основании трех описанных гипотетических типов восприятия индивидом группы разработана специальная анкета, выявляющая преобладание того или иного типа восприятия группы у исследуемого индивида (см. ниже).

Процедура проведения:

Анкета состоит из 14 пунктов-суждений, содержащих 3 альтернативных выбора. В каждом пункте альтернативы расположены в случайном порядке. Каждая альтернатива соответствует определенному типу восприятия индивидом группы. Анкета создана с учетом специфики учебных групп и применялась для исследования перцептивных процессов в группах интенсивного обучения иностранным языкам, но при соответствующей модификации может быть применена и в других группах.

По каждому пункту анкеты испытуемые должны выбрать наиболее подходящую им альтернативу в соответствии с предлагаемой инструкцией.

Инструкция:

«Мы проводим специальное исследование с целью улучшения организации учебного процесса. Ваши ответы на вопросы анкеты помогают нам в этом. На каждый пункт анкеты возможны 3 ответа, обозначенные буквами «а», «б» или «в». Из ответов на каждый пункт выберите тот, который наиболее точно выражает вашу точку зрения. Помните, что «плохих» или «хороших» ответов в данной анкете нет. На каждый вопрос может быть выбран только один ответ».

АНКЕТА

1. Лучшими партнерами в группе я считаю тех, кто:

- а – знает больше, чем я;
- б – все вопросы стремится решать сообща;
- в – не отвлекает внимание преподавателя.

2. Лучшими преподавателями являются те, которые:

- А – используют индивидуальный подход;
- б – создают условия для помощи со стороны других;
- в – создают в коллективе атмосферу, в которой никто не боится высказываться.

3. Я рад, когда мои друзья:

- а – знают больше, чем я, и могут мне помочь;
- б – умеют самостоятельно, не мешая другим, добиваться успехов;
- в – помогают другим, когда представится случай.

4. Больше всего мне нравится, когда в группе:

- а – некому помогать;
- б – не мешают при выполнении задачи;
- в – остальные слабее подготовлены, чем я.

5. Мне кажется, что я способен на максимальное, когда:

- а – я могу получить помощь и поддержку со стороны других;
- б – мои усилия достаточно вознаграждены;

в – есть возможность проявить инициативу, полезную для всех.

6. Мне нравятся коллективы, в которых:

а – каждый заинтересован в улучшении результатов всех;

б – каждый занят своим делом и не мешает другим;

в – каждый человек может использовать других для решения своих задач.

7. Учащиеся оценивают как самых плохих таких преподавателей, которые:

а – создают дух соперничества между учениками;

б – не уделяют им достаточного внимания;

в – не создают условия для того, чтобы группа помогала им.

8. Больше всего удовлетворение в жизни дает:

а – возможность работы, когда тебе никто не мешает;

б – возможность получения новой информации от других людей;

в – возможность сделать полезное другим людям.

9. Основная роль преподавателя должна заключаться:

а – в воспитании людей с развитым чувством долга перед другими;

б – в подготовке приспособленных к самостоятельной жизни людей;

в – в подготовке людей, умеющих извлекать пользу от общения с другими людьми.

ми.

10. Если перед группой стоит какая-то проблема, то я:

а – предпочитаю, чтобы другие решали эту проблему;

б – предпочитаю работать самостоятельно, не полагаясь на других;

в – стремлюсь внести свой вклад в общее решение проблемы.

11. Лучше всего я бы учился, если бы преподаватель:

а – имел ко мне индивидуальный подход;

б – создавал условия для получения мной помощи со стороны других;

в – поощрял инициативу учащихся, направленную на достижение общего успеха.

ха.

12. Нет ничего хуже того случая, когда:

а – ты не в состоянии самостоятельно добиться успеха;

б – чувствуешь себя ненужным в группе;

в – тебе не помогают окружающие.

13. Больше всего я ценю:

а – личный успех, в котором есть доля заслуги моих друзей;

б – общий успех, в котором есть и моя заслуга;

в – успех, достигнутый ценой собственных усилий.

14. Я хотел бы:

а – работать в коллективе, в котором применяются основные приемы и методы совместной работы;

б – работать индивидуально с преподавателем;

в – работать со сведущими в данной области людьми.

Обработка и анализ результатов:

На основании ответов испытуемых с помощью ключа производится подсчет баллов по каждому типу восприятия индивидом группы. Каждому выбранному ответу приписывается 1 балл. Баллы, набранные испытуемым по всем 14 пунктам анкеты, суммируются для каждого типа восприятия отдельно. При этом общая сумма баллов по всем трем типам восприятия для каждого испытуемого должна быть равна 14. При обработке данных «индивидуалистический» тип восприятия индивидом группы обозначается буквой «И», «прагматический» – «П», «коллективистический» – «К». Результаты каждого испытуемого записываются в виде многочлена:

$$И + тп + пК,$$

где I – количество баллов, полученное испытуемым по «индивидуалистическому» типу восприятия; $т$ – «прагматическому»; $п$ – «коллективистическому», например:

$$4И + 6П + 4К.$$

Таблица 1.1 – Ключ к методике

Тип восприятия индивидом группы					
Индивидуалистический		Коллективистический		Прагматический	
1В	8А	1Б	8В	1А	8Б
2А	9Б	2В	9А	2Б	9В
3Б	10Б	3В	10В	3А	10А
4Б	11А	4А	11В	4В	11Б
5Б	12А	5В	12Б	5А	12В
6Б	13В	6А	13Б	6В	13А
7Б	14В	7А	14А	7В	14В

Методика диагностики межличностных отношений (Т. Лири)

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

Для представления основных социальных ориентаций Т. Лири разработал условную схему в виде круга, разделенного на сектора. В этом круге по горизонтальной

и вертикальной осям обозначены четыре ориентации: «доминирование – подчинение», «дружелюбие – враждебность». В свою очередь эти сектора разделены еще на 8 – соответственно более частных отношений. Для еще более тонкого описания круг делят на 16 секторов, но чаще используют октанты, определенным образом ориентированные относительно 2 главных осей. Схема Т. Лири основана на предположении, что чем ближе результаты испытуемого к центру окружности, тем сильнее оказывается взаимосвязь этих 2 переменных. Сумма баллов каждой ориентации переводится в индекс, где доминируют вертикальная («доминирование – подчинение») и горизонтальная («дружелюбие – враждебность») оси. Расстояние полученных показателей от центра окружности указывает на адаптивность или экстремальность интерперсонального поведения.

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

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

Разные направления диагностики позволяют определять тип личности, а также сопоставлять данные по отдельным аспектам, например «социальное Я», «реальное Я», «мои партнеры» и т.д.

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

Инструкция: Перед Вами опросник, содержащий различные характеристики. Следует внимательно прочесть каждую характеристику и подумать, соответствует ли она вашему представлению о себе. Если «Да», то в регистрационном бланке перечеркните крестом соответствующую порядковому номеру характеристики цифру. Если «Нет», то не делайте никаких пометок в регистрационном бланке. Постарайтесь проявить максимальную внимательность и откровенность, чтобы избежать повторного обследования.

Примечание: Методика может быть использована для оценки наблюдаемого поведения (то есть поведения в оценке окружающих («взгляд со стороны»)). Тогда инструкция будет выглядеть таким образом:

Перед Вами опросник, содержащий различные характеристики. Следует внимательно прочесть каждую характеристику и подумать, можете ли Вы отнести ее к N (обследуемому человеку). Если «Да», то в регистрационном бланке перечеркните крестом соответствующую порядковому номеру характеристики цифру. Если «Нет», то не делайте никаких пометок в регистрационном бланке. Постарайтесь проявить максимальную внимательность и откровенность, чтобы избежать повторного обследования.

Опросник

- I 1. Другие думают о нем благосклонно.
2. Производит впечатление на окружающих.
3. Умеет распоряжаться, приказывать.
4. Умеет настоять на своем.
- II 5. Обладает чувством собственного достоинства.
6. Независимый.
7. Способен сам позаботиться о себе.
8. Может проявить безразличие.
- III 9. Способен быть суровым.
10. Строгий, но справедливый.
11. Может быть искренним.
12. Критичен к другим.
- IV 13. Любит поплакаться.
14. Часто печален.
15. Способен проявить недоверие.
16. Часто разочаровывается.
- V 17. Способен быть критичным к себе.
18. Способен признать свою неправоту.
19. Охотно подчиняется.
20. Уступчивый.
- VI 21. Благородный.
22. Восхищающийся и склонный к подражанию.
23. Уважительный.
24. Ищущий одобрения.

