

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

КРЫЛОВА ПОЛИНА ИГОРЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**РАЗВИТИЕ УМЕНИЙ БЕСКОНФЛИКТНОГО ОБЩЕНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЯТЫХ КЛАССОВ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.
23.05.25 

Руководитель
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.
23.05.25 

Обучающийся
Крылова П. И.
23.05.25 

Дата защиты
25.06.25

Оценка

Красноярск 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ УМЕНИЙ БЕСКОНФЛИКТНОГО ОБЩЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЯТЫХ КЛАССОВ.....	6
1.1. Понятие бесконфликтного общения в психолого-педагогической литературе.....	6
1.2. Умения бесконфликтного общения обучающихся пятых классов	14
1.3. Подходы к развитию умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов.....	23
Выводы по Главе 1	33
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ УМЕНИЙ БЕСКОНФЛИКТНОГО ОБЩЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЯТЫХ КЛАССОВ.....	34
2.1. Организация и методики исследования.....	34
2.2. Анализ результатов исследования умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов на констатирующем этапе исследования.....	36
2.3. Комплекс коррекционно-развивающих занятий развития умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов	42
2.4. Анализ результативности развития умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов	45
Выводы по Главе 2	53
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	55
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	59
ПРИЛОЖЕНИЯ	64

ВВЕДЕНИЕ

Общение играет огромную роль в жизни общества. Без него немислимы процесс воспитания, формирования, развития личности, межличностные контакты, а также управление, обслуживание, научная работа и иная деятельность во всех сферах, где необходимы передача, усвоение информации и обмен ею.

Общение играет важную роль в овладении человеком культурными и общечеловеческими ценностями, общественным опытом. В процессе общения, этой специфической формы взаимодействия человека с другими людьми, осуществляется обоюдный обмен представлениями, идеями, интересами, настроениями, установками и т.п.

Повышение значимости общения в современном мире требует наличия у подростков умений бесконфликтного общения. Значит, общение нужно учить, общению нужно учиться, что предполагает необходимость глубокого знания этого явления, его закономерностей и особенностей, проявляющихся в деятельности людей.

Эти обстоятельства и обуславливают необходимость разносторонней работы по изучению особенностей общения учащихся в школе и выделению бесконфликтного общения как культурного эталона, к которому необходимо стремиться.

Особенно это актуально в подростковом возрасте. Связано это с тем, что, во-первых, стремление подростков к проявлению взрослости зачастую ограничивается неадекватной регламентацией его поведения со стороны взрослых. Во-вторых, потребность в самоутверждении, характерная для этого возраста, не всегда удовлетворяется в общении со сверстниками. Традиционно подростковый возраст считается одним из самых сложных и противоречивых периодов формирования личности, сопряженным с многочисленными межличностными конфликтами.

Психологи (Г.М. Бреслав, Л.В. Выготский, Г.С. Никифоров, А.В. Петровский, Л.И. Рувинский и др.) считают, что общение подростков

превращается в самостоятельный вид деятельности, в процессе которого они усваивают жизненные цели и ценности, нравственные идеалы, нормы и формы поведения, повышают уровень развития коммуникативных качеств.

Анализ научного знания показал, что и в отечественной и в зарубежной психологии достаточно широко представлена проблема кризисного и конфликтогенного характера развития подростков (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Н.И. Гуткина, И.В. Дубровина, И.С. Кон, К.Н. Поливанова, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых, Д.И. Фельдштейн, Д.Б. Эльконин, М. Дебесс, Ф. Дольто, Ф. Райе, Ст. Холл и др.)

Однако, в психолого-педагогической литературе недостаточно исследована проблема развития умений бесконфликтного общения подростка, хотя для современного подростка когнитивный уровень владения языком уже недостаточен, ему нужны умения общения в ситуациях межличностного взаимодействия, в том числе конфликтного характера.

Цель исследования – изучить возможность развития умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов.

Объект исследования – умения бесконфликтного общения.

Предмет исследования – развитие умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов

Гипотеза исследования: развитие умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов будет результативным при реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий с использованием элементов мульттренинга и коммуникативного тренинга, направленного на развитие самопонимания, коммуникативных умений и умений конструктивного поведения в конфликте.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ подходов в психологии к изучению проблемы развития умений бесконфликтного общения обучающихся пятого класса.

2. Определить умения бесконфликтного общения обучающихся пятого

класса.

3. Провести эмпирическое исследование умений бесконфликтного общения обучающихся пятого класса.

4. Разработать, реализовать комплекс мероприятий, направленных на развитие умений бесконфликтного общения обучающихся пятого класса и проверить его результативность.

Для решения поставленных задач применялся комплекс методов исследования:

1. Теоретические методы исследования: анализ сравнение и обобщение научной психолого-педагогической литературы.

2. Эмпирические методы исследования: тестирование, метод опроса.

3. Методы количественной и качественной обработки данных.

Методики диагностики:

– опросник по изучению способов поведения подростков в конфликтных ситуациях (О.О. Землянушкина) в модификации М.Ю. Худяевой для младшего подросткового возраста.

– тест коммуникативных умений, автор Л. Михельсон (адаптация Ю.З. Гильбуха).

– тест «Оценка самоконтроля в общении» М. Снайдера,

База и выборка исследования: МАОУ СШ г. Красноярск. В исследовании приняли участие 26 обучающихся пятых классов в возрасте 11-12 лет.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ УМЕНИЙ БЕСКОНФЛИКТНОГО ОБЩЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЯТЫХ КЛАССОВ

1.1. Понятие бесконфликтного общения в психолого-педагогической литературе

Многообразие подходов к пониманию общения и противоречивых определений в научной литературе, по мнению А.А. Леонтьева, поэтому точное определение общения является самостоятельной областью научного исследования [18].

Вполне обоснован тот факт, что изучению проблем общения уделяется значительное внимание в исследовании отечественных и зарубежных ученых, представляющих различные направления человекознания. (Б.Г. Ананьев, Г.М. Андреева, Г.С. Батищев, А.А. Бодалев, М. Бубер, Л.П. Буева, Л.С. Выготский, М.С. Каган, Я.Л. Коломенский, А.А. Леонтьев, А.Н. Леонтьев, М.И. Лисина, Б.Ф. Ломов, В.И. Мясищев, К. Чери, Т. Шебутани, К. Ясперс и др.) И как закономерный результат – отсутствие единства в толковании природы происхождения, сущности и структуры процесса общения.

А.А. Леонтьев утверждает, что общение следует воспринимать как социальный, а не индивидуальный феномен, являющийся необходимым условием для любой человеческой деятельности. Хотя общение не всегда функционирует как самостоятельная деятельность, существенно то, что оно способно выступать и в качестве компонента некоммуникативной деятельности, одновременно создавая условия для её осуществления, и как отдельный, самодостаточный вид деятельности [35].

Как подчеркивает Б.Д. Парыгин, общение представляет собой сложный процесс, включающий в себя множество аспектов (граней). Оно одновременно функционирует как обмен информацией между людьми и как система их взаимоотношений. Процесс общения включает не только

взаимопонимание участников, но и их воздействие друг на друга, а также совместную активность [42].

В концепции общения Б.Д. Парыгин подчеркивает, что взаимодействие людей имеет деятельностьную основу, многофункциональный характер. Автор видит в общении не просто обмен информацией, а целенаправленное установление и поддержание связей между людьми, связанными друг с другом в психологическом отношении [42].

В основу теории общения легло положение о сущности общения как межличностного взаимодействия, в процессе которого каждая из личностей выступает в качестве активного субъекта коммуникации. Так, согласно исследованиям Б.Ф. Ломова, при рассмотрении взаимосвязи между субъектами выявляется не только одностороннее влияние или отдельные действия участников, но целостный интерактивный процесс. В этом взаимодействии проявляются различные формы отношений: от сотрудничества и эмпатии до конфликтов и противостояний. Данная динамика межличностных отношений раскрывает природу человеческих взаимодействий [37].

Общение в данной работе будет рассматриваться как коммуникативная деятельность. Г.М. Андреева выделяет три основных процесса общения как коммуникативной деятельности: перцептивный, коммуникативный и интерактивный. Подход Г.М. Андреевой к анализу общения представляет его как сложную систему взаимодействия людей, включающую многофункциональные процессы: коммуникативный процесс обеспечивает обмен информацией, интерактивный регулирует взаимодействие партнеров в общении, а перцептивный организует взаимовосприятие, взаимооценку и рефлексия в общении [5].

Взаимодействие двух субъектов, обладающих способностью к инициативному общению, является основой коммуникативной деятельности согласно Б.Ф. Ломову. Этот вид взаимодействия называется «сопряженным актом» и отражает диалогичность процесса коммуникации.

Диалог, в свою очередь, может быть рассмотрен как способ организации указанных «сопряженных актов» [37].

Современные исследователи сосредотачиваются на изучении активности общения людей, которая основана на принципах сотрудничества, вежливости, теории «сохранения лица» и коммуникативного этикета, среди прочего.

В соответствии с Принципом Сотрудничества Х.П. Грайса, участники диалога активно взаимодействуют в зависимости от обстоятельств общения и общей цели разговора. Основная идея этого принципа заключается в соблюдении четырех основных правил общения: качества, количества, релевантности и манеры [1].

Коммуниканты, анализируя высказывания собеседника, принимают решение о своих действиях во время общения, опираясь на принципы, изложенные в максимах.

Автор Дж. Лич разработал набор максим, включающий максимы благородства, максимы одобрения, максимы скромности, максимы согласия, максимы симпатии и максимы такта, второй принцип общения – принцип вежливости [1].

В свете позитивной и негативной вежливости ученые описали разнообразие социальных взаимоотношений между людьми. Каждый из типов вежливости представлен определенной системой коммуникативных стратегий, которые коммуниканты используют для достижения основных целей вежливого общения. Стратегии позитивной вежливости направлены на установление единства и солидарности между говорящим и слушающим, проявление внимания и интереса к собеседнику, стремление к взаимопониманию и согласию, учет желаний и склонностей партнера, а также на создание атмосферы внутригрупповой идентичности. Стратегии негативной вежливости функционируют как механизмы избегания потенциальных коммуникативных угроз. Они нацелены на сохранение личного пространства адресата и обеспечение ему автономии в принятии

решений. По сути, такой подход предполагает смягчение или полное устранение речевых конструкций, способных нарушить психологические границы собеседника. Когда человек избегает прямых просьб, приказов или критики, он демонстрирует уважение к неприкосновенности личной территории другого, удовлетворяя тем самым его потребность в сохранении независимости [5].

