



## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ.....	6
1.1. Социальный интеллект как предмет исследования.....	6
1.2. Психологические особенности детей подросткового возраста.....	10
1.3. Социальный интеллект детей подросткового возраста.....	15
Выводы по главе 1.....	19
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ .....	21
2.1. Организация и методы исследования.....	21
2.2. Анализ полученных результатов.....	28
2.3. Программа, направленная на развитие социального интеллекта подростков .....	34
Выводы по главе 2.....	42
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	44
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	48
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	51

## ВВЕДЕНИЕ

Развитие социального интеллекта способствует успешной адаптации подростков в социальной среде.

Умение правильно понимать поведение людей и эффективно взаимодействовать с внешним миром очень важно для успешного развития, становления и реализации личности. Эта способность и есть социальный интеллект. Эта концепция является относительно новой в современной психологии и находится в процессе изучения.

Подростковый возраст - это стадия, которая находится между периодом детства и взрослой жизнью. Об этом периоде многие говорят, что он является самым трудным из возрастов человека и называется вторым рождением. Подросток проходит долгий путь в своем развитии: через внутренние конфликты с самим собой и с другими людьми, через внешние срывы и подъемы он может обрести чувство лиризма. В подростковом возрасте формируются многие черты личности, которые сильно влияют на дальнейшую жизнь.

Актуальность исследования определяется практической потребностью в достоверных знаниях о механизмах социального взаимодействия человека. Сегодня на практике наблюдается расхождение между потребностью современного человека в высоком уровне интеллекта и психологической культуры и часто встречающимися трудностями в понимании взаимоотношений между людьми, социальной ситуации и в адаптации к обществу. Решение этого противоречия заключается в повышении компетентности личности в общении и, в целом, компетентности в познании социального мира.

В научной литературе имеются разрозненные исследования по различным аспектам этой проблематики. Недостаточно изучена взаимосвязь социализации и социального интеллекта.

Существует много разнообразных подходов к пониманию социального интеллекта. Изучением этого феномена занимались зарубежные и отечественные ученые (Э. Торндайк, Г. Оллпорт, Г. Айзенк, Дж. Гилфорд, Р. Стенберг, М. Форд, М. Тисак, Ф.Е. Вернон, К. Космитский, О. Джон, М.И. Бобнева, Ю.Н. Емельянов, А.Л. Южанинова, В.Н. Куницына, Д.В. Ушаков, О.Б. Чеснокова, О.В. Лунева, В.С. Юркевич, В.А. Савенков и др.), но единой концепции на сегодняшний день не существует. Исследования в этой области активно продолжаются.

Цель исследования: изучить возможности развития социального интеллекта подростков.

Объект исследования: социальный интеллект.

Предмет исследования: развитие социального интеллекта подростков.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи исследования:

1. На основе изучения литературы раскрыть сущность понятия «социальный интеллект».
2. Подобрать и обосновать диагностический инструментарий изучения социального интеллекта.
3. Разработать и апробировать содержание программы по развитию социального интеллекта.
4. Проверить эффективность программы по развитию социального интеллекта подростков.

Гипотеза: мы предполагаем, что лекции, семинары, игровые занятия с элементами тренинга, включенные в программу, будут способствовать развитию социального интеллекта подростков.

Методы и методики исследования:

теоретические: анализ, сравнение, обобщение психолого-педагогической литературы;

эмпирические: тестирование, опрос;

методы количественной и качественной обработки данных.

Методики:

Опросник агрессивности Басса-Дарки в модификации Г. Резапкиной.

(Приложение А)

«Диагностика социального интеллекта» тест Дж. Гилфорда и М. Салливена, в модификации Е.С. Михайловой. (Приложение Б)

Структура выпускной квалификационной работы включает в себя введение, две главы (теоретическая часть и экспериментальная часть), заключение, библиографический список, приложение.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ

## 1.1. Социальный интеллект как предмет исследования

«Социальный интеллект» – относительно новое для психологической науки понятие. Теоретические предпосылки формирования представлений о социальном интеллекте заложены в культурно-исторической теории психического развития человека С.Л. Выготским. Само понятие «социальный интеллект» было введено Э. Торндайком в 1920 году. Автор указывал, что тесты измеряют "абстрактный" интеллект, в то время как все еще существуют механический и социальный интеллекты. Э. Торндайк рассматривал социальный интеллект как «способность понимать людей и управлять ими, способность мудро действовать в межличностных отношениях» [25].

Долгое время считалось, что интеллект может проявляться не только в выполнении решения классических тестовых задач на способность мыслить, скорость мышления и объем приобретенных знаний, но и в том, как человек рассматривает поведение окружающих его людей и собственную личность. В 1920 году Э. Торндайк первым упомянул понятие "социальный интеллект". Под этим термином он подразумевал способность одного человека правильно понимать других людей. Позже, в 1947 году, эта идея была подтверждена в работе К. Э. Спирмена, как "способность критически и правильно оценивать чувства, настроение и мотивацию действий других людей"[17].

Исследование Дж.Брунера сыграло важную роль и показало, что в сознании субъекта, имеющего определенный жизненный опыт, существует центральная готовность, которая предшествует сенсорному вводу (гипотезе). Долгое время эта идея использовалась в различных областях научного знания: в философии Гуссерля – "картина мира", в общей психологической теории А. Н.Леонтьева – "образ мира", в когнитивной психологии диаграммы

У. Нейсера [18]. Важным моментом в концепции Дж.Брунера является вывод о том, что можно проводить обучение по категориям. Оказывается, социальный интеллект можно сформировать, но для этого нужно создать необходимые условия [16].

Под социальным интеллектом Г. Олпорт подразумевал "социальный дар", обеспечивающий гладкость в отношениях с людьми, продуктом которого является социальная адаптация, а не глубина понимания. Он связывал социальный интеллект со способностью делать быстрые, почти автоматические суждения о людях [19]. В то же время, как и Э. Торндайк, Г. Олпорт подчеркивали важность социального интеллекта для адаптации в обществе.

Еще в конце 50-х годов Дж.Гилфорд создал многофакторную модель человеческого интеллекта, включающую 120 способностей, тридцать из которых он объединяет в группу "способность знать поведение человека" [3, с. 441]. Способность "знать поведение человека" (социальный интеллект), по мнению Дж. Гилфорда, включает в себя шесть факторов [10, с. 201]:

1. Познание элементов поведения – способность выделять вербальное и невербальное поведение;
2. Познание классов поведения – способность выявлять наиболее общие черты, характерные для того или иного типа поведения;
3. Познание поведенческих отношений – способность распознавать отношения между поведенческими единицами;
4. Познание систем поведения – способность понимать ситуацию во всей ее полноте;
5. Познание трансформаций поведения – способность понимать изменение смысла аналогичного поведения;
6. Познание результатов поведения – способность предвидеть последствия поведения, основываясь на имеющейся информации.

Среди современных ученых проблемой социального интеллекта занимались многие психологи, такие как: М.И. Бобнева, В.П. Захаров,

А.С. Кондратьева, А.Г. Шмелев и другие. Общим для специалистов является понимание социального интеллекта как способности опознавать и улавливать сложные отношения и зависимости в социальной сфере, которые формируются в процессе общения и социального взаимодействия [2]. В 1979 году одним из первых психологов, описавших термин "социальный интеллект", была М.И. Бобнева. Она выделила его в системе социального развития личности.

В отечественной психологии понятие "социальный интеллект" описывает Ю.Л. Емельянов, также понимает ее как устойчивую, основанную на специфике мыслительных процессов, аффективных реакций и социального опыта способность понимать себя, а также других людей. Социальный интеллект включает в себя чувствительность - особую эмоциональную чувствительность к психическим состояниям, стремлениям, ценностям и целям других людей. Чувствительность, в свою очередь, подразумевает эмпатию - способность сочувствовать, проявление эмоционального резонанса к переживаниям другого [8].

По мнению Е.С. Михайловой, расширенная модель интеллекта, предложенная Дж. Гилфордом, в настоящее время является одним из наиболее полных и систематических описаний человеческого интеллекта. Модель Дж. Гилфорда легла в основу батареи тестов, предназначенных для изучения социального интеллекта [17].

Под социальным интеллектом Е.С. Михайлова понимает "когнитивный аспект коммуникативных способностей личности, который интегрирует когнитивные процессы, связанные с рефлексией личности, в частности социальную перцепцию и рефлексивность" [17, с. 78]. То есть социальный интеллект создает условия для понимания действий и поступков других людей, а также их речи.

В более поздних работах А.А. Бодалев пишет, что социальный интеллект предполагает собой объединение всех критериев коммуникативной компетенции, обеспечивающей эффективное общение [6].

В качестве таких критериев А.А. Бодалев указывает на социальную пластичность, эмпатию, высокую речевую культуру общения, высокий уровень развития рефлексии, позитивное принятие другого человека, умение разрешать конфликты. При этом А.А. Бодалев отмечает, что для более эффективного общения один человек должен ставить другого в центр системы ценностей, а не в периферию, и это позволяет правильно выстраивать отношения [6]. Таким образом, А.А. Бодалев рассматривает социальный интеллект как высокий уровень развития тех качеств, которые включены в это понятие Е.Ю. Емельяновым. Так, у А.А. Бодалева социальный интеллект предполагает не просто способность «понимать других людей», а «высокую культуру речевого общения, умение разрешать конфликты, позитивное принятие другого человека», не просто умение «понимать себя», а «высокий уровень развития рефлексии» [6, с. 77].

В 1984 году А. Л. Южанинова также выделяет социальный интеллект как третью характеристику интеллектуальной структуры, помимо практического и логического интеллекта. Он рассматривает социальный интеллект как особую социальную способность в трех измерениях: социально-перцептивные способности, социальное воображение и методы социальной коммуникации [33, с. 34].

Проведя исследование особенностей социального интеллекта в подростковом возрасте, Т.Н. Князева и пришла к следующим выводам. В подростковом возрасте хорошо развита способность ориентироваться в понимании последствий поведения, предвидеть действия людей [14].

В целом, как отмечает Т.Н. Князева, в юношеском возрасте учащиеся ощущают большие трудности в межличностном взаимодействии, они достаточно плохо адаптируются к различным системам взаимодействия [14].

В результате определение понятия «социальный интеллект» в учебнике «Общая психология» дается следующим образом: "Социальный интеллект-это сложная динамическая структура в системе коммуникативного

потенциала, представляющая собой совокупность социальных когнитивных процессов, регулирующих межличностное общение, определяющих успешность социального взаимодействия, характеризующих уровень социального развития личности и формирующихся в процессе общения" [18, с. 259].

Отсюда следует, что социальный интеллект является относительно новым понятием в науке психологии, которое находится в процессе развития и улучшения. В последние годы закрепилось понятие, что социальный интеллект - это отдельная группа умственных способностей, связанных с обработкой социальной информации, группа способностей, которые принципиально отличаются от тех, которые лежат в основе более белого «формального» мышления, проверяемого с помощью тестов интеллекта. Социальный интеллект - это способность правильно понимать и прогнозировать поведение людей. Эта способность необходима для лучшего межличностного взаимодействия и успешной социальной адаптации.

## **1.2. Психологические особенности детей подросткового возраста**

Психологический возраст, по Л.С. Выготскому, - это качественно своеобразный период психического развития, характеризующийся, прежде всего, появлением новообразования, которое подготовлено всем ходом предшествующего развития. Психологический возраст может не совпадать с хронологическим возрастом отдельного ребенка, записанным в его свидетельстве о рождении, а затем в паспорте [4]. Возрастной период имеет определенные ограничения. Но эти хронологические границы могут сместиться, и один ребенок вступит в новый возрастной период раньше, а другой-позже. Границы подросткового возраста, связанные с половым созреванием детей, особенно сильно «плавают» [9].

Чем выше социальный интеллект, тем легче человеку адаптироваться в новой среде, тем успешнее деятельность, связанная с взаимодействием с

людьми. Другими словами, при высоком уровне социального интеллекта общение становится более эффективным, а интуиция развивается до высоких пределов. Социальный интеллект формируется на протяжении всей жизни человека, но самый большой скачок в развитии происходит именно в подростковом возрасте, так как этот возраст связан с глобальными изменениями всех психических процессов подростка в связи с кризисом переходного возраста.

Подростковый возраст (от 10-11 до 14-15 лет) называют переходным периодом от детства к взрослой жизни. Подростковый возраст традиционно считается самым трудным с точки зрения образования [15].

В отечественной психологии основы понимания закономерностей развития в подростковом возрасте заложены в работах Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, Т.В. Драгуновой, Л.И. Божовича, Д.И. Фельдштейна, Г.А. Цукермана и др.

Важность этого возраста определяется также тем, что он закладывает основы и намечает общие направления формирования нравственных и социальных установок личности. Общие черты этого возраста отмечены изменчивостью настроения с переходами от безудержного веселья к унынию и рядом попеременно выделяющихся полярных качеств. Особая подростковая чувствительность-чувствительность к оценке окружающими своей внешности, способностей, навыков. Все это сочетается с чрезмерной критикой, чрезмерной самоуверенностью и пренебрежением к суждениям взрослых [8]. Психологические особенности подросткового возраста называются «подростковым комплексом».

Одной из основных причин психологических трудностей этого возраста является половое созревание, но именно оно определяет неравномерность развития в различных направлениях. Характерной чертой этого возраста является пытливість ума, стремление к знаниям, подросток жадно стремится овладеть, как можно большим количеством знаний.

Подростки направляют свою умственную деятельность в ту область, которая их больше всего привлекает. Этот возраст эмоционально неустойчив.

Основными психологическими потребностями подростка являются стремление к общению со сверстниками, стремление к независимости и самостоятельности, эмансипация от взрослых, признание своих прав другими людьми.

Ощущение взрослости - это психологический симптом начала подросткового возраста. По определению Д.Б. Эльконина, чувство взрослости - это новообразование сознания, посредством которого подросток сравнивает себя с другими (взрослыми или товарищами), находит образцы для усвоения, строит свои отношения с другими людьми, перестраивает свою деятельность [12].

Типы «взрослости» разнообразны:

Подражание внешних признаков взрослости – курение, игра в карты, употребление вина, ненормативная лексика, стремление к взрослой моде в одежде и причёске, использование косметики, украшений и т.д. Это самые простые способы достижения «взрослости» – но они и самые опасные.

Стремление мальчиков-подростков приобрести качества «настоящего мужчины» - это воля, смелость, выносливость, мужество, верность в дружбе и т.д. Спорт часто становится средством самообразования. Я хотел бы отметить, что в это время многие девушки также хотят обладать качествами, которые веками считались мужскими.

Социальная зрелость. Она возникает в условиях сотрудничества ребенка и взрослого в различных видах деятельности, где подросток занимает место помощника взрослого. Обычно это наблюдается в семьях, испытывающих трудности, где подросток фактически занимает положение взрослого. Здесь забота о близких, об их благополучии приобретает характер жизненной ценности. Многие мальчики хотят приобрести различные навыки взрослых (слесарное дело, столярное дело, ремонт и т.д.), а девочки - готовить, шить, вышивать.

Начало подросткового возраста – очень удобное время для этого. Поэтому психологи указывают, что необходимо включать подростков на правах помощника в занятия взрослых.

Интеллектуальная зрелость. Она проявляется в стремлении подростка знать и что-то уметь по-взрослому. Это усиливает развитие познавательной деятельности, её содержание выходит за пределы школьной программы (секции, музеи и т.п.). Чаще всего наибольший объем знаний у подростков – это всё же результат самостоятельной работы. Умение учиться приобретает для таких подростков личный смысл и превращается в самообразование.

Завышенные притязания, не всегда адекватные представления о своих возможностях, приводят к многочисленным конфликтам подростка с родителями и учителями, к протестному поведению [11].

Ведущей деятельностью в подростковом возрасте остается учебная деятельность, но психологически отходит на второй план. Главным противоречием этого периода является прочное желание ребенка признать свою равноценность, взрослым при отсутствии реальной возможности самоутвердиться среди них. По мнению Д.Б. Эльконина, общение со сверстниками становится главной деятельностью детей этого возраста [32].

В начале подросткового возраста активность общения, сознательное экспериментирование с собственными отношениями с другими людьми (поиск друзей, выяснение отношений, конфликты и примирение, смена компаний) выделяются в относительно самостоятельную область жизни [27].

Главная потребность такого периода - найти свое место в обществе, быть значимым - это реализуется в сообществе сверстников. У подростков способность широко общаться со сверстниками определяет привлекательность деятельности и интересов.

Если подросток не может общаться в классе, он «уходит» из школы психологически, а то и буквально. Развитие мотивов общения с одноклассниками в подростковом возрасте: желание быть среди сверстников,

что-то делать вместе; такой мотив, как занять определенное место в коллективе сверстников; стремление к независимости и поиск признания ценности собственной личности. В общении со сверстниками происходит воспроизведение различного угла зрения человеческих отношений, выстраивание отношений [11].

В ходе личного общения со сверстниками происходит практическое освоение моральных норм и ценностей. Здесь формируется самосознание как основное новообразование психики. Часто в плохой успеваемости лежит нарушение взаимопонимания со сверстниками. В младшем школьном возрасте решение проблемы успеваемости часто приводит к гармонизации сферы общения со сверстниками, к повышению самооценки и т.д.

К основным новообразованиям подросткового возраста Р.П. Ефимкина относит следующие:

- чувство взрослости;
- формирование Мы - концепции – это еще не дружба, это, скорее, поклонение общему идолу;
- формирование референтных групп, типичной чертой которых является чрезвычайно высокая конформность [12]. К мнению группы и ее лидера относятся некритически, диффузное «Я» нуждается в сильном «Мы», инакомыслие исключено. Ценности и мнения референтной группы подросток склонен признавать своими собственными. В его сознании они задают оппозицию взрослому обществу. Взрослые не имеют доступа, а такие группы, следовательно, каналы воздействия оказываются ограниченными.

Ценности детского общества плохо согласованы с ценностями взрослого [12, с. 122].

Основной формой самопознания подростков, по мнению Л.М Фридмана. и И.Ю Кулагиной, является «сравнение себя с другими людьми: взрослыми, сверстниками» [26, с. 98].

### 1.3. Социальный интеллект детей подросткового возраста

На данный момент более тщательно изучены возрастные особенности социального интеллекта лишь на примере студентов и взрослых людей. Попробуем разобраться в данной проблеме путём изучения работ различных авторов.

По мнению Ж.Ж. Пиаже развитие поведения имеет чётко определённые стадии [21]. Он заметил, что эти стадии развиваются в строгой последовательности, и дальнейшее их развитие напрямую зависит от предыдущих стадий. Ж.Ж. Пиаже выделил пять стадий развития интеллекта:

1. Сенсомоторный интеллект (от 8-10 месяцев до 1,5 лет).
2. Допонятийный (символический) интеллект (от 1,5 до 4 лет).
3. Наглядный (интуитивный) интеллект (от 4 до 8 лет).
4. Стадия конкретных операций (от 8 до 12 лет).
5. Стадия рефлексивного интеллекта (12 – 15 лет)

С 12 до 15 лет у ребенка есть понимание того, что о нем думают другие. Дружба в этом возрасте обусловлена взаимным учетом потребностей и условий. В этот период ребенок начинает понимать важность доверительных отношений. С 15 лет подросток учится понимать ценности, идеи и представления других людей. Дружба в этом возрасте основана на взаимопонимании, взаимопомощи, но в то же время проявляется взаимная независимость [27]. В своих исследованиях Л.А. Ясюкова пишет, что формирование и развитие социального интеллекта зависит от уровня развития мышления [39]. Благодаря развитию когнитивных способностей появляется способность оценивать и анализировать собственное поведение и поведение других людей. Социальные знания во многом зависят от людей, которые занимаются воспитанием и образованием ребенка. Отсутствие базовых социальных знаний или неправильно сформированная социальная позиция-негативно влияет на развитие когнитивной сферы социального

интеллекта. Таким образом, дети одного возраста, могут сильно отличаться друг от друга в ситуациях коммуникативного взаимодействия.

В подростковом возрасте развитие социального интеллекта несколько замедляется (особенно выражено у девочек) в связи с тем, что дети начинают меняться, эти изменения связанные с возрастным кризисом. В этом возрасте способность разрешать конфликты снижается, а впечатлительность возрастает. Ярко выражены упрямство и социальная смелость. Самоконтроль и эффективность снижаются [38]. Дети становятся более конфликтными и требовательными к другим. По мнению автора, социальный интеллект как когнитивная структура формируется только при выходе из подросткового кризиса [36].

А.А. Иванов, рассматривая особенности социального интеллекта в процессе взросления, отмечает, что с возрастом уровень социального интеллекта развивается, и отличается от динамики развития общего интеллекта. Он утверждает, что метакогнитивные способности возрастают с возрастом, а поведенческие стратегии становятся более сложными. Повышается способность к саморегуляции [16].

Подростковый возраст имеет особое значение в формировании и развитии социального интеллекта. В этом возрасте подросток пробует различные ситуации социального поведения и строит собственную модель поведения [32].

Как отмечает Х.Гарднер, интеллект проявляется не только в традиционно отличающихся вербальных и математических способностях [9]. Интеллект-это наша способность успешно реагировать на новые ситуации и учиться на собственном опыте. Он выделяет семь типов интеллекта:

1. Вербальный интеллект - вербальные, речевые способности. Человек, у которого хорошо развит этот тип интеллекта, может спорить, убеждать, учить, умело используя слова.

2. Музыкальный интеллект - способность исполнять, сочинять или наслаждаться музыкой. (Как правило, этот тип интеллекта хорошо развит у исполнителей, композиторов и музыкальных критиков).

3. Логико - математический интеллект - способность выполнять операции с числами, логически мыслить, способность мыслить в терминах причины и следствия, формулировать тезисы, разрабатывать концепции, распознавать образы и рационально анализировать процессы и события.

4. Пространственно-визуальный интеллект - способность видеть, воспринимать объекты и манипулировать ими в уме; воспринимать и создавать визуально-пространственные композиции (характерно для архитекторов, инженеров, хирургов).

5. Физико-кинестетический интеллект - хорошо развитые двигательные навыки, которые успешно используются в спорте, в исполнительском искусстве, в ручном труде (характерны для танцоров, спортсменов, механиков).

6. Межличностный интеллект - способность понимать других людей и сотрудничать с ними, отождествлять себя с ними и представлять себе, как выглядит мир с их точки зрения. Межличностный интеллект выражается в том, как мы воспринимаем настроения, темпераменты и потребности других и как мы реагируем на них.

7. Внутриличностный интеллект - способность понимать себя, свои чувства, стремления (хорошо развита у психиатров, поэтов).

Эти типы интеллекта рассматриваются Х. Гарднером, как ранние, более общие, формы способностей, во многом определяемые генетикой [9].

Все чаще старшеклассники имеют неспособность регулировать поведение во взаимодействии с окружающими, и это свидетельствует о недостаточной сформированности социального компонента, который является одним из трех компонентов в структуре социального интеллекта, по мнению И. Ф. Баширова [5]. Результатом формирования эмоционального компонента является способность обобщать и выделять существенные

особенности в различных невербальных реакциях человека, а также отражение собственного состояния в различных ситуациях, что необычно для современных старшеклассников. Эмпатия является важным компонентом любого человека и представляет собой способность эмоционально реагировать на проблемы другого человека.

Поэтому можно сказать, что эмпатия играет особую роль в расширении и укреплении контактов, а также в понимании людей. Но в то же время старшеклассникам не свойственна эмпатия, большинство старшеклассников ограничены количеством контактов в живом общении. У некоторых из них есть контакты в Интернете, но это не живое общение и часто оно поверхностное, состоящее из "здравствуйте, как дела" и, чаще всего, такое общение продиктовано невозможностью установить прямые контакты. Многие старшеклассники вообще не имеют друзей и одиноки

Кроме того, недавние исследования показывают, что низкий уровень социального интеллекта (в основном низкая эмпатия, неспособность управлять своими эмоциями) характерен для старшеклассников из неполных семей. Результаты недавних исследований также свидетельствуют о том, что девочки имеют более высокий уровень социального интеллекта, чем мальчики. Это проявляется, прежде всего, в том, что девушки более чувствительны и эмоционально отзывчивы. Современные подростки характеризуются нестабильным поведением, они не умеют меняться в зависимости от ситуаций из-за своей прямолинейности [35].

## Выводы по главе 1

Проанализировав литературу по социальному интеллекту, его структуре, компонентам и особенностям в подростковом возрасте, можно сделать вывод, что социальный интеллект - это система интеллектуальных способностей, связанных с обработкой социальной информации, определяющая уровень адекватности и успешности социального взаимодействия. Социальный интеллект включает в себя способность понимать себя и окружающих людей, способность анализировать социальные ситуации и прогнозировать их развитие, а также успешность решения социальных проблем. Этот тип интеллекта является интегральной интеллектуальной способностью, которая определяет успешность взаимодействия с другими людьми и социальную адаптацию.

В онтогенезе социальный интеллект развивается позже, чем эмоциональная составляющая коммуникативных способностей – эмпатия. Его формирование культивируется началом школьного образования. В этот период увеличивается круг общения ребенка. Развиваются его чувствительность, социально-перцептивные способности, способность переживать за другого, не воспринимая непосредственно его чувства, способность к децентрации (способность стоять на точке зрения другого человека, отличать свою точку зрения от других возможных), это основа социального интеллекта. Нарушение, гипотрофия этих способностей может быть причиной асоциального поведения или вызывать склонность к таковому. По этой причине очень важен не только благоприятный социально-психологический климат в семье, но и грамотный выбор типа образовательного учреждения, соответствующего интеллектуальным возможностям подростка.

Основываясь на проведенном анализе научной литературы, посвященной определению, содержанию, особенностям социального интеллекта подростков, можно сделать вывод о том, что именно этот период

наиболее сензитивен для выработки новых стилей взаимодействия с самим собой и социумом, обретения и развития коммуникативных стратегий. Коммуникативные стратегии, используемые в общении, являются важной характеристикой коммуникативного поведения ребенка. Одновременно, подростковый возраст – период активного формирования жизненной позиции человека – системы взглядов на действительность, самого себя и других людей. По мнению П. Экмана в этом возрасте активно формируется самооценка и самопознание, что оказывает непосредственное влияние на развитие личности подростка. Самооценка является одним из центральных новообразований подросткового возраста, а ведущей деятельностью является интимно-личностное общение [31].

На сегодняшний день одной исчерпывающей концепции о сущности социального интеллекта нет. Однако, объединив теории известных психологов, можно сказать, что социальный интеллект в основном рассматривается в двух направлениях:

- как способность человека понимать и предвидеть поведение других, действовать адекватно в соответствии со сложившейся ситуацией (Э. Торндайк, Дж. Гилфорд, Д. Векслер, М.И. Бобнева и др.);

- как определённые черты личности, которые свойственны взрослому человеку - «зрелой личности» (В.Н. Куницына, Д.В. Ушаков): дружелюбие, внимательность, уверенность в себе, хорошая адаптивность, ориентированность на сотрудничество, удовлетворённость своей жизнью.

## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ**

### **2.1. Организация и методы исследования**

В организации и проведения исследования следует выделить две основных части (теоретическую и эмпирическую), включающую 4 этапа.

Первая часть исследования включает один этап и представляет собой теоретический анализ учебной, научной и методической литературы по проблеме развития социального интеллекта подростков; отбор и уточнение понятийного аппарата исследования; определение методологии исследования; постановка задач и подбор методов.

Вторая часть исследования включает три этапа и представляет собой организацию и проведение констатирующего этапа исследования, сбор эмпирических данных с помощью тестирования подростков; проведение анализа полученных результатов исследования, интерпретация полученных в результате анализа данных диагностики; разработку и апробацию программы развития социального интеллекта подростков, а также проверка ее эффективности.

Принципы организации констатирующего этапа исследования:

1. Принцип системного подхода осуществляется на двух этапах: выбор методов исследования и обобщение, анализ полученных экспериментальных данных. Этот принцип подразумевает необходимость учета влияния различных причин и факторов на возникновение и развитие психологических явлений, что требует от экспериментатора проведения систематического изучения психических (психологических) явлений, рассмотрения их в их взаимосвязи.

2. Принцип единства качественного и количественного деятельности анализа. Качественный анализ является условием использования количественных методов и направлен на выявление внутренней структуры данных, то есть на уточнение тех категорий, которые используются для

описания изучаемой сферы реальности. Этот принцип обеспечивает объективность и дает надёжность полученных данных.

Только при использовании количественного и качественного подходов возможно в полной мере осуществить диагностику особенностей респондентов с помощью надёжных валидных тестов, результаты которых определяют наличие той иной характеристики в объективных, нормативных количественных показателях [28].

Далее остановимся на описании основных этапов организации и реализации эмпирической части исследования. В ней можно выделить четыре основных этапа, которые условно можно назвать подготовительным, основным, интерпретационный, проектировочный. Эти четыре этапа охватывают два этапа организации и проведения исследования.

#### 1. Подготовительный этап:

- отбор респондентов в возрасте 14-15 лет, получение согласия на исследование.
- встреча с респондентами, в ходе которой их знакомят с целями исследования, и формируется мотивация на участие в опросе.

#### 2. Основной этап:

- проведение психодиагностических методик (опроса), заполнения подростками опросных листов.

#### 3. Интерпретационный этап:

- составление заключения на основе обработки и анализа психодиагностических данных, полученных в ходе опроса подростков.

#### 4. Проектировочный этап:

- на основе полученных заключений разработка программы развития социального интеллекта подростков.

Для проведения эмпирического исследования были сформулированы следующие задачи:

1. Сделать выборку школьников для изучения их социального интеллекта.

2. Подобрать методики для исследования социального интеллекта.
3. Организовать и провести эмпирическое исследование уровня развития показателей социального интеллекта подростков.
4. Обработать полученные результаты
5. Обобщить полученные данные и сделать выводы.

Исследование проводилось после уроков, небольшими группами. Время тестирования было ограничено, согласно инструкции. В классе присутствовал классный руководитель. Для исследования был подготовлен раздаточный материал: стимульный материал для проведения опросник агрессивности и адаптивности Басса-Дарки в модификации Г. Резапкиной (Приложение А), стимульный материал для проведения теста «Социальный интеллект. Тест Дж. Гилфорда», бланки фиксации ответов (Приложение Б)

Школьникам, перед началом проведения исследования, давался инструктаж относительно правильности выполнения задания. Учащиеся в бланках отмечали правильные ответы на вопросы, данные в опросниках. Испытуемые с интересом отнеслись к исследованию, атмосфера в классе была доброжелательная, учащиеся быстро понимали инструкции, вопросы не задавали. Работали слаженно, и на протяжении всего процесса не было замечено пренебрежительного поведения в работе над бланками ответов. Каких-либо помех, которые бы повлияли на достоверность полученных данных, не было.

На проведение тестирования было затрачено в среднем 90-100 минут. Испытуемыми стали учащиеся 9-го класса общеобразовательной школы в возрасте 14-15 лет. Общее число испытуемых составило 42 человек, из них 26 мальчиков, 16 девочек.

Нами были выбраны следующие методы эмпирического исследования:

- а) Опросник агрессивности Басса-Дарки в модификации Г. Резапкиной [23];
- б) Тест Дж. Гилфорда и М. Салливена «Диагностика социального интеллекта» в редакции Е.С. Михайловой [16].

Опросник агрессивности Басса-Дарки в модификации Г. Резапкиной направлен на диагностику особенностей эмоционально-волевой сферы. По мнению А. Басса и А. Дарки, под агрессивностью можно понимать свойство личности, характеризующееся наличием деструктивных тенденций, в основном в области субъектно-субъектных отношений. Тем не менее, вероятно, деструктивный компонент человеческой активности является необходимым в созидательной деятельности (в саморазвитии), так как потребности индивидуального развития с неизбежностью формируют в людях способность к устранению и разрушению препятствий, преодолению того, что противодействует этому процессу (примером является социальная профессиональная конкуренция).

Методика № 1 состоит из 30 утверждений и позволяет выявить слабые стороны социального интеллекта, которые являются важнейшим условием полноценного профессионального и личностного развития человека.

Данный опросник состоит из пяти шкал:

Самосознание, как способность осознавать свои эмоции, мотивы и потребности.

Саморегуляция- способность управлять своими эмоциями.

Эмпатия - умение ставить себя на место другого, учитывать в процессе принятия решений чувства и эмоции других людей.

Коммуникабельность общительность, доброжелательный интерес к людям, готовность к сотрудничеству.

Самомотивация, как способность ставить перед собой цели и достигать их.

Достоверность методики зависит от уровня самооценки и самопонимания. Респондентам предлагалось отметить плюсом (+) если высказывание отражает отношение к себе, людям и событиям и если не отражает – минус (-).

Время не ограничивалось, но предлагалось быстро отвечать на вопросы долго не задумываясь. Ответы обрабатывались с помощью ключа.

Лица, получившие высокий уровень по шкале «Самосознание» имеют высокую способность осознания своих эмоций, мотивов и потребностей, дающую возможность прогнозировать успешность в профессиях, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

Лица с низким уровнем «самосознания» показывают несформированную способность осознания своих эмоций, мотивов и потребностей, препятствующую профессиональной успешности в профессиях, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

Если высокий уровень по шкале «Саморегуляция», то человек способен контролировать свое эмоциональное состояние.

Низкий уровень саморегуляции может проявляться в виде низкой эмоциональной устойчивости, тревожности, утомляемости.

#### Методика №2

Стимульный материал представляет собой набор из четырех тестовых тетрадей. Каждый субтест содержит 12-15 заданий. Дадим краткое описание субтестов. Методика «Социальный интеллект» была разработана Дж. Гилфордом и М. Салливенном.

Время, отведенное на каждый субтест, ограничено и составляет

(1 субтест -"Истории с завершением"), 6 минут

(2 субтест-"Группы экспрессии"), 7 минут

(3 субтест-"Вербальная экспрессия"), 5 минут

(4 субтест -"Истории с дополнениями"). 10 минут

Общее время тестирования, включая инструкцию, составляет 30-35 минут. Бланки ответов обрабатываются с помощью специальных ключей. Результаты по отдельным субтестам отражают уровень развития одной (или нескольких) способностей фактора познания поведения. Суммы «сырых баллов» за каждый субтест, подсчитанные с помощью «ключей», записываются в первую строку итоговой таблицы на Бланке ответов.

Субтест 1. Люди с высокими баллами по субтесту способны предвидеть последствия своего поведения. Они способны предвидеть дальнейшие действия людей на основе анализа реальных ситуаций общения (семейных, деловых, дружеских), прогнозировать события на основе понимания чувств, мыслей, намерений участников общения. Их предсказания могут оказаться ошибочными, если они имеют дело с людьми, которые ведут себя самым неожиданным, нетипичным образом.

Эти люди способны четко выстроить стратегию своего поведения для достижения своей цели. Успешное прохождение субтестов требует умения ориентироваться в невербальных реакциях участников на взаимодействие и знания норм - ролевых моделей и правил, регулирующих поведение людей. Люди с низкими подсистемами плохо понимают взаимосвязь между поведением и его последствиями. [38]. Такие люди часто могут совершать ошибки (в том числе противоправные действия), попадать в конфликтные и, возможно, опасные ситуации, потому что они не правильно представляют себе результаты своих действий или поступков других. Они плохо ориентированы на общепринятые нормы и правила поведения.

Субтест 2. Лица с высокими оценками по субтесту способны правильно оценивать состояния, чувства, намерения людей по их невербальным проявлениям, мимике, позам, жестам. Такие люди, скорее всего, придают большое значение невербальному общению, обращают много внимания на невербальные реакции участников коммуникации. Чувствительность к невербальной экспрессии существенно усиливает способность понимать других.

Способность читать невербальные сигналы другого человека, распознавать их и сравнивать с вербальными лежит, по словам А. Пизы, в основе «шестого чувства» - интуиции. Люди с низкими оценками субтеста плохо разбираются в языке телодвижений, взглядов и жестов, который раньше доминировал в онтогенезе и вызывал больше доверия, чем словесная речь. В общении такие люди больше ориентируются на словесное

содержание сообщений. И вы можете ошибаться в понимании смысла слов собеседника, потому что не учитываете (или неправильно учитываете) сопутствующие невербальные реакции.

Субтест 3. Люди с высокими баллами по субтесту обладают высокой чувствительностью к характеру и оттенкам человеческих отношений, что помогает им быстро и правильно понимать, что люди говорят друг другу в контексте конкретной ситуации, конкретных отношений. Такие люди способны находить соответствующий тон общения с разными собеседниками в разных ситуациях и обладают большим репертуаром ролевого поведения (то есть проявляют ролевую пластичность). Люди с низкими баллами по субтесту плохо распознают различные значения, которые могут принимать одни и те же вербальные сообщения в зависимости от характера отношений между людьми и контекста ситуации общения. Такие люди часто говорят не к месту и допускают ошибки в интерпретации слов собеседника.

Субтест 4. лица с высокими оценками по субтесту способны распознавать структуру межличностных ситуаций в динамике. Они умеют анализировать сложные ситуации взаимодействия людей, понимать логику их развития, чувствуют изменение смысла ситуации при включении в коммуникацию различных участников. Путем логических умозаключений они могут достраивать неизвестные, недостающие звенья в цепи этих взаимодействий, предсказывать, как человек поведет себя в дальнейшем, отыскивать причины определенного поведения. Лица с низкими оценками по субтесту испытывают трудности в анализе ситуаций межличностного взаимодействия и, как следствие, плохо адаптируются к разного рода взаимоотношениям между людьми (семейным, деловым, дружеским и другим) [16].

Подводя итоги, следует констатировать, что тест Басса-Дарки в модификации Г. Резапкиной (см. Приложение А) и тест Дж. Гилфорда и М. Салливена «Диагностика социального интеллекта» (см. Приложение Б) позволяют изучить социальный интеллект подростка.

## 2.2. Анализ полученных результатов

В ходе диагностики агрессивности и адаптивности подростков по опроснику Басса-Дарки в модификации Г. Резапкиной были получены следующие результаты, которые представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты агрессивности и адаптивности подростков  
(по опроснику Басса-Дарки)

№ обучающегося	Самосозна ние	Саморегу ляция	Эмпатия	Коммуника бельность	Само мотиваци я
1	2	3	4	5	6
1. Андрей А	3	3	5	2	3
2. Егор Г	4	4	5	6	2
3. Иван Д	5	5	3	4	4
4. Елена Д	4	2	5	3	4
5. Станислав Е	3	4	4	3	5
6. Алексей Ж	4	3	5	2	3
7. Алексей З	2	4	2	5	2
8. Георгий К	4	3	3	4	4
9. Юрий К	5	3	5	5	2
10. ТатьянаК	4	5	5	3	4
11. Алиса Л	6	5	6	5	3
12. Елена М	3	2	5	3	4
13. Иван М	2	2	3	1	2
14. Данил Н	4	4	3	5	3
15. Сергей Н	5	5	4	4	4
16. Алиса Н	5	5	6	4	4
17. Соня П	6	6	5	4	5
18. Александр П	3	3	4	5	3
19. Виктор П	4	5	4	6	4
20. Софья Р	5	5	4	3	2
21. Алёна Р	6	6	6	6	5
22. Виктор Р	4	4	3	3	2
23. Никита С	2	4	4	5	2
24. Канян С	3	2	4	3	2
25. Анастасия Ст	6	3	5	1	4
26. Анастасия С	3	4	4	5	5
27. Андрей С	2	3	3	5	2
28. Марк Т	5	5	4	3	4
29. Алексей Т	3	4	4	5	5
30. Кирилл Т	6	5	4	3	5
31. Ольга Т	4	2	5	1	2
32. Софья Т	6	6	3	5	3

Продолжение Таблицы 1

1	2	3	4	5	6
33. Полина Т	4	5	5	3	4
34. Семён У	5	4	3	2	2
35. Никита Ф	4	4	5	4	4
36. Яна Ф	6	6	6	5	3
37. Татьяна Ч	5	4	6	5	5
38. Александр Ч	4	3	3	3	4
39. Никита Ш	5	4	3	6	2
40. Анатолий Ш	3	3	4	2	4
41. Полина Ю	5	5	4	5	4
42. Владимир Ю	3	3	5	2	2

\*Примечание: 1- Самосознание, 2 - Саморегуляция, 3 - Эмпатия, 4- Коммуникабельность, 5 – Самомотивация

Для большей наглядности полученные данные можно увидеть на рисунке 1.

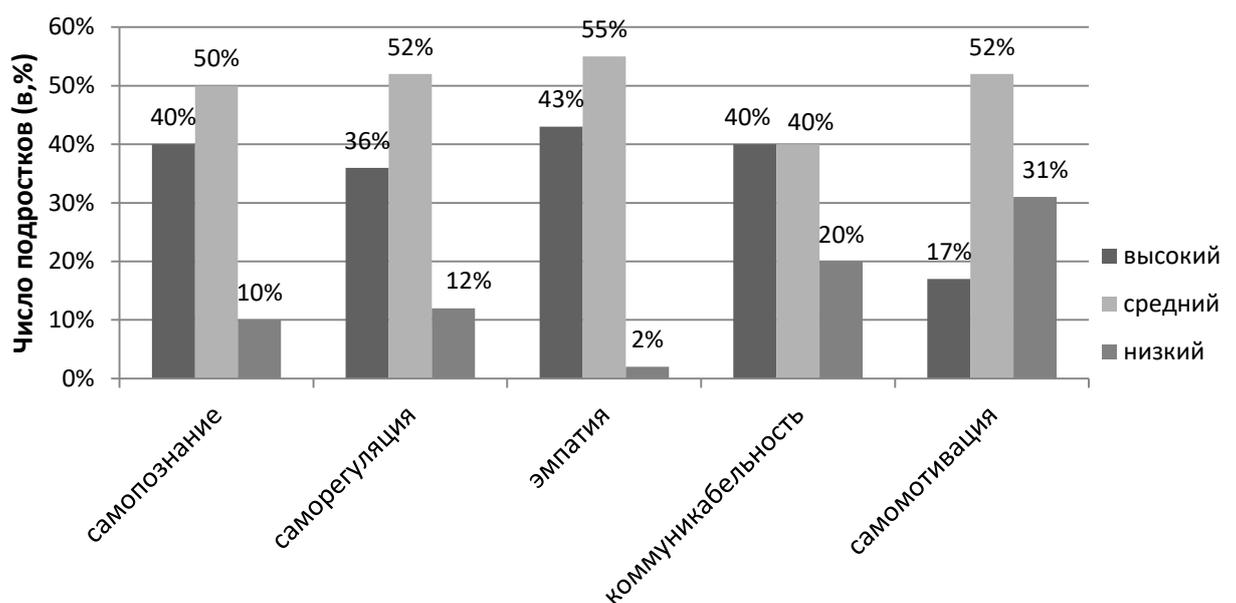


Рисунок 1. Результаты агрессивности и адаптивности подростков (по опроснику Басса-Дарки)

Из диаграммы (Рисунок 1) мы видим, что способность осознавать свои эмоции, мотивы и потребности у 40% опрошенных на высоком уровне. Это даёт возможность прогнозировать успешность в делах, связанных с управлением, обслуживанием, общением с людьми, воспитанием, обучением.

Способность же управлять своими эмоциями выявлена в основном на среднем уровне (52%) Это может вызвать затруднения в социальной адаптации человека.

У большинства подростков так же выявлено умение ставить себя на место другого и учитывать в процессе принятия решений чувства и эмоции других людей,

Общительность и доброжелательный интерес к людям, готовность к сотрудничеству проявляют в равных долях (40%) на высоком и среднем уровнях, что способствует эффективному взаимодействию с другими людьми

А вот 31% опрошенных не способны ставить перед собой цели и достигать их.

Далее мы представляем результаты второй методики «Тест Дж. Гилфорда».

Таблица 2

Результаты тестирования по методике исследования  
социального интеллекта подростков

	Субтест 1	Субтест 2	Субтест 3	Субтест 4	композитная оценка	уровень
1	2	3	4	5	6	7
1. Андрей А	1	2	3	2	2	н/ср
2. Егор Г	3	2	3	3	3	ср
3. Иван Д	2	2	2	2	2	н/ср
4. Елена Д	3	3	4	3	3	ср
5. Станислав Е	4	3	4	3	4	в/ср
6. Алексей Ж	3	2	3	2	2	н/ср
7. Алексей З	2	3	3	2	3	ср
8. Георгий К	2	2	2	2	2	н/ср
9. Юрий К	3	3	3	3	3	ср
10. Татьяна К	3	3	4	3	3	ср
11. Алиса Л	4	4	4	3	4	в/ср
12. Елена М	2	3	3	2	3	ср
13. Иван М	2	3	3	1	2	н/ср
14. Данил Н	3	4	4	3	4	в/ср
15. Сергей Н	3	3	4	2	3	ср
16. Алиса Н	2	2	4	3	3	ср
17. Соня П	4	4	4	3	4	в/ср
18. Александр П	2	3	4	3	3	ср
19. Виктор П	3	2	3	2	2	н/ср

1	2	3	4	5	6	7
20.Софья Р	3	3	3	3	3	ср
21. Алёна Р	3	4	4	3	4	в/ср
22. Виктор Р	2	3	3	3	3	ср
23. Никита С	2	3	3	2	2	н/ср
24. Канян С	1	2	2	2	2	н/ср
25.Анастасия Ст	3	3	4	3	3	ср
26.Анастасия С	3	4	4	4	4	в/ср
27. Андрей С	3	2	3	2	2	н/ср
28. Марк Т	3	4	4	3	4	в/ср
29.Алексей Т	2	3	3	2	2	н/ср
30.Кирилл Т	1	2	2	1	1	н
31. Ольга Т	3	4	4	3	4	в/ср
32. Софья Т	3	2	4	3	3	ср
33. Полина Т	3	3	4	3	3	ср
34. Семён У	2	2	3	2	2	н/ср
35. Никита Ф	4	3	4	4	4	в/ср
36. Яна Ф	3	2	3	3	3	ср
37.Татьяна Ч	3	2	3	3	3	ср
38.Александр Ч	3	3	3	3	3	ср
39. Никита Ш	3	2	4	2	3	ср
40. Анатолий Ш	4	3	4	3	4	в/ср
41. Полина Ю	3	2	3	3	3	ср
42. Владимир Ю	3	2	4	3	3	ср

Из представленных в таблице 2 результатов видно, что социальный интеллект с высоким уровнем не показал ни один из подростков. Социальный интеллект выше среднего встречается лишь у 24% опрошенных. Такие подростки способны эффективно извлекать информацию о поведении других людей, они хорошо понимают язык невербального общения, высказывают точные суждения о людях и успешно прогнозируют их реакции в заданных обстоятельствах. Учащиеся с низким и ниже среднего уровнем развития социального интеллекта – всего это 29% из опрошенных, испытывают трудности в понимании и прогнозировании поведения людей, это усложняет им взаимоотношения с людьми и снижает возможность социальной адаптации.

Для большей наглядности полученные данные можно увидеть на рисунке 2.

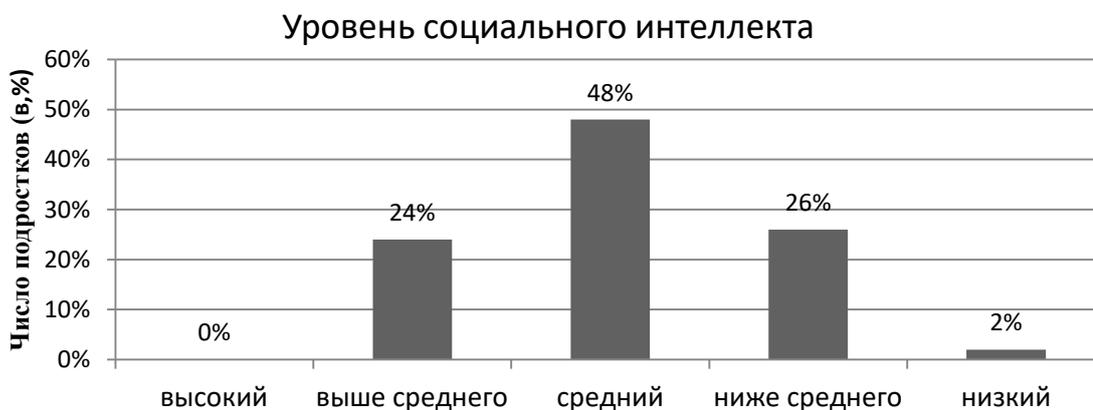


Рис. 2. Уровень развития социального интеллекта подростков.

В таблице 3 мы представили в процентном отношении самые низкие и ниже среднего результаты тестирования и выше среднего, т.к. высоких результатов выявлено не было.

Таблица 3.

**Результаты тестирования по методике исследования  
социального интеллекта подростков (Дж. Гилфорд)**

Процентные показатели	1 субтест	2 субтест	3 субтест	4 субтест
Выше среднего	12%	17%	48%	24%
Ниже среднего и низкий	29%	40%	10%	29%

\*Примечание:

Субтест 1 - Способность предвидеть последствия поведения людей

Субтест 2 - Способность к выделению существенных признаков в невербальных реакциях человека)

Субтест 3 - Способность понимать значения сходных вербальных реакций в зависимости от контекста ситуации

Субтест 4 - Способность понимать логику развития ситуации и значение поведения людей в этих ситуациях.

Анализ полученных нами данных показывает, что в данной выборке в большей степени выражен фактор понимания в зависимости от контекста ситуации, значения сходных вербальных реакций (субтест 3). То есть, подростки обладают особенной чувствительностью к оттенкам и характеру человеческих взаимоотношений, это им помогает быстро и правильно понимать то, что люди говорят друг другу (речевую экспрессию) в контексте определенной ситуации, конкретных взаимоотношений. Такие люди легко могут находить соответствующий тон общения с разными собеседниками в разных ситуациях.

Кроме этого мы видим, что проблема у большинства подростков (40%) с владением языка телодвижений, взглядов и жестов (субтест 2). В общении такие люди в большей степени ориентируются на вербальное содержание сообщений. И они могут ошибаться в понимании смысла слов собеседника потому, что не учитывают (или неправильно учитывают) сопровождающие их невербальные реакции.

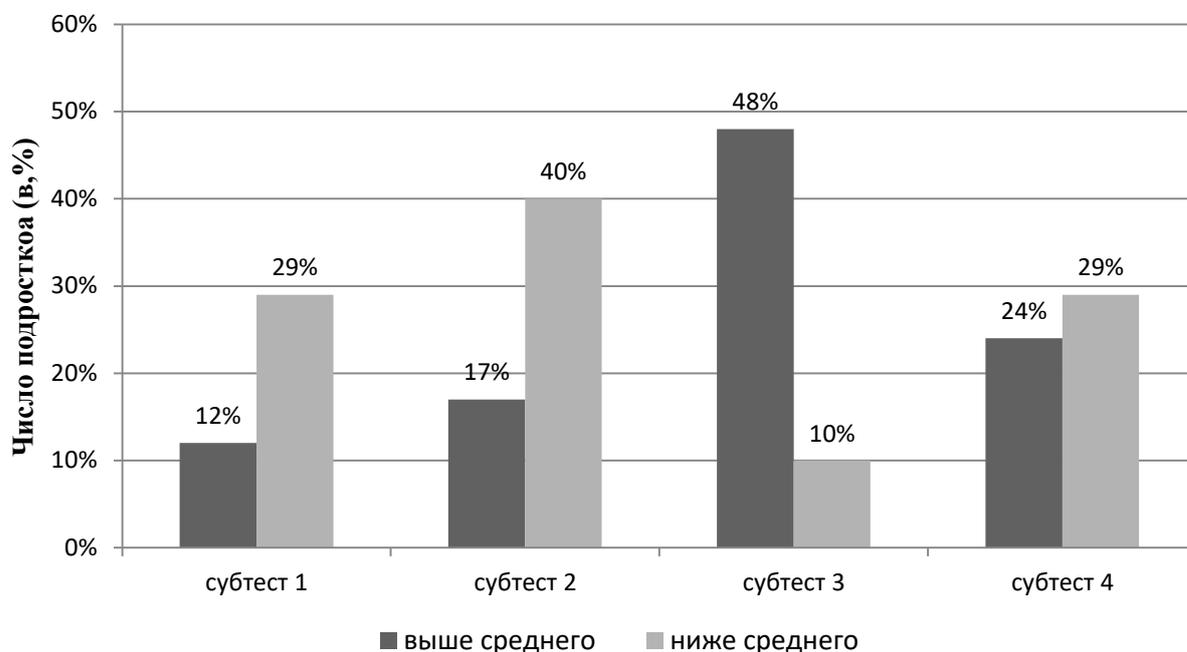


Рис. 3. Уровень социального интеллекта подростков

В ходе диагностики нами были выявлены и низкие показатели по ряду субтестов у нескольких подростков: «Способность предвидеть последствия поведения людей» (субтест 1 – 7%) и «познание систем поведения» (субтест 4 – 5%). Данные результаты могут свидетельствовать о том, что подростки с такими низкими показателями характеризуются личностной незрелостью и указывает на необходимость развития социального интеллекта.

Полученные нами результаты исследования свидетельствуют о необходимости проведения работы по развитию социального интеллекта подростков 14-15 лет.

### **2.3. Программа, направленная на развитие социального интеллекта подростков**

Социальный интеллект – это способность, обеспечивающая познание, понимание и предвидение последствий поведения людей в процессе межличностного взаимодействия и отношений. С уровнем его развития, связаны социальная адаптация, «гладкость» в отношениях с людьми. Развитие социального интеллекта – одна из важных задач профилактики отклоняющегося поведения, социальной дезадаптации подростков.

На основе анализа результатов диагностического этапа исследования была составлена программа, направленная на развитие социального интеллекта подростков.

Программа состоит из введения, целевого раздела, содержательного раздела программы и организационного раздела программы.

В программу включены групповые формы работы. В программе используются следующие технологии: технологии психологического просвещения, медиативные технологии, тренинги, игры.

Коррекционная программа развития социального интеллекта предназначена для подростков 9 класса, со средними и низкими показателями развития социального интеллекта, характеризующихся

отклоняющимся поведением - учащихся общеобразовательных школ, профессиональных училищ и пр. Освоение программы рассчитано на 4 недели, с режимом встреч 2 раза в неделю, по 50-60 мин. Количество участников программы подразумевает группу подростков из 10-15 чел.

Целевой раздел программы

Цель программы: создание условий для развития социального интеллекта и повышение адаптивных возможностей подростков.

Задачи программы:

1.Овладение подростками определенными социально-психологическими знаниями, навыками конструктивного общения.

2.Развитие способности познания себя и других.

3.Развитие аспектов социального интеллекта.

Принципы и подходы к разработке и реализации программы: разработка программ развития социального интеллекта подростков основана на следующих подходах и их сочетании: информационный подход; эмоциональный подход; подход, основанный на формировании жизненных навыков.

Принципы:

1.Конфиденциальность - это то, что все, что говорится об обучении, не может быть передано третьим лицам.

2.Позитивность означает, что занятия проводятся дружелюбно, с ориентацией на достижение положительных результатов и убежденностью всех участников программы в достижении поставленных задач.

3.Безоценочность означает, что участники уважительно относятся к мнениям и высказываниям друг друга, без критики и похвал участников программы.

Добровольность - означает право выбора подростков при участии в предлагаемых мероприятиях, предоставление возможных вариантов реализации участия.

Планируемые результаты освоения программы:

По итогам занятий по данной программе предполагается, что ее участники:

1. Приобретут навыки личностного и группового взаимодействия;
2. Научатся адекватно понимать свои действия, чувства и действия, чувства других людей в конфликтных ситуациях;
3. Научатся понимать возникающие у них эмоции и конструктивно их выражать; регулировать свое эмоциональное состояние,
4. Разовьют способность предвидеть последствия поведения людей в определенной ситуации, научатся предполагать ее дальнейшее развитие.

Содержательный раздел программы.

Для решения поставленных задач в программе используются следующие методы психолого-педагогического воздействия: игры, коммуникации, индивидуальные упражнения, беседы, визуализация, техника релаксации. Полное описание содержания занятий представлено в приложении.

Групповые занятия - это форма психологического воздействия, основанная на активных методах групповой работы, по мнению Л.Ф. Анн При этом подразумевается использование специфических форм общения знаний и обучение навыкам в сфере общения, деятельности, личностного развития. То есть обучение - это форма специально организованного обучения, направленного на развитие способности адекватного самопознания и самопознания, понимания и познания других [1]. Основные методы обучения - групповая дискуссия и ролевая игра. Подростки понимают, разговаривают, обсуждают с окружающими свои переживания, эмоции, ощущения, чувства, наблюдения за восприятием себя окружающими. Другими словами, человек использует информацию, передаваемую другими, свои мнения о способе его поведения, о чувствах, которые он испытывал при вступлении в контакт с ним; соотносит себя с другими. Рассматривая другого, как модель, пригодную для наблюдения и анализа и обладающую способностью понимать собственные проблемы через призму переживаний другого; оценивает результаты собственной деятельности [14].

Важно, чтобы подростки учились на тренировках из своего собственного опыта настоящего момента. Из-за того, что учебная ситуация поучительна, никто из участников не рискует сложившимися отношениями, он приобретает и использует новый опыт. В реальной жизни такие эксперименты могут привести к нежелательным последствиям. На тренинге навыки или качества моделируются на конкретных этапах, анализируются и тестируются в среде взаимного доверия и психологической безопасности, максимально приближая реальность [32].

Организационный раздел программы.

Проведение занятий проходит в условиях специально смоделированных коллективных упражнений и включает поэтапность: занятие начинается с вводной части: приветствия (добрая улыбка и рукопожатие), вступительного слова ведущего, затем проводятся упражнения основной части. (Приложение В)

Заключительная часть включает подведение итогов, рефлексия и завершается занятие ритуалом прощания (аплодисменты и реплика «Спасибо»).

Таблица 3

### Тематическое планирование занятий

№ занятия	Цель занятия	Основное содержание занятия	Оборудование, материалы
1	2	3	4
1	Знакомство участников тренинга и ведущих, формирование доверительных отношений в группе. Ознакомление участников с понятием «социальный интеллект». Установление правил,	Вводное слово ведущего. Упражнение «Снежный ком» Мини лекция: «Введение в проблему развития социального интеллекта». Ожидания участников, отношение к проблеме. Выработка правил работы в группе.	Бумага, маркеры
2.	раскрепощение участников, создание рабочей атмосферы, повышение мотивации на последующую работу	Упражнение на сплочение группы «Встаньте в круг» Упражнение «Я тебе доверяю»	

1	2	3	4
3	Развитие самоанализа и самораскрытия Развитие умения налаживать отношения, ставить себя на место другого	Упражнение «Мои инициалы» Игра «Меняются местами те кто...» Упражнение «Объявление в газету»	Плакат,
4	Сопоставление информации о себе «изнутри» и «извне», формировать внимательное отношение друг к другу, к другим людям; возможная коррекция восприятия участниками других людей.	Упражнение «Инициалы соседа» Упражнение «Карусель» Мини лекция «Симпатия, Эмпатия, Жалость» Упражнение «Друзья»	Листы А4, карандаши, фломастеры,
5.	Развитие способности к произвольной эмоциональной отзывчивости на переживания других людей, самоконтроля в общении.	Упражнение «Экстрасенс» Упражнение «Портреты» Упражнение «Подарок» Упражнение «Окно	Музыка, магнитофон
6.	Познакомить участников с позициями и установками общения, овладение навыками прогнозирования и возникновения конфликта. Развитие способности к произвольной эмоциональной отзывчивости на переживания других людей, самоконтроля в общении.	Приветствие: «Мне приятно с тобой общаться, потому что...» Мини лекция «Позиции и установки в общении» Упражнение «Кто сказал...?» Упражнение «Говорливые глазки» Упражнение «Спинная почта»	Листы А4, карандаши, фломастер,
7.		Упражнение «Игра в открытые двери» Упражнение «Я тебя понимаю» Упражнение «Карусель» Музыкальное упражнение «Животное» Упражнение «Футболка» Упражнение «ковер мира»	Листы А4, карандаши, фломастер, музыка, магнитофон
8	Познакомить с приемами саморегуляции. Отрефлексировать, какие изменения произошли в процессе тренинга у его участников. Подведение итогов, закрепление приобретенных навыков	Упражнение «Подари улыбку» Лекция «Саморегуляция, обучение некоторым приемам саморегуляции » Упражнение «Чемодан»	Листы А4, карандаши, фломастер

Для проведения групповых занятий и групповой работы потребуется просторная и уютная отдельная комната. Так как участники групповых занятий долго находятся в комнате, необходимо обеспечить максимальный комфорт. Размер комнаты определяется числом участников групповой работы. Если в помещении будет слишком тесно или слишком просторно, то это разрушает сосредоточенность участников и вносит дискомфорт в работу группы. Яркий свет быстро приводит к утомлению зрения и усталости мозга, не достаток освещения вызывает чувство угнетённости [24]. В такой комнате для тренингов потребуется комфортная температура, хорошая вентиляция, отсутствие сквозняков и постороннего шума. Для ведущего отводится специальное место, оснащенное средствами для визуализации материала. Стулья расставляются кругом или полукругом к интерактивной доске, при необходимости они могут быть убраны или передвинуты.

Для подтверждения эффективности разработанной коррекционной программы, по развитию социального интеллекта подростков, необходимо было провести повторную диагностику социального интеллекта подростков.

В ходе повторной диагностики были получены следующие результаты.

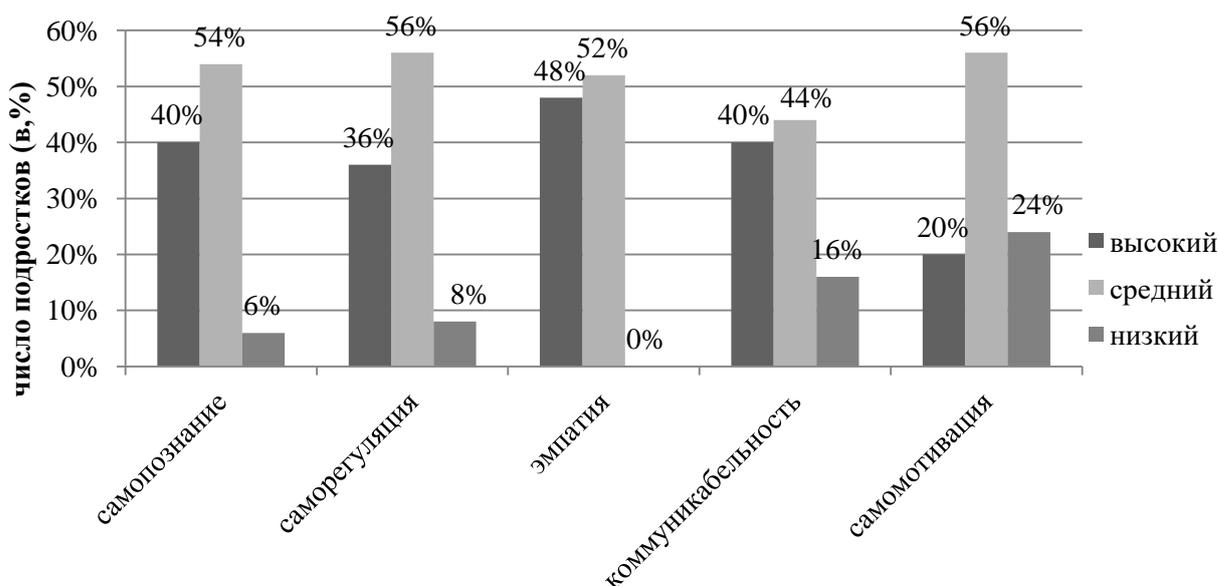


Рисунок 4. Результаты агрессивности подростков по итогам повторной диагностики (опросник Басса-Дарки)

Из диаграммы (Рисунок 4) мы видим, что при повторной диагностики способность осознавать свои эмоции, мотивы и потребности на среднем уровне возросла до 54%, а на низком снизилась до 6%. Это, даёт возможность прогнозировать успешность в делах, связанных с управлением, обслуживанием, общением с людьми, воспитанием, обучением.

Способность управлять своими эмоциями на высоком уровне осталась без изменений, а на среднем уровне с 52% повысилась до 56%.

После реализации программы у большинства подростков отмечается повышение уровня умения ставить себя на место другого и учитывать в процессе принятия решений чувства и эмоции других людей, при повторной диагностики низкий уровень эмпатий не показал ни один подросток.

Общительность и доброжелательный интерес к людям, готовность к сотрудничеству так же проявляют почти в равных долях (40% и 44%) на высоком и среднем уровнях, что способствует эффективному взаимодействию с другими людьми

А вот способность ставить перед собой цели и достигать их выросла с 52% до 56% , изменились так же показатели на низком уровне с 31% до 24% опрошенных.

На сравнительной диаграмме хорошо видны результаты повторной диагностики по второй методике Дж. Гилфорда



Рисунок 5. Результаты уровня социального интеллекта подростков по итогам повторной диагностики

После реализации программы четверо подростков улучшили свой результат, трое перешли от ниже среднего на средний уровень, что составило 54% от числа всех опрошенных, а один подросток с низкого уровня перешел на уровень ниже среднего.

## Выводы по главе 2

Эмпирическая часть исследования осуществлялась в три этапа:

1. Основной этап предполагал проведение психодиагностических методик (опроса), заполнения подростками опросных листов.
2. Интерпретационный этап предполагал составление заключения на основе обработки и анализа психодиагностических данных, полученных в ходе опроса подростков
3. Проектировочный этап предполагал на основе полученных заключений разработка и апробация программы направленная на развитие социального интеллекта подростков.

Для проведения эмпирического исследования были сформулированы следующие задачи:

1. Сделать выборку школьников для изучения их социального интеллекта.
2. Подобрать методики для исследования социального интеллекта.
3. Организовать и провести эмпирическое исследование уровня развития социального интеллекта подростков.
4. Обработать полученные результаты
5. Обобщить полученные данные и сделать выводы.

Учитывая вышесказанное, нами были использованы стандартизированный опросник агрессивности и адаптивности Басса-Дарки в модификации Г. Резапкиной, стимульный материал для проведения теста «Социальный интеллект». Тест Дж. Гилфорда».

Испытуемыми стали учащиеся 9-го класса общеобразовательной школы в возрасте 14-15 лет.

Обобщая результаты, полученные по двум методикам, можно сделать следующие выводы:

Все полученные результаты были использованы при разработке программы развития социального интеллекта подростков.

Программа развития социального интеллекта подростков состоит из введения и трех основных разделов: целевого, содержательного, организационного, общая структура Программы и ее особенности; продолжительность реализации и количество ее участников.

В целевом разделе Программы представлено описание цели и задач Программы; принципов и подходов к разработке и реализации Программы; планируемых результатов ее освоения. В содержательном разделе раскрывается содержание Программы. Организационный раздел Программы содержит описание целей и тематическое планирование.

После реализации программы четыре подростка улучшили результат, трем подросткам стал свойственен средний уровень социального интеллекта, что составило 54% от числа всех опрошенных, для одного подростка характерен уровень развития социального ниже среднего.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенный нами теоретический анализ показал, что в настоящее время проблеме изучения социального интеллекта в психологической науке уделяется особое внимание ученых, что обусловлено особенностями развития современного мира. Исследование социального интеллекта является достаточно важной и актуальной теоретической и практической задачей, в частности изучение развития социального интеллекта у подростков.

Социальный интеллект - относительно новое понятие в психологической науке, которое находится в процессе развития и уточнения. В последние годы сформировалось мнение, что социальный интеллект представляет собой четкую группу ментальных способностей, связанных с обработкой социальной информации, группу способностей, которые фундаментально отличаются от тех, которые лежат в основе более «формального» мышления, проверяемого тестами интеллекта

Социальный интеллект — способность правильно понимать и прогнозировать поведение людей. Эта способность необходима для эффективного межличностного взаимодействия и успешной социальной адаптации.

Именно подросткам предстоит определить самостоятельно свои профессиональные приоритеты, выбрать жизненную траекторию, осознать себя в качестве члена общества, понять себя и свои возможности наряду с пониманием своего места и предназначения в жизни.

Одна из основных проблем подростков, по мнению В. Шейнова, - поиск новых форм поведения и взаимодействия с окружающими людьми. Это связано с возрастными психологическими изменениями обучающихся и приобретением ими нового статуса в обществе [30]. Отсутствие навыков и практических знаний о закономерностях конструктивного общения нередко приводит школьников к конфликтам со сверстниками, родителями, учителями, повышает вероятность девиантного поведения.

На этапе организации и реализации эмпирической части исследования было выделено четыре основных этапа, которые условно можно назвать подготовительным, основным, интерпретационный, проектировочный. Эти четыре этапа охватывают два этапа организации и проведения исследования.

1. Подготовительный этап:

- отбор респондентов в возрасте 14-15 лет, получение согласия на исследование.
- встреча с респондентами, в ходе которой их знакомят с целями исследования, и формируется мотивация на участие в опросе.

2. Основной этап:

- проведение психодиагностических методик (опроса), заполнения подростками опросных листов.

3. Интерпретационный этап:

- составление заключения на основе обработки и анализа психодиагностических данных, полученных в ходе опроса подростков.

4. Проектировочный этап:

- на основе полученных заключений разработка и апробация программы развития социального интеллекта подростков.

Для проведения эмпирического исследования были сформулированы следующие задачи:

1. Сделать выборку школьников для изучения их социального интеллекта.
2. Подобрать методики для исследования социального интеллекта.
3. Организовать и провести эмпирическое исследование уровня развития показателей социального интеллекта подростков.
4. Обработать полученные результаты
5. Обобщить полученные данные и сделать выводы.

Учитывая вышесказанное, были выбраны следующие методы эмпирического исследования:

а) Опросник агрессивности и адаптивности Басса-Дарки в модификации Г. Резапкиной (Приложение А)

б) Тест Дж. Гилфорда и М. Салливена «Диагностика социального интеллекта» в редакции Е.С. Михайловой (Приложение Б)

Испытуемыми стали учащиеся 9-го класса общеобразовательной школы в возрасте 14-15 лет.

По результатам диагностики социальный интеллект с высоким уровнем не показал ни один из подростков. Социальный интеллект выше среднего встречается лишь у 24% опрошенных. Данные подростки способны эффективно извлекать информацию о поведении людей, хорошо понимают язык невербального общения, высказывают точные суждения о людях, успешно прогнозируют их реакции в заданных обстоятельствах. Учащиеся с низким уровнем развития социального интеллекта и ниже среднего (28%) испытывают трудности в понимании и прогнозировании поведения людей, что усложняет взаимоотношения и снижает возможность социальной адаптации.

На основе анализа результатов диагностического этапа исследования была составлена программа, направленная на развитие социального интеллекта подростков.

Программа рассчитана на 4 недели, занятия 2 раза в неделю, продолжительность 50-60 мин., всего 8 занятий. В программу включены групповые формы работы. Используются технологии психологического просвещения, медиативные технологии, тренинги, игры.

Цель: Развитие социального интеллекта, повышение адаптивных возможностей подростков, посредством разработанной программы.

Задачи:

1) Овладение подростками определенными социально-психологическими знаниями, навыками конструктивного общения.

2). Развитие способности познания себя и других.

Предполагаемые результаты реализации проекта:

-подростки приобретут навыки личностного и группового взаимодействия;

- научатся адекватно понимать свои чувства и действия и чувства других людей в конфликтных ситуациях;

-регулировать свое эмоциональное состояние,

- разовьют способность предвидеть последствия поведения людей в определенной ситуации

Оценить результаты проведенной программы можно путем повторного исследования, а так же наблюдения и личного мнения участников.

Практическая значимость: Материалы проведенного исследования и разработанная программа могут быть полезны в работе психологов и социальных педагогов в образовательных организаций. Программа может быть использована для проведения тренингов и групповой работы, направленной на развитие социального интеллекта подростков с низким социальным интеллектом, а так же с девиантным поведением.

Полученные нами результаты исследования свидетельствуют о необходимости проведения работы по развитию социального интеллекта подростков 14-15 лет.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. СПб.: Питер, 2007. 271 с.
2. Абульханова К.А. История и перспектива психологии индивидуальности // Психология индивидуальности: новые модели и концепции / Под ред. Е.Б. Старовойтенко и В.Д. Шадрикова. М.: Изд-во МПСИ, 2009. С. 14–63.
3. Айзенк Г.Ю. Психология: Польза и вред. Смысл и бессмыслица. Факты и вымысел. Минск: Харвест, 2003. 912 с.
4. Асеев В.Г. Возрастная психология. М.: Академия, 2014. 320 с.
5. Баширов И.Ф. Социальный интеллект как фактор успешности в профессиональной деятельности психолога: дис. ... канд. психол. наук. М.: Военный университет Министерства обороны, 2006. 210 с.
6. Бодалев А.А. Личность и общение. М.: Педагогика, 2003. 325 с.
7. Выготский А.С. Собрание сочинений: В 6 т. Т.4. Педология подростка. М.: Педагогика, 1983. 462 с.
8. Гамезо М.В. Возрастная и педагогическая психология. Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Е.М. М.: Педагогическое общество России, 2013. 512 с.
9. Гарднер, Г. Структура разума. Теория множественности интеллекта./ Г.Гарднер // Пер. с англ. М.; ООО «И.Д. Вильямс», 2007. 512 с.
10. Гилфорд Дж. Три стороны интеллекта // Психология мышления / Под ред. А.М. Матюшкина. М.: Прогресс, 1965. С. 433-456.
11. Егидес А.П. Психология конфликта: учебное пособие. М.: МФПУ Синергия, 2017. 320 с.
12. Ефимкина Р.П. Детская психология. Новосибирск: Научно-учебный центр психологии НГУ, 1995. 183 с.
13. Карпович Т.Н. Психологическая диагностика социального интеллекта личности. Мозырь: Содействие, 2007. 164 с.
14. Князева Т.Н. Возрастная психология. М.: Логос, 2011. 180 с.

15. Кулагина И. Ю. Возрастная психология: Развитие ребенка от рождения до 17 лет. М.: УРАО, 1997. 225 с.
16. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник нового века. СПб.: Питер, 2001. 592 с.
17. Михайлова Е.С. Социальный интеллект. Концепции, модели, диагностика. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2014. 266 с.
18. Общая психология: Учеб. для студентов пед. ин-тов / Под ред. А.В. Петровского. 2-е изд. М.: Педагогика, 2016. 479 с.
19. Олпорт Г.В. Личность в психологии: Теории личности. М.: ЮВЕНТА, 2011. 345 с.
20. «Основы самопознания и саморазвития». М. «Академия», 2002 г. «Психология общения». М.: 2003 г.
21. Пиаже Ж. Теория Пиаже// История зарубежной психологии (30-е – 60-е годы XX века): сб. текстов. М.: Изд. Московского университета, 1986. С. 232-292.
22. Райзвих Е.Г. Особенности социального интеллекта подростков, учащихся в общеобразовательной школе // Молодой ученый. 2016. № 12 (116). С. 797-800.
23. Рамендик Д.М. Общая психология и психологический практикум: учебник и практикум для прикладного бакалавриата. [Электронный ресурс] М.: Юрайт, 2016. 303 с. URL: <https://urait.ru/book/obschaya-psihologiya-i-praktikum/414241> (дата обращения: 14.10.2020).
24. Смолова Л.В. Психологическое консультирование: учебное пособие. М.: Флинта, 2015. 416 с
25. Торндайк Э.Л, Уотсон Дж.Б. Бихевиоризм. М.: Флинта, 2014. 749 с.
26. Фридман Л.М., Калугина И.Ю. Психологический справочник учителя. М.: Просвещение, 1991. 294 с.
27. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. Психологическое консультирование и психологическая коррекция: учебник и практикум. М.: Юрайт, 2015. 424 с.

28. Чеснокова О.Б. Изучение социального познания в детском возрасте // Познание. Общество. Развитие. М.: ИП РАН, 1996. С. 54-76.
29. Чиркова Т.И. Методологические основы психологии: учебное пособие. М.: Инфра-М, 2013. 404 с.
30. Шейнов В. Управление конфликтами. СПб.: Питер, 2014. 576 с.
31. Экман П. Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь: Пер. с англ. В. Кузин / Под ред. Е.П. Ильин. СПб.: Питер, 2017. 334 с.
32. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1989. 560 с.
33. Южанинова А.Л. К проблеме диагностики социального интеллекта личности // Проблемы оценивания в психологии. Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 1984. 72 с.
34. Юркевич В.С. Интеллектуальная одаренность и социальное развитие: противоречивая связь // Современная зарубежная психология. PsyJournals.ru. 2018. №2. С. 28–30. URL: <https://psyjournals.ru/jmfp/2018/nn2/93914.shtml> (дата обращения: 25.12.2020).
35. Юсупов И.М. Психология взаимопонимания. Казань: Татар. кн. изд-во, 1991. 191 с.
36. Яковлева Е.Л. Эмоциональные механизмы личностного и творческого развития // Вопросы психологии / Под ред. Е.В. Щедрина. М.: Флинта, 1997. С. 20-27.
37. Ясюкова Л.А. Возрастные особенности становления социального интеллекта младших школьников // Ученые записки. СПб.: ГИПСР, 2011. №1. С. 74-80.
38. Guilford J.P. Hoepfner R. The analysis of intelligence. New York: McGraw-Hill Book Company, 1971. 238 p.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение А

#### Опросник агрессивности и адаптивности Басса-Дарки в модификации Г. Резапкиной

##### Инструкция.

Если высказывание отражает ваше отношение к себе, людям и событиям - поставьте в бланке ответов рядом справа от номера вопроса плюс (+), если не отражает – минус (-).

1. Мне дороги все мои чувства, как положительные, так отрицательные.
2. Когда я испытываю давление со стороны, то обычно сопротивляюсь.
3. Я обычно терпеливо выслушиваю других людей, иногда в ущерб своим интересам.
4. В общественных местах или транспорте я с интересом рассматриваю незнакомых людей.
5. Когда я занимаюсь любимым делом, все остальное отходит на второй план.
6. Отрицательные эмоции помогают мне понять, что мне нужно изменить в своей жизни.
7. Я отслеживаю свои эмоциональные реакции.
8. Мне легко понять переживания даже незнакомых людей.
9. Мне нравится работа, связанная с интенсивным общением.
10. Я не могу успокоиться, пока не доведу свою работу до совершенства.
11. Мне интересно наблюдать изменение своего эмоционального состояния.
12. Если меня что-то расстроило, я быстро прихожу в себя.

13. Я хорошо понимаю эмоции других людей, даже если они их стараются скрыть.
14. Мне нетрудно попросить незнакомого человека о помощи.
15. Когда я берусь за новое дело, я не сомневаюсь в его успехе.
16. Когда есть время, я обращаюсь к своим переживаниям, чтобы понять их причину.
17. Я не застреваю на отрицательных эмоциях.
18. Я чувствую настроение человека по выражению его лица.
19. Обычно я чувствую себя комфортно даже в компании незнакомых людей.
20. Профессиональная успешность во многом зависит от отношения человека к своей работе.
21. Знание своих истинных чувств необходимо мне для поддержания "хорошей формы".
22. Я обычно быстро прихожу в себя после неожиданного огорчения.
23. Я замечаю зависимость своего настроения от настроения окружающих меня людей.
24. В долгой дороге мне интереснее общаться с попутчиками, чем читать книгу.
25. Препятствия на пути к цели делают меня сильнее.
26. Люди, осознающие свои чувства, лучше управляют своей жизнью.
27. Я могу влиять на свое настроение.
28. Я обычно внимательно отношусь к просьбам незнакомых людей о помощи.
29. У меня много друзей, которые всегда поддержат меня в сложной ситуации.
30. Я работаю не ради денег.

Бланк ответов

Класс : \_\_\_\_\_ Фамилия Имя : \_\_\_\_\_

Самосознание		Саморегуляция		Эмпатия		Коммуникабельность		Самомотивация	
1		2		3		4		5	
6		7		8		9		10	
11		12		13		14		15	
16		17		18		19		20	
21		22		23		24		25	
26		27		28		29		30	

Обработка результатов.

Подсчитайте число плюсов в каждом столбце категории социального интеллекта и впишите получившееся сумму баллов в соответствующую клетку нижней строки.

**Самосознание** - способность осознавать свои эмоции, мотивы и потребности.

0 – 2 балла - низкий уровень. Это означает несформированную способность осознания своих эмоций, мотивов и потребностей, препятствующую профессиональной успешности в профессиях, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

3 – 4 балла - средний уровень. Это означает недостаточно сформированную способность осознания своих эмоций, мотивов и потребностей, затрудняющую профессиональное и личностное развития человека.

5 – 6 баллов – высокий уровень. Это означает высокую способность осознания своих эмоций, мотивов и потребностей, дающую возможность прогнозировать успешность в профессиях, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

**Саморегуляция** - способность управлять своими эмоциями.

0 – 2 балла - низкий уровень. Это может проявляться в виде низкой эмоциональной устойчивости, тревожности, утомляемости, что может

осложнить профессиональную деятельность, связанную с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

3 – 4 балла - средний уровень. Недостаточная способность управлять своими эмоциями может вызвать затруднения в профессиональной и социальной адаптации человека.

5 – 6 баллов – высокий уровень. Высокий уровень саморегуляции позволяет людям контролировать свое эмоциональное состояние, что является профессионально важным качеством в профессиях, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

**Эмпатия** - умение ставить себя на место другого, учитывать в процессе принятия решений чувства и эмоции других людей.

0 – 2 балла - низкий уровень. Это свидетельствует о слабой способности понимать чувства, мотивы и потребности других людей и может препятствовать эффективному выполнению работы, связанной с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

3 – 4 балла - средний уровень. Это может осложнять профессиональную деятельность в сферах, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

5 – 6 баллов – высокий уровень. Высокий уровень эмпатии является профессионально важным качеством для профессий, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

**Коммуникабельность** - общительность, доброжелательный интерес к людям, готовность к сотрудничеству.

0 – 2 балла - низкий уровень. Низкий уровень коммуникабельности может негативно повлиять на профессиональную деятельность, связанную с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

3 – 4 балла - средний уровень. Это может осложнять профессиональную деятельность в сферах, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

5 – 6 баллов – высокий уровень. Это способствует эффективному взаимодействию с другими людьми и является профессионально важным качеством для профессий, связанных с управлением, общением, обслуживанием, воспитанием, обучением.

**Самомотивация** - способность ставить перед собой цели и достигать их.

0 – 2 балла - низкий уровень. Низкий уровень самомотивации может негативно влиять на профессиональную успешность в различных сферах.

3 – 4 балла - средний уровень. Средний уровень самомотивации может осложнять профессиональную деятельность.

5 – 6 баллов – высокий уровень. Высокий уровень самомотивации способствует достижению поставленных целей и позволяет прогнозировать профессиональную успешность в различных сферах.

«Методика исследования социального интеллекта

Дж. Гилфорда и М. Салливена»

Тестовая тетрадь

**СУБТЕСТ № 1 "ИСТОРИИ С ЗАВЕРШЕНИЕМ"**

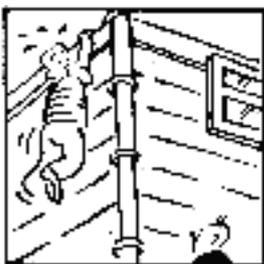
В этом субтесте Вы будете иметь дело с картинками, на которых изображены житейские ситуации, происходящие с персонажем Барни. Барни - это лысый мужчина, по профессии - официант. В ситуациях также принимают участие жена, маленький сын и друзья Барни, с которыми он встречается дома или в кафе.

В каждом задании слева расположен рисунок, изображающий определенную ситуацию. Определите чувства и намерения действующих в ней персонажей и выберите среди трех рисунков справа тот, который показывает наиболее правдоподобный вариант продолжения (завершения) данной ситуации.

Номер выбранного рисунка (обозначенный в правом нижнем углу рисунка) обводится кружком

Рассмотрим пример:

**Пример**



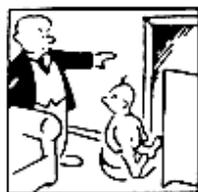
На рисунке слева Барни, зацепившийся за край крыши, испуган и просит помощи у своего маленького сына. Мальчик взволнован тем, что видит отца в таком трудном положении.

Выбор рисунка N 1 является правильным ответом в данном случае. Поэтому на Бланке ответов цифра 1 обведена кружком. Рисунок N 1 наиболее логично и правдоподобно продолжает заданную ситуацию: жена и сын Барни приставляют к стене лестницу, для того чтобы помочь ему спуститься.

Выбор рисунков N 2 и N 3 является менее корректным. Что касается рисунка N 2, то маловероятно, что, вися в воздухе в таком испуганном и беспомощном состоянии, Барни сможет залезть на крышу самостоятельно. Поскольку положение Барни опасно, жена и сын вряд ли стали бы насмехаться над ним, как это изображено на рисунке N 3.

Время на выполнение субтеста **5 мин.**

**СУБТЕСТ № 1 "ИСТОРИИ С ЗАВЕРШЕНИЕМ"**



1



1



2



3



2



1



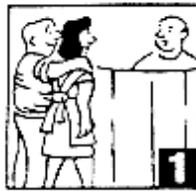
2



3



3



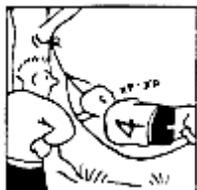
1



2



3



4



1



2



3



5



1



2



3



6



1



2



3



7



1



2



3



8



9



10



11



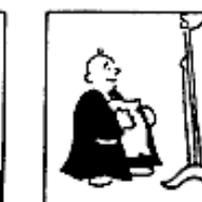
12



13



14



## СУБТЕСТ № 2 "ГРУППЫ ЭКСПРЕССИИ"

В этом субтесте Вы будете иметь дело с картинками, на которых изображены позы, жесты, мимика, то есть выразительные движения, отражающие состояние человека.

В каждом задании субтеста среди четырех рисунков справа Вы должны выбрать тот, который подходит к группе из трех рисунков слева, потому что отражает сходное состояние человека. Номер выбранного рисунка обводится кружком на Бланке ответов.

### Пример

В этом примере три картинка, расположенные слева, иллюстрируют одно и то же состояние человека, одни и те же мысли, чувства, намерения.



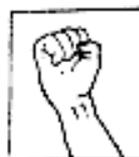
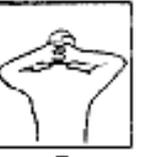
Одна из четырех картинок справа выражает такое же состояние, такие же мысли, чувства или намерения. Необходимо найти эту картинку.

Правильным ответом будет рисунок N 2, выражающий такое же состояние (напряжения или нервозности), что и рисунки слева. Поэтому на Бланке ответов цифра 2 обведена кружком.

Рисунки N 1, 3, 4 не подходят, так как отражают другие состояния (радости и благополучия).

На выполнение субтеста отводится 7 минут.

**СУБТЕСТ N 2 "ГРУППЫ ЭКСПРЕССИИ"**

			<b>1</b>					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
			<b>2</b>					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
			<b>3</b>					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
			<b>4</b>					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
			<b>5</b>					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
			<b>6</b>					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
			<b>7</b>					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>



**СУБТЕСТ № 3 "ВЕРБАЛЬНАЯ ЭКСПРЕССИЯ"**

В каждом задании этого субтеста слева написана фраза, которую один человек говорит другому, а справа перечислены три ситуации общения. Причем только в одной из них фраза, приведенная слева, приобретет другой смысл.

### **Пример**

*Глуховатый человек - товарищу: "Повторите, пожалуйста".*

Сообщение глуховатого человека к товарищу представляет собой вежливую просьбу. Эта же фраза в ситуациях N 2, 3 будет иметь такое же значение. И только в ситуации N 1 в устах оскорбленного человека она приобретет совсем другой смысл. Поэтому на Бланке ответов цифра 1 обведена кружком. Итак, в каждом задании необходимо выбрать ту ситуацию общения, в которой заданная слева фраза приобретет другое значение, будет связана с другим намерением, нежели в двух других ситуациях.

На выполнение субтеста отводится **5 минут**.

### **СУБТЕСТ № 3 "ВЕРБАЛЬНАЯ ЭКСПРЕССИЯ"**

1. Человек - своему товарищу: "Вы великолепны".	1. Довольный служащий - своему начальнику.
	2. Благодарный ученик - своему преподавателю.
	3. Недовольный человек - своему знакомому.
2. Продавец - покупателю: "Вы получите, что надо".	1. Улыбающийся преподаватель - студенту.
	2. Врач - пациенту.
	3. Рассерженный милиционер - канючащему пьянице.
3. Судья - победителю: "Поздравляю".	1. Отец - победителю.
	2. Друг - победителю.
	3. Проигравший - победителю.
4. Гордый отец - другу: "Посмотри на нее".	1. Ревнивая девушка - другу.
	2. Обрадованный мальчик - другу.
	3. Восхищенная девушка - другу.
5. Человек - своему другу: "Что ты делаешь?"	1. Рассерженная мать - ребенку.
	2. Заинтригованный прохожий - играющему ребенку.
	3. Учитель - примерному ученику.
6. Врач - больному ребенку: "Прими-ка это".	1. Мать - сыну.
	2. Боец - противнику.
	3. Нагруженная жена - мужу.
7. Официантка - клиенту: "Чем я могу Вам помочь?"	1. Психиатр - пациенту.
	2. Прохожий - пострадавшему в аварии.
	3. Гид - туристу.
8. Преподаватель - студенту: "Ты можешь сделать это лучше"	1. Жена - мужу.
	2. Мать - ребенку.
	3. Тренер - спортсмену.

9. Отец - сыну: "Ты мне нравишься".	1. Брат - сестре.
	2. Молодой человек - подруге.
	3. Племянник - тетке.
10. Начальник - рабочему: "Это хорошо".	1. Поклонник - артисту.
	2. Преподаватель - студенту.
	3. Разгневанный ребенок - побитому им сопернику.
11. Мать - бегущему ребенку: "Тише!"	1. Рассерженный отец - кричащему сыну.
	2. Пассажир - водителю.
	3. Прохожий - неосторожному ребенку.
12. Страховой агент - клиенту: "Распишитесь здесь, пожалуйста".	1. Администратор гостиницы - клиенту.
	2. Коллекционер автографов - "звезде".
	3. Кассир - вкладчику.

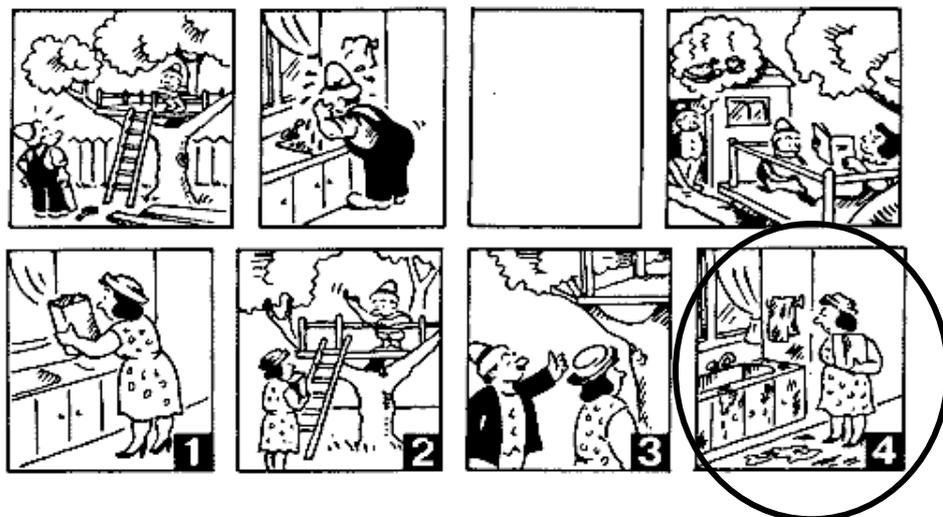
#### **СУБТЕСТ № 4 "ИСТОРИИ С ДОПОЛНЕНИЕМ"**

В этом субтесте Вы будете иметь дело с картинками, на которых изображены истории про Фердинанда. У Фердинанда есть жена и маленький ребенок. Он работает начальником, поэтому в историях будут также принимать участие его сослуживцы.

Каждое задание состоит из восьми картинок. Четыре верхние картинки отражают определенную историю, происходящую с Фердинандом. Одна из этих картинок всегда пропущена. Вам необходимо выбрать среди четырех рисунков нижнего ряда тот, который при подстановке на место пустого квадрата вверху будет дополнять историю с Фердинандом по смыслу. Если Вы правильно выберете отсутствующий рисунок, то смысл истории полностью прояснится, чувства и намерения действующих в ней персонажей станут понятными.

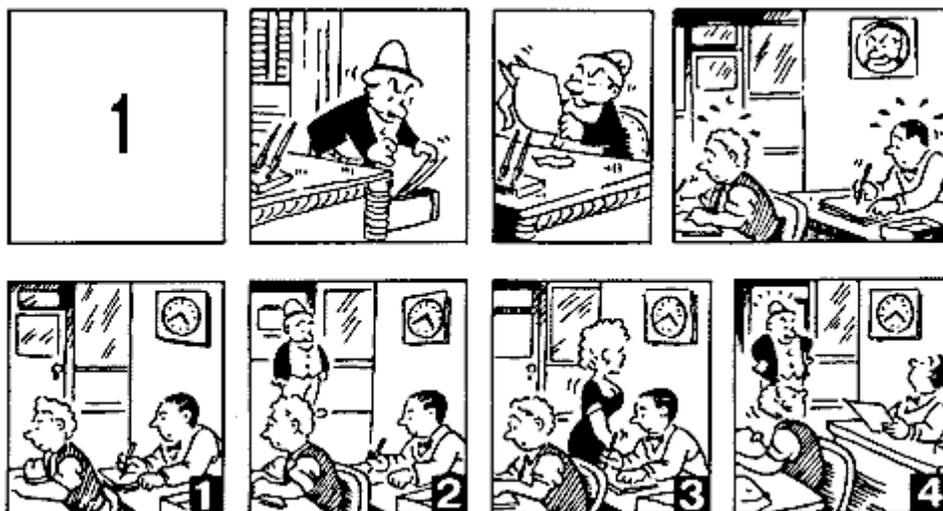
В каждом задании необходимо найти рисунок, дополняющий историю по смыслу.

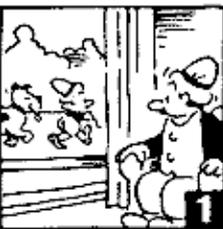
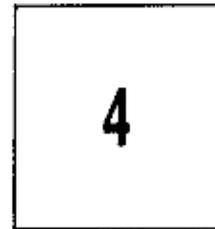
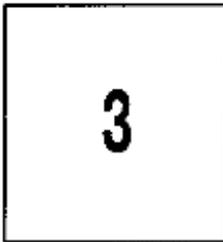
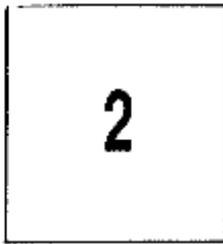
Рассмотрим пример:



В этой истории отсутствует третий рисунок. В конце истории мы видим, что Фердинанд, мечтавший об обеде, не получает его вопреки своим ожиданиям и выходит из дома раздосадованный. Жена Фердинанда рассержена и делает вид, что читает сыну книгу. Мальчик сидит спокойно. Все это связано с тем, что Фердинанд, умываясь после работы, оставил на кухне грязь, что и разозлило его жену. Таким образом, логичным дополнением истории является рисунок №4. Поэтому в Бланке ответов цифра 4 обведена кружком. Рисунки № 1, 2, 3 не соответствуют данной истории по смыслу.

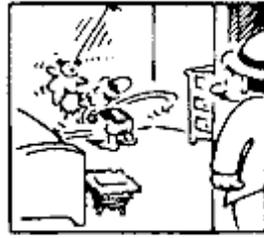
На выполнение субтеста отводится **10 минут**.







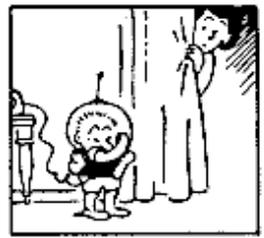
5

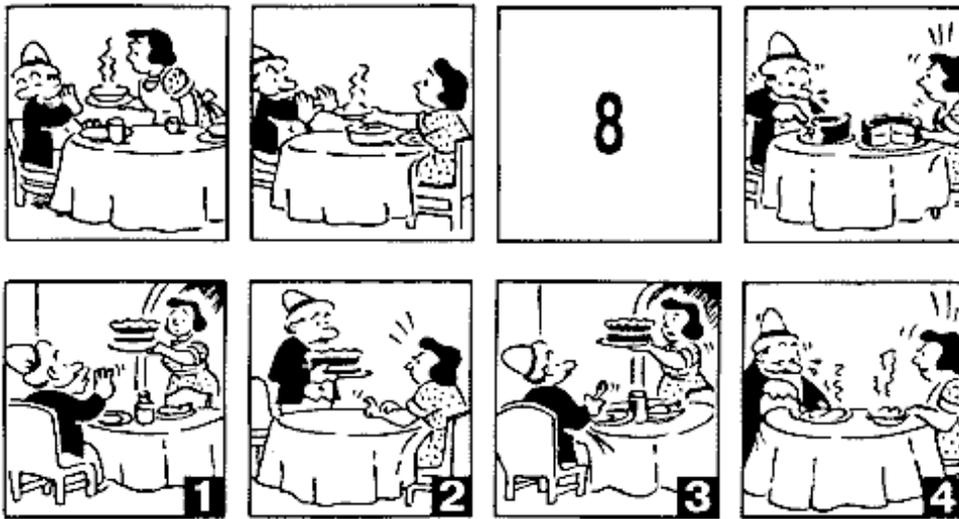


6



7







11

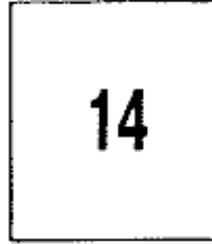


12



13





**Бланк ответов**

Дата \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_

<b>Субтест 1</b>	<b>Субтест 2</b>	<b>Субтест 3</b>	<b>Субтест 4</b>
1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
1 1 2 3	1 1 2 3 4	1 1 2 3	1 1 2 3 4
2 1 2 3	2 1 2 3 4	2 1 2 3	2 1 2 3 4
3 1 2 3	3 1 2 3 4	3 1 2 3	3 1 2 3 4
4 1 2 3	4 1 2 3 4	4 1 2 3	4 1 2 3 4
5 1 2 3	5 1 2 3 4	5 1 2 3	5 1 2 3 4
6 1 2 3	6 1 2 3 4	6 1 2 3	6 1 2 3 4
7 1 2 3	7 1 2 3 4	7 1 2 3	7 1 2 3 4
8 1 2 3	8 1 2 3 4	8 1 2 3	8 1 2 3 4
9 1 2 3	9 1 2 3 4	9 1 2 3	9 1 2 3 4
10 1 2 3	10 1 2 3 4	10 1 2 3	10 1 2 3 4
11 1 2 3	11 1 2 3 4	11 1 2 3	11 1 2 3 4
12 1 2 3	12 1 2 3 4	12 1 2 3	12 1 2 3 4
13 1 2 3	13 1 2 3 4		13 1 2 3 4
14 1 2 3	14 1 2 3 4		14 1 2 3 4
	15 1 2 3 4		

## Ключ к обработке методики

Правильные ответы:

№	Субтест 1	Субтест 2	Субтест 3	Субтест 4
1	2	1	3	4
2	2	4	3	3
3	2	3	3	3
4	3	3	1	2
5	1	2	1	1
6	3	1	2	1
7	3	2	2	4
8	3	2	1	1
9	3	1	2	1
10	3	4	3	2
11	3	1	1	1
12	1	1	2	2
13	1	2		2
14	2	4		1
15		4		

## Нормативные таблицы для определения стандартных значений

Баллы	Субтесты				Композитная оценка
	1	2	3	4	
1	0 - 2	0 - 2	0 - 2	0 - 1	0 - 12
2	3 - 5	3 - 5	3 - 5	2 - 4	13 - 26
3	6 - 9	6 - 9	6 - 9	5 - 8	27 - 37
4	10 - 12	10 - 12	10 - 11	9 - 11	38 - 46
5	13 - 14	13 - 15	12	12 - 14	47 - 55

## Интерпретация результатов

### Интерпретация субтестов

После завершения процедуры обработки результатов получают стандартные баллы по каждому субтесту, отражающие уровень развития соответствующих способностей к познанию поведения. При этом общий смысл стандартных баллов можно определить следующим образом:

1 балл - низкие способности к познанию поведения;

2 балла - способности к познанию поведения ниже среднего (среднеслабые);

3 балла - средние способности к познанию поведения (средневыборочная норма);

4 балла - способности к познанию поведения выше среднего (среднесильные);

5 баллов - высокие способности к познанию поведения.

При получении стандартной оценки 1 балл по какому-либо субтесту необходимо прежде всего проверить, правильно ли обследуемый понял инструкцию.

### Субтест № 1 - "Истории с завершением"

Лица с **высокими** оценками по субтесту умеют предвидеть последствия поведения. Они способны предвосхищать дальнейшие поступки людей на основе анализа реальных ситуаций общения (семейного, делового, дружеского), предсказывать события, основываясь на понимании чувств, мыслей, намерений участников коммуникации. Их прогнозы могут оказаться ошибочными, если они будут иметь дело с людьми, ведущими самым неожиданным, нетипичным образом. Такие люди умеют четко выстраивать стратегию собственного поведения для достижения поставленной цели. Успешное выполнение субтеста предполагает умение ориентироваться в невербальных реакциях участников взаимодействия и знание нормо-ролевых моделей и правил, регулирующих поведение людей.

Лица с **низкими** оценками по субтесту плохо понимают связь между поведением и его последствиями. Такие люди могут часто совершать ошибки (в том числе и противоправные действия), попадать в конфликтные, а возможно, и в опасные ситуации потому, что неверно представляют себе результаты своих действий или поступков других. Они плохо ориентируются в общепринятых нормах и правилах поведения.

Успешность выполнения данного субтеста положительно коррелируют со следующими психологическими особенностями:

- способностью полно и точно описывать личность незнакомого человека по фотографии;
- способностью к расшифровке невербальных сообщений;
- дифференцированностью Я-концепции, насыщенностью Я-образа пониманием интеллектуальных, волевых характеристик, а также описанием особенностей духовной организации личности.

### **Субтест № 2 - "Группы экспрессии"**

Лица с **высокими** оценками по субтесту способны правильно оценивать состояния, чувства, намерения людей по их невербальным проявлениям, мимике, позам, жестам. Такие люди, скорее всего, придают большое значение невербальному общению, обращают много внимания на невербальные реакции участников коммуникации. Чувствительность к невербальной экспрессии существенно усиливает способность понимать других. Способность читать невербальные сигналы другого человека, осознавать их и сравнивать с вербальными, по мнению А. Пиза, лежит в основе "шестого чувства" - интуиции.

Лица с **низкими** оценками по субтесту плохо владеют языком телодвижений, взглядов и жестов, который раньше осваивается в онтогенезе и вызывает больше доверия, чем вербальный язык). В общении такие люди в большей степени ориентируются на вербальное содержание сообщений. И они могут ошибаться в понимании смысла слов собеседника потому, что не

учитывают (или неправильно учитывают) сопровождающие их невербальные реакции.

Успешность выполнения субтеста положительно коррелирует:

- с точностью, полнотой, нестереотипностью и пластичностью при описании личности незнакомого человека по фотографии;
- с чувствительностью к эмоциональным состояниям других в ситуациях делового общения;
- с разнообразием экспрессивного репертуара в общении;
- с открытостью и проявлением дружелюбия в общении;
- с эмоциональной стабильностью;
- с сенситивностью к обратной связи в общении, восприимчивостью к критике, совестливостью;
- с высокой самооценкой и степенью принятия себя;
- с насыщенностью Я-образа описанием волевых характеристик личности, активности, стеничности;
- с глубиной рефлексии;
- с точностью понимания того, каким образом собственное эмоциональное состояние человека воспринимается его партнерами по общению, что является показателем конгруэнтности коммуникативного поведения, предпосылкой успешной самопрезентации;
- с эмпатией, с невербальной чувствительностью.

### **Субтест № 3 - "Вербальная экспрессия"**

Лица с **высокими** оценками по субтесту обладают высокой чувствительностью к характеру и оттенкам человеческих взаимоотношений, что помогает им быстро и правильно понимать то, что люди говорят друг другу (речевую экспрессию) в контексте определенной ситуации, конкретных взаимоотношений. Такие люди способны находить соответствующий тон общения с разными собеседниками в разных ситуациях и имеют большой репертуар ролевого поведения (то есть они проявляют ролевую пластичность).

Лица с **низкими** оценками по субтесту плохо распознают различные смыслы, которые могут принимать одни и те же вербальные сообщения в зависимости от характера взаимоотношений людей и контекста ситуации общения. Такие люди часто "говорят невпопад" и ошибаются в интерпретации слов собеседника.

Успешность выполнения субтеста также положительно коррелирует с точностью описания личности незнакомого человека по фотографии, насыщенностью Я-образа описанием духовных ценностей и шкалой эмпатии.

#### **Субтест № 4 "Истории с дополнением"**

Лица с **высокими** оценками по субтесту способны распознавать структуру межличностных ситуаций в динамике. Они умеют анализировать сложные ситуации взаимодействия людей, понимают логику их развития, чувствуют изменение смысла ситуации при включении в коммуникацию различных участников. Путем логических умозаключений они могут достраивать неизвестные, недостающие звенья в цепи этих взаимодействий, предсказывать, как человек поведет себя в дальнейшем, отыскивать причины определенного поведения. Например, субтест позволяет прогнозировать успешность построения следователем целостной картины преступления на основе неполных данных. Успешное выполнение субтеста предполагает способность адекватно отражать цели, намерения, потребности участников коммуникации, предсказывать последствия их поведения. Кроме этого, требуется умение ориентироваться в невербальных реакциях человека, а также нормах и правилах, регулирующих поведение в обществе.

Лица с **низкими** оценками по субтесту испытывают трудности в анализе ситуаций межличностного взаимодействия и, как следствие, плохо адаптируются к разного рода взаимоотношениям между людьми (семейным, деловым, дружеским и другим).

Субтест является наиболее комплексным и информативным по общему факторному весу в структуре социального интеллекта.

Успешность выполнения субтеста положительно коррелирует с точностью, полнотой, дифференцированностью и гибкостью описания незнакомого человека по фотографии, с дифференцированностью Я-концепции, глубиной рефлексии, с принятием себя, чувством собственного достоинства, с интересом к социальным проблемам, общественной активностью, с экзаменационной успешностью.

### **Интерпретация композитной оценки социального интеллекта**

Общий уровень развития социального интеллекта (интегрального фактора познания поведения) определяется на основе композитной оценки. Смысл композитной оценки, выраженной в стандартных баллах, можно определить следующим образом:

- 1 балл - низкий социальный интеллект;
- 2 балла - социальный интеллект ниже среднего (среднеслабый);
- 3 балла - средний социальный интеллект (средневыборочная норма);
- 4 балла - социальный интеллект выше среднего (среднесильный);
- 5 баллов - высокий социальный интеллект.

Социальный интеллект представляет собой систему интеллектуальных способностей, определяющих адекватность понимания поведения людей. По мнению авторов методики, способности, отражающиеся на уровне композитной оценки, "вероятно, перекрывают собой традиционные понятия социальной чувствительности, эмпатии, восприятия другого и то, что можно назвать социальной интуицией". Выполняя регулирующую функцию в межличностном общении, социальный интеллект обеспечивает социальную адаптацию личности, "гладкость в отношениях с людьми".

Лица с **высоким** социальным интеллектом способны извлечь максимум информации о поведении людей, понимать язык невербального общения, высказывать быстрые и точные суждения о людях, успешно прогнозировать их реакции в заданных обстоятельствах, проявлять дальновидность в отношениях с другими, что способствует их успешной социальной адаптации.

Лица с высоким социальным интеллектом, как правило, бывают успешными коммуникаторами. Им свойственны контактность, открытость, тактичность, доброжелательность и сердечность, а так же тенденция к психологической близости в общении.

Высокий социальный интеллект связан с интересом к социальным проблемам, наличием потребности воздействовать на других и часто сочетается с развитыми организаторскими способностями. Люди с развитым социальным интеллектом обычно имеют выраженный интерес к познанию себя и развитую способность к рефлексии.

Уровень развития социального интеллекта в большей степени определяет успешность адаптации при поступлении на работу, чем уровень развития общего интеллекта. Люди с высоким социальным интеллектом обычно легко уживаются в коллективе, способствуют поддержанию оптимального психологического климата, проявляют больше интереса, смекалки и изобретательности в работе.

Лица с низким социальным интеллектом могут испытывать трудности в понимании и прогнозировании поведения людей, что усложняет взаимоотношения и снижает возможности социальной адаптации.

Низкий уровень социального интеллекта может в определенной степени компенсироваться другими психологическими характеристиками (например, развитой эмпатией, некоторыми чертами характера, стилем общения, коммуникативными навыками), а также может быть скорректирован в ходе активного социально-психологического обучения.

Упражнения, используемые на занятиях  
при реализации Коррекционной программы

**1. Упражнения, направленные на знакомство участников, сплочение группы и снятие напряжения**

*«Снежный ком»*: 10 мин

Каждый участник по кругу называет последовательно имена всех, кто уже представился до него, последним называет свое имя.

*«Три вопроса»*: 20-25 мин

Этап 1. Участники сидят в общем кругу. Инструкция: «Выбирайте из круга наиболее интересного для вас человека. Подумайте, что вы хотели бы о нем узнать. Напишите для него три вопроса. Постарайтесь, чтобы они были яркими и интересными».

Этап 2. Инструкция: «Есть предположение, что на эти вопросы будет интересно ответить и их авторам. Представьте, ориентируясь на них как на план рассказа».

*«Ртуть»*-10мин

Представьте себе, что ваше тело - старый, застоявшийся механизм. Он сломан, он просто нуждается в смазке. Сейчас у вас есть возможность хорошо разработать все части вашего тела, все его суставы.

В указательный палец правой руки вам будет введено волшебное смазочное вещество, одной капли которого достаточно, чтобы привести механизм вашего тела в рабочее состояние. Перегоняя это вещество из одной части тела в другую, не упустите ни одной его части.

Закройте глаза. Начинайте работу. Не торопитесь. «Промазав» одну часть (например, руки), проверьте, как она работает (вся рука в целом, отдельно пальцы). Работу можно считать оконченной, когда все тело будет «смазанным», разогретым.

### *«Объявление в газету» 15-20 мин*

Ведущий предлагает участникам дать о себе объявление в газету. Объявление должно быть коротким, но нести максимум информации об авторе. Затем объявление зачитывается и проводится обсуждение, что является основным: желание помочь кому-то, получить что-то или заявить о своих способностях. Ведущему здесь важно подчеркнуть, что совершенно неважно, хотел ли подросток похвалиться своими способностями или объявить о своем стремлении помогать другим, главное, он о себе заявляет.

## **2. Упражнение, направленное на формирование адекватных реакций в различных ситуациях**

### *«Карусель» 5-10 мин*

Группа разбивается на два круга— внешний и внутренний— друг напротив друга. Ведущий дает задание: сейчас вы будете общаться друг с другом только с помощью рук. Итак, поздоровайтесь руками. После этого внутренний круг остается на месте, а внешний передвигается вправо — к другому партнеру и выполняют следующие задания:

- побороться руками,
- помириться руками,
- пожалеть руками,
- попрощаться руками.

### *«Зеркало»-15-20 мин*

1. Необходимо найти место и время для расслабления и самопогружения. От 15 минут до часа, в зависимости от возможности и умения погружаться в образы

2. Представьте себя в пустой комнате, где с двух сторон стоит два больших зеркала во весь рост. Эти зеркала волшебные. Одно левое зеркало отражает все вашу негативную, неприятную, не такую как хочется натуру и внешне и внутренне. Все, что вы про себя думаете, когда ваша самооценка занижена.

### *«Кто сказал....»-10-15 мин*

Участники занятия образуют круг, в центре которого усаживается один из них. Дети подходят и пожимают ему руку. Заранее ведущий назначает одного участника который должен через рукопожатие передать «спасибо». Остальные должны просто поздороваться. Задача водящего – определить, кто сказал ему «спасибо».

### **3. Упражнение, направленное на умение организовать деловую дискуссию, развитие умений и навыков активного слушания, развитие умения высказывать сущность своей аргументации**

*«Подарок» 25-30 мин*

Сядем в круг. Пусть каждый из вас по очереди сделает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок надо сделать (вручить) молча (невербально), но так, чтобы ваш сосед понял, что вы ему дарите. Тот, кто получает подарок, должен постараться понять, что ему дарят. Пока все не получают подарки, говорить ничего не надо. Все делаем молча.

Когда все получают подарки (круг замкнется), тренер обращается к тому участнику группы, который получил подарок последним, и спрашивает его о том, какой подарок он получил. После того как тот ответит, тренер обращается к участнику, который вручал подарок, и спрашивает о том, какой подарок он сделал. Если в ответах есть расхождения, нужно выяснить, с чем конкретно связано непонимание. Если участник группы не может сказать, что ему подарили, можно спросить об этом у группы

### **4. Упражнение на выработку навыков быстрого реагирования на конфликтную ситуацию**

*«Надувной шар» 15-20 мин*

Все молча стоят в кругу и передают шар друг другу, показывая, как он легкий. Когда шар, побывав в руках у каждого, вдруг становится очень тяжелым, дети должны показать, как им тяжело и как им приходится напрягать мускулы и сгибаться под тяжестью шара. Так шар приобретает все новые качества: становится горячим, холодным, драгоценным или зловонным.

*«Футболка с надписью»-15мин*

Каждому участнику предлагается за 5-7 минут придумать и сделать надпись на футболке. Важно, чтобы надпись говорила о человеке, его интересах, взглядах, отношении к другим, о том, чего он ждет от других.

После выполнения задания каждый участник зачитывает свою надпись.

### **5. Упражнение на развитие наблюдательности**

*«Сыщики»:- 5 минут,*

Все участники группы вовлекаются в какую-либо деятельность, которая организована так, что бы каждый был чем-то занят. У каждого есть карточка с индивидуальным заданием, в рамках которой участник может импровизировать. При этом каждый должен выбрать себе объект для незаметного наблюдения. В процессе выполнения деятельности каждый участник выполняет три задания:

- 1) внимательно, но незаметно следит за тем, что делает выбранный им объект
- 2) пытается понять, кто следит за ним,
- 3) определяет, за кем следит его объект.

### **6. Упражнение на развитие умений интерпретировать выразительные эмоции**

*«Прочитай эмоцию»: 5-10 минут*

Перед участниками выкладываются фотографии, на которых изображены лица в разном эмоциональном состоянии. Все участники разбиваются на пары, рассматривают фотографии и пишут на листах: 1) какие эмоции изображены,

- 2) какие эмоции, по их мнению, видят их напарники,
- 3) какие слова подходят к данным выражениям лиц. Затем участники меняются своими листами

### **7. Упражнение на приобретение навыков прочтения невербального языка**

*«Эстафета»: 5-7 минут*

Играющие образуют круг и закрывают глаза. Один из игроков задумывает какое-нибудь чувство, после чего открывает глаза и передает соседу свои

чувства через телесные проявления. Следующий игрок пытается понять, что ему было передано, и отдает это чувство дальше по кругу, но уже своим способом выражения.

*«Чемодан»-15-20мин*

Собирая чемодан, мы будем придерживаться некоторых правил:

1. В чемодан надо положить одинаковое количество помогающих и мешающих качеств.
2. Каждое качество будет укладываться в чемодан только с согласия всей группы. Если кто-нибудь из нас, хотя бы один, не согласен, то группа может попытаться его убедить в правильности своего решения, а если это не удастся сделать, качество в чемодан не кладется.
3. Положить в чемодан можно только те качества, которые проявились в ходе работы группы.
4. Положить в чемодан можно только те качества, которые поддаются коррекции.
5. Руководить сбором чемодана будет каждый из нас по очереди.

## **8.Упражнения на завершение работы.**

*«Позиция»-7-10 минут*

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

*«Последняя встреча»-10 минут*

Представьте себе, что занятие уже закончилось, и вы расстаетесь. Но все ли вы успели сказать друг другу? Может быть, вы забыли поделиться с группой своими переживаниями? Или есть человек, мнение которого о себе вы хотели бы узнать? Или вы хотели поблагодарит кого-либо? Сделайте это «здесь и теперь»