- VII 25. Способный к сотрудничеству.
26. Стремиться ужиться с другими.
27. Дружелюбный, доброжелательный.
28. Внимательный и ласковый.
- VIII 29. Деликатный.
30. Одобряющий.
31. Отзывчивый к призывам о помощи.
32. Бескорыстный.
- I 33. Способен вызывать восхищение.
34. Пользуется уважением у других.
35. Обладает талантом руководителя.
36. Любит ответственность.
- II 37. Уверен в себе.
38. Самоуверен и напорист.
39. Деловит и практичен.
40. Любит соревноваться.
- III 41. Строгий и крутой, где надо.
42. Неумолимый, но беспристрастный.
43. Раздражительный.
44. Открытый и прямолинейный.
- IV 45. Не терпит, чтобы им командовали.
46. Скептичен.
47. На него трудно произвести впечатление.
48. Обидчивый, щепетильный.
- V 49. Легко смущается.
50. Неуверен в себе.
51. Уступчивый.
52. Скромный.
- VI 53. Часто прибегает к помощи других.
54. Очень почитает авторитеты.
55. Охотно принимает советы.
56. Доверчив и стремится радовать других.
- VII 57. Всегда любезен в общении.
58. Дорожит мнением окружающих.
59. Общительный и уживчивый.

60. Добросердечный.
- VIII 61. Добрый, вселяющий уверенность.
62. Нежный и мягкосердечный.
63. Любит заботиться о других.
64. Бескорыстный, щедрый.
- I 65. Любит давать советы.
66. Производит впечатление значимости.
67. Начальственно-повелительный.
68. Властный.
- II 69. Хвастливый.
70. Надменный и самодовольный.
71. Думает только о себе.
72. Хитрый и расчетливый.
- III 73. Нетерпим к ошибкам других.
74. Своекорыстный.
75. Откровенный.
76. Часто недружелюбен.
- IV 77. Озлобленный.
78. Жалобщик.
79. Ревнивый.
80. Долго помнит обиды.
- V 81. Склонный к самобичеванию.
82. Застенчивый.
83. Безынициативный.
84. Кроткий.
- VI 85. Зависимый, несамостоятельный.
86. Любит подчиняться.
87. Предоставляет другим принимать решения.
88. Легко попадает впросак.
- VII 89. Легко попадает под влияние друзей.
90. Готов довериться любому.
91. Благорасположен ко всем без разбору.
92. Всем симпатизирует.
- VIII 93. Прощает все.
94. Переполнен чрезмерным сочувствием.

95. Великодушен и терпим к недостаткам.
96. Стремится покровительствовать.
- I 97. Стремится к успеху.
98. Ожидает восхищения от каждого.
99. Распоряжается другими.
100. Деспотичный.
- II 101. Сноб (судит о людях по рангу и достатку, а не по личным качествам).
102. Тщеславный.
103. Эгоистичный.
104. Холодный, черствый.
- III 105. Язвительный, насмешливый.
106. Злобный, жестокий.
107. Часто гневливый.
108. Бесчувственный, равнодушный.
- IV 109. Злопамятный.
110. Проникнут духом противоречия.
111. Упрямый.
112. Недоверчивый и подозрительный.
- V 113. Робкий.
114. Стыдливый.
115. Отличается чрезмерной готовностью подчиняться.
116. Мягкотельный.
- VI 117. Почти никогда никому не возражает.
118. Ненавязчивый.
119. Любит, чтобы его опекали.
120. Чрезмерно доверчив.
- VII 121. Стремится снискать расположение каждого.
122. Со всеми соглашается.
123. Всегда дружелюбен.
124. Всех любит.
- VIII 125. Слишком снисходителен к окружающим.
126. Старается утешить каждого.
127. Заботится о других в ущерб себе.
128. Портит людей чрезмерной добротой.

Таблица 1.2 – Регистрационный бланк

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

Обработка результатов

Производится подсчет баллов по каждой октанте с помощью нижеприведенного ключа к опроснику. За каждый ответ «Да» (то есть вычеркнутый в регистрационном бланке) прибавляется 1 балл.

Ключ

I октанта – 1, 2, 3, 4, 33, 34, 35, 36, 65, 66, 67, 68, 97, 98, 99, 100.

II октанта – 5, 6, 7, 8, 37, 38, 39, 40, 69, 70, 71, 72, 101, 102, 103, 104.

III октанта – 9, 10, 11, 12, 41, 42, 43, 44, 73, 74, 75, 76, 105, 106, 107, 108.

IV октанта – 13, 14, 15, 16, 45, 46, 47, 48, 77, 78, 79, 80, 109, 110, 111, 112.

V октанта – 17, 18, 19, 20, 49, 50, 51, 52, 81, 82, 83, 84, 113, 114, 115, 116.

VI октанта – 21, 22, 23, 24, 53, 54, 55, 56, 85, 86, 87, 88, 117, 118, 119, 120.

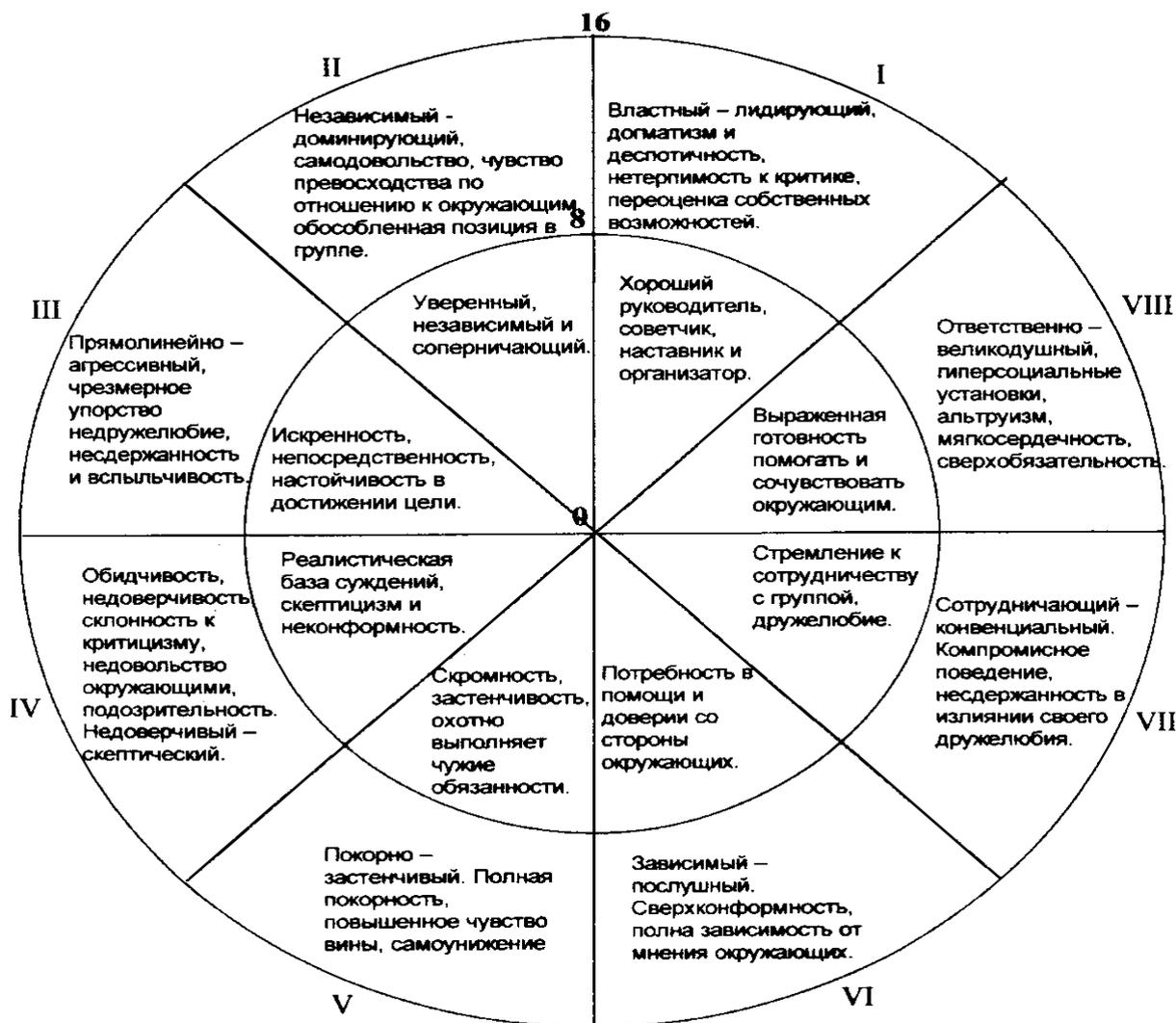
VII октанта – 25, 26, 27, 28, 57, 58, 59, 60, 89, 90, 91, 92, 121, 122, 123, 124.