Исследование вербального аспекта в процессе общения потребовало анализа психологических аспектов, влияющих на эффективность общения при взаимодействии участников коммуникации. Согласно наблюдениям Е.Н. Зверевой, успех общения зависит от способности понимать точку зрения собеседника, буквально "примеряя" его взгляд на ситуацию. Коммуникативные позиции участников разговора динамичны и определяются их внутренним состоянием в конкретный момент. Интересно, что в различных обстоятельствах собеседники могут выстраивать разную иерархию: иногда один возвышается над другим, в иных случаях они взаимодействуют как равные, а порой кто-то из них занимает намеренно подчиненное положение, принижая собственные достоинства [27].

В контексте рассмотрения бесконфликтного общения необходимо рассмотреть понятие конфликта.

Как известно, конфликты изучаются с позиций различных направлений: мотивационный, ситуационный и когнитивный (Н.В. Гришина), когнитивный, мотивационный, аналитический, деятельностный, энерго-эмоциональный, организационный и системный (Н.У. Заиченко), социальный (Л. Козер) и т.д.

В самом простом виде понятие «конфликт» приведено в психологическом словаре Б. Мещерякова и В. Зинченко и определяется как столкновение целей, интересов, взглядов, позиций участников взаимодействия, транслируемое ими в жесткой форме [24].

Н.В. Гришина считает, что конфликт – форма взаимоотношений, обусловленная противостоящими интересами и потребностями, ценностями и нормами [21].

По утверждению А.Я. Анцупова и А.И. Шипилова, конфликт – это острый способ разрешения противоречий в процессе взаимодействия, который заключается в противодействии участников конфликта, сопровождаемом негативными эмоциями [6].

Согласно концепции Н.А. Булыгиной, бесконфликтное общение представляет собой продуктивное взаимодействие между людьми, которое трансформирует саму природу этого взаимодействия путем успешного преодоления существующих разногласий.

В определении Е.В. Бут-Гусаимова бесконфликтное общение – сложный многогранный процесс взаимодействия людей, в основе которого лежит принцип гармонического соответствия аксиологических, антропологических и прагматических аспектов общения, опирающихся на положения этики о презумпции порядочности партнера по общению, сохранении суверенитета и неприкосновенности достоинства субъектов общения, толерантности и альтруизма, милосердия и ненасилия, справедливости и благородства [13].

Согласно исследованиям В.И. Сафьянова, своевременное выявление и надлежащее реагирование на противоречия имеет решающее значение, поскольку конфликты часто возникают из несоответствий как между различными областями общения (прагматической, антропологической и аксиологической), так и внутри этих сфер [47].

Согласно концепции В.И. Сафьянова, для достижения гармоничной коммуникации наиболее эффективен подход, минимизирующий оценочные суждения. Поскольку полностью исключить оценки из общения невозможно даже при сильном стремлении к этому, речь идёт именно о максимальном снижении оценочности, а не о её полном устранении. Важно понимать, что оценочный компонент присутствует не только в словесном выражении, но и проявляется через невербальные каналы коммуникации – поведенческие реакции, мимические выражения и жестикуляцию. Например, индивид соблюдает все нормы вежливости в общении, однако действует так,

словно других людей не существует – не возвращает вовремя одолженные вещи, беспокоит звонками в неподходящее время, например, поздно ночью. Согласно исследованиям, подобное поведение является отражением внутренней оценочной системы человека – как в отношении себя, так и окружающих, выраженной непрямым, скрытым образом [47].

Навык мирного взаимодействия требует ценить человеческую ценность превыше временных недостатков. При получении критики важно не поддаваться эмоциональным реакциям и не воспринимать негативные оценки как неизбежный повод для разногласий. Сохранение спокойствия и рациональный подход помогают избежать конфликтных ситуаций.

Суть установления здоровой, бесконфликтной атмосферы общения заключается в том, чтобы включать в общение максимально возможное количество синтонов и исключать конфликтогены. Ключевым принципом является максимальное использование синтонов – компонентов диалога, резонирующих с внутренними потребностями собеседников и укрепляющих их самоуважение. Одновременно необходимо минимизировать присутствие конфликтогенов – элементов, подрывающих достоинство участников общения и потенциально провоцирующих напряженность. Практическое воплощение этого подхода представляет значительную сложность. Успешная коммуникация без конфликтов требует комплексного развития: этического восприятия, чувства такта и владения искусством межличностного взаимодействия на высоком уровне [2].

Бесконфликтное общение и конструктивное разрешение конфликтов невозможно без определенных качеств личности, особое внимание которым было отведено в работе В.С. Третьяковой: эмпатия, доброжелательность, аутентичность, конкретность, инициативность в общении, непосредственность, открытость, принятие чувств, отсутствие страха перед конфронтацией, готовность к самопознанию[50].

Достижение бесконфликтного общения возможно исключительно конструктивными, доброжелательными и мирными способами.

Полностью избавиться от противоречий в межличностном взаимодействии практически невозможно, поэтому общение без конфронтации представляет собой культурный эталон, к которому нужно стремиться и требующий постоянного совершенствования.

Предотвращение конфликтов начинается с понимания их причин. Любые противоречия имеют свои основания – они никогда не появляются беспричинно. Определяющую роль играют как субъективные, так и объективные факторы. Чтобы достичь гармоничного общения между людьми, необходимо сосредоточиться на выявлении и устранении источников потенциальных разногласий. Именно эта стратегия должна стать приоритетной в построении бесконфликтного общения.

Для предотвращения конфликта необходимо, чтобы минимум один участник придерживался позиции избегания конфронтации. Бесконфликтное общение возможно только при соответствующем настрое хотя бы одной из взаимодействующих сторон. Этичное и культурное взаимодействие является ключевым профилактическим элементом, хотя сами по себе они не могут полностью исключить возможность разногласий.

Предотвращение конфликта значительно эффективнее, чем поиск решений уже возникших. В.И. Сафьянов указывает на этикет как ключевой инструмент мирного устранения противоречий. Система этикетных стандартов поведения играет защитную роль, помогая людям справляться с неопределенностью и снижая психологическое напряжение во многих ситуациях. Этикетное общение, представляющее собой комплекс культурных и нравственных норм, способно эффективно предотвращать развитие потенциально-конфликтных ситуаций. Именно поэтому искусство и наука предупреждения конфликтов занимают центральное место в гармоничной коммуникации. Автор акцентирует внимание на том, что значение этикета в предотвращении конфликтов не следует считать абсолютным. На уровне возникающих противоречий многие конфликтные ситуации удаётся предупредить благодаря следованию определённым нормам поведения [47].

Человек может не испытывать удовольствия от соблюдения этикета, но всё равно придерживается установленных правил, руководствуясь принципом «так поступают все».

Придерживаться бесконфликтного общения в личных взаимоотношениях помогут правила, сформированные Н. Богатыревой:

1. Конфликтогены нужно знать «в лицо». Как отмечает Г.Ф. Гизатова успешное общение достигается в том случае, когда бесконфликтным стимулам соответствуют бесконфликтные ответы [18].

2. Потребности человека являются определяющими в общении, поэтому следует уметь их понимать.

3. Не следует забывать, что если конфликтогены вовремя обнаружить, гораздо легче ограничить их воздействие.

4. В общении нужно действовать по принципу «если не я, то кто же?» Подобное поведение будет способствовать ограничению влияния разрушительных конфликтогенов.

5. При разговоре старайтесь высказываться ясно, недвусмысленно и информативно.

6. В коллективе старайтесь создавать вокруг себя синтонность, т.е. атмосферу психологического комфорта и общности людей [7].

К принципам бесконфликтного общения исследователями В.И. Сафьяновым, Е.В. Бут-Гусаимовым, Н.А. Булыгиной относят принципы: принцип презумпции порядочности партнера по общению; принцип сохранения суверенитета и неприкосновенности достоинства субъектов общения; принцип толерантности и альтруизма; принцип милосердия; принцип «справедливости и благородства»; принцип ненасилия [11, 13, 47].

Таким образом, нормы этикета служат инструментом для бесконфликтного общения. Решая противоречия между желаемым и доступным, между должным и существующим, они способствуют бесконфликтному взаимодействию. Благодаря этикетным правилам,

включающим различные формы знакомства, приветствия и другие коммуникативные элементы, люди успешно устанавливают и поддерживают контакты в процессе общения.

1.2. Умения бесконфликтного общения обучающихся пятых классов

В отечественной психологии, как отмечает Л.Ф. Обухова, принято определять начало подросткового возраста 11 – 12 годами, а его конец – 14 – 15. Этот возраст является переходным прежде всего в биологическом смысле, так как это время полового созревания, параллельно которому достигают зрелости и другие биологические системы организма [40].

Стадию развития человека от 11 до 14 лет в психологии традиционно называют подростковым, а также – переходным, трудным, критическим возрастом. Этот возраст исследовали многие видные психологи; существует обширная литература, посвященная психологии подростка.

Подросток вступает в значительно расширяющиеся общественные отношения, новые формы взаимосвязи, общения, пытается осознать их характер, самоопределяется. Жизнь подростка становится насыщеннее: он активно включается в групповые процессы, принимает на себя больше обязательств и ответственности, погружаясь в многогранное социальное существование.

Осознание собственного Я становится ключевым аспектом в жизни подростка, что отражается в его взаимодействии с окружающими, стремлении к самопознанию и желании получать обратную связь о своих качествах. Независимо от индивидуальных особенностей – будь то гендерная принадлежность или темпераментальные характеристики – развитие самосознания и восприятие себя как автономной личности представляют собой фундаментальные черты подросткового периода. Новая социальная позиция подростка характеризуется прежде всего формированием самооценки и углубленным интересом к собственной персоне [12].

Подростковый возраст является сензитивным для формирования коммуникативной компетентности, так как именно на этом этапе развития человека основной становится потребность в общении.

Значимым в этом возрасте имеет общение со сверстниками, выступая в качестве ведущей деятельности. Взаимодействуя со сверстниками, подростки формируют представления о себе и окружающих, устанавливают личные стандарты оценивания. Именно в кругу ровесников происходит ключевое освоение социальных моделей поведения, целей и норм. В аспекте бесконфликтного общения для подростков общение со сверстниками необходимо по трем причинам:

1) общение со сверстниками – очень важный специфический канал получения информации, с помощью которого подростки узнают многие необходимые сведения, по разным причинам не сообщаемые им взрослыми;

2) это специфический вид деятельности и межличностных отношений. Совместная деятельность вырабатывает у ребенка необходимые навыки социального взаимодействия, умение подчиняться коллективной дисциплине и в то же время отстаивать свои права, соотносить личные интересы с общественными;

3) это специфический вид эмоционального контакта. Осознание групповой принадлежности, солидарности, взаимопомощи не только облегчает подростку автономизацию от взрослых, но и дает важное для него чувство эмоционального благополучия в социуме. Подростки сталкиваются со значительными трудностями в формировании социальных навыков. Несмотря на их выраженное стремление к коммуникации, многим из них недостает базовых умений: они затрудняются внимательно слушать собеседника, поддерживать диалог, адекватно выражать эмоции. Особенно проблематичным для них становится конструктивное восприятие критики и объективная оценка слов и поступков окружающих. Это противоречие между желанием взаимодействовать и отсутствием необходимых коммуникативных инструментов существенно

осложняет процесс становления коммуникативной компетентности в подростковом возрасте.

