



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения
студентов с низким уровнем самооценки**

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы магистратуры

«Психолого-педагогическое консультирование»

Форма обучения очная

Проверка на объем заимствований:

82,98 % авторского текста

Работа реценз. к защите
рекомендована/не рекомендована

«В» 06 2025 г.

зав. кафедрой ТиПП

К.А. Кондратьева О.А.

Выполнила:

Студентка группы ОФ-222-270-2-1
Захарова Арина Владимировна

Научный руководитель:

к.псх.н., доцент, зав. кафедрой ТиПП
Кондратьева Ольга Александровна

Челябинск
2025

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ФОРМИРОВАНИЕ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА. 8	
1.1 Проблема конфликтного поведения в психолого-педагогических исследованиях.....	8
1.2 Особенности конфликтного поведения студентов.....	15
1.3 Теоретическое обоснование модели формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.....	23
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ.....	36
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	36
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего исследования.....	45
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ	55
3.1 Психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки	55
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	61
3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику и психолого-педагогические рекомендации преподавателям и студентам по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.....	73

ЗАКЛЮЧЕНИЕ	84
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	93
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики исследования взаимосвязи самооценки и конфликтного поведения студентов	103
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты констатирующего исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.....	116
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки	118
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.....	141
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки в практику	153

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время многие авторы в своих работах проводят исследования на тему конфликтности, а именно: повышенная конфликтность личности, неумение находить выход из конфликтных ситуаций, отсутствие знаний о конструктивных методах разрешения конфликта, а также незнание стадий и динамики их развития и т.д. Исследование проблематики конфликта и особенностей конфликтной личности осуществляется в рамках науки «Конфликтологии» такими известными авторами, как С.Г. Шуман, В.П. Шуман, М.Т. Авсиевичем, Л.И. Мельником, Т.А. Полозовой, Н.В. Гришиной, А.И. Сорокиной и др. Эта тема является одной из основных проблем в наши дни, так как это оказывает негативное влияние на межличностное общение и часто становится источником нарушения общения между людьми. Конкретно в нашем исследовании между: студентами внутри группы, студентами и преподавателями, студентами и родителями и т.д.

С раннего детства человек начинает формировать способность к самооценке, которая сопровождает его на протяжении всей жизни, совершенствуясь и развиваясь. Поведение и личностный рост во многом зависят от уровня этой самооценки. Так, как завышенная, так и заниженная самооценка могут стать источником различных отклонений в поведении. Известный российский психолог, эксперт в области психологии личности Артур Александрович Реан, подробно исследовал влияние самооценки на уровень конфликтности личности. Самосознание, самоуважение, эмоционально-ценностное отношение к себе и окружающему миру, а также умение управлять ситуацией и адекватно ориентироваться в ней – все это можно рассматривать как итог развития самооценки.

Вместе с тем, конфликт – это социально-психологическое явление, которое неизменно сопровождает любые формы общественных взаимодействий, выступая неотъемлемой составляющей их природы. Эта

неизбежность обуславливает важность глубокого изучения темы конфликтов. В современных условиях наблюдается тенденция к увеличению конфликтных ситуаций во всех областях социальных связей, что оказывает существенное влияние на поведение людей и их систему ценностей. Особое внимание уделяется трансформациям в мировоззрении молодежи, так как внутренние противоречия и конфликты характерны для студенческого возраста и являются одной из ключевых проблем этого социального слоя. Кроме того, они значительно формируют отношение молодых людей к себе и к окружающему миру.

Практические наблюдения свидетельствуют, что причины конфликтов в студенческой среде до сих пор остаются недостаточно проработанными и требуют более углубленного анализа. Студенты часто испытывают трудности при разрешении конфликтных ситуаций, что во многом связано с преобладанием деструктивных тенденций в их поведении в такие моменты – выбор падает на неконструктивные способы решения конфликтных ситуаций. Молодые люди реагируют на возникающие противоречия импульсивно, ориентируясь на краткосрочные эмоциональные реакции при низкой уверенности в положительном исходе. Вследствие этого, вместо рационального поиска и анализа способов разрешения конфликта, они предпринимают действия, усугубляющие ситуацию и способствующие эскалации напряженности. Для минимизации подобных проявлений и формирования более эффективного поведения в условиях конфликтов необходимо обеспечить психологическую поддержку студентов, сформировать конструктивные стратегии конфликтного поведения. В процессе изучения причин конфликтов учащиеся получают возможность сформировать собственный стиль общения, улучшить навыки уважения чужих мнений и развить толерантность.

Вышеизложенное определило выбор темы работы «Формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально выполнить исследование формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

Объект исследования: конфликтное поведение студентов.

Предмет исследования: исследование стратегий конфликтного поведения студентов.

Гипотеза исследования: формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки будет эффективным, если:

– будут проанализированы и учтены корреляционные взаимосвязи между показателями стратегий конфликтного поведения студентов и уровня их самооценки;

– будет разработана модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, характеризующаяся целостностью, согласованностью и взаимосвязанностью составляющих ее блоков;

– средством реализации модели выступит психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, включающая 4 блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический.

Исходя из поставленной цели, сформулируем задачи научно-исследовательской работы:

1. Проанализировать проблему конфликтного поведения в психолого-педагогических исследованиях.

2. Выявить особенности конфликтного поведения студентов.

3. Теоретически обосновать модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

4. Определить этапы, методы и методики исследования самооценки и конфликтного поведения студентов.

5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего исследования.

6. Разработать и реализовать программу формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

8. Составить технологическую карту внедрения результатов исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки и составить рекомендации студентам и преподавателям по преодолению трудностей при конфликтном поведении студентов.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические: анализ, синтез, обобщение, целеполагание и моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.

3. Психодиагностические: тест-опросник на определение уровня самооценки С.В. Ковалева, тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», методика на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной).

4. Математико-статистический метод: r_{xy} – критерий Пирсона, T – критерий Вилкоксона.

Практическая значимость исследования: разработана психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, составлены рекомендации для студентов и педагогов по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

База исследования: Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, студенты 4 курса факультета психологии в количестве 16 человек.

Апробация результатов исследования проходила в рамках Ежегодной студенческой научно-практической конференции (Челябинск, 2024, 2025 г.).

ГЛАВА 1. ФОРМИРОВАНИЕ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ КАК ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

1.1 Проблема конфликтного поведения в психолого-педагогических исследованиях

В современном обществе люди неизбежно сталкиваются с конфликтами в процессе взаимодействия. Конфликт представляет собой столкновение противоположных целей, интересов, взглядов и позиций участников общения, которые зачастую выражаются в жесткой форме. Он может проявляться между представителями разных возрастных групп, социальных слоев и в различных сферах как общения, так и деятельности. Эта проблема особую значимость приобретает для профессионалов в области образования, поскольку образовательная среда отличается высокой конфликтностью.

Конфликт представляет собой важное явление, оказывающее существенное влияние на психологическое развитие личности, раскрытие её потенциала и формирование межличностных отношений. Под конфликтом принято понимать возникновение сложных противоречий и противоборства интересов, обусловленных конкуренцией, несовпадением мотивов и недостатком взаимопонимания [64, с. 16].

Само слово «конфликт» происходит от латинского термина *Conflictus*, означающего столкновение, и прочно вошло в обиход культуры, науки и языка. В словаре Владимира Даля (1866) этот термин ещё отсутствовал, однако в последующих изданиях, например, в словаре С.И. Ожегова (1949), он уже определяется как столкновение, серьёзное разногласие или спор.

В классической психологии выделяют несколько ключевых подходов к изучению конфликта: первый рассматривает конфликт как результат

внутренних психических процессов (Такие представители, как З. Фрейд, А. Адлер, К. Хорни, Э. Фромм); второй фокусируется на ситуации как основном факторе возникновения и динамики конфликта (У. Мак-Дугалл, С. Сигел и др.); третий подход трактует конфликт как сложное явление, требующее учёта не только личностных характеристик и контекста, но и когнитивных компонентов (К. Левин, Д. Креч, Л. Линдсей) [26, с 19].

А.Я. Анцупов и А.И. Шипилов в своем первом учебнике по конфликтологии предлагают такое определение: «Конфликт – это наиболее интенсивный способ разрешения значимых противоречий, возникающих в ходе взаимодействия, проявляющийся через противоборство участников и, как правило, сопровождающийся негативными эмоциональными реакциями» [63, с. 16].

Авторы первого учебника по конфликтологии А.Я. Анцупов и А.И. Шипилов предлагают следующее определение: «Под конфликтом понимается наиболее острый способ разрешения значимых противоречий, возникающих в процессе взаимодействия, заключающийся в противодействии субъектов конфликта и обычно сопровождающийся негативными эмоциями» [4, с. 79].

Анализируя разнообразные определения конфликта, О.Н. Громова выделяет несколько ключевых черт, присущих большинству из них:

- 1) наличие противоречия, во всяком случае, различия между интересами, ценностями, целями, мотивами, ролями субъектов;
- 2) противодействие, противоборство субъектов конфликта, стремление нанести ущерб оппоненту;
- 3) негативные эмоции и чувства по отношению друг к другу как фоновые;
- 4) характеристики конфликтного взаимодействия [Цит. по: 27].

Рост конфликтности у в современных реалиях наблюдается во всех без исключения сферах общественной жизни. Это приводит к тому. Что в поведении людей, в их ценностных ориентациях происходят существенные

изменения. Тем не менее, конфликт является социально-психологическим феноменом и в общественных отношениях играет вполне естественную и закономерную роль. Именно поэтому вопрос изучения изменений, происходящих в сознании молодежи при конфликтном социальном взаимодействии становится особенно актуальным.

Мы проанализировали несколько точек зрения различных авторов по проблеме конфликта и выявили несколько подходов к его пониманию. Рассмотрим конфликт подробнее в рамках этих подходов:

1. К. Ледерер, Дж. Бертон, К. Митчелл, Н. Таузард, К. Райт рассматривают данный феномен как форму противостояния или противоборства несовместимых друг с другом целей, интересов, мотивов, определяющих поведение участников конфликта или личности.

2. Ф. Хайдер, Т. Ньюком и Л. Фестингер понимают конфликт как несоответствие между внутренними потребностями или представлениями личности и внешними обстоятельствами, а также информацией, которую человек имел о взглядах других.

3. А. Адлер, К. Хорни и Э. Фромм рассматривают конфликт как противоречие между индивидом и социальной средой, то есть окружающим обществом.

4. Внутренний конфликт, согласно З. Фрейду, представляет собой столкновение между стремлениями и реальными возможностями, происходящее в глубинах человеческой психики.

5. М. Иванов, Г. Ложкин, С.М. Емильянов и Н.В. Гришина вместе с В.Г. Зазыкиным рассматривают конфликт как противоречие, возникающее из специфики совместной деятельности и обусловленное предметно-деятельностным контекстом.

6. В.Г. Зазыкин, Н.В. Крогиус и Н.Н. Обозов акцентируют внимание на конфликте как совокупности уникальных качеств личности.

7. А.Я. Анцупов и А.И. Шпилов характеризуют конфликт как наиболее резкий способ разрешения значимых для сторон противоречий,

возникающих в процессе взаимодействия, выражающийся через столкновение мнений и обычно сопровождающийся негативными эмоциями [7, с. 54].

Одной из важных характеристик, непосредственно связанной с частотой возникновения конфликтов в жизни человека, считается конфликтность. Она относится к чертам личности, отражая склонность активно и регулярно участвовать в конфликтах. Конфликтность проявляется в повышенной раздражительности, вспыльчивости и агрессивности. Факторы, влияющие на уровень конфликтности, делятся на две категории:

1) психологические (включающие особенности темперамента, способность к самоконтролю, эмоциональные состояния, ценностные системы и моральные ориентиры);

2) социальные (охватывающие характеристики окружающей среды, профессиональную сферу, социальное окружение, уровень образования и культуры) [75, с. 120].

Под конфликтностью личности подразумевают ее неотъемлемую черту, проявляющуюся в моральном восприятии индивидуумом окружающих в конфликтных ситуациях. В основе этого восприятия лежат разнообразные противоречия, как действительные, так и воображаемые, объективные и субъективные, осознаваемые в разной мере.

По мнению Н.В. Гришиной, многие люди, испытывающие трудности в общении, обладают чертами, препятствующими успешному межличностному взаимодействию. Эти черты объединены в несколько групп и обусловлены разными факторами: природно-генетическими особенностями, такими как импульсивность и застенчивость; черты характера, такие как нерешительность, неуверенность в себе, замкнутость, равнодушие и цинизм; особенности семейного воспитания, порождающие эгоцентризм, эгоизм и склонность к агрессии; а также дефицит навыков коммуникативного такта, что проявляется в недостатке навыков общения, основанных на низком уровне рефлексии [16, с. 157].

Деструктивный ход развития конфликтов напрямую связан с высоким уровнем конфликтности личности, что усложняет процесс коммуникации и может негативно сказаться на результативности деятельности участников взаимодействия [10, с. 186].

Вопрос о том, как люди выбирают линию поведения в конфликтных ситуациях, вызывает живой интерес у исследователей, преподавателей и специалистов в области психологии. Одной из самых распространенных теоретических рамок для анализа поведения в конфликтах является модель, предложенная К. Томасом и Р. Килманном. Согласно этой концепции, выбор стратегии в конфликте обусловлен не только целями сторон, но и их конкретными действиями.

Авторы утверждают, что в основе поведения в конфликтных ситуациях лежат два ключевых аспекта: самоуверенность, отражающая степень отстаивания собственных интересов, и стремление к взаимодействию, учитывающее интересы противоположной стороны. Томас разработал двумерную модель, где эти два аспекта представлены как основные координаты. В этой системе выделяются пять главных поведенческих стилей: совместное решение (сотрудничество), доминирование (соперничество), поиск взаимовыгодного решения (компромисс), уступчивость (приспособление) и отстранение от конфликта (избегание). Таким образом, характеристику выбранного стиля поведения можно представить как комбинацию оценки интересов в конфликте с уровнем направленности на собственные или чужие интересы – от низкого до высокого.

Теперь рассмотрим эти стратегии подробнее:

1. Соперничество – стиль, при котором человек стремится добиться реализации своих интересов вопреки интересам оппонента. Сторонник этой тактики уверен, что победить в конфликте может лишь один участник, а успех одного обязательно означает поражение другого. Такой человек настойчиво отстаивает свою позицию, игнорируя точки зрения других.

2. Приспособление предполагает готовность жертвовать собственными интересами и уступать собеседнику ради избегания конфликта. Обычно такую стратегию выбирают люди с пониженной самооценкой, которые считают, что их цели не заслуживают внимания.

3. Избегание характеризуется стремлением избегать обсуждения спорных вопросов и откладывать принятие решения на неопределённый срок. В этом случае человек не защищает свои интересы и одновременно не учитывает интересы оппонента.

4. Компромисс – это поиск решения, при котором обе стороны получают частичное удовлетворение своих требований.

5. Сотрудничество – наиболее конструктивный стиль, при котором участник конфликта стремится найти такое решение, которое устроит всех. Он не лишь принимает во внимание позиции других, а старается сделать так, чтобы обе стороны остались довольны [67, с. 3].

Среди исследователей нет единого мнения по вопросу классификации социальных конфликтов. В.И. Сперанский предлагает выделять основные виды конфликтов в зависимости от того, что служит основой для классификации.

Если за основание берутся особенности сторон, то можно выделить:

- межгосударственные,
- межэтнические,
- между малыми и большими социальными группами,
- внутригрупповые,
- между личностью и группой,
- межличностные,
- внутриличностные [80, с. 73].

Важно отметить, что конфликтное поведение не всегда имеет негативные последствия; в некоторых случаях оно может способствовать развитию критического мышления и улучшению навыков коммуникации

[55, с. 34]. Однако, если конфликты не разрешаются конструктивно, это может привести к ухудшению психологического климата в группе или, например, к снижению академической успеваемости [69, с. 112].

Как и любая психологическая черта личности, определённый стиль поведения в конфликтных ситуациях имеет свои причины и обусловленность. А.С. Кармин, А.Д. Ишков и другие исследователи полагают, что стиль поведения в конфликтных ситуациях обусловлен профессиональными компетенциями и уровнем квалификации [35, с. 93].

Согласно Л.Г. Агеевой, конфликтное поведение представляет собой совокупность действий участников конфликта, направленных в противоположные стороны. Оно зачастую выражается в агрессивных поступках, стремящихся нанести ущерб оппоненту. Важнейшими среди этих действий являются те, что непосредственно касаются предмета конфликта, способствуя либо его эскалации, либо разрешению. Второстепенные действия выполняют поддерживающую роль, обеспечивая реализацию решений, связанных с главной проблемой столкновения [Цит. по: 5].

Действия конфликтующих групп условно подразделяются на две ключевые категории: наступательные и оборонительные. Наступательные меры направлены на ограничение или нарушение интересов противоположной стороны, тогда как оборонительные преследуют цель удержания спорного объекта, самозащиты, предотвращения ущерба материальным и нематериальным ценностям, а также включают превентивные действия. Третий вид поведения – отступление – выражается в полном или частичном отказе от своих требований. Отступление может обозначать прекращение конфликта, тактическое уклонение либо временный отход для подготовки дальнейших наступательных или оборонительных шагов.

Стиль конфликтного поведения характеризует типичный подход, который человек выбирает в конфликтной ситуации. Выбор стратегии во

многим зависит от того, насколько индивид нацелен на достижение собственных целей или готов учитывать интересы оппонента.

Таким образом, изучение проблемы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения в психолого-педагогической литературе подтверждают ее актуальность в настоящее время. Конфликт – это столкновение и противостояние сторон, при котором хотя бы одна воспринимает действия другой как угрозу собственным интересам. Для успешного социального взаимодействия и гармоничных межличностных отношений необходимо владеть навыками адекватного поведения, а также понимать механизмы возникновения, развития и разрешения конфликтов.

1.2 Особенности конфликтного поведения студентов

Конфликтное поведение студентов является актуальной темой в психолого-педагогических исследованиях, так как оно может существенно влиять на учебный процесс и социальную атмосферу в образовательных учреждениях. Исследования показывают, что конфликты между студентами могут возникать по различным причинам, включая различия в личностных характеристиках, культурные особенности и уровень стресса [34, с. 78].

Студенты представляют собой группу молодёжи в возрасте от 16 до 23 лет, что условно относят к поздней юности или ранней зрелости – периоду наивысшего физического и интеллектуального развития человека. В этот период ведущим видом деятельности становится труд, что приводит к разделению на различные профессиональные роли. Трудно делать обобщённые выводы о данной возрастной группе, поскольку её социально-психологические характеристики зависят не столько от возраста, сколько от социально-профессионального статуса. Образование на этом этапе становится специализированным, а учебный процесс можно рассматривать как форму трудовой деятельности.

Практика показывает, что причины конфликтов, особенно в студенческой среде, изучены недостаточно. Для уменьшения напряжённости в конфликтных ситуациях и формирования более эффективного поведения в условиях конфликтного взаимодействия необходимо обеспечивать психологическую поддержку студентов. Понимание причин возникновения конфликтов даёт студентам возможность сформировать собственный стиль коммуникации, развивать уважение к чужим взглядам и проявлять толерантность.

Для урегулирования внутреннего разлада, корящегося в моральных принципах взаимодействия с личностью, необходимо применять индивидуальный, личностно-ориентированный подход. Образовательный процесс, направленный на развитие нравственного сознания по отношению к миру, окружающим и себе, гарантирует восприятие человека как приоритетной ценности. Эта моральная направленность крайне важна в любой профессиональной деятельности [19, с. 51].

В реальной практике функционирования учреждений профессионального образования актуальна проблема обострения конфликтных ситуаций между участниками образовательного процесса. Можно выделить, как минимум, следующие группы конфликтов среди субъектов образовательной среды: между обучающимися одной учебной группы (внутригрупповой) или разных учебных групп (межгрупповой); между педагогом и обучающимся или педагогом и учебной группой; между педагогическими работниками; между администрацией и педагогическими работниками.

Исследователи выделяют четыре группы факторов, способствующих возникновению и развитию конфликтов: объективные, организационно-управленческие, социально-психологические и личностные. Первые две категории относятся к объективным причинам, тогда как последние две преимущественно связаны с субъективными особенностями участников.

Объективные факторы конфликтов обусловлены конкретными условиями и обстоятельствами образовательной среды, создающими почву для столкновения интересов, убеждений и взглядов. Эти факторы создают предконфликтную ситуацию, способную перерасти в открытое столкновение. Субъективные причины касаются индивидуальных психологических особенностей педагогов и учащихся, которые определяют выбор именно конфликтного способа решения возникающих объективных противоречий.

Конфликты являются неизбежной частью социального взаимодействия, и образовательная среда не является исключением. По мнению Н.В. Гришиной, деятельность всех участников учебно-воспитательного процесса протекает в условиях «интенсивной конфликтности» [16, с. 238].

В своей работе «Общение как фактор воспитания школьников» А.В. Мудрик рассматривает межличностный конфликт как средство, с помощью которого личность утверждает себя в процессе взаимодействия со сверстниками.

Наиболее систематизированный анализ причин учебных конфликтов представлен Д.И. Фельдштейном и Л.И. Воробьевой, которые выделяют следующие ключевые факторы: объективные особенности организации учебного процесса, социально-психологические аспекты, индивидуально-психологические особенности, а также половые и возрастные различия [Цит. по: 54].

Согласно исследованиям А.В. Гончарова, который смог определить существенные взаимосвязи между такими характеристиками личности, как выбор стратегии поведения в конфликтной ситуации и личностными особенностями студентов – выбор стратегии соперничества у студентов тесно связан с высоким уровнем самоуверенности, самооценности и самопривязанности – все эти факторы оказывают прямое влияние. При этом студенты, склонные к самообвинению, обычно не выбирают стиль

соперничества – между этими характеристиками наблюдается негативная связь. Люди с низким уровнем самообвинения часто отрицают свою вину в конфликте и стремятся обвинить других, перекладывая ответственность за разрешение проблем на окружающих. Такое поведение сопровождается чувством собственной удовлетворённости при осуждении других и поиске в них источников неприятностей [14, с. 233].

Стратегия избегания, по мнению А.В. Гончарова, характерна для тех, кто обладает низким уровнем самоуверенности, отраженного самоотношения, самооценности и самопривязанности, а также высоким уровнем самообвинения. Гончаров связывает отрицательную корреляцию между самоуверенностью и стратегией избегания с тем, что неуверенные в себе люди сомневаются в своих силах преодолеть трудности и предпочитают избегать негативных контактов с другими. Склонность к выбору стратегии избегания у людей с низкой самооценностью, самопривязанностью и отражённым отношением объясняется их недостаточным волевым контролем, необходимым для преодоления препятствий, и общей неуверенностью, ослабляющей сопротивляемость внешним воздействиям, что, по его мнению, и определяет предпочтение избегания в качестве оптимального стиля поведения.

В работе О.В. Гудименко, посвященной анализу психологических барьеров у студентов-психологов ОГПУ с первого по пятый курсы, предпринята попытка установить взаимосвязь между поведенческими стратегиями и уровнем конфликтности личности. Эмпирические данные, полученные в ходе исследования, позволили автору констатировать повышение агрессивности у студентов старших курсов: если на третьем курсе данный показатель равен 42 %, то к пятому курсу он возрастает до 52 %.

Характерные черты поведения, выявленные у студентов-психологов, включают в себя повышенную раздражительность, сложности в конструктивном восприятии критики, выраженное стремление к

доминированию, провоцирование споров, уклонение от учебных обязанностей, демонстративное проявление обиды и уход с лекций. На основании представленных наблюдений можно сделать заключение о наличии корреляции между степенью конфликтности индивида и применением деструктивных поведенческих тактик в конфликтных ситуациях. Данное предположение согласуется с теоретическими положениями о влиянии личностных особенностей на выбор стратегий поведения в межличностных взаимодействиях [18, с. 115].

В исследовании Т.В. Черняевой, посвященном детерминантам конфликтного поведения студентов, установлено, что группа конфликтных студентов характеризуется сильнее выраженными ценностными ориентациями по сравнению с их неконфликтными сверстниками. Они придают значительное значение интенсивному общению, личностному росту, успехам и поддержанию уникальности. Также учащиеся с повышенной склонностью к конфликтам сосредоточены на карьерном росте, получении знаний, семейных ценностях и широком круге увлечений. Исследователь обнаружила прямую корреляцию между академической успеваемостью и степенью конфликтности: чем она выше, тем лучше результаты в учебе. В то же время интеллектуальные способности демонстрируют противоположную тенденцию: их уровень снижается при увеличении частоты конфликтных ситуаций. Это может указывать на амбициозность конфликтных студентов, которая не всегда подкреплена интеллектуальными возможностями. Также исследование показало, что учащиеся, которые открыто демонстрируют свою точку зрения и готовы её отстаивать, часто воспринимаются как склонные к конфликтам. По данным психологических исследований, такие личности особенно ценят межличностное взаимодействие и личностный рост.

Это подтверждает, что активная позиция в дискуссиях коррелирует с высокой значимостью социальных связей и стремлением к саморазвитию. Можно предположить, что внутренние конфликты и противоречия,

стимулирующие проявления открытых конфликтов, могут способствовать развитию личности, в отличие от неконфликтных студентов, склонных к пассивному принятию ситуации. Исследование Черняевой подтверждает, что конфликтность может выступать не только как негативный, но и как позитивный показатель становления личности и индивидуальности [78, с. 138].

Е.Е. Иванец провела исследование конфликтов среди студентов психолого-педагогического факультета СурГПУ. Результаты показали, что большинство студентов демонстрируют уравновешенное и приспособляемое поведение, что соответствует тактике компромисса. Результаты корреляционного исследования показали, что стратегия соперничества чаще применяется учащимися, обладающими такими личностными особенностями, как настойчивость, склонность к мстительности, агрессивность, сниженная способность к эмпатии и преобладание рационального мышления. В то же время студенты, отличающиеся эмоциональной стабильностью, отсутствием мстительности и трудностями в идентификации с собеседником, демонстрируют предрасположенность к сотрудничеству.

Лица, выбирающие компромисс, характеризуются повышенной чувствительностью и умеренной выраженностью настойчивости. Стратегия избегания конфликта чаще наблюдается у тревожных, неуверенных в себе и неагрессивных студентов, склонных к сопереживанию и идентификации с партнерами по взаимодействию.

Что касается приспособления, данная стратегия свойственна неагрессивным, но при этом неуступчивым личностям, чьи установки затрудняют развитие эмпатических способностей. Эти выводы подтверждают взаимосвязь между личностными характеристиками и выбором стратегий поведения в конфликтных ситуациях, что согласуется с ранее проведенными исследованиями в области психологии личности и конфликтологии.

Основываясь на проведенном анализе, можно выделить следующие выводы:

1. Доминирующей стратегией поведения студентов в конфликтных ситуациях является стремление к компромиссу и уклонение, в то время как конкуренция проявляется значительно реже.
2. Доминирующая часть студенческой выборки демонстрирует ориентацию на кооперацию в процессе достижения поставленных целей.
3. Зафиксирован стабильный средний уровень агрессивности в период с первого по третий курс обучения, при этом наблюдается сохранение или даже увеличение уровня конфликтности, что, с одной стороны, способно провоцировать осложнения в сфере межличностного взаимодействия, а с другой – может выступать в качестве стимула для активизации личностного потенциала [31, с. 275].

Участники образовательной среды в разных ситуациях могут выбирать разные стратегии поведения в конфликте, однако, в большинстве случаев используются комбинированные подходы, в которых один является доминирующим. Оптимальным методом урегулирования конфликтной ситуации является ее полное прекращение, что является аксиомой. Следовательно, управление конфликтом подразумевает выбор стратегии, специально ориентированной на завершение конфронтации, или конструктивной стратегии [3, с. 312].

Очень важным аспектом работы коллективов является профилактика конфликтов, которая включает в себя организацию взаимодействия между участниками таким образом, чтобы предотвратить или свести к минимуму вероятность конфликтов. Профилактика – это предупреждение конфликтов, главная задача которой – создание условий для конструктивного решения разногласий. К таким условиям относятся, например, тренинги по сплочению коллектива, релаксационные тренинги и другие методы [79, с. 22].

Анализ особенностей конфликтов среди студентов позволяет выделить несколько ключевых групп факторов:

1. Психологические причины.

1.1. Эмоциональная нестабильность и высокая чувствительность. В период студенчества происходят значительные внутренние изменения, что делает молодых людей более уязвимыми к стрессам и конфликтам [30, с. 18].

1.2. Поиск личной идентичности и самоутверждения. Студенты стремятся найти свое место в социальной группе, что может вызывать конкуренцию и конфликты [33, с. 45].

1.3. Недостаток навыков эффективного общения и разрешения конфликтов. Молодые люди часто не умеют правильно выражать свои чувства и потребности, что ведет к недопониманиям и конфликтам [43, с. 41].

2. Социальные причины.

2.1. Групповое давление и принадлежность к социальным или субкультурным группам. Внутри коллективов студентов формируются разные микро-группы, которые могут соперничать между собой [30, с. 18].

2.2. Особенности взаимоотношений с преподавателями и администрацией. Жесткие требования, недопонимание с преподавателями могут вызывать протестные настроения [33, с. 45].

2.3. Конфликты, связанные с распределением ресурсов, например, мест в общежитии, возможности участия в популярных мероприятиях.

3. Академические факторы.

3.1. Стресс, связанный с учебной нагрузкой и экзаменами. Нагрузка и страх неудачи могут приводить к раздражению и конфликтам [43, с. 41].

3.2. Конкуренция за оценки и места в учебных группах. Стремление выделиться иногда перерастает в агрессию или соперничество [30, с. 18].

4. Внешние факторы.

4.1. Личные жизненные проблемы и семейные конфликты. Они могут влиять на эмоциональное состояние студента и способствовать конфликтам в учебной среде.

4.2. Влияние современных технологий и социальных сетей, через которые конфликты могут перерасти в онлайн-противостояния.

Таким образом, конфликты в студенческой среде имеют комплексный характер и связаны с особенностями личностного развития, социальной среды и учебного процесса.

1.3 Теоретическое обоснование модели формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки

Для организации модели формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки первоначальным этапом становится построение «Дерева целей», которое позволяет четко определить и структурировать последовательные шаги дальнейшей работы. Этот инструмент, представляющий собой иерархически выстроенную систему взаимосвязанных задач программы или проекта, формирует комплексную основу для планирования и реализации мероприятий, в котором главная цель декомпозируется на подцели различных уровней [36, с. 186].

Данный метод структурирования, разработанный профессором Валентиной Ивановной Долговой, используется в психологических исследованиях для прогнозирования развития науки и техники, а также для определения личных, профессиональных и образовательных целей.

Этапы процесса моделирования охватывают формулирование целей, создание самой модели, оценку ее точности и надежности, последующее внедрение в практику, регулярное обновление и совершенствование, а

также применение метода «Дерева целей» для четкого определения и структурирования задач [21, с. 67].

При построении «Дерева целей» необходимо использовать метод «от общего к частному». Декомпозиция завершается в случае, если дальнейшее деление рассматриваемой главной цели на подцели является нецелесообразным [20, с. 78].

В нашем исследовании формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки при построении «Дерева целей» используется следующий алгоритм действий:

- 1) формулировка генеральной цели;
- 2) разложение генеральной цели на подцели первого уровня;
- 3) деление подцелей первого уровня на подцели второго уровня;
- 4) дифференциация второго уровня на более детальные составляющие – подцели третьего уровня.

Ключевым и отправным этапом в разработке «Дерева целей» является процесс постановки целей. На этом этапе осуществляется формулировка генеральной цели исследования, определяющей его общее направление и желаемый результат. В дальнейшем, производится декомпозиция генеральной цели на подцели второго, третьего и последующих уровней иерархии. Данная процедура включает в себя конкретизацию и детализацию задач, необходимых для достижения главной цели. Каждый уровень дерева целей представляет собой совокупность взаимосвязанных подцелей, ориентированных на решение определенного аспекта общей проблемы. Подробное описание «Дерева целей» исследования взаимосвязи самооценки и конфликтного поведения студентов представлено на рисунке 1.



Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки

1. Теоретически обосновать проблему формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

1.1. Изучить проблему конфликтного поведения в научных исследованиях.

1.1.1. Охарактеризовать подходы к пониманию определения «конфликтность».

1.1.2. Изучить классификации конфликтного поведения.

1.1.3. Изучить особенности конфликтного поведения.

1.2. Выявить особенности конфликтного поведения студентов.

1.2.1. Обозначить возрастные границы студенческого возраста.

1.2.2. Выявить особенности проявления конфликтного поведения студентов.

1.2.3. Определить преобладающие стратегии поведения студентов в ситуации конфликта.

1.3. Теоретически обосновать модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

1.3.1. Разработать «дерево целей» по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

1.3.2. Проанализировать концепции формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

1.3.3. Выделить основные принципы построения психолого-педагогической программы по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

2. Организовать и провести опытно-экспериментальное исследование формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

2.1. Определить этапы, методы и методики проведения исследования.

2.1.1. Спланировать этапы исследования.

2.1.2. Выбрать методы исследования.

2.1.3. Подобрать методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и провести анализ результатов констатирующего эксперимента.

2.2.1. Определить и охарактеризовать выборку исследования.

2.2.2. Провести констатирующий эксперимент эксперимент.

2.2.3. Провести анализ результатов диагностического исследования.

3. Выполнить опытно-экспериментальное исследование формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

3.1. Разработать и реализовать программу формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

3.1.1. Определить цели, задачи, этапы формирующей работы.

3.1.2. Составить психолого-педагогическую программу формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

3.1.3. Реализовать психолого-педагогическую программу формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

3.2.1. Провести диагностическое исследование конфликтного поведения студентов после реализации программы формирования.

3.2.2. Провести сравнение результатов диагностики до и после проведения формирующей программы.

3.2.3. Проанализировать эффективность психолого-педагогической программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

3.3. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования и составить рекомендации преподавателям и студентам по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

3.3.1. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

3.3.2. Разработать рекомендации преподавателям.

3.3.3. Составить рекомендации студентам.

Модель представляет собой упрощенную интерпретацию происходящих процессов или явлений.

В психологии под моделированием понимается создание моделей, которые помогают понять и воспроизвести психологические процессы, а также оценить их применимости на практике [49, с. 312].

Структурный компонент модели формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки строится на том, чтобы с помощью целенаправленного психологического воздействия активизировать и развивать определенные психологические структуры, отвечающие за формирование и нормальное функционирование этих стратегий. В педагогике и психологии термин «модель» обозначает совокупность элементов, объектов или признаков, которые отображают ключевые свойства, характеристики, взаимосвязи изучаемых явлений [48, с. 18].

Модель исследования представляет собой следующую последовательность: возникающая социальная или научная потребность приводит к гипотетическим идеям, требующим экспериментальной проверки, после чего гипотеза, сформулированная автором до начала исследования, принимается или отвергается.

Гипотезы играют важную роль в научных исследованиях. Это прогнозы, основанные на теоретических исследованиях, экспериментальных данных и наблюдениях других исследователей и ученых в этой области. Подтверждение или опровержение выдвигаемых гипотез может быть осуществлено посредством проведения специально организованного эксперимента.

Для того, чтобы подтвердить или опровергнуть гипотезу, необходимо сформулировать четкую цель проводимого исследования, определить, какой результат должен быть достигнут по завершению исследования.

На основе дерева целей нами составлена модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Примерная модель исследования взаимосвязи

самооценки и конфликтного поведения студентов представлена на рисунке 2.

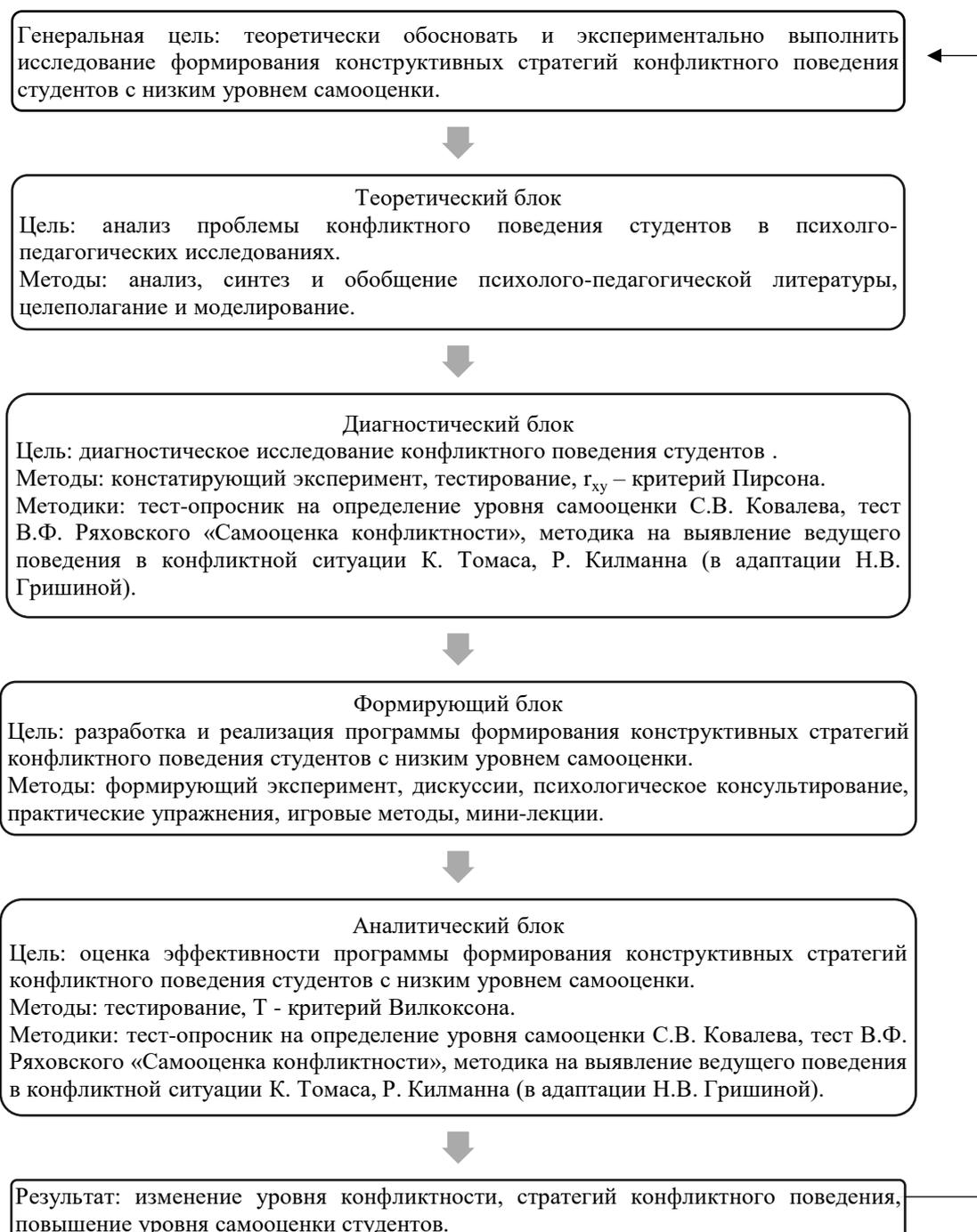


Рисунок 2 – Модель исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки

Общую модель процесса формирования можно представить как систему благоприятных условий, способствующих развитию личности. Основой этой модели является формирование практических умений и навыков на различных основах. Индивидуальная модель формирования раскрывает уникальные особенности психического развития индивида [60, с. 78].

Рассмотрим структуру модели, она состоит из следующих взаимосвязанных компонентов:

1. Теоретический блок.
2. Диагностический блок.
3. Формирующий блок.
4. Аналитический блок.

Исходя из того, какую цель исследования мы определили, переходим на теоретический этап исследования. Целью теоретического блока является анализ, синтез, целеполагание, моделирование и обобщение информации, полученной из психолого-педагогической литературы по теме нашего исследования, а именно изучение проблемы конфликтного поведения в научных исследованиях, изучение особенностей конфликтного поведения в студенческом возрасте, теоретическое обоснование и конструирование дерева целей, модели формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

Далее, в диагностический блок, целью которого является диагностическое исследование конфликтного поведения студентов, входит определение и изучение уровня конфликтного поведения и уровня самооценки студентов методом тестирования при помощи диагностических методик: тест-опросник на определение уровня самооценки С.В. Ковалева, тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», методика на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной). Также нами был применен метод математической обработки данных r_{xy} – критерий Пирсона.

Целью формирующего блока является разработка и реализация программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, в состав которой входят формирующий эксперимент, дискуссии, психологическое консультирование, практические упражнения, игровые методы, мини-лекции, используемые для создания программы занятий по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

Аналитический блок, цель которого заключается в том, чтобы оценить эффективность программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, состоит из повторной диагностики путем метода тестирования испытуемых с помощью тех же методик, анализа полученных результатов опытно-экспериментального исследования, сравнения отличий экспериментальных данных, полученных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. А также применение математического критерия – Т-критерий Вилкоксона. В заключении процесс составления психолого-педагогических рекомендаций для педагогов и студентов по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

Существует проблема недостаточной развитости навыков управления конфликтами среди участников образовательного процесса, в частности, преподавателей и студентов. Это негативно сказывается на их способности выбирать оптимальные стратегии поведения в конфликтных ситуациях [3, с. 210].

В связи с этим нам представляется важной организация деятельности по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения субъектов образовательной среды, прежде всего у обучающихся. Одной из возможных форм является реализация Программы формирования

конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов. Данная программа включает в себя следующие составляющие:

1. Психолого-педагогическая диагностика: дает возможность определить преобладающие стили конфликтного поведения участников образовательной среды;

2. Психологическую профилактику – создание условий предотвращения конфликтных ситуаций, содействие полноценному развитию личности участников образовательного процесса, предупреждение возможных личностных деформаций в процессе взаимодействия, содействие в осознании деструктивного влияния конфликтов на взаимоотношения и социально-психологический климат в группе;

3. Психологическое консультирование: предоставляет поддержку участникам конфликтных ситуаций, помогая им понять происходящие события, осознанно принимать решения и разрешать эмоциональные и межличностные проблемы для достижения поставленных целей;

4. Социально-психологическое обучение ориентировано на помощь в освоении эффективных и действенных методов выхода из конфликтных ситуаций [13, с. 42].

Стоит подчеркнуть значимость следующего обстоятельства: в настоящее время разработаны и успешно внедрены практические модели педагогической коррекции конфликтного поведения студентов колледжей, созданные на основе исследований В.И. Долговой, О.А. Кондратьевой и Л.А. Сенчевой. Эти исследования подтверждают, что системный подход к развитию конструктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях среди участников образовательного процесса приносит устойчивые положительные результаты [22, с. 710].

Самооценка напрямую связана с внутренней потребностью личности в самоутверждении и поиске своего места в жизни. У студентов, хоть и в меньшей мере, чем у подростков, продолжается формирование личностной

идентичности, что в свою очередь оказывает существенное влияние на уровень и содержание их самооценки, в котором когнитивный компонент приобретает особое значение.

Вопросы влияния самооценки на уровень конфликтности личности изучались Д.А. Меламедом, С.М. Емельяновым [23, с. 291].

Суммируя вышесказанное, делаем вывод, что модель представляет собой многоуровневую, иерархически структурированную систему, состоящую из нескольких взаимосвязанных и взаимозависимых уровней, или блоков. Формирование модели конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки инициируется созданием «Дерева целей», которое становится отправной точкой всего процесса, что позволяет организовать будущую деятельность. Это дерево включает в себя генеральную цель, основные цели, которые конкретизируют главную, а также подцели, и выступает в роли эффективного инструмента для определения и планирования задач.

Выводы по главе 1

Исходя из всего вышесказанного и подытоживая ранние суждения следует подчеркнуть, что способность эффективно строить межличностные отношения и справляться с конфликтами играет ключевую роль в жизни каждого человека. В последние годы данный аспект получил значительное внимание в психологической науке. В связи с этим особо важно, чтобы личность сознательно выбирала стратегии поведения в конфликтных ситуациях. Важно, чтобы человек имел в арсенале все возможные способы реагирования на конфликты и умело применял их для конструктивного разрешения разногласий.

Мы рассмотрели анализ нескольких современных исследований различных авторов о взаимосвязи самооценки и конфликтного поведения студентов.

Самооценка глубоко переплетена с фундаментальной потребностью личности в самоутверждении и стремлением определить своё место в жизни. Хотя у студентов этот процесс протекает менее интенсивно, чем у подростков, формирование личностной идентичности продолжается и именно оно оказывает решающее влияние на содержание их самооценки, при этом когнитивный аспект приобретает особую значимость в этом возрасте.

Некоторые психологи, среди которых Т. Шибутани и А. Бандура, выявили, что самооценка играет центральную роль в реализации способностей человека как в профессиональной сфере, так и в повседневной жизни. Она существенно влияет на степень социального взаимодействия, определяя, будет ли человек общительным или склонным к социальной изоляции. Таким образом, самооценка становится важным фактором, формирующим выбор поведенческих стратегий личности при возникновении конфликтных ситуаций [5, с. 91].

Также мы выяснили, что конфликтное поведение не всегда имеет негативные последствия; в некоторых случаях оно может способствовать развитию критического мышления и улучшению навыков коммуникации [56, с. 34]. Однако, если конфликты не разрешаются конструктивно, это может привести к ухудшению психологического климата в группе и снижению академической успеваемости [63, с. 112].

Изучив психолого-педагогические источники, нами была разработана модель исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Данная модель включает четыре взаимосвязанных блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический. Также нами было составлено и подробно описано «Дерево целей» предстоящей деятельности. Исходя из этого, нами было составлено и подробно описано «Дерево целей» исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Оно состоит из

генеральной цели, основных трех целей, включающих в себя подцели и является эффективным методом планирования.

Таким образом, исследование проблемы конфликтного поведения студентов и его особенностей является важной задачей для педагогов и психологов, стремящихся создать благоприятные условия для конструктивного обучения и развития личности.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

С целью изучения формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки нами были определены следующие этапы работы.

Первый этап – поисково-подготовительный. На данном этапе была изучена психолого-педагогическая литература по теме исследования, теоретически обоснована проблема взаимосвязи самооценки и конфликтного поведения студентов, а именно – изучена тема конфликтного поведения в научных исследованиях, охарактеризованы подходы к пониманию определения «конфликтность», изучены классификации конфликтного поведения, изучены особенности конфликтного поведения, выявлены особенности конфликтного поведения студентов, обозначены возрастные границы студенческого возраста, выявлены особенности проявления конфликтного поведения студентов, определены преобладающие стратегии поведения студентов в ситуации конфликта, теоретически обоснована модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, разработано «дерево целей» по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, проанализированы концепции формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, выделены основные принципы построения психолого-педагогической программы по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Также были

спланированы этапы исследования, подобраны методы и методики для дальнейшего изучения темы исследования. Нами была сформулирована и обоснована тема и ее актуальность в современном мире. При изучении специализированной психолого-педагогической литературы по теме исследования были сформулированы цели, задачи, предмет, объект и гипотеза исследования. Для более глубокого изучения проблемы был произведен детальный разбор и анализ научно-методической литературы, отобраны наиболее подходящие для исследования диагностические методики, направленные на исследование формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

На втором, опытно-экспериментальном этапе исследования, нами была определена и охарактеризована выборка исследования, проведены выбранные на первом этапе методики: констатирующий эксперимент и тестирование по методикам: тест-опросник на определение уровня самооценки С.В. Ковалева, тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», методика на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной). Проведен анализ результатов диагностического исследования. Далее нами были определены цели, задачи, этапы формирующей работы, составлена и реализована психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

На третьем, контрольно-обобщающем этапе исследования, после повторного проведения запланированных методик, весь полученный материал был проанализирован и обобщен. А именно, нами было проведено диагностическое исследование конфликтного поведения студентов после реализации программы формирования, проведено сравнение результатов диагностики до и после проведения формирующей программы, проанализирована эффективность психолого-педагогической программы

формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Также мы составили рекомендации преподавателям и студентам по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Исходя из всего вышесказанного, мы сформулировали выводы, осуществили проверку гипотезы исследования, а также произведена математико-статистическая обработка результатов проведенных методик.

Исследование формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки у испытуемых Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета факультета психологии проходило с использованием следующих методов и методик:

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

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.

3. Психодиагностические: тест-опросник на определение уровня самооценки С.В. Ковалева, тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», методика на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной).

4. Математико-статистический: r_{xy} – критерий Пирсона, T – критерий Вилкоксона.

Далее мы перейдем к подробному рассмотрению теоретических методов, задействованных в исследовании.

Анализ является методом, основанным на процессе мысленного разложения исследователем подвергаемого исследованию объекта на его составляющие части, чтобы определить его параметры и признаки [81, с. 11].

Синтез, в свою очередь, объединяет результаты анализа, к которым пришел исследователь, для создания единой системы знаний. Оба метода взаимно переплетаются между собой и применяются в научных исследованиях в различных вариациях, которые зависят от характеристик исследуемого объекта и конкретной цели исследования.

На первоначальном этапе знакомства с объектом применяются методы прямого анализа и синтеза, которые позволяют выявить его характеристики через выделение отдельных компонентов и выполнение простых измерений. Для более детального изучения сущности объекта используется структурно-генетический анализ и синтез, позволяющий выявить основные элементы и сфокусировать на них внимание. Это способствует целенаправленному воздействию на все остальные аспекты объекта [55, с. 194].

Обобщение выступает как способ познания объекта через выявление его общих важных признаков и базируется на применении анализа и синтеза, направленных на определение общих существенных признаков объектов путем их сравнения [58, с. 142].

Метод систематизации (классификации) связан с разделением изучаемых явлений (исходя из целей исследования) и избранными критериями на совокупности, характеризующиеся определенной общностью и отличительными признаками [12, с. 219].

Классификация или систематизация – это набор связанных и соподчиненных понятий в какой-либо области знаний или деятельности, который можно представить в виде таблиц или схем. Она используется для определения связей между понятиями и классами объектов, а также для упорядочения множества понятий и соответствующих объектов [50, с. 67].

Моделирование представляет собой научный метод, основанный на создании и анализе моделей различных явлений, процессов, объектов, устройств или систем, которые являются предметом изучения. С помощью

этого метода можно получить новые знания, улучшить характеристики объектов и их управление.

Моделирование позволяет изучать объекты не напрямую, а через их изображения в виде модели, при этом результаты исследований переносятся на объекты. Таким образом, моделирование является методом познания, который позволяет изучать объекты на моделях и переносить полученные знания на реальные объекты путем изучения другого объекта, который, в свою очередь, подобен предыдущему. Далее происходит обратный перенос на первый объект тех результатов, которые были получены путем детального изучения второго. Этот второй объект называется моделью первого. В общем и целом, моделирование – это процесс, основу которого составляет создание модели или изучение объектов познания на основе их моделей [6, с. 118].

Целеполагание представляет собой процесс установления и изложения общей цели исследования, создание набора задач и их последовательности для достижения общей цели, а также формулирование этих задач исходя из теоретических и эмпирических этапов исследований [59, с. 357].

Различные методы эмпирических исследований могут использоваться в психологии для изучения различных явлений. Констатирующий эксперимент осуществляется без воздействия на выборку испытуемых и позволяет проанализировать различия и взаимосвязи психологических показателей в выборке. В процессе констатирующего эксперимента исследователь проводит анализ различий и анализ взаимосвязей психологических показателей исследуемого признака. Подобное исследование только констатирует положение некоторых вещей, то есть показателей того или иного признака.

Формирующий эксперимент включает в себя специальное воздействие на выборку для коррекции и развития психологических признаков, исследуемых чуть ранее [38, с. 79].

Контрольный метод предполагает повторную диагностику показателей и сравнение результатов до и после формирующего воздействия, чтобы проверить эффективность программы коррекции или тренинга.

Одним из эффективных эмпирических методов научного исследования является тестирование, которое позволяет оценить уровень знаний, умений, способностей и других личностных качеств испытуемых с помощью специальных заданий с последующим анализом выполнения заданий и анализом на их соответствие определенным нормам [29, с. 94].

Далее мы опишем используемые нами методики исследования:

1. Тест-опросник на определение уровня самооценки С.В. Ковалева

Более подробное описание данного теста представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

Данная методика, используемая для исследования проблемы, была разработана Сергеем Викторовичем Ковалевым. Тест-опросник разработан для оценки уровня самооценки индивида. Он включает в себя 32 утверждения, каждое из которых требуется оценить по предложенной шкале ответов, опираясь на собственное мнение.

Обработка полученных результатов: необходимо провести суммирование по всем 32 суждениям, исходя из шкалы оценивания. После суммирования необходимо определить уровень самооценки испытуемого. Сумма баллов от 0 до 25 говорит о высоком уровне самооценки, от 26 до 45 свидетельствует о среднем уровне самооценки. Если баллы варьируются в пределах от 46 до 128, то это указывает на низкий уровень самооценки. Соответственно, чем меньше сумма баллов у испытуемого, тем выше его самооценка, и наоборот, чем выше сумма баллов, тем ниже самооценка.

2. Тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»

Более подробное описание данного теста представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

Тест «Самооценка конфликтности» В.Ф. Ряховского позволяет определить степень конфликтности личности.

Предложенный тест служит для определения уровня конфликтности личности. В его основе лежит оценка степени конфликтности по шкалам: отсутствие конфликтности, невыраженная, слабо выраженная, выраженная и высокая конфликтность.

В качестве стимульного материала используются 10 пар вариантов поведения в конфликтной ситуации. Участник теста оценивает каждое из свойств по 7-балльной шкале, где 7 баллов указывает, что поведение, описанное слева в таблице, проявляется всегда, а 1 балл – что характерно поведению, описанное справа.

3. Методика Томаса-Килманна на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации (в адаптации Н.В. Гришиной)

Более подробное описание данной методики представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

Данная методика разработана для оценки склонности личности к конфликтным ситуациям и выявления преобладающих способов их разрешения. Она служит инструментом для исследования уровня адаптивности, особенностей коммуникации и моделей межличностного взаимодействия. Использование данного опросника позволяет выявить типичные реакции индивида в конфликтных обстоятельствах, оценить их адекватность и результативность, а также рассмотреть альтернативные подходы к урегулированию конфликтных ситуаций.

Согласно концепции К. Томаса и Р. Килманна, поведение в конфликте классифицируется на основе двух основных стратегий: сотрудничество, которое учитывает интересы всех участников, и напористость, ориентированную на защиту собственных целей. Исходя из этих характеристик, К. Томас выделяет несколько основных стилей поведения в конфликтных ситуациях: конфронтация (конкуренция); приспособление (уступчивость); компромисс; уклонение (избегание); сотрудничество.

В состав опросника входит 30 пар утверждений, из каждой испытуемый выбирает тот вариант, который лучше всего соответствует его поведению в конфликтных ситуациях к конфликту, и отмечает выбранный ответ в бланке [74].

Представленные методики, используемые для диагностики, валидны, надежны и стандартизированы, что свидетельствует о точности результатов и не дает в них сомневаться.

4. Математический критерий r_{xy} – критерий Пирсона.

Коэффициент корреляции характеризует исключительно линейную взаимосвязь между признаками, обычно обозначаемыми символами X и Y . Формула расчёта коэффициента Пирсона построена таким образом, что при наличии линейной зависимости между признаками он точно отражает степень этой связи. Поэтому этот показатель также называют коэффициентом линейной корреляции Пирсона. В случае нелинейной связи между переменными X и Y Пирсон предложил использовать так называемое корреляционное отношение для оценки степени связи.

Значение коэффициента Пирсона не может превышать +1 и не может быть меньше -1 – эти числа служат пределами для коэффициента корреляции. Если при вычислениях получается значение больше +1 или меньше -1, значит, допущена ошибка в расчётах.

Когда модуль коэффициента корреляции близок к 1, это свидетельствует о сильной взаимосвязи между переменными. Например, при корреляции переменной с самой собой коэффициент равен +1, что отражает прямо пропорциональную зависимость. Если значения переменной X расположены по возрастанию, а соответствующие значения переменной Y – по убыванию, то коэффициент корреляции между ними будет равен -1, что говорит об обратной пропорциональной связи.

Знак коэффициента корреляции играет ключевую роль в интерпретации взаимосвязи. Если коэффициент положительный, это означает, что рост одного признака (переменной) сопровождается ростом

другого. Другими словами, увеличение одного показателя вызывает увеличение другого – такая зависимость называется прямо пропорциональной.

Если же коэффициент отрицательный, это говорит о том, что увеличение одного признака связано с уменьшением другого [25, с. 207].

Подробное описание r_{xy} – критерия Пирсона представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

5. Математический T – критерий Вилкоксона.

Этот критерий используется для анализа данных, собранных при двух различных условиях у одной и той же группы испытуемых. Он дает возможность определить как направление, так и уровень изменений, оценивая, насколько данные смещаются в ту или иную сторону. Использование T-критерия оправдано, когда измеряемые показатели имеют как минимум порядковый уровень, а изменения между двумя измерениями можно упорядочить и они охватывают широкий диапазон значений.

Принцип метода основан на сравнении интенсивности изменений в различных направлениях по абсолютным величинам сдвигов. Сначала все абсолютные изменения ранжируются, затем суммы этих рангов вычисляются отдельно для положительных и отрицательных изменений. В случае случайного распределения изменений суммы рангов в обоих направлениях будут примерно равны. Однако, если наблюдается более выраженный сдвиг в одном направлении, сумма рангов для изменений в противоположную сторону значительно меньше ожидаемой при случайности. Основная идея метода заключается в том, что более частые сдвиги считаются типичными, тогда как редкие – нетипичными [68, с. 113].

Подробное описание T – критерия Вилкоксона представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

В результате мы подробно рассмотрели этапы исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Были отобраны и описаны

методы, методики и статистические критерии, применяемые в работе. В частности, исследование проводилось с использованием следующих методик: тест-опросник на определение уровня самооценки С.В. Ковалева, тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», методика на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной). Математико-статистическая обработка результатов исследования была осуществлена с помощью r_{xy} – критерия Пирсона.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего исследования

Экспериментальной базой исследования стал Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, студенты 4 курса факультета психологии в количестве 16 человек.

Студенты группы учатся на четвертом курсе факультета психологии по направлению «Психолого-педагогическое консультирование». Анализ журнала посещаемости занятий позволяет сделать ряд выводов о учебной деятельности и дисциплине в группе. Большинство студентов демонстрируют высокий уровень знаний, с оценками, варьирующимися от хороших до отличных, что отражает очень хороший общий уровень успеваемости. Дисциплина на занятиях во многом зависит от авторитета и требовательности преподавателя. Возрастной состав группы достаточно однороден — разница между студентами составляет один-два года, все они имеют среднее образование. Несмотря на общий уровень дисциплинированности, учащиеся, испытывающие трудности, стараются не отставать и получают поддержку от более успешных товарищей, что говорит об отличной командной атмосфере в коллективе. Студенты активно взаимодействуют не только внутри своей группы, но и налаживают контакты с учащимися старших и младших курсов. Коллектив проявляет

живой интерес к изучаемым дисциплинам и регулярно посещает факультативные занятия. Многие ребята также активно занимаются спортом и музыкальными увлечениями, имеют свои хобби.

Коллектив тесно связан друг с другом, ребята поддерживают и прикрывают друг друга, если что-то случится. Однако могут случаться конфликты в группе. Что касается психологической атмосферы, то ее направленность можно считать положительно ориентированной. Сами студенты считают деятельность своей группы продуктивной не только учебной, но и творческой. В группе благоприятный психологический климат. На занятиях в основном активны поддерживают диалог с преподавателем, отвечают на вопросы, дают обратную связь. Дружба в группе присутствует, но легко увидеть разделение на группы между учащимися, группирование. По своему характеру можно увидеть разных студентов: открытых, общительных, активных с явными лидерскими наклонностями и, наоборот, тихих, малоподвижных, незаметных.

Эмоциональный климат в группе достаточно позитивный. Конфликты в этом коллективе достаточно редки, за весь период наблюдения серьезных конфликтов не было, все студенты уважительно относятся друг к другу и не недооценивают достоинства своих сверстников.

Наиболее ценные качества в группе – высокая дисциплина, учащиеся трудолюбивы, любознательны, способны отстаивать свою точку зрения, нравственно воспитаны, духовно оснащены. Свою успешность в учебной деятельности учащиеся связывают, прежде всего, с положительным отношением к учебе, наличия интереса и тяги к новым знаниям, а также, безусловно, с образовательными и организаторскими способностями группы. У одноклассников принято поздравлять друг друга с днем рождения, а также преподносить символические подарки мальчикам и девочкам на тематические праздники.

Таким образом, выбранная для тестирования группа, представляет собой достаточно способный к обучению и развитию, сплоченный,

дружный коллектив. Учащиеся с готовностью способны преодолевать трудности различного характера, учебные и организаторские. На занятиях отмечаются такие положительные характеристики группы, как активность, дисциплинированность, внимательность, заинтересованность в предмете, уважительное отношение к преподавателям, ответственное отношение к предлагаемым заданиям. Коллектив довольно сплоченный, активный. Учащиеся с небольшой отличительной степенью способны отстаивать и доказывать свою точку зрения, свое мнение по какому-либо вопросу, на занятиях готовы помочь своим коллегам, если у кого-то вдруг возникли затруднения или вопросы. Ребята с энтузиазмом и удовольствием принимают участие в групповых и факультетских мероприятиях, в учебном процессе. Доверительные отношения с куратором группы, который, в свою очередь, внимательно контролирует учебный процесс своей группы.

Далее перейдем к анализу проведенных методик.

Результаты исследования по тесту-опроснику на определение уровня самооценки С.В. Ковалева представлены на рисунке 3 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2, таблица 2.1).

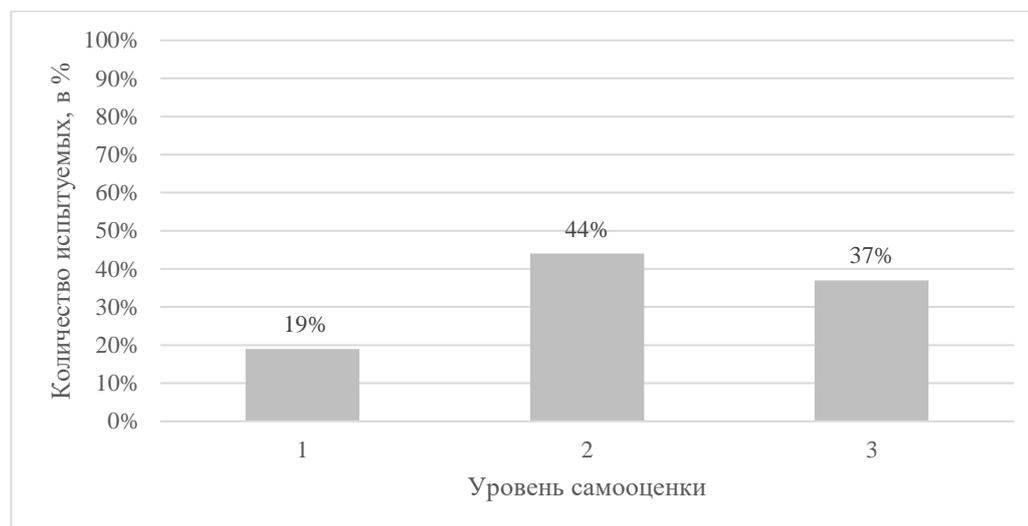


Рисунок 3 – Результаты диагностики самооценки студентов по тесту-опроснику «Определение уровня самооценки» С. В. Ковалева

Примечание – 1 – высокий уровень самооценки, 2 – средний уровень самооценки, 3 – низкий уровень самооценки.

Анализируя результаты методики диагностики самооценки студентов, можно отметить, что у 19 % (3 человека) испытуемых высокий уровень самооценки. Учащиеся с таким уровнем показателя вполне адекватно реагируют на замечания и претензии других, трезво оценивают свои действия.

У 44 % (7 человек) испытуемых выявлен средний уровень самооценки. Они периодически ощущают некоторую неловкость при общении с окружающими, и при этом сами неспособны его объяснить. Они нередко сталкиваются с тем, что недооценивают себя, свои способности и возможности, и делают это без достаточных на то оснований.

У 37 % (6 человек) испытуемых выявлен низкий уровень самооценки. Люди с такой самооценкой часто остро реагируют на критику и негативные комментарии в свой адрес, склонны подстраиваться под взгляды окружающих и соглашаться с ними. Кроме того, они испытывают выраженную степень застенчивости, которая значительно влияет на их поведение и эмоциональное состояние.

Результаты диагностики по тесту В.Ф Ряховского «Самооценка конфликтности» представлены на рисунке 4 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2, таблица 2.2).

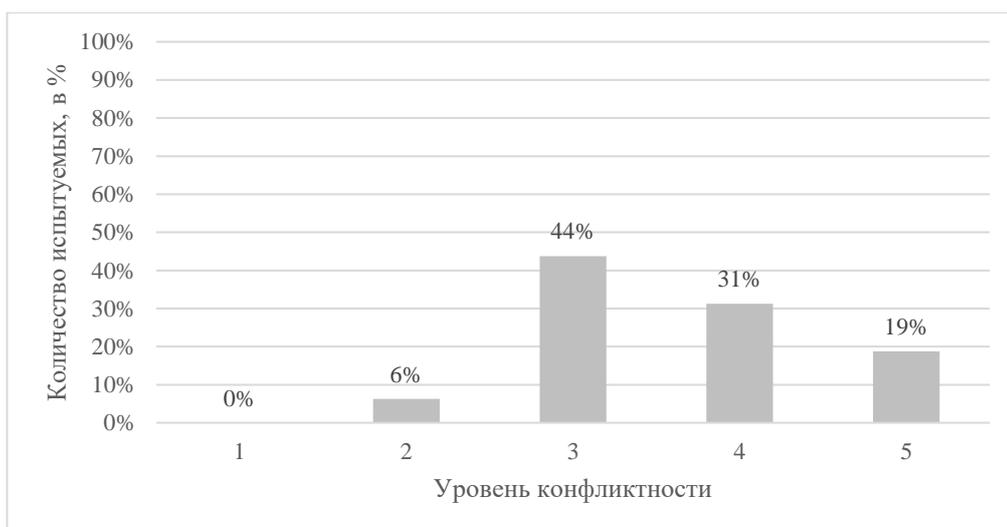


Рисунок 4 – Результаты диагностики конфликтности студентов по методике В.Ф Ряховского «Самооценка конфликтности»

Примечание – 1 – уровень конфликтности низкий, 2 – уровень конфликтности ниже нормы, 3 – уровень конфликтности в пределах нормы, 4 – уровень конфликтности выше нормы, 5 – уровень конфликтности высокий.

Анализируя результаты методики можем сделать вывод, что у 6 % (1 человек) испытуемых уровень конфликтности ниже нормы, то есть конфликтность не выражена. Испытуемые с таким показателем тактичны, не любят конфликтов. Испытуемые с таким уровнем характеризуются тактичностью и стремлением избегать конфликтов. В случае возникновения спора они всегда принимают во внимание возможное влияние своих действий на отношения с окружающими.

У 44 % (7 человек) студентов уровень конфликтности находится в пределах нормы. Конфликтность выражена слабо. Они умеют успешно разрядить напряжение и обходить острые конфликты, однако при необходимости умеют решительно отстаивать свои права и позиции.

У 31 % испытуемых (5 человек) обнаружен уровень конфликтности, превышающий норму – выраженная конфликтность. Такие студенты упорно отстаивают свою позицию, даже если это может негативно повлиять на их взаимоотношения с окружающими.

Кроме того, у 19 % участников (3 человека) диагностирована высокая степень конфликтности: эти студенты часто инициируют конфликты и сами находят поводы для споров. Любят скандалить.

Испытуемых с низким уровнем конфликтности не выявлено – 0 %.

Результаты диагностики по методике на выявление ведущего стиля поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной) представлены на рисунке 5 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2, таблица 2.3).

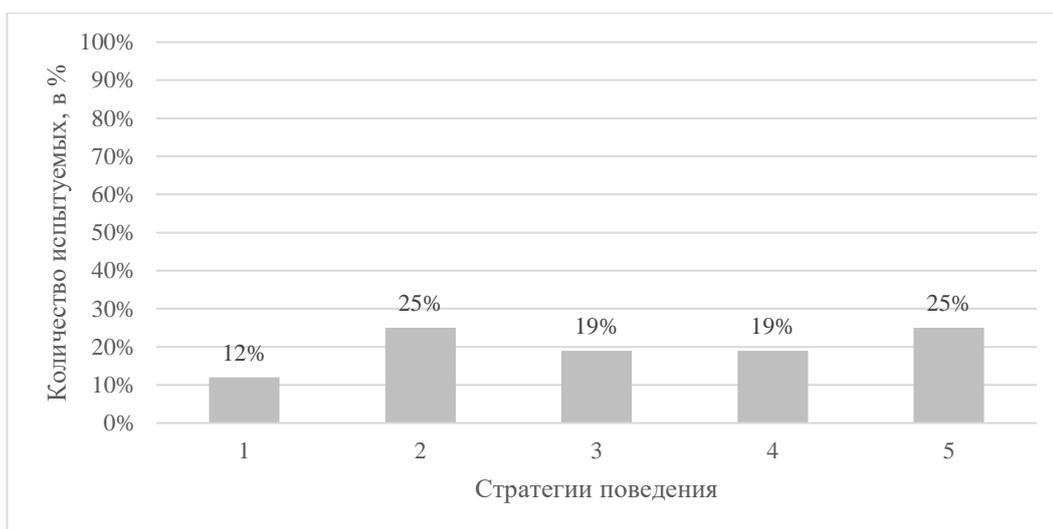


Рисунок 5 – Результаты диагностики ведущего стиля поведения студентов в конфликтной ситуации по методике К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной)

Примечание – 1 – соперничество, 2 – сотрудничество, 3 – компромисс, 4 – избегание, 5 – приспособление

Из полученных данных можно сделать вывод, что 12 % (2 человека) в конфликтной ситуации предпочитают соперничество как стратегию поведения. Это указывает на то, что они стараются реализовать свои интересы, не учитывая потребности другой стороны.

У 25 % (4 человека) испытуемых основной стратегией в конфликтных ситуациях является сотрудничество (решение проблемы). Как участники конфликта они чаще склонны искать варианты, которые полностью удовлетворяют интересы обеих сторон.

У 19 % (3 человека) испытуемых преобладает в выборе стратегия компромисса (делим пополам). Они готовы идти на взаимные уступки с оппонентом, чтобы прийти к взаимному соглашению.

19 % (3 человека) испытуемых выявлены с предпочитаемой стратегией поведения в конфликте – избегание (уход). Эта стратегия поведения характеризуется отсутствием стремления как к совместным действиям, так и к отстаиванию собственных интересов в конфликте.

Четверть опрошенных – 25 % (4 человека) предпочитают в конфликтных ситуациях использовать стратегию приспособления, часто готовы жертвовать собственными потребностями ради блага других.

Исходя из вышесказанного, проведя анализ результатов, мы провели исследование взаимосвязи самооценки и конфликтного поведения студентов.

После анализа результатов (ПРИЛОЖЕНИЕ 2, таблицы 2.1-2.3) мы провели математико-статистический расчет взаимосвязи исследуемых признаков. Для это нами был использован r_{xy} – критерий Пирсона.

Представим результаты в таблице 1:

Таблица 1 – Подсчет критерия r_{xy} Пирсона при сопоставлении показателей уровня самооценки и уровня конфликтности студентов, уровня самооценки и стилей поведения в конфликте

Уровень самооценки	Уровень конфликтности	Баллы, соперничество	Баллы, сотрудничество	Баллы, компромисс	Баллы, избегание	Баллы, приспособление
	0,063398	-0,63041	-0,42761	-0,3544	0,351398	0,813992

При интерпретации данных таблицы 1, следует помнить, что низкие показатели самооценки по тесту-опроснику «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева соответствует высоким показателям уровня самооценки, поэтому низкие показатели уровня самооценки соответствует высокой самооценке.

Исходя из этого, проанализируем данные таблицы 1. По Е.В. Сидоренко, корреляционная связь между показателями самооценки и конфликтности является очень слабой. Тесная корреляционная связь наблюдается между сопоставлением показателей самооценки и стилем поведения в конфликте «Приспособление». В ходе исследования была выявлена средняя корреляционная зависимость между уровнем самооценки и склонностью к стилю конфликтного поведения «Соперничество». Умеренная корреляционная связь прослеживается и между самооценкой и стилями «Сотрудничество», «Компромисс» и «Избегание».

Таким образом, студентам с высоким уровнем конфликтности, стремлением к конфронтации, избеганию, и с низкой самооценкой рекомендуется участие в психолого-педагогической программе формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Также выбор участников программы обусловлен тем, что профессиональная деятельность психологов предполагает разрешение конфликтов, и, исходя из этого, мы рекомендуем студентам-испытуемым Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета, 4 курса факультета психологии в количестве 16 человек принять участие в программе.

Выводы по главе 2

В рамках второй главы нашей работы было проведено исследование взаимосвязи уровня самооценки и конфликтного поведения студентов. Исследование проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

Исследование взаимосвязи уровня самооценки и конфликтного поведения студентов проходило с применением комплекса методов и методик:

1. Теоретические: анализ, синтез, обобщение, целеполагание и моделирование.
2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.
3. Психодиагностические: тест-опросник на определение уровня самооценки С.В. Ковалева, тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», методика на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной).

4. Математико-статистический метод: r_{xy} – критерий Пирсона, T – критерий Вилкоксона.

Экспериментальной базой исследования стал Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, студенты 4 курса факультета психологии в количестве 16 человек.

Анализируя результаты методики диагностики самооценки студентов по тесту-опроснику С.В. Ковалева, можно отметить, что у 19 % (3 человека) испытуемых высокий уровень самооценки. У 44 % (7 человек) испытуемых определили средний уровень самооценки. У 37 % (6 человек) испытуемых выявлен низкий уровень самооценки.

Анализируя результаты методики В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», можем сделать вывод, что у 6 % (1 человек) испытуемых уровень конфликтности ниже нормы, то есть конфликтность не выражена. У 44 % (7 человек) студентов уровень конфликтности в пределах нормы. Конфликтность выражена слабо. 31 % (5 человек) испытуемых выявлены с показателем уровня конфликтности выше нормы. Выраженная конфликтность. Высокая степень конфликтности наблюдается у 19 % (3 человека) испытуемых. Эти студенты зачастую сами ищут повод для споров.

Испытуемых с низким уровнем конфликтности не выявлено – 0 %.

Из полученных данных по методике на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной) можно сделать вывод, что 12 % (2 человека) в конфликтной ситуации предпочитают конфронтацию (давление) как стратегию поведения. 25 % (4 человека), четверть участников, отдали предпочтение стратегии сотрудничества в конфликтных ситуациях. По 19 % (3 человека) опрошенных выбирают в качестве основной стратегии компромисс или, наоборот, склонны к уклонению от конфликта. 25 % (4 человека) студентов чаще используют стратегию приспособления в конфликте.

Таким образом, мы можем заметить, что у 56 % студентов неадекватные уровни самооценки: высокий и низкий. У 50 % испытуемых уровень конфликтности выше нормы и высокий. Это указывает на то, что в их поведении преобладают частые и сильные конфликты при заниженной или завышенной самооценке.

После анализа полученных результатов мы провели математико-статистический расчет взаимосвязи исследуемых признаков. Для это нами был использован r_{xy} – критерий Пирсона. Расчет выявил положительную корреляцию признаков: уровень конфликтного поведения коррелирует с уровнем самооценки.

Исходя из всего вышесказанного и проведя анализ результатов, мы провели исследование взаимосвязи самооценки и конфликтного поведения студентов.

Таким образом, студентам с высоким уровнем конфликтности, стремлением к конфронтации, избеганию и с низкой самооценкой рекомендуется участие в психолого-педагогической программе формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Также выбор участников программы обусловлен тем, что профессиональная деятельность психологов предполагает разрешение конфликтов, и, исходя из этого, мы рекомендуем студентам-испытуемым принять участие в Программе.

По теме исследования нами была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику и составлены психолого-педагогические рекомендации преподавателям и студентам по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ

3.1 Психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки

Разработанная программа, направленная на формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, строилась на основе опытно-экспериментального исследования и результатов диагностики студентов. Программа направлена на формирование благоприятного психологического климата в коллективе, развитие коммуникативных навыков у студентов, формирование навыков конструктивного разрешения конфликтов.

Цель программы: формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

Задачи программы:

- 1) формирование благоприятного психологического климата в группе;
- 2) развитие коммуникативных навыков студентов;
- 3) формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов.

Программа проводилась на базе Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета, 16 студентов 4 курса факультета психологии, состояла из 9 занятий по 90 минут, 1 раз в неделю в рамках изучения дисциплины «Конфликтология».

Форма работы: групповая. Групповая форма работы эффективна, так как, работая в группах, студенты смогут развить навыки общения,

сотрудничества друг с другом, и только в группе можно сформировать конструктивные стратегии разрешения конфликтов [9, с. 92].

Первый этап программы ориентирован на установление эффективного общения между студентами, устранение барьеров, мешающих продуктивному взаимодействию, и спад эмоционального напряжения.

Во втором этапе акцент сделан на укреплении групповой сплоченности. Специально подобранные упражнения способствуют организации студентов в единое целое, развитию навыков саморефлексии и формированию способности к выбору конструктивных способов разрешения конфликтов.

Заключительный этап фокусируется на улучшении взаимодействия внутри группы, создании позитивной эмоциональной атмосферы и развитии навыков конструктивного решения конфликтов.

В процессе создания и реализации программы были приняты во внимание принципы, разработанные А.А. Осиповой:

1. Принцип соблюдения интересов студентов.

Основная идея этого принципа заключается в том, что специалист должен способствовать решению проблем, принимая во внимание нужды студентов и приносить максимальную пользу.

2. Системность.

Принцип системности направлен на то, чтобы установить единство диагностики и последующей развивающей или формирующей работы.

3. Принцип непрерывности.

Данный принцип обеспечивает последовательную и постоянную поддержку студентов в решении их проблем.

4. Активность участников.

В ходе работы студенты должны быть вовлечены в выполнение упражнений. Также данный принцип подразумевает, что участники будут

обладать возможностью анализировать выполнение действий остальных участников группы.

5. Принцип объективации поведения.

Данный принцип подразумевает, что действия студентов, участвующих в программе, будут исходить не с импульсивного уровня, а с объективированного. Объективированное поведение будет обеспечиваться с помощью обратной связи, получаемой от остальных участников. В обратной связи они проговаривают то, как они относятся к происходящему в процессе работы.

6. Партнерское общение.

Данный принцип состоит в том, что в основе взаимодействия должны учитываться интересы всех студентов, включенных в группу. Особой важностью обладает признание значимости личности участников, принятие равенства, проявление сопереживания по отношению друг к другу.

7. Принцип конфиденциальности.

Это гарантия защиты личной информации от доступа людям, не присутствующим в данном коллективе в настоящем времени, и не знающим информации от первого лица. Защита от доступа, использования, раскрытия, изменения, кражи информации, которая была озвучена внутри группы [Цит. по: 11].

Занятия программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки выстраиваются в рамках четкой структуры, которая включает в себя 4 взаимосвязанных этапа:

1. Приветствие. Этот этап работы обеспечивает сплоченность студентов, включенных в группу, оптимизирует эмоциональный климат, формирует настрой на дальнейшую продуктивную работу.

2. Основная часть. В рамках основной части обеспечивается реализация упражнений и различных функциональных техник.

3. Рефлексия. На этапе рефлексии участникам необходимо дать свою оценку состоявшемуся занятию с двух сторон. Первая сторона – эмоциональная. Участникам необходимо озвучить, понравилась или не понравилась им проделанная работа. Вторая сторона – смысловая. Студенты рассуждают о том, было ли состоявшееся занятие для них значимо, чему им удалось научиться, и какая часть работы больше закрепились у них в памяти.

4. Прощание. Финальный этап работы на занятии предполагает смысловое завершение занятия [9, с. 27].

Методы и формы работы: формирующий эксперимент, дискуссии, психологическое консультирование, практические упражнения, игровые методы, мини-лекции.

Содержание программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки:

Занятие 1: «Давай знакомиться».

Цели: создание положительного эмоционального отношения и доверительного общения, принятия правил программы.

Приветствие (20 минут).

Цель: знакомство с участниками программы. Налаживание первичного контакта. Короткий рассказ о программе и плана последующих занятиях.

Упражнение «Визитка».

Цель: знакомство участников, создание атмосферы доверия, раскрепощение участников.

Во время упражнения психолог индивидуально общается с каждым студентом, предлагая рассказать о себе для установления контакта между членами группы. Участники могут сообщить свое имя, возраст, хобби и увлечения, а также поделиться своими ожиданиями от будущей совместной работы. После того как все студенты будут готовы, психолог начинает процесс представления, демонстрируя пример для остальных. Далее,

каждый участник должен представиться группе. Порядок представления может быть определен исходя из предпочтений участников, но ключевым моментом является то, чтобы каждый член группы предоставил информацию о себе.

Упражнение «3 факта о себе».

Цель: создать положительный настрой на работу, снизить напряжение, повысить интерес друг к другу.

В процессе данного упражнения каждый студент должен озвучить любых три факта из своей биографии, но правдивы из них должны быть только два, третий факт должен быть ложным. Задача других участников определить, какие из озвученных фактов были правдивыми, а какой факт является ложным.

Основная часть (40 минут).

В рамках основной части каждому участнику выдается два стикера различных цветов. На первом стикере участники должны указать собственные ожидания от самих себя в предстоящем тренинге. На втором стикере участники указывают свои ожидания от остальных участников группы. Каждый участник поочередно рассказывает собственные ожидания и закрепляет их на доске. После этого озвучиваются ключевые правила предстоящего тренинга, участникам необходимо озвучить свои варианты правил работы, а затем одобрить их путем совместного обсуждения.

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

Психолог объясняет: «В ходе упражнения я буду давать указания, например: «Пересядьте на другой стул те, кто...». Если это обращение касается вас, прошу выполнить указание: встаньте со своего места и займите свободный стул. Пример: «Представьте, что все, кто предпочитает мир и спокойствие; кто находит радость в велопрогулках; кто увлечен рисованием; кто не может устоять перед соблазном шоколадного мороженого; у кого есть верные компаньоны-животные; кто любит увлекательные настольные игры; кто с удовольствием танцует перед

зеркалом; кто обладает даром пения; кто жаждет познаний из документальных фильмов; кто интересуется спортивными достижениями...».

Рефлексия (20 минут).

На этапе рефлексии ребята должны дать свою оценку тренингу, исходя из двух компонентов: эмоционального и смыслового.

Прощание (10 минут).

На этапе прощания участники должны мысленно закончить фразы психолога о состоявшемся тренинге: больше всего мне сегодня понравилось..., в процессе работы я ощутил..., у меня вызвало удивление то, что...

Более подробное описание программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 3.

Вводное занятие произвело на всех участников благоприятное впечатление и стало удачным стартом. Психолог, прекрасно подготовившись к сессии, встретил студентов, которые проявили готовность к плодотворному обсуждению предстоящих задач.

Крайняя встреча принесла много ценных результатов, участники были очень увлечены обсуждением рассмотренных тем, обсуждение проходило с большим энтузиазмом со стороны студентов. Всем студентам, принимавшим участие в программе, удалось найти общий язык, точки соприкосновения на разных этапах работы даже с теми одногруппниками, с которыми они ранее не общались близко и ограничивались редкими обсуждениями академических тем.

После проведения тренингов по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, в группе заметно улучшилась эмоциональная обстановка: участники проявляли больше оптимизма и жизнерадостности, а качество их взаимодействия существенно повысилось.

Таким образом, программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки учитывает возрастные особенности студентов и сфокусирована на развитии практических навыков эффективного разрешения конфликтных ситуаций.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

По окончании констатирующего этапа эксперимента и внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки была проведена повторная диагностика с применением тех же методик: тест-опросник на определение уровня самооценки С.В. Ковалева, тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», методика на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной). Данная повторная оценка позволила тщательно проанализировать и систематизировать результаты опытно-экспериментального исследования, подготовив основу для дальнейших выводов и рекомендаций.

Сравнительные результаты исследования по тесту-опроснику на определение уровня самооценки С.В. Ковалева (ПРИЛОЖЕНИЕ 4, таблица 4.1). У студентов после реализации программы полученные следующие данные, которые представлены на рисунке 6.

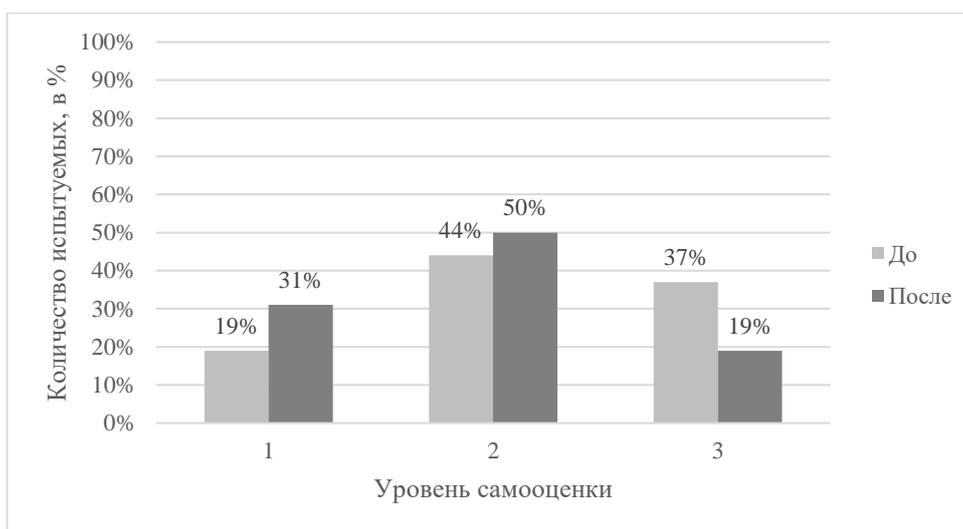


Рисунок 6 – Результаты диагностики самооценки студентов по тесту-опроснику «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева до и после реализации программы

Примечание – 1 – высокий уровень самооценки, 2 – средний уровень самооценки, 3 – низкий уровень самооценки.

Из рисунка 6 видно, что увеличилась процент участников с высокой самооценкой с 19 % (3 человека) до 31 % (5 человек). Параллельно возросла и доля студентов с нормальным уровнем самооценки – с 44 % (7 человек) до 50 % (8 человек). При этом количество студентов с низкой самооценкой составляло 37 % (6 человек), и оно изменилось до 19 % (3 человека). Эти изменения свидетельствуют о том, что часть студентов научились адекватно реагировать на замечания и претензии других, трезво оценивать свои действия, перестали болезненно переживать критические замечания и высказывания, адресуемые им, не приводят к попыткам адаптироваться ко взглядам окружающих, соглашаться с чем-либо, если им это не нравится или они не согласны.

Студенты приобрели большую уверенность в себе, хотя иногда могут испытывать неловкость в общении с окружающими.

Для проверки статистической значимости изменений, полученных в ходе эксперимента, был использован Т-критерия Вилкоксона. В нашем исследовании мы сосредоточимся на уровне самооценки студентов. В ПРИЛОЖЕНИИ 4 представлен полный расчет Т-критерия Вилкоксона.

Сформулируем гипотезы:

H0: Интенсивность сдвигов показателей самооценки в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

H1: Интенсивность сдвигов показателей самооценки в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

$$T_{\text{эмп}} = 32,5$$

Сопоставим полученное значение $T_{\text{эмп}}$ с критическими значениями:

$$T_{\text{кр}} = 35 \quad (\rho \leq 0,05)$$

$$T_{\text{кр}} = 23 \quad (\rho \leq 0,01)$$

Графически представим результаты на оси значимости на рисунке 7.

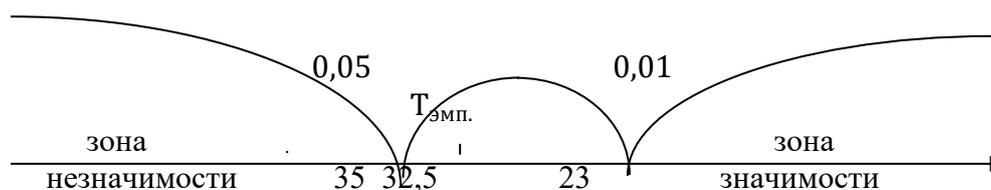


Рисунок 7 – Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по тесту-опроснику «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева

Эмпирическое значение Т попадает в зону неопределенности: $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}(0,05)$.

Гипотеза H1 принимается. Интенсивность сдвигов показателей самооценки в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

Рассмотрим результаты, полученные с использованием теста В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности». В ходе опытно-экспериментального исследования были зафиксированы следующие изменения. Сравнительный анализ уровня конфликтности студентов до и

после внедрения программы представлен на рисунке 8 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4, таблица 4.2).

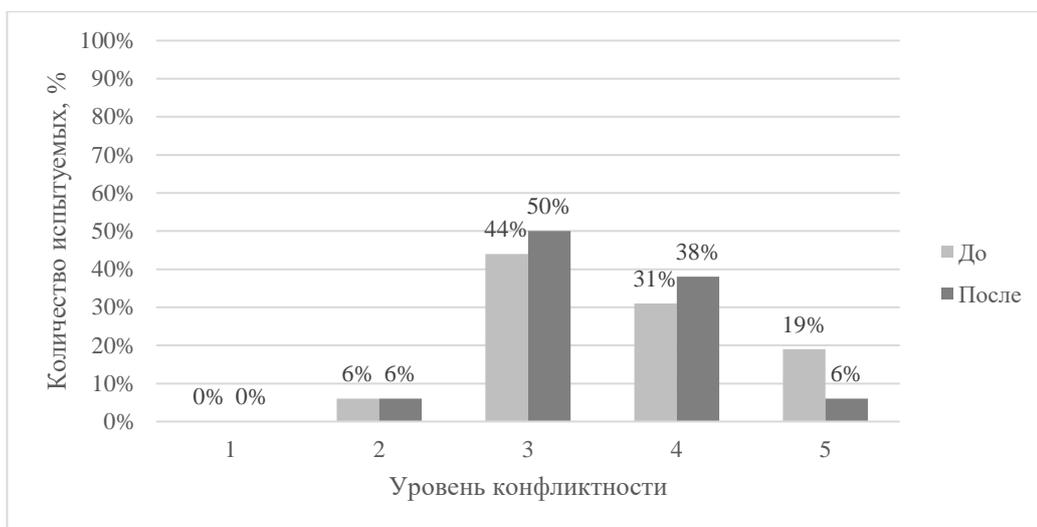


Рисунок 8 – Результаты конфликтности студентов по методике В.Ф Ряховского «Самооценка конфликтности» до и после реализации программы

Примечание – 1 – уровень конфликтности низкий, 2 – уровень конфликтности ниже нормы, 3 – уровень конфликтности в пределах нормы, 4 – уровень конфликтности выше нормы, 5 – уровень конфликтности высокий.

Изучение данных, представленных на рисунке 8, свидетельствует о том, что процент студентов с нормальным уровнем конфликтности вырос с 44 % (7 человек) до 50 % (8 человек). Одновременно наблюдается увеличение числа участников с уровнем конфликтности, превышающим норму, с 31 % (5 человек) до 38 % (6 человек). Вместе с тем, количество студентов, характеризующихся высоким уровнем конфликтности, сократилось с 19 % (3 человека) до 6 % (1 человек). Эти изменения свидетельствуют о том, что испытуемые освоили навыки управления конфликтами и стремятся избегать критических ситуаций, однако в случае необходимости готовы активно защищать свои интересы. Также данные показатели изменений уровня конфликтности позволяют сделать вывод о том, что студенты стали реже искать поводы для споров, однако они продолжают упорно отстаивать собственную позицию в конфликтной

ситуации, несмотря на потенциальные негативные последствия для межличностных отношений с окружающими.

Количество студентов с низким уровнем конфликтности и с уровнем конфликтности ниже нормы не изменилось – 0 % и 6 % (1 человек) соответственно.

Для оценки статистической значимости выявленных изменений уровня конфликтности среди студентов после проведения экспериментального воздействия будет применен непараметрический критерий Вилкоксона. Данный критерий позволяет оценить сдвиг в парных измерениях, что актуально в случае анализа «до-после» экспериментальных данных. Целью анализа является определение, насколько значимо изменился уровень конфликтности в исследуемой группе, что позволит сделать вывод об эффективности реализованного экспериментального воздействия. В ПРИЛОЖЕНИИ 4 представлен полный расчет T-критерия Вилкоксона.

Сформулируем гипотезы:

H₀: Интенсивность сдвигов показателей конфликтности в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

H₁: Интенсивность сдвигов показателей конфликтности в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

$$T_{\text{эмп}} = 29$$

Сопоставим полученное значение $T_{\text{эмп}}$ с критическими значениями:

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

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

Графически представим результаты на оси значимости, рисунок 9.

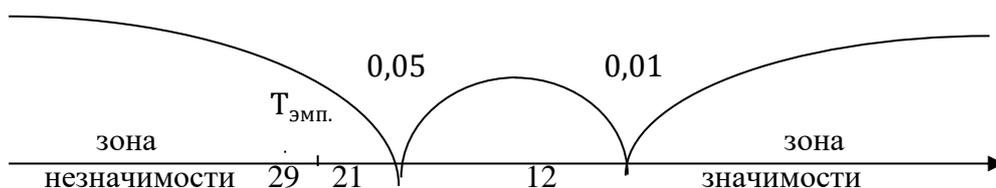


Рисунок 9 – Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по методике В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»

Эмпирическое значение Т попадает в зону незначимости: $T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}}$ (0,05).

Гипотеза Н1 принимается. Интенсивность сдвигов показателей конфликтности в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения. Значения показателей, полученные после проведения экспериментальной программы, превышают исходные значения, зафиксированные до начала воздействия.

Применение методики К. Томаса и Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной), направленной на определение доминирующих стратегий поведения в конфликтных ситуациях, позволило выявить преобладающие стратегии поведения, характерные для студентов в условиях конфликта. Диагностические показатели исследования после реализации программы представлены на рисунке 10 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4, таблица 4.3).

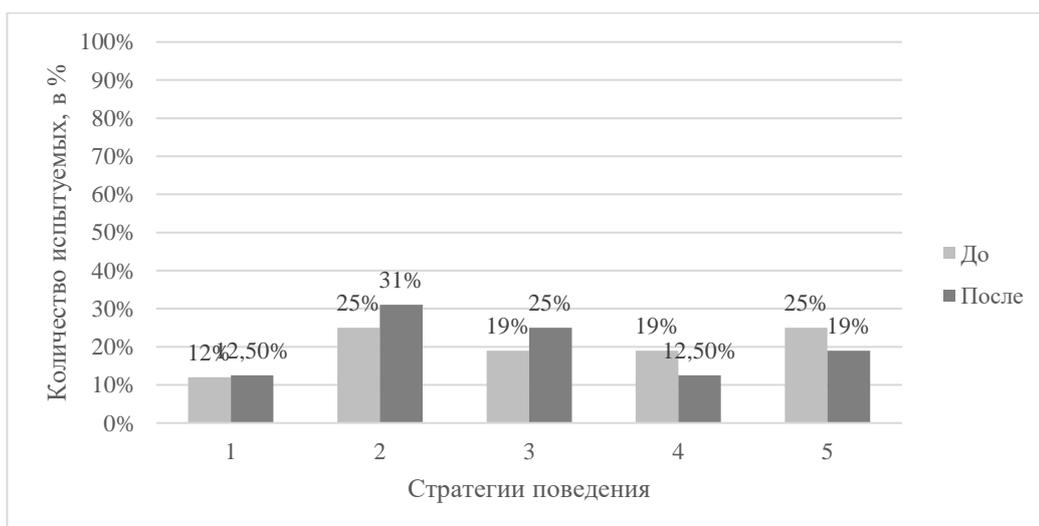


Рисунок 10 – Результаты диагностики ведущего стиля поведения студентов в конфликтной ситуации по методике К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной) до и после реализации программы

Примечание – 1 – соперничество, 2 – сотрудничество, 3 – компромисс, 4 – избегание, 5 – приспособление

Согласно представленным данным, 31 % респондентов (5 человек) отдали предпочтение стратегии «Сотрудничество» в конфликтных ситуациях. Эта конструктивная модель поведения подразумевает стремление удовлетворить собственные интересы через совместное разрешение конфликта, учитывая при этом интересы другой стороны. Как участники конфликта они чаще готовы к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон. Количество таких студентов выросло с 25 % (4 человека) и стала преобладающей среди студентов после реализации программы.

Четверть опрошенных студентов – 25 % (4 человека) предпочитают в конфликте стратегию «Компромисс», заключающуюся в готовности обеих сторон пойти на уступки ради достижения взаимоприемлемого решения. Количество таких студентов выросло с 19 % (3 человека). Данная стратегия относится к конструктивным.

Количество студентов, чаще выбирающих стратегию поведения в конфликтной ситуации «Избегание» сократилась с 19 % (3 человека) до 12,5 % (2 человека). Эта модель поведения считается неконструктивной и до проведения программы была одной из доминирующих среди участников. Для нее характерно отсутствие желания сотрудничать и одновременно нежелание активно добиваться собственных целей в конфликтной ситуации.

Число студентов, выбирающих стратегию «Приспособление» в конфликтных ситуациях, сократилось с 25 % (4 человека) до 19 % (3 человека). Эта стратегия считается деструктивной, поскольку такие студенты жертвуют собственными интересами ради удовлетворения интересов оппонента.

При этом доля студентов, предпочитающих стратегию «Конфронтация», осталась неизменной – 12 % (2 человека). Эти участники склонны добиваться своих целей, не учитывая интересы другой стороны.

Для проверки статистической значимости изменений в использовании наиболее конструктивной стратегии «Сотрудничество» будет применен T-критерий Вилкоксона, поскольку именно эта стратегия доминирует среди студентов после реализации программы.

Произведем вычисления для определения статистической значимости изменений в применении стратегии «Сотрудничество» при разрешении конфликтов.

Сформулируем гипотезы:

H0: Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Сотрудничество» в направлении увеличения не превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

H1: Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Сотрудничество» в направлении увеличения превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

$$T_{\text{эмп}} = 6$$

Сопоставим полученное значение $T_{\text{эмп}}$ с критическими значениями при $n=5$:

$$T_{\text{кр}} = 0 \quad (\rho \leq 0,05)$$

$$T_{\text{кр}} = 0 \quad (\rho \leq 0,01)$$

Графически представим результаты на оси значимости, рисунок 11.

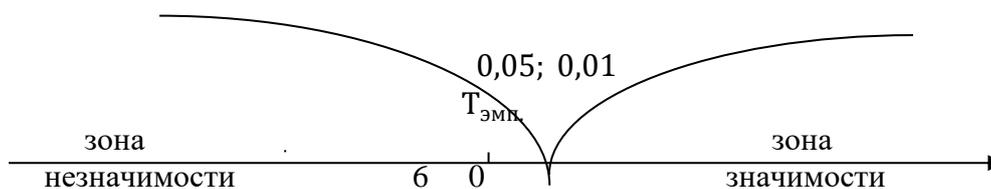


Рисунок 11 – Ось значимости T-критерия Вилкоксона по методике «Диагностика стиля поведения в конфликте» Томаса-Килманна, сотрудничество

Эмпирическое значение T попадает в зону незначимости: $T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}} (0,05)$.

Гипотеза Н1 принимается. Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Сотрудничество» в направлении увеличения превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения. Интенсивность положительного сдвига превышает интенсивность отрицательного сдвига ($\rho < 0,05$).

Проверим достоверность различий по стратегии – компромисс.

Сформулируем гипотезы:

Н0: Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Компромисс» в направлении уменьшения не превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения.

Н1: Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Компромисс» в направлении уменьшения превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения.

$$T_{\text{эмп}} = 15,5$$

Сопоставим полученное значение $T_{\text{эмп}}$ с критическими значениями при $n = 10$:

$$T_{\text{кр}} = 10 \quad (\rho \leq 0,05)$$

$$T_{\text{кр}} = 5 \quad (\rho \leq 0,01)$$

Графически представим результаты на оси значимости, рисунок 12.

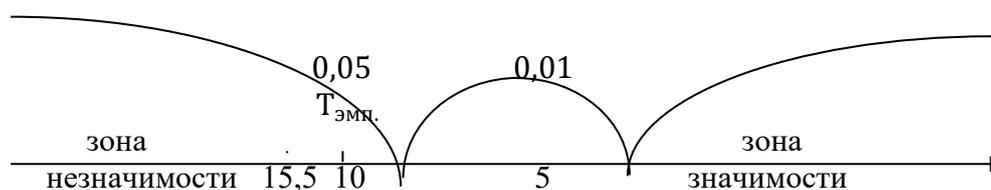


Рисунок 12 – Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по методике «Диагностика стиля поведения в конфликте» Томаса-Килманна, компромисс

Эмпирическое значение Т попадает в зону незначимости: $T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}}$ (0,05).

Гипотеза Н1 принимается. Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Компромисс» в направлении уменьшения превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения. Интенсивность положительного сдвига показателя превышает интенсивность отрицательного сдвига ($\rho < 0,05$).

Проверим достоверность различий по стратегии «Избегание».

Сформулируем гипотезы:

Н0: Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Избегание» в направлении уменьшения не превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения.

Н1: Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Избегание» в направлении уменьшения превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения.

$$T_{\text{эмп}} = 28$$

Сопоставим полученное значение $T_{\text{эмп}}$ с критическими значениями при $n=7$:

$$T_{\text{кр}} = 3 \quad (\rho \leq 0,05)$$

$$T_{\text{кр}} = 0 \quad (\rho \leq 0,01)$$

Графически представим результаты на оси значимости, рисунок 13.

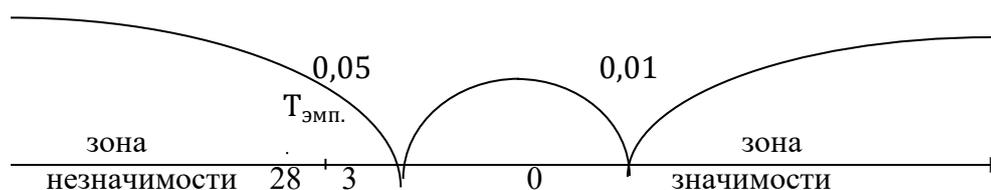


Рисунок 13 – Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по методике «Диагностика стиля поведения в конфликте» Томаса-Килманна, избегание

Эмпирическое значение Т попадает в зону незначимости: $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}$ (0,05).

Гипотеза Н1 принимается. Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Избегание» в направлении уменьшения превышает

интенсивность сдвигов в направлении увеличения. Показатели после эксперимента меньше значения показателей до опыта.

Проверим достоверность различий по стратегии «Приспособление».

Сформулируем гипотезы:

H0: Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Приспособление» в направлении уменьшения не превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения.

H1: Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Приспособление» в направлении уменьшения превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения.

$$T_{\text{эмп}} = 13$$

Сопоставим полученное значение $T_{\text{эмп}}$ с критическими значениями при $n = 8$:

$$T_{\text{кр}} = 5 (\rho \leq 0,05)$$

$$T_{\text{кр}} = 1 (\rho \leq 0,01)$$

Графически представим результаты на оси значимости, рисунок 14.

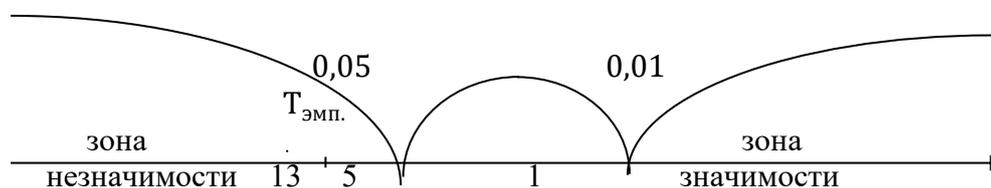


Рисунок 14 – Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по методике «Диагностика стиля поведения в конфликте» Томаса-Килманна, приспособление

Эмпирическое значение T попадает в зону незначимости: $T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}}$ (0,05).

Гипотеза H1 принимается. Интенсивность сдвигов показателей стратегии «Приспособление» в направлении уменьшения превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

Таким образом, исходя из полученных результатов проведенного исследования, мы можем заметить, что после реализации программы 31 % студентов (5 человек) отдали предпочтение конструктивной стратегии «Сотрудничество». По сравнению с другими стратегиями, именно она стала самой популярной среди участников после воздействия программы. Процент «До» и «После» увеличился на 6 %.

Еще один хороший результат мы видим, когда анализируем результаты выбора стратегии поведения в конфликте среди студентов, относящихся к группе «Компромисс» – то есть использующих этот конструктивный подход к решению конфликтов – увеличилось на 6 %.

Следует подчеркнуть, что после реализации программы число студентов, предпочитающих стратегию «Приспособление», сократилось на 6%, что является важным показателем эффективности проведенной работы, учитывая неконструктивный характер этой стратегии. Аналогичный спад – на 6 % – наблюдается и у студентов, использующих стратегию «Избегание»: с 19 % (3 человека) до 12,5 % (2 человека).

Что касается самооценки, то доля испытуемых с низким уровнем уменьшилась с 37 % (6 человек) до 19 % (3 человека), в то время как количество студентов со средним уровнем поднялось с 44 % (7 человек) до 50 % (8 человек). Количество же тех, кто обладает высоким уровнем самооценки, выросло с 19 % (3 человека) до 31 % (5 человек). Эти изменения свидетельствуют о том, что у 31 % участников программы повысилась уверенность в себе.

В ходе обучения студенты овладели навыками более результативного отстаивания своих интересов с помощью конструктивных методов разрешения конфликтов. Освоение теоретических аспектов конфликтов и практическое применение различных стратегий способствовали развитию их самостоятельности и уверенности в урегулировании спорных ситуаций.

С целью проверки гипотезы исследования о том, что формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким

уровнем самооценки будет эффективным, если будут проанализированы и учтены корреляционные взаимосвязи между показателями стратегий конфликтного поведения студентов и уровня их самооценки; будет разработана модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, характеризующаяся целостностью, согласованностью и взаимосвязанностью составляющих ее блоков; средством реализации модели выступит психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, включающая 4 блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический, нами был выполнен расчёт Т-критерия Вилкоксона по представленным методикам. Все расчёты доказали, что после эксперимента произошли позитивные изменения.

Программа доказала свою эффективность в формировании конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Математический анализ показал статистически значимые сдвиги в показателях, что отражает положительную динамику.

Результаты формирующего эксперимента свидетельствуют о том, что предложенный подход работает, что открывает перспективы для его дальнейшего совершенствования и внедрения в образовательные процессы.

Итогом стало подтверждение исследовательской гипотезы благодаря повторной диагностике и статистической обработке данных.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику и психолого-педагогические рекомендации преподавателям и студентам по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки

По результатам опытно-экспериментального исследования и последующего формирующего эксперимента нами была установлена

эффективность реализованной программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Исходя из этого, нами была разработана технологическая карта, позволяющая внедрить результаты формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки в практику. Полное описание разработанной технологической карты, формы и методы работы на каждом этапе внедрения представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 5 (Таблица 5).

Реализация нововведений предполагает 7 этапов:

I. Целеполагание внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

II. Формирование позитивной психологической установки на внедрение программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

III. Изучение предмета внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

IV. Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения.

V. Фронтальное освоение предмета внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

VI. Совершенствование работы по теме внедрения.

VII. Распространение передового опыта освоения внедрения.

По итогам опытно-экспериментального исследования нами были разработаны психолого-педагогические рекомендации педагогам и студентам по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

Низкая самооценка является одной из ключевых причин деструктивного конфликтного поведения среди студентов. Студенты с

такими особенностями зачастую испытывают внутренние переживания, неуверенность и страх отвержения, что может провоцировать агрессивные или замкнутые реакции в конфликтных ситуациях. Формирование конструктивных стратегий поведения в этих условиях требует специальных психолого-педагогических подходов как от педагогов, так и от самих студентов [1, с. 139].

Для педагогов важно создание атмосферы принятия и поддержки в учебной группе. Рекомендуется использовать методы активного слушания, открытого общения и ориентироваться на поощрение достижений каждого студента, чтобы повысить уровень их уверенности. Важно обращать внимание на индивидуальные особенности и избегать критики, которая может усугубить низкую самооценку [70, с. 58].

Педагогам полезно внедрять в образовательный процесс элементы тренингов по развитию эмоционального интеллекта, навыков управления эмоциями и конструктивного выхода из конфликтов. Практики, направленные на развитие рефлексии и самопознания, помогают студентам осознавать свои эмоции и причины конфликтов, что снижает вероятность деструктивных реакций [32, с. 42].

Для студентов с низкой самооценкой рекомендуется обучение навыкам конструктивного общения, асертивности и критического мышления. Участие в групповых и индивидуальных тренингах способствует развитию самоуважения и уверенности в себе. Важно формировать позитивный внутренний диалог и учить воспринимать критику как возможность для роста, а не как личное оскорбление [44, с. 114].

Психолого-педагогические рекомендации преподавателям по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

Формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения у студентов, имеющих низкий уровень самооценки, является важной задачей

для преподавателей. Ниже приведены рекомендации, которые могут помочь в этом процессе:

1. Создание поддерживающей образовательной среды:

– установление доверительных отношений: преподаватели должны создать атмосферу, где студенты чувствуют себя в безопасности и могут открыто выражать свои мнения и чувства. Это поможет снизить уровень тревожности и укрепить самооценку;

– индивидуальный подход: учитывайте особенности каждого студента, его стиль общения и способы реагирования. Это позволит адаптировать преподавательские стратегии к нуждам студента.

2. Развитие навыков общения:

– обучение стратегическому мышлению: практикуйте ролевые игры и ситуации из реальной жизни, которые требуют применения конструктивных стратегий в конфликтных ситуациях;

– обсуждение конфликтов: проводите занятия, на которых студенты могут обсуждать свои переживания и проблемы, учась открыто говорить о конфликтных ситуациях [10, с. 186].

3. Укрепление самооценки:

– положительное подкрепление: регулярно отмечайте успехи студентов, как академические, так и личные, чтобы помочь укрепить их уверенность в себе;

– определение целей и их достижений: поддерживайте студентов в постановке конкретных и выполнимых целей, а также в разработке поэтапного плана для их реализации. Важно регулярно отмечать и поощрять каждый достигнутый ими результат.

4. Обучение конструктивному разрешению конфликтов:

– методы разрешения конфликтов: обучайте студентов различным методам разрешения конфликтов, таким как компромисс, сотрудничество и активное слушание;

– медитация и релаксация: предложите студентам техники управления стрессом и напряжением, такие как медитация или дыхательные упражнения, что поможет им сохранять спокойствие в конфликтных ситуациях.

5. Обратная связь и рефлексия:

– регулярная обратная связь: проводите регулярные беседы со студентами, чтобы обсудить их прогресс и сложности, с которыми они сталкиваются в конфликтных ситуациях;

– рефлексия обучения: поощряйте студентов анализировать свои действия и реакции в конфликтных ситуациях, чтобы выявить возможности для улучшения [17, с. 42].

Анализ выявленных особенностей конфликтов позволяет наметить пути их разрешения, нормализации межличностных отношений, организовать и реализовать эффективное психолого-педагогическое сопровождение межличностных отношений. В данную область входят следующие аспекты:

1. Быстрое выявление темы и сути конфликта способствует более оперативному его разрешению и предотвращению возникновения новых конфликтных ситуаций.

2. Педагоги и психологи должны учитывать особенности семейных отношений учащихся, чтобы своевременно распознавать возможные неразрешенные эмоциональные напряжения и создавать условия для их безопасного снятия.

3. В процессе групповых занятий и тренингов следует развивать навыки эффективного общения, обучая участников методам предотвращения и конструктивного разрешения конфликтов [11, с. 121].

Эти рекомендации могут служить основой для работы с группами студентов, имеющими низкий уровень самооценки, с целью формирования у них конструктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях.

Психолого-педагогические рекомендации студентам по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения с низким уровнем самооценки.

Студенты с низким уровнем самооценки часто сталкиваются с трудностями в конфликтных ситуациях. Формирование конструктивных стратегий их поведения может значительно помочь в решении конфликтов и улучшении межличностных отношений. Ниже представлены рекомендации для студентов:

1. Развитие самосознания:

– анализ своих эмоций: регулярно задавайте себе вопросы о том, что вы чувствуете в конфликтной ситуации. Понимание своих эмоций поможет вам лучше управлять ими и выразить свои чувства конструктивно;

– запись достижений: ведите дневник успехов, фиксируя свои положительные качества и достижения, как в учебе, так и в личной жизни. Это поможет повысить самооценку.

2. Освоение навыков конструктивного общения:

– практика активного слушания: учитесь внимательно слушать собеседника, задавая уточняющие вопросы и перефразируя сказанное, чтобы показать свое понимание и уважение;

– четкое выражение своих мыслей: учитесь четко, спокойно и уверенно излагать свою точку зрения, используя «я–сообщения». Например, вместо «Ты всегда меня игнорируешь» скажите: «Мне кажется, что я не получаю достаточного внимания».

3. Управление конфликтами:

– изучение стратегий разрешения конфликтов: ознакомьтесь с различными методами разрешения конфликтов, такими как сотрудничество, компромисс и избегание. Выберите те стратегии, которые соответствуют вашей ситуации и личным качествам;

– ролевые игры: участвуйте в ролевых играх с однокурсниками, которые помогут вам практиковать навыки разрешения конфликтов в безопасной обстановке [37, с. 77].

4. Работа над самооценкой:

– позитивное самоутверждение: замените негативные мысли о себе позитивными утверждениями. Например, вместо «Я не справлюсь» говорите: «Я способен это сделать, и я буду стараться»;

– идентификация сильных сторон: составьте список своих сильных сторон и навыков. Понимание своих положительных качеств поможет повысить самооценку.

5. Обращение за поддержкой:

– совершенствование социальных навыков: старайтесь окружать себя людьми, которые готовы поддержать и помочь вам в трудные моменты. Это создаст позитивное окружение для роста;

– обращение к специалистам: если вам трудно справиться с конфликтами самостоятельно, не стесняйтесь обратиться к психологам или консультантам за поддержкой и помощью [10, с. 186].

Использование этих рекомендаций может значительно помочь в формировании конструктивных стратегий конфликтного поведения и повысить уровень самооценки.

Комплексное применение психолого-педагогических рекомендаций, направленных на поддержку и развитие студентов с низкой самооценкой, способствует формированию конструктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях. Это улучшает взаимоотношения в образовательной среде и способствует личностному росту студентов [77, с. 78].

Выводы по главе 3

Для создания благоприятных условий формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки нами была разработана психолого-педагогическая программа. Она основывалась на данных опытно-экспериментального исследования и результатах диагностического тестирования студентов.

Согласно итогам повторной диагностики по тесту-опроснику на определение уровня самооценки С.В. Ковалева, процент студентов с высоким уровнем самооценки увеличился с 19 % (3 человека) до 31 % (5 человек). При этом количество студентов с нормальной самооценкой также выросло – с 44 % (7 человек) до 50 % (8 человек). При этом доля студентов с низким уровнем самооценки составила 37 % (6 человек), и оно изменилось до 19 % (3 человека). Эти изменения свидетельствуют о том, что часть студентов научились адекватно реагировать на замечания и претензии других, трезво оценивать свои действия, перестали болезненно переживать критические замечания и высказывания в свой адрес, не стараются подстроиться под мнение других людей, соглашаться с чем-либо, если им это не нравится или они не согласны.

Исходя из результатов диагностики конфликтности студентов по методике В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», мы можем сделать вывод, что количество студентов с уровнем конфликтности в пределах нормы увеличилось с 44 % (7 человек) до 50 % (8 человек). Количество испытуемых с уровнем конфликтности выше нормы увеличилось с 31 % (5 человек) до 38 % (6 человек). Число студентов с высоким уровнем конфликтности уменьшилось с 19 % (3 человека) до 6 % (1 человек). Это свидетельствует о том, что участники исследования научились более эффективно сглаживать конфликты и избегать критических ситуаций. В то же время, при возникновении необходимости, они готовы активно отстаивать собственные интересы. Эти изменения в уровне конфликтности позволяют предположить, что студенты стали менее склонны провоцировать споры, однако по-прежнему настойчиво

отстаивают своё мнение в конфликтных ситуациях, даже если это способно повлиять на их взаимоотношения с окружающими.

Количество студентов с низким уровнем конфликтности и с уровнем конфликтности ниже нормы не изменилось – 0 % и 6 % (1 человек) соответственно.

По методике К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной), мы получили следующие результаты: У большинства студентов преобладают конструктивные способы поведения в конфликтных ситуациях. Так, стратегия «Сотрудничество» была выбрана 31 % участников (5 человек), а после реализации программы этот показатель увеличился на 6 %. Аналогично, стратегия «Компромисс» также стала одной из ведущих и продемонстрировала рост на 6 % среди студентов.

При этом количество тех, кто склонен применять стратегию «Приспособление» – неконструктивный метод разрешения конфликтов – сократилось на 6 %. Кроме того, снизилось и число студентов, отдающих предпочтение стратегии «Избегание», с 19 % (3 человека) до 12,5 % (2 человека) после программы.

Процент студентов, использующих стратегию «Соперничество», остался неизменным – 12 % (2 человека). Эти студенты стремятся удовлетворить собственные интересы, часто в ущерб другим, проявляя напористость в конфликте.

По итогам реализации программы и достижения ее цели и поставленных задач, а также опираясь на данные повторного диагностического обследования, можно заключить, что испытуемые с низкой самооценкой овладели навыком более эффективно отстаивать собственные интересы, используя конструктивные стили разрешения конфликтов. Кроме того, участники программы по развитию конструктивных стратегий поведения получили глубокие знания о природе конфликтов и научились эффективно применять разнообразные методы их разрешения. Они расширили свой арсенал способов поведения в

конфликтных ситуациях, что позволило им увеличить количество доступных для выбора конструктивных стратегий.

С целью проверки гипотезы исследования о том, что формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки будет эффективным, если будут проанализированы и учтены корреляционные взаимосвязи между показателями стратегий конфликтного поведения студентов и уровня их самооценки; будет разработана модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, характеризующаяся целостностью, согласованностью и взаимосвязанностью составляющих ее блоков; средством реализации модели выступит психологическая программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, включающая 4 блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический, нами был выполнен расчёт Т-критерия Вилкоксона по представленным методикам. Все расчеты доказали, что после эксперимента произошли позитивные изменения.

Внедрение программы способствовало формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Это подтверждается статистической обработкой данных с помощью Т-критерия Вилкоксона, выявившей значимые улучшения. Итоги формирующего эксперимента продемонстрировали эффективность программы, что подчеркивает ее потенциал для дальнейшего развития и успешной интеграции в образовательный процесс.

Подводя итог, можно утверждать, что гипотеза исследования была подтверждена на основе повторной диагностики и анализа статистических данных. На основании полученных результатов была разработана технологическая карта, позволяющая внедрить результаты формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки в практику. Также нами были составлены психолого-

педагогические рекомендации педагогам и студентам по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенного исследования мы выявили, что конфликт представляет собой наиболее яркую форму разрешения значимых противоречий, возникающих в процессе взаимодействия, проявляющуюся в столкновении интересов сторон и нередко сопровождающуюся отрицательными эмоциями и напряженной атмосферой [4, с. 79].

Навыки построения межличностных отношений и умение эффективно решать конфликтные ситуации являются ключевыми аспектами жизни человека. Исходя из этого, особо важное значение приобретает тот факт, что необходимо делать сознательный подбор стратегии поведения в конфликтных ситуациях. Идеальный вариант – это когда человек овладевает разнообразными способами реагирования на конфликт и целенаправленно применяет их для конструктивного урегулирования спора в каждой конкретной ситуации.

Мы рассмотрели анализ нескольких современных исследований различных авторов о взаимосвязи самооценки и конфликтного поведения студентов.

Мы выяснили, самооценка тесно связана с фундаментальной потребностью личности в самоутверждении и стремлением найти своё место в жизни. В период студенчества активно формируется личностная идентичность, что существенно отражается на структуре самооценки, особенно в её когнитивном аспекте.

Как показывают исследования Т. Шибутани и А. Бандуры, самооценка играет ключевую роль в выборе стратегии поведения человека в конфликтных ситуациях. Учёные рассматривают самооценку как главный фактор, влияющий на проявление способностей личности в профессиональной и повседневной деятельности. По их мнению, именно уровень самооценки определяет степень общительности личности и её склонность к социальной изоляции [Цит. по: 5].

Также мы выяснили, что конфликтное поведение не всегда имеет негативные последствия; в некоторых случаях оно может способствовать развитию критического мышления и улучшению навыков коммуникации [56, с. 34]. Однако, если конфликты не разрешаются конструктивно, это может привести к ухудшению психологического климата в группе и снижению академической успеваемости [63, с. 112].

Мы тщательно изучили психолого-педагогическую литературу и на основе этого разработали модель исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Модель нашего исследования состоит из четырех блоков: теоретического, диагностического, формирующего, аналитического. Для структурирования модели по теме нашего исследования прежде всего стоит разработать «Дерево целей» для предстоящих задач. В связи с этим мы создали и детально проработали «Дерево целей» исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Оно состоит из генеральной цели, основных трех целей, включающих в себя подцели и является эффективным методом планирования.

Таким образом, мы выяснили, исследование причин и последствий конфликтного поведения студентов является важной задачей для педагогов и психологов, стремящихся создать благоприятные условия для обучения и развития личности.

Исследование уровня самооценки и конфликтного поведения студентов проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

Исследование взаимосвязи уровня самооценки и конфликтного поведения студентов проходило с применением комплекса методов и методик:

1. Теоретические: анализ, синтез, обобщение, целеполагание и моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.

3. Психодиагностические: тест-опросник на определение уровня самооценки С.В. Ковалева, тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», методика на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной).

4. Математико-статистический метод: r_{xy} – критерий Пирсона, T – критерий Вилкоксона.

Экспериментальной базой исследования стал Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, студенты 4 курса факультета психологии в количестве 16 человек.

Анализируя результаты методики диагностики самооценки студентов по тесту-опроснику С.В. Ковалева, можно отметить, что у 19 % (3 человека) испытуемых высокий уровень самооценки. У 44 % (7 человек) испытуемых определили средний уровень самооценки. У 37 % (6 человек) испытуемых выявлен низкий уровень самооценки.

Анализируя результаты методики В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», можем сделать вывод, что у 6 % (1 человек) испытуемых уровень конфликтности ниже нормы, то есть конфликтность не выражена. У 44 % (7 человек) студентов уровень конфликтности в пределах нормы. Конфликтность выражена слабо. 31 % (5 человек) испытуемых выявлены с показателем уровня конфликтности выше нормы. Выраженная конфликтность. Высокая степень конфликтности наблюдается у 19 % (3 человека) испытуемых. Эти студенты зачастую сами ищут повод для споров.

Испытуемых с низким уровнем конфликтности не выявлено – 0 %.

Согласно полученным данным по методике на выявление ведущего стиля поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной) было выявлено, что 12 % участников (2

человека) предпочитают стратегию соперничества. В то время как стратегия сотрудничества доминирует у 25 % испытуемых (4 человека), тогда как компромисс предпочитают 19 % (3 человека). Ещё 19 % (3 человека) склонны к стратегии избегания в конфликтных ситуациях. 25 % (4 человека) студентов чаще используют стратегию приспособления в конфликте.

Таким образом, мы можем заметить, что у 56 % студентов неадекватные уровни самооценки: высокий и низкий. Половина участников исследования (50 %) демонстрируют уровень конфликтности, превышающий норму, включая высокий уровень. Это свидетельствует о том, что студенты склонны проявлять повышенную конфликтность при как пониженной, так и завышенной самооценке.

После анализа полученных результатов мы провели математико-статистический расчет взаимосвязи исследуемых признаков. Для это нами был использован r_{xy} – критерий Пирсона. Расчет выявил положительную корреляцию признаков: уровень конфликтного поведения коррелирует с уровнем самооценки.

Следует помнить, что высокий уровень самооценки по тесту-опроснику «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева соответствует низким баллам, поэтому низкий уровень самооценки соответствует высокой корреляции между уровнем самооценки и другими исследуемыми признаками.

Исходя из этого, по Е.В. Сидоренко, корреляционная связь между показателями самооценки и конфликтности является очень слабой. Тесная корреляционная связь наблюдается между сопоставлением показателей самооценки и стилем поведения в конфликте «Приспособление». Существует средняя взаимосвязь между уровнем самооценки и склонностью к конфликтному стилю «Соперничество». Умеренная корреляционная связь обнаруживается между уровнем самооценки и стилями поведения в конфликтных ситуациях, такими как «Сотрудничество», «Компромисс» и «Избегание».

Помня о том, что мы столкнулись со случаем обратной корреляции, мы можем сделать вывод о том, что полученное распределение уровня конфликтности студентов не отличается от уровня их самооценки. Показатели самооценки и конфликтности студентов коррелируют между собой. Также мы делаем вывод, что установлена тесная корреляционная зависимость между низким уровнем самооценки и использованием стиля поведения «Приспособление» в конфликтных ситуациях. В то же время высокая самооценка связана с предпочтением таких стратегий, как «Сотрудничество», «Компромисс», «Избегание» и «Соперничество»

Таким образом, студентам с высоким уровнем конфликтности, стремлением к конфронтации, избеганию и с низкой самооценкой рекомендуется участие в психолого-педагогической программе формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. Также выбор участников программы обусловлен тем, что профессиональная деятельность психологов предполагает разрешение конфликтов, и, исходя из этого, мы рекомендуем студентам-испытуемым принять участие в программе.

Для создания условий формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки нами была разработана психолого-педагогическая программа. Она строилась на основе опытно-экспериментального исследования и результатов диагностики студентов.

После реализации программы количество студентов с высоким уровнем самооценки увеличилось с 19 % (3 человека) до 31 % (5 человек). Количество испытуемых с уровнем самооценки в пределах нормы возросло с 44 % (7 человек) до 50 % (8 человек). При этом 37 % (6 человек) студентов, у которых был низкий уровень самооценки, изменилось до 19 % (3 человека). Эти изменения свидетельствуют о том, что часть студентов научились адекватно реагировать на замечания и претензии других, трезво оценивать свои действия, перестали болезненно переживать критику и

замечания в свою сторону, не стремясь при этом подстраиваться под взгляды окружающих, соглашаться с чем-либо, если им это не нравится или они не согласны.

Студенты стали более уверенными в себе, однако иногда у них возникают моменты дискомфорта в общении с окружающими.

Исходя из результатов диагностики конфликтности студентов по методике В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности», мы можем сделать вывод, что количество студентов с уровнем конфликтности в пределах нормы увеличилось с 44 % (7 человек) до 50 % (8 человек). Количество испытуемых с уровнем конфликтности выше нормы увеличилось с 31 % (5 человек) до 38 % (6 человек). Доля студентов с высоким уровнем конфликтности уменьшилась с 19 % (3 человека) до 6 % (1 человек). Это свидетельствует о том, что участники исследования научились улаживать конфликты, не ущемляя собственные интересы, и избегать критических ситуаций. Вместе с тем, при необходимости они остаются готовы твердо защищать свои позиции. Такие изменения в уровне конфликтности позволяют сделать вывод, что студенты реже провоцируют споры, но при этом продолжают отстаивать свое мнение в конфликтных ситуациях, несмотря на возможное негативное влияние на отношения с окружающими.

Количество студентов с низким уровнем конфликтности и с уровнем конфликтности ниже нормы не изменилось – 0 % и 6 % (1 человек) соответственно.

Исходя из результатов диагностики ведущего стиля поведения студентов в конфликтной ситуации по методике К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной) было выявлено, что у 31 % участников (5 человек) доминирует стиль поведения «Сотрудничество». Данная стратегия является конструктивной и ориентируется на достижение личных целей посредством взаимодействия с учетом потребностей и интересов партнера по конфликту. Как участники конфликта они чаще готовы к альтернативе,

полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон. Количество таких студентов выросло с 25 % (4 человека) и стала преобладающей среди студентов после реализации программы.

Четверть участников – 25 % (4 человека) предпочитают в конфликтных ситуациях стратегию «Компромисс». Эта стратегия отражает готовность обеих сторон делать взаимные уступки ради достижения общего согласия. Количество таких студентов выросло с 19 % (3 человека). Данная стратегия относится к конструктивным.

Число студентов, склонных преимущественно применять стратегию «Избегание» в конфликтных ситуациях, уменьшилось с 19 % (3 человека) до 12,5 % (2 человека). Эта стратегия относится к неконструктивным и до внедрения программы была одной из наиболее распространенных среди участников исследования. Для нее характерно отсутствие как стремления к сотрудничеству, так и целенаправленного достижения собственных интересов в конфликте.

Аналогично, количество студентов, снизилось с 25 % (4 человека) до 19 % (3 человека), предпочитающих такую стратегию поведения в конфликте, как «Приспособление», уменьшилось. Такие студенты могут приносить в жертву собственные интересы ради интересов оппонента.

Не изменилось количество студентов, предпочитающих стратегию «Соперничество» не изменилось – 12 % (2 человека) до и после реализации программы.

Три крайние вышперечисленные стратегии являются неконструктивными.

В рамках исследования нами была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику и составлены психолого-педагогические рекомендации преподавателям и студентам по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

С целью проверки гипотезы исследования о том, что формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки будет эффективным, если будут проанализированы и учтены корреляционные взаимосвязи между показателями стратегий конфликтного поведения студентов и уровня их самооценки; будет разработана модель формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, характеризующаяся целостностью, согласованностью и взаимосвязанностью составляющих ее блоков; средством реализации модели выступит психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки, включающая 4 блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический, нами был выполнен расчёт Т-критерия Вилкоксона по представленным методикам. Все расчёты доказали, что после эксперимента произошли позитивные изменения.

Проведенная программа способствовала формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки. С помощью математической обработки по Т-критерию Вилкоксона, мы выявили статистически значимый сдвиг по показателям.

По результатам формирующего эксперимента наблюдаются положительные изменения у студентов, что говорит об эффективности программы, дальнейшем ее развитии и возможностью внедрении в образовательные учреждения.

Таким образом, гипотеза исследования была подтверждена результатами повторной диагностики и математической статистикой.

На основе полученных результатов нами была разработана технологическая карта, позволяющая внедрить результаты формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки в практику. Также нами были составлены психолого-

педагогические рекомендации педагогам и студентам по формированию конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

В результате проведенного исследования нами была реализована поставленная цель и решены задачи.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александрова Е. В. Психология самооценки / Е. В. Александрова. – Москва : Психологический университет, 2018. – 256 с. – ISBN 978-5-4461-1057-5.
2. Анцупов А. Я. Конфликтология в схемах и комментариях : учеб. пособие / А. Я. Анцупов, С. В. Баклановский. – Санкт-Петербург : Питер, 2005. – 288 с. – ISBN 5-469-00517-8.
3. Анцупов А. Я. Конфликтология : учеб. / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. – 2-е изд., пере-раб. и доп. – Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2014. – 591 с. – ISBN 5-238-00396-7.
4. Анцупов А. Я. Конфликтология / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. – Москва : ЮНИТИ, 2019. – 507 с. – ISBN 978-5-4461-1207-4.
5. Багаева В. В. Стратегия поведения в конфликте / В. В. Багаева // Сибирский торгово-экономический журнал. – 2015. – № 2. – С. 91–92.
6. Байбородова Л. В. Методология и методы научного исследования : учеб. пособие для вузов / Л. В. Байбородова, А. П. Чернявская. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 221 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-06257-1.
7. Бороздина Л. В. Сущность самооценки и ее соотношение с Я-концепцией / Л. В. Бороздина // Вестник Московского университета. Сер. : 14, Психология. – 2011. – № 1. – С. 54–65.
8. Бродовская Е. В. Конфликтология / Е. В. Бродовская, Ю. Б. Киняшева, А. А. Лаврикова. – Тула : Издательство ТулГУ, 2013. – 302 с. – ISBN 5-238-00062-6.
9. Быков А. К. Методы активного социально-психологического обучения : учеб. пособие / А. К. Быков. – Москва : ТЦ Сфера, 2005. – 160 с. – ISBN 5-89144-643-7.

10. Володина С. А. Приоритетные стратегии поведения в конфликте студентов педагогического вуза / С. А. Володина // Преподаватель XXI век. – 2014. – Т. 1, № 1. – С. 186–190.
11. Воспитанник И. В. Основные причины межличностного конфликта в подростковом возрасте / И. В. Воспитанник // Психолого-педагогическое сопровождение процессов развития ребенка : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф. ; ред. И. В. Васютенковой. – Санкт-Петербург, 2015. – С. 121–127.
12. Гаврилов А. И. Региональная экономика и управление : учеб. / А. И. Гаврилов. – Нижний Новгород : РАНХиГС, 2014. – 571 с. – ISBN 978-5-00036-020-0.
13. Гольева Г. Ю. Психологическое консультирование : учеб. пособие / Г. Ю. Гольева. – Челябинск : Издательство «Цицеро», 2016. – 112 с. – ISBN 978-5-91283-753-1.
14. Гончаров А. В. Изучение влияния самоотношения студентов на выбор стиля поведения в конфликтном взаимодействии / А. В. Гончаров // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3 : Педагогика и психология. – 2010. – № 4. – С. 233–238.
15. Гринина Е. С. Психолого-педагогический анализ сформированности конфликтной компетентности у студентов / Е. С. Гринина // Научное обозрение : гуманитарные исследования. – 2016. – № 4. – С. 8–14.
16. Гришина Н. В. Психология конфликта : хрестоматия / Н. В. Гришина. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 480 с. – ISBN 978-5-91180-895-2.
17. Губар Л. Г. Конфликтная компетентность специалистов, работающих с подростками с девиантным поведением / Л. Г. Губар // Психология в педагогической деятельности : традиции и инновации. – Санкт-Петербург : Издательство РГПУ, 2010. – С. 42–45.

18. Гудименко О. В. Самоактуализация как фактор преодоления психологических барьеров у студентов-психологов в процессе профессиональной подготовки : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Гудименко Оксана Викторовна ; науч. рук. Ф. З. Кабиров ; ОмГПУ. – Омск, 2007. – 178 с.
19. Дзараева Н. А. Психолого-педагогический анализ сформированности конфликтной компетентности у студентов / Н. А. Дзараева // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. 1 : Психологические и педагогические науки. – 2016. – № 2. – С. 51–58.
20. Долгова В. И. Инновационные психолого-педагогические технологии в начальной школе : моногр. / В. И. Долгова, Н. И. Аркаева, Е. Г. Капитанец. – Москва : Издательство Перо, 2015. – 200 с.
21. Долгова В. И. Моделирование эмоциональной личности / В. И. Долгова // *Health as a factor of quality and life time of biological species* : сб. труд. Междунар. виртуальной Интернет-конф. – Великобритания, 2012 – С. 67–70.
22. Долгова В. И. Модель педагогической коррекции конфликтного поведения студентов в образовательной среде колледжа / В. И. Долгова, О. А. Кондратьева, Л. А. Сенчева // «Концепт» : научно-методический электронный журнал. – 2018. – № 9. – С. 710–717.
23. Емельянов С. М. Конфликтология : учеб. и практикум для вузов / С. М. Емельянов. – 6-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 317 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-18839-4.
24. Еникеев М. И. Психологический энциклопедический словарь / М. И. Еникеев. – Москва : Велби : Проспект, 2006. – 560 с. – ISBN 5-482-00456-2.
25. Ермолаев О. Ю. Математическая статистика для психологов : учеб. / О. Ю. Ермолаев. – 2-е изд., испр. – Москва : Московский психолого-

социальный институт : Флинта, 2003. – 336 с. – (Библиотека психолога). – ISBN 5-89502-310-X (МПЦИ). ISBN 5-89349-361-3 (Флинта).

26. Ермохина Н. Г. Конструктивное разрешение конфликтов : учеб. пособие / Н. Г. Ермохина. – Орск : ОГТИ (филиал ОГУ), 2005. – 130 с.

27. Ермохина Н. Г. Стрессоустойчивость и конфликтоустойчивость специалиста как проблема современной профессиональной подготовки / Н. Г. Ермохина // «Модернизация системы профессионального образования на основе регулируемого эволюционирования». – Челябинск : Издательство «Образование», 2004. – С. 74–78.

28. Завьялов Д. А. Развитие самооценки и ее взаимодействие с конфликтным поведением у студентов / Д. А. Завьялов // Психологические исследования. – 2020. – Т. 13, № 1. – С. 34–41.

29. Загвязинский В. И. Методология и методы психолого-педагогического исследования : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. И. Загвязинский, Р. Атаханов. – 7-е изд., стер. – Москва : Издательский центр «Академия», 2012. – 208 с. – ISBN 978-5-7695-8735-1.

30. Зорина Т. Н. Психология конфликтов в молодежной среде : учеб. пособие / Т. Н. Зорина. – Москва : Издательство МГУ, 2019. – 130 с. – ISBN 978-5-89428-918-2.

31. Иванец Е. Е. Взаимосвязь эмоциональных свойств личности и стратегий поведения в конфликте в студенческом возрасте / Е. Е. Иванец // Сборник докладов V Межвузовской конференции молодых ученых по результатам исследований в области психологии, педагогики, социокультурной антропологии. – Москва : REDU, 2010. – С. 275–279.

32. Иванова Н. П. Управление конфликтами в образовательной среде / Н. П. Иванова. – Санкт-Петербург : Питер, 2019. – 192 с.

33. Иванов С. П. Конфликты и способы их разрешения в студенческой среде / С. П. Иванов // Вестник психологии. – 2021. – № 3. – С. 196–205.

34. Иванов С. П. Социальные факторы конфликтов в студенческой среде / С. П. Иванов // Журнал педагогических исследований. – 2021. – Т. 15, № 1. – С. 78–85.
35. Ишков А. Д. Учебная деятельность студента : психологические факторы успешности : моногр. / А. Д. Ишков. – Москва : Флинта, 2019. – 224 с. – ISBN 978-5-9765-1631-1.
36. Кашаева Л. Ф. Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения младших школьников / Л. Ф. Кашаева // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 186–190. – URL: <https://e-koncept.ru/2015/95081.htm> (дата обращения: 12.12.2024).
37. Кашапов М. М. Теория и практика решения конфликтных ситуаций : учеб. пособие / М. М. Кашапов ; под ред. А. В. Карпова. – Москва : АСТ, 2017. – 183 с. – ISBN 978-5-8397-0745-0.
38. Кельмансон И. А. Методология исследования в клинической психологии : учеб. пособие / И. А. Кельмансон. – Санкт-Петербург : СпецЛит, 2017. – 328 с. – ISBN 978-5-299-00858-6.
39. Козлов В. В. Конфликт : участвовать или создавать / В. В. Козлов, А. А. Козлова. – Москва : АСТ, 2012. – 304 с. – ISBN 978-5-699-30057-0.
40. Козырев Г. И. Основы конфликтологии : учеб. пособие / Г. И. Козырев. – Москва : Форум, Инфра. – Москва, 2014. – 240 с. – ISBN 978-5-8199-0430-5.
41. Королева А. Ф. Социально-психологические особенности подросткового возраста / А. Ф. Королева, Н. С. Королева // Новая наука : стратегии и векторы развития. – 2016. – № 118–3. – С. 76–78.
42. Кузнецова А. В. Конфликтное поведение студентов : причины и последствия / А. В. Кузнецова // Психология и образование. – 2020. – Т. 12, № 3. – С. 45–52.

43. Лебедев В. А. Психология общения и конфликтов : учеб. пособие / В. А. Лебедев ; СПбГУ. – Санкт-Петербург : Изд-во СПбГУ, 2018. – 494 с. – ISBN 978-5-288-05782-3.
44. Левина Т. Г. Эмоциональный интеллект и коммуникация / Т. Г. Левина. – Москва : Академия, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-288-06057-1.
45. Ложкин Г. З. Практическая психология конфликта : учеб. пособие / Г. В. Ложкин, Н. И. Повякель. – Москва : Книга по Требованию, 2011. – 256 с.
46. Маренчук Ю. А. Особенности конфликтного поведения студентов в условиях учебно-профессиональной деятельности / Ю. А. Маренчук, С. Ю. Рожков, О. И. Носков, С. В. Новиков // Kant. – 2016. – № 3 (20). – С. 37–42.
47. Меламед Д. А. Социально-психологические особенности учебно-профессиональной мотивации студентов / Д. А. Меламед // Психологическая наука и образование. – 2011. – № 2. – С. 1–16. – URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2011/n2/41673.shtml (дата обращения: 17.03.2025).
48. Мельникова М. Л. Когнитивная составляющая агрессивного поведения подростков / М. Л. Мельникова // Образование и наука. – Известия УрО РАО, 2018. – 64 с.
49. Мещеряков Б. Г. Большой психологический словарь / Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. – Москва : АСТ; Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2009. – 811 с. – ISBN 978-5-17-055693-9.
50. Микони С. В. О классе, классификации и систематизации / С. В. Микони // Онтология проектирования. – 2016. – Т. 6, №1 (19). – С. 67–80.
51. Мингалеева Г. Ф. Выраженность конфликтности у студентов педвуза / Г. Ф. Мингалеева, В. Р. Вильданова // Современные наукоемкие технологии. – 2013. – № 7 (2). – С. 214–215.

52. Мириманова М. С. Конфликтология : учеб. для высш. образования для обучающихся по направлению подготовки «Психолого-педагогическое образование» / М. С. Мириманова. – Москва : Академия, 2016. – 284 с.

53. Молчанова О. Н. Самооценка : теоретические проблемы и эмпирические исследования : учеб. пособие / О. Н. Молчанова. – Москва : Флинта, 2012. – 392 с.

54. Мугадова С. Т. К вопросу о психологических особенностях межличностных отношений в подростковом возрасте / С. Т. Мугадова, А. М. Муталимова // Гуманизация инновационного образования в современных условиях : перспективы и достижения. К 100-летию Великой Октябрьской революции в России : мат-лы VI Междунар. науч.-практ. конф. – 2017. – Т. 4, № 1. – С. 156–161.

55. Панфилова А. П. Взаимодействие участников образовательного процесса : учеб. и практикум для вузов / А. П. Панфилова, А. В. Долматов ; под ред. А. П. Панфиловой. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 487 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-03402-8.

56. Петрова Е. Н. Конфликты как средство развития : позитивный аспект // Научный вестник. – 2019. – Т. 8, № 2. – С. 34–40.

57. Петрусь Н. Я. Агрессивный ребенок : особенности педагогического взаимодействия : педагогика / Н. Я. Петрусь // Педагогика. – Москва, 2017. – 120 с.

58. Пригожин И. Р. Порядок из хаоса : Новый диалог человека с природой / И. Р. Пригожин, И. Стенгерс. – 5-е изд. – Москва : Издательство Едиториал УРСС, Синергетика : от прошлого к будущему, 2022. – 320 с. – ISBN 978-5-354-01716-4.

59. Разработка методики исследования целеполагания в психотерапии / сост. Н. В. Кисельникова (Волкова), В. Ф. Спиридонов, Е. В. Лаврова и др. – 2019. – Т. 16. № 2. – С. 357–378.

60. Романко О. А. Когнитивное развитие и агрессивное поведение подростков / О. А. Романко, С. Б. Целиковский // *Общественные науки*. – 2006. – № 26. – С. 78–82. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kognitivnoe-razvitiie-i-agressivnoe-povedenie-podrostkov> (дата обращения: 17.03.2025).
61. Романов И. М. Самооценка и ее влияние на стратегию разрешения конфликтов у студентов / И. М. Романов // *Вестник психологии*. – 2023. – Т. 8, № 4. – С. 76–84.
62. Савина И. Г. Психическое здоровье : проблема сохранения в образовательном процессе / И. Г. Савина // *Образовательно-инновационные технологии : теория и практика : моногр.* – Воронеж : ВГПУ, 2010. – С. 122–136.
63. Савина Н. Г. Внутриличностные конфликты : учеб.-метод. пособие для студ. вуза по направлению «Психолого-педагогическое образование» / Н. Г. Савина. – Челябинск : Издательство ЧГПУ, 2012. – 54 с.
64. Савина Н. Г. Конфликтология : метод. рек. к курсу для студ. по направлению подготовки «Педагогика и психология» / сост. Савина Н. Г. – Челябинск : Издательство ЧГПУ, 2014. – 168 с.
65. Савина Н. Г. Саморегуляция поведения как социальная характеристика личности / Н. Г. Савина // *Культура и образование : от теории к практике*. – Киров, 2015. – С. 302–306.
66. Самсонова Н. В. Конфликтологическая культура специалиста и технология ее формирования в системе вузовского образования : моногр. – Калининград : Издательство КГУ, 2002. – 308 с. – URL: <http://window.edu.ru/resource/631/22631/files/samsonova.pdf> (дата обращения: 12.11.2024).
67. Светлов В. А. Классификация стратегий поведения в конфликте К. Томаса и Р. Килменна и единая теория конфликта / В. А. Светлов // *Сборник научных трудов SWorld*. – 2014. – Т. 16, № 1. – С. 3–5.

68. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. – Санкт-Петербург : ООО «Речь», 2000. – 350 с. – ISBN 5-9268-0010-2.

69. Сидорова М. А. Психологический климат в учебной группе : влияние конфликтов на успеваемость / М. А. Сидорова // Современные проблемы психологии. – 2022. – Т. 10, № 4. – С. 112–119.

70. Смирнов А. В. Педагогика и психология конфликтов / А. В. Смирнов. – Москва : Издательство МГУ, 2017. – 180 с.

71. Собчик Л. Н. Метод сравнения парных таблиц : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Собчик. – Санкт-Петербург : Речь, 2002. – 38 с. – ISBN 5-9268-0150-8.

72. Соколова Н. А. Проблема выбора будущими педагогами стратегий поведения в конфликте как элемент профессиональной подготовки к работе с детьми / Н. А. Соколова, Е. Г. Черникова // Инновационное развитие профессионального образования. – 2022. – № 3 (35). – С. 81–88.

73. Степанян А. Ю. Самооценка как предиктор различных личностных характеристик / А. Ю. Степанян // Материалы XVIII Междунар. науч. конф. студ. аспирантов и молодых ученых «Ломоносов-2011». – Ч. 1. – Санкт-Петербург : Издательство Политехн. Университета, 2016. – 474 с.

74. Тест Томаса «Поведение в конфликтной ситуации» // Профориентация. Подготовка к ЕГЭ. Тестирование : [сайт]. – 2021. – URL: <https://proforientatsia.ru/test/test-tomasa-povedenie-v-konfliktnoj-situatsii> (дата обращения: 18.03.2025).

75. Федотенко И. Л. Конфликтность личности будущих учителей как психологический фактор их профессионального самоопределения / И. Л. Федотенко // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2017. – № 5. – С. 120–125.

76. Хасан Б. И. Конструктивная психология конфликта / Б. И. Хасан. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 250 с. – ISBN 5-94723-557-9.

77. Чернышева И. Л. Развитие асертивности у студентов / И. Л. Чернышева. – Екатеринбург : УрФУ, 2021. – 150 с.

78. Черняева Т. В. Индивидуально-психологические детерминанты конфликтного поведения студентов вуза : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Черняева Татьяна Васильевна ; ЯГУ им. П. Г. Демидова. – Ярославль, 2008. – 196 с.

79. Шангина А. П. К вопросу о межличностных конфликтах в подростковом возрасте / А. П. Шангина // APRIORI. Сер. : Гуманитарные науки. – 2017. – № 3. – С. 22.

80. Шарков Ф. И. Общая конфликтология : учеб. для бакалавров / Ф. И. Шарков, В. И. Сперанский. – Москва : Дашков и К, 2021. – 236 с. – ISBN 978-5-394-04322-2.

81. Экономический словарь : от теории к практике : учеб. пособие / сост. О. Г. Гореликова-Китаева, Н. Г. Харитонова, Р. Р. Рахматуллин, О. Ф. Лапаева, С. Д. Анисимов. – Оренбург : ОГУ, 2016. – 120 с. – ISBN 978-5-7410-1577-3.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики исследования взаимосвязи самооценки и конфликтного поведения студентов

Тест-опросник «Определение уровня самооценки» С. В. Ковалева

Методика, разработанная С.В. Ковалевым, предназначена для определения уровня самооценки личности. Представляет собой 32 суждения, к которым необходимо выразить свое отношение предложенными вариантами ответов.

Инструкция: Вам предлагаются 32 суждения и пять возможных вариантов ответов, каждый из которых соответствует определенному количеству баллов. Выражая степень своего согласия с суждениями, вы проставляете баллы:

4 – очень часто,

3 – часто,

2 – иногда,

1 – редко,

0 – никогда.

Таблица 1.1 – Стимульный материал по тесту-опроснику «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева

№ п/п	Суждения	Балл
1	Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня	
2	Постоянно чувствую свою ответственность по работе	
3	Я беспокоюсь о своём будущем	
4	Многие меня ненавидят	
5	Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие	
6	Я беспокоюсь за своё психологическое состояние	
7	Я боюсь выглядеть глупцом	
8	Внешний вид других куда лучше, чем мой	
9	Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми	
10	Я часто допускаю ошибки	
11	Жаль, что я не умею говорить так, как следует разговаривать с людьми	
12	Жаль, что мне не хватает уверенности в себе	
13	Мне бы хотелось, чтобы мои действия одобрялись другими	
14	Я слишком скромн	
15	Моя жизнь бесполезна	
16	Многие неправильного мнения обо мне	
17	Мне не с кем поделиться своими мыслями	
18	Люди ждут от меня очень многого	
19	Люди не особенно интересуются моими достижениями	

Продолжение таблицы 1.1

20	Я легко смущаюсь	
21	Я чувствую, что многие люди не понимают меня	
22	Я не чувствую себя в безопасности	
23	Я часто волнуюсь, и понапрасну	
24	Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди	
25	Я чувствую себя скованным	
26	Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной	
27	Я уверен, что люди почти все принимают легче, чем я	
28	Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность	
29	Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне	
30	Жаль, что я не так общителен, как другие	
31	В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте	
32	Я думаю о том, чего ждёт от меня общественность	

Обработка результатов проводится суммированием баллов по всем 32 суждениям.

Интерпретация результатов:

1. Сумма баллов от 0 до 25 говорит о высоком уровне самооценки, при котором человек, как правило, не отягощен сомнениями, адекватно реагирует на замечания других и трезво оценивает свои действия.

2. Сумма баллов от 26 до 45 свидетельствует о среднем уровне самооценки. Человек с таким уровнем самооценки время от времени ощущает необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований.

3. Сумма баллов от 46 до 128 указывает на низкий уровень самооценки, при котором человек нередко болезненно переносит критические замечания в свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.

Тест В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»

Инструкция: выполните тест, который поможет определить степень вашей конфликтности. Вам необходимо оценить по 7-бальной шкале, насколько в вас представлено каждое из перечисленных свойств. Семь баллов означает, что в вашем поведении всегда проявляется свойство, описанное в левой части таблицы, 1 балл – для вас характерно поведение, описанное в правой части.

Таблица 1.2 – Стимульный материал по тесту В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности»

1	Рветесь в спор	7654321	Уклоняетесь от спора
2	Свои выводы сопровождаете тоном, не терпящим возражений	7654321	Свои выводы сопровождаете извиняющимся тоном
3	Считаете, что добьётесь своего, если будете возражать	7654321	Считаете, что если будете возражать, то не добьётесь своего
4	Не обращаете внимания на то, что другие не принимают твоих доводов	7654321	Сожалаете, если видите, что другие не принимают твоих доводов
5	Спорные вопросы обсуждаете в присутствии оппонента	7654321	Рассуждаете о спорных вопросах в отсутствии оппонента
6	Не смущаетесь, если попадаете в напряжённую обстановку	7654321	В напряжённой обстановке чувствуете себя неловко
7	Считаете, что в споре надо проявлять свой характер	7654321	Считаете, что в споре не нужно демонстрировать свои эмоции
8	Не уступаете в спорах	7654321	Уступаете в спорах
9	Считаете, что люди легко выходят из конфликта	7654321	Считаете, что люди с трудом выходят из конфликта
10	Если «взрываетесь», то считаете, что без этого нельзя	7654321	Если «взрываетесь», то вскоре ощущаете чувство вины

Обработка и интерпретация результатов: подсчитывается суммарное количество баллов.

Менее 15 баллов. Для вас свойственно избегать конфликтных ситуаций. Вы предпочитаете отказаться от своих интересов, лишь бы избежать какой-либо напряжённости в отношениях. Так можно потерять уважение окружающих.

15 – 30 баллов. Конфликтность не выражена. Вы тактичны, не любите конфликтов. Если же вам приходится вступать в спор, вы всегда учитываете, как это может отразиться на ваших взаимоотношениях с окружающими.

31 – 50 баллов. Конфликтность выражена слабо. Вы умеете сглаживать конфликты и избегать критических ситуаций, но при необходимости готовы решительно отстаивать свои интересы.

51 – 60 баллов. Выраженная конфликтность. Вы настойчиво отстаиваете своё мнение, даже если это может отрицательно повлиять на ваши взаимоотношения с окружающими. За что вас не всегда любят, но зато уважают.

Свыше 60 баллов. Высокая степень конфликтности. Зачастую вы сами ищите повод для споров. Не обижайтесь, если вас будут считать любителем поскандалить. Лучше задумайтесь о своём поведении.

Методика Томаса – Килманна на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации. Авторы К. Томас, Р. Килманн (в адаптации Н.В. Гришиной)

Методика предназначена для изучения личностной предрасположенности к конфликтному поведению, выявления определенных стилей разрешения конфликтной ситуации. Методика может использоваться в качестве ориентировочной для изучения адаптационных и коммуникативных особенностей личности, стиля межличностного взаимодействия.

Данный опросник показывает типичную реакцию человека на конфликт, ее эффективность и целесообразность, а также дает информацию о других возможных способах разрешения конфликтной ситуации.

По мнению К. Томаса и Р. Килманна, в основании типологии конфликтного поведения лежат два поведенческих стиля: 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:

а) конфронтация (соревнование, соперничество), которое выражается в стремлении добиться удовлетворения своих интересов в ущерб интересам другого человека;

б) приспособление (уступчивость), означающее, в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради интересов другого;

в) компромисс, как соглашение между участниками конфликта, достигнутое путем взаимных уступок;

г) уклонение (уход, игнорирование), для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей;

д) сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Возможности каждой из пяти стратегий:

Уклонение эффективно в ситуациях, когда партнер обладает объективно большей силой и использует ее в конфликтной борьбе. В общении со сложной конфликтной личностью используйте любую возможность, чтобы избежать конфликта: в этом нет ничего постыдного или унижительного. Избегание приносит положительные плоды, являясь временной отсрочкой в решении конфликта: пока на руках мало данных или нет психологической уверенности в своей позиции. Временно уйти от проблемы, чтобы в дальнейшем решить ее окончательно – это часто единственно верная стратегия.

Приспособление естественно в ситуациях, когда затронутая проблема не так важна для человека, как для его оппонента, или отношения с оппонентом представляют собой самостоятельную ценность, значимее достижения цели. Это непредсказуемая по своим последствиям стратегия. Если отказ от цели не стоил человеку большого труда, уступчивость может положительно сказаться на его самооценке и отношениях с партнером. Очень важно чувствовать, что другой заметил и оценил жертву. В противном случае остается чувство досады, обиды и, следовательно, почва для эмоционального конфликта.

Конфронтация – стратегия для серьезных ситуаций и жизненно важных проблем, зачастую она эффективна в экстремальных ситуациях. Противоборство оправданно, если цель чрезвычайно важна или, если человек обладает реальной силой и властью, уверен в своей компетентности. Если власти и силы недостаточно, можно увязнуть в конфликте, а то и вовсе проиграть. Кроме того, применение конфронтации для решения проблем в личных отношениях чревато отчуждением.

Сотрудничество – это не столько стратегия поведения, сколько стратегия взаимодействия. Она незаменима в близких, продолжительных и ценных для обоих партнеров отношениях, при равенстве статусов и психологической власти. Она позволяет партнерам разрешить конфликт, не отказываясь от своих реальных целей.

Компромисс, или квазисотрудничество, или торг о взаимных уступках. Эффективен в ситуациях, требующих быстрого исхода. «Дележ» потребностей бывает необходим для сохранения отношений, особенно в тех случаях, когда возместить интересы сторон невозможно. Компромисс редко приносит истинное удовлетворение результатом конфликтного процесса. Любые варианты дележа – пополам, поровну, по-братски – психологически несправедливы. И это понятно: цель полностью не достигнута, некоторая часть брошена на алтарь позитивного исхода конфликта, но оценить жертву некому, так как оппонент так же пострадал, как и вы сами.

Опросник состоит из 30 пар утверждений, относящихся к различным стилям поведения человека в ситуации конфликта. Из каждой пары утверждений нужно выбрать

одно, которое наиболее верно отражает отношение испытуемого к конфликтной ситуации и отметить его в бланке ответов.

ИНСТРУКЦИЯ: Подумайте о ситуациях, в которых Ваши желания отличаются от желаний другого человека. Как Вы обычно ведете себя в таких ситуациях?

Ниже приведены 30 пар высказываний, описывающих варианты возможного поведения в конфликтных ситуациях. В каждой паре обведите кружком вариант А или В, более характерный для Вашего поведения.

Во многих случаях оба из предложенных вариантов могут оказаться для Вас нетипичными. Если это так, обведите тот из них, которым бы Вы воспользовались с большей вероятностью.

Опросник

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, учитывая интересы другого и мои.

3. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б. Я стараюсь успокоить другого и 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 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 уступить, чтобы добиться другого.

8. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

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

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

Б. Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.

10. А. Я твердо стремлюсь достичь своего.

Б. Я пытаюсь найти компромиссное решение.

11. А. Первым делом я стараюсь 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 стараюсь добиться своего.

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

18. А. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

Б. Я даю 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 спорные 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 стремлюсь к лучшему сочетанию выгод и потерь для всех.

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. Я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого.

Б. Иногда я представляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

24. А. Если позиция другого кажется ему очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.

Б. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.

25. А. Я пытаюсь доказать 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. Я избегаю позиции, 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 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 с другим заинтересованным человеком могли добиться успеха.

Подсчет баллов. Для определения стиля поведения в ситуации конфликта по методу Томаса – Килманна:

1. Обведите буквы, которые вы выбрали, отвечая на соответствующие вопросы в таблице 1.3.

Таблица 1.3 – Стимульный материал методики Томаса – Килманна на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации (в адаптации Н.В. Гришиной)

№	Конфронтация (давление)	Сотрудничество (разрешение проблемы)	Компромисс (делим пополам)	Уклонение (уход)	Приспособление (сглаживание)
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	

Продолжение таблицы 1.3

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			
29			А	Б	
30		Б			А

2. Подсчитайте количество букв, обведенных в каждой колонке.

Таблица 1.4 – Стимульный методики Томаса – Килманна на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации (в адаптации Н.В. Гришиной), подсчет баллов

Конфронтация	Сотрудничество	Компромисс	Уклонение	Приспособление

Обработка и интерпретация результатов теста:

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

Математический критерий r_{xy} – критерий Пирсона.

Сам коэффициент характеризует наличие только линейной связи между признаками, обозначаемыми как правило символами X и Y. Формула расчета коэффициента корреляции построена таким образом, что, если связь между признаками имеет линейный характер, коэффициент Пирсона точно устанавливает тесноту этой связи. Поэтому он называется также коэффициентом линейной корреляции Пирсона.

Если же связь между переменными X и Y не линейна, то Пирсон предложил для оценки тесноты этой связи так называемое корреляционное отношение.

Величина коэффициента линейной корреляции Пирсона не может превышать +1 и быть меньше чем 1. Эти два числа +1 и -1 – являются границами для коэффициента корреляции. Когда при расчете получается величина большая +1 или меньшая -1 – следовательно произошла ошибка в вычислениях.

Если коэффициент корреляции по модулю оказывается близким к 1, то это соответствует высокому уровню связи между переменными. Так, в частности, при корреляции переменной величины с самой собой величина коэффициента корреляции будет равна +1. Подобная связь характеризует прямо пропорциональную зависимость. Если же значения переменной X будут распложены в порядке возрастания, а те же значения (обозначенные теперь уже как переменная Y) будут располагаться в порядке убывания, то в этом случае корреляция между переменными X и Y будет равна точно -1. Такая величина коэффициента корреляции характеризует обратно пропорциональную зависимость.

Знак коэффициента корреляции очень важен для интерпретации полученной связи. Подчеркнем еще раз, что, если знак коэффициента линейной корреляции – плюс, то связь между коррелирующими признаками такова, что большей величине одного признака (переменной) соответствует большая величина другого признака (другой переменной). Иными словами, если один показатель (переменная) увеличивается, то соответственно увеличивается и другой показатель (переменная). Такая зависимость носит название прямо пропорциональной зависимости.

Если же получен знак минус, то большей величине одного признака соответствует меньшая величина другого. Иначе говоря, при наличии знака минус, увеличению одной переменной (признака, значения) соответствует уменьшение другой переменной. Такая зависимость носит название обратно пропорциональной зависимости. При этом выбор переменной, которой приписывается характер (тенденция) возрастания – произволен. Это может быть как переменная X, так и переменная Y. Однако если психолог будет считать, что увеличивается переменная X, то переменная Y будет соответственно уменьшаться, и наоборот. Эти положения очень важно четко усвоить для правильной интерпретации полученной корреляционной зависимости.

В общем виде формула для подсчета коэффициента корреляции такова:

$$r = \frac{\sum(x_i - \bar{x})(y_i - \bar{y})}{\sqrt{\sum(x_i - \bar{x})^2 \sum(y_i - \bar{y})^2}} \quad (11.1)$$

где x_i – значения, принимаемые переменной X,

y_i – значения, принимаемые переменной Y,

\bar{x} – средняя по X,

\bar{y} – средняя по Y.

Расчет коэффициента корреляции Пирсона предполагает, что переменные X и Y распределены нормально.

Формула (11.1) предполагает, что из каждого значения переменной X, должно вычитаться ее среднее значение. Это не удобно. Поэтому для расчета коэффициента корреляции используют не формулу (11.1), а ее аналог, получаемый из (11.1) простыми преобразованиями:

$$r_{xy} = \frac{\sum(x y) - \frac{\sum x \sum y}{n}}{\sqrt{S_x S_y}} \quad (11.2a)$$

$$\text{где } S_x = \sum x^2 - \frac{(\sum x_i)^2}{n}$$

$$\text{и } S_y = \sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n}$$

или модификацию этой формулы:

$$r_{xy} = \frac{n \cdot \sum(x_i y_i) - (\sum x \sum y)}{\sqrt{[n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2][n \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2]}} \quad (11.2b)$$

Согласно формулам (11.2a и 11.2b) необходимо подсчитать сумму каждой переменной, сумму квадратов каждой переменной и сумму последовательных произведений переменных друг на друга. Подчеркнем, что сумма квадратов не равняется квадрату суммы. Обратим внимание еще вот на какое обстоятельство. В формуле (11.1) встречается величина:

$$\sum(v - \bar{v})(y - \bar{y}) \quad (11.3)$$

При делении на n (число значений переменной X или Y) она называется ковариацией. Выражение (11.3) может быть подсчитано только в тех случаях, когда число значений переменной X равно числу значений переменной Y и равно n. Формула (11.3) предполагает также, что при расчете коэффициентов корреляции нельзя произвольно переставлять элементы в коррелируемых столбцах.

Для применения коэффициента корреляции Пирсона, необходимо соблюдать следующие условия:

1. Сравнимые переменные должны быть получены в интервальной шкале или шкале отношений;
2. Распределения переменных X и Y должны быть близки к нормальному;

3. Число варьирующих признаков в сравниваемых переменных X и Y должно быть одинаковым;

4. Таблицы уровней значимости для коэффициента корреляции Пирсона рассчитаны от $n=5$ до $n=1000$. Оценка уровня значимости по таблицам осуществляется при числе степеней свободы $k = n - 2$ [25, с. 207].

Математический критерий: T - критерий Вилкоксона.

Назначение критерия: Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

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

Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях. Первоначально мы исходим из предположения о том, что типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным, или редким, сдвигом - сдвиг в более редко встречающемся направлении.

Гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H_1 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Ограничения T – критерия Вилкоксона

1. Минимальное количество испытуемых, прошедших измерения в двух условиях – 5 человек. Максимальное количество испытуемых – 50 человек.

2. Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, и количество наблюдений n уменьшается на количество этих нулевых сдвигов. Можно обойти это ограничение, сформулировав гипотезы, включающие отсутствие изменений, например: «Сдвиг в сторону увеличения значений превышает сдвиг в сторону уменьшения значений и тенденцию сохранения их на прежнем уровне».

Подсчет T – критерия Вилкоксона:

1. Составить список испытуемых в любом порядке, например, алфавитном.
2. Вычислить разность между индивидуальными значениями во втором и первом замерах («после» – «до»). Определить, что будет считаться «типичным» сдвигом и сформулировать соответствующие гипотезы.
3. Перевести разности в абсолютные величины и записать их отдельным столбцом (иначе трудно отвлечься от знака разности).
4. Проранжировать абсолютные величины разностей, начисляя меньшему значению меньший ранг. Проверить совпадение полученной суммы рангов с расчетной.
5. Отметить кружками или другими знаками ранги, соответствующие сдвигам в «нетипичном» направлении.
6. Подсчитать сумму этих рангов по формуле: где R_i – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.
7. Определить критические значения T для данного n . Если $T_{эмп}$ меньше или равен $T_{кр}$, сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты констатирующего исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки

Таблица 2.1 – Результаты диагностики уровня самооценки у студентов по тесту-опроснику «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева на этапе констатирующего эксперимента

Испытуемый №	Балл	Уровень самооценки
1	51	Низкий
2	83	Низкий
3	30	Средний
4	49	Низкий
5	16	Высокий
6	32	Средний
7	95	Низкий
8	45	Средний
9	23	Высокий
10	27	Средний
11	86	Низкий
12	54	Низкий
13	29	Средний
14	19	Высокий
15	29	Средний
16	41	Средний
Итого: 19 % - высокий уровень, 44 % - средний уровень, 37 % - низкий уровень		

Таблица 2.2 – Результаты диагностики степени конфликтности у студентов по тесту «Самооценка конфликтности» В.Ф. Ряховского на этапе констатирующего эксперимента

Испытуемый №	Балл	Степень конфликтности
1	56	Выше нормы
2	66	Высокий
3	17	Ниже нормы
4	52	Выше нормы
5	60	Выше нормы
6	31	Норма
7	39	Норма
8	31	Норма
9	61	Высокий
10	45	Норма
11	51	Выше нормы
12	53	Выше нормы
13	48	Норма
14	63	Высокий

Продолжение таблицы 2.2

15	42	Норма
16	35	Норма
Итого: 0 % - низкая степень, 6 % - ниже нормы, 44 % - норма, 31 % - выше нормы, 19 % - высокая степень		

Таблица 2.3 – Результаты диагностики ведущего поведения в конфликтной ситуации у студентов по методике «Выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации» К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной) на этапе констатирующего эксперимента

№ испытуемого	Баллы, соперничество	Баллы, сотрудничество	Баллы, компромисс	Баллы, избегание	Баллы, приспособление	Преобладающий тип
1	4	6	7	4	9	Приспособление
2	5	4	6	8	7	Избегание
3	6	10	8	4	2	Сотрудничество
4	2	5	8	10	5	Избегание
5	8	6	7	5	4	Соперничество
6	5	7	9	6	3	Компромисс
7	3	6	6	7	8	Приспособление
8	7	8	6	5	4	Сотрудничество
9	9	4	8	5	4	Соперничество
10	7	9	7	4	3	Сотрудничество
11	2	6	8	4	10	Приспособление
12	5	6	5	6	8	Приспособление
13	3	9	11	4	3	Компромисс
14	7	9	8	4	2	Сотрудничество
15	7	6	8	5	4	Компромисс
16	3	8	4	9	6	Избегание
Итого: 12 % - соперничество, 25 % - сотрудничество, 19 % - компромисс, 19 % - избегание, 25 % - приспособление						

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Психолого-педагогическая программа формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки

Цель программы – формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.

Задачи программы:

- 1) формирование благоприятного психологического климата в группе;
- 2) развитие коммуникативных навыков студентов;
- 3) формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов.

Программа проводилась на базе Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета, 16 студентов 4 курса факультета психологии, состояла из 9 занятий по 90 минут 1 раз в неделю.

Форма работы: групповая. Групповая форма работы эффективна, так как, работая в группах, студенты смогут развить навыки общения, сотрудничества друг с другом, и только в группе можно сформировать конструктивные стратегии разрешения конфликтов.

Программа групповых занятий «Формирование конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки» состоит из трех этапов.

На первом этапе происходит налаживание коммуникативных процессов у студентов, снижение эмоционального напряжения, устранение барьеров, мешающих продуктивным конструктивным действиям.

На втором этапе активизируется процесс сплочения группы, через комплекс упражнений, которые подобраны с целью превратить коллектив в единый, слаженный, работающий механизм, формируются навыки рефлексии, самоанализа и конструктивного разрешения конфликтов.

На третьем этапе работа направлена на гармонизацию группового взаимодействия, положительный эмоциональный настрой, формирование чувства «мы», закрепление конструктивных стратегий разрешения конфликтов.

При разработке и реализации программы мы опирались на принципы, выделенные А.А. Осиповой:

1. Соблюдение интересов студентов.

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

2. Системность.

Принцип обеспечивает единство диагностики, развития и формирования.

3. Непрерывность.

Принцип гарантирует студентам непрерывность помощи до полного решения проблемы, либо определение подхода к ее решению.

4. Принцип активности участников.

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

5. Принцип объективации поведения.

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

6. Принцип партнерского общения.

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

7. Принцип конфиденциальности: «психологическая закрытость» [71, с. 14].

Занятия имеют четкую структуру, состоящую из нескольких взаимосвязанных частей:

1. Приветствие – направлено на сплочение участников группы, повышение эмоционального состояния и настрой на дальнейшую деятельность.

2. Основная часть – совокупность функциональных упражнений и техник.

3. Рефлексия – участники оценивают занятие в двух аспектах: эмоциональном (понравилось / не понравилось) и смысловом (было ли это важно для вас, чему-нибудь научились, что запомнилось больше всего?).

4. Прощание – смысловое завершение занятия

Методы и формы работы: формирующий эксперимент, дискуссии, консультирование, практические упражнения, игровые методы, мини-лекции.

Содержание программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки:

Занятие 1: «Давай знакомиться»

Цели: создание положительного эмоционального отношения и доверительного общения, принятия правил программы.

Приветствие (20 минут)

Цель: знакомство с участниками программы. Налаживание первичного контакта. Короткий рассказ о программе и плана последующих занятиях.

Упражнение «Визитка»

Цель: знакомство участников, создание атмосферы доверия, раскрепощение участников.

Психолог предлагает каждому участнику рассказать немного о себе, для знакомства: как зовут, сколько лет, интересы, чего ожидает от программы. При готовности всех участников, представляться начинает психолог и дальше по желанию, но представиться должны все участники.

Упражнение «3 факта о себе».

Цель: создать положительный настрой на работу, снизить напряжение, повысить интерес друг к другу.

Участники по очереди сообщают 3 факта о себе, два из которых правдивы, а один ложный. Остальная группа должна угадать, где правда, а где ложь.

Основная часть (40 минут)

Каждый участник получает по 2 стикера разных цветов. На одном фиксирует ожидания от самого себя во время тренинга, а на другом – от группы. Участники по очереди озвучивают свои ожидания и крепят их на ватмане. Далее проговариваются основные правила (соглашения) тренинга, участники предлагают свои варианты и совместно одобряют.

Упражнение «Поменяйтесь местами, кто...».

Психолог: «Я сейчас начну говорить вам «Поменяйтесь местами, те кто...» и если это будет относиться к вам, вы быстро встанете со своих мест и займете любое освободившееся место. Итак, начнем: «Все сидят по кругу. Поменяйтесь местами те, кто: не любит конфликты; любит болтать по телефону; кто любит красный цвет; кто любит мороженое; у кого есть дома собака (кошка); кто любит ходить в кино; кто любит петь; кто любит танцевать; любит ли читать фэнтези; любимый вид спорта (волейбол, баскетбол)».

Упражнение «Друг к дружке».

Во время выполнения упражнения участникам необходимо очень быстро выполнить предложенные движения. Группа участников образует круг, каждый

выбирает себе партнера и, например, пожимает ему руку. В дальнейшем участники «здороваются» друг с другом частями тела, которые называет ведущий, к примеру, спиной, лбом, рукой. Когда психолог произносит слова «Друг к дружке!», участникам необходимо поменять партнера.

Рефлексия (20 минут)

Участники оценивают занятие в двух аспектах: эмоциональном (понравилось / не понравилось) и смысловом (было ли это важно для вас, чему-нибудь научились, что запомнилось больше всего?)

Прощание (10 минут)

Участники мысленно продолжают фразы ведущего о прошедшем занятии: было интересно..., я почувствовал, что..., меня удивило...

Занятие 2: «Что такое конфликт»

Цель занятия: изучение понятия конфликта.

Приветствие: упражнение «Знакомство» (20 минут)

Цель – формирование доверительного стиля общения в процессе налаживания контактов, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Участники садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, обязательно подчеркивая индивидуальность партнера, например: «Я рад тебя видеть и хочу сказать, что ты выглядишь великолепно» или «Привет, ты как всегда энергичен и весел». Можно вспомнить о той индивидуальной черте, которую сам человек выделил при первом знакомстве. Участник может обращаться ко всем сразу или к конкретному человеку. Во время этой психологической разминки группа должна строиться на доверительный стиль общения, продемонстрировать свое доброе отношение друг к другу. Ведущему следует обращать внимание на манеры установления контактов. По окончании упражнения ведущий разбирает типичные ошибки, допущенные участниками, и демонстрирует наиболее продуктивные способы приветствий.

Основная часть:

Упражнение «Забавный мозговой штурм» (20 минут)

Цель: интеллектуальная разминка, «включение» креативных способностей.

Группа разбивается на подгруппы по 4-5 человек, которые в течение 5-7 минут вырабатывают определение понятия «конфликт». Группы по очереди представляют свои определения. Те определения, в которых конфликт рассматривается как деструктивное действие, записываются на одной части доски; определения, носящие позитивный характер – на другой. После завершения представлений определений всеми группами

участники анализируют все определения, выделяя общее, и вырабатывают новое определение.

Теоретический блок (10 минут)

Конфликт (столкновение) – столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия.

Конфликты являются частью повседневной жизни. Конфликт в социальной сфере как спор сторон, как противоречие в их интересах и целях естественен и поэтому неизбежен. Более того, по словам известного специалиста в области переговоров Р. Фишера, чем более разнообразным становится мир, с тем большим числом противоречий в интересах приходится сталкиваться. Психологи также отмечают, что конфликт позволяет предотвратить стагнацию общества, стимулирует поиск решения проблем. Кроме того, конфликт малой интенсивности, разрешенный мирно, может предотвратить конфликт более серьезный. Замечено, что в тех социальных группах, где довольно часты небольшие конфликты, редко дело доходит до крупных противоречий. Вопрос заключается не в том, чтобы предотвратить или не заметить конфликт, а в том, чтобы предотвратить конфликтное поведение, связанное с деструктивными, насильственными способами разрешения противоречий, и направить участников на поиск взаимоприемлемого решения.

Рефлексия (20 минут)

Участники оценивают занятие в двух аспектах: эмоциональном (понравилось / не понравилось) и смысловом (было ли это важно для вас, чему-нибудь научились, что запомнилось больше всего?)

Прощание: упражнение «Подведение итогов» (20 минут)

Цель: упражнение используется для завершения тренинга, дает возможность вспомнить изученное, задуматься над тем, как полученные знания будут применяться в реальной жизни.

Необходимые материалы: листы бумаги формата А4, карандаши, фломастеры.

Все участники делятся на мини-группы, каждая мини-группа получает лист бумаги А4 и свое задание. Первой группе нужно подготовить выступление, суммирующее основные пункты, рассмотренные на тренинге. Второй группе – комплекс мер, которые могут быть приняты в реальной жизни (на рабочем месте) для того, чтобы максимально использовать полученную информацию. Третьей – какие препятствия могут возникнуть при применении полученной информации в реальной жизни и как эти препятствия преодолеть.

Занятие 3: «Основные стадии протекания конфликта»

Цель: ознакомление участников с основными стадиями протекания конфликта.

Приветствие: Упражнение «Интервью» (15 минут)

Цель: развитие умения слушать партнера и совершенствовать коммуникативные навыки, сокращение коммуникативной дистанции между участниками тренинга.

Участники разбиваются на пары и в течение 10 минут (по 5 минут на каждого) берут друг у друга интервью. Задача интервьюеров – представить собеседника как уникальную личность. Вопросы интервью формулируются его участниками произвольно.

Затем представляющий становится за спиной у интервьюируемого и говорит от его имени в течение одной минуты, положив руки на его плечи. После того как лимит времени исчерпан, участники группы могут задавать вопросы, ориентированные в большей степени на жизненные, профессиональные взгляды.

Вопросы также могут носить фактографический характер. Представляющий отвечает по-прежнему от имени своего партнера по интервью. Если он не располагает информацией для ответа на вопросы членов группы, он отвечает так, как, на его взгляд, ответил бы его партнер.

Если члены группы знакомы друг с другом и группа достаточно сплочена, можно предложить участникам по кругу еще раз напомнить свое тренинговое имя и назвать свое личностное качество, которое им помогает при разрешении конфликтов.

Основная часть:

Сюжетно-ролевая игра «Мельница» (15 минут)

Цель: проживание участниками тренинга «мелких» конфликтных ситуаций, настройка на дальнейшую работу.

Равное число участников образуют два круга (один внутри другого), встают лицом друг к другу и разыгрывают в парах маленькие диалоги-ситуации, которые задает ведущий. Диалог длится 2 минуты. После каждого диалога внешний круг делает несколько шагов, например по часовой стрелке; каждый участник меняет партнера, разыгрывается следующий эпизод. Ситуации для разыгрывания:

– находящиеся во внешнем круге играют роль контролеров автобуса, а находящиеся во внутреннем – роль безбилетных пассажиров;

– внутренний круг – продавцы, которым нет дела до покупателей, а внешний – покупатель;

– внешний круг – начальник, «застукавший» опаздывающего подчиненного, а внутренний – подчиненный;

– внутренний круг – жилец, которого залил сосед сверху, внешний круг – сосед сверху.

В ходе обсуждения участники анализируют свое наиболее типичное поведение в различных ситуациях, переживаемые эмоции.

Теоретический блок: (15 минут)

Выделяют следующие стадии протекания конфликта:

1. Стадия потенциального формирования противоречивых интересов, ценностей и норм – положение дел накануне конфликта. На этой стадии уже существуют какие-то предпосылки для конфликта, возможно, имеется сильная напряженность в отношениях, но она пока не выливается в открытое столкновение. Такое положение дел может сохраняться довольно долго. Эта стадия может быть также обозначена как латентный, или скрытый, конфликт.

2. Стадия перехода потенциального конфликта в реальный, или стадия осознания участниками конфликта своих верно или ложно понятых интересов. Эту стадию можно обозначить как «инцидент», то есть первую стычку конфликтантов. Инцидент выступает завязкой конфликта. Нередко инцидент выступает как будто по случайному поводу, но на самом деле – это последняя капля, которая переполняет чашу. Конфликт, начавшийся с инцидента, может им и закончиться (например, перебранка пассажиров в городском транспорте).

3. Стадия конфликтных действий. На этой стадии конфликт как бы «шагает по ступенькам», реализуясь в серии отдельных актов – действий и противодействий конфликтующих сторон. Эскалация может быть непрерывной: с постоянно возрастающей степенью напряженности отношений и силы ударов, которыми обмениваются конфликтанты; и волнообразной, когда напряженность отношений то усиливается, то спадает, а периоды активной конфронтации сменяются временным улучшением отношений. На этой стадии возможно переживание кульминации конфликта (верхней точки его эскалации). Кульминация подводит к осознанию необходимости прервать дальнейшее обострение отношений и искать выход из конфликта.

4. Стадия снятия, или разрешения, конфликта. На этой стадии необходимо ввести два понятия: цена конфликта и цена выхода из конфликта. Сравнение этих двух составляющих позволяет рационально решать вопрос: стоит ли продолжать конфликт, или выгоднее его прекратить. Часто завершения конфликта удается достичь только посредством специальных усилий, направленных на его разрешение. Одной из форм

завершения конфликта является приглашение посредника, призванного провести переговоры конфликтующих сторон.

Упражнение «Конфликт невербально» (20 минут)

Цель: проживание участниками группы конфликтных ситуаций на «телесном» и эмоциональном уровне.

Группа разбивается на 4 подгруппы. Каждой подгруппе отдельно дается задание придумать конфликтную ситуацию и изобразить ее невербально в ситуациях, когда:

1. в конфликте участвуют равные по статусу люди и конфликт в динамике имеет все стадии;

2. в конфликте участвуют неравные по статусу (родитель – ребенок, начальник – подчиненный) и конфликт в динамике имеет все стадии;

3) конфликт возникает спонтанно, то есть не имеет стадии потенциального формирования противоречий (например, в очереди, в транспорте и других общественных местах);

4) конфликт, который не имеет разрешения, то есть последней стадии.

Сценки демонстрируются поочередно; после разыгрывания конфликта одной группой участники определяют, в чем особенность демонстрируемого конфликта.

В обсуждении необходимо проанализировать, каким образом конфликт отражается в телесных ощущениях, есть ли различия в переживаемых эмоциях на разных стадиях протекания конфликта.

Рефлексия (15 минут)

Участники оценивают занятие в двух аспектах: эмоциональном (понравилось / не понравилось) и смысловом (было ли это важно для вас, чему-нибудь научились, что запомнилось больше всего?)

Прощание: упражнение «Изменения» (10 минут)

Цель: подведение итогов занятия.

Каждый участник на листе бумаги записывает какие 3 изменения произойдут в его жизни за ближайшую неделю.

Занятие 4: «Основные стадии протекания конфликта»

Цель: продолжение работы участников с основными стадиями протекания конфликта.

Приветствие: Упражнение «Поддержка» (15 минут)

Цель – упражнение способствует групповому сплочению.

Группа в общем составе, взявшись за плечи друг друга, опускается на пол. Начальная позиция меняется: лицом или спиной в Центр. Ведущий обращается к группе:

«Встаньте в круг спиной к центру, руки положите на плечи рядом стоящих. Все одновременно сядьте. Опираясь на пол и на партнеров, одновременно встаньте, не нарушив круга. Прделайте то же лицом в круг». Общее обсуждение. Как вы себя чувствовали? Что вам понравилось? Что возмутило? Какие у вас возникли вопросы?

Основная часть: Упражнение «Настойчивость – сопротивление» (20 минут)

Цель: дать возможность участникам группы проанализировать эмоции и чувства, возникающие на разных этапах протекания конфликта.

Группа разбивается на пары, в каждой паре определяются роли: настаивающий и сопротивляющийся. Настаивающий выдвигает требование (например, прийти домой в 10 часов), сопротивляющийся выдвигает причину, по которой он не может выполнить это требование. Настаивающий должен приводить различные убедительные доводы, сопротивляющийся приводит свои доводы, поддерживающие ответ «нет». Все доводы и с той, и с другой стороны должны быть мотивированными, прочувствованными. Упражнение будет закончено, если настаивающий или сопротивляющийся скажет «ты меня убедил», а не «утомил». Далее в парах меняются ролями, и настаивающий придумывает новую ситуацию.

В обсуждении необходимо проанализировать физические реакции, эмоции и чувства, сопровождающие конфликт. Обсуждаются возможные действия, предпринимаемые конфликтантами для того, чтобы овладеть своим состоянием.

Теоретический блок (10 минут):

В ходе конфликта его участники испытывают такие же физические реакции, как во время стресса: изменение тембра голоса и повышение темпа речи, учащенное дыхание и сердцебиение, вегетативные проявления, плач, тремор (дрожание) рук, повышенное потоотделение. Для эмоциональных реакций характерно-большое количество раздражения, гнева, обиды, страха, чувство вины, раскаяние, удовлетворение.

В конфликте есть:

- конфликтные стороны,
- зона разногласий,
- представления сторон о ситуации,
- мотивы конфликтующих сторон,
- конфликтные действия.

Упражнение «Преувеличение или полное изменение поведения» (20 минут)

Цель – формирование навыков модификации и коррекции поведения на основе анализа разыгрываемых ролей и группового разбора поведения.

Это ролевая игра, в которой членам группы дается возможность проиграть свои внутри личностные конфликты. Разыгрывание ролей используется для расширения осознания поведения и возможности его изменения. Участник сам выбирает нежелательное личное поведение или группа помогает ему выбрать поведение, которое им не осознается. Если член группы не осознает этого поведения, он должен преувеличить его. К примеру, робкий член группы должен говорить громким авторитарным тоном, постоянно хвастаясь. Если же участник осознает поведение и считает его нежелательным, он должен полностью изменить его. На разыгрывание ролей каждому дается 5-7 минут. Затем все участники делятся своими наблюдениями и чувствами.

Рефлексия (15 минут)

Участники оценивают занятие в двух аспектах: эмоциональном (понравилось / не понравилось) и смысловом (было ли это важно для вас, чему-нибудь научились, что запомнилось больше всего?)

Прощание: упражнение «Позиция» (10 минут)

Цель – рефлексия взаимоотношений участников тренинговых занятий.

Участники образуют 2 круга: внутренний и внешний. Внешний круг движется, внутренний остается на месте. Находящиеся во внешнем круге высказывают свое впечатление о партнере по внутреннему кругу, начиная с фразы «Я вижу тебя», «Я хочу тебе сказать», «Мне нравится в тебе». Через 2 минуты внешний круг смещается на одного человека и т.д.

Занятие 5: «Основные стратегии поведения в конфликтной ситуации»

Цель: знакомство участников со спецификой поведения при различных стратегиях поведения и целесообразностью использования той или иной стратегии в различных жизненных ситуациях.

Приветствие: упражнение «Сигнал» (10 минут)

Цель – разминка, улучшение атмосферы в группе.

Участники стоят по кругу достаточно близко и держатся сзади за руки. Кто-то, легко сжимая руку, посылает сигнал в виде последовательности быстрых или более длинных сжатий. Сигнал передается по кругу, пока не вернется к автору. В виде усложнения можно посылать несколько сигналов одновременно, в одну или в разные стороны движения

Основная часть: теоретический блок (20 минут)

К. Томас выделяет пять основных стилей поведения в конфликтной ситуации: конкуренция, сотрудничество, компромисс, уклонение и приспособление. Он также подчеркивает, что в разных ситуациях в поведении могут сочетаться различные стили.

1. Стиль конкуренции (доминирование, соперничество, борьба, напористость) может использовать человек, обладающий сильной волей, достаточным авторитетом, властью, не очень заинтересованный в сотрудничестве с другой стороной и стремящийся в первую очередь удовлетворить собственные интересы. Этот стиль можно использовать, если:

- исход конфликта очень важен для вас и вы делаете большую ставку на решение возникшей проблемы в свою пользу;
- вы обладаете достаточной властью и авторитетом и вам представляется очевидным, что предлагаемое вами решение – наилучшее;
- вы чувствуете, что у вас нет иного выбора и вам нечего терять;
- вы должны принять непопулярное решение и у вас достаточно полномочий для выбора этого шага;
- вы взаимодействуете с подчиненными, предпочитающими авторитарный стиль.

Однако следует иметь в виду, что это не тот стиль, который можно использовать в близких личных отношениях, так как, кроме отчуждения, он ничего больше не сможет вызвать. Его также нецелесообразно использовать в ситуации, когда вы не обладаете достаточной властью, а ваша точка зрения по какому-то вопросу расходится с точкой зрения более значимого лица.

2. Стиль сотрудничества (кооперация, интеграция) можно использовать, если, отставив собственные интересы, вы вынуждены принимать во внимание нужды и желания другой стороны. Этот стиль наиболее труден, так как он требует более продолжительной работы.

Цель его применения – разработка долгосрочного взаимовыгодного решения. Такой стиль требует умения объяснять свои желания, выслушивать друг друга, сдерживать эмоции. Для разрешения конфликта этот стиль можно использовать в ситуациях, когда:

- необходимо найти общее решение, если каждый из подходов важен и не допускает компромиссных решений;
- у вас прочные, длительные, взаимозависимые отношения с другой стороной;
- стороны способны выслушивать друг друга и излагать суть своих интересов, умеют интегрировать точки зрения.

3. Стиль компромисса, суть которого в том, что стороны стремятся урегулировать разногласия при взаимных уступках. В этом плане он напоминает стиль сотрудничества, однако осуществляется на более поверхностном уровне. Этот стиль наиболее эффективен, если обе стороны хотят одного и того же, но знают, что одновременно это невыполнимо (например, стремление занять одну и ту же должность или одно и то же помещение). Такой подход к разрешению конфликтов целесообразно использовать в следующих ситуациях:

- обе стороны имеют одинаково убедительные аргументы и обладают одинаковой властью; удовлетворение вашего желания имеет для вас не слишком большое значение;
- вас может устроить временное решение, так как нет времени для выработки другого или другие подходы оказались неэффективны;
- компромисс позволит вам хоть что-то получить.

4. Стиль уклонения (уход, избегание, игнорирование) реализуется обычно, когда проблема для вас не столь важна, вы не отстаиваете свои права, не сотрудничаете ни с кем и не хотите тратить время и силы на ее решение. Этот стиль реализуется также в тех ситуациях, когда одна из сторон обладает большей властью, либо понимает, что не права, или считает, что нет серьезных оснований для продолжения контактов. Стиль уклонения рекомендуется в ситуациях, когда:

- источник разногласий несущественен для сторон по сравнению с другими, более важными задачами, а потому они считают, что не стоит тратить силы на решение проблемы;
- стороны хотят выиграть время, чтобы изучить ситуацию и получить дополнительную информацию, прежде чем принять какое-либо решение;
- опасно пытаться решить проблему немедленно, так как открытое обсуждение конфликта может только ухудшить ситуацию (например, конфликты взрослых детей и родителей);
- подчиненные сами могут успешно урегулировать конфликт.

Не следует думать, что этот стиль всегда является бегством от проблемы или уклонением от ответственности, так как часто за какой-то промежуток времени проблема может разрешиться сама собой или стороны смогут заняться ею позже, когда будут обладать достаточным объемом информации;

5. Стиль приспособления (уступчивость) означает, что вы действуете совместно с другой стороной, но при этом не пытаетесь отстаивать свои собственные интересы в целях сглаживания и восстановления нормальной атмосферы. Томас и Килменн считают, что этот стиль наиболее эффективен, когда исход дела важен для другой стороны и не

очень существенен для вас, и тогда вы жертвуете собственными интересами в пользу другой стороны. Стилль приспособления может быть применен в следующих наиболее характерных ситуациях, когда:

- важнейшая задача – восстановление спокойствия и стабильности, а не разрешение конфликта;
- предмет разногласия для вас не важен, важнее сохранить добрые отношения;
- осознаете, что правда не на вашей стороне;
- чувствуете, что у вас недостаточно власти или шансов победить.

Стили или стратегии поведения, избираемые участниками конфликта, имеют решающее значение для его последующего развития, а зачастую и для исхода конфликта. Стратегии избегания и приспособления, как уже отмечалось, хотя и имеют разное психологическое содержание, направлены на уход от конфликтного взаимодействия. Стратегии соперничества и сотрудничества рассматриваются в основном отдельно, но в рамках реального взаимодействия они могут переходить друг в друга: так, первоначальные попытки договориться, не увенчавшиеся успехом, могут смениться борьбой сторон; напротив, неудачные попытки «силового» решения вынуждают участников ситуации к переговорным вариантам разрешения конфликта. Ни одна из рассмотренных стратегий не может быть эффективной во всех без исключения ситуациях, и ни одна из них не может быть выделена как лучшая. Важно эффективно использовать каждую из них и сознательно делать тот или иной выбор, учитывая конкретные обстоятельства.

Упражнение «Выборы стратегий» (30 минут)

Цель: дать возможность участникам группы определить у себя преобладающую стратегию поведения в конфликте и проанализировать ее особенности.

После знакомства с основными стилями или стратегиями поведения в конфликте участники делятся на подгруппы в зависимости от диагностируемой стратегии. В том случае, если у кого-либо из участников ведущими оказались несколько стратегий, им можно предложить самостоятельно выбрать группу, в которой им бы хотелось работать. Далее подгруппам предлагается в течение 15 минут проанализировать и предложить пути урегулирования предлагаемой конфликтной ситуации. Конфликтная ситуация может быть предложена ведущим или кем-то из группы.

Вариант ситуации для разбора: Нина К. одновременно является слушательницей курсов переподготовки факультета психологии и социальным педагогом в школе. Двухгодичное обучение на курсах требует частого отвлечения от работы, участия в учебных сессиях. Перед началом обучения у Нины К. была договоренность с директором

школы о сохранении заработной платы в полном объеме, и на протяжении всего времени эта договоренность выполнялась; к работе социального педагога не предъявлялись высокие требования. На втором году обучения слушательница получила предложение от директора одного из заводов возглавить на время летних каникул оздоровительный детский лагерь. Зарплата, которую она может получить за летний период, во многом решит ее материальные проблемы (долгожданный ремонт в квартире, обновление мебели). Нина К. хочет работать в этом лагере и на приеме у директора завода дает свое согласие. Спустя несколько дней директор школы вызвала Нину К. и предложила ей возглавить школьный летний лагерь (естественно, зарплата несопоставима). Когда Нина К. сказала о своих намерениях, директор в резкой форме предложила или работать в школьном лагере, или увольняться. Комментарий для ведущего (с этой информацией сначала участников лучше не знакомить): ситуация взята из жизни. Нина К., решая конфликт, избрала стратегию соперничающую, заняла доминирующую позицию и поехала работать в заводской лагерь. Через год она была уволена директором школы по сокращению штатов.

По истечении некоторого времени (10-12 минут) слово предоставляется подгруппам. В это же время всем участникам дается дополнительная инструкция: в ходе презентации решений участникам других подгрупп отмечать особенности принимаемых решений, поведенческие проявления, вербальные и эмоциональные реакции, типичные для презентуемой стратегии. При обсуждении участники делятся переживаниями, обобщают увиденное.

Рефлексия (15 минут)

Участники оценивают занятие в двух аспектах: эмоциональном (понравилось / не понравилось) и смысловом (было ли это важно для вас, чему-нибудь научились, что запомнилось больше всего?)

Прощание: упражнение «Позиция» (15 минут)

Цель – рефлексия взаимооценочных позиций участников тренинговых занятий. Участники образуют 2 круга: внутренний и внешний. Внешний круг движется, внутренний остается на месте. Находящиеся во внешнем круге высказывают свое впечатление о партнере по внутреннему кругу, начиная с фразы «Я вижу тебя», «Я хочу тебе сказать», «Мне нравится в тебе». Через 2 минуты внешний круг смещается на одного человека и т.д.

Занятие 6: «Взаимодействие в конфликте»

Цель: сформировать навыки эффективного взаимодействия в конфликте.

Приветствие: упражнение-разминка (5 минут)

Цель: настроить участников на активную деятельность.

Участники группы распределяются по парам, упираются плечом в плечо и пытаются сдвинуть друг друга с места, затем та же процедура повторяется, только упираются друг в друга спинами, боками, ягодицами.

Основная часть: теоретический блок (10 минут)

Конфликт возникает тогда, когда есть зона разногласий – предмет спора, факт или вопрос (один или несколько), вызвавший разногласия. При этом каждый участник конфликта имеет собственное представление о ситуации. Эти представления чаще всего не совпадают. Конфликтанты реагируют по-разному и чаще всего не знают, как видит данную ситуацию оппонент. В исследованиях каузальной атрибуции продемонстрировано существование так называемой фундаментальной ошибки атрибуции, заключающейся в следующем: при объяснении поступков других людей (но не своих собственных) люди явно переоценивают роль чужих личностных качеств и недооценивают роль ситуативных обстоятельств.

Ситуативная игра «Аэропорт» (20 минут)

Из числа участников группы выбираются две пары, которые проигрывают одну и ту же ситуацию. Одна пара выходит из аудитории на период игры первой пары. Каждому игроку дается для ознакомления инструкция только для его роли, напечатанная на отдельном листе. Остальные участники, оставшиеся в аудитории, становятся на время наблюдателями и должны понять суть происходящего, провести анализ общения (позиции: открытая – закрытая, активная – пассивная, доброжелательная – враждебная – нейтральная; родитель – взрослый – ребенок) и эффективности результатов общения двух пар. Анализируются эффективные пути разрешения конфликта.

Инструкция для «начальника»: Вы начальник планово-экономического отдела. Сотрудница Н. не сделала расчеты к сроку. Вам передали, что она заболела и долго не появится. Однако, когда вы несколько раз звонили домой, к телефону никто не подходил. Вы летите в командировку в Санкт-Петербург без нужных вам документов, и вас это злит. В аэропорту вы сталкиваетесь с сотрудницей Н.

Инструкция для «подчиненной»: Вы – работник планово-экономического отдела. Очень неудачно складываются ваши дела: в самую пору сдачи важного документа тяжело заболела сестра, и, поскольку за ней некому ухаживать, вы взяли больничный по уходу и теперь временно у нее живете. Ваш знакомый прилетает из Санкт-Петербурга, откуда вам обещали передать хорошее лекарство для сестры (без этого лекарства она может даже умереть). В аэропорт вы опоздали, самолет давно прилетел, вы стоите и не знаете, что делать. Вдруг вас окликает начальник.

Упражнение «И тут вы ему говорите» (30 минут)

Цель: дать возможность участникам группы почувствовать себя в разных коммуникативных техниках, найти поведенческие ходы, которые делают каждую технику успешной и субъективно привлекательной (владение всеми тремя позициями – важный залог гибкого, конструктивного поведения в общении).

Группа делится на тройки. В каждой тройке участники получают роли игрока, подыгрывающего и наблюдателя.

Инструкция игроку. Ситуация, которую я вам опишу, предполагает диалог с другим персонажем. Его роль будет исполнять подыгрывающий. Предложенную ситуацию вы разыграете с ним три раза. Сначала вы будете вести свою партию с позиции «сверху» – давите, требуйте, грубите, угрожайте, насмехайтесь, будьте очень настойчивы. Как бы ни вел себя ваш партнер, постарайтесь все время лидировать, быть «над ним». Через 3-4 минуты остановите диалог, немного помолчите и начинайте игру с позиции «снизу» – заигрывайте, просите, чувствуйте себя слабым и зависимым, уступайте, входите в положение другого человека, и так 3-4 минуты, а затем после небольшой паузы побудьте в позиции «на равных». Найдите верный тон, нужную позу, доброжелательные и уверенные слова.

Инструкция подыгрывающему. В отличие от игрока вы не имеете ограничений в поведении. Расслабьтесь, максимально включитесь в ситуацию, настройтесь на партнера, а после этого реагируйте на его слова так, как вам хочется. Если он вас разозлил – злитесь, обидел – обижайтесь, если его реакции растрогали вас – уступите своим добрым порывам. Будьте максимально искренни. Желательно фиксировать, какие именно слова, жесты партнера создали тот или иной ваш настрой, почему поменялось отношение к партнеру.

Инструкция наблюдателю. Ваша задача – фиксировать развитие диалога, особенности поведения, развитие сюжета, а также следить, чтобы партнеры выполнили свои инструкции. Если вы считаете, что игрок не выполняет свою задачу, уходит в другую социальную роль, вы имеете право остановить игру.

После проведения первого цикла меняются роли. Для обсуждения даются следующие ситуации.

Ваш коллега попросил у вас на несколько дней «посмотреть» ценные рабочие материалы. Вернул только через неделю в неприглядном, местами нечитабельном виде. И тут вы ему говорите...

Вы – страстный любитель тюльпанов, выращиваете у себя на участке редкие сорта, приобретаете луковицы за очень приличные деньги. У соседки, с которой у вас

нормальные отношения, есть собака – спаниель. Однажды вы выходите и видите, что клумба с тюльпанами изрыта наглыми собачьими лапами. И тут вы соседке говорите...

Вы купили на рынке понравившуюся вам блузку, придя домой и примерив ее, вы обнаружили, что она не гармонирует ни с одной вещью в вашем гардеробе, да и внутренняя обработка вам показалась некачественной. Вы возвратились на рынок с намерением сдать блузку и говорите продавцу...

Рефлексия (15 минут)

Участники оценивают занятие в двух аспектах: эмоциональном (понравилось / не понравилось) и смысловом (было ли это важно для вас, чему-нибудь научились, что запомнилось больше всего?)

Прощание: упражнение «Последняя встреча» (10 минут)

Цель: совершенствование коммуникативной культуры, стимулирование активности участников. Занятия уже закончились, и вы расстаетесь. Но все ли вы успели сказать друг другу? Может быть, вы забыли поделиться с группой своими переживаниями? Или есть человек, мнение которого о себе вы хотели бы узнать? Или вы хотите поблагодарить кого-либо? Сделайте это «здесь и теперь».

Занятие 7. «Барьеры межличностного общения»

Цель: определить барьеры межличностного общения и рассмотреть способы их преодоления.

Приветствие: Упражнение «Хорошее настроение» (10 минут)

Цель: настроить участников на активную деятельность, выстраивание навыков слушания партнера.

Инструкция: на листе формата А4 изобразить свое хорошее настроение. Устроим выставку наших настроений, подарим соседу только хорошее настроение, сопровождая подарок такими словами: «Я дарю тебе мое хорошее настроение...», а дальше пусть будет ваше ласковое слово, обращение, которое обычно адресуется вашим близким и любимым.

Основная часть: теоретический блок (20 минут)

Конфликты, возникающие по любым причинам, протекают особенно остро, если стороны не владеют элементарными навыками партнерского общения. Выбор стиля общения во многом предопределяет возможность партнеров понимать друг друга.

Способы ведения разговора, стимулирующие конфликт, негативные переживания, такие, как злость, протест, раздражение, принято называть «барьерами общения». К ним относятся:

1. Негативные оценки и ярлыки (оскорбления): «Ты все врешь!», «ты не можешь понять элементарного», «не твоего ума дело» и пр. Негативные оценочные высказывания провоцируют противодействие, желание партнера противостоять.

2. Советы: «Мой тебе совет, сделай, как я сказал», «Не советую тебе меня злить» и др. Совет следует давать только в тех случаях, когда вас об этом просят, в других случаях совет вызывает у партнера чувство протеста.

3. Вопросы (на которые не нужно отвечать или невозможно ответить): «Что ты здесь делаешь?», «Кто ты такой?», «Ты в своем уме?». Любой вопрос предполагает ответ, но эти вопросы ответа не требуют, предполагается, что сам партнер поймет, как вы злы, обижены, волнуетесь. В ситуации конфликта партнер вряд ли захочет понять ваше состояние и, вероятнее всего, попытается прекратить разговор вопросами, например: «А твое какое дело?»

4. Приказы: «Прекрати меня злить!», «Замолчи!», «Прекрати плакать!». Конфликт может быть разрешен, если партнеры в общении демонстрируют равенство или уважение. Человек, отдающий приказы, тем самым демонстрирует превосходство, право распоряжаться, что вызывает чувство протеста и желание оспорить приказ.

5. Обобщения, глобальные выводы из единичных случаев: «Меня никто не любит», «Ты никогда не моешь посуду», «Ничего хорошего в жизни я не видела» и т.п. Сильные эмоции заставляют человека делать поспешные выводы. Подобные обобщения чаще всего неверны, партнер обязательно вспомнит, как он мыл хоть когда-нибудь посуду по собственной инициативе, что в вашей совместной жизни были и любовь, и добро.

6. Ирония, язвительность: «Ну ты у меня и герой!», «Ты просто писаная красавица». В ситуации конфликта ирония и язвительность могут обидеть партнера, будут восприниматься как оскорбление.

Нарушают отношения и осложняют ситуацию и перебивание, настаивание на собственной правоте, упреки, выдвижение ультиматума. На эти и другие «барьеры общения» люди реагируют весьма эмоционально, и чаще всего эти эмоции носят негативный характер. Основное правило эффективного общения – это открытое выражение желаний и чувств, уважение к желаниям и чувствам партнера.

Упражнение «Опоздание» (20 минут)

Цель: овладение навыками конструктивного взаимодействия.

Оборудование: стандартные листы бумаги у членов группы и написанные на ватмане «барьеры общения».

Ведущий зачитывает группе ситуацию: Ваша хорошая подруга уже давно потеряла работу, денег в ее семье явно не хватает. И вот в организации, где выработаете, появилась вакансия. Очень неплохие деньги платят за элементарную работу, с которой подруга легко бы справилась. Вы переговорили с начальником, рекомендовали подругу как добросовестную, исполнительную женщину. Начальник пригласил ее на собеседование к 12 часам.

В 12 часов у дверей кабинета начальника подруги не было. Она не пришла и в 15 минут первого. В половине первого появляется подруга, и вы ей говорите...

После того как ситуация представлена, ведущий просит участников группы написать то, что они бы сказали подруге в такой ситуации. Варианты реагирования зачитываются по кругу, анализируются и прикрепляются к соответствующему «барьеру». На следующем этапе участники группы совместно формулируют целесообразное реагирование.

Вариант реагирования: «Вчера мы договорились встретиться с тобой в 12 часов. Сейчас мои часы показывают половину первого. Договорившись об этой работе для тебя, я радовалась тому, что смогу тебе помочь. Когда я поняла, что ты опаздываешь, я разозлилась, затем начала волноваться, думала, что случилось какое-то несчастье. Сейчас я чувствую усталость и переживаю по поводу того, что подумает обо мне начальник в связи с данной тебе рекомендацией. Поэтому я бы хотела, чтобы ты сама объяснила начальнику причину опоздания; и если он тебя возьмет, прошу впредь быть пунктуальной у нас на работе».

В обсуждении проанализировать, почему «барьеры» первыми приходят в голову. В скрытой или открытой форме легче понять чувства?

Упражнение «Конфликты» (15 минут)

Цель: помочь участникам группы научиться выражать свои чувства посредством «Я-высказывания».

Группа делится на пары, один участник из пары обвиняет в чем-то другого, создавая ситуацию конфликта. Второй участник реагирует тремя разными способами:

- оправдывается и извиняется (с позиции «жертвы»);
- использует «Ты-высказывания» для ответных обвинений;
- использует «Я-высказывания» по схеме.

Общая схема проговаривания в рамках этого приема такова: Событие – Реакция – Причина.

Затем участники меняются ролями и придумывают новую ситуацию и варианты решений. В обсуждении участники анализируют критерии соответствия поведения заявленной позиции, правильность использования приема «Я-высказывания».

Рефлексия (15 минут)

Участники оценивают занятие в двух аспектах: эмоциональном (понравилось / не понравилось) и смысловом (было ли это важно для вас, чему-нибудь научились, что запомнилось больше всего?)

Прощание: упражнение «АХ-ХА»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Участники группы делятся на пары; в каждой паре партнеры становятся друг напротив друга. Один делает энергичный шаг вперед и одновременно выставляет перед грудью согнутую в локте руку, произнося при этом громкое «ХА!». В звук надо вложить всю свою силу и мощь, сохраняя при этом спокойствие. Партнер, стоящий напротив, демонстрирует движение пассивного начала, делает шаг назад, разводя руки в сторону, произнося при этом громкое «АХ!». Так несколько раз, меняясь ролями.

В обсуждении следует проанализировать физические и эмоциональные реакции, испытываемые в разных ролях.

Занятие 8: «Анализ и разрешение конфликтных ситуаций»

Цель: изучить причины конфликтных ситуаций и рассмотреть возможные пути их разрешения.

Приветствие: упражнения: «Я тебя понимаю» (15 минут)

Цель: разминка, улучшение атмосферы в группе.

Инструкция: Психолог дает возможность каждому участнику выбрать себе партнера. Участники в течение 3-4 мин. в устной форме описывают состояние друг друга: настроение, чувства, желания в данный момент. Тот, чье состояние описывает партнер, должен или подтвердить правильность предположений, или опровергнуть их. Работа может происходить как в парах, так и в общем круге.

Основная часть: Упражнение «Золушка» (20 минут)

Цель: снятие эмоционального напряжения, эмоциональная разрядка, а также тренировка умения взглянуть на ситуацию с различных точек зрения.

Инструкция: у участников есть возможность выступить свидетелями событий, происходящих в сказке «Золушка». Членам группы будут розданы карточки, в которых указано, в какой роли они являлись участниками событий, происходящих в сказке. После того как карточки будут розданы, участники в течение 3 минут готовят рассказ, в

котором от имени действующего лица (мачехи, сестер, Золушки, отца, принца, дамы, короля и др.) дается описание и оценка ситуации.

В обсуждении следует обратить внимание на то, что у участников или свидетелей конфликта есть собственная картина и представления о целесообразности тех или иных действий.

Теоретический блок (10 минут):

Общие рекомендации по разрешению конфликтных ситуаций.

– признать существование конфликта, то есть признать наличие у участников противоположных целей и методов;

– признать необходимость проведения переговоров, договорившись заранее (по телефону) и продумав, есть ли возможность решения конфликта без посредников;

– заранее определить круг вопросов, составляющих предмет конфликта;

– на этом же этапе определить, что в вашем восприятии предмета конфликта – домысли, а что – конкретные факты;

– постараться посмотреть на предмет конфликта неэмоционально;

– занять позицию оппонента, представить, как конфликт видит он;

– определить для себя, на какой компромисс вы готовы и что может быть целью переговоров;

– открытое общение – это основное условие конструктивного разрешения конфликтной ситуации.

Таким образом, первое условие – выслушать и продемонстрировать слушание, получить как можно больше информации. В обсуждении конфликта желательно выяснить, как каждый понимает проблему, признать, что ваши действия и поступки могли привести к конфликту. Далее необходимо прояснить: соответствует ли поведение каждого участника сложившейся ситуации; как можно наиболее лаконично и полно изложить общую проблему, отметить вопросы, в которых участники конфликта либо расходятся, либо солидарны и понимают друг друга.

Упражнение «Разбор конфликтных ситуаций» (40 минут)

Цель: анализ конфликтных ситуаций и выработка навыков по их эффективному разрешению.

I этап.

В течение 10 минут каждый участник группы на листе бумаги описывает какую-либо конфликтную ситуацию. Это может быть ситуация, которую он пережил сам или в которой участвовали его знакомые.

II этап.

Группа делится на подгруппы по 3-4 человека. В подгруппах каждый участник по очереди зачитывает ситуацию. В ходе обсуждения участники микрогруппы предлагают варианты выхода из анализируемой ситуации, выбирают наиболее эффективный вариант. На этом же этапе микрогруппа выбирает наиболее сложную, на их взгляд, конфликтную ситуацию.

III этап.

Каждая микрогруппа по очереди предлагает свою ситуацию для общего обсуждения. В наиболее проблемных случаях желательно ситуации разыграть. В разыгрывании целесообразно участие человека, предложившего ситуацию. Его партнером может быть любой участник группы.

Рефлексия:

Участники оценивают занятие в двух аспектах: эмоциональном (понравилось / не понравилось) и смысловом (было ли это важно для вас, чему-нибудь научились, что запомнилось больше всего?)

Прощание: психолог благодарит всех за работу и прощается с участниками.

Занятие 9. «Подведение итогов»

Цель: обобщение полученных знаний и навыков, эмоциональная рефлексия.

Приветствие: упражнение «Оправдание» (15 минут)

Цель: упражнение направлено на снятие стереотипов восприятия и действий, развитие понимания партнера. Участники оправдывают свои странные позы и действия. По очереди предъявляют их и по очереди оправдывают. Ведущий обращается к участникам: «Оправдайте крик, прыгание на одной ножке, чесание за ухом, кривую физиономию, высунутый язык, кривую позу, странные вопросы и ответы». Оправдание должно быть «чистой правдой». В конце все дружно оправдывают свое участие в группе.

Основная часть:

Упражнение «Если бы... я стал бы...» (25 минут)

Цель: выработка навыков быстрого реагирования на конфликтную ситуацию.

Упражнение происходит по кругу: один участник ставит условие, в котором оговорена некоторая конфликтная ситуация. К примеру: «Если бы меня обсчитали в магазине...» Следующий, рядом сидящий, продолжает (заканчивает) предложение. К примеру: «...Я стал бы требовать жалобную книгу». Целесообразно провести это упражнение в несколько этапов, в каждом из которых принимают участие все присутствующие, после чего следует обсуждение. Ведущий отмечает, что как конфликтные ситуации, так и выходы из них могут повторяться.

Ролевая игра (время неограниченно):

Цель: закрепление полученного опыта.

Каждый участник по очереди рассказывает про конфликт, свидетелем или участником которого он был когда-то. Этот рассказ должен послужить сценарием дальнейшей ролевой игры, в которой должны принимать участие присутствующие. Рассказчик может быть не только сценаристом и режиссером ролевой игры, делать несколько дублей и т.д. Участникам представляется максимум свободы. Со стороны ведущего должно быть лишь одно условие: каждый конфликт должен закончиться благополучно, компромиссом.

Подведение итогов. Прощание. Упражнение «Я рад общаться с тобой». Психолог предлагает одному из учащих протянуть руку кому-нибудь из ребят со словами: «Я рад общаться с тобой!». Тот, кому протянули руку, берет за нее и протягивает свободную руку другому участнику, произнеся эти же слова. Так постепенно по цепочке все берутся за руки, образуя круг. Завершает упражнение, психолог словами: «Ребята, я рада с вами общаться!».

Благодарит за участие в программе. Подведение итогов работы группы. Обобщение теоретического материала, даваемого по ходу всех занятий. Разбор вместе с участниками группы их впечатлений от проведенных занятий, ответы на возникшие у них вопросы, подведение итогов совместной работы.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки

Таблица 4.1 – Результаты теста-опросника на определение уровня самооценки
С.В. Ковалева после реализации программы

Испытуемый №	Балл	Уровень самооценки
1	44	Средний
2	45	Средний
3	34	Средний
4	47	Низкий
5	17	Высокий
6	35	Средний
7	86	Низкий
8	25	Высокий
9	20	Высокий
10	30	Средний
11	80	Низкий
12	43	Средний
13	24	Высокий
14	18	Высокий
15	31	Средний
16	43	Средний
Итого: 31 % - высокий уровень, 50 % - средний уровень, 19 % - низкий уровень		

Таблица 4.2 – Результаты теста В.Ф. Ряховского «Самооценка конфликтности» после
реализации программы

Испытуемый №	Балл	Степень конфликтности
1	55	Выше нормы
2	60	Выше нормы
3	20	Ниже нормы
4	49	Норма
5	58	Выше нормы
6	34	Норма
7	39	Норма
8	33	Норма
9	59	Выше нормы
10	43	Норма
11	51	Выше нормы
12	52	Выше нормы
13	47	Норма
14	62	Высокая
15	40	Норма
16	35	Норма

Продолжение таблицы 4.2

Итого: 0 % - низкая степень, 6 % - ниже нормы, 50 % - норма, 38 % - выше нормы, 6 % - высокая степень

Таблица 4.3 – Результаты методики на выявление ведущего стиля поведения в конфликтной ситуации К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной) после реализации программы

№ испытуемого	Баллы, соперничество	Баллы, сотрудничество	Баллы, компромисс	Баллы, избегание	Баллы, приспособление	Преобладающий тип
1	5	5	9	4	7	Компромисс
2	4	5	8	7	6	Компромисс
3	6	10	8	4	2	Сотрудничество
4	3	6	8	9	4	Избегание
5	8	6	7	5	4	Соперничество
6	6	7	9	5	3	Компромисс
7	4	5	7	6	8	Приспособление
8	6	8	7	5	4	Сотрудничество
9	9	5	7	5	4	Соперничество
10	7	9	7	3	4	Сотрудничество
11	2	6	10	4	8	Компромисс
12	5	6	6	5	8	Приспособление
13	4	10	9	4	3	Сотрудничество
14	6	9	8	4	3	Сотрудничество
15	5	6	7	4	8	Приспособление
16	4	8	5	9	4	Избегание
Итого: 12,5 % - соперничество, 31 % - сотрудничество, 25 % - компромисс, 12,5 % - избегание, 19 % - приспособление						

Расчет Т-критерия Вилкоксона

1. Расчет Т-критерия Вилкоксона при сопоставлении показателей на этапе констатирующего и формирующего эксперимента по тесту-опроснику «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева.

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака.

Первый шаг в подсчете Т-критерия – вычитание каждого индивидуального значения «после» из значения «до».

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае $n = 16$). Вышеуказанные шаги производится в таблице 4.4.

Таблица 4.4 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по тесту-опроснику «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева, ранговые номера

До измерения, Т «до»	После измерения, Т «после»	Разность (Т «после» – Т «до»)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
51	44	-7	7	12
83	45	-38	38	16
30	34	4	4	9
49	47	-2	2	4
16	17	1	1	1,5
32	35	3	3	7
95	86	-9	9	13
45	25	-20	20	15
23	20	-3	3	7
27	30	3	3	7
86	80	-6	6	11
54	43	-11	11	14
29	24	-5	5	10
19	18	-1	1	1,5
29	31	2	2	4
41	43	2	2	4
Сумма:				136

Сформулируем гипотезы:

H0: Интенсивность сдвигов показателей самооценки в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

H1: Интенсивность сдвигов показателей самооценки в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

Примечание: следует учитывать, что высокий уровень самооценки по тесту-опроснику «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева соответствует низким баллам, поэтому чем выше баллы, тем ниже уровень самооценки.

Таким образом, мы видим, что положительных сдвигов – 6, отрицательных – 10. Из этого делаем вывод, что после реализации программы баллы самооценки уменьшились, а значит, уровень самооценки у студентов стал выше.

Сумма по столбцу рангов равна $\sum = 136$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы: $\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+16)16}{2} = 136$

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

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

$$T_{\text{эмп}} = \sum_{i=1}^n R_i = 9+1,5+7+7+4+4=32,5$$

По таблице критических значений находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для $n = 16$:

$$T_{\text{кр}} = 23 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}} = 35 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево.

Эмпирическое значение Т попадает в зону неопределенности: $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}(0,05)$.

Гипотеза Н1 принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

2. Расчет Т-критерия Вилкоксона при сопоставлении показателей на этапе констатирующего и формирующего эксперимента по тесту «Самооценка конфликтности» В.Ф. Ряховского.

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака.

Первый шаг в подсчете Т-критерия – вычитание каждого индивидуального значения «после» из значения «до».

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае $n = 16$). Вышеуказанные шаги производится в таблице 4.5.

Таблица 4.5 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по тесту «Самооценка конфликтности» В.Ф. Ряховского, ранговые номера

До измерения, Т «до»	После измерения, Т «после»	Разность (Т «после» – Т «до»)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
56	55	-1	1	2,5
66	60	-6	6	13
17	20	3	3	11
52	49	-3	3	11
60	58	-2	2	7
31	34	3	3	11
39	39	0	0	-
31	33	2	2	7
61	59	-2	2	7
45	43	-2	2	7
51	51	0	0	-
53	52	-1	1	2,5
48	47	-1	1	2,5
63	62	-1	1	2,5
42	40	-2	2	7
35	35	0	0	-
Сумма:				91

Сформулируем гипотезы:

H₀: Интенсивность сдвигов показателей конфликтности в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

H₁: Интенсивность сдвигов показателей конфликтности в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

Нулевые сдвиги при расчете не учитываем.

$$n=16-3=13$$

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma = 91$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы: $\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+13)13}{2} = 91$

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

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

$$T_{\text{эмп}} = \sum_{i=1}^n R_i = 11+11+7=29$$

По таблице критических значений находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для $n = 13$:

$$T_{\text{кр}} = 12 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 21 (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево.

Эмпирическое значение T попадает в зону незначимости: $T_{эмп} > T_{кр} (0,05)$.

Гипотеза H_1 принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

3. Расчет T -критерия Вилкоксона при сопоставлении показателей на этапе констатирующего и формирующего эксперимента по методике «Выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации» К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной), стиль «Сотрудничество»

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака.

Первый шаг в подсчете T -критерия – вычитание каждого индивидуального значения «после» из значения «до».

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае $n = 16$). Вышеуказанные шаги производятся в таблице 4.6.

Таблица 4.6 – Расчет T -критерия Вилкоксона по методике «Выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации» К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной), стиль «Сотрудничество»

До измерения, T «до»	После измерения, T «после»	Разность (T «после» – T «до»)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
6	5	-1	1	3
4	5	1	1	3
10	10	0	0	-
5	6	1	1	3
6	6	0	0	-
7	7	0	0	-
6	5	-1	1	3
8	8	0	0	-
4	5	1	1	3
9	9	0	0	-
6	6	0	0	-
6	6	0	0	-
10	10	0	0	-
9	9	0	0	-
6	6	0	0	-

Продолжение таблицы 4.6

8	8	0	0	-
Сумма:				15

Мы видим из таблицы, что 3 полученных разностей – положительные и 2 – отрицательные. Мы столкнулись с тем случаем, когда уже сейчас нельзя сформулировать статистическую гипотезу, соответствующую первоначальному предположению исследователя. Предполагалось, что после эксперимента показатели увеличатся. Экспериментальные данные свидетельствуют, что в 3 случаях из 5 этот показатель увеличился. Можно сформулировать лишь гипотезу, предполагающую несущественность сдвига этого показателя в сторону увеличения.

Сформулируем гипотезы:

H₀: Интенсивность сдвигов показателей «Сотрудничество» в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

H₁: Интенсивность сдвигов показателей «Сотрудничество» в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

Нулевые сдвиги при расчете не учитываем.

$$n=16-11=5$$

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma = 15$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы: $\Sigma x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+5)5}{2} = 15$

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

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

$$T_{\text{эмп}} = \sum_{i=1}^n R_i = 3+3=6$$

По таблице критических значений находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=5:

$$T_{\text{кр}} = 0 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}} = 0 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево.

Эмпирическое значение T попадает в зону незначимости: $T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}}(0,05)$.

Гипотеза H₁ принимается. Интенсивность положительного сдвига показателя превышает интенсивность отрицательного сдвига ($p < 0,05$).

4. Расчет Т-критерия Вилкоксона при сопоставлении показателей на этапе констатирующего и формирующего эксперимента по методике «Выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации» К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной), стиль «Компромисс»

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака.

Первый шаг в подсчете Т-критерия – вычитание каждого индивидуального значения «после» из значения «до».

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае $n = 16$). Вышеуказанные шаги производится в таблице 4.7.

Таблица 4.7 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по по методике «Выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации» К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной), стиль «Компромисс»

До измерения, Т «до»	После измерения, Т «после»	Разность (Т «после» – Т «до»)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
7	9	2	2	8,5
6	8	2	2	8,5
8	8	0	0	-
8	8	0	0	-
7	7	0	0	-
9	9	0	0	-
6	7	1	1	3,5
6	7	1	1	3,5
8	7	-1	1	3,5
7	7	0	0	-
8	10	2	2	8,5
5	6	1	1	3,5
11	9	-2	2	8,5
8	8	0	0	-
8	7	-1	1	3,5
4	5	1	1	3,5
Сумма:				55

Мы видим из таблицы, что 7 полученных разностей – положительные и 3 – отрицательные. Мы столкнулись с тем случаем, когда уже сейчас нельзя сформулировать статистическую гипотезу, соответствующую первоначальному предположению исследователя. Предполагалось, что после эксперимента показатели увеличатся, а экспериментальные данные свидетельствуют, что в 3 случаях из 10 этот показатель

действительно уменьшился. Можно сформулировать лишь гипотезу, предполагающую несущественность сдвига этого показателя в сторону увеличения.

Сформулируем гипотезы:

H₀: Интенсивность сдвигов показателей «Компромисс» в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

H₁: Интенсивность сдвигов показателей «Компромисс» в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

Нулевые сдвиги при расчете не учитываем.

$$n=16-6=10$$

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma = 55$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы: $\Sigma x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+10)10}{2} = 55$

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

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

$$T_{\text{эмп}} = \sum_{i=1}^n R_i = 3,5 + 8,5 + 3,5 = 15,5$$

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

$$T_{\text{кр}} = 5 \quad (p \leq 0,01)$$

$$T_{\text{кр}} = 10 \quad (p \leq 0,05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево.

Эмпирическое значение T попадает в зону неопределенности: $T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}}(0,05)$.

Гипотеза H₁ принимается. Интенсивность положительного сдвига показателя превышает интенсивность отрицательного сдвига ($p < 0,05$).

5. Расчет T-критерия Вилкоксона при сопоставлении показателей на этапе констатирующего и формирующего эксперимента по методике «Выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации» К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной), стиль «Избегание»

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака.

Первый шаг в подсчете T-критерия – вычитание каждого индивидуального значения «после» из значения «до».

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае $n = 16$). Вышеуказанные шаги производится в таблице 4.8.

Таблица 4.8 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по по методике «Выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации» К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной), стиль «Избегание»

До измерения, Т «до»	После измерения, Т «после»	Разность (Т «после» – Т «до»)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
4	4	0	0	4
8	7	-1	1	-
4	4	0	0	4
10	9	-1	1	-
5	5	0	0	4
6	5	-1	1	-
7	6	-1	1	-
5	5	0	0	4
5	5	0	0	4
4	3	-1	1	-
4	4	0	0	-
6	5	-1	1	4
4	4	0	0	-
4	4	0	0	-
5	4	-1	1	4
9	9	0	0	-
Сумма:				28

Сформулируем гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов показателей «Избегание» в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

H_1 : Интенсивность сдвигов показателей «Избегание» в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

Нулевые сдвиги при расчете не учитываем

$$n=16-9=7$$

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma = 28$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы: $\Sigma x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+7)7}{2} = 28$

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

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

$$T_{\text{эмп}} = \sum_{i=1}^n R_i = 4+4+4+4+4+4+4 = 28$$

По таблице критических значений находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для $n = 7$:

$$T_{\text{кр}} = 0 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}} = 3 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево.

Эмпирическое значение Т попадает в зону незначимости: $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}} (0,05)$.

Гипотеза H_0 принимается. Показатели после эксперимента не превышают значения показателей до опыта.

6. Расчет Т-критерия Вилкоксона при сопоставлении показателей на этапе констатирующего и формирующего эксперимента по методике «Выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации» К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной), стиль «Приспособление»

Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака.

Первый шаг в подсчете Т-критерия – вычитание каждого индивидуального значения «после» из значения «до».

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае $n=16$). Вышеуказанные шаги производится в таблице 4.9.

Таблица 4.9 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по по методике «Выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации» К. Томаса, Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной), стиль «Приспособление»

До измерения, Т «до»	После измерения, Т «после»	Разность (Т «после» – Т «до»)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
9	7	-2	2	6
7	6	-1	1	2,5
2	2	0	0	-
5	4	-1	1	2,5
4	4	0	0	-

Продолжение таблицы 4.9

3	3	0	0	-
8	8	0	0	-
4	4	0	0	-
4	4	0	0	-
3	4	1	1	2,5
10	8	-2	2	6
8	8	0	0	-
3	3	0	0	-
2	3	1	1	2,5
4	8	4	4	8
6	4	-2	2	8
Сумма:				36

Сформулируем гипотезы:

H0: Интенсивность сдвигов показателей «Приспособление» в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

H1: Интенсивность сдвигов показателей «Приспособление» в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

Нулевые сдвиги при расчете не учитываем.

$$n=16-8=8$$

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma = 36$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы: $\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+8)8}{2} = 36$

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

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

$$T_{\text{эмп}} = \sum_{i=1}^n R_i = 2,5 + 2,5 + 8 = 13$$

По таблице критических значений находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=8:

$$T_{\text{кр}} = 1 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}} = 5 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево.

Эмпирическое значение T попадает в зону незначимости: $T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}} (0,05)$.

Гипотеза H1 принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки в практику

Таблица 5.1 – Содержание технологической карты внедрения результатов исследования формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки в практику

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
1	2	3	4	5	6	7
I этап: Целеполагание внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки						
1.1. Изучить документацию по предмету научного исследования.	Изучение нормативной документации, ФЗ и Законов РФ, Постановлений Правительства РФ в области темы исследования.	Обсуждение, изучение, анализ и синтез, обобщение, наблюдение.	Самостоятельная работа. Консультация с научным руководителем.	1	Сентябрь	Психолог, Администрация ОУ
1.2. Поставить цели внедрения предмета научного исследования.	Выдвижение и обоснование целей внедрения программы.	Обсуждение, целеполагание, анализ материалов по теме внедрения программы.	Консультация с научным руководителем. Построение «Дерева целей».	1	Октябрь	Психолог, Администрация ОУ

Продолжение таблицы 5.1

1.3. Разработать этапы внедрения предмета научного исследования.	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности.	Наблюдение, беседа, анализ.	Самостоятельная работа. Консультация с научным руководителем.	1	Ноябрь	Психолог, Администрация ОУ
1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения предмета научного исследования.	Анализ уровня подготовленности педагогического коллектива к внедрению инноваций, анализ работы по теме внедрения, подготовка методической базы.	Анализ, синтез, целеполагание. Обсуждение.	Педагогический совет. Самостоятельная работа.	1	Ноябрь	Психолог, Администрация ОУ
II этап: Формирование положительной психологической установки на внедрение программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.						
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации ОУ.	Формирование готовности внедрения программы. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения.	Анализ, наблюдение, обобщение.	Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения программы. Индивидуальные и групповые консультации с педагогами.	3	Декабрь	Психолог, Администрация ОУ

Продолжение таблицы 5.1

2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у всего педагогического коллектива ОУ.	Пропаганда уже имеющегося передового опыта внедрения по проблеме исследования в других подобных ОУ.	Обсуждение, беседы, сравнение	Семинары, презентационные встречи, конференции.	5	Январь	Психолог, Администрация ОУ
2.3. Сформировать ценность внедрения инновационной технологии в образовательный процесс.	Продвигать передовой опыт по внедрению инновационных технологий вне образовательной деятельности и популяризировать значимость для системы образования.	Метод проблемных технологий обсуждение, беседа.	Педсовет, беседы, консультации с научным руководителем, тренинги.	5	Январь	Психолог, Администрация ОУ
III этап: Изучение предмета внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.						
3.1. Изучить необходимые материалы и документы по внедрению предмета научного исследования	Изучение материалов и документов о предмете внедрения инновационной программы.	Самоанализ, обобщение, изучение, определение понятий.	Семинары, круглый стол, работа с необходимыми документами по предмету внедрения.	1	Февраль	Психолог

Продолжение таблицы 5.1

3.2. Изучить сущность предмета внедрения.	Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов.	Анализ, обобщение, синтез, определение понятий.	Семинары, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности).	1	Февраль	Психолог, Администрация ОУ
3.3. Изучить методику внедрения предмета научного исследования.	Освоение системного подхода в работе над темой.	Анализ, обобщение.	Семинары, тренинги.	1	Март	Психолог, Администрация ОУ
IV этап: Опережающее освоение предмета внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.						
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы.	Определение состава инициативной группы, обеспечение организационной работы.	Наблюдение, анализ, инструктаж.	Тренинги, консультирование, собеседование.	3	Апрель	Психолог, Администрация ОУ
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущих этапах.	Изучение теории предмета внедрения, методики внедрения.	Самообразование, обсуждение, дискуссии.	Работа с информационными источниками, круглый стол, тренинги.	1	Май	Психолог, Администрация ОУ

Продолжение таблицы 5.1

4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения Программы.	Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной Программы.	Рефлексия, контроль, анализ документации, экспертная оценка.	Собрание, семинары.	1	Июнь	Психолог, Администрация ОУ
4.4. Проверить методику внедрения Программы.	Работа инициативной группы по новой методике.	Наблюдение, изучение, анализ, контроль.	Посещение занятий.	5	Июль	Психолог, Администрация ОУ
V этап: Фронтальное освоение предмета внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.						
5.1. Мобилизовать коллектив проекта на внедрение инновационной Программы.	Анализ работы инициативной группы по внедрению Программы.	Демонстрация результата, лекция, отчетная деятельность.	Тренинги	1	Август	Психолог, Администрация ОУ, инициативная группа по внедрению.
5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе.	Обновление знаний о предмете внедрения Программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения.	Упражнения, самоанализ, беседа, дискуссии.	Консультации, семинар, практикум, обмен опытом.	1	Август	Психолог, Администрация ОУ
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной Программы.	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы.	Анализ, обсуждение, наблюдение, проверка.	Тренинги, круглый стол.	1	Сентябрь	Психолог, Администрация ОУ

Продолжение таблицы 5.1

5.4. Освоить всем коллективом предмет внедрения.	Фронтальное освоение программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.	Самоанализ, рефлексия, обмен опытом, корректировка.	Консультации, практические занятия, наставничество.	3	Октябрь	Психолог, Администрация ОУ
VI этап: Совершенствование работы по теме формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.						
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущих этапах.	Совершенствование знаний и умений по системному подходу.	Лекции, беседа, инструктаж.	Конференция, обмен опытом, корректировка методики.	1	Ноябрь	Психолог, Администрация ОУ
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы.	Анализ зависимости конечного результата от создания условий для внедрения программы.	Анализ, наблюдение, отчетная деятельность.	Собрания, обсуждения, доклад.	1	Ноябрь	Психолог, Администрация ОУ
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы.	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы.	Самоанализ, методическая работа, контроль.	Посещение занятий, методическая работа.	3	Декабрь	Психолог, Администрация ОУ
VII этап: Распространение передового опыта освоения внедрения программы формирования конструктивных стратегий конфликтного поведения студентов с низким уровнем самооценки.						
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии.	Изучение и обобщение опыта работы в различных проектах по инновационным технологиям.	Анализ, синтез, обобщение.	Посещение занятий, обмен опытом.	5	Январь	Психолог, Администрация ОУ

Продолжение таблицы 5.1

7.2. Осуществить наставничество над другими образовательными учреждениями, которые приступают к внедрению программы.	Обучение психологов и педагогов других ОУ работе по внедрению Программы.	Иллюстрация, демонстрация, беседа, инструктаж	Семинары, презентационные встречи, наставничество	5	Январь – февраль	Психолог, Администрация ОУ
7.3. Осуществить популяризацию передового опыта по внедрению программы.	Популяризация внедрения программы в регионе.	Лекция, беседа, демонстрация.	Участие в конференциях, конгрессах, написание статей.	3	Февраль – март	Психолог, Администрация ОУ
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившееся на предыдущих этапах.	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы.	Рефлексия, беседа, дискуссия.	Семинары, научная деятельность.	3	Апрель	Психолог, Администрация ОУ