VIII октанта – 29, 30, 31, 32, 61, 62, 63, 64, 93, 94, 95, 96, 125, 126, 127, 128.

Полученные баллы переносятся на дискограмму, при этом расстояние от центра круга соответствует числу баллов по данной октанте (от 0 до 16). Концы векторов соединяются и образуют личностный профиль.

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

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



Векторы:

V – Доминирования

G – Доброжелательности

$$V = I - V + 0,7(II + VIII - VI - IV)$$

$$G = VII - III + 0,7(VIII + VI - IV - II)$$

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

Рисунок 1.1 – Дискаграмма исследования доминирования и доброжелательности по методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири)

Качественный анализ полученных данных проводится путем сравнения дискаграмм, демонстрирующих различие между представлениями разных людей.

Интерпретация

Максимальная оценка уровня – 16 баллов, но она разделена на 4 степени выраженности отношения.

Таблица 1.3 – Оценка уровня

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

Методика «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас).

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

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

Инструкция: Перед Вами тридцать пар суждений. В каждой паре выберите то суждение, которое является наиболее типичным для характеристики вашего поведения.

1. А) Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.
Б) Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба не согласны.
2. А) Я стараюсь найти компромиссное решение.
Б) Я пытаюсь уладить дело с учетом интересов другого и моих собственных.
3. А) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.
Б) Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.
4. А) Я стараюсь найти компромиссное решение.

- Б) Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.
5. А) Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.
- Б) Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
6. А) Я пытаюсь избежать возникновения неприятностей для себя.
- Б) Я стараюсь добиться своего.
7. А) Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.
- Б) Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться своего.
8. А) Обычно я настойчиво пытаюсь добиться своего.
- Б) Я первым делом стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.
9. А) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.
- Б) Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.
10. А) Я твердо стремлюсь достичь своего.
- Б) Я пытаюсь найти компромиссные решения.
11. А) Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.
- Б) Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.
12. А) Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.
- Б) Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.
13. А) Я предлагаю среднюю позицию.
- Б) Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему.
14. А) Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.
- Б) Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.
15. А) Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.
- Б) Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряженности.
16. А) Я стараюсь не задеть чувств другого.
- Б) Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.
17. А) Обычно я настойчиво пытаюсь добиться своего.

- Б) Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
18. А) Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.
- Б) Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.
19. А) Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.
- Б) Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.
20. А) Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.
- Б) Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.
21. А) Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.
- Б) Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.
22. А) Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей позицией и точкой зрения другого человека.
- Б) Я отстаиваю свои желания.
23. А) Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.
- Б) Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.
24. А) Если позиция другого кажется ему очень важной, я стараюсь пойти навстречу его желаниям.
- Б) Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.
25. А) Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.
- Б) Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.
26. А) Я предлагаю среднюю позицию.
- Б) Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.
27. А) Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.
- Б) Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.
28. А) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.
- Б) Улаживая ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого.
29. А) Я предлагаю среднюю позицию.
- Б) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

30. А) Я стараюсь не задеть чувств другого.

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

Таблица 1.4 – Ключ к тесту методики «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас)

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

Продолжение таблицы 1.4

29			А	Б	
30		Б			А

Обработка

Подсчитайте количество баллов по каждому столбику. Название столбика набравшего наибольшее количество баллов является вашей ведущей стратегией поведения в конфликтной ситуации.

Краткая характеристика типов разрешения конфликта

Человек, использующий стиль конкуренции (соперничества), активен и предпочитает идти к разрешению конфликта собственным путем. Он не заинтересован в сотрудничестве с другими и достигает цели, используя свои волевые качества. Он старается в первую очередь удовлетворить собственные интересы в ущерб интересам других, вынуждая их принимать нужное ему решение проблемы.

Стиль избегания означает, что индивид не отстаивает свои права, ни с кем не сотрудничает для выработки решения или уклоняется от решения конфликта. Для этого используются уход от проблемы (выход из комнаты, смена темы и т.д.), игнорирование ее, перекладывание ответственности за решение на другого, отсрочка решения и т.п.

Приспособление – это действия совместно с другим человеком без попытки отстаивать собственные интересы. В отличие от уклонения, при этом стиле имеет место участие в ситуации и согласие делать то, чего хочет другой. Это стиль уступок, согласия и принесения в жертву собственных интересов.

Тот, кто следует стилю сотрудничества, активно участвует в разрешении конфликта и отстаивает свои интересы, но старается при этом сотрудничать с другим человеком. Этот стиль требует более продолжительных затрат времени, чем другие, так как сначала выдвигаются нужды, заботы и интересы обеих сторон, а затем идет их обсуждение. Это хороший способ удовлетворения интересов обеих сторон, который требует понимания причин конфликта и совместно поиска новых альтернатив его решения. Среди других стилей сотрудничество – самый трудный, но наиболее эффективный стиль в сложных и важных конфликтных ситуациях.

При использовании стиля компромисса обе стороны немного уступают в своих интересах, чтобы удовлетворить их в остальном, часто главном. Это делается путем торга и обмена, уступок. В отличие от сотрудничества, компромисс достигается на более поверхностном уровне – один уступает в чем-то, другой тоже, в результате появляется возможность прийти к общему решению. При компромиссе отсутствует

поиск скрытых интересов, рассматривается только то, что каждый говорит о своих желаниях. При этом причины конфликта не затрагиваются. Идет не поиск их устранения, а нахождение решения, удовлетворяющего сиюминутные интересы обеих сторон.

Оптимальной стратегией в конфликте считается такая, когда применяются все пять тактик поведения, и каждая из них имеет значение в интервале от 5 до 7 баллов. Если Ваш результат отличен от оптимального, то одни тактики выражены слабо – имеют значения ниже 5 баллов, другие – сильно – выше 7 баллов.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков

Таблица 2.1 – Результаты исследования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко)

№ п/п	Индивидуалистический	Коллективистический	Прагматический
1	2	7	5
2	6	4	4
3	4	6	4
4	3	8	3
5	7	4	3
6	5	7	2
7	9	3	2
8	4	7	3
9	8	4	2
10	6	5	3
11	2	7	5
12	6	4	4
13	4	6	4
14	3	8	3
15	7	4	3
16	5	7	2
17	9	3	2
18	4	7	3
19	8	4	2
20	6	5	3
21	2	7	5
22	6	4	4
23	4	6	4
24	3	8	3
25	7	4	3
Итого	Индивидуалистический тип восприятия группы – 12 человек – 48 % Коллективистический тип восприятия группы – 13 человек – 52 % Прагматический тип восприятия группы – 0 человек – 0 %		

Таблица 2.2 – Результаты исследования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков по методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири)

№ п/п	Типы отношения к окружающим							
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1	6	2	6	3	4	6	13	10
2	11	8	11	9	8	14	13	10
3	6	2	3	1	1	4	4	4
4	0	1	0	0	0	0	0	0
5	4	1	0	0	0	1	1	1
6	1	1	1	0	9	2	4	2
7	2	5	4	2	2	2	7	6
8	8	7	5	1	7	6	5	6
9	3	4	2	0	0	0	2	0
10	8	5	6	3	3	5	5	9
11	2	4	2	2	5	6	7	6
12	10	5	6	5	2	1	6	2
13	7	7	4	3	5	2	9	11
14	5	2	2	6	5	4	7	1
15	9	6	9	8	9	9	12	11
16	7	8	5	3	7	8	10	11
17	1	1	2	1	8	10	9	3
18	0	2	3	1	0	1	0	1
19	5	5	4	7	8	11	13	11
20	6	2	8	3	8	7	11	8
21	0	0	1	2	2	0	0	3
22	8	4	5	5	3	6	6	6
23	7	6	5	2	6	10	9	11
24	6	2	6	3	4	6	13	10
25	11	8	11	9	8	14	13	10

Таблица 2.2.1 – Распределение уровней межличностных отношений подростков по методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири)