Общение со сверстниками становится для подростка ведущим мотивом деятельности, так что на второй план могут отодвигаться и общение со взрослыми и даже учение. В группе можно сравнить себя с другими, оценить свои успехи и неудачи, занять должное положение, получить признание, уважение среди сверстников, своими действиями утвердиться в их глазах. Поэтому подросток стремится к воспитанию таких качеств, которые наиболее ценятся сверстниками в этот период: знание, сообразительность, смелость, умение владеть собой, физическая сила, устранение отрицательных свойств – эгоизма, жадности.

Коммуникативная компетентность подростка отражается не только на непосредственных отношениях со сверстниками и взрослыми людьми, но и на опосредованных (даже помимо своей воли) действиях и отношениях. В процессе взросления подросток осваивает навыки распознавания потребностей и ожиданий окружающих, учится уважать их права и анализировать различные социальные контексты. Механизмы саморегуляции и самоконтроля становятся более совершенными, формируется комплексный набор социальных компетенций. Типовые модели поведения в обществе оттачиваются, позволяя подростку эффективно адаптироваться к разнообразным межличностным ситуациям.

В подростковом возрасте заметно увеличивается число сложных ситуаций, которые приобретают конфликтный характер. В активной реакции подростков часто противоречивые события окружающей жизни проявляется потребность быть участником, а не только свидетелем происходящего заявить о себе делом, поступком выразить свое отношение к окружающему.

Подростки часто конфликтуют между собой в связи с разными статусами, занимаемыми ими в межличностных отношениях. Поведение их сопровождается, как правило, более глубокими, устойчивыми мотивами и переживаниями, подростковый возраст определяет

специфические особенности конфликтных ситуаций и формирование стратегий и способов их преодоления. Особенности подросткового периода проявляются в том, что реальные жизненные ситуации приобретают субъективно конфликтное содержание и специфические для подросткового возраста стратегии их преодоления.

Исследование основных трудностей общения у подростков выявило, что наиболее часто нарушения в межличностных отношениях среди одноклассников вызваны отсутствием у них коммуникативных умений.

Развитие умений бесконфликтного общения в младшем подростковом возрасте во многом зависит от единства во взглядах на сущность понятия умения. В педагогической литературе встречаются различные определения понятия умения в соотношении с понятием навыка.

Концепция А.Н. Леонтьева о структуре деятельности позволяет глубоко понять психологическую природу умения. Это многогранное явление представляет собой не просто навык, а комплексное личностное качество, позволяющее эффективно осуществлять определенную деятельность [36].

Согласно Н.Д. Левитову, умение проявляется в результативном выполнении действий с правильным подбором методов работы в конкретных условиях. Это определение дополняет общую картину данного феномена, уточняя его практические аспекты [35].

Умение можно рассматривать как интегративную характеристику, включающую последовательность действий, устойчивую систему знаний и навыков, внутренний потенциал личности.

Многокомпонентная структура проявляется в умении выполнять различные действия (руководство коллективом, обучение детей, рисование, пение, черчение, тренировка и другие) при использовании деятельностного подхода. В такую структуру входят не просто координация, ощущения и представления, но также интеллектуальные, двигательные и перцептивные навыки, методические и теоретические знания, а также творческое мышление.

Рассматривая умения с позиции деятельностного подхода, мы обнаруживаем, что дискуссия о равнозначности умений и навыков становится неактуальной. Навыки преимущественно выступают лишь компонентом умений. Более того, проблема автоматизации умений перестает существовать, поскольку целостная деятельность не поддается полной автоматизации.

Исторически термин «умение» получил двойное толкование – операциональное и деятельностное. Для деятельностного аспекта сложно найти подходящий синоним, поэтому допустимо применять один и тот же термин в обоих значениях. Во избежание путаницы автору следует четко обозначать, какой именно смысл он вкладывает в понятие «умение» в конкретном контексте.

Например, Б.Ф. Ломов подчеркивает различия между умением и навыком (умение — это система знаний плюс система навыков; умение проявляется при решении новых задач и включает в себя момент творчества, а навык используется стереотипно и т.д.). Обычно элементарные и широко применяемые действия, которые служат компонентами более комплексных операций, формируются в виде навыков. К таким относятся чтение, письмо или устный счёт с небольшими числами. В противоположность этому, комплексные действия чаще всего развиваются как умения, включающие в свою структуру один или несколько базовых навыков [37].

Таким образом, термин «умение» имеет два значения:

1) Как первоначальный уровень овладения каким-либо простым действием. В этом случае навык рассматривается как высший уровень овладения этим действием, автоматизированное его выполнение: умение переходит в навык.

2) Как способность осознанно выполнять сложное действие с помощью ряда навыков. В этом случае навык – это автоматизированное выполнение элементарных действий, из которых состоит сложное действие, выполняемое с помощью умения.

Характеристики, определяющие понятие «умение»:

- готовность к практическим действиям, выполняемым сознательно, на основе приобретенных знаний;
- уровень владения двигательным действием;
- разноуровневая организация на всех этапах формирования функциональной системы [22].

Таким образом, умение – это несовершенная форма овладения конкретным действием.

Анализ научного знания показал, что в отечественной и зарубежной психологии такого понятия как «умения бесконфликтного общения» не существует (А.Я. Анцупов, Ф.М. Бородкин, М.С. Вершинин, Н.В. Гришина, О.Н. Громова, С.М. Емельянов, В.И. Журавлев, Д.П. Зеркин, Х. Корнелиус, Н.М. Коряк, Л.А. Коузер, У. Мастенбрук, Е.Н. Николаева, Л.А. Петровская, П. Пруцманн, М.М. Рыбакова, И.И. Рыданова, Н.В. Самсонова, Д.Г. Скотт, Ш. Фейр, А.И. Шипилов, Н.Е. Щуркова и др.)

В связи с этим, необходимо рассмотреть смежные конфликтологические умения и коммуникативные умения, основанные на этике общения, на принципах бесконфликтного общения, обеспечивающие разрешение имеющихся противоречий между элементами должного и сущего, между желаниями и возможностями в общении, предупреждение конфликтных ситуаций и конструктивного их разрешения.

В различных научных дисциплинах, таких как психология и педагогика, существуют разнообразные интерпретации понятия коммуникативных умений. Несмотря на множественность подходов к трактовке данного понятия, исследователи обычно придерживаются двух основных теоретических направлений.

Во-первых, коммуникативные умения трактуются, как уровень владения знаниями и умениями из области филологических дисциплин, такие как языкознание и речь (понимание и умение рационально применять в разговорной речи различные риторические приемы, использование

общепризнанных мерок орфоэпии и т.п.), относятся, также к речевым способностям.

Так, по мнению М.В. Григорьевой, способность четко выражать собственные идеи и корректно интерпретировать сообщения собеседников в процессе межличностного взаимодействия представляет собой коммуникативные умения. Они включают как правильное восприятие информации от других участников диалога, так и способность ясно доносить свои мысли [20].

Согласно трактовке И.А. Емельяновой, коммуникативные умения – желание вступать в контакт и умение организовывать и поддерживать общение [25].

Во-вторых, коммуникативные умения, как умения правильно выстраивать свое собственное поведение и понимать психологию человека.

Способность адаптировать собственное поведение согласно коммуникативным целям определяется А.В. Мудриком как коммуникативные умения. По мнению исследователя, эффективное общение требует понимания психологических особенностей партнера, предвидения его реакций и выбора соответствующих форм обращения к различным собеседникам. А.В. Мудрик подчеркивает важность правильного использования невербальных средств, таких как жесты и интонация, а также развития эмпатии – умения понимать и сопереживать собеседнику [39].

Автор Л.В. Епишина в своих работах затрагивает тему корректного построения поведения. Согласно исследованиям этого автора, умения в сфере коммуникации представляют собой осознанные действия коммуникативного характера. Такие действия формируются на основе понимания структурных компонентов и способности не только выстраивать поведение соответственно целям взаимодействия, но и эффективно им управлять [23].

Коммуникативные умения как одна из составляющих коммуникативной компетентности также довольно разнообразны. Они включают в себя такие умения как:

– умение адекватно реагировать на попытку другого вступить в контакт, умение оказывать сочувствие, поддержку, умение принимать помощь другого, умение адекватно реагировать на свой успех и неуспех (Л.С. Колмогорова, О.Г. Холодкова) [32];

– умение психологически правильно оценивать партнеров по общению и предвидеть их поведение в сложившихся ситуациях, умение правильно выбирать для себя и играть в общении с другими людьми нужные социальные роли, умение эмоционально располагать людей к себе, вызывать их доверие, умение убеждать людей в своей правоте, не ухудшая личных взаимоотношений с ними (И.Р. Алтунина) [4].

– умение воспринимать как намеренные сигналы собеседника, так и непроизвольные проявления в его поведении. Согласно Е.В. Сидоренко, не менее важна и способность самому генерировать сигналы, в том числе дезинформирующие, направленные на сокрытие подлинных намерений и проблем. Восприятие экспрессивных сигналов партнера и создание стратегических коммуникативных посылов составляют комплексное умение эффективного взаимодействия;

– умение организовать совместную работу, приводящую к значительным достижениям и результативности деятельности, а также умение формировать психологически-благоприятную атмосферу внутри группы (Б.Д. Парыгин) [42].

Л.Р. Мунирова по содержанию коммуникативных умений выделяет следующие группы:

– Информационно-коммуникативные умения: умение вступать в процесс общения, ориентироваться в партнерах, ситуации общения (разговор со знакомым и незнакомым человеком, товарищем, взрослым, учителем), умение соотносить средства вербального и невербального общения, конструктивно реагировать на критику.

– Регуляционно-коммуникативные умения: умение согласовывать свои действия, мнения с потребностями партнеров по общению, умение доверять, поддерживать, уступать, умение оценить результаты совместного общения.

– Аффективно-коммуникативные умения: умение делиться своими чувствами, интересами, проявлять чуткость и отзывчивость к партнерам по общению, оценивать их эмоциональное состояние. [39]

Согласно М.С. Бондаренко, конфликтологические умения представляют собой комплексное владение практическими, психологическими и интеллектуальными действиями, которые базируются на специализированных знаниях субъекта в сфере конфликтологии и целенаправленно применяются для достижения четко сформулированных задач в процессе конфликтного взаимодействия.

Конфликтологические умения в определении Н.Н. Пыжовой, проявляются в применении технологий и эффективных техник управления конфликтом, в умении выбирать адекватный способ делового взаимодействия, избегать эскалации напряжения и переводить конфликт в конструктивную форму [44].

По мнению Т.Д. Евстигнеевой умение переводить конфликт в конструктивную форму назвала как «умение строить конструктивный конфликт», аргументированно отстаивать свою точку зрения, не унижая оппонента и признавая его интересы как заслуживающие уважения.

В конфликтоустойчивость, по мнению В.В. Рогачева, включаются умения конструктивного общения:

- умение легко устанавливать и поддерживать контакт с людьми,
- умение находить общий язык с разными людьми;
- умение контролировать невербальные компоненты поведения.

В структуре конфликтологической компетентности Д.В. Ивченко выделяет коммуникативные умения:

- умение управлять конфликтными эмоциональными состояниями;

– умения и навыков для решения вероятностных конфликтологических задач;

– в сфере саморегуляции умение соотносить свое поведение с действиями оппонента,

– умение контролировать собственные действия и эмоциональные реакции при нарастающем межличностном напряжении или противостоянии [45].

Таким образом, обобщая существующие классификации коммуникативных и конфликтологических умений, выделим умения, составляющие бесконфликтное общение обучающихся пятого класса, основанные на этике общения, на принципах бесконфликтного общения, обеспечивающие разрешение имеющихся противоречий между элементами должного и сущего, между желаниями и возможностями в общении, предупреждение конфликтных ситуациях и конструктивного их разрешения:

– умение вступить в контакт и адекватно реагировать на попытку другого вступить в контакт, поддерживать контакт (В.В. Рогачев, Л.С. Колмогорова, О.Г. Холодкова, Л.Р. Мунирова)

– умение оказывать сочувствие, поддержку и принимать помощь другого (Л.С. Колмогорова, О.Г. Холодкова),

– умение адекватно реагировать на свой успех и неуспех (Л.С. Колмогорова, О.Г. Холодкова),

– умение конструктивно реагировать на критику (Л.Р. Мунирова)

– умение управлять своим поведением и деятельностью в условиях развивающейся конфликтной ситуации (Д.В. Ивченко, В.В. Рогачев).

1.3. Подходы к развитию умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов

Для многих подростков общение имеет огромную субъективную ценность, становясь основной деятельностью, что делает этот возрастной

период особенно благоприятным для формирования эффективных умений бесконфликтного общения. Как отмечал И.С. Кон, подростковое поведение по своей природе коллективно-групповое, поэтому развитие коммуникативной компетентности невозможно вне взаимодействия со сверстниками. Групповые методики – дискуссии, тренинги, ролевые игры, развивающие программы и другие формы совместной активности – представляют собой наиболее результативные инструменты для развития необходимых навыков общения в этом возрастном периоде становления личности.

К эффективным способам коммуникативного опыта у подростковой аудитории Н.П. Аникеева, Н.Н. Богомолова, А.А. Вербицкий, Ю.Н. Емельянов, Т.Е. Орлова, В.П. Пивченко, Д.Б. Эльконин и др. относят игровые методы, представленные ролевыми, имитационными и психотехническими играми. Метод ролевых игр представлен в работах Н.Н. Богомоловой, А.Б. Добровича.

Одним из наиболее эффективных средств развития коммуникативной компетентности, по мнению Л.Ф. Ульяновой, является ролевая игра. Данный метод позволяет ученикам преодолевать личные психологические ограничения через примерку непривычных ролей. В процессе игры участники учатся гибко адаптировать свою речевую стратегию в зависимости от контекста, собеседника и исполняемой роли. Многообразные коммуникативные ситуации, воссоздаваемые в игровом формате, развивают способность эффективно взаимодействовать с различными личностями. Такой подход обеспечивает интерактивность коррекционно-развивающего процесса, значительно повышая его эффективность [51].

Умения искать информацию, трансформировать её, планировать действия и принимать решения в разнообразных ситуациях формируются у подростков благодаря ролевым играм в образовательном процессе. Такое наблюдение сделали исследователи Е.В. Ковылина и К.Г. Кречетников

в своих работах, подчеркивая эффективность данного метода для развития коммуникативных компетенций обучающихся как в типичных, так и в нестандартных обстоятельствах [34].

Существует два основных подхода к организации ролевых игр: либо участники следуют заранее подготовленному диалогу (сценарному формату), либо действуют в рамках определенных ролей с заданными намерениями, импровизируя по ходу взаимодействия.

При внедрении сценарной игры используются следующие приемы, выделенные Л.Ф. Алексеевой:

1. Концептуальный прием, при котором обучающиеся проигрывают коммуникативную ситуацию, используя только текст диалога. Детальное исследование текста выступает главной целью. Такой анализ охватывает лингвистические особенности, организацию диалогического взаимодействия, психологические портреты действующих лиц и содержательное наполнение речевых высказываний. Сценарий оставляет пространство для множественных трактовок ролевых позиций и различных интерпретаций материала.

2. Прием творческой модификации — предполагает дополнение текста диалога с помощью включения реплик, вводящих новые смыслы в текст или уточняющих имеющиеся интенции персонажей. В этом случае заданные условия, описанные в диалоге, выполняют функцию ориентира, структурирующего ход творчески преобразованного разговора [3].

Эффективным психолого-педагогическим средством выступают имитационные игры, которые не только помогают создавать проблемные ситуации по требованию, а также дают возможность приобрести опыт принятия решений в неопределенных условиях [11]. Как отмечают исследователи М.М. Бирштейн, В.М. Ефимов, Я.Н. Бельчиков, В.Ф. Комаров, М.М. Лебедев, такие игры служат инструментом для развития навыков и умений эффективного взаимодействия и коммуникации между людьми.

Согласно классификации Л.Ф. Алексеевой., импровизационные игры разделяются на два типа.

1. Субъектно-обусловленные, при которых обучающиеся играют самих себя, анализируя собственное языковое поведение в заданных условиях.

2. Социально-обусловленные, при которых обучающиеся примеряют на себя несвойственные им социальные роли, анализируя языковое поведение представителей разных социальных групп. Подобные игры позволяют обнажить и скорректировать имеющиеся у учащихся стереотипы в отношении людей определенных социальных групп [3].

Участвуя в импровизационных играх с проблемными ситуациями, обучающиеся получают возможность глубже осознать правила взаимодействия в обществе. Моделирование реальных жизненных обстоятельств способствует формированию эмпатии – способности понимать эмоциональное состояние и точку зрения других. Такой опыт открывает пространство для примерки новых социальных ролей и освоения альтернативных форм коммуникации. Более того, проигрывание ситуаций создает благоприятную среду для выявления личностных барьеров, мешающих эффективному общению, и совершенствования умений и навыков межличностного взаимодействия.

По наблюдениям Л.В. Гурылевой, именно проектная деятельность эффективно способствует формированию коммуникативных умений подростков. Оптимизация межличностного взаимодействия успешно достигается через психотехнические игры, которые базируются на естественной взаимосвязи эмоциональной и моторной сторон психики. Такие практики помогают участникам развить поведенческую адаптивность, преодолеть боязнь эмоциональных взаимодействий, укрепить доверие к себе и окружающим, а также усилить восприимчивость к нюансам общения [22].

Проектная деятельность направлена на создание конкретного продукта и его последующей презентации. Эффективны, на взгляд автора, социальные и творческие проекты, которые помогут подрастающему поколению

реализовать себя в социуме. Подростки стремятся быть наравне со взрослыми и жаждут признания, проектная деятельность послужит хорошей основой для проб своих возможностей. Социальные проекты направлены на достижение общественно-полезных результатов, что соответствует интересам детей, т.к. именно в период подросткового возраста внимание переходит на глобальные пространства. Этап защиты проекта или его презентация позволит подростку овладеть навыками публичного выступления, расширит его коммуникативные возможности.

Необходимым условием является создание вышеперечисленными коммуникативных ситуаций, удовлетворяющих социальную потребность подростка в общении. Кроме того, не менее эффективными «помощниками» в общении являются социально-психологические тренинги, в ходе которых можно обучить подростка безопасному поведению в группе. Это эффективное средство психолого-педагогического воздействия позволяет решать широкий спектр задач в области развития коммуникативной компетентности у подростков [1].

Согласно исследованиям С.А. Чувашевой, развитие чувствительности к психоэмоциональному состоянию других людей, их целям и мотивациям, а также формирование навыков саморегуляции поведения и полноценного самовыражения в коммуникативном процессе возможно исключительно через применение различных методов в рамках социально-психологического тренинга. Именно социально-психологический тренинг позволяет человеку научиться распознавать и адекватно реагировать на внутренние установки окружающих, одновременно концентрируя внимание на своей эффективности в общении [89].

Коммуникационная компетентность может эффективно развиваться через социально-психологический тренинг. Данный подход представляет собой инструмент совершенствования межличностного взаимодействия, позволяющий участникам улучшать свои коммуникативные умения и поведенческие установки в процессе групповой работы [3].

Опыт использования психологического тренинга можно найти в работах зарубежных (К. Левин, К. Роджерс, Л. Брандфорд, Р. Липпман, М. Форверг и др.) и российских (Л.П. Литовченко, Г.А. Ковалева, Л.А. Петровской, Ю.А. Емельянова, И.В. Вачкова, Т.В. Зайцевой и др.) психологов.

Ю.Н. Емельянов доказывает, что наиболее адекватной целям развития психологических характеристик, лежащих в основе формирования коммуникативной компетентности, является учебно-тренинговая группа. Эта форма обучения основана на принципах субъект-субъектной педагогики и сочетает в себе методы, позволяющие обеспечить высокую познавательную активность участников, адекватность получаемых ими социально-психологических знаний условиям и содержанию профессиональных коммуникаций, развитие индивидуальных коммуникативных умений и навыков. Для такого обучения характерна направленность на развитие самопознания на основе самодиагностики, рефлексии и анализа оценок своего коммуникативного поведения другими членами группы. Это в свою очередь обеспечивает высокую вовлеченность и мотивацию участников обучения и выводит их за круг привычных интроспекций, тем самым, расширяя и обогащая видение себя как субъекта общения [29].

Формирование положительного восприятия себя, других людей и окружающей действительности становится возможным благодаря тренинговым практикам. А.С. Прутченков подчеркивает, что участники социально-психологического тренинга получают возможность осознанно переоценить устоявшиеся шаблоны мышления и разрешить личные затруднения. Личностное развитие и совершенствование коммуникативных способностей происходит гораздо результативнее в процессе таких групповых занятий, где психологическое влияние реализуется через структурированное общение участников [43].

Как отмечает Н.Г. Салмина, что подготовка подростков к эффективной коммуникации должна охватывать ключевые аспекты диалога

и взаимодействия. При этом важно выходить за рамки традиционных коммуникативных моделей, уделяя особое внимание упражнениям на самопознание. В процессе формирования коммуникативных умений следует исследовать факторы, определяющие результативность общения: какие коммуникативные приемы вызывают заинтересованность и ответную реакцию партнера, каково влияние невербальных элементов (интонации, мимических выражений, жестикуляции, проксемики). Необходимо также анализировать коммуникативные барьеры, формирующие негативное впечатление, стратегии реагирования на агрессию и неконструктивную критику, а также методы управления коммуникативным процессом [46].

В интерпретации М.Л. Спириной, коммуникативные тренинговые методики охватывают сферу поведенческого обучения, формируя основные навыки различных типов взаимодействия. Сюда включаются компетенции ведения телефонных бесед, организации деловых встреч, проведения переговоров, осуществления презентационной деятельности и построения эффективных межличностных контактов [49].

Коммуникативные техники, практикуемые на тренингах, тесно связаны с коммуникативными умениями, применяемыми в повседневном общении. М.Л. Спирина выделяет среди техник активного слушания две основные категории: умение услышать и понять, а также умение вести разговор. Для эффективного понимания собеседника необходимо владеть несколькими ключевыми техниками. Это включает технику обратной связи (дословное повторение или цитирование сказанного), технику перефразирования (воспроизведение сути высказывания своими словами), а также технику интерпретации (выдвижение предположений о подлинном смысле сказанного или намерениях говорящего). Что касается умения вести разговор, оно подразумевает мастерство в формулировании различных типов вопросов – открытых, закрытых и альтернативных, а также владение техникой проведения собеседования [49].

Регулярное участие в коммуникативном тренинге со временем формирует у подростков высокую коммуникативную компетентность, что значительно повышает их шансы на успех и конкурентоспособность в различных сферах жизни. Во время таких занятий участники учатся правильно формулировать вопросы и ответы, а также совершенствуют навыки вербального выражения мыслей. Тренинг помогает распознавать и преодолевать распространенные коммуникативные ошибки. Среди наиболее частых недостатков вербализации выделяются: чрезмерная категоричность высказываний, многократное повторение одной и той же мысли, искаженное или излишне детализированное толкование информации.

Согласно предложениям Т.Г. Григорьевой и коллег, при организации тренингов по совершенствованию навыков общения важно обеспечить конструктивную среду, способствующую формированию коммуникативных способностей у подростков:

- анализировать ситуации межличностного взаимодействия на основе выявления реакций партнеров;
- извлекать в каждой ситуации опыт, необходимый для успешного общения в дальнейшем;
- ставить задачи самоизменения в коммуникации и решать их, используя полученный опыт [14].

В процессе тренинга эффективные приемы коммуникации не только объясняются теоретически, но и отрабатываются с помощью ролевых игр. Упражнения, предполагающие физическую активность во время тренинга, способствуют повышению работоспособности участников.

Согласно исследованиям М.Л. Спириной и Б.Б. Жакуппаевой, использование социально-психологического тренинга в работе с подростками способствует формированию у них определенного набора характеристик:

- развитие речи и лексикона – способность говорить точно и кратко;

- чувствительность к вербальной и невербальной экспрессии собеседников;
- способность адекватно интерпретировать их переживания, выражающиеся в речи, мимике, позах и пр.;
- гибкость ролевых позиций в общении, способность динамично менять их в соответствии с поведением собеседников, с ситуацией общения;
- социальная наблюдательность;
- социальная рефлексия, самоосознание себя как субъекта общения;
- умение принимать и в конструктивной форме давать обратную связь собеседникам;
- ассертивность – умение уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя ни к агрессии, ни к пассивно-зависимому поведению;
- самоконтроль [49].

При реализации психолого-педагогических программ развивающего и воспитательного характера целесообразным является использование арт-методов, т.е. методов, основанных на творческой активности, методов творческого самовыражения, а также методов восприятия ранее созданных художественных произведений (картин, фотографий, музыки, анимационных и художественных фильмов). Основанием для подобных выводов служат результаты исследований Л.С. Выготского, А.И. Копытина, Е.Е. Свистовской, Е.А. Медведевой, Н.В. Шутовой, С.Г. Рыбаковой и др.

М.Б. Сивкова предлагает авторский арт-терапевтический метод формирования эффективного поведения в конфликте – мульттренинг, в котором происходит творческое осмысление анимационного материала [48].

Использовать cinema – технологию как сказкотерапию предлагает Р.Р. Абдулина для обеспечения социального взросления подростков,

создании неконфликтного эмоционально-психологического климата в школьном коллективе [1].

В кинематографических произведениях отражается подлинная картина мира, что делает cinema-технологию эффективным инструментом познания. Вместо получения готовых знаний участники активно вовлекаются в процесс самостоятельного исследования. Они анализируют увиденное, сопоставляют факты, формулируют обобщения и заключения, решают проблемные задачи через собственные размышления, используя различные методы и подходы.

Согласно исследованию, восприятие анимационных произведений через призму cinema-технологии разделяется на три последовательные фазы. Сначала происходит «этюд», когда ведущий привлекает внимание аудитории кратким анонсом, создавая интригу перед началом просмотра. После завершения просмотра мультфильма наступает фаза «экспликации» (термин происходит от латинского слова, означающего «усиление»), которая характеризуется детальным анализом проблематики произведения с помощью тщательно подобранных вопросов [1].

Осмысление собственного отношения к проблеме и путей ее разрешения становится ключевой задачей рефлексии для подростков. Сюжет фильма (или мультфильма) оказываются универсальным инструментом для работы с разными возрастными группами, хотя их восприятие существенно трансформируется с возрастом. Сказочный (или реалистичный) сюжет подходит для всех, только суть ее меняется в зависимости от возраста ребенка. Если самого маленького сказка утешает и занимает, то детей от шести до восьми лет сказка по-настоящему воспитывает, а подростку помогает разобраться в своих проблемах. Примечательно, что каждый участник привносит в интерпретацию сюжета свой уникальный жизненный опыт, создавая глубоко индивидуальное понимание материала.

Таким образом, проблема развития бесконфликтного общения включает в себя развитие коммуникативных и конфликтологических умений подростков

через организацию тренингов коммуникации, формирование навыков общения, проведение коммуникативных, импровизационных, имитационных и ролевых игр, организация проектной деятельности, формирование культуры общения, использование методов арт-терапии.

Выводы по Главе 1

Бесконфликтное общение представляет собой продуктивное взаимодействие между людьми, которое трансформирует саму природу этого взаимодействия путем успешного преодоления существующих разногласий, в основе которого лежит принцип гармонического соответствия аксиологических, антропологических и прагматических аспектов общения, опирающихся на положения этики о презумпции порядочности партнера по общению, сохранении суверенитета и неприкосновенности достоинства субъектов общения, толерантности и альтруизма, милосердия и ненасилия, справедливости и благородства. Инструментом бесконфликтного общения выступают нормы этикета, способствующие бесконфликтному взаимодействию.

Умения, составляющие бесконфликтное общение обучающихся пятого класса, основанные на этике общения, на принципах бесконфликтного общения, обеспечивающие разрешение имеющихся противоречий между элементами должного и сущего, между желаниями и возможностями в общении, предупреждение конфликтных ситуаций и конструктивного их разрешения:

- умение вступить в контакт и адекватно реагировать на попытку другого вступить в контакт, поддерживать контакт;
- умение оказывать сочувствие, поддержку и принимать помощь другого;
- умение адекватно реагировать на свой успех и неуспех;
- умение конструктивно реагировать на критику;
- умение управлять своим поведением и деятельностью в условиях развивающейся конфликтной ситуации.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ УМЕНИЙ БЕСКОНФЛИКТНОГО ОБЩЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЯТЫХ КЛАССОВ

2.1. Организация и методики исследования

Для определения возможностей развития умений бесконфликтного общения обучающихся 5-х классов нами было организовано экспериментальное исследование на базе МАОУ СШ г. Красноярска. В исследовании приняли участие 26 обучающихся 5-го класса в возрасте 11 – 12 лет.

При определении методик исследования мы опирались на следующие умения, составляющие бесконфликтное общение обучающихся пятого класса, основанные на этике общения, на принципах бесконфликтного общения, обеспечивающие разрешение имеющихся противоречий между элементами должного и сущего, между желаниями и возможностями в общении, предупреждение конфликтных ситуациях и конструктивного их разрешения:

- умение вступить в контакт и адекватно реагировать на попытку другого вступить в контакт, поддерживать контакт (В.В. Рогачев, Л.С. Колмогорова, О.Г. Холодкова, Л.Р. Мунирова)
- умение оказывать сочувствие, поддержку и принимать помощь другого (Л.С. Колмогорова, О.Г. Холодкова),
- умение адекватно реагировать на свой успех и неуспех (Л.С. Колмогорова, О.Г. Холодкова),
- умение конструктивно реагировать на критику (Л.Р. Мунирова)
- умение управлять своим поведением и деятельностью в условиях развивающейся конфликтной ситуации (Д.В. Ивченко, В.В. Рогачев).

В исследовании были использованы следующие методики диагностики:

1. Опросник по изучению способов поведения подростков в конфликтных ситуациях (О.О. Землянушкина) в модификации М.Ю. Худяевой для младшего подросткового возраста.

Данный опросник позволил нам изучить систему представлений подростков о способах поведения в конфликтных ситуациях. Полученные результаты позволяют сгруппировать эти представления в 5 групп, каждая из которых характеризует особенности 70 той или иной стратегии поведения в конфликте:

А – трезвый подход: обучающиеся стараются быть порядочным по отношению к ребятам, демонстрируя справедливость, но одновременно требуя строгой дисциплины. Важно, чтобы сверстники имели ясное представление о дозволенном и запрещенном, при этом требуя строгой дисциплины и необходимости жесткого руководства.

В – проблемно-разрешающий подход: обучающиеся совместными усилиями стремятся найти выход из конфликтной ситуации, работая над поиском решения, удовлетворяющего все стороны конфликта.

С – компромиссный подход: по убеждению обучающихся, невозможно получить абсолютно всё желаемое, и иногда приходится довольствоваться частичным удовлетворением потребностей, скромная доля предпочтительнее полного отсутствия, поэтому необходимо чем-то жертвовать.

Д – затушевывающий (сглаживающий) подход: позиция заключается в том, что поддержание гармонии и миролюбивой атмосферы является приоритетом. По мнению обучающихся, большинство разногласий не заслуживают внимания, и разумнее игнорировать конфронтации, стремясь максимально сохранять спокойствие во взаимодействиях с окружающими.

Е – игнорирующий подход: предпочитая оставаться в стороне от конфликтных ситуаций, дают возможность участникам конфликта самостоятельно урегулировать разногласия и сделать соответствующие выводы для себя.

2. Тест коммуникативных умений, автор Л. Михельсон (адаптация Ю.З. Гильбуха).

Тест предназначен для определения уровня коммуникативной компетентности и качества сформированности основных коммуникативных умений:

- умение оказывать и принимать знаки внимания (комплименты) от сверстника

- реагирование на справедливую критику

- реагирование на несправедливую критику

- реагирование на задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника

- умение обратиться к сверстнику с просьбой

- умение ответить отказом на чужую просьбу, сказать "нет".

- умение самому оказать сочувствие, поддержку.

- умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников.

- умение вступить в контакт с другим человеком, контактность.

- реагирование на попытку вступить с тобой в контакт.

3. Для изучения коммуникативного контроля подростков в общении применялся тест «Оценка самоконтроля в общении» М. Снайдера, посредством которого определялся уровень коммуникативного контроля при общении с другими людьми.

Подросткам были предложены утверждения, описывающие реакции на некоторые ситуации.

При интерпретации сумма баллов соответствовала низкому, среднему или высокому уровню коммуникативного контроля в общении.

Результаты заполнения методик подростками по каждой из предложенных методик сведены в таблицы и графики, позволяющие наглядно проследить состояние умений бесконфликтного общения подростков обучающихся в 5-м классе.

2.2. Анализ результатов исследования умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов на констатирующем этапе исследования

Проведение эмпирического исследования позволило получить данные о развитии умений, составляющих бесконфликтного общения обучающихся

пятого класса: умение вступить в контакт и адекватно реагировать на попытку другого вступить в контакт, поддерживать контакт; умение оказывать сочувствие, поддержку и принимать помощь другого; умение адекватно реагировать на свой успех и неуспех; умение конструктивно реагировать на критику; умение управлять своим поведением и деятельностью в условиях развивающейся конфликтной ситуации.

Обратимся к результатам исследования коммуникативных умений обучающихся, полученные по тесту Л. Михельсона, представленные на рис. 1.

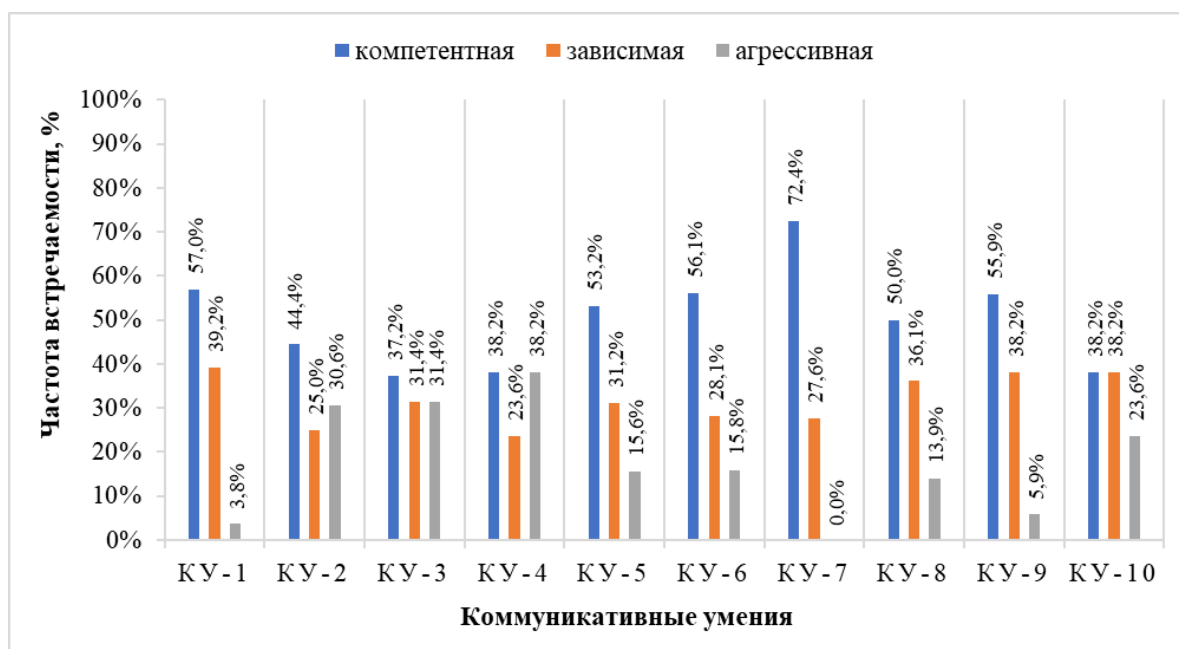


Рис. 1. Позиции в общении по основным блокам коммуникативных умений обучающихся пятых классов (частота встречаемости) на констатирующем этапе исследования

Примечание: КУ 1 – умение оказывать и принимать знаки внимания (комплименты) от сверстника, КУ 2 – реагирование на справедливую критику, КУ 3 – реагирование на несправедливую критику, КУ 4 – реагирование на задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника, КУ 5 – умение обратиться к сверстнику с просьбой, КУ 6 – умение ответить отказом на чужую просьбу, сказать «нет», КУ 7 – умение самому оказать сочувствие, поддержку, КУ 8 – умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников, КУ 9 – умение вступить в контакт с другим человеком, контактность, КУ 10 – реагирование на попытку вступить с тобой в контакт.

Анализ результатов встречаемости позиций в общении в коммуникативных умениях свидетельствует, что компетентная позиция в общении чаще встречается в следующих умениях:

- умение оказывать и принимать знаки внимания (комплименты) от сверстника – встречается у 57,0% обучающихся.

- реагирование на справедливую критику – встречается у 44,4% обучающихся.

- умение обратиться к сверстнику с просьбой – встречается у 53,2% обучающихся.

- умение ответить отказом на чужую просьбу, сказать «нет» – встречается у 56,1% обучающихся.

- умение самому оказать сочувствие, поддержку – встречается у 72,4% обучающихся.

- умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников – встречается у 50,0% обучающихся.

- умение вступить в контакт с другим человеком, контактность – встречается у 55,9% обучающихся.

На задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника обучающиеся чаще используют компетентную и агрессивную позицию в общении (компетентная позиция демонстрируется в 38,2% случаев и агрессивная позиция в общении демонстрируется в 38,2% случаев)

На попытку вступить с обучающимся в контакт они чаще используют компетентную и зависимую позицию в общении (компетентная позиция демонстрируется в 38,2% случаев и агрессивная позиция в общении демонстрируется в 38,2% случаев).

На несправедливую критику обучающиеся реагируют, используя все три позиции в общении: компетентная позиция встречается в 37,2% случаев, зависимая – в 31,4% случаев, агрессивная – в 31,4% случаев.

Таким образом, обучающиеся демонстрируют эталонное поведение при вступлении в контакт с другими, при оказании и принятии знаков

внимания, в реагировании на справедливую критику, при обращении к сверстнику с просьбой, при отказе на чужую просьбу, при принятии сочувствия и поддержки со стороны сверстников.

Обратимся к результатам исследования коммуникативного контроля в общении. Коммуникативный контроль отражает способности человека чувствовать эмоциональный фон, дух, настроение, тон общения и умение перестраиваться в соответствии с изменившейся ситуацией взаимодействия. Основные данные коммуникативного контроля по тесту М. Снайдера представлены на рис. 2.

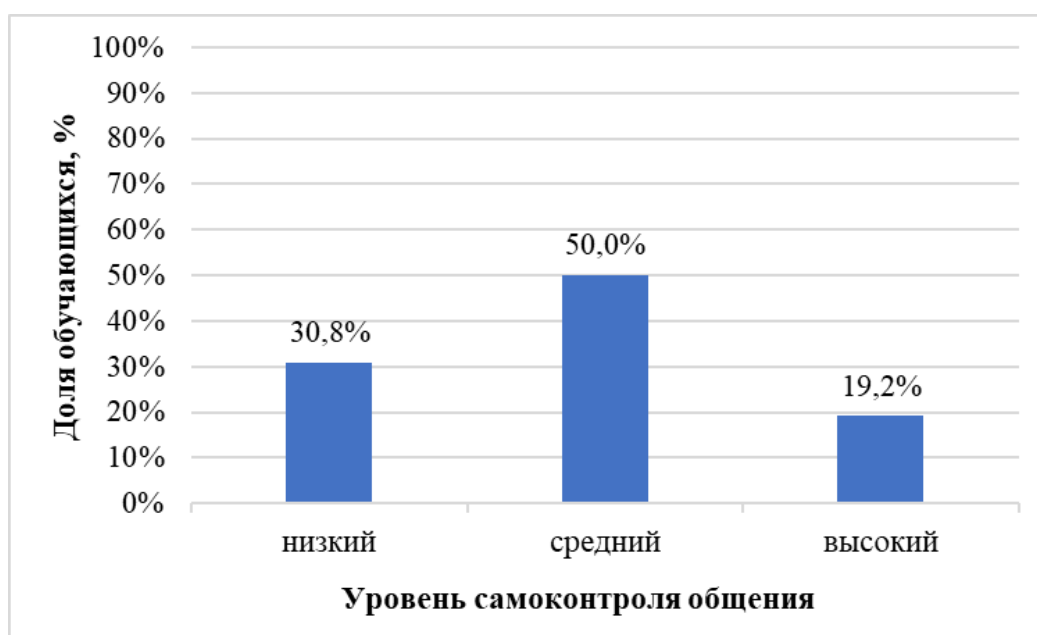


Рис. 2. Уровень самоконтроля в общении обучающихся на констатирующем этапе исследования

Низким коммуникативным контролем обладает 30,8% обучающихся поведение которых устойчиво, характеризуется прямолинейностью.

Средним уровнем обладают большинство – 50% обучающихся, которые при общении искренни, но не сдержанны в своих эмоциональных проявлениях, считают в своем поведении с окружающими людьми.

Высокий уровень самоконтроля в общении имеют 19,2% обучающихся, которые постоянно следят за собой, хорошо знают, где и как себя вести,

управляют выражением своих эмоций. Вместе с тем, у них затруднена спонтанность самовыражения.

Обратимся к результатам исследования способов поведения обучающихся пятых классов в конфликтных ситуациях, полученные по методике О.О. Землянушкина, в модификации М.Ю. Худаевой для младшего подросткового возраста, которые представлены на рис. 3.

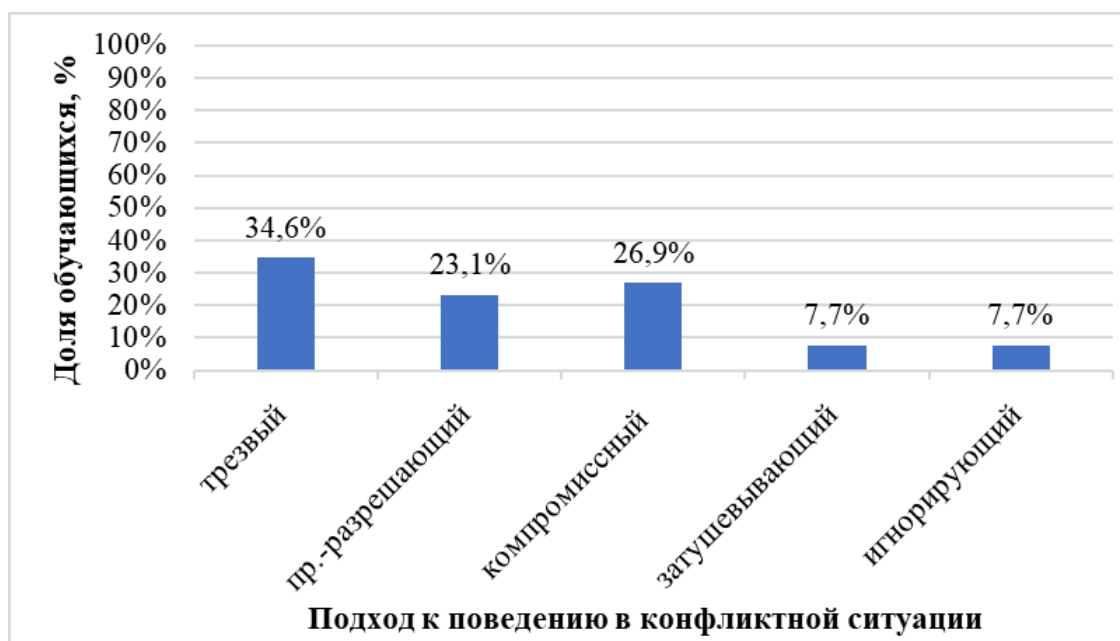


Рис. 3. Подходы к поведению в конфликтных ситуациях обучающихся
пятых классов

Проведенный анализ результатов свидетельствует, что в группе обучающихся пятых классов отсутствует выраженный подход к поведению в конфликтных ситуациях.

Трезвый подход к поведению в конфликтных ситуациях представлен у 34,6% обучающихся, которые стараются быть порядочным по отношению к ребятам, демонстрируя справедливость, но одновременно требуя строгой дисциплины. Для обучающихся важно, чтобы сверстники имели ясное представление о дозволенном и запрещенном, при этом требуя строгой дисциплины и необходимости жесткого руководства.

Компромиссный подход к поведению в конфликтных ситуациях представлен у 26,9% обучающихся, по убеждению которых невозможно

получить абсолютно всё желаемое, и иногда приходится довольствоваться частичным удовлетворением потребностей, скромная доля предпочтительнее полного отсутствия, поэтому необходимо чем-то жертвовать.

Проблемно-разрешающий подход к поведению в конфликтных ситуациях представлен у 26,9% обучающихся, которые совместными усилиями вы стремятся найти выход из конфликтной ситуации, работая над поиском решения, удовлетворяющего все стороны.

В меньшей степени представлены у обучающихся пятых классов затушевывающий (сглаживающий) и игнорирующий подходы к поведению в конфликтных ситуациях.

Затушевывающий (сглаживающий) подход к поведению в конфликтных ситуациях представлен у 7,7% обучающихся, считающих, что поддержание гармонии и миролюбивой атмосферы является приоритетом. По вашему мнению, большинство разногласий не заслуживают внимания, и разумнее игнорировать конфронтации, стремясь максимально сохранять спокойствие во взаимодействиях с окружающими.

Также 7,7% обучающихся используют игнорирующий подход к поведению в конфликтных ситуациях, предпочитая оставаться в стороне от конфликтных ситуаций, дают возможность участникам конфликта самостоятельно урегулировать разногласия и сделать соответствующие выводы для себя.

Таким образом, эмпирическое исследование умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов на констатирующем этапе исследования свидетельствует о демонстрации эталонного поведения при вступлении в контакт с другими, при оказании и принятии знаков внимания, в реагировании на справедливую критику, при обращении к сверстнику с просьбой, при отказе на чужую просьбу, при принятии сочувствия и поддержки со стороны сверстников.

На задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника обучающиеся чаще используют компетентную и агрессивную позицию

в общении. На попытку вступить с обучающимся в контакт они чаще используют компетентную и зависимую позицию в общении. На несправедливую критику обучающиеся реагируют, используя все три позиции в общении

Коммуникативный контроль представлен на среднем уровне, обучающиеся проявляют несдержанность в своих эмоциональных проявлениях.

У обучающихся отсутствует выраженный подход к поведению в конфликтных ситуациях – чаще представлен трезвый подход, в меньшей степени – затушевывающий (сглаживающий) и игнорирующий подходы к поведению в конфликтных ситуациях.

2.3. Комплекс коррекционно-развивающих занятий развития умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов

Комплекс коррекционно-развивающих занятий с элементами тренинга составлен на основе авторской программы «Бесконфликтное общение – путь к успеху» И.М. Красильникова, авторской программы формирования психологического здоровья младших подростков «Тропинка к своему Я» О.В. Хухлаевой, тренинга коммуникативных умений А.С. Прутченкова.

Цель комплекса коррекционно-развивающих занятий: развитие умений бесконфликтного взаимодействия и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций

Достижение цели раскрывается через решение следующих задач:

- выявить наиболее эффективные способов начала общения, поиск путей и тренировка умений поддержания контакта.
- развить умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражения чувств других людей;
- развить умения самоконтроля в предконфликтной и конфликтной ситуации

- развить умения анализировать конфликтные ситуации
- тренировка конструктивных способов выхода из конфликтного взаимодействия.

Комплекс коррекционно-развивающих занятий, направленный на развитие умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов состоит из 26 занятий, проводятся 2 раза в неделю в течение 3,5 месяцев

Комплекс коррекционно-развивающих занятий включает в себя поэтапную реализацию 3-х блоков:

- 1) самопознание – (1 – 4 занятие).
- 2) коммуникативные умения – (5 – 20 занятие).
- 3) поведение в конфликте – (21 – 26 занятие).

Методы работы:

- диалоговые методы (беседа, эвристическая беседа, дискуссия).
- игровые методы (коммуникативные игры, моделирование ситуаций в ролевых играх).
- методы мультитерапии и фильмотерапии
- метод «репетиции поведения».
- психогимнастика.

Содержание коррекционно-развивающих занятий с элементами тренинга представлено в Приложении А.

Передача эмоций. Направлено на развитие способности эффективного общения.

Подростки смогли отработать способы эффективного взаимодействия в группе, развить навык по принятию нестандартных решений, выработать доброжелательное отношение друг к другу и научились эмоционально принимать себя, своё «Я» и сверстников.

Во время общения обучающиеся сталкиваются с потребностью предварительно организовать свои действия и найти компромисс. Развивается способность воспринимать сверстников как равноценных личностей, проявлять внимание к их потребностям и оказывать поддержку,

формируя

тем самым субъективное отношение к другим детям.

Обучающиеся вовлекались в творческую деятельность, примером может быть упражнение «Автопортрет». После того как все работы представлены, тренер берет автопортреты, по очереди кладет их в центр круга и спрашивает: «Чей это автопортрет?» Упражнение вызывает большую заинтересованность участников. Каждый пытается определить автора автопортрета, который вручен ему, а также авторов остальных работ.

В конце каждого упражнения была организована рефлексия. При обсуждении упражнения участники могут формулировать условия, которые облегчают понимание в процессе общения. Чаще всего к этим условиям относят выделение существенного, однозначно понимаемого признака «подарка», использование адекватных средств невербального изображения существенного признака, концентрацию внимания на партнере.

Кроме результатов, работающих на содержательный план, улучшается настроение обучающихся

Были сформированы такие нравственные качества, как умение учитывать позицию другого, уважать других и общаться в коллективе.

В комплекс занятий включены ролевые игры, направленные на отработку навыка взаимодействия на основе оказания и принятия помощи.

2.4. Анализ результативности развития умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов

С целью проверки эффективности разработанного комплекса коррекционно-развивающих занятий по развитию умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов нами проведено исследование на контрольном этапе исследования.

Рассмотрим динамику развития коммуникативных умений обучающихся после реализации комплекса коррекционно-развивающих

занятий, полученные по тесту Л. Михельсона. Частота встречаемости позиций в общении по основным блокам коммуникативных умений обучающихся на контрольном этапе исследования представлены на рис. 4.

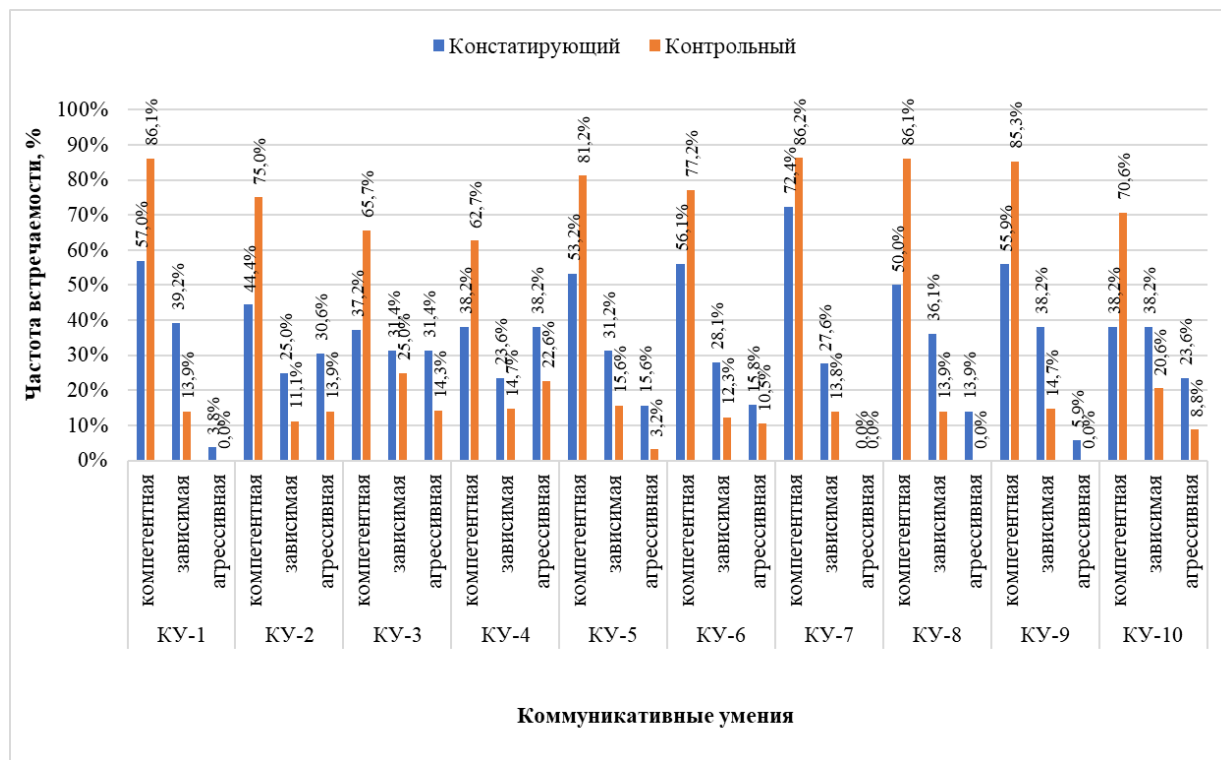


Рис. 4. Динамика позиций в общении по основным блокам коммуникативных умений обучающихся экспериментальной группы (частота встречаемости) на контрольном этапе исследования

Примечание: КУ 1 – умение оказывать и принимать знаки внимания (комплименты) от сверстника, КУ 2 – реагирование на справедливую критику, КУ 3 – реагирование на несправедливую критику, КУ 4 – реагирование на задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника, КУ 5 – умение обратиться к сверстнику с просьбой, КУ 6 – умение ответить отказом на чужую просьбу, сказать «нет», КУ 7 – умение самому оказать сочувствие, поддержку, КУ 8 – умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников, КУ 9 – умение вступить в контакт с другим человеком, контактность, КУ 10 – реагирование на попытку вступить с тобой в контакт

У обучающихся пятых классов повысился показатель сформированности коммуникативных умений, что проявляется в компетентной позиции:

– умение оказывать и принимать знаки внимания (комплименты) от сверстника – частота встречаемости компетентной позиции повысилась

на 29,1% и на контрольном этапе исследования составляет 86,1%. неправильную зависимую позицию занимают 13,9%, агрессивная позиция отсутствует.

- реагирование на справедливую критику – частота встречаемости компетентной позиции повысилась на 30,6% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий составляет 75%, случаев, произошло снижение встречаемости зависимой позиции до 11,1%, агрессивной – до 13,9%;

- реагирование на несправедливую критику – частота встречаемости компетентной позиции повысилась на 28,5% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий встречается в 65,7% случаев, произошло снижение встречаемости зависимой позиции до 25%, агрессивной – до 14,3%;

- реагирование на задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника компетентная позиция встречается у обучающихся в 62,7% случаев (частота повысилась на 24,5%), произошло снижение встречаемости зависимой позиции до 14,7%, агрессивной – до 22,6%;

- умение обратиться к сверстнику с просьбой – частота встречаемости компетентной позиции повысилась на 28% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий встречается в 81,2% случаев, произошло снижение встречаемости зависимой позиции до 15,6%, агрессивной – до 3,2%;

- умение ответить отказом на чужую просьбу, сказать «нет» – обучающиеся стали в большей степени демонстрировать правильное эталонное поведение, могут конструктивно сказать «нет» – частота встречаемости компетентной позиции повысилась на 21,1% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий встречается в 77,2% случаев, произошло снижение встречаемости зависимой позиции до 15,6%, агрессивной – до 3,2%;

– умение самому оказать сочувствие, поддержку – частота встречаемости компетентной позиции повысилась на 13,8% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий встречается в 86,2% случаев, произошло снижение встречаемости зависимой позиции до 13,8%, агрессивная позиция не встречается.

– умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников – обучающиеся стали в большей степени демонстрировать правильное эталонное поведение, могут правильно реагировать на проявление сочувствие и поддержку от сверстников – частота встречаемости компетентной позиции повысилась на 36,1% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий встречается в 86,1% случаев, произошло снижение встречаемости зависимой позиции до 13,9%, агрессивная позиция – не встречается.

– умение вступить в контакт с другим человеком, контактность – обучающиеся стали в большей степени демонстрировать правильное эталонное поведение, чаще вступают в контакты, не испытывают трудности – частота встречаемости компетентной позиции повысилась на 29,4% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий встречается в 85,3% случаев, произошло снижение встречаемости зависимой позиции до 14,7%, агрессивная позиция – не встречается.

– реагирование на попытку вступить с тобой в контакт – частота встречаемости компетентной позиции повысилась на 32,4% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий составляет 70,6%.

Таким образом, произошло повышение коммуникативных умений, в использовании компетентной позиции (использование эталонного поведения):

– умение оказывать и принимать знаки внимания (комплименты) от сверстника

– реагирование на справедливую критику

- умение обратиться к сверстнику с просьбой
- умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников
- реагирование на попытку вступить с тобой в контакт.

Рассмотрим динамику уровня самоконтроля в общении обучающихся после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий на контрольном этапе исследования. Основные данные по тесту М. Снайдера на контрольном этапе исследования представлены на рис. 5.

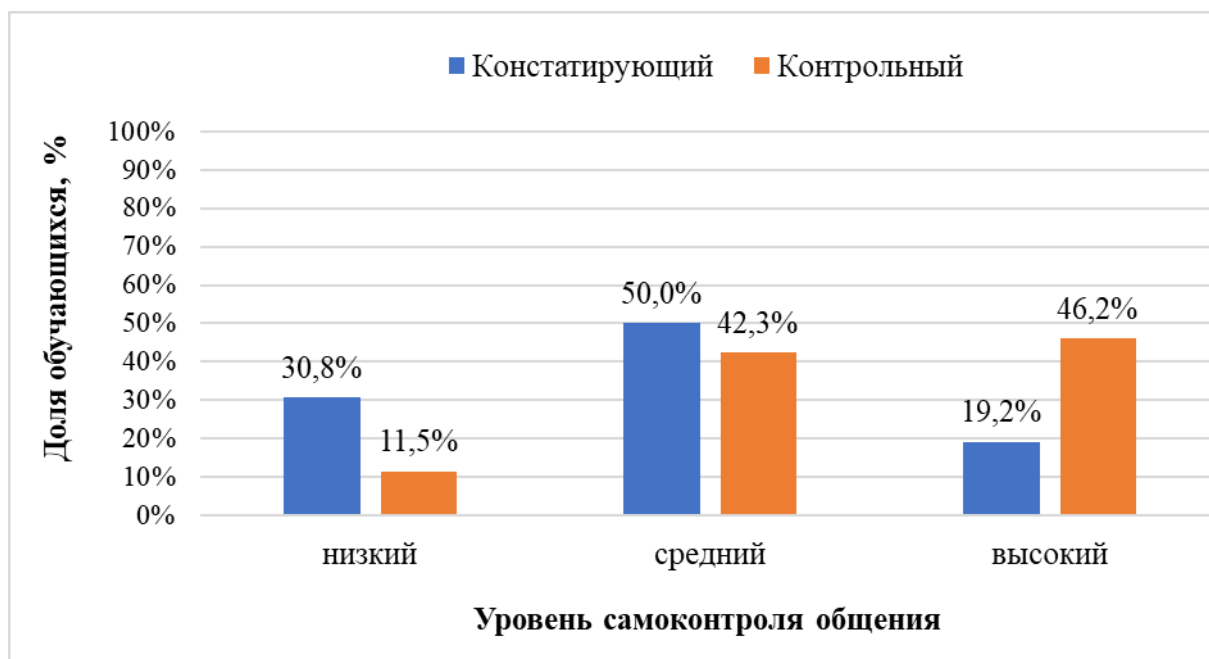


Рис. 5. Динамика уровня самоконтроля общения обучающихся экспериментальной группы на контрольном этапе исследования

После реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий следует отметить положительную динамику снижения низкого уровня коммуникативного контроля с 30,8% до 11,5%. Повысилось количество обучающихся с высоким уровнем самоконтроля в общении на 37,0% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий 46,2% обучающихся имеют высокий уровень самоконтроля в общении.

Следовательно, увеличилось количество обучающихся с гибкостью реагирования на изменения ситуации; способных держать себя в форме, следить

за собой, знанием, где и как себя вести, умением управлять выражением своих эмоций.

Таким образом, после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий обучающиеся имеют более высокий уровень развития самоконтроля в общении.

Рассмотрим динамику способов поведения обучающихся пятых классов в конфликтных ситуациях после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий, полученные по методике О.О. Землянушкина. Основные данные по методике О.О. Землянушкина на контрольном этапе исследования представлены на рис. 6.

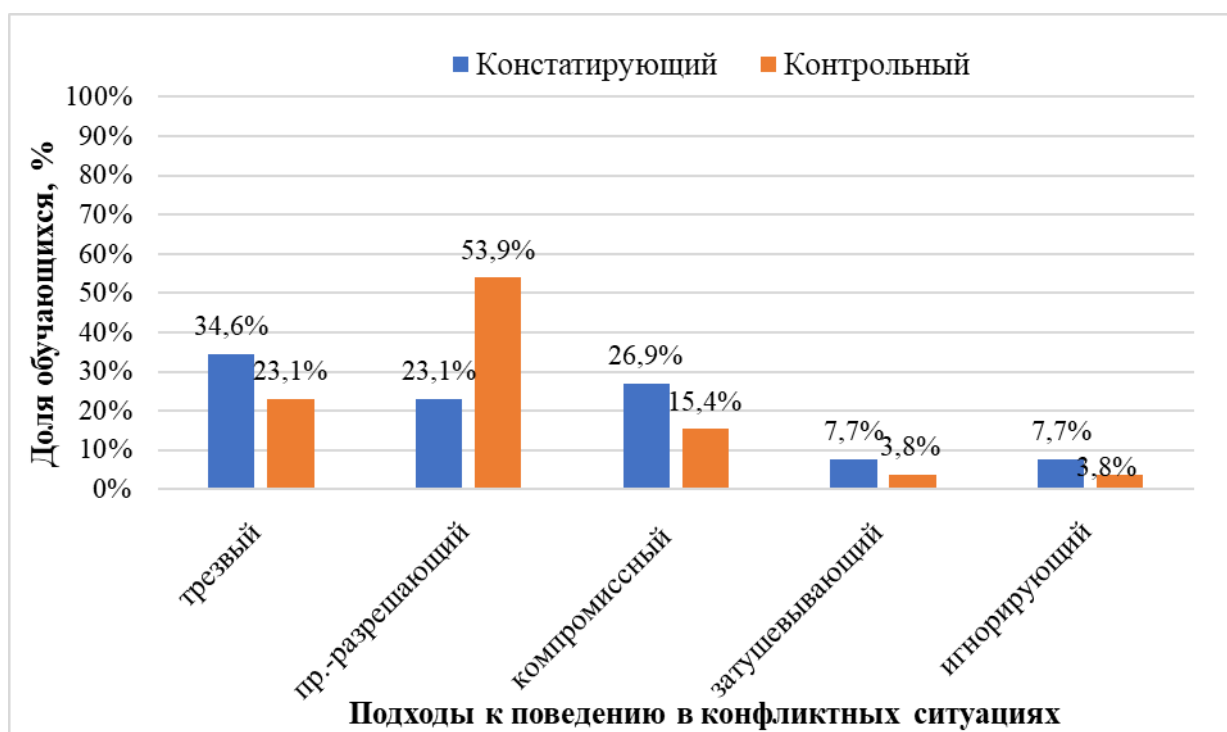


Рис. 6. Подходы к поведению в конфликтных ситуациях обучающихся пятых классов после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий

После реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий следует отметить положительную динамику в подходах к поведению в конфликтных ситуациях обучающихся пятых классов.

Повысилось количество обучающихся, использующие проблемно-разрешающий подход к поведению в конфликтной ситуации на 30,8% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий

большинство обучающихся пятых классов – 53,9% обучающихся совместными усилиями вