



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

**Психолого-педагогическая коррекция конфликтного поведения
подростков**

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата

«Психология образования»

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

65,11 % авторского текста

Работа _____ к защите
рекомендована/не рекомендована

«11» июня 2025 г.

зав. кафедрой ТиПП

Батен Батенова Ю.В.

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-522-099-5-1

Аверина Ангелина Александровна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент, доцент кафедры ТиПП

Капитанец Елена Германовна

Челябинск
2025

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ	8
1.1 Проблема конфликтного поведения в психолого-педагогической литературе	8
1.2 Особенности конфликтного поведения подростков.....	14
1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков	24
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ.....	33
2.1 Этапы, методы и методики исследования	33
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования	38
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ	45
3.1 Программа психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.....	45
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования	56
3.3 Рекомендации педагогам и родителям по коррекции конфликтного поведения подростков.....	61
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	66
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	68
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики конфликтного поведения подростков	76

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты диагностики конфликтного поведения подростков	85
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков	88
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования конфликтного поведения подростков	97

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Значимость психолого-педагогического вмешательства в процессы исправления конфликтующих тенденций у подростков подчеркивается увеличивающимися вызовами среды, с которыми сталкиваются юноши и девушки на современном этапе развития общества. Фаза юности отмечена значительными психоэмоциональными и социокультурными трансформациями, способными индуцировать противоречия с окружающей социальной средой. Такие проявления конфликтности могут привести к неблагоприятным последствиям, вроде деградации эмоционального благополучия, снижения академических показателей и подростка, а также формированию девиантного поведения.

Актуальные научные работы подтверждают, что применение передовых психолого-педагогических коррекционных методик способствует тому, что молодые люди усваивают техники эффективного разрешения конфликтных ситуаций, развивают коммуникативные навыки для взаимодействия со сверстниками и взрослыми, а также достигают более высокого уровня эмоциональной интеллектуальности. Важнейшими аспектами такой коррекции являются поддержка со стороны педагогов, психологов и родителей, а также внедрение программ, направленных на развитие коммуникативных навыков и эмоционального интеллекта. Таким образом, создание условий для успешной коррекции конфликтного поведения является значимой задачей современного образования и психологии, что подчеркивает необходимость дальнейших исследований и практических разработок в данной области.

Природа возникновения конфликтов, связанных со столкновением разных целей, мнений и принципов людей, на основе которых возникают какие-либо действия, была выявлена еще мыслителями древних времен – Г. Гегелем, А. Смитом, К. Марксом и А. де Токвилем, которые считали, что борьба между противоположностями выступает двигателем всего

живого. Само понятие «конфликт» впервые было использовано Гербертом Спенсером в своей работе «Основания социологии».

Исследованиями конфликтного поведения подростков занимались такие ученые как В.И. Андреев, И.В. Дубровина, Е.М. Дубовская, Т.В. Ковшечникова, Н.А. Козлов, М.М. Рыбаков, Г. Зиммель, К. Боулдинг, Л. Козер и др.

Исходя из актуальности проблемы, мы выбрали тему исследования: «Психолого-педагогическая коррекция конфликтного поведения подростков».

Цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить программу психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

Объект: конфликтное поведение подростков.

Предмет: психолого-педагогическая коррекция конфликтного поведения подростков

Гипотеза: уровень конфликтного поведения изменится при проведении психолого-педагогической коррекции.

Задачи исследования:

1. Изучить проблему конфликтного поведения в психолого-педагогической литературе.
2. Выявить особенности конфликтного поведения у подростков;
3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения.
4. Определить этапы, методы и методики исследования;
5. Дать характеристику выборки и проанализировать результаты исследования.
6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.
7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

8. Разработать рекомендации родителям и педагогам по психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения.

Теоретико-методологическую основу составили исследования фундаментальных положений отечественной психологической и педагогической науки:

– культурно-историческая теория развития личности подростка Л.С. Выготского, получившая дальнейшее развитие в работах А. Асмолова, А.А. Бодалева, Л.И. Божович, В.В. Давыдова, Т.В. Драгуновой, Н.В. Дубровиной, А.В. Захаровой, И.С. Кона, Х. Ремшмидта, Д.И. Фельдштейна, их учеников и последователей;

– теоретические представления о подростковой конфликтности и агрессивности (Л.С. Выготский, В.И. Журавлев, Н.У. Заиченко, Ю.А. Клейберг, Л. Козер, Н.М. Коряк, А.М. Прихожан, А.А. Реан, Я. Щепаньский).

Методы исследования:

1. Теоретические: изучение и анализ психолого-педагогической литературы по проблеме конфликтного поведения подростков, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование.

3. Психодиагностические: методика диагностики тактики поведения в конфликте К. Томаса; методика «Уровень конфликтности личности»; тест «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А.В. Киселева.

4. Методы математической статистики: критерий Вилкоксона.

База исследования: Данное исследование было проведено на базе Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 23 г. Екатеринбурга, Свердловской области», учащиеся 7 «З» класса, в количестве 25 человек. Возраст испытуемых 13-14 лет.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

1.1 Проблема конфликтного поведения в психолого-педагогической литературе

В настоящее время при осуществлении своей деятельности школа является не только образовательным учреждением, но и системой, которая оказывает влияние на развитие и становление характера учащихся. Как объект, который имеет большое количество субъектов, взаимодействующих между собой, образовательная организация становится пространством, на котором с учетом сформированных принципов общения и взаимодействия, образуются связи между группами и конфликты между различными группами.

А.Я. Анцупов и А.И. Шипилов трактуют конфликт как взаимодействие двух или более дивергентных направлений в мышлении одного или нескольких людей, что сопровождается ощущением негативных эмоций [3]. В контексте психологического анализа, Н.И. Леонов выделяет три главных подхода к изучению конфликта: первый подчеркивает его поведенческую сторону, второй акцентируется на восприятии диссонансов, в то время как третий видит в нем форму социального взаимодействия [20].

Первая теоретическая позиция, подчеркивающая значимость поведенческого антагонизма – то есть непосредственных действий противостояния как драк, битв, или военных конфронтации – утверждает, что они являются интегральной частью конфликта. С другими словами, отсутствие физических проявлений противоборства свидетельствует об отсутствии самого конфликта. Согласно этой концепции, конфликт возникает исключительно через акты оппозиции или конфликтующие

действия. Таким образом, любые негативные эмоции или ощущения, вызванные обидами, не квалифицируются как элементы конфликта.

Эта перспектива утверждает, что конфликт возникает при фактическом противостоянии интересов, амбиций и мотиваций. Ясно, что разнообразие взглядов может привести к коллизиям. Индивиды, различающиеся в стремлениях, убеждениях, восприятии методов достижения своих амбиций, в планах и жизненных принципах, представляют собой возможных агентов конфликта. Тем не менее, люди могут сохранять совершенно противоположные позиции, стремления и цели, однако при этом не перейти к вражде, борьбе или агрессии. Внешнее проявление таких разногласий обуславливает их общественную важность. Другими словами, люди могут занимать противоположенные позиции, но при этом демонстрировать взаимное уважение, стремиться к пониманию и поиску общих оснований, или же могут вступить в конфликт до полной победы одной из сторон, даже если для этого нет достаточных причин.

Третья концепция акцентирует внимание не столько на социальных диссонансах, сколько на персональном восприятии этих диссонансов и отношении к ним. В рамках этого подхода конфликт воспринимается как субъективно ощущаемое противоречие между действиями или целями. Зачастую именно субъективное ощущение несовместимости препятствует людям рассматривать конфликтную ситуацию как проблему, требующую решения, в результате чего их внимание фокусируется на ее непреодолимости [27, с. 37].

А.В. Степанова предлагает следующее толкование понятия конфликта: его можно воспринимать как взаимоотношения между участниками социального взаимодействия, отмеченные взаимным противостоянием, которое возникает на фоне разногласий в мотивациях, включающих различные потребности, цели, убеждения, а также в оценках и мнениях участников [51, с. 283]. М.М. Кашапов раскрывает конфликт как ключевой аспект взаимоотношений в обществе, выделяя его как форму

взаимодействия между лицами или группами, чья мотивация противоречит общепринятым ценностям, нормам, а также их личным интересам и потребностям [13, с. 55].

Согласно концепции М. Э. Аззиевой, конфликт определяется как двухполярный процесс, характеризующийся активным стремлением участников устранять разногласия [1]. В своем подходе А. Б. Белинская акцентирует на динамичной природе конфликта, описывая его как взаимодействие между сторонами, которое не может продолжаться в своем первоначальном состоянии без взаимного влияния и модификации действий, подчеркивая необходимость организованного решения. Таким образом, конфликт выступает в качестве сложного взаимодействия, требующего активных действий для изменения первоначальной динамики [6].

В работе В.А. Семенова конфликт описывается как высшая стадия выражения значительных противоречий, которые возникают в процессе общения между сторонами. Он характеризуется активным сопротивлением участников, которое обычно сопровождается отрицательными эмоциональными переживаниями [47, с. 48]. Таким образом, основные атрибуты конфликта, согласно этому определению, включают в себя не только противоборство сторон, но и негативные эмоциональные реакции.

В заключение, кратко изложим, что конфликт интерпретируется как противостояние различных, иногда взаимоисключающих сил – идеалов, стремлений, точек зрения, амбиций, стоек взаимодействующих субъектов. Распространёнными являются две концепции. Первая широко определяет конфликт как противоборство между агентами, их взглядами и могуществом, указывая на возможность такого противостояния даже в абиотической природе, о чём говорили философы античности. Вторая концепция воспринимает конфликт как диалог антагонистических целей, желаний, установок, мнений и перспектив участников взаимодействия. В психологическом аспекте, конфликт рассматривается как сложное для

разрешения противоречие, сопровождающееся глубокими эмоциональными состояниями.

Возвращаясь к теме настоящего исследования, отметим, что проблема конфликтного поведения среди современных школьников в настоящее время становится все более значимой и актуальной. Напряженный характер современной ситуации развития общества, увеличение интеллектуальной и эмоциональной нагрузки на школьников в образовательном процессе, пагубное влияние Интернета и компьютерных игр, высокий уровень социальной агрессии выступают факторами неадекватного решения собственных проблем современными школьниками.

О.А. Иванова и Н.Н. Суртаева обращает внимание, что конфликтное поведение представляет собой широко распространенное явление в современной образовательной среде, как в начальной, средней, старшей школе, так и на уровне среднего профессионального и высшего образования; выступает методом утверждения своей позиции, как во взаимоотношениях с взрослыми, так и в отношениях со сверстниками [11]. Анализ литературы по проблеме позволил представить следующие определения конфликтного поведения:

– это поведение, цель которого – причинение вреда какому-либо объекту или человеку, возникающее, по мнению представителей психоаналитической ориентации, в результате того, что по разным причинам некоторые первоначальные, врожденные бессознательные побуждения не реализуются, что способствует формированию агрессивной энергии разрушения жизни [31];

– это «действия, в том числе высказывания, направленные на причинение вреда, душевной и физической боли другому существу» [4, с. 8]. Таким образом, отдельные формы поведения человека имеют аналогичные выразительные действия в коммуникативном поведении и речевой деятельности;

– это любая форма поведения, направленная на оскорбление или причинение вреда, физического или психологического ущерба [14].

По утверждению современного исследователя А.Б. Белинская «конфликтное поведение – это результат внутренних и внешних противоречий между потребностью в самоутверждении и возможностью его удовлетворения, между самооценкой и групповой оценкой, между требованиями группы и ее собственными установками, и убеждениями, то есть конфликтное поведение выступает как склонность человека к конфликтному поведению во взаимодействии факторов личности и факторов макросреды» [4, с. 96].

Конфликтность – свойство личности, которое отражает частоту ее вступления в межличностные конфликты. Конфликтность может быть связана с особенностями темперамента, характера, самооценки, а также с уровнем стресса и физического самочувствия.

Согласно исследованиям, Р.А. Ромашов на сегодняшний день принято выделять следующие стратегии конфликтного поведения, представленные в таблице 1 [40]:

Таблица 1 – Стратегии конфликтного поведения

№	Стратегия	Описание
1	2	3
1	Избегание (уклонение)	Представляет собой пассивный стиль поведения в конфликтной ситуации, когда у участника отсутствует стремление как защитить свои интересы, так и принять позицию оппонента. Подобное поведение человека может быть, как осознанным, когда он нарочно избегает конфликта, не признавая его наличия, так и бессознательным, когда конфликтная ситуация действительно существует, однако один из участников по разным причинам не хочет в ней принимать какие-либо участие и, сам не осознавая того, избегает всего, что с этим связано (забывает о встрече с оппонентом, например). Стратегия избегания может быть рациональной лишь в том случае, если человек от избегания конфликта получит реальную выгоду

Продолжение таблицы 1

1	2	3
2	Приспособление (уступок)	Это также форма пассивного сотрудничества между оппонентами. В данном случае один из участников конфликта не стремится отстоять свою точку зрения и достичь поставленной цели. При этом второй партнёр не отказывается от желания защитить свои интересы. Подобное поведение позволяет быстро снизить напряжение и сохранить мирные отношения, однако систематическое использование такой стратегии может восприняться оппонентом как появление слабости, и он возьмёт на себя главенствующую роль, при этом увеличив давление и повысив свои требования. При такой тактике невозможно достичь удовлетворения своих потребностей и желаний
3	Конфронтация (соперничество, доминирование, конкуренция)	Активная стратегия, направленная исключительно на удовлетворение собственных потребностей и интересов, ущемляя при этом другую сторону. Человек, выбирающий такой стиль поведения, вынуждает партнёра пойти на уступки
4	Компромисс	Стратегия демонстрирует предрасположенность партнёров по взаимодействию к взаимным уступкам, при этом их потребности и желания будут удовлетворены лишь частично. Компромисс представляет собой баланс интересов всех сторон. Однако он не может служить постоянным решением конфликта, так как потребности ни одной из сторон не будут удовлетворены целиком, что, в свою очередь, может послужить основой для возникновения новых конфликтов
5	Сотрудничество (интеграция)	Стратегия, направленная на реализацию всех потребностей обоих партнёров. Она возможна лишь при своевременном обнаружении проблемы, выявлении точных причин возникновения конфликтной ситуации (в том числе и скрытых), а также готовности участников конфликта взаимодействовать для достижения общей цели. Основой такого выхода из конфликтных ситуаций является полное признание партнёрами ценности их взглядов и позиций, и наличия интересов у каждого из них

В результате проведенного анализа научно-теоретической литературы по проблеме исследования можно сделать вывод, что конфликтное поведение, в широком смысле, это поведение, направленное на причинение вреда физически или психологически другому существу; в узком смысле, это результат внутренних и внешних противоречий, а также между требованиями группы и собственными установками, и убеждениями личности. Существуют разные стратегии конфликтного поведения: избегание и приспособление (пассивные стили взаимодействия), конфронтация (соперничество, доминирование, конкуренция), компромисс

(стратегия взаимных уступок), сотрудничество (интеграция). Конфликтность – это устойчивая индивидуально-психологическая характеристика личности, проявляющаяся в склонности человека вступать в конфликты, а также в частоте, интенсивности и способах их протекания. Это не просто разовое участие в конфликте, а внутренняя предрасположенность, выражающаяся в определённой манере взаимодействия с окружающими, при которой противоречия и столкновения возникают чаще обычного.

1.2 Особенности конфликтного поведения подростков

Адолесценция, представляющая собой этап трансформации из детства во взрослость, характеризуется сложным процессом развития личностных противоречий, включая баланс между самовосприятием и взаимодействием с значимым социальным окружением, стремление к автономии при одновременной зависимости от чужого мнения, а также разрыв между идеализацией целей и отказом следовать навязанным методам их достижения. Подростки с высоким уровнем эгоцентризма, проявляющие чрезмерную фокусировку на себе, что влечет за собой иллюзию уникальности и переоценку личных достижений, склонны к появлению конфликтных ситуаций, так как завышенная самооценка нередко приводит к столкновениям интересов. В образовательной среде, проблема подростковых конфликтов приобретает особую актуальность, поскольку эмоциональные столкновения и антипатии, провоцируемые чувствами обиды, страха, желанием отомстить, создают неблагоприятную атмосферу и мешают эффективному взаимодействию в классе и школе в целом [41].

Подростковый возраст охватывает промежуток времени между 12 и 15 годами, хотя точные границы могут варьироваться в зависимости от индивидуального развития ребенка. Эта стадия развития является

исключительно сложной и часто описывается как «переходный», «трудный» и «критический» период в жизни молодого человека. В это время происходит формирование новых социальных ролей и ценностей, а также перестраиваются отношения как с родителями и другими взрослыми, так и с ровесниками [34].

Этот период отмечается завершением детства и началом юношества. С точки зрения биологии, это время, когда происходит окончание физического развития. Подростковый возраст характеризуется личностным развитием и появлением внутренних конфликтов. В соответствии с теорией В.Ю. Сафоновой, в этой стадии подростки испытывают разрыв между обилием желаний и ограниченными ресурсами, опытом, и возможностями для их реализации [45].

Различия мнений и конфликты, возникающие в подростковом возрасте, оказывают значительное влияние на формирование личности. Неустроенные внутренние противоречия могут вызвать аномалии в поведении, приводя к длительным конфликтам в процессе их разрешения. Специфические характеристики этого жизненного периода вызывают конфликты, особенно когда взрослые воспринимают подростка как ребенка, что способствует расхождениям, затрудняя развитие его социальной зрелости. Такое восприятие не только препятствует его социальному развитию и замедляет приобретение социальной зрелости, но и идет вразрез с самооценкой подростка и его стремлением к большей независимости, становясь основной причиной многих конфликтов и проблем в общении с взрослыми.

Д.Б. Эльконин исследует склонность подростков к взрослой жизни – желание быть, сдаваться и считаться взрослым. Развитие взрослой жизни в различных ее проявлениях зависит от сферы, в которой подросток стремится утвердиться, от характера, который приобретает его независимость. Также важно, довольствуется ли формальной независимостью с внешней стороны, кажущейся взрослой жизни, или что

необходима подлинная независимость, соответствующая глубокому чувству. В процессе формирования самоидентификации подростка значительно влияет социальное окружение, включая взаимодействие с родителями, педагогами и ровесниками. Это взаимодействие может способствовать утверждению или отрицанию их взросления. Так, ощущение собственной зрелости оказывается ключевым моментом в развитии личности подростка. Переоценка себя и поиск собственной идентичности приводят к формированию «Я-концепции» – устойчивой системы самовосприятия, объективации собственного «Я». В этот критический период подросток исследует глубины своего внутреннего мира, проходя через штормовой период эмоциональных переживаний, связанных с новым качеством отношений и самоанализом, который может носить предвзятый характер [69].

В период подросткового возраста основной задачей является самопознание и самоидентификация. Подростки активно формируют и размышляют о своих идеалах личности, исследуя различные аспекты своего «я». Это включает в себя не только физическую привлекательность, но и умственные способности, силу воли, общительность и доброту. Все это вместе складывается в многослойную структуру «Я-концепции», представляющую их интеграционное видение себя. В процессе самопознания формируется когнитивная основа «Я-концепции», наряду с которой выделяются эмоционально-оценочный и поведенческий компоненты. Для подростка важно не только разгадать свою сущность, но и осознать ценность своих уникальных черт [27].

Подростковый возраст характеризуется формированием личности, которая еще не достигла полной зрелости. Зачастую наблюдается диссонанс между различными аспектами самоидентификации, ведущий к несогласованности в представлениях о себе. Этот период, охватывающий начало и середину подростковости, отмечен значительной нестабильностью психоэмоционального состояния, что способствует

изменчивости самовосприятия. Детские привязанности и взаимоотношения играют значимую роль, поскольку даже незначительные внешние воздействия могут кардинально повлиять на самооценку. Как только структура самосознания начинает стабилизироваться, сопоставление собственных действий со стандартами значимых лиц порождает активизацию защитных механизмов личности. Самооценка подростка включает не только реальное восприятие себя, но и стремление к идеалу. Высокие требования к себе при неадекватном осознании личных возможностей могут привести к пропасти между желаемым и реальным, вызывая неуверенность и проявления эмоциональной нестабильности, такие как уязвимость, склонность к упрямству и агрессии [27].

Подростковый конфликт выявляет уникальные черты. В подростковом возрасте, в результате диссонанса между психологическими характеристиками и динамикой внутреннего и внешнего развития, могут складываться условия, компрометирующие гармоничное формирование личности, создавая реальную почву для возникновения и манифестации конфликтов. Взаимодействие подростков с социальным окружением часто бывает импульсивным, неструктурированным, несформированным, непрофессиональным. Следовательно, поведенческий аспект подростка обуславливается усиленной склонностью к конфликтам.

Личностным фактором возникновения конфликтов является уровень конфликтности личности. Когда этот уровень высок, говорят о конфликтной личности, которая склонна к конфликтным взаимоотношениям. Обобщая исследования конфликтности (М.И. Пирен, Ю.П. Черненький, В.П. Шейнов), можно сказать, что конфликтность является системным сложным свойством личности, которое включает комплекс психических свойств, а именно:

- неадекватную (завышенную или заниженную) самооценку своих возможностей и способностей, которая идет в разрез с оценками окружающих, что и вызывает конфликт;

- стремление доминировать во что бы то ни стало, где это возможно и невозможно;
- консерватизм мышления, взглядов, убеждений, нежелание преодолеть устаревшие традиции;
- излишняя принципиальность и прямолинейность в выражениях и мыслях, стремление сказать то, что является, на взгляд личности, правдой, другому в глаза, несмотря ни на что;
- определенный набор эмоциональных качеств личности: тревожность, агрессивность, упрямство, раздражительность [37].

Представители ситуационного подхода к конфликтам дают собственную трактовку характера возникновения конфликтов и определение конфликта. У. Клар описывает конфликтная личность есть человек, который участвует в конфликтных взаимодействиях, то есть имеет большую тенденцию воспринимать ситуации как конфликтующие, или определяет его как человека, склонного к конфликтной реакции на определенные обстоятельства. По мнению Б. И. Хасана, конфликт может быть особенностью «невротической личности», то есть человек невротически реагирует на жизненные ситуации, которые не вызывают конфликта у здорового человека [60].

Конфликтность определяется как перманентная черта личности, которая аккумулируется ее природными задатками и социальным опытом. Такое определение можно найти в работах В.И. Илийчука, Л.А. Петровской, В.И. Ващенко.

Конфликтность предполагает определенный уровень психической напряженности. Он может быть разным для разных людей, что связано с уровнем психологической устойчивости человека. Психически стойкие и психически неустойчивые люди в сложных ситуациях ведут себя по-разному. У психически неустойчивых подростков отсутствуют эффективные способы преодоления препятствий, поэтому иногда

наблюдается явление самоиндукции негативного эмоционального напряжения: дезорганизованное поведение усиливает стрессовое состояние, которое еще больше дезорганизует поведение, ведущее к возникновению «волны дезорганизации» [37].

Конфликтность личности определяется следующим комплексом факторов:

- психологических-темперамент – уровень агрессивности, эмоциональное состояние (тревожность);
- социально-психологических-социальные установки и ценности, отношения к оппоненту, направленность во взаимодействии, компетентность в общении, интеллект, основные тенденции поведения;
- социальных факторов-условия жизни и деятельности, возможности релаксации, социальное окружение, общий уровень культуры, возможности для удовлетворения потребностей [37].

Обострение конфликтности среди подростков увеличивается с каждым годом и резко выражается, что приводит к росту хулиганства, воровства, преступлений, преступности среди несовершеннолетних. Любое противоречие, способное ограничить права подрастающей личности, сразу вызывает реакцию протеста с ее стороны, эмоциональный срыв. Склонность к конфликту порождает конфликт, который в учебном и воспитательном процессе является важной социально-психологической проблемой процесса. Правильное управление учителем процессом разрешения конфликта или его предотвращению способствует повышению эффективности педагогического общения с учениками. Обязательным условием для этого, а также важным фактором преодоления негативных проявлений конфликта является понимание учителем личности ученика, что способствует гармоничному развитию личности учителей и учеников.

Конфликтность у подростков отличается рядом особенностей, связанных с отсутствием у них жизненного опыта и низким уровнем

самоосуждения, неспособностью адекватно оценивать жизненные обстоятельства, повышенной эмоциональной возбудимостью, импульсивностью, двигательной и речевой активностью, повышенным чувством зависимости, стремлением приобрести определенный статус в референтной группе, негативизмом, неуравновешенностью возбуждения и заторможенности. Склонность подростков к конфликтам можно объяснить, как эмоциональными и физиологическими возрастными изменениями.

Основная характеристика неустойчивого и дискомфортного положения подростка – недостаточная сформированность социальных навыков, способствующих успешной социализации. Недостаточно сформированные социальные навыки, подкрепленные социально-экономической незащищенностью, часто являются причиной повышенной агрессии, подростковых конфликтов, их стремления компенсировать неудовлетворенность жизнью любым способом. Подростки сталкиваются с рядом противоречивых позиций и внутренних колебаний между зависимостью и независимостью, ролью ребенка и взрослого. Молодой человек, перед которым стоит задача смены ролей, часто попадает в ситуацию ролевых конфликтов. Проблемы противоречий в сфере деятельности личности могут восприниматься как ролевые конфликты [37].

В подростковом возрасте запросы на социальную среду (родителей, учителей, сверстников) могут быть противоречивыми. Смена ролей, необходимость принимать важные решения о ценностных ориентациях могут привести к ролевым конфликтам и неопределенности статуса, а также накладывает четкий отпечаток на «Я-концепцию». Поэтому переход от нормальных потребностей индивида к несоблюдению социальных норм допустим лишь при ситуации конфликта объективного или субъективного характера. Известно, что любое поведение человека в обществе является одновременно социальным и антиобщественным, человек существо

общества и социальные факторы являются основными детерминантами его поведения.

В частности, контраст детства и зрелости, между которыми находится подросток, затрудняет усвоение им социальных ролей и порождает множество внешних и внутренних конфликтов. С другой стороны, существует проблема индивидуальных различий. Общие закономерности проявляются в индивидуальных вариациях, которые зависят не только от среды и условий воспитания подростка, но и от особенностей личности [37].

Важная особенность подросткового поведения-длительные конфликтные отношения с окружающими. Поведение подростка вызывает возмущение окружающих, и они реагируют на его действия жесткой критикой, наказанием и негативным отношением к своим действиям. Сам подросток расценивает это как враждебные действия, как покушение на его независимость, самостоятельность, личное достоинство [33].

Конфликты между подростками и родителями вызваны деструктивностью внутрисемейных отношений, пробелами в воспитании, индивидуальными психологическими изменениями в психическом развитии подростков и индивидуальными особенностями самих взрослых. Конфликтное поведение подростков возникает, когда не учитываются индивидуальные особенности, возрастные изменения психики, когда не изменяются форма и содержание общения взрослых [37].

Конфликты, возникающие непосредственно между подростками, делятся на межличностные, конфликты между человеком и группой и между группами - противостояние участников происходит напрямую, здесь и сейчас, на основе столкновения между их личными мотивами.

Конфликтные отношения способствуют развитию адаптивного поведения и эмансипация подростковой молодежи. Существует отчуждение, убеждение, что у взрослого нет несправедливости, существование которой обеспечивается мыслью в том, что взрослый его не

понимает. На этом основании может иметь место умышленное неприятие требований, мнений и взглядов взрослого, что в целом может упускать возможность влиять на подростка в этот ключевой период формирования личности. В подростковом возрасте растет количество сложных педагогических ситуаций, усиливая конфликтность подростков [8].

Анализируя проблему конфликтов в подростковом возрасте, Т.В. Драгунова говорит, что проблемы возникают не только у детей, но и у взрослых.

Постоянно взрослые не готовы расширять права подростков из-за инерции «заботливых» отношений и того факта, что дети остаются зависимыми от родителей и их неспособностью принимать самостоятельные действия и решения.

Изначально конфликтные отношения возникают, как правило, против воли подростка с одним из родителей или учителей. Затем конфликтная среда расширяется и заканчивается плохими отношениями с большинством взрослых и сверстников. Если первые конфликты вызывают глубокие внутренние переживания и усиливают самоанализ, самооценку, то в дальнейшем, привыкая к противоречиям, подросток все чаще начинает обвинять других. Отсюда и сложный характер подростков.

Подростки часто конфликтуют друг с другом в связи с различным статусом, который занимают в межличностных отношениях. Это обычно затяжные, длительные конфликты, причины которых скрыты от учителей, поэтому их трудно разрешить.

Некоторые из наблюдаемых конфликтов являются результатом противоречий, возникающих между высокой самооценкой и неподходящей реальной ситуацией учащихся в классе.

Зрелая личность подростка в конфликте выражает «внешний локус контроля», обвиняя других или определенные обстоятельства. Подросток не верит в свои силы в разрешении конфликтных ситуаций, принятии пассивного поведенческого наставления и переживает астенические

эмоции. Поэтому подросток стремится достичь субъективно-личностного результата, проявить себя, почувствовать уверенность в своих силах, даже если причина конфликта не устранена [38].

Основные причины конфликтов у подростков являются эгоизм, упрямство, стремление «подчинить компанию», противоречивость общих и личных интересов, несогласие с мнением окружающих, трудности в общении с учителями, родителями, сверстниками, все это образует объективные причины конфликтов в сложной системе отношений.

В общем, в связи с появлением у подросткового возраста новых психологических особенностей иногда их отношения со взрослыми и сверстниками сопровождаются конфликтами, негативными формами поведения, в частности, проявлениями грубости, упрямства. Это связано, как правило, со стремлением к самостоятельности, что взрослые не воспринимают и не поддерживают. Подростки хотят, чтобы с их мыслями, желаниями и настроениями считались, не терпят недоверия, равнодушия, насмешек, нотаций, особенно в присутствии друзей.

Однако проявления негативных форм поведения и конфликтность подростков не являются неизбежными. Компетентные, опытные родители и учителя знают, что предсказать и предупредить конфликт легче, чем преодолеть его последствия, и соответственно выстраивают свое взаимодействие с подростками. Как правило, они бережно и с пониманием относятся к внутреннему миру, переживаниям, увлечениям ребенка, трудностям и личностным проблемам, сочетают высокий уровень требований с высоким уважением к его личности. Это делает взрослых значимыми и нужными подростку. А быть значимым и нужным – значит разделить его тревоги и сомнения, стать другом, у которого можно искать поддержки, ответы на свои вопросы, что возможно лишь при взаимной откровенности и доверии, понимании и сочувствии [32].

1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

Анализ литературы по рассматриваемой проблеме, а также цели и задачи, сформулированные во введении выпускной квалификационной работы, позволили нам разработать дерево целей исследования. Мы опирались на системный подход к процессу целеполагания, предложенный доктором психологических наук В.И. Долговой. Дерево целей представляет собой структурированную иерархическую совокупность целей программы или плана, в которой выделяются генеральная цель (конечная вершина дерева) и подчиненные ей подцели первого, второго и последующих уровней (ветви дерева).

При создании дерева целей мы применяем метод «от общего к частному». Алгоритм построения дерева включает следующие этапы:

- 1) определение генеральной цели;
- 2) декомпозиция общей цели на подцели первого уровня;
- 3) разделение подцелей первого уровня на подцели второго уровня;
- 4) дальнейшее деление подцелей второго уровня на более детализированные составляющие (подцели третьего уровня).

Основное значение дерева целей заключается в том, что оно визуализирует путь к достижению генеральной цели через иерархический список конкретных и достижимых целей нижнего уровня.

Теперь представим дерево целей психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения у старшеклассников. В психолого-педагогической практике метод «дерева целей», разработанный В.И. Долговой, используется для планирования. В ее исследованиях подчеркивается, что данное дерево выполняет роль траекторного метода, который определяет направление движения к стратегическим целям, а также точечного метода, который фиксирует достижение тактических целей. Это позволяет оценить степень приближения к поставленным целям

по заданной траектории [17, с. 70]. Графическое представление «дерева целей» для исследования психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков можно увидеть на рисунке 1.

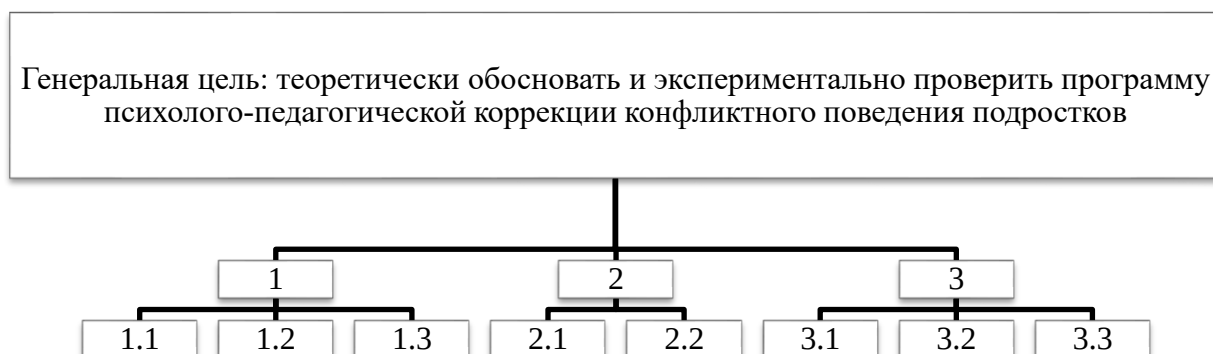


Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить программу психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

1. Теоретические предпосылки исследования психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

1.1. Необходимо проанализировать проблему конфликтного поведения в психолого-педагогической литературе.

1.2. Следует раскрыть особенности конфликтного поведения подростков.

1.3. Важно теоретически обосновать модели психолого-педагогической коррекция конфликтного поведения подростков.

2. Опытнo-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

2.1. Нужно определить этапы и подобрать методы методики для опытнo-экспериментального исследования.

2.2. Следует провести характеристику выборки и результатов констатирующего эксперимента.

3. Опытнo-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

3.1. Необходимо разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

3.2. Нужно проанализировать результаты экспериментальной работы в данной области.

3.3. Также следует подготовить рекомендации родителям, педагогам и подросткам по преодолению конфликтного поведения подростков.

На основе «дерева целей» была разработана модель психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков.

Организация психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения начинается с создания модели предстоящей деятельности. В.И. Долгова и Я.В. Латышин в процессе моделирования формирования эмоциональной устойчивости рекомендуют учитывать системные свойства исследуемого явления, включая наличие цели, элементов и структуры. Достоверность модели определяется с помощью системы мероприятий, которые реализуются конкретными исполнителями, выделяющими необходимые ресурсы [15, с. 39].

В психолого-педагогической литературе термин «модель» понимается как представление о способах обучения практической деятельности, основанное на личностно-ориентированном подходе с целью формирования определенного качества личности [18, с. 45].

Модель определяется как упрощённый мысленный или знаковый образ объектов или систем, который позволяет их исследовать и анализировать. Моделирование представляет собой метод познания, основанный на создании и изучении таких моделей, которые могут быть как визуальными, так и описательными.

При рассмотрении моделей в психологии важными являются несколько аспектов. Во-первых, они должны быть оптимальными, что

подразумевает включение в них только тех свойств и отношений, которые имеют функциональное значение и влияют на протекание деятельности. Во-вторых, модели должны быть наглядными, чтобы их можно было быстро интерпретировать. Также важно учитывать культурные стереотипы и системность представляемой информации.

Психолого-педагогическая коррекция, согласно А.Б. Петровой, направлена на исправление недостатков в психическом развитии, которые не соответствуют установленным «оптимальным» моделям. А.А. Осипов рассматривает эту коррекцию как систему мероприятий, направленных на изменение психологических недостатков или действий человека с использованием специфических методов психологического воздействия. Модель психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков представлена на рисунке 2.



Рисунок 2 – Модель исследования психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

Аналитический блок включает анализ существующих научных работ и литературы по теме, в то время как диагностический блок обращается к методикам, таким как опросник Басса-Дарки, предназначенный для

определения уровня агрессии и враждебности у подростков. А. Басса и А. Дарка выделяют разные типы агрессивных реакций, включая физическую, косвенную, раздражение и негативизм, что помогает диагностировать и корректировать соответствующие психологические проблемы у подростков.

Модель «Психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков», оформленная в виде «дерева целей», представляет собой систематизированный подход к исследованию и коррекции конфликтного поведения у старших подростков. Основная цель данной модели заключается в теоретическом обосновании и проведении комплексного исследования, нацеленного на выявление и коррекцию конфликтного поведения данной возрастной группы.

Первый блок модели – теоретический – ориентирован на изучение специфики конфликтного поведения старших подростков и их возрастных характеристик. Для достижения данной цели применяются методы анализа, синтеза и обобщения психолого-педагогической литературы, а также целеполагание и моделирование. Эти методы позволяют глубже понять механизмы возникновения конфликтов в подростковой среде и определить возрастные особенности, которые влияют на конфликтное поведение.

Второй блок, диагностический, сосредоточен на исследовании существующего уровня конфликтного поведения у старших подростков. Для этого используются констатирующий эксперимент и тестирование, что позволяет собрать эмпирическую информацию о подростках. В рамках этого блока применяются специальные методики, такие как методика диагностики тактики поведения в конфликте К. Томаса, методика «Уровень конфликтности личности», а также тест «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А.В. Киселева. Эти диагностические инструменты помогают оценить уровень конфликтности, предпочтительные тактики ведения конфликтов и предрасположенность подростков к возникновению

конфликтных ситуаций.

Коррекционный блок модели включает в себя разработку и реализацию программы психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения. В данном блоке используются методы формирующего эксперимента, ролевые игры, дискуссии и методика «мозгового штурма». Эти активные методы позволяют подросткам не только осознать существующие проблемы в своем поведении, но и выработать новые, более конструктивные способы реагирования в конфликтных ситуациях. Эффективная реализация программы призвана изменить конфликтное поведение подростков, что является приоритетом коррекционных мероприятий. Аналитический блок представляет собой этап оценки эффективности программы коррекции. Он включает в себя повторное тестирование и использование статистических методов, таких как Т-критерий Вилкоксона, для определения изменений в конфликтном поведении подростков. Применение тех же методик, используемых в диагностическом блоке, позволяет провести сравнительный анализ данных до и после реализации коррекционной программы.

В результате реализации модели психолого-педагогической коррекции наблюдается выраженное позитивное изменение в поведении старших подростков, заключающееся в снижении уровня конфликтности и смещении поведенческого стиля от деструктивных форм реагирования к конструктивным. Подростки начинают чаще прибегать к стратегиям сотрудничества, компромисса и избегают открытых форм агрессии. Уменьшается проявление таких черт, как раздражительность, негативизм и склонность к прямой конфронтации. Вместо этого формируется устойчивость к стрессовым ситуациям, улучшаются коммуникативные навыки и способность регулировать собственные эмоции. Таким образом, изменение затрагивает как эмоционально-волевую сферу, так и поведенческую составляющую личности подростка, что свидетельствует об эффективности реализуемых коррекционных мероприятий.

Выводы по первой главе

Конфликтное поведение – это действия, реакции или стратегии, которые человек использует в ситуациях конфликта.

Конфликт определяется как противостояние разнообразных интересов, ключевую роль в котором играют действия участвующих сторон и их интерпретация диссонансов. В контексте образовательного процесса современной школы критически важно учитывать специфику конфликтных ситуаций для их оптимального урегулирования и профилактики, что предполагает понимание воздействия как социокультурных, так и индивидуальных факторов.

В юношеский период характерны значимые эмоциональные и психологические трансформации, что делает эту фазу развития уникальной с точки зрения склонности к конфликтам. Юноши и девушки испытывают потребность в самоаффирмации, что нередко приводит к спорам с окружающими. В эти годы прослеживается диссонанс между желанием быть автономными и одновременной нехваткой жизненного опыта, способствующей возникновению конфликтов. Агрессивные и упрямые формы поведения часто являются проявлением внутренних сомнений и непонимания со стороны взрослых, что подчеркивает необходимость особо внимательного и понимающего отношения к переживаниям, свойственным этому возрасту. Была теоретически обоснована структурированная модель психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков через метод «дерева целей». Генеральная цель заключается в теоретическом обосновании и эмпирическом исследовании модели коррекции, включающем аналитический, диагностический, коррекционный блоки и проверку эффективности. Системный подход гарантирует вовлеченность психологов, педагогов и родителей, создавая условия для признания подростками неконструктивности своего поведения и развития

конструктивных навыков общения. Эффективная коррекция способствует эмоциональному росту и снижению конфликтности, улучшая межличностные отношения.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование, посвященное изучению конфликтного поведения у старших подростков, было организовано и реализовано в рамках комплексного опытно-экспериментального подхода. Данный подход предполагал последовательную реализацию трех взаимосвязанных этапов: поисково-подготовительного, опытно-экспериментального и контрольно-обобщающего. Каждый из этапов выполнял свою уникальную функцию, направленную на достижение поставленных научных целей и проверку выдвинутой гипотезы.

Этап 1. Поисково-подготовительный.

На этом этапе исследования была осуществлена постановка научной проблемы, формулировка объекта, предмета, цели и задач работы. Также была обозначена гипотеза, отражающая предполагаемые взаимосвязи между изучаемыми переменными. В процессе данного этапа велась активная работа по теоретическому осмыслению проблемы, что включало в себя анализ и систематизацию современных психолого-педагогических концепций, теорий и подходов, касающихся подросткового возраста, межличностного взаимодействия, конфликтов и их профилактики.

Изучение теоретических источников позволило сформировать методологическую базу исследования и подобрать валидные и надежные диагностические инструменты. Эти методики в последующем легли в основу эмпирической части работы. Помимо этого, особое внимание было уделено формулированию критериев и показателей, позволяющих объективно оценить уровни конфликтного поведения у подростков.

Также на этом этапе была сформирована выборка участников исследования, определены возрастные и социальные характеристики подростков, участвовавших в эксперименте. Подбор респондентов осуществлялся с учетом этических норм, добровольного согласия и соблюдения принципа конфиденциальности.

Этап 2. Опытно-экспериментальный.

Второй этап включал непосредственную реализацию эмпирической части исследования. Он состоял из двух подэтапов: констатирующего и формирующего эксперимента.

Этап 3. Контрольно-обобщающий.

Заключительный этап исследования был направлен на контроль и обобщение полученных данных. Он включал повторную диагностику респондентов с использованием тех же методик, которые применялись на констатирующем этапе. Повторное тестирование позволило сравнить начальные и конечные показатели, выявить положительные изменения в стиле поведения подростков и сделать обоснованные выводы о результативности проведенной работы.

Также были подведены итоги исследования, проанализированы количественные и качественные изменения, выявлены закономерности и сформулированы практические рекомендации. Особое внимание уделялось осмыслению полученных данных с точки зрения их значимости для педагогической и психологической практики.

Использованные методы исследования:

1. Теоретические методы:

Анализ литературы – предполагал изучение научных трудов, касающихся темы конфликта в подростковом возрасте, что позволило составить целостное представление о проблеме [12].

2. Эмпирические методы:

Тестирование – позволило получить диагностические данные о личностных характеристиках и конфликтной склонности подростков [25].

Эксперимент – ключевой метод, позволивший в контролируемых условиях изучить влияние коррекционных мероприятий на поведение подростков [36].

Констатирующий эксперимент:

Цель констатирующего эксперимента заключалась в выявлении исходного уровня конфликтности и определении преобладающих моделей поведения подростков в конфликтных ситуациях.

Формирующий эксперимент:

На следующем этапе была разработана и реализована коррекционная программа, целью которой стало снижение уровня конфликтности и формирование у подростков конструктивных стратегий поведения.

Были применены следующие методы и методики:

Методика диагностики тактики поведения в конфликте К. Томаса. Данный инструмент широко используется в практике психологической диагностики для выявления индивидуального стиля поведения в конфликтных ситуациях. Он основан на классификации моделей взаимодействия, таких как конкуренция, избегание, приспособление, компромисс и сотрудничество.

Тест-опросник «Стиль поведения в конфликте» был разработан американским психологом Кеннетом Томасом. Он создан с целью исследования индивидуальной предрасположенности человека к конфликтному взаимодействию и определения стилей разрешения конфликтных ситуаций. Представленный метод может применяться в качестве ориентировки в изучении особенностей человека в плане адаптации и коммуникации, а также стиля его общения.

В методике Кеннета Томаса основное внимание уделено следующим вопросам:

- исследуются формы поведения людей в конфликтах;
- определяются самые конструктивные и деструктивные формы поведения в конфликтах;

— определяются методы стимулирования конструктивного поведения в конфликтах.

Чтобы описать поведенческие типы, Кеннетом используется двухмерная модель конфликтного регулирования, в которой базовыми измерениями являются:

— кооперация, взаимосвязанная со вниманием индивида к интересам других участников конфликта;

— напористость, характеризующаяся стремлением защитить собственные интересы.

Исходя из этих двух измерений, учёным определяются такие способы регулирования конфликтных ситуаций, как:

— конкуренция в качестве стремления удовлетворить свои интересы в ущерб другому;

— приспособление как пренебрежение своими интересами в пользу другого;

— компромисс;

— избегание, отличающееся отсутствием стремления как к сотрудничеству, так и к достижению собственных целей;

— сотрудничество, в котором конфликтующие стороны находят альтернативу, удовлетворяющую интересы всех.

По мнению Кеннета Томаса, во время избегания конфликта ни один участник не может достичь успеха. Если участники руководствуются принципами компромисса, приспособления или конкуренции, остаться в плюсе может только одна сторона. И лишь в процессе сотрудничества выигрывают все стороны конфликта.

В тесте-опроснике «Стиль поведения в конфликте» Томас представляет каждую из рассмотренных форм поведения посредством двенадцати суждений о том, как человек ведёт себя в конфликте. Они сгруппированы в тридцать пар в разных сочетаниях. Испытуемый должен

выбрать из каждой пары суждение, наиболее соответствующее его обычному поведению.

В России тест-опросник был адаптирован российским психологом Натальей Владимировной Гришиной. Мы же представляем вашему вниманию переработанную нами версию теста-опросника.

Каждая из стратегий обладает своими особенностями и может использоваться в зависимости от ситуации. Методика помогает определить, насколько подросток склонен к конструктивному или деструктивному решению конфликтов.

Тест «Уровень конфликтности личности». Этот тест предназначен для оценки предрасположенности личности к конфликтам. Он помогает выявить, насколько часто и в каких формах подросток вступает в конфликтные взаимодействия, а также оценить его склонность к доминированию, чувствительность к критике и умение регулировать межличностные отношения.

Тест А.В. Киселева «Предрасположены ли вы к конфликтам?». Представляет собой краткий опросник, направленный на выявление черт характера, способствующих возникновению конфликтов. Вопросы теста касаются повседневного взаимодействия подростков, их эмоциональной устойчивости и уровня импульсивности.

Диагностические методики позволили получить количественные и качественные данные о текущем уровне развития конфликтного поведения подростков, а также о стилях их межличностного взаимодействия. Методики диагностики конфликтного поведения подростков представлены в ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

Формирующий эксперимент позволил оценить динамику изменений в поведении подростков, определить эффективность коррекционных мероприятий и подтвердить/опровергнуть изначально выдвинутую гипотезу.

3. Методы математической статистики:

- критерий Вилкоксона использовался как непараметрический метод анализа, позволяющий определить статистически значимые различия между результатами до и после формирующего эксперимента. Этот критерий особенно уместен при работе с небольшими выборками и шкалами порядкового типа;
- применение статистических методов обеспечило объективность и достоверность полученных данных, позволило выявить тенденции и подтвердить эффективность реализованных мероприятий.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

Данное исследование было проведено на базе Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №23 г. Екатеринбурга, Свердловской области», учащиеся 7 «З» класса, в количестве 25 человек. Возраст испытуемых 13-14 лет.

Класс сформирован в 2016 году. В классе преобладает число детей с ярко выраженным сангвинистическим темпераментом. Однако также есть дети по темпераменту холерик и флегматик. В связи с чем, сочетание этих типов темперамента в одном коллективе создаёт определённые трудности в работе учителя, поскольку многие дети уравновешены и вспыльчивы. При этом нужно отметить достаточно высокий уровень интеллектуального развития детей, внимания, памяти, речи, положительный характер учебной мотивации. Многие дети имеют ярко выраженную индивидуальность, творческую направленность, высокий уровень активности и мыслительных операций. Большая часть детей в классе дружелюбны, добры, но есть и такие дети, которые идут на конфликт. Периодически возникают мелкие конфликты, хотя крупных ссор за последний год не было. У большинства детей отмечается стремление участвовать как в командных, так и в индивидуальных соревнованиях. Причём подростки очень эмоционально

переживают как успех, так и неудачу.

Со слов психолога, в основном подростки коммуникабельны и с легкостью идут на контакт. Большинство любит общаться и стремится к общению. Есть ребята-лидеры. У детей отмечается большой интерес к музыке, компьютеру, танцам, рукоделию.

Со слов классного руководителя, из 25 школьников 17 человек живут в полных семьях (мама, папа), у 12 есть старшие или младшие братья, сестры. 8 человек живут в неполных семьях (воспитываются только мамой или мамой и бабушкой). Все семьи являются благополучными.

Таким образом, нами представлена характеристика анализируемого класса.

Целью данного исследования явилось изучение конфликтного поведения подростков. В исследовании принимали участие 25 подростков. Сначала проводилась методика исследования тактики поведения в конфликте К.Томаса. Результаты представлены на рисунке 3, ПРИЛОЖЕНИЕ 2 таблица 2.2.

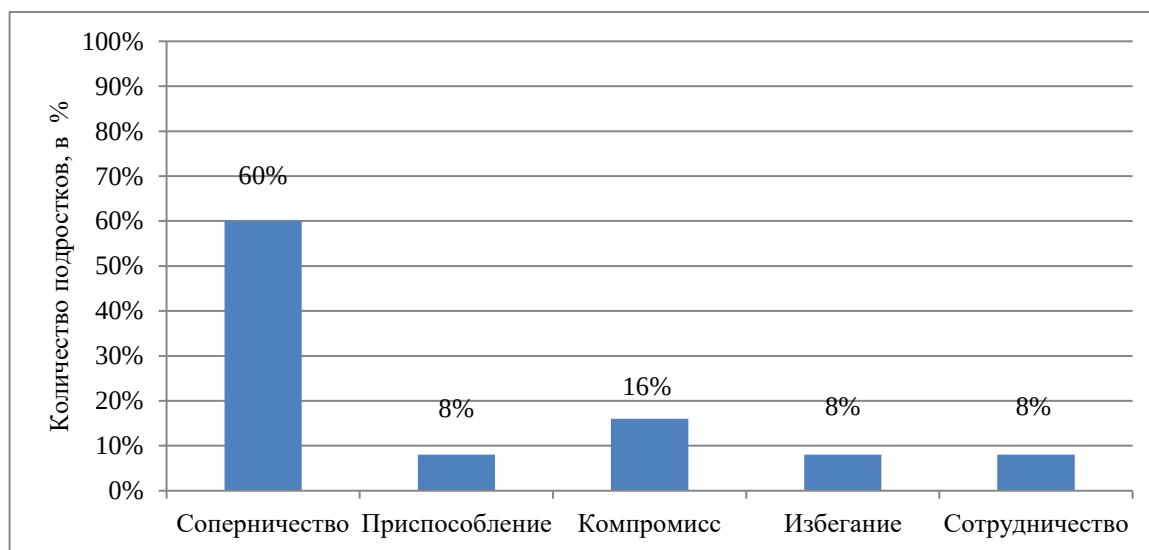


Рисунок 3 – Результаты исследования конфликтного поведения подростков по методике диагностики «Тактика поведения в конфликте» К. Томаса

В результате проведенного исследования стратегии поведения в конфликте среди подростков были получены интересные данные, которые

позволяют сделать выводы о преобладающих подходах к решению конфликтных ситуаций.

Следовательно, результаты исследования выделяют преобладание конкурентного поведения среди подростков, что предполагает ключевые последствия как для социального развития, так и для динамики внутригрупповых взаимодействий в кругу сверстников. Низкие показатели других стратегий указывают на необходимость дальнейшего обучения подростков навыкам эффективной коммуникации и разрешения конфликтов, что могло бы способствовать более гармоничным и менее конфликтным взаимоотношениям в их социальной среде.

Далее проводилась методика «Уровень конфликтности личности» Н.В. Гришиной. Результаты представлены на рисунке 4, ПРИЛОЖЕНИЕ 2 таблица 2.3.

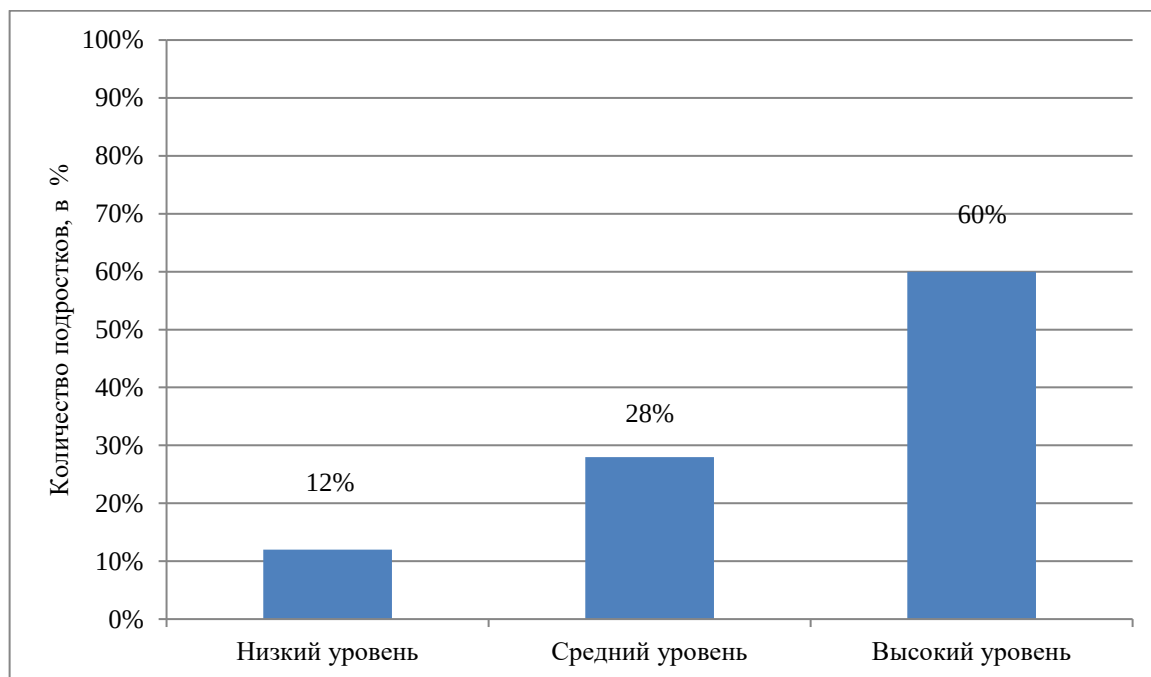


Рисунок 4 – Результаты исследования уровня конфликтности подростков по методике «Уровень конфликтности личности» Н.В. Гришиной

Исследование конфликтности среди подростков показало интересные результаты, которые демонстрируют распределение уровней конфликтности среди участников.

Таким образом, результаты исследования подчеркивают необходимость внимания к проблемам конфликтности у подростков. Лишь 13 % находятся в зоне низкой конфликтности, в то время как почти половина подростков показывает высокий уровень, что создает риски, как для их социального развития, так и для психического здоровья. Это указывает на необходимость внедрения программ по управлению конфликтами и эмоциональной поддержке подростков.

Далее нами был проведен тест «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А.В. Киселева. Результаты представлены на рисунке 5, ПРИЛОЖЕНИЕ 2 таблица 2.4.

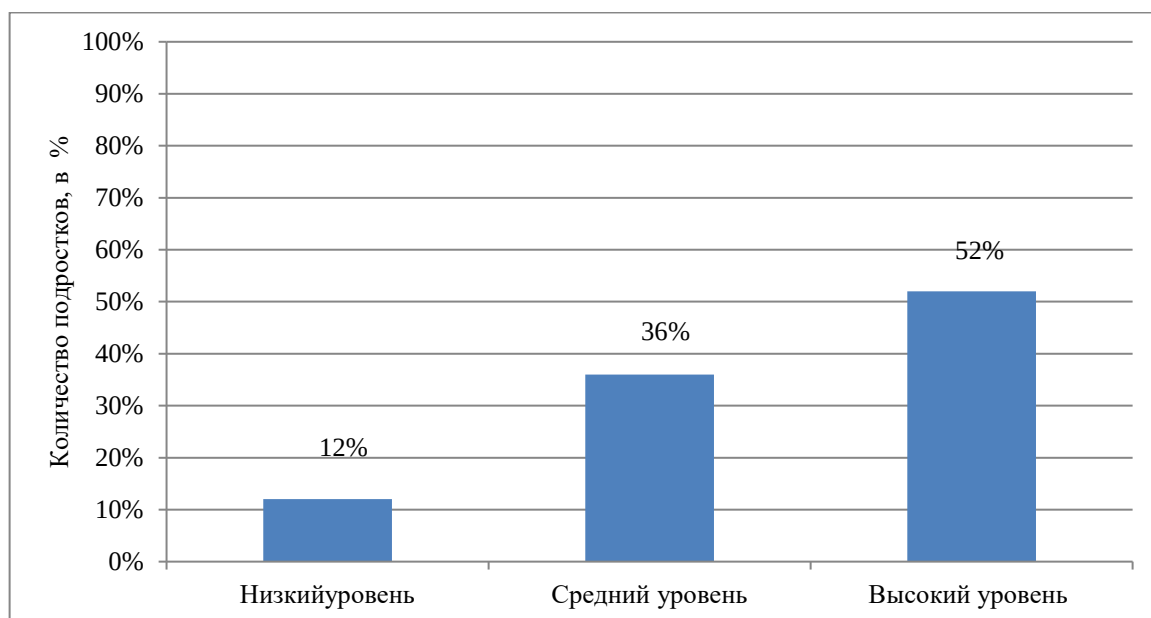


Рисунок 5 – Результаты исследования конфликтного поведения подростков по методике «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А.В. Киселев

Результаты исследования предрасположенности к конфликтам среди подростков показывают, что более половины участников имеют высокую предрасположенность к конфликтным ситуациям. Конкретно, 52 % (13 чел.) подростков демонстрируют высокий уровень конфликтности. Эти данные свидетельствуют о том, что большинство молодых людей в данной выборке могут быть склонны к обострению ситуаций и ведению споров не всегда с конструктивными намерениями. Они могут принимать конфликтную позицию, ориентируясь на принципы и часто получая

удовлетворение от выражения своих эмоций. Судя по описаниям, такие подростки могут восприниматься как «борцы за правду», что указывает на их активность и, возможно, желание внести изменения, хотя иногда это и приводит к отношению окружающих, которые призывают их быть более терпимыми и сдержанными.

Одновременно, значительная часть подростков, а именно 36 % (9 чел.), находится на среднем уровне предрасположенности к конфликтам. Это говорит о том, что они способны к конструктивному общению и могут противостоять обострениям в отношениях. Они воспринимаются как общительные и уживчивые, что может способствовать более гармоничному взаимодействию в коллективе или группе.

В то же время только 12 % (3 чел.) участников исследования имеют низкий уровень конфликтности. Эти подростки, вероятно, не становятся источником конфликтов, но их склонность к согласию и пассивность может непреднамеренно приводить к ситуации, когда они оказываются в роли косвенных виновников конфликтов. Это наводит на мысль о том, что без активного участия в обсуждении и пререкании таких подростков может стать скучно и неинтересно окружающим.

Выводы по второй главе

Исследование конфликтного поведения старших подростков, проведённое в рамках комплексного опытно-экспериментального подхода, включало три последовательных этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный (с констатирующим и формирующим подэтапами) и контрольно-обобщающий. В процессе были использованы теоретические, эмпирические и статистические методы, включая анализ литературы, тестирование, наблюдение, эксперимент, а также обработку данных с использованием критерия Вилкоксона.

В рамках эмпирического этапа применялись следующие методики:

– методика диагностики тактики поведения в конфликте К. Томаса – позволила выявить, что 60 % подростков склонны к соперничеству, лишь 16 % предпочитают компромисс, по 8 % выбирают приспособление, избегание и сотрудничество. Это говорит о преобладании деструктивных стратегий поведения, ориентированных на отстаивание личной позиции без учета интересов других;

– тест «Уровень конфликтности личности» показал, что у 60 % подростков зафиксирован высокий уровень конфликтности, 28 % – средний, и лишь 12 % демонстрируют низкий уровень. Это указывает на значительные трудности во взаимодействии и необходимость формирования навыков саморегуляции и эмпатии;

– тест А.В. Киселева «Предрасположены ли вы к конфликтам?» подтвердил результаты предыдущих методик: 52 % подростков имеют высокую предрасположенность к конфликтам, 36 % – среднюю, и только 12 % – низкую. Высокая предрасположенность сопровождается выраженной эмоциональной реакцией, стремлением к принципиальности и отсутствием гибкости в общении.

Исследование проводилось среди 25 учащихся 7 «З» класса школы № 23 г. Екатеринбурга в возрасте 13–14 лет. Класс отличался высоким уровнем активности и интеллектуального развития, но также эмоциональной возбудимостью, что создаёт благоприятную почву для возникновения конфликтов. В исследование были включены подростки с разными типами темперамента и семейным положением, что обеспечило вариативность выборки.

По результатам констатирующего этапа, к участию в формирующем эксперименте и коррекционной программе, направленной на снижение конфликтности и развитие конструктивного поведения, были включены все 25 подростков, независимо от уровня конфликтности. Это обусловлено

необходимостью формирования универсальных коммуникативных навыков и профилактики конфликтного поведения в будущем.

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о доминанте деструктивных стратегий в поведении подростков и высокой степени конфликтности, что подчеркивает актуальность разработанной программы коррекционного воздействия. Результаты исследования подтверждают необходимость комплексной работы с подростками по обучению конструктивным формам общения, развитию эмоционального интеллекта и навыков саморегуляции.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

3.1 Программа психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

Современные подростки часто оказываются в условиях социальной нестабильности, информационной перегрузки и повышенной фрустрации. Всё это усиливает эмоциональную неустойчивость, снижает уровень самоконтроля и повышает склонность к конфликтным формам поведения. Многочисленные исследования в области возрастной психологии и педагогики подтверждают, что конфликтное поведение у старших подростков связано с недостаточной коммуникативной зрелостью, неразвитостью навыков саморегуляции и слабой эмпатией. Программа ориентирована на использование активных форм работы – формирующего эксперимента, ролевых игр, дискуссий и методики мозгового штурма – как наиболее эффективных инструментов воздействия на подростков в условиях групповой динамики.

Цель программы заключалась в формировании у старших подростков навыков конструктивного реагирования в конфликтных ситуациях, способствуя снижению уровня конфликтного поведения.

Задачи программы:

1. Сформировать у подростков осознанное отношение к понятию конфликта, его структуре и функциям.
2. Развить навыки анализа собственных поведенческих стратегий в конфликтных ситуациях.
3. Научить методам конструктивного разрешения конфликтов в групповой и межличностной коммуникации.
4. Повысить уровень саморегуляции и эмпатии у подростков.

5. Способствовать осознанию альтернатив конфликтному поведению.

Методы реализации программы:

1. Формирующий эксперимент – как метод поэтапной трансформации поведенческих установок подростков в ходе практических занятий.

2. Ролевые игры – позволяют проигрывать модели поведения, пробовать альтернативные стратегии реагирования в конфликте.

3. Дискуссии – способствуют формированию критического мышления и навыков аргументированного общения.

4. Мозговой штурм – используется для генерации конструктивных решений конфликтных ситуаций, развивает креативность и гибкость мышления.

Целевая аудитория: старшие подростки (возраст 14–16 лет), склонные к конфликтному поведению, демонстрирующие трудности в межличностных отношениях, учащиеся общеобразовательных учреждений.

Продолжительность и форма реализации:

- форма проведения: групповые занятия в малых группах (8–12 человек);

- общее количество занятий: 10;

- продолжительность одного занятия: 50 минут;

- частота: 1-2 раза в неделю;

- итог: групповая и индивидуальная оценка динамики изменений, обратная связь.

По итогам реализации программы предполагается достижение следующих изменений у подростков:

1. Уменьшение частоты и интенсивности проявлений конфликтного поведения.

2. Развитие навыков самоконтроля и эмоциональной регуляции.
3. Повышение уровня коммуникативной культуры и способности к диалогу.
4. Формирование мотивации к конструктивному решению проблемных ситуаций.
5. Осознание личной ответственности за стиль поведения в конфликте.

Формы оценки эффективности программы:

- анкетирование участников до и после прохождения программы (метод формирующего эксперимента);
- наблюдение за поведением в рамках ролевых игр и обсуждений;
- сравнительный анализ поведения в начале и в конце курса;
- индивидуальные рефлексивные эссе и обсуждение результатов в группе.

Программа опирается на:

- теорию конфликтологии (К. Томас, Л. Понарин);
- концепции возрастной психологии (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин);
- психолого-педагогические подходы к формированию социального поведения (А.А. Асмолов, И.С. Кон);
- элементы технологии формирования социальных навыков через активные формы (игры, тренинги, дискуссии).

Общие темы занятий представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Темы занятий по программе

№	Тема занятия	Цель	Методы	Краткое содержание
1	2	3	4	5
1	Конфликт: осознание и признание	Ввести понятие конфликта и актуализировать личный опыт	Формирующий эксперимент, дискуссия	Игровая разминка, обсуждение конфликтных ситуаций, рефлексия

Продолжение таблицы 2

1	2	3	4	5
2	Конфликт как норма жизни	Переосмыслить конфликт как часть взаимодействия	Ролевая игра, дискуссия	Инсценировка бытового конфликта, обсуждение, размышления о плюсах/минусах
3	Кто я в конфликте?	Исследовать личные стратегии поведения	Формирующий эксперимент, мозговой штурм	Самотестирование, обсуждение в группах, построение модели
4	Эмоции в конфликте	Понять роль эмоций и научиться управлять ими	Ролевая игра, обсуждение	Психодраматические мини-сценки, разбор чувств, упражнения на контроль
5	Активное слушание	Освоить навык слушания как способа разрешения споров	Формирующий эксперимент, дискуссия	Парная практика, игра на искажение смысла, совместные выводы
6	Конфликт в группе	Развить умение работать в команде при разногласиях	Ролевая игра, мозговой штурм	Инсценировка ситуации «деловой спор», выработка коллективных решений
7	Модели поведения	Сравнить разные стили реагирования и найти конструктивный	Ролевые игры, дискуссия	Сравнение агрессии, компромисса, избегания в конкретных сценках
8	Решения без проигравших	Поиск продуктивных стратегий разрешения конфликтов	Мозговой штурм	Генерация решений, отбор реалистичных стратегий, обсуждение
9	Эмпатия и позиция другого	Развить способность видеть ситуацию с чужой стороны	Ролевая игра, дискуссия	«Поменяйся ролями», дебрифинг, развитие эмпатии
10	Завершающее занятие	Подвести итоги, оценить личные изменения	Формирующий эксперимент, групповая рефлексия	Итоговая анкета, круг признаний, выдача сертификатов

Занятие 1. «Конфликт: осознание и признание».

Цель: сформировать первичное осознание природы конфликта, активизировать личный опыт участников, настроить группу на доверительное взаимодействие.

Ход занятия:

Приветствие и настрой (5 минут): ведущий коротко рассказывает о целях программы. Простое упражнение на "распаковку" настроения

(каждый участник говорит, с чем пришёл, используя метафору погоды: «У меня сегодня в душе пасмурно», «Солнечно» и т.д.).

Интерактивный старт – «Конфликт вокруг нас» (10 минут): мозговой штурм: подростки по очереди называют ситуации, в которых возникает конфликт (дома, в школе, с друзьями). Все идеи фиксируются на доске.

Мини-лекция с обсуждением (10 минут): ведущий объясняет, что конфликт – это не всегда плохо. Сравнение с огнём: может согревать, может обжечь. Подчеркивается, что цель не избегать конфликтов, а научиться действовать в них осознанно.

Упражнение «Личный след» (15 минут): каждый участник вспоминает конфликтную ситуацию, в которой он участвовал. Необходимо описать:

1. Где это было?
2. С кем?
3. Как ты себя вёл?
4. Что чувствовал?
5. Чем всё закончилось?

Обсуждение в парах, затем в кругу. Важно: без критики и оценки!

Рефлексия (5 минут): что нового я понял о конфликте? Какие чувства у меня остались после разговора?

Домашнее задание: записать 1-2 конфликтные ситуации за неделю и свои реакции на них.

Занятие 2. «Конфликт как часть жизни».

Цель: помочь подросткам изменить негативное отношение к конфликтам, показать, что они могут быть источником роста и изменений.

Ход занятия:

Разминка «Конфликт или нет?» (10 минут): ведущий зачитывает утверждения (напр.: «Один друг не отвечает на сообщение» / «Родители кричат, когда я задерживаюсь»). Подростки поднимают карточку «Да» или

«Нет», голосуют: это конфликт или нет? Потом коротко объясняют мнение.

Ролевая игра «Домашний вечер» (20 минут): Сценка: подросток возвращается домой позже обещанного времени, родители недовольны. Два волонтера играют родителей и подростка. Остальные наблюдают. После сценки обсуждение: что вызвало конфликт? Что можно было изменить? Потом второй вариант сценки – с конструктивной реакцией.

Мозговой штурм: «Что хорошего может быть в конфликте?» (10 минут): Участники группами пишут на листах фломастером все возможные положительные последствия конфликта. Защита идей.

Рефлексия в кругу (5 минут): Мнение: изменилось ли моё восприятие конфликта? Почему?

Домашнее задание: понаблюдать за конфликтами в медиа (фильмы, соц.сети) и записать один пример конструктивного и один пример деструктивного исхода.

Занятие 3. «Кто я в конфликте?».

Цель: помочь подростку распознать свою стратегию поведения в конфликте, осознать собственные особенности реагирования.

Ход занятия:

Разогрев «Позиция» (5 минут): ведущий читает утверждения: «Конфликт – это угроза» / «Конфликт – это шанс». Подростки занимают позицию в комнате (угол «Согласен» – «Не согласен») и комментируют.

Диагностический блок (10 минут): заполнение теста-опросника (например, по методике Томаса в адаптированной форме). Участники определяют свой стиль поведения: конкуренция, компромисс, сотрудничество, избегание, приспособление.

Работа в микрогруппах (15 минут): обсуждение в группах: как я веду себя в конфликте, доволен ли я этим? Какие плюсы/минусы у моего стиля?

Мозговой штурм «Какие стратегии лучше?» (10 минут): генерация идей: какие стратегии можно использовать в разных жизненных ситуациях?

Индивидуальная карта конфликта (5 минут): участник выбирает один стиль, который хочет развить. Записывает: почему, как это может помочь.

Домашнее задание: наблюдать за собой: как я вёл себя в конфликтной ситуации на неделе? Совпал ли стиль с выбранным?

Занятие 4. «Эмоции в конфликте».

Цель: научиться распознавать эмоции в конфликтной ситуации и регулировать эмоциональные реакции.

Ход занятия:

Упражнение «Эмоциональный барометр» (5 минут): каждый участник показывает, как он себя чувствует, выбрав одну из предложенных карточек с эмоциями.

Мини-лекция и обсуждение (10 минут): ведущий рассказывает о базовых эмоциях и их влиянии на поведение в конфликте. Задаётся вопрос: «Какая эмоция чаще всего мешает вам в конфликте и почему?»

Ролевая игра «Обострение» (20 минут): в парах разыгрывается ситуация, где один участник провоцирует другого на эмоциональную реакцию. Потом меняются ролями. Обсуждаются стратегии самоконтроля.

Обсуждение: «Как эмоции управляют нами?» (10 минут): коллективный разговор о том, как эмоции мешают/помогают выйти из конфликта. Ведущий подводит к идее, что эмоциями можно управлять.

Рефлексия (5 минут): С каким чувством я ухожу? Что было неожиданным?

Домашнее задание: в течение недели фиксировать ситуации, где удалось (или не удалось) справиться с эмоциями.

Занятие 5. «Активное слушание».

Цель: развить навык слушания как одного из ключевых инструментов конструктивного разрешения конфликтов.

Ход занятия:

Игра «Испорченный телефон наоборот» (5 минут): участники передают фразу друг другу, стараясь сохранить её точной. Итог – насколько точно она дошла.

Мини-лекция о слушании (10 минут): ведущий рассказывает, в чём разница между «слышать» и «слушать», какие существуют барьеры понимания.

Упражнение «Слушатель» (15 минут): в парах один говорит в течение 2 минут на свободную тему, второй только слушает и потом пересказывает. Потом меняются ролями. Обсуждение впечатлений.

Мозговой штурм «Что мешает слушать?» (10 минут): групповая работа с флипчартом. Подростки выписывают помехи активному слушанию.

Рефлексия и выводы (5 минут): Какой способ слушания я хочу применять? Что нового понял о себе?

Домашнее задание: практиковать активное слушание с членами семьи/друзьями, записать результат.

Занятие 6. «Язык тела и невербальное поведение в конфликте».

Цель: развить осознанность невербальных сигналов в конфликтной коммуникации и научиться использовать их конструктивно.

Ход занятия:

Разминка «Зеркало» (5 минут): участники работают в парах. Один делает движения, второй – отражает их, как зеркало. Меняются ролями.

Мини-лекция и беседа (10 минут): рассказ о роли невербальных сигналов (мимика, жесты, интонация) в конфликте. Обсуждение примеров: какие невербальные действия усиливают конфликт, а какие – смягчают.

Ролевая игра «Тихий конфликт» (15 минут): участники в парах разыгрывают конфликтную сценку, используя минимум слов, полагаясь на жесты и мимику. После каждой сценки – обратная связь от наблюдателей.

Мозговой штурм: «Как показать уважение невербально?» (10 минут): коллективный поиск способов показать, что ты слышишь и понимаешь собеседника даже без слов.

Рефлексия (5 минут): Что нового я понял о собственных жестах и выражениях? Что хочу изменить?

Домашнее задание: понаблюдать за собой и окружающими: какие невербальные сигналы чаще всего используются в спорах и как они влияют на исход конфликта.

Занятие 7. «Решение конфликтов в группе».

Цель: научиться разрешать групповые конфликты с помощью коллективного обсуждения и принятия решений.

Ход занятия:

Игра «Башня доверия» (5 минут): Участники по очереди называют качества хорошей команды и строят «башню» из слов.

Ситуация-конфликт (15 минут): ведущий озвучивает вымышленную ситуацию: «Группа друзей планирует поездку, но не могут договориться о месте». Участники делятся на команды и разыгрывают дискуссию, стремясь к общему решению.

Обсуждение: «Что помогло, а что мешало договориться?» (10 минут): разбор поведения в группах: кто доминировал, кто уступал, какие фразы способствовали договору.

Методика «мозгового штурма» (15 минут): каждая группа предлагает альтернативные способы разрешения группового конфликта. Итоги обсуждаются всей группой.

Рефлексия (5 минут): Что я понял о себе в группе? Какие навыки хочу развивать?

Домашнее задание: проанализировать один групповой конфликт, в котором участвовал, и подумать, как бы можно было его разрешить иначе.

Занятие 8. «Как сказать «нет» и сохранить отношения».

Цель: научить подростков отстаивать свои границы и мнения без агрессии и разрушения отношений.

Ход занятия:

Игра «Да-нет» (5 минут): один участник называет ситуацию, другой отвечает только «да» или «нет» и объясняет без использования других слов. Упражнение показывает, как сложно говорить «нет».

Мини-дискуссия (10 минут): почему мы боимся говорить «нет»? Что может произойти, если этого не делать?

Рольевые игры «Спокойное несогласие» (20 минут): Сценки: друг просит помочь с обманом учителя, родственник настаивает на неприемлемом решении и т.п. Задача – отказать спокойно и аргументированно. Обсуждение реакций.

Мозговой штурм «Формулы отказа» (10 минут): подростки совместно составляют список вежливых и уважительных форм отказа.

Рефлексия (5 минут): Как я обычно говорю «нет»? Что хочу изменить?

Домашнее задание: попрактиковать один из приёмов в реальной жизни и записать результат.

Занятие 9. «Позитивное переформулирование».

Цель: освоить технику перевода негативных фраз в конструктивные для профилактики эскалации конфликта.

Ход занятия:

Упражнение «Обидные фразы» (5 минут): каждый пишет фразу, которая его задевает. Затем меняются листками и пробуют переформулировать её позитивно.

Мини-лекция с примерами (10 минут): как слово может ранить или поддержать. Понятие «я-сообщений» и техника «замены упрёков на описания чувств».

Практика в парах (15 минут): один участник говорит жёсткую фразу (например: «Ты вечно всё портишь!»), второй – переформулирует: «Мне было неприятно, когда ты не помог». Разбор чувств.

Дискуссия: «Почему нам трудно быть добрыми в споре?» (10 минут):
Разговор о привычке нападать и выгоде позитивного общения.

Рефлексия (5 минут): Какая фраза из сегодня запомнилась? Что хочу попробовать использовать?

Домашнее задание: вести дневник речевых ситуаций и тренировать переформулирование.

Занятие 10. «Итоговое занятие: я и конфликт сегодня».

Задача: утвердить и закрепить изученные компетенции и умения, осуществить самоанализ достигнутых результатов и эффективно завершить работу в команде.

Ход занятия:

Игровое упражнение «От старта до финала» (продолжительность – 5 мин.): Участники делятся словом, пришедшим им на ум в начале первого занятия, и словом, отражающим их текущее состояние или впечатление по его окончании.

Опрос на 10 минут: Вторичное использование инструмента Томаса или самооценки в отношении вашего стиля разрешения споров. Анализ изменений по сравнению с первоначальными данными.

Командное упражнение: «Эволюция моего поведения в конфликтах» (длительность 15 минут): представители коллектива поочерёдно делятся: «В прежние времена, сталкиваясь с конфликтом, я обычно... Но сейчас я начал...». Следует анализ внесенных изменений и формирование дальнейших целей.

Техника «brainstorming»: «Способы улучшения навыков» (10 мин):
Разработка коллективного баннера «10 принципов эффективного управления конфликтами».

Самоанализ: «Новые познания о себе» (5 минут): Какие выводы я о себе сделал? Что стало ключевым моментом?

Задание для самостоятельной работы: составить личное обращение к себе вперед во времени: «Мои стратегии управления конфликтными ситуациями через шесть месяцев».

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

Целью данного этапа исследования явилось выявление эффективности разработанной программы профилактики и снижения уровня конфликтности среди подростков методом формирования позитивного самовосприятия и самооценки, ознакомления с приемлемыми способами реагирования на сложные ситуации, принятия себя и окружающих. Для этого нами использовались те же методики, что и на первом этапе исследования. Это необходимо было для получения более достоверных результатов исследования. Проанализируем подробно результаты исследования.

Сначала проводилась методика исследования тактики поведения в конфликте К. Томаса. Результаты представлены на рисунке 6, ПРИЛОЖЕНИЕ 4 таблица 4.6.

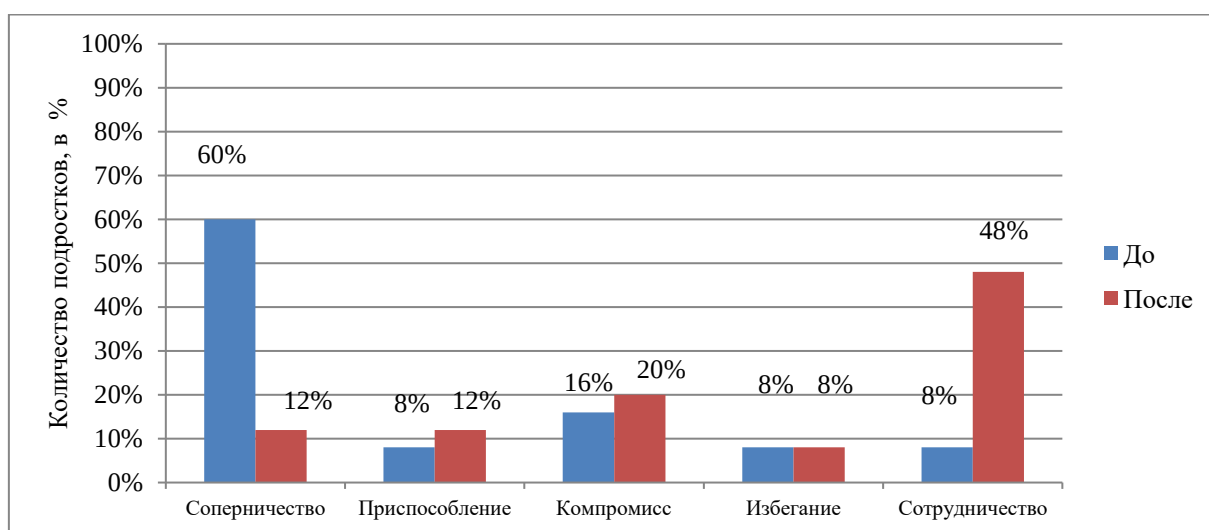


Рисунок 6 – Результаты исследования конфликтного поведения подростков по методике «Стратегии поведения в конфликте» К. Томаса, до и после реализации программы

Анализ поведения подростков в конфликтных ситуациях до и после проведения программы демонстрирует значительные изменения в их стратегиях взаимодействия.

Таким образом, проведенный анализ свидетельствует о позитивных изменениях в стратегиях поведения подростков в конфликтных ситуациях. Программа оказала влияние на их готовность изменять свои подходы и применять более конструктивные методы взаимодействия, что может способствовать улучшению межличностных отношений в подростковой среде. Проверим данный вывод с помощью критерия Вилкоксона (таблица 3).

Таблица 3 – Оценка достоверности различий показателей стратегий поведения в конфликте до и после проведения программы психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

Исследуемые переменные	$T_{\text{эмп}}$	p
Соперничество	-2,475*	0,01
Приспособление	-3,365*	0,01
Компромисс	-0,594*	0,01
Избегание	-0,229*	0,01
Сотрудничество	-0,674*	0,01
Примечание: Знаком* отмечены значимые эмпирические значения критерия $T_{\text{эмп}}$ – эмпирическое значение критерия Вилкоксона; p – уровень значимости		

В результате применения критерия Вилкоксона получили $T_{\text{эмп}}$ при уровне значимости $p=0,01$. Сопоставляя суммы рангов по каждому этапу ($\sum r_{\text{До}} < \sum r_{\text{После}}$) подтверждаем гипотезу о том, что показатели стратегий поведения в конфликте до и после проведения программы психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков имеют достоверные различия.

Далее проводилась методика «Уровень конфликтности личности» Н. В. Гришиной. Результаты представлены на рисунке 7, ПРИЛОЖЕНИЕ 4 таблице 4.7.

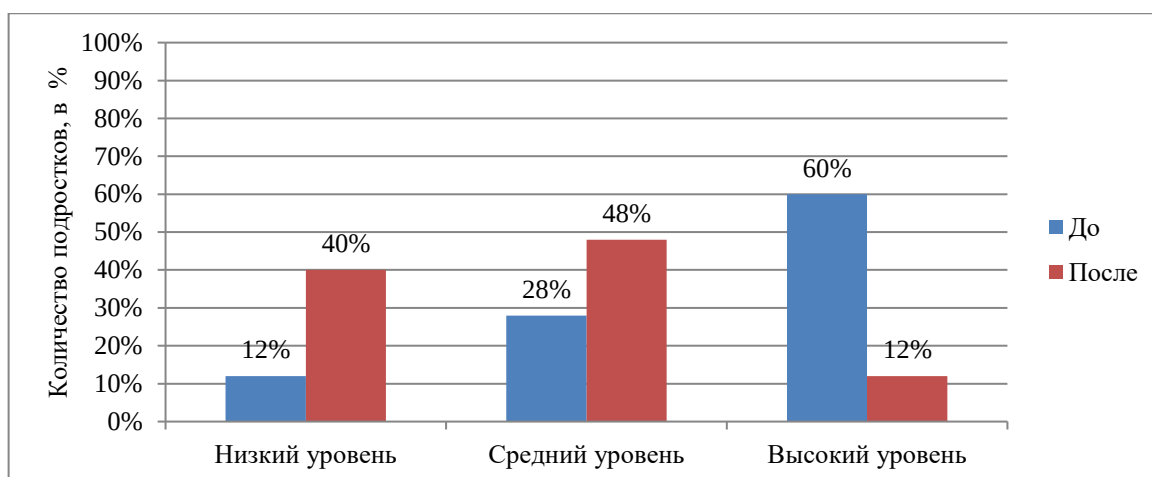


Рисунок 7 – Результаты исследования конфликтности подростков по методике «Уровень конфликтности личности» Н. В. Гришиной, до и после реализации программы

До проведения программы 12 % (3 чел.) подростков характеризовались низким уровнем конфликтности, 28 % (7 чел.) находились на среднем уровне, в то время как 60 % (15 чел.) заявили о высоком уровне конфликтности. Это свидетельствует о наличии явной проблематики, связанной с эмоциональными регуляциями, межличностными отношениями и способностью к конструктивному разрешению конфликтов в данной возрастной группе.

После завершения программы наблюдается заметное изменение в структуре уровней конфликтности. Доля подростков с низким уровнем конфликтности возросла до 40 % (10 чел.), что указывает на успешное внедрение методов профилактики и коррекции конфликтного поведения. Прирост в сегменте подростков с средним уровнем конфликтности до 48 % также свидетельствует о позитивных изменениях в навыках общения и разрешения конфликтов. В то же время, доля подростков с высоким уровнем конфликтности значительно сократилась до 12 % (3 чел.), что отражает успешность программы в снижении острых конфликтных проявлений и формировании более устойчивых навыков взаимодействия.

Таким образом, данные результаты подтверждают эффективность реализованной программы в снижении уровня конфликтности среди подростков и способны послужить основой для дальнейших исследований

в данной области. Способность к конструктивному взаимодействию с окружающими и разрешению конфликтов является важным аспектом личностного развития подростков, что может положительно сказываться на их социальной адаптации и будущей жизни.

Проверим данный вывод с помощью критерия Вилкоксона (таблица 4).

Таблица 4 – Оценка достоверности различий показателей конфликтного поведения подростков по методике «Уровень конфликтности личности» до и после внедрения разработанной программы

Исследуемые переменные	$T_{эмп}$	p
Соперничество	-2,475*	0,01
Примечание: Знаком* отмечены значимые эмпирические значения критерия $T_{эмп}$ – эмпирическое значение критерия Вилкоксона; p – уровень различий		

В результате применения критерия Вилкоксона получили $T_{эмп}$ при уровне значимости $p=0,01$. Сопоставляя суммы рангов по каждому этапу ($\sum r_{До} < \sum r_{После}$) подтверждаем гипотезу о том, что показатели конфликтного поведения подростков по методике «Уровень конфликтности личности» до проведения программы достоверно выше, чем после.

Далее нами был проведен тест «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А.В. Киселева. Результаты представлены на рисунке 8, ПРИЛОЖЕНИЕ 4 таблица 4.8.

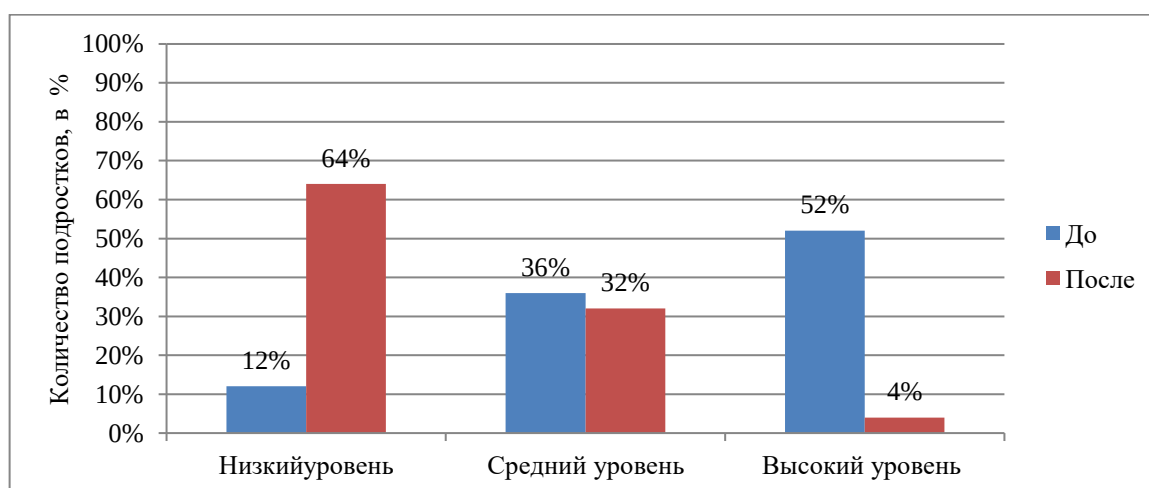


Рисунок 8 – Результаты исследования конфликтности подростков по методике «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А.В. Киселева до и после реализации программы

Исследование предрасположенности к конфликтам у подростков до и после проведения программы показало значительные изменения в распределении уровней конфликтности среди участников. В первом этапе эксперимента 12 % (3 чел.) подростков продемонстрировали низкий уровень предрасположенности к конфликтам. Этот показатель указывает на относительно небольшую склонность к возникновению конфликтных ситуаций в их поведении. На среднем уровне находились 36 % (9 чел.) подростков, что также свидетельствует о наличии определенной подверженности конфликтам, хотя и не в высоких значениях. Высокий уровень предрасположенности к конфликтам, который был присущ 52 % (13 чел.) участников, указывал на значительные трудности в управлении конфликтными ситуациями и взаимодействии с окружающими.

После проведения программы результаты показали кардинальные изменения. Процент подростков, демонстрирующих низкую склонность к конфликтам, увеличился до 64 % (16 чел.), что отражает значительные улучшения в полях социальной интеграции и умений управления конфликтами. Это является показателем эффективности программы в улучшении компетенций по разрешению конфликтов и минимизации агрессивных проявлений среди участников. Показатель подростков, занимающих среднюю позицию по склонности к конфликтам, уменьшился до 32 % (8 чел.), что подтверждает позитивное воздействие на эмоциональное и социальное благополучие участвующих. Одновременно, количество подростков с высоким уровнем склонности к конфликтам упало до 4 % (1 чел.), демонстрируя существенное усовершенствование в навыках управления конфликтными ситуациями и коммуникации с окружающими.

Таким образом, выводы исследования указывают на значительное уменьшение склонности к конфликтам среди подростков после реализации данной программы. Это подчеркивает важность и актуальность интервенционных программ, направленных на развитие социальных и

эмоциональных навыков у молодежи, что, в свою очередь, способствует созданию более гармоничной социальной атмосферы в подростковой среде.

Таблица 5 – Оценка достоверности различий показателей конфликтного поведения подростков по методике «Предрасположены ли вы к конфликтам?» А.В. Киселева, до и после внедрения разработанной программы

Исследуемые переменные	$T_{\text{эмп}}$	p
Конфликтность	-2,475*	0,01
Примечание: Знаком* отмечены значимые эмпирические значения критерия $T_{\text{эмп}}$ – эмпирическое значение критерия Вилкоксона; p- уровень различий		

В результате применения критерия Вилкоксона получили $T_{\text{эмп}}$ при уровне значимости $p=0,01$. Сопоставляя суммы рангов по каждому этапу ($\sum r_{\text{До}} < \sum r_{\text{После}}$) подтверждаем то, что гипотезу гипотеза верна и показатели конфликтного поведения подростков по методике «Уровень конфликтности личности» до проведения программы достоверно выше, чем после.

Таким образом, гипотеза нашего исследования о том, что уровень конфликтного поведения изменится при проведении психолого-педагогической коррекции подтвердилась.

3.3 Рекомендации педагогам и родителям по коррекции конфликтного поведения подростков

Анализ взаимодействий подростков в конфликтных сценариях, осуществленный в рамках данного исследования, позволил идентифицировать определенные ключевые аспекты, влияющие на уменьшение агрессивности и предотвращение конфликтов. На основе этих находок были разработаны методические указания для родителей, образовательных специалистов и самих юношей и девушек, направленные на стимулирование конструктивного диалога в сложных обстоятельствах, сокращение агрессивного поведения и воспитание компетенций проактивного взаимодействия.

Рекомендации для педагогов.

Образовательное сообщество вносит существенный вклад в формирование у молодежи эффективных методов разрешения противоречий. Преподаватели и наставники становятся ключевыми фигурами в процессе воспитания подрастающего поколения, оказывая значительное воздействие на их психологическое благополучие и способствуя развитию важных социальных компетенций для их адаптации и процветания в социуме. Для эффективного решения конфликтных ситуаций педагогам необходимо использовать персонализированные подходы и передовые образовательные практики, направленные на улучшение эмоциональной осведомленности, умений самоконтроля и стратегий мирного разрешения разногласий [26].

Таблица 6 – Рекомендации для педагогов по снижению конфликтности подростков через образовательные стратегии

Раздел	Подраздел	Рекомендации для педагогов
1. Создание безопасной и поддерживающей образовательной среды	1.1 Условия для самовыражения	Внедрение форм работы: обсуждения на классных часах, групповые проекты, активное вовлечение учеников в диалог. Акцент на том, что мнение каждого важно и безопасно.
	1.2 Участие в школьных мероприятиях	Привлечение подростков к культурным, спортивным и волонтерским мероприятиям для развития командного духа и навыков преодоления конфликтов.
	1.3 Поддержка индивидуальности	Учет личных особенностей учеников, признание достижений, уважение интересов. Снижение стресса через индивидуальный подход [31].
2. Развитие навыков саморегуляции и эмоционального интеллекта	2.1 Техники саморегуляции	Включение в программу дыхательных упражнений, релаксации, майндфулнеса и йоги для управления эмоциями и снижения стресса.
	2.2 Арт-терапия	Использование рисования, музыки, театра для невербального выражения эмоций. Полезно для подростков с трудностями в вербализации чувств.
	2.3 Развитие эмпатии	Рольевые игры, упражнения на понимание чувств других. Пример: смена ролей в конфликтных ситуациях для развития взаимопонимания.
	2.4 Психологическая поддержка	Реагирование на признаки стресса и агрессии через индивидуальные беседы или привлечение школьного психолога [29].
3. Формирование навыков конструктивного общения	3.1 Активное слушание	Обучение подростков фокусироваться на словах и эмоциях собеседника, использовать обратную связь для понимания.
	3.2 Рольевые игры и реальные ситуации	Разбор конфликтов через проигрывание сценариев, отработка вербальных и невербальных методов разрешения конфликтов.
	3.3 Выражение чувств словами	Обучение техникам "я-сообщений" для конструктивного высказывания недовольства без обвинений (например: "Мне неприятно, когда..." вместо "Ты виноват!").
	3.4 Снижение агрессии через активность	Внедрение спортивных и игровых активностей в учебный процесс для направления энергии в позитивное русло [17].
4. Групповые и индивидуальные формы работы	4.1 Групповые тренинги	Организация занятий по разрешению конфликтов, командной работе и эмоциональной саморегуляции. Развитие доверия и совместной деятельности.
	4.2 Индивидуальная работа	Консультации и занятия с подростками, имеющими явные признаки агрессивного поведения. Анализ личных переживаний и методов их преодоления [30].

Преодоление конфликтного поведения подростков – это многогранный процесс, который требует участия педагогов, родителей и самих подростков. Педагогам важно понимать, что решение проблем с конфликтами в подростковом возрасте невозможно без создания соответствующей образовательной и эмоциональной среды. Основные усилия должны быть направлены на развитие навыков саморегуляции, эффективного общения и эмпатии у подростков. Важно помнить, что подростки – это будущие взрослые, и от того, какие навыки они освоят сейчас, будет зависеть их способность к взаимодействию в обществе в будущем.

Рекомендации для подростков.

Подростки играют ключевую роль в решении конфликтов, и их способность к саморазвитию напрямую влияет на успешность решения кризисов. Развивая умение самоконтроля, они научатся более ответственно относиться к конфликтам, минимизируя агрессивные проявления.

Таблица 7 – Методы работы с поведением для подростков

Метод	Описание
1	2
Осознание собственных эмоций	Подросткам важно учиться осознавать свои эмоции и чувства. Важно понимать, что эмоции не всегда требуют немедленного выражения в агрессивной форме. Умение распознавать и контролировать свои эмоции позволяет более эффективно взаимодействовать с окружающими и избегать разрушительных реакций [22].
Саморегуляция и самоконтроль	Развитие навыков саморегуляции, таких как управление гневом и стрессом, способствует предотвращению конфликтов. Подростки должны научиться останавливаться на мгновение перед тем, как отреагировать на провокацию, и выбирать конструктивные способы решения проблемы.
Работа над самооценкой	Важно развивать здоровую самооценку, основанную на принятии себя и других. Подростки, которые чувствуют себя уверенно и уважают собственные достоинства, реже вступают в конфликты. Работать над самооценкой можно через успехи в различных сферах жизни, таких как учеба, спорт, творчество [14].
Развитие эмпатии и активного слушания	Умение понимать и принимать чувства других людей – важный компонент разрешения конфликтных ситуаций. Развитие эмпатии помогает подросткам лучше понимать мотивы других людей и находить способы для конструктивного общения, а не для эскалации конфликта.
Использование альтернативных способов разрешения конфликтов	Подростки должны осознавать, что конфликт можно решить не только через соперничество или агрессию, но и с помощью компромиссов, обсуждения и сотрудничества. Понимание того, что существуют альтернативные способы поведения, поможет им найти мирное решение спора.
Участие в групповых занятиях	Подростки могут принимать активное участие в групповых занятиях, спортивных и творческих мероприятиях, которые способствуют укреплению социальных навыков, формированию позитивных отношений и уменьшению изоляции [29].

Преодоление конфликтного поведения подростков требует комплексного подхода, включающего активное участие родителей, педагогов и самих подростков. Важно понимать, что агрессия и

конфликтность являются результатом множества факторов, включая эмоциональную нестабильность, недостаток навыков общения и саморегуляции, а также окружающую социальную среду.

Реализация предложенных рекомендаций способствует формированию у подростков конструктивного подхода к решению конфликтных ситуаций и развитию эмоционального интеллекта. Создание безопасной и поддерживающей среды, а также внедрение методов арт-терапии и психологической работы помогут подросткам не только уменьшить уровень агрессии, но и развить личностные качества, которые необходимы для успешной социальной адаптации [12].

Вместе с тем, важно помнить, что решение конфликтов и преодоление агрессии – это долгосрочный процесс, требующий усилий со стороны всех участников взаимодействия. Только через комплексное взаимодействие родителей, педагогов и подростков, возможно, сформировать здоровую и гармоничную атмосферу, способствующую развитию каждого подростка как личности.

Выводы по третьей главе

Программа психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков направлена на снижение уровня конфликтности среди подростков путем формирования позитивного самовосприятия, самооценки и адекватных способов реагирования на сложные ситуации. Ключевыми целями являются усиление способности к самоконтролю, саморегуляции и эффективному взаимодействию с другими, что должно привести к снижению стресса и повышению ответственности за личные поступки и выборы.

Созданный курс разработан специально для подростков 14-16 лет и структурирован как серия групповых встреч. Планируется, что учащиеся, распределенные в малые группы от 6 до 10 участников, пройдут обучение

техникам и стратегиям, направленным на развитие их эмоционального выражения и коммуникативных навыков.

В ходе оценки исходов реализованной программы был зафиксирован существенный сдвиг в векторах поведенческих стратегий у подростков при столкновении с конфликтными ситуациями. Примером этого послужили экспериментальные данные, указывающие на увеличение процента подростков, предпочитающих стратегию взаимодействия и сотрудничества, с 8 % до 42 %, в то же время показатель применения стратегии конкуренции снизился с 60 % до 15 %. Данные результаты демонстрируют значительное улучшение в умении строить продуктивные отношения с окружающими и реальное сокращение проявлений агрессии среди участников программы. Снижение высоких уровней конфликтности и повышение числа подростков с низким уровнем конфликтности также подтверждают успешность внедренной программы.

Таким образом, гипотеза исследования психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков о том, что уровень конфликтного поведения изменится при проведении психолого-педагогической коррекции подтвердилась.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данная выпускная квалификационная работа была посвящена изучению конфликтного поведения подростков и разработке психолого-педагогической программы его коррекции. В ходе исследования была подтверждена гипотеза о том, что системная коррекционная работа способствует снижению уровня конфликтности и формированию конструктивных стратегий поведения у подростков.

Конфликтное поведение – это комплекс действий и реакций, проявляемых человеком в ситуациях противостояния. В подростковом возрасте оно приобретает особую специфику из-за эмоциональной нестабильности, стремления к самоутверждению и противоречия между потребностью в независимости и недостатком жизненного опыта. Подростковый возраст характеризуется повышенной конфликтностью, что связано с внутренней неуверенностью, агрессивными реакциями и недопониманием со стороны взрослых.

На основе анализа научных подходов была разработана модель коррекции конфликтного поведения, включающая аналитический, диагностический, коррекционный и оценочный блоки. Ключевым элементом модели является метод «дерева целей», обеспечивающий системность и комплексность воздействия.

Эффективная коррекция требует вовлечения не только самих подростков, но и педагогов, психологов и родителей, что способствует формированию устойчивых навыков конструктивного общения.

В исследовании приняли участие 25 учащихся 7 класса (13-14 лет), отличающихся высокой интеллектуальной активностью, но также эмоциональной возбудимостью, что повышает риск конфликтов.

Применялись методики:

– тест К. Томаса – выявил, что 60 % подростков используют стратегию соперничества, и лишь 8 % – сотрудничество;

- тест на уровень конфликтности показал, что 60 % имеют высокий уровень конфликтности;

- тест А.В. Киселева подтвердил, что 52 % подростков предрасположены к конфликтам из-за ригидности и эмоциональной неустойчивости.

Полученные данные подтвердили необходимость коррекционной программы, направленной на развитие эмпатии, саморегуляции и навыков конструктивного взаимодействия. Программа включала групповые занятия (по 6–10 человек), направленные на:

- развитие самоконтроля и саморегуляции;
- обучение конструктивным стратегиям разрешения конфликтов;
- формирование позитивной самооценки и эмоциональной устойчивости.

Результаты реализации программы:

- снижение уровня соперничества с 60 % до 15 %;
- рост числа подростков, выбирающих сотрудничество с 8 % до 42 %;
- уменьшение общего уровня конфликтности (по данным повторной диагностики).

Проведенное исследование подтвердило, что конфликтное поведение подростков поддается коррекции при условии системного психолого-педагогического воздействия. Разработанная программа показала свою эффективность, что открывает возможности для ее дальнейшего применения и совершенствования.

Таким образом, поставленные задачи выполнены, цель исследования достигнута, а гипотеза исследования подтвердилась – системная психолого-педагогическая коррекция способствует снижению конфликтности и развитию позитивных моделей поведения.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аззиева М. Э. Психоэмоциональные нарушения у подростков и их коррекция / М. Э. Аззиева // Наука и мировоззрение. – 2025. – № 38. – С. 1–8.
2. Антилогова Л. Н. Характер межличностных отношений и уровень конфликтности девиантных подростков / Л. Н. Антилогова // ОмГУ. – 2023. – № 4. – С. 39–48.
3. Анцупов А. Я. Конфликтология / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. – Москва : Юрайт. 2023. – 560 с. – ISBN 978-5-4461-2384.
4. Белинская А. Б. Конфликтология в социальной работе / А. Б. Белинская. – Москва : Юрайт. 2023. – 191 с. – ISBN 978-5-534-14373-7.
5. Белинская А. Б. Педагогическая конфликтология : учеб. пособие / А. Б. Белинская. – Москва : Юрайт, 2023. – 207 с. – ISBN 978-5-534-10769-2.
6. Белинская А. Б. Теоретические и методические основы деятельности классного руководителя : педагогическая конфликтология : учеб. пособие / А. Б. Белинская. – Москва : Юрайт, 2023. – 207 с. – ISBN 978-5-534-11596-3.
7. Бунтовская Л. Л. Конфликтология : учеб. пособие / Л. Л. Бунтовская, С. Ю. Бунтовский, Т. В. Петренко. – Москва : Юрайт, 2024. – 145 с. – ISBN 978-5-534-08408-5.
8. Виктория Е. К. Агрессивность и конфликтность подростков с аттитюдами по отношению к насилию : гендерный аспект / Е. К. Виктория // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2024. – № 4 (99). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/agressivnost-i-konfliktnost-podrostkov-s-attityudami-po-otnosheniyu-k-nasiliyu-gendernyy-aspekt> (дата обращения: 03.01.2025).

9. Гром Т. И. Влияние межличностных потребностей и стиля родительского воспитания на внутриличностную конфликтность подростков / Т. И. Гром, И. Н. Андреева // Вестник Полоцкого государственного университета. Сер. : Педагогические науки. – 2023. – № 1 (39). – С. 64–67.
10. Губанова В. А. Арт-терапия как средство коррекции нарушений эмоциональной сферы подростков в образовательном учреждении / В. А. Губанова, И. А. Николаева // Символ науки. – 2025. – № 1–2. – <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-kak-sredstvo-korreksii-narusheniy-emotsionalnoy-sfery-podrostkov-v-obrazovatelnom-uchrezhdenii> (дата обращения: 03.01.2025).
11. Иванова О. А. Конфликтология в социальной работе : учеб. пособие / О. А. Иванова, Н. Н. Суртаева. – Москва : Юрайт, 2024. – 283 с. – ISBN 978-5-534-20988-4.
12. Катерина А. А. Восприятие детско-родительских отношений детьми разного возраста, имеющими правонарушения / А. А. Катерина // Образование и воспитание дошкольников, школьников, молодежи : теория и практика. – 2024. – № 2. – С. 153–159.
13. Кашапов М. М. Основы конфликтологии : учеб. пособие / М. М. Кашапов. – Москва : Юрайт, 2024. – 117 с. – ISBN 978-5-534-07564-9.
14. Кон И. С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – Москва : Просвещение, 1989. – 254 с. – ISBN 5-09-001053-6.
15. Корнева Л. В. Психологические основы педагогической практики : учеб. пособие / Л. В. Корнева. – Москва : Владос, 2004. – 91 с. – ISBN 5-691-01475-7.
16. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – 944 с. – ISBN 5-94723-187-5.

17. Кругликов В. Н. Этноконфликтология : учеб. пособие для вузов / В. Н. Кругликов. – 2-е изд. – Москва : Лань, 2024. – 296 с. – ISBN 978-5-507-48575-8.
18. Куницына В. Н. Межличностное общение : учеб. для вузов / В. Н. Куницына, Н. В. Казаринова, В. М. Погольша. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 544 с. – ISBN 5-8046-0173-3.
19. Купченко В. Е. Гендерные особенности установок в отношении насилия у подростков / В. Е. Купченко, Д. Д. Лукина // ОмГУ. – 2023. – № 2. – С. 18–28.
20. Леонов Н. И. Конфликтология : учеб. / Н. И. Леонов. – Москва : Юрайт, 2023. – 396 с. – ISBN 978-5-534-09672-9.
21. Леонов Н. И. Конфликтология : общая и прикладная / Н. И. Леонов. – Москва : Юрайт, 2024. – 396 с. – ISBN 978-5-534-09672-9.
22. Леонов Н. И. Психология конфликта : методы изучения конфликтов и конфликтного поведения : учеб. пособие / Н. И. Леонов. – Москва : Юрайт, 2024. – 265 с. – ISBN 978-5-534-12570-2.
23. Лисецкий К. С. Психология межличностного конфликта в старшем школьном возрасте / К. С. Лисецкий. – Самара : Самарский институт управления, 1996. – 127 с.
24. Лозовцева В. Н. Конфликты, развивающиеся в условиях деформированных взаимоотношений подростка с одноклассниками / В. Н. Лозовцева // Конфликты в школьном возрасте : пути их преодоления и предупреждения / под ред. Е. А. Шумилина. – Москва : [б. и.], 1986. – С. 26–39.
25. Лоленко Е. В. Исследование дисгармоничных характеристик межличностных отношений старших подростков / Е. В. Лоленко // Проблемы современного образования. – 2024. – № 2. – С. 60–73.
26. Лонская Л. В. Исследование уровня конфликтного поведения у обучающихся первого курса медицинского колледжа / Л. В. Лонская,

Т. В. Малютина // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – № 81–2. – С. 742–745.

27. Лопарев А. В. Конфликтология : учеб. пособие / А. В. Лопарев, Д. Ю. Знаменский. – Москва : Юрайт, 2023. – 299 с.

28. Лучинкина А. И. Особенности представлений о родителях у интернет-активных подростков / А. И. Лучинкина, Э. А. Ганиева // Гуманитарные науки. – 2023. – № 4 (64). – С. 135–142.

29. Майерс Д. Социальная психология / Д. Майерс. – Санкт-Петербург : Питер, 1997. – 1314 с. – ISBN 978-5-4237-0138-3.

30. Минакова Г. К. Взаимосвязь стратегий поведения в конфликте подростков с разной гендерной идентичностью / Г. К. Минакова // Вестник науки. – 2023. – № 6 (63). – С. 765–769.

31. Мудрик А. В. Общение как фактор воспитания школьников / А. В. Мудрик. – Москва : Педагогика, 1994. – 112 с.

32. Нагайцев В. В. Юридическая конфликтология : учеб. пособие / В. В. Нагайцев, Г. В. Оболянский. – Москва : Юрайт, 2023. – 142 с. – ISBN 978-5-534-16567-8.

33. Немов Р. С. Психология : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Р. С. Немов. – Москва : ВЛАДОС, 2006. – 688 с. – ISBN 5-691-00552-9.

34. Никонова С. Б. Конфликтология духовной сферы : учеб. пособие / С. Б. Никонова, А. М. Сидоров, А. В. Успенская. – Москва : Юрайт, 2023. – 319 с. – ISBN 978-5-534-10448-6.

35. Новикова Э. В. Сотрудничество семьи и школы в профессиональной ориентации школьников / Э. В. Новикова // Проблемы Науки. – 2025. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotrudnichestvo-semi-i-shkoly-v-professionalnoy-orientatsii-shkolnikov> (дата обращения: 03.01.2025).

36. Охременко И. В. Конфликтология : учеб. пособие / И. В. Охременко. – Москва : Юрайт, 2024. – 155 с. – ISBN 978-5-534-05147-6.

37. Посакалова Т. А. Театральная деятельность в средней школе как средство диагностики и разрешения межличностных конфликтов подростков / Т. А. Посакалова, А. В. Манджиева // Вестник науки. – 2024. – № 4 (73). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teatralnaya-deyatelnost-v-sredney-shkole-kak-sredstvo-dagnostiki-i-razresheniya-mezhlichnostnyh-konfliktov-podrostkov> (дата обращения: 13.02.2025).
38. Психологические особенности чувства зависти у подростков // Скиф. – 2023. – № 11 (87). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-chuvstva-zavisti-u-podrostkov> (дата обращения: 03.03.2025).
39. Распопова Н. И. Медиация : учеб. пособие / Н. И. Распопова. – Москва : Юрайт, 2023. – 223 с. – ISBN 978-5-534-17499.
40. Ромашов Р. А. Юридическая конфликтология : учеб. / Р. А. Ромашов. – Москва : КноРус, 2021. – 280 с. – ISBN: 978-5-406-08365-4.
41. Руководство практического психолога : психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / под ред. И. В. Дубровиной. – Екатеринбург : Деловая книга, 2000. – 176 с.
42. Рыбакова М. М. Конфликт и взаимодействие в педагогическом процессе / М. М. Рыбакова. – Москва : Просвещение, 1991. – 246 с.
43. Савченко Т. Н. Моделирование поведения в конфликтных ситуациях / Т. Н. Савченко. – Москва : [б. и.], 1993. – 117 с.
44. Сафонов А. А. Международные конфликты в XXI веке : учеб. пособие / А. А. Сафонов, М. А. Сафонова. – Москва : Юрайт, 2023. – 416 с. – ISBN 978-5-534-17498-4.
45. Сафонова В. Ю. Современные подходы к формированию безопасного поведения подростков в социуме / В. Ю. Сафонова // Проблемы современного педагогического образования. – 2024. – № 84–4. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyye-podhody-k-formirovaniyu-bezopasnogo-povedeniya-podrostkov-v-sotsiуме>

bezopasnogo-povedeniya-podrostkov-v-sotsiume (дата обращения: 01.02.2025).

46. Светлов В. А. Конфликтология : учеб. / В. А. Светлов, В. А. Семенов. – Москва : Юрайт, 2023. – 352 с. – ISBN 978-5-534-17497-7.

47. Семенов В. А. История зарубежной конфликтологии / В. А. Семенов. – Москва : Юрайт, 2024. – 215 с. – ISBN 978-5-534-17500-4.

48. Сирота Н. М. Политическая конфликтология : учеб. пособие / Н. М. Сирота. – Москва : Юрайт, 2024. – 122 с. – ISBN 978-5-534-17496-0.

49. Сорокина А. И. Конфликтность в поведении детей и подростков : учеб. пособие / А. И. Сорокина. – Москва : Юрайт, 2022. – 130 с. – ISBN 978-5-534-17496-0.

50. Сорокина Е. Г. Конфликтология в социальной работе : учеб. для бакалавров / Е. Г. Сорокина, М. В. Вдовина. – 2-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2020. – 282 с. – ISBN 978-5-394-03769-0.

51. Степанова А. В. Содержательные особенности самоотношения у подростков с разным уровнем притязаний / А. В. Степанова // Вестник науки. – 2023. – № 6 (63). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhatelnye-osobennosti-samootnosheniya-u-podrostkov-s-raznym-urovнем-prityazaniy> (дата обращения: 03.05.2025).

52. Столяренко Л. Д. Основы психологии. Практикум : учеб. пособие / Л. Д. Столяренко. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2006. – 704 с. – ISBN: 978-5-222-08880-2.

53. Сухарев П. Л. Думай, как я велю! Руководство по психологическому воздействию / П. Л. Сухарев. – Санкт-Петербург : Питер, 2010. – 192 с. – ISBN 978-5-49807-086-3.

54. Тест Томаса Килмена [сайт]. – URL: <https://psytests.org/confl/tkiG-run.html> (дата обращения: 03.05.2025).

55. Тимофеев Ю. П. Конфликтология : учеб. пособие по курсу «Конфликтология» / Ю. П. Тимофеев, Н. Н. Коваленков. – Москва : Просвещение, 2021. – 184 с. – ISBN 978-5-09-077123-4.

56. Тютюнькова О. В. Проявление агрессивного поведения подростков группы риска / О. В. Тютюнькова // Вестник науки. – 2025. – № 3 (84). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/proyavlenie-agressivnogo-povedeniya-podrostkov-gruppy-riska> (дата обращения: 03.03.2025).

57. Уруков Ю. Н. Характерные особенности проявления различных форм агрессивного поведения у подростков / Ю. Н. Уруков, А. В. Московский, Н. В. Шувалова // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – № 79-4. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/harakternye-osobennosti-proyavleniya-razlichnyh-form-agressivnogo-povedeniya-u-podrostkov> (дата обращения: 03.02.2025).

58. Фельдштейн Д. И. Проблемы возрастной и педагогической психологии / Д. И. Фельдштейн. – Москва : Международная педагогическая академия, 1994. – 368 с. – ISBN 5-88531-001-5.

59. Фельдштейн Д. И. Конфликты в условиях школы / Д. И. Фельдштейн, Л. И. Воробьева. – Москва : [б. и.], 1986. – С. 4–17. – ISBN 5-88531-001-5.

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

61. Хасан Б. И. Психология конфликта и переговоров / Б. И. Хасан, П. А. Сергоманов. – Москва : Академия, 2004. – 190 с. – ISBN 5-7695-1346-2.

62. Хорни К. Наши внутренние конфликты / К. Хорни. – Москва : ЭКСМО-Пресс, 2008. – 240 с. – ISBN 978-5-699-27553-6.

63. Черкасская Г. В. Управление конфликтами : учеб. пособие / Г. В. Черкасская, М. Л. Бадхен. – Москва : Юрайт, 2024. – 250 с. – ISBN 978-5-534-17502-7.

64. Чернова Г. Р. Конфликтология : учеб. пособие / Г. Р. Чернова, М. В. Сергеева, А. А. Беляева. – Москва : Юрайт, 2024. – 201 с. – ISBN 978-5-534-17503-4.
65. Шарков Ф. И. Общая конфликтология : учеб. для бакалавров / Ф. И. Шарков, В. И. Сперанский. – 2-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2020. – 236 с. – ISBN 978-5-394-03770-6.
66. Шаталова К. Е. Развитие конфликтоустойчивости учащихся подросткового возраста посредством социально-психологического тренинга / К. Е. Шаталова, М. В. Данилова // Международный научно-исследовательский журнал. – 2024. – № 3 (141). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-konfliktoustoychivosti-uchaschihsya-podrostkovogo-vozrasta-posredstvom-sotsialno-psihologicheskogo-treninga> (дата обращения: 03.02.2025).
67. Шевандрин Н. И. Социальная психология в образовании : учеб. / Н. И. Шевандрин. – Москва : Юрайт, 2022. – 544 с. – ISBN 978-5-534-17495-2.
68. Шейн Э. Х. Организационная культура и лидерство / Э. Х. Шейн ; под ред. В. А. Спивака. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 336 с. – ISBN 978-5-459-01653-2.
69. Эльконин Б. Д. Психология развития : учеб. / Б. Д. Эльконин. – Москва : Академия, 2018. – 487 с. – ISBN 978-5-7695-6794-4.
70. Deutsch M. The handbook of conflict resolution : Theory and practice / M. Deutsch, P. T. Coleman, E. C. Marcu. – 3 rd ed. – Hoboken : John Wiley & Sons, 2016. – 848 p.
71. Fisher R. Getting to yes : Negotiating agreement without giving in / R. Fisher, W. Ury, B. Patton. – 4 th ed. – New York : Penguin, 2021. – 240 p.
72. Wilmot W. W. Interpersonal conflict / W. W. Wilmot, J. L. Hocker. – 10 th ed. – New York : McGraw-Hill Higher Education, 2020. – 448 p.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики конфликтного поведения подростков

Методика диагностики тактики поведения в конфликте К. Томаса

Тестовый материал

Итак, из каждой предложенной пары суждений выберите одно, наиболее характеризующее ваше поведение

1 пара:

А) В некоторых случаях я могу предоставить другому человеку возможность быть ответственным за решение неоднозначного вопроса

Б) Я стремлюсь обращать внимание на точки соприкосновения, а не на расхождения во взглядах

2 пара:

А) Я всегда стремлюсь найти компромисс

Б) Я всегда стараюсь решить проблему так, чтобы были учтены и интересы и мои и другого

3 пара:

А) Практически всегда я непреклонен в достижении своей цели

Б) Практически всегда я пытаюсь сохранить хорошие взаимоотношения

4 пара:

А) Я всегда стремлюсь к компромиссу

Б) В некоторых случаях я могу поступиться своими интересами, чтобы в выигрыше остался другой человек

5 пара:

А) В процессе разрешения конфликта, я стремлюсь найти поддержку у соперника

Б) Я всегда стремлюсь сделать так, чтобы напряжённости не возникло

6 пара:

А) Я всегда стремлюсь сделать так, чтобы у меня не было неприятностей

Б) Я всегда стремлюсь достичь своей цели

7 пара:

А) Часто я стремлюсь отложить принятие решения по спорному вопросу, чтобы сделать это позже

Б) Нередко я могу пойти на уступки, чтобы добиться другой цели

8 пара:

А) Как правило, я всегда настаиваю на своём

Б) В первую очередь, я всегда хочу понять, в чём суть всех затрагиваемых вопросов и интересов

9 пара:

А) Мне кажется, что переживать по поводу разногласий следует далеко не всегда

Б) Я делаю всё, чтобы было так, как хочу я

10 пара:

А) Я решительно пытаюсь достичь своей цели

Б) Чаще всего я стремлюсь к поиску компромиссного решения
онлайн-курс

Самопознание

За 4 недели с помощью психологических тестов и упражнений вы узнаете, что вы действительно хотите в жизни, поймёте свои сильные и слабые стороны и проанализируете более 50 характеристик своей личности.

11 пара:

А) В первую очередь, я всегда хочу понять, в чём суть всех затрагиваемых вопросов и интересов

Б) Практически всегда я пытаюсь сохранить хорошие взаимоотношения

12 пара:

А) Чаще всего, я стараюсь избежать позиции, способной вызвать разногласия

Б) Я могу легко пойти другому навстречу, если и он тоже готов пойти на уступки

13 пара:

А) Чаще я предлагаю найти среднее решение

Б) Чаще я продолжаю настаивать на своём

14 пара:

А) Я всегда объясняю другому свою позицию и интересуюсь, как думает он

Б) Я всегда доказываю другому логичность своих суждений и плюсы своей позиции

15 пара:

А) Практически всегда я пытаюсь сохранить хорошие взаимоотношения

Б) Я всегда стремлюсь сделать так, чтобы напряжённости не возникло

16 пара:

А) Я всегда учитываю чувства другого и стараюсь не задеть их

Б) Я всегда доказываю другому логичность своих суждений и плюсы своей позиции

17 пара:

А) Как правило, я настойчив в достижении своей цели

Б) Я всегда стремлюсь сделать так, чтобы напряжённости не возникло

18 пара:

А) Я могу позволить человеку настаивать на своём, если знаю, что он будет счастлив

Б) Я могу легко пойти другому навстречу, если и он тоже готов пойти на уступки

19 пара:

А) В первую очередь, я всегда хочу понять, в чём суть всех затрагиваемых вопросов и интересов

Б) Часто я стремлюсь отложить принятие решения по спорному вопросу, чтобы сделать это позже

20 пара:

А) Я всегда стремлюсь к немедленному преодолению разногласий

Б) Я всегда настроен на лучшее сочетание потерь и выгод для каждого

21 пара:

А) В процессе переговоров я всегда учитываю желания другой стороны

Б) Мне больше нравится, когда проблема обсуждается прямо

22 пара:

А) Я стремлюсь занять такую позицию, которая будет посередине между моей личной и противоположной

Б) Я всегда стремлюсь отстоять свои желания

23 пара:

А) Меня всегда волнует вопрос, удовлетворены ли желания другой стороны

Б) В некоторых случаях я могу предоставить другому человеку возможность быть ответственным за решение неоднозначного вопроса

24 пара:

А) Если для другого человека очень важна его позиция, я пойду ему навстречу

Б) Я стремлюсь склонить другого к компромиссному решению

25 пара:

А) Я всегда доказываю другому логичность своих суждений и плюсы своей позиции

Б) В процессе переговоров я всегда учитываю желания другой стороны

26 пара:

А) Чаще я предлагаю найти среднее решение

Б) Практически всегда я стремлюсь сделать так, чтобы были удовлетворены желания всех сторон

27 пара:

А) Я стараюсь не занимать потенциально спорной позиции

Б) Я могу позволить человеку настаивать на своём, если знаю, что он будет счастлив

28 пара:

А) Как правило, я настойчив в достижении своей цели

Б) В процессе разрешения конфликта, я стремлюсь найти поддержку у соперника

29 пара:

А) Чаще я предлагаю найти среднее решение

Б) Мне кажется, что переживать по поводу разногласий следует далеко не всегда

30 пара:

А) Я всегда стараюсь сделать так, чтобы чувства другого не были задеты

Б) Чаще всего я придерживаюсь такой позиции в спорной ситуации, чтобы и я и другой человек достигли успеха

Теперь можете ознакомиться с ключом к тесту.

Ключ к тесту

Согласно таблице 1.1 проставьте себе 1 балл за каждый ответ, который совпадает с ключами.

Таблица 1.1 – Ключи для подсчёта баллов

№	Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление
1				А	Б
2		Б	А		
3	А				Б
4			А		Б
5					
6	Б			А	
7			Б	А	
8	Б			А	
9	Б			А	
10	А		Б		
11	А				Б

Продолжение таблицы 1.1

12				Б	А
13	Б		А		
14	Б	А			
15				Б	А
16	Б				А
17	А			Б	А
18			Б		
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

А теперь вы можете интерпретировать полученные результаты.

Тест «Уровень конфликтности личности»

Инструкция: Ребята! При ответе на вопрос выберите один вариант ответа, под конкретной буквой, запишите букву после номера вопроса.

Характерно ли для вас стремление к доминированию, то есть к тому, чтобы подчинить своей воле других?

- а) нет
- б) когда как
- в) да

Есть ли в вашем коллективе люди, которые вас побаиваются, а возможно и ненавидят?

- а) да
- б) ответить затрудняюсь
- в) нет

Кто вы в большей степени?

- а) пацифист (человек, отказывающийся от любой - даже справедливой – войны)
- б) принципиальный (человек, действующий на основе своих принципов)
- в) предприимчивый (энергичный, находчивый и изобретательный человек, обладающий практической сметкой).

Как часто вам приходится выступать с критическими суждениями?

- а) часто
- б) периодически
- в) редко

Что для вас было бы наиболее характерно, если бы вы возглавили новый для вас коллектив?

а) разработал бы программу развития коллектива на год вперед и убедил бы членов коллектива в ее перспективности;

б) изучил бы, кто есть кто, и установил бы контакт с лидерами;

в) чаще советовался бы с людьми.

В случае неудач какое состояние для вас наиболее характерно?

а) пессимизм

б) плохое настроение

в) обида на самого себя

Характерно ли для вас стремление отстаивать и соблюдать традиции вашего коллектива?

а) да

б) скорее всего да

в) нет

Относите ли вы себя к людям, которым лучше в глаза сказать горькую правду, чем промолчать?

а) да

б) скорее всего да

в) нет

Из трех личностных качеств, с которыми вы боретесь, чаще всего вы стараетесь изжить в себе

а) раздражительность

б) обидчивость

в) нетерпимость критики других

Кто вы в большей степени?

а) независимый

б) лидер

в) генератор идей

Каким человеком считают вас ваши друзья?

а) экстравагантным

б) оптимистом

в) настойчивым

С чем вам чаще всего приходится бороться?

а) с несправедливостью

б) с бюрократизмом

в) с эгоизмом

Что для вас наиболее характерно?

а) недооцениваю свои способности

б) оцениваю свои способности объективно

в) переоцениваю свои способности

Что приводит вас к столкновению и конфликту с людьми.

а) излишняя инициатива

б) излишняя критичность

в) излишняя прямолинейность

Обработка результатов тестирования

Все ответы к каждому вопросу имеют свою оценку в баллах. Замените выбранные вами буквы баллами и подсчитайте общую сумму набранных вами баллов, согласно таблице 1.2.

Таблица 1.2 – Сумма общих баллов

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
А	1	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	1
Б	2	2	3	2	2	3	2	2	1	1	1	2	1	2
В	3	1	2	1	1	1	1	1	3	2	3	1	3	3

Определенная сумма баллов характеризует уровень конфликтности личности:

14 - 17 баллов – очень низкий

18 - 20 баллов – низкий

21 - 23 балла – Ниже среднего

24 - 26 баллов – ближе к среднему

27 - 29 баллов – средний

30 - 32 баллов – ближе к среднему

33 - 35 баллов – выше среднего

36 - 38 баллов – высокий

39 - 42 балла – очень высокий

Тест А.В. Киселева «Предрасположены ли вы к конфликтам?»

Из предлагаемых ответов на вопросы выберите подходящий вариант.

1. Как вы реагируете на критику?

а) как правило, критика меня глубоко уязвляет;

б) критику обычно принимаю близко к сердцу;

в) пытаюсь учесть, если критика справедлива;

г) на критику обычно не обращаю внимания.

2. Верите ли вы людям?

- а) придерживаюсь того мнения, что лучше никому не верить;
- б) людям почти не верю, я в них обманулся;
- в) я верю людям, когда нет особых оснований для недоверия;
- г) обычно я доверяю всем людям без разбора.

3. Вы умеете бороться за свою точку зрения?

- а) я всегда упорно отстаиваю свои взгляды;
- б) отстаиваю свои взгляды лишь тогда, когда полностью убежден, что прав;
- в) скорее уступлю, чем буду энергично отстаивать свои взгляды;
- г) предпочитаю отказаться от своих взглядов, чем из-за них конфликтовать.

4. Вы предпочитаете руководить или подчиняться?

- а) в любом деле люблю руководить сам;
- б) люблю как руководить, так и быть руководимым;
- в) охотно работаю под чьим-либо руководством;
- г) как правило, предпочитаю работать под чьим-нибудь руководством и

ответственность передаю ему.

5. Если вас кто-то обидел...

- а) стараюсь отплатить тем же;
- б) боюсь мстить из-за дальнейших последствий;
- в) считаю месть лишним, ненужным усилием;
- г) если меня кто-то обидел - обиду быстро забываю.

6. Вас попытались обойти в очереди...

- а) способен такого человека вышвырнуть вон;
- б) ругаюсь, но если только ругаются другие;
- в) молчу, хотя возмущен;
- г) предпочитаю отступить, в ссору не вникаю.

7. Просто ли вас «выбить из колеи»?

- а) я легко расстраиваюсь по самым незначительным поводам;
- б) я расстраиваюсь, когда на то есть серьезные причины;
- в) расстраиваюсь редко и только по серьезным причинам;
- г) меня мало что расстраивает.

8. Вы «лед» или «пламя»?

- а) я горяч и вспыльчив;
- б) не очень вспыльчив;
- в) скорее спокоен, чем вспыльчив;
- г) я вполне спокойный человек.

9. Легко ли вам говорить правду?

- а) я всегда говорю то, что думаю прямо в глаза;
- б) бывает, что я могу сказать все, что думаю;
- в) говорю обдуманно, лишь после размышления;
- г) я не раз взвешу свои слова, прежде чем что-нибудь сказать.

В зависимости от варианта ответа поставьте за:

- а) 1 балл;
- б) 2;
- в) 3;
- г) 4 балла.

Просуммируйте результаты.

От 9 до 19 баллов. Вы человек тяжелый в общении, подчас идете на конфликт не ради дела, а «из-за принципа». Возможно, вы, не признаваясь самому себе, испытываете удовлетворение, давая волю своим эмоциям и наблюдая, как разгораются страсти вокруг вас. Иногда о вас люди говорят: «Борец за правду», «Смелый, не боишься критиковать недостатки». Но прислушайтесь к мнению других: «Побереги свои нервы и нервы окружающих». Твою бы энергию да в мирных целях. Признайтесь себе честно, так ли велика полезная отдача от вашей борьбы за справедливость?

От 20 до 25 баллов. Эта сумма позволяет считать вас человеком уживчивым, общительным, покладистым, способным противостоять обострениям отношений в группе, коллективе.

От 26 до 34 баллов. Вы едва ли являетесь источником конфликта. Однако общение с вами немногим доставляет удовольствие, поскольку неинтересен тот человек, который всегда и во всем со всеми соглашается. К тому же пассивность, стремление уйти в сторону невольно делают вас косвенным виновником конфликтных ситуаций.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты диагностики конфликтного поведения подростков

Таблица 2.1 – Результаты диагностики конфликтного поведения подростков по методике «Стратегии поведения в конфликтах» К. Томаса (Констатирующий этап)

№	Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление
1	9	5	5	4	7
2	6	5	11	2	6
3	3	10	5	6	6
4	5	5	6	10	2
5	10	6	4	5	5
6	2	4	4	4	12
7	4	4	10	5	7
8	10	5	5	4	6
9	10	5	5	5	5
10	3	4	4	3	11
11	3	7	10	5	5
12	12	6	5	5	2
13	9	5	5	4	7
14	11	4	4	4	7
15	10	4	6	5	5
16	10	2	5	6	7
17	10	3	4	6	7
18	12	5	2	5	6
19	9	5	5	7	4
20	9	5	5	8	3
21	2	10	6	5	7
22	4	5	6	10	5
23	5	3	10	5	7
24	10	5	6	3	6
25	10	7	3	5	5
Высокий уровень	60 % (15)	8 % (2)	16 % (4)	8 % (2)	8 % (2)
Средний уровень	24 % (6)	64 % (16)	68 % (17)	80 % (20)	72 % (18)
Низкий уровень	16 % (4)	28 % (7)	16 % (4)	12 % (3)	20 % (5)

Таблица 2.2 – Результаты исследования конфликтного поведения подростков по методике «Уровень конфликтности личности» (констатирующий этап)

№	Баллы	Уровень
1	2	3
1	41	высокий
2	36	высокий
3	30	средний
4	38	высокий
5	39	высокий
6	28	средний
7	41	высокий
8	15	низкий
9	40	высокий
10	40	высокий
11	27	средний
12	30	средний
13	38	высокий
14	41	высокий
15	25	средний
16	44	высокий
17	19	низкий
18	39	высокий
19	35	высокий
20	21	средний
21	40	высокий
22	41	высокий
23	25	средний
24	39	высокий
25	36	высокий
Высокий уровень	60 % (15 чел.)	
Средний уровень	28 % (7 чел.)	
Низкий уровень	12 % (3 чел.)	

Таблица 2.3 – Результаты исследования конфликтного поведения подростков по методике «Предрасположены ли вы к конфликтам?» (констатирующий этап)

№	Баллы	Уровень
1	2	3
1	8	высокий
2	21	средний
3	23	средний
4	10	высокий
5	10	высокий
6	24	средний
7	11	высокий
8	31	низкий
9	12	высокий
10	15	высокий
11	20	средний
12	21	средний
13	10	высокий
14	8	высокий
15	22	средний
16	9	высокий
17	29	низкий
18	3	высокий
19	10	высокий
20	23	средний
21	9	высокий
22	30	низкий
23	24	средний
24	23	средний
25	8	высокий
Высокий уровень	52 % (13 чел.)	
Средний уровень	36 % (9 чел.)	
Низкий уровень	12 % (3 чел.)	

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа психолого-педагогической коррекции конфликтного поведения подростков

Современные подростки часто оказываются в условиях социальной нестабильности, информационной перегрузки и повышенной фрустрации. Всё это усиливает эмоциональную неустойчивость, снижает уровень самоконтроля и повышает склонность к конфликтным формам поведения. Многочисленные исследования в области возрастной психологии и педагогики подтверждают, что конфликтное поведение у старших подростков связано с недостаточной коммуникативной зрелостью, неразвитостью навыков саморегуляции и слабой эмпатией.

Программа ориентирована на использование активных форм работы – формирующего эксперимента, ролевых игр, дискуссий и методики мозгового штурма – как наиболее эффективных инструментов воздействия на подростков в условиях групповой динамики.

Цель программы заключалась в формировании у старших подростков навыков конструктивного реагирования в конфликтных ситуациях, способствуя снижению уровня конфликтного поведения.

Задачи программы:

1. Сформировать у подростков осознанное отношение к понятию конфликта, его структуре и функциям.
2. Развить навыки анализа собственных поведенческих стратегий в конфликтных ситуациях.
3. Научить методам конструктивного разрешения конфликтов в групповой и межличностной коммуникации.
4. Повысить уровень саморегуляции и эмпатии у подростков.
5. Способствовать осознанию альтернатив конфликтному поведению.

Методы реализации программы:

1. Формирующий эксперимент – как метод поэтапной трансформации поведенческих установок подростков в ходе практических занятий.
2. Ролевые игры – позволяют проигрывать модели поведения, пробовать альтернативные стратегии реагирования в конфликте.

3. Дискуссии – способствуют формированию критического мышления и навыков аргументированного общения.

4. Мозговой штурм – используется для генерации конструктивных решений конфликтных ситуаций, развивает креативность и гибкость мышления.

Целевая аудитория: старшие подростки (возраст 14–16 лет), склонные к конфликтному поведению, демонстрирующие трудности в межличностных отношениях, учащиеся общеобразовательных учреждений.

Продолжительность и форма реализации:

- форма проведения: групповые занятия в малых группах (8–12 человек);
- общее количество занятий: 10;
- продолжительность одного занятия: 50 минут;
- частота: 1–2 раза в неделю;
- итог: групповая и индивидуальная оценка динамики изменений, обратная

связь.

По итогам реализации программы предполагается достижение следующих изменений у подростков:

1. Уменьшение частоты и интенсивности проявлений конфликтного поведения.
2. Развитие навыков самоконтроля и эмоциональной регуляции.
3. Повышение уровня коммуникативной культуры и способности к диалогу.
4. Формирование мотивации к конструктивному решению проблемных ситуаций.
5. Осознание личной ответственности за стиль поведения в конфликте.

Формы оценки эффективности программы:

- анкетирование участников до и после прохождения программы (метод формирующего эксперимента);
- наблюдение за поведением в рамках ролевых игр и обсуждений;
- сравнительный анализ поведения в начале и в конце курса;
- индивидуальные рефлексивные эссе и обсуждение результатов в группе.

Программа опирается на:

- теорию конфликтологии (К. Томас, Л. Понарин);
- концепции возрастной психологии (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин);
- психолого-педагогические подходы к формированию социального поведения (А.А. Асмолов, И.С. Кон);

– элементы технологии формирования социальных навыков через активные формы (игры, тренинги, дискуссии).

Темы занятий по программе приведены в таблице 3.1

Таблица 3.1 – Темы занятий по программе

№	Тема занятия	Цель	Методы	Краткое содержание
1	2	3	4	5
1	Конфликт: осознание и признание	Ввести понятие конфликта и актуализировать личный опыт	Формирующий эксперимент, дискуссия	Игровая разминка, обсуждение конфликтных ситуаций, рефлексия
2	Конфликт как норма жизни	Переосмыслить конфликт как часть взаимодействия	Ролевая игра, дискуссия	Инсценировка бытового конфликта, обсуждение, размышления о плюсах/минусах
3	Кто я в конфликте?	Исследовать личные стратегии поведения	Формирующий эксперимент, мозговой штурм	Самотестирование, обсуждение в группах, построение модели
4	Эмоции в конфликте	Понять роль эмоций и научиться управлять ими	Ролевая игра, обсуждение	Психодраматические мини-сценки, разбор чувств, упражнения на контроль
5	Активное слушание	Освоить навык слушания как способа разрешения споров	Формирующий эксперимент, дискуссия	Парная практика, игра на искажение смысла, совместные выводы
6	Конфликт в группе	Развить умение работать в команде при разногласиях	Ролевая игра, мозговой штурм	Инсценировка ситуации «деловой спор», выработка коллективных решений
7	Модели поведения	Сравнить разные стили реагирования и найти конструктивный	Ролевые игры, дискуссия	Сравнение агрессии, компромисса, избегания в конкретных сценках
8	Решения без проигравших	Поиск продуктивных стратегий разрешения конфликтов	Мозговой штурм	Генерация решений, отбор реалистичных стратегий, обсуждение
9	Эмпатия и позиция другого	Развить способность видеть ситуацию с чужой стороны	Ролевая игра, дискуссия	«Поменяйся ролями», дебрифинг, развитие эмпатии
10	Завершающее занятие	Подвести итоги, оценить личные изменения	Формирующий эксперимент, групповая рефлексия	Итоговая анкета, круг признаний, выдача сертификатов

Занятие 1. «Конфликт: осознание и признание».

Цель: сформировать первичное осознание природы конфликта, активизировать личный опыт участников, настроить группу на доверительное взаимодействие.

Ход занятия:

Приветствие и настрой (5 минут): ведущий коротко рассказывает о целях программы. Простое упражнение на "распаковку" настроения (каждый участник говорит, с чем пришёл, используя метафору погоды: «У меня сегодня в душе пасмурно», «Солнечно» и т.д.).

Интерактивный старт – "Конфликт вокруг нас" (10 минут): мозговой штурм: подростки по очереди называют ситуации, в которых возникает конфликт (дома, в школе, с друзьями). Все идеи фиксируются на доске.

Мини-лекция с обсуждением (10 минут): ведущий объясняет, что конфликт – это не всегда плохо. Сравнение с огнём: может согревать, может обжечь. Подчеркивается, что цель не избегать конфликтов, а научиться действовать в них осознанно.

Упражнение "Личный след" (15 минут): каждый участник вспоминает конфликтную ситуацию, в которой он участвовал. Необходимо описать:

1. Где это было?
2. С кем?
3. Как ты себя вёл?
4. Что чувствовал?
5. Чем всё закончилось?

Обсуждение в парах, затем в кругу. Важно: без критики и оценки!

Рефлексия (5 минут): что нового я понял о конфликте? Какие чувства у меня остались после разговора?

Домашнее задание: записать 1-2 конфликтные ситуации за неделю и свои реакции на них.

Занятие 2. «Конфликт как часть жизни».

Цель: помочь подросткам изменить негативное отношение к конфликтам, показать, что они могут быть источником роста и изменений.

Ход занятия:

Разминка «Конфликт или нет?» (10 минут): ведущий зачитывает утверждения (напр.: «Один друг не отвечает на сообщение» / «Родители кричат, когда я задерживаюсь»). Подростки поднимают карточку «Да» или «Нет», голосуют: это конфликт или нет? Потом коротко объясняют мнение.

Ролевая игра «Домашний вечер» (20 минут): Сценка: подросток возвращается домой позже обещанного времени, родители недовольны. Два волонтёра играют

родителей и подростка. Остальные наблюдают. После сценки обсуждение: что вызвало конфликт? Что можно было изменить? Потом второй вариант сценки – с конструктивной реакцией.

Мозговой штурм: «Что хорошего может быть в конфликте?» (10 минут): Участники группами пишут на листах фломастером все возможные положительные последствия конфликта. Защита идей.

Рефлексия в кругу (5 минут): Мнение: изменилось ли моё восприятие конфликта? Почему?

Домашнее задание: понаблюдать за конфликтами в медиа (фильмы, соц.сети) и записать один пример конструктивного и один пример деструктивного исхода.

Занятие 3. «Кто я в конфликте?».

Цель: помочь подростку распознать свою стратегию поведения в конфликте, осознать собственные особенности реагирования.

Ход занятия:

Разогрев «Позиция» (5 минут): ведущий читает утверждения: «Конфликт – это угроза» / «Конфликт – это шанс». Подростки занимают позицию в комнате (угол «Согласен» – «Не согласен») и комментируют.

Диагностический блок (10 минут): заполнение теста-опросника (например, по методике Томаса в адаптированной форме). Участники определяют свой стиль поведения: конкуренция, компромисс, сотрудничество, избегание, приспособление.

Работа в микрогруппах (15 минут): обсуждение в группах: как я веду себя в конфликте, доволен ли я этим? Какие плюсы/минусы у моего стиля?

Мозговой штурм «Какие стратегии лучше?» (10 минут): генерация идей: какие стратегии можно использовать в разных жизненных ситуациях?

Индивидуальная карта конфликта (5 минут): участник выбирает один стиль, который хочет развить. Записывает: почему, как это может помочь.

Домашнее задание: наблюдать за собой: как я вёл себя в конфликтной ситуации на неделе? Совпал ли стиль с выбранным?

Занятие 4. «Эмоции в конфликте».

Цель: научиться распознавать эмоции в конфликтной ситуации и регулировать эмоциональные реакции.

Ход занятия:

Упражнение «Эмоциональный барометр» (5 минут): каждый участник показывает, как он себя чувствует, выбрав одну из предложенных карточек с эмоциями.

Мини-лекция и обсуждение (10 минут): ведущий рассказывает о базовых эмоциях и их влиянии на поведение в конфликте. Задаётся вопрос: «Какая эмоция чаще всего мешает вам в конфликте и почему?»

Ролевая игра «Обострение» (20 минут): в парах разыгрывается ситуация, где один участник провоцирует другого на эмоциональную реакцию. Потом меняются ролями. Обсуждаются стратегии самоконтроля.

Обсуждение: «Как эмоции управляют нами?» (10 минут): коллективный разговор о том, как эмоции мешают/помогают выйти из конфликта. Ведущий подводит к идее, что эмоциями можно управлять.

Рефлексия (5 минут): С каким чувством я уйду? Что было неожиданным?

Домашнее задание: в течение недели фиксировать ситуации, где удалось (или не удалось) справиться с эмоциями.

Занятие 5. «Активное слушание».

Цель: развить навык слушания как одного из ключевых инструментов конструктивного разрешения конфликтов.

Ход занятия:

Игра «Испорченный телефон наоборот» (5 минут): участники передают фразу друг другу, стараясь сохранить её точной. Итог – насколько точно она дошла.

Мини-лекция о слушании (10 минут): ведущий рассказывает, в чём разница между «слышать» и «слушать», какие существуют барьеры понимания.

Упражнение «Слушатель» (15 минут): в парах один говорит в течение 2 минут на свободную тему, второй только слушает и потом пересказывает. Потом меняются ролями. Обсуждение впечатлений.

Мозговой штурм «Что мешает слушать?» (10 минут): групповая работа с флипчартом. Подростки выписывают помехи активному слушанию.

Рефлексия и выводы (5 минут): Какой способ слушания я хочу применять? Что нового понял о себе?

Домашнее задание: практиковать активное слушание с членами семьи/друзьями, записать результат.

Занятие 6. «Язык тела и невербальное поведение в конфликте».

Цель: развить осознанность невербальных сигналов в конфликтной коммуникации и научиться использовать их конструктивно.

Ход занятия:

Разминка «Зеркало» (5 минут): участники работают в парах. Один делает движения, второй – отражает их, как зеркало. Меняются ролями.

Мини-лекция и беседа (10 минут): рассказ о роли невербальных сигналов (мимика, жесты, интонация) в конфликте. Обсуждение примеров: какие невербальные действия усиливают конфликт, а какие – смягчают.

Ролевая игра «Тихий конфликт» (15 минут): участники в парах разыгрывают конфликтную сценку, используя минимум слов, полагаясь на жесты и мимику. После каждой сценки – обратная связь от наблюдателей.

Мозговой штурм: «Как показать уважение невербально?» (10 минут): коллективный поиск способов показать, что ты слышишь и понимаешь собеседника даже без слов.

Рефлексия (5 минут): Что нового я понял о собственных жестах и выражениях? Что хочу изменить?

Домашнее задание: понаблюдать за собой и окружающими: какие невербальные сигналы чаще всего используются в спорах и как они влияют на исход конфликта.

Занятие 7. «Решение конфликтов в группе».

Цель: научиться разрешать групповые конфликты с помощью коллективного обсуждения и принятия решений.

Ход занятия:

Игра «Башня доверия» (5 минут): Участники по очереди называют качества хорошей команды и строят «башню» из слов.

Ситуация-конфликт (15 минут): ведущий озвучивает вымышленную ситуацию: «Группа друзей планирует поездку, но не могут договориться о месте». Участники делятся на команды и разыгрывают дискуссию, стремясь к общему решению.

Обсуждение: «Что помогло, а что мешало договориться?» (10 минут): разбор поведения в группах: кто доминировал, кто уступал, какие фразы способствовали договору.

Методика «мозгового штурма» (15 минут): каждая группа предлагает альтернативные способы разрешения группового конфликта. Итоги обсуждаются всей группой.

Рефлексия (5 минут): Что я понял о себе в группе? Какие навыки хочу развивать?

Домашнее задание: проанализировать один групповой конфликт, в котором участвовал, и подумать, как бы можно было его разрешить иначе.

Занятие 8. «Как сказать «нет» и сохранить отношения».

Цель: научить подростков отстаивать свои границы и мнения без агрессии и разрушения отношений.

Ход занятия:

Игра «Да-нет» (5 минут): один участник называет ситуацию, другой отвечает только «да» или «нет» и объясняет без использования других слов. Упражнение показывает, как сложно говорить «нет».

Мини-дискуссия (10 минут): почему мы боимся говорить «нет»? Что может произойти, если этого не делать?

Рольевые игры «Спокойное несогласие» (20 минут): Сценки: друг просит помочь с обманом учителя, родственник настаивает на неприемлемом решении и т.п. Задача – отказать спокойно и аргументированно. Обсуждение реакций.

Мозговой штурм «Формулы отказа» (10 минут): подростки совместно составляют список вежливых и уважительных форм отказа.

Рефлексия (5 минут): Как я обычно говорю «нет»? Что хочу изменить?

Домашнее задание: попрактиковать один из приёмов в реальной жизни и записать результат.

Занятие 9. «Позитивное переформулирование».

Цель: освоить технику перевода негативных фраз в конструктивные для профилактики эскалации конфликта.

Ход занятия:

Упражнение «Обидные фразы» (5 минут): каждый пишет фразу, которая его задевает. Затем меняются листками и пробуют переформулировать её позитивно.

Мини-лекция с примерами (10 минут): как слово может ранить или поддержать. Понятие «я-сообщений» и техника «замены упрёков на описания чувств».

Практика в парах (15 минут): один участник говорит жёсткую фразу (например: «Ты вечно всё портишь!»), второй – переформулирует: «Мне было неприятно, когда ты не помог». Разбор чувств.

Дискуссия: «Почему нам трудно быть добрыми в споре?» (10 минут): Разговор о привычке нападать и выгоде позитивного общения.

Рефлексия (5 минут): Какая фраза из сегодня запомнилась? Что хочу попробовать использовать?

Домашнее задание: вести дневник речевых ситуаций и тренировать переформулирование.

Занятие 10. «Итоговое занятие: я и конфликт сегодня».

Задача: утвердить и закрепить изученные компетенции и умения, осуществить самоанализ достигнутых результатов и эффективно завершить работу в команде.

Ход занятия:

Игровое упражнение «От старта до финала» (продолжительность – 5 мин.): Участники делятся словом, пришедшим им на ум в начале первого занятия, и словом, отражающим их текущее состояние или впечатление по его окончании.

Опрос на 10 минут: Вторичное использование инструмента Томаса или самооценки в отношении вашего стиля разрешения споров. Анализ изменений по сравнению с первоначальными данными.

Командное упражнение: «Эволюция моего поведения в конфликтах» (длительность 15 минут): представители коллектива поочерёдно делятся: «В прежние времена, сталкиваясь с конфликтом, я обычно... Но сейчас я начал...». Следует анализ внесенных изменений и формирование дальнейших целей.

Техника "brainstorming": "Способы улучшения навыков" (10 мин): Разработка коллективного баннера "10 принципов эффективного управления конфликтами".

Самоанализ: «Новые познания о себе» (5 минут): Какие выводы я о себе сделал? Что стало ключевым моментом? Задание для самостоятельной работы: составить личное обращение к себе вперед во времени: «Мои стратегии управления конфликтными ситуациями через шесть месяцев».

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования конфликтного поведения подростков

Таблица 4.1 – Результаты диагностики конфликтного поведения подростков по методике «Стратегии поведения в конфликтах» К. Томаса после реализации программы

№	Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление
1	5	10	5	6	4
2	4	11	4	3	8
3	10	8	4	5	3
4	5	4	4	10	7
5	7	12	5	4	2
6	5	4	5	5	11
7	4	6	6	11	3
8	4	11	5	3	7
9	5	5	10	4	6
10	4	5	12	6	3
11	3	5	12	4	6
12	5	10	6	5	4
13	5	4	4	6	11
14	5	6	3	6	10
15	11	5	6	7	1
16	12	5	3	6	4
17	5	10	5	4	6
18	5	12	3	4	6
19	6	9	5	5	5
20	4	10	6	3	7
21	5	10	6	4	5
22	6	5	10	7	2
23	3	5	10	5	7
24	7	10	5	6	2
25	3	10	5	4	8
Высокий уровень % (чел)	12 % (3)	12 % (3)	20 % (5)	8 % (2)	48 % (12)
Средний уровень % (чел)	44 % (11)	32 % (8)	48 % (12)	64 % (16)	24 % (6)
Низкий уровень % (чел)	44 % (11)	32 % (8)	28 % (7)	28 % (7)	28 % (7)

Таблица 4.2 – Результаты исследования конфликтного поведения подростков по методике «Уровень конфликтности личности» после реализации программы

№	Баллы	Уровень
1	25	средний
2	15	низкий
3	16	низкий
4	30	средний
5	25	средний
6	28	средний
7	29	средний
8	30	средний
9	15	низкий
10	14	низкий
11	17	низкий
12	18	низкий
13	20	низкий
14	19	низкий
15	20	низкий
16	23	средний
17	25	средний
18	30	средний
19	32	средний
20	34	средний
21	15	низкий
22	39	высокий
23	40	высокий
24	25	средний
25	37	высокий
Высокий уровень	12 % (3 чел.)	
Средний уровень	48 % (12 чел.)	
Низкий уровень	40 % (10 чел.)	

Таблица 4.3 – Результаты исследования конфликтного поведения подростков по методике «Предрасположены ли вы к конфликтам?» (констатирующий этап)

№	Баллы	Уровень
1	2	3
1	20	средний
2	24	средний
3	36	низкий
4	35	низкий
5	32	низкий
6	25	средний
7	26	низкий
8	28	низкий
9	30	низкий
10	25	средний
11	28	низкий
12	26	низкий
13	30	низкий
14	35	низкий
15	32	низкий
16	30	низкий
17	25	средний
18	24	средний
19	18	высокий
20	25	средний
21	26	низкий
22	28	низкий
23	29	низкий
24	30	низкий
25	24	средний
Высокий уровень % (чел.)	4 % (1 чел.)	
Средний уровень % (чел.)	32 % (8 чел.)	
Низкий уровень % (чел.)	64 % (16 чел.)	