Уровни	Количество, % (чел)
I – авторитарный	
адаптивное поведение	84 % (21 человек)
экстремальное поведение до патологии	16 % (4 человека)
II – эгоистический	
адаптивное поведение	100 % (25 человек)
экстремальное поведение до патологии	0 % (0 человек)
III – агрессивный	
адаптивное поведение	92 % (23 человека)
экстремальное поведение до патологии	8 % (2 человека)
IV – подозрительный	
адаптивное поведение	92 % (23 человека)
экстремальное поведение до патологии	8 % (2 человека)
V – подчиняемый	
адаптивное поведение	92 % (23 человека)
экстремальное поведение до патологии	8 % (2 человека)
VI – зависимый	
адаптивное поведение	76 % (19 человек)
экстремальное поведение до патологии	24 % (6 человек)
VII – дружелюбный	
адаптивное поведение	60 % (15 человек)
экстремальное поведение до патологии	40 % (10 человек)
VIII – альтруистический	
адаптивное поведение	64 % (16 человек)
экстремальное поведение до патологии	36 % (9 человек)

Таблица 2.3 – Результаты исследования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков по методике «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас)

№ п/п	Типы поведения в конфликтных ситуациях (баллы)				
	избегание	приспособление	компромисс	соперничество	сотрудничество
1	8	11	6	0	4
2	9	6	6	6	4
3	9	6	7	5	3
4	6	5	10	5	5
5	5	6	10	4	5
6	6	11	7	0	6
7	6	3	8	11	2
8	6	6	9	2	7
9	4	10	7	1	8
10	5	6	6	1	11
11	6	6	7	0	11
12	4	9	7	3	7
13	3	6	11	5	5
14	5	5	6	2	11
15	10	6	2	5	7
16	4	7	7	3	9
17	10	8	5	0	5
18	6	6	6	3	11
19	6	10	7	0	7
20	5	6	6	10	3
21	10	7	4	4	5
22	6	11	4	3	7
23	8	6	9	4	4
24	8	11	8	0	4
25	9	6	6	6	4
Итого	Избегание – 6 человек – 24 % Приспособление – 7 человек – 28 % Компромисс – 5 человек – 20 % Соперничество – 2 человек – 8 % Сотрудничество – 5 человек – 20 %				

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования

Цель программы: формирование конструктивных стратегий межличностных отношений старших подростков.

Задачи:

Создать условия для благоприятного психологического климата.

Сформировать у подростков конструктивные стратегии поведения в конфликтных ситуациях.

Развивать коммуникативные навыки старших подростков.

Способствовать развитию эмпатии.

В программе используются следующие методы: тренинговые упражнения, сюжетно-ролевые игры, дискуссии, консультация, консультативная беседа, эмпатичное слушание, активное слушание.

Основная форма работы – тренинг, представляющий собой метод активного обучения и психологического воздействия, осуществляемый в ходе интенсивного группового взаимодействия и направленный на повышение коммуникативной компетентности. Этот процесс включает в себя принцип активности обучающегося, который дополняется принципом рефлексии о собственном поведении и поведении других участников группы.

Формирующая деятельность осуществляется в рамках групповых занятий, а также через индивидуальные психологические консультации.

Программа рассчитана на старших подростков, в возрасте 15-17 лет, состоит из 8 занятий, продолжительность 1 занятия – 45 минут (1 академический час). Общий объем программы – 8 часов. Программу рекомендуется проводить 2 раза в неделю.

Данная программа опирается на ряд принципов:

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

6. Принцип конфиденциальности.

Психолого-педагогическая программа формирования межличностных отношений состоит из трех блоков:

1. Установочный блок

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

2. Формирующий блок

Цель: формирующее воздействие, способствующее повышению уровня коммуникативных навыков, эмпатии, сплочению и последующему межличностному взаимодействию между участниками.

3. Обобщающий блок

Цель: подвести итог занятий

Занятия имеют четкую структуру, состоящие из нескольких взаимосвязанных частей, а именно:

1. Ритуал приветствия.

Способствует сплочению участников, созданию атмосферы группового доверия и принятия.

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

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

4. Ритуал прощания – смысловое завершение занятий.

Направленность занятия Цель Содержание

1	Установление контакта	Создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия	Ритуал приветствия
---	-----------------------	---	--------------------

1) «Объявление обо мне»;

2) «Наша группа»;

3) «...зато ты».

«Ритуал прощания»

2	Построение доверительных отношений	Способствовать эмоционально-психологическому сближению участников	«Ритуал приветствия»
---	------------------------------------	---	----------------------

1) «Сядьте так, как..»;

2) «Зона комфорта»;

- 3) «Доверие»;
- 4) «Открою вам секрет».
- «Ритуал прощания»
- 3 Сплочение Развитие умения взаимодействовать в команде «Ритуал приветствия»
- 1) «Построим дом»;
- 2) «Волшебные руки»;
- 3) «Веселый счет».
- «Ритуал прощания»
- 4 Установление взаимопонимания в коллективе Сформировать умение принимать коллективные решения «Ритуал приветствия»
- 1) постановка «Какими мы будем через 10 лет»;
- 2) «Спасибо тебе за..».
- «Ритуал прощания»
- 5 Техника активного слушания Развить умение слушать и слышать собеседника «Ритуал приветствия»
- 1) знакомство с типичными приемами слушания;
- 2) «Диспут»;
- 3) «Спор при свидетелях».
- «Ритуал прощания»
- 6 Ораторское искусство Сформировать навыки корректного, четкого формулирования текста «Ритуал приветствия»
- 1) «Испорченный телефон»;
- 2) «Переводчик»;
- 3) «Интересные вопросы».
- «Ритуал прощания»
- 7 Проблемы общения Формирование навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях «Ритуал приветствия»
- 1) «Претензия-ответ-мир»;
- 2) просмотр видеоролика из фильма Р. Быкова «Чучело»;
- 3) «Портрет героя фильма»;
- 4) «Правила общения в классе».
- «Ритуал прощания»

8 Эмпатия Создать условия для развития способности человека к сочувствию и сопереживанию окружающим «Ритуал приветствия» «Передача чувства»

1) «Скажи по-разному»;

2) «Тренируем эмоции».

«Ритуал прощания»

Занятие № 1.

Приветствие.

Психолог: Мне всегда интересно смотреть, как люди приветствуют друг друга. Сейчас мне нужны два добровольца, которые покажут, как выглядит типичное русское рукопожатие... Кто видел другие формы приветствия? Может быть, мы можем продемонстрировать их друг другу?

Сейчас вы должны придумать новый забавный способ того, как мы могли бы приветствовать друг друга в этой группе. Тогда в следующий раз мы будем здороваться именно таким способом.

Сначала каждый выбирает себе партнера. Это первый шаг к успеху. Теперь у вас есть три минуты, чтобы изобрести новую и необычную форму приветствия для всех нас. Она должна быть достаточно простой, чтобы мы могли ее запомнить и использовать в повседневном общении, но она должна и приносить удовольствие.

Конечно, вы можете использовать детали других приветствий, которые вы знаете; вы можете их изменять или добавлять что-нибудь совсем новое. Я напишу ваши имена на листочках, и мы будем тянуть жребий. Тот вариант, который вытянем, мы будем использовать для приветствия на следующей неделе. Вы готовы? Тогда вы можете приступать к творчеству. У вас три минуты.

(Пусть все пары покажут свои изобретения. Вытяните жребий и объявите имена победителей.)

Если я крикну: «Новое приветствие!», то у вас будет ровно тридцать секунд, чтобы поприветствовать максимальное число членов группы выбранным нами способом. Поэтому попробуйте сейчас пару раз поздороваться именно таким образом. Походите по комнате, поупражняйтесь и хорошенько запомните его, чтобы начать приветствовать друг друга сразу, как только я скажу.

Упражнение «Объявление обо мне».

Цель: развитие умения презентовать себя.

Содержание: Участникам предлагается дать объявление о себе в газету. Объявления должны быть короткими, но нести максимум информации об авторе. Затем

объявления зачитываются и проводится обсуждение, что является основным: желание помочь кому-то, получить что-то или заявить о своих способностях.

Упражнение «Наша группа».

На доске вывешивается лист ватмана, а каждый участник получает фломастер (цвета фломастеров не повторяются).

Задание: молча, не обмениваясь фломастерами, всем вместе нарисовать свою группу (класс). Затем проанализировать, рисунок.

Рефлексия: Нравится ли вам то, что изображено на ватмане? Какие характерные черты вашего класса отражает рисунок? Что бы вы поменяли в этом рисунке?

Упражнение «... зато ты».

Цель упражнения: создание благоприятной атмосферы в группе.

Каждый участник называет свое качество, которое ему в себе не нравится. Следующий, говорящий по кругу, начинает с фразы «зато ты...» и называет качество, которое ему больше нравится в этом человеке.

Ритуал прощания.

Занятие № 2.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Раскрою тайну».

Цель: создание условий для сплочения коллектива и мотивации к деятельности.

Содержание: Участники сидят в кругу. У психолога в руках мяч. – Сейчас мы будем бросать друг другу этот мяч и тот, у кого окажется мяч, завершает фразу «Никто из вас не знает, что я (или у меня)...» Будьте внимательны и сделайте так, чтобы каждый принял участие в выполнении задания. У каждого мяч должен побывать несколько раз.

Упражнение «Сядьте так, как ...».

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Содержание: Ведущий предлагает участникам посидеть на своих стульях так, как сидели бы: король, курица на насесте, начальник милиции, преступник на допросе, судья, жираф, маленькая мышка, слон, пилот, бабочка и т. д.

Упражнение «Зона комфорта»

Это интересное упражнение, при котором становится понятно, сколько личного пространства нужно каждому участнику. Где та граница, на которой возникает ощущение, что другой подошел слишком близко? Полученный опыт дает возможность поговорить о том, как близко готов человек подпускать к себе других людей, каковы

его потребности в одиночестве и участии, и соответственно – какова его готовность идти на контакт и сотрудничество.

Играют по парам. Один из них закрывает глаза, другой встает на расстоянии пяти метров от него.

«Слепой» партнер дает сигнал к началу игры и говорит: «Иди сюда». Тогда другой игрок медленно подходит к «слепому» до тех пор, пока тот не поднимет руку и не скажет «Стоп». После этого партнеры меняются ролями.

После окончания упражнения партнеры обмениваются своими впечатлениями.

«Слепой» рассказывает о том:

Что он чувствовал в тот момент, когда сказал «Стоп»? Что он чувствовал при приближении партнера? Какое расстояние от него до партнера обычно было комфортным? Каков его личный ритм при вхождении в контакт и выходе из него? Какое количество человек в группе для него приемлемо? Сколько времени ему нужно тратить на себя самого?

Его партнер также рассказывает о том, что он чувствовал. Подпустили ли его ближе, чем он сам того хотел?

Упражнение «Доверие».

Психолог: Участники тренинга становятся в круг, как можно плотнее друг к другу. Затем один из участников тренинга выходит в центр круга и старается полностью расслабиться. Остальные, вытянув руки перед собой, прикасаются ими к тому, кто в центре круга, и начинают покачивать его из стороны в сторону, поддерживая и не давая упасть. Через данную «процедуру» должны пройти по очереди все участники тренинга.

Рефлексия: Кто действительно мог расслабиться, снять зажимы, не боялся упасть, кто доверился участникам игры? Почему не все смогли полностью расслабиться и довериться группе? В чем причина такого недоверия?

Ритуал прощания.

Занятие № 3.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Веселый счет».

Цель: снятие внутреннего напряжения участников, сплочение группы путем совместного и одновременного выполнения упражнения.

Ход упражнения: Ведущий называет какое-либо число, не превышающее количество человек в группе. Названное количество участников встает. В выполнении упражнения необходимо добиться синхронности, участники не должны совещаться.

Психологический смысл упражнения: упражнение позволяет участникам почувствовать другого, понять его мысли с целью более эффективного выполнения задания.

Обсуждение: почему сначала не получалось выполнить задание? Что помогло в выполнении задания?

Упражнение «Построим дом».

Цель: осознание своей роли в группе, стиля поведения.

Ход упражнения: участники делятся на 2 команды. Ведущий дает инструкцию: «Каждая команда должна стать полноценным домом! Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этом доме – дверью, стеной, а может быть обоями или предметом мебели, цветком или телевизором? Выбор за Вами! Но не забывайте, что Вы должны быть полноценным и функциональным домом! Постройте свой дом! Можно общаться между собой».

Психологический смысл упражнения: Участники задумываются над тем, какую функцию они выполняют в этом коллективе, осознают, что все они нужны в своем «доме», что способствует сплочению.

Обсуждение: Как проходило обсуждение в командах? Сразу ли Вы смогли определить свою роль в «доме»? Почему Вы выбрали именно эту роль? Я думаю, Вы все поняли, что каждая часть Вашего «дома» важна и нужна в нем, каждая несет свою определенную функцию, без которой дом не может быть полноценным!

Упражнение «Волшебные руки».

Цель: эмоционально-психологическое сближение участников.

Ход упражнения: Участники образуют два круга: внутренний и внешний, стоя лицом друг к другу. Ведущий дает команды, которые участники выполняют молча в образовавшейся паре. После этого по команде ведущего внешний круг двигается вправо на шаг.

Варианты инструкций образующимся парам:

1. Поздороваться с помощью рук.
2. Побороться руками.
3. Помириться руками.
4. Выразить поддержку с помощью рук.
5. Пожалеть руками.
6. Выразить радость.
7. Пожелать удачи.
8. Попрощаться руками.

Психологический смысл упражнения: происходит эмоционально-психологическое сближение участников за счет телесного контакта. Между ними улучшается взаимопонимание, развивается навык невербального общения.

Обсуждение: Что было легко, что сложно? Кому было сложно молча передавать информацию? Кому легко? Обращали ли внимание на информацию от партнера или больше думали, как передать информацию самим? Как Вы думаете, на что было направлено это упражнение?

Ритуал прощания.

Занятие № 4.

Ритуал приветствия.

Постановка «Какими мы будем через 10 лет».

Цель: выявление уровня осознания участниками своих личностных особенностей и возможного влияния их на развитие личности и на жизненный путь в целом.

Членам группы предлагалось поставить спектакль, актерами и зрителями которого будут они сами. Название пьесы «Какими мы будем через 10 лет». Обговорить с участниками примерный сценарий, место встречи, обстановку. Напомнить о том, чтобы они продемонстрировали все полученные знания, умения, навыки, особое внимание обратили на подачу и принятие обратной связи.

Упражнение «Спасибо тебе за...»

Подросткам предлагается продолжить фразу «Спасибо тебе за...» В которых выразить несколько слов благодарности своему другу – коллеге за те функции, которые он выполнял, работая над пьесой.

Рефлексия: какие чувства вы испытывали, работая над пьесой? Возникали ли недопонимания? Как удавалось их разрешить?

Ритуал прощания.

Занятие № 5.

Ритуал приветствия.

Обсуждение приемов слушания.

Типичные приемы слушания:

1. Глухое поддакивание
2. Угу – поддакивание («ага», «угу», «да-да», «ну», кивание подбородком и т.п.).
3. Эхо – повторение последних слов собеседника.
4. Зеркало – повторение последней фразы с изменением порядка слов.

5. Перефраз – передача содержания высказывания партнера, другими словами.
6. Побуждение – междометия и другие выражения, побуждающие собеседника продолжить прерванную речь («Ну и...», «Ну и что дальше?», «Давай-давай» и т.п.).
7. Уточняющие вопросы – вопросы типа «Что ты имел в виду, когда говорил «эсхатологический»».
8. Наводящие вопросы – вопросы типа «Что-где-когда-почему-зачем», расширяющие сферу, затронутую говорящим, нередко такие вопросы являются по существу уводящими от линии, намеченной рассказчиком.
9. Оценки, советы
10. Продолжения – когда слушающий вклинивается в речь и пытается завершить фразу, начатую говорящим, «подсказывает слова».
11. Эмоции – «ух», «ах», «здорово», смех, «ну-и-ну», «скорбная мина» и пр.
12. Нерелевантные и псевдорелевантные высказывания – высказывания, не относящиеся к делу или относящиеся лишь формально («а в Гималаях все иначе» и следует рассказ о Гималаях, «кстати о музыке...» и следует информация о гонорарах известных музыкантов).

После обсуждения ведущий предлагает "рассказчикам" описать наблюдаемые ими реакции слушателей и дать им классификацию на основе приведенной схемы. Выявляются наиболее часто используемые реакции и обсуждаются их положительные и отрицательные стороны в ситуациях общения.

Упражнение «Диспут»

Упражнение проводится в форме диспута. Участники делятся на две приблизительно равные по численности команды. С помощью жребия решается, какая из команд будет занимать одну из альтернативных позиций по какому-либо вопросу, например: сторонники и противники «загара», «курения», «раздельного питания» и т.д.

Аргументы в пользу той или иной точки зрения члены команд высказывают по очереди. Обязательным требованием для играющих является поддержка высказываний соперников и уяснение сущности аргументации. В процессе слушания тот из членов команды, чья очередь высказываться следующим, должен реагировать уступчивым киванием и эхо, задавать уточняющие вопросы, если содержание аргументации не до конца ясно или же сделать парафраз, если создано впечатление полной ясности. Аргументы в пользу позиции своей команды разрешается высказывать лишь после того, как выступающий тем или иным способом просигнализирует, что его поняли правильно (кивок головой, «да, именно это я и имел в виду»).

Ведущий следит за очередностью выступлений, за тем, чтобы слушающий осуществлял поддержку высказывания, не пропуская тактов, парафраз, используя при этом реакции соответствующего такта. Можно давать разъяснения типа, «Да, Вы меня поняли правильно» легче всего, просто повторив слова собеседника, а убедиться в правильности понимания можно, парафразируя его высказывания. Предостеречь участников от попыток продолжать и развивать мысли собеседника, приписывая ему не его слова.

В заключение упражнения ведущий комментирует его ход, обращая внимание на случаи, когда с помощью парафразы удалось добиться уточнения позиций участников «диспута».

Упражнение «Спор при свидетеле»

Обучаемые разбиваются на тройки. Один из членов тройки берет на себя роль наблюдателя-контролера. Его задача – следить за тем, чтобы участники спора осуществляли поддержку высказываний партнеров, не пропускали второго такта («Уяснение») и при парафразе использовали «другие слова», т.е. он выполняет те же функции, что ведущий в предыдущем упражнении. Два других члена тройки, предварительно решив, какую из альтернативных позиций они занимают, вступают в спор, на выбранную ими тему, придерживаясь трехкратной схемы ведения диалога. По ходу упражнения участники меняются ролями, т.е. роль наблюдателя-контролера поочередно выполняют все члены тройки.

На упражнение отводится 15 минут.

По окончании устраивается общее обсуждение. Примерные вопросы для обсуждения:

- «Какие трудности в использовании схемы встретили Вы в разговоре?»;
- «Были ли случаи, когда после парафразы происходило уточнение позиции?»;
- «Кто из партнеров не понял другого – тот, кто говорил, или тот, кто слушал?».

Ритуал прощания

Занятие № 6.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Испорченный телефон».

Цель: сплотить группу и настроить на работу.

Наверно, все знают игру «Испорченный телефон»? Давайте начнем сегодняшнее занятие с этой игры. Выстроимся в цепочку, глядя в спину соседу впереди нас. Ведущий стоит в конце цепочки и, положив руку на плечо впереди стоящему, тихо-

тихо, чтобы не слышали другие, говорит ему слово, тот так же передает услышанное слово дальше, не переспрашивая, если не совсем понял, и так до конца цепочки, последний называет слово, которое ему пришло.

Упражнение «Переводчик».

Цель: сформировать навыки внимательного приема информации, и передачи полученной информации без искажений.

Выбирается 4 добровольца. Двое – иностранцы (они из разных стран и друг друга не понимают) и двое – переводчики. Ситуация деловых переговоров. Иностранцы встретились, чтобы сделать друг другу деловое предложение. А переводчики, должны друг через друга передавать слова иностранцев, но не слово в слово, а через перефразирование, стараясь не исказить информацию.

Упражнение «Интересные вопросы».

Цель: тренировка навыков самопрезентации, публичного выступления, беглости и гибкости речи.

Описание упражнения:

Каждого участника просят придумать по два интересных с их точки зрения вопроса. Один из них носит нейтральный характер, не связан с личностью отвечающего (например, «Как ты думаешь, что нужно делать подростку, который только недавно начал заниматься спортом, но мечтает через 10 лет победить на Олимпиаде?»). А второй вопрос носит личный характер, непосредственно касается жизни отвечающего (например, «Что ты считаешь самой большой победой в своей жизни, а что – самым серьезным проигрышем?»). Нейтральный вопрос записывается на белом листочке, а личный – на красном. Потом все эти листочки собираются ведущим, переворачиваются текстом книзу, перемешиваются и выкладываются перед участниками. Каждый из них вытягивает один листочек (выбирая сам, красный или белый), читает доставшийся ему вопрос и публично отвечает на него. Когда ответ завершен, другим участникам предлагается, при желании, что-либо добавить к нему.

Ритуал прощания.

Занятие № 7.

Ритуал приветствия.

«Претензия-ответ-мир»

Цель: сформировать навыки «первичного» поведения в ситуации «претензия».

Группа делится пополам и образует два круга, обращенных друг к другу «лицом». Внешнему кругу, каждому участнику, дается фраза – претензия, который тот по сигналу должен предъявить человеку, сидящему (стоящему) напротив него. И тот,

кто должен реагировать, реагирует так, чтобы сгладить ситуацию. По сигналу внешний круг передвигается на одного человека до тех пор, пока в паре не окажутся те, кто с кем начинал.

Обсуждение: какие ситуации игры были наиболее сложными для тех, кто реагировал, и что получилось и что не получилось.

Просмотр видеоролика из фильма Р. Быкова «Чучело».

Цель: профилактика жестокости и развитие навыков конструктивного общения и решения конфликтов.

Упражнение «Портрет героя фильма».

Цель: анализ и понимание поведения героев фильма, развитие эмпатии, навыков коммуникации и саморефлексии участников.

Упражнение «Правила общения в классе».

Цель: способствовать снижению уровня проблем в межличностных отношениях учащихся и развитию навыков эффективного общения.

Подростки составляют список правил общения для своего класса на основе анализа видеоролика из фильма «Чучело».

Ритуал прощания.

Занятие № 8.

Ритуал приветствия

Упражнение «Скажи по-разному»

Цель: сформировать навыки отражения и распознавания эмоций и чувств.

В этом задании должен будет поучаствовать каждый. Участнику необходимо выйти в круг, придумать любую фразу и сказать ее нескольким людям таким образом, чтобы передать какую-то эмоцию, участники должны угадать, что в этот момент примерно чувствовал «ведущий» и что за эмоции он передавал. Обсуждение рисунков, выполненных дома.

Упражнение «Тренируем эмоции»

Цель: Развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим.

Ведущий предлагает подросткам:

нахмуриться как: осенняя туча, рассерженный человек;

позлиться, как: два барана на мосту, при ссоре с другом;

испугаться, как: в милиции, птенец, упавший из гнезда, при встрече со злой собакой;

улыбнуться, как: кот на солнышке, само солнце, будто ты увидел чудо.

Ритуал прощания.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования

Таблица 4.1 – Результаты исследования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) после реализации психолого-педагогической программы

№ п/п	Индивидуалистический	Коллективистический	Прагматический
1	1	8	4
2	5	3	2
3	2	8	3
4	1	9	5
5	6	5	5
6	4	8	4
7	8	4	4
8	3	8	5
9	7	5	4
10	7	6	4
11	1	8	6
12	3	5	8
13	2	8	5
14	4	8	5
15	8	5	5
16	4	8	4
17	8	5	4
18	3	9	5
19	7	5	4
20	7	6	4
21	3	6	9
22	3	5	8
23	3	8	5
24	2	9	5
25	6	5	4
Итого	Индивидуалистический тип восприятия группы – 12 человек – 40 % Коллективистический тип восприятия группы – 13 человек – 48 % Прагматический тип восприятия группы – 0 человек – 12 %		

Таблица 4.2 – Результаты исследования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков по методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири) после реализации психолого-педагогической программы

№ п/п	Типы отношения к окружающим							
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1	5	2	5	7	3	5	11	7
2	9	4	9	5	5	11	11	9
3	4	6	2	4	4	5	4	4
4	1	5	1	6	6	4	0	0
5	5	4	2	7	4	6	1	1
6	2	3	3	5	9	3	4	2
7	1	7	2	4	6	2	7	6
8	7	6	4	6	4	5	5	6
9	2	4	3	3	5	6	2	0
10	7	2	5	6	7	3	5	9
11	3	1	3	7	3	5	7	6
12	8	5	5	5	5	4	6	2
13	6	6	6	8	4	6	9	9
14	4	4	4	5	6	2	7	1
15	8	7	3	3	9	5	10	9
16	6	3	5	5	5	8	9	9
17	2	8	4	6	6	9	7	3
18	1	6	2	4	4	2	0	1
19	4	4	6	2	3	9	10	9
20	5	5	5	5	6	3	9	8
21	1	2	4	3	2	5	0	3
22	6	1	7	6	4	2	6	6
23	5	5	3	7	5	9	7	9
24	5	3	2	4	3	4	9	7
25	9	6	8	9	6	10	8	9

Таблица 4.2.1 – Распределение уровней межличностных отношений подростков по методике диагностики межличностных отношений (Т. Лири) после реализации психолого-педагогической программы

Уровень	Количество, % (чел)
I – авторитарный	
адаптивное поведение	92 % (23 человек)
экстремальное поведение до патологии	8 % (2 человека)
II – эгоистический	
адаптивное поведение	100 % (25 человек)
экстремальное поведение до патологии	0 % (0 человек)
III – агрессивный	
адаптивное поведение	96 % (24 человека)
экстремальное поведение до патологии	4 % (1 человек)
IV – подозрительный	
адаптивное поведение	96 % (24 человека)
экстремальное поведение до патологии	4 % (1 человека)
V – подчиняемый	

Продолжение таблицы 4.2.1

адаптивное поведение	92 % (23 человека)
экстремальное поведение до патологии	8 % (2 человека)
VI – зависимый	
адаптивное поведение	80 % (20 человек)
экстремальное поведение до патологии	20 % (5 человек)
VII – дружелюбный	
адаптивное поведение	68 % (17 человек)
экстремальное поведение до патологии	32 % (8 человек)
VIII – альтруистический	
адаптивное поведение	72 % (18 человек)
экстремальное поведение до патологии	28 % (7 человек)

Таблица 4.3 – Результаты исследования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков по методике «Стратегия и тактика поведения в конфликтной ситуации» (К. Томас) после реализации психолого-педагогической программы

№ п/п	Типы поведения в конфликтных ситуациях (баллы)				
	избегание	приспособление	компромисс	соперничество	сотрудничество
1	5	7	9	0	4
2	6	7	8	6	4
3	9	6	7	5	3
4	6	7	8	5	5
5	7	6	8	4	5
6	6	11	7	0	6
7	6	3	8	11	2
8	6	6	9	2	7
9	4	10	7	1	8
10	7	6	7	1	8
11	6	8	7	0	9
12	4	9	7	3	7
13	3	8	9	5	5
14	7	7	6	2	8
15	10	6	2	5	7
16	4	7	7	3	9
17	10	8	5	0	5
18	6	8	6	3	9
19	6	9	8	0	7
20	5	5	6	10	3
21	10	9	3	3	5
22	8	9	4	3	7
23	8	6	9	4	4
24	8	10	9	0	4
25	8	7	6	6	4
Итого	Избегание – 5 человек – 20 % Приспособление – 5 человек – 20 % Компромисс – 7 человек – 28 % Соперничество – 2 человек – 8 % Сотрудничество – 6 человек – 24 %				

Таблица 4.4 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по диагностике межличностных отношений подростков по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) (индивидуалистический тип восприятия группы)

№ п/п	До	После	Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый № сдвига
1	2	1	-1	1	10,5
2	6	5	-1	1	10,5
3	4	2	-2	2	22
4	3	1	-2	2	22
5	7	6	-1	1	10,5
6	5	4	-1	1	10,5
7	9	8	-1	1	10,5
8	4	3	-1	1	10,5
9	8	7	-1	1	10,5
10	6	7	1	1	10,5
11	2	1	-1	1	10,5
12	6	3	-3	3	24,5
13	4	2	-2	2	22
14	3	4	1	1	10,5
15	7	8	1	1	10,5
16	5	4	-1	1	10,5
17	9	8	-1	1	10,5
18	4	3	-1	1	10,5
19	8	7	-1	1	10,5
20	6	7	1	1	10,5
21	2	3	1	1	10,5
22	6	3	-3	3	24,5
23	4	3	-1	1	10,5
24	3	2	-1	1	10,5
25	7	6	-1	1	10,5
Итого					325

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=325$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\Sigma_{xij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+25)25}{2} = 325$$

Суммы равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно. Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов «редких» направлений составляет $T_{\text{эмп}}$:

$$T = \Sigma Rt = 10,5 + 10,5 + 10,5 + 10,5 + 10,5 = 52,5.$$

Критические значения для Т-критерия Вилкоксона для $n=25$:

$$T_{\text{кр}} = 76 (p \leq 0.01); T_{\text{кр}} = 100 (p \leq 0.05)$$

Эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{эмп} < T_{кр} (0,01)$.

$T_{эмп}$ находится в зоне значимости.

Таблица 4.5 – Расчет T-критерий Вилкоксона по диагностике межличностных отношений подростков по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) (коллективистический тип восприятия группы)

№ п/п	До	После	Сдвиг ($t_{после} - t_{до}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый № сдвига
1	7	8	1	1	10
2	4	3	-1	1	10
3	6	8	2	2	22
4	8	9	1	1	10
5	4	5	1	1	10
6	7	8	1	1	10
7	3	4	1	1	10
8	7	8	1	1	10
9	4	5	1	1	10
10	5	6	1	1	10
11	7	8	1	1	10
12	4	5	1	1	10
13	6	8	2	2	22
14	8	8	0	0	0
15	4	5	1	1	10
16	7	8	1	1	10
17	3	5	2	2	22
18	7	9	2	2	22
19	4	5	1	1	10
20	5	6	1	1	10
21	7	6	-1	1	10
22	4	5	1	1	10
23	6	8	2	2	22
24	8	9	1	1	10
25	4	5	1	1	10
Итого					300

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=300$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\Sigma_{xij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+24)24}{2} = 300$$

Суммы равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно. Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов «редких» направлений составляет $T_{эмп}$:

$$T = \sum R_t = 10 + 10 = 20.$$

Критические значения для Т-критерия Вилкоксона для n=24:

$$T_{кр} = 69 (p \leq 0.01); T_{кр} = 91 (p \leq 0.05)$$

Эмпирическое значение Т попадает в зону значимости: $T_{эмп} < T_{кр} (0,01)$.

$T_{эмп}$ находится в зоне значимости.

Таблица 4.6 – Расчет Т-критерий Вилкоксона по диагностике межличностных отношений подростков по методике «Оценка отношений подростка с классом» (Л.А. Головей, О.Р. Рыбалко) (прагматический тип восприятия группы)

№ п/п	До	После	Сдвиг ($t_{после} - t_{до}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый № сдвига
1	5	4	-1	1	4,5
2	4	2	-2	2	15,5
3	4	3	-1	1	4,5
4	3	5	2	2	15,5
5	3	5	2	2	15,5
6	2	4	2	2	15,5
7	2	4	2	2	15,5
8	3	5	2	2	15,5
9	2	4	2	2	15,5
10	3	4	1	1	4,5
11	5	6	1	1	4,5
12	4	8	4	4	24
13	4	5	1	1	4,5
14	3	5	2	2	15,5
15	3	5	2	2	15,5
16	2	4	2	2	15,5
17	2	4	2	2	15,5
18	3	5	2	2	15,5
19	2	4	2	2	15,5
20	3	4	1	1	4,5
21	5	9	4	4	24
22	4	8	4	4	24
23	4	5	1	1	4,5
24	3	5	2	2	15,5
25	3	4	1	1	4,5
Итого					325

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma = 325$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\Sigma_{xij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+25)25}{2} = 325$$

Суммы равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно. Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов «редких» направлений составляет $T_{\text{эмп}}$:

$$T = \sum R_i = 4,5 + 15,5 + 4,5 = 24,5.$$

Критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=25$:

$$T_{\text{кр}} = 76 \quad (p \leq 0.01); \quad T_{\text{кр}} = 100 \quad (p \leq 0.05)$$

Эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}} (0,01)$.

$T_{\text{эмп}}$ находится в зоне значимости.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Таблица 5.1 – Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования

Цель	Содержание	Методы	Формы	Время	Исполнители
Этап 1. Целеполагание внедрения психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования в практику общеобразовательной школы					
1.1. Изучить документацию по предмету внедрения (Программа формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования)	Изучение нормативной документации (Федеральных нормативно-правовых актов, документов Правительства РФ в области образования и безопасности среды и личности субъектов образования в РФ)	Изучение литературы, анализ, синтез полученных данных, дискуссии, наблюдение	Педагогический совет, работа в рамках методического объединения психологов	Сентябрь	Заместитель директора по ВР, Заместитель директора по УР, руководитель Методического объединения, педагог-психолог
1.2. Сформулировать цели внедрения программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования	Формулировка и обоснование актуальности и цели внедрения программы	Дискуссия по теме, анализ материалов, беседы	Работа методического объединения	Сентябрь	Заместитель директора по ВР, Заместитель директора по УР, руководитель Методического объединения, педагог-психолог

Продолжение таблицы 5.1

<p>1.3. Разработать этапы внедрения программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования</p>	<p>Изучение и анализ содержания этапов внедрения программы: формулировка задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности</p>	<p>Проведение анализа готовности образовательного учреждения к внедрению программы: наличие условий для реализации программы</p>	<p>Работа методического объединения, совещание, анализ документации</p>	<p>Сентябрь</p>	<p>Руководитель Методического объединения, педагог-психолог</p>
<p>1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования</p>	<p>Анализ уровня готовности педагогического коллектива к внедрению, анализ работы образовательного учреждения по теме внедрения, подготовка методической основы для внедрения программы</p>	<p>Составление плана внедрения программы, анализ результатов исследования готовности учреждения к деятельности по внедрению</p>	<p>Совещание с администрацией, анализ документации, составление плана внедрения</p>	<p>Сентябрь</p>	<p>Заместитель директора по ВР, Заместитель директора по УР, руководитель Методического объединения, педагог-психолог</p>
<p>Этап 2. Формирование положительной психологической установки на внедрение психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования</p>					

Продолжение таблицы 5.1

<p>2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации образовательного учреждения и заинтересованных субъектов внедрения</p>	<p>Обоснование практической значимости внедрения. Формирование готовности внедрить программу в практику психологического сопровождения в образовательном учреждении, подбор и расстановка субъектов внедрения</p>	<p>Тренинги (развития инновационной готовности к внедрению), беседы, дискуссии, популяризация темы внедрения программы</p>	<p>Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения программы, работа методического объединения</p>	<p>Октябрь</p>	<p>Заместитель директора по ВР, Заместитель директора по УР, руководитель Методического объединения, педагог-психолог</p>
<p>2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у педагогического коллектива</p>	<p>Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий в образовательную организацию, оценка их значимости и актуальности внедрения программы</p>	<p>Дискуссии, семинары, информационные стенды, презентации по изучаемой проблеме</p>	<p>Беседы, семинары, изучение передового опыта внедрения инновационных технологий в образовательных учреждениях, творческая деятельность</p>	<p>Октябрь-ноябрь</p>	<p>Заместитель директора по ВР, Заместитель директора по УР, руководитель Методического объединения, педагог-психолог</p>

Продолжение таблицы 5.1

2.3. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у заинтересованных субъектов вне образовательного учреждения	Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий вне образовательного учреждения	Семинары, психологическое консультирование, конференции, мастер-классы	Участие в конференциях (статьи, доклады), семинарах по теме внедрения	Октябрь-ноябрь	Заместитель директора по ВР, Заместитель директора по УР, руководитель Методического объединения, педагог-психолог
Этап 3. Изучение предмета внедрения					
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения	Изучение материалов и документов о предмете внедрения инновационной программы	Фронтальные опросы	Семинары, работа с информационными источниками	декабрь	Педагог-психолог
3.2. Изучить сущность предмета внедрения инновационной программы	Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов	Фронтальные опросы, самообразование	Семинары, тренинги	Январь	Руководитель Методического объединения, педагог-психолог
3.3. Изучить методику внедрения темы программы	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтальные опросы, самообразование	Семинары, тренинги	Январь-февраль	Руководитель Методического объединения, педагог-психолог
Этап 4. Опережающее (пилотажное) освоение предмета внедрения					

Продолжение таблицы 5.1

<p>4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы</p>	<p>Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения</p>	<p>Наблюдение, анализ, собеседование, дискуссии</p>	<p>Работа методического объединения, лекции, семинары, тематические мероприятия</p>	<p>Март-апрель</p>	<p>Заместитель директора по ВР, педагог-психолог</p>
<p>4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе</p>	<p>Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения</p>	<p>Самообразование, научно-исследовательская работа, дискуссии</p>	<p>Беседы, консультирование, работа методического объединения</p>	<p>Апрель</p>	<p>Педагог-психолог</p>
<p>4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения программы</p>	<p>Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной программы</p>	<p>Изучение динамики процесса в образовательном учреждении по теме внедрения программы, дискуссии, экспертная оценка, самооаттестация</p>	<p>Совещание, анализ документации</p>	<p>Апрель-май</p>	<p>Заместитель директора по ВР, руководитель Методического объединения педагог-психолог</p>
<p>4.4. Проверить методику внедрения программы</p>	<p>Работа инициативной группы по новой методике</p>	<p>Изучение динамики процесса в образовательном учреждении, корректировка методики</p>	<p>Посещение семинаров, мероприятий, работа методического объединения</p>	<p>Сентябрь-декабрь</p>	<p>Заместитель директора по ВР, руководитель Методического объединения педагог-психолог</p>
<p>Этап 5. Фронтальное освоение предмета внедрения</p>					

Продолжение таблицы 5.1

<p>5.1. Мобилизовать педагогический коллектив на внедрение инновационной программы</p>	<p>Анализ работы инициативной группы по внедрению программы</p>	<p>Работы по освоению инновационной технологии, тренинги</p>	<p>Педагогический совет, работа методического объединения</p>	<p>Январь</p>	<p>Заместитель директора по ВР, руководитель Методического объединения педагог-психолог</p>
<p>5.2. Развить знания, умения, сформированные на предыдущем этапе</p>	<p>Обновление знаний о предмете внедрения программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения</p>	<p>Обмен опытом внедрения инновационных программ, самообразование, тренинги</p>	<p>Наставничество, консультирование, семинары, работа методического объединения</p>	<p>Январь-март</p>	<p>Руководитель методического объединения педагог-психолог</p>
<p>5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной программы формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования</p>	<p>Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы</p>	<p>Изучение динамики процесса в образовательном учреждении по теме внедрения программы, дискуссии</p>	<p>Производственное собрание, анализ документов, работа методического объединения</p>	<p>Март</p>	<p>Заместитель директора по ВР, Заместитель директора по УР, руководитель Методического объединения, педагог-психолог</p>

Продолжение таблицы 5.1

<p>5.4. Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения</p>	<p>Фронтальное освоение программы сопровождения формирования конструктивных стратегий межличностных отношений подростков с применением методов психологического консультирования</p>	<p>Наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы</p>	<p>Работа психологической службы, педагогический совет, консультирование, работа методического объединения</p>	<p>Март-май</p>	<p>Руководитель Методического объединения, педагог-психолог</p>
<p>Этап 6. Совершенствование работы над предметом внедрения</p>					
<p>6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе</p>	<p>Совершенствование знаний и умений по системному подходу</p>	<p>Наставничество, обмен опытом, корректировка методики</p>	<p>Конференции по теме внедрения, анализ материалов, работа методического объединения</p>	<p>Сентябрь-октябрь</p>	<p>Руководитель Методического объединения, педагог-психолог</p>
<p>6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы</p>	<p>Анализ зависимости конечного результата по первому полугодю от создания условий для внедрения программы</p>	<p>Анализ динамики процесса в образовательной организации по теме внедрения программы, дискуссии, доклады</p>	<p>Производственное собрание, анализ документации, работа методического объединения</p>	<p>Сентябрь-октябрь</p>	<p>Заместитель директора по ВР, руководитель Методического объединения, педагог-психолог</p>

Продолжение таблицы 5.1

6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы	Анализ динамики процесса в образовательном учреждении по теме внедрения программы, методическая работа	Работа методического объединения	Октябрь-декабрь	Руководитель Методического объединения, педагог-психолог
Этап 7. Распространение передового опыта освоения предмета внедрения					
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии	Изучение и обобщение опыта работы образовательного учреждения по инновационной технологии	Наблюдение, изучение документов образовательного учреждения, посещение лекций, семинаров	Работа методического объединения, информационные стенды, буклеты, семинары	Сентябрь-декабрь	Заместитель директора по ВР, Заместитель директора по УР, руководитель Методического объединения, педагог-психолог
7.2. Осуществить наставничество образовательных учреждений, приступивших к внедрению программы	Обучение психологов и педагогов других образовательных организаций по внедрению программы	Наставничество, обмен опытом, консультирование, семинары	Выступление на семинарах, методического объединения работа	Март-май	Заместитель директора по ВР, руководитель Методического объединения, педагог-психолог

Продолжение таблицы 5.1

<p>7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению программы</p>	<p>Пропаганда внедрения программы в районных образовательных организациях</p>	<p>Выступления на семинарах, конференция, научная и творческая деятельность</p>	<p>Участие в конференциях, написание статей, научной работы по внедрению программы</p>	<p>Январь-февраль</p>	<p>Руководитель Методического объединения, педагог-психолог</p>
<p>7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах</p>	<p>Обсуждение динамики работы образовательного учреждения над темой, научная работа по теме внедрения программы</p>	<p>Наблюдение, анализ, научная деятельность</p>	<p>Семинары, написание научной работы и статей по теме программы, изучение последующего опыта внедрения программы в образовательные организации</p>	<p>Октябрь-февраль</p>	<p>Руководитель Методического объединения, педагог-психолог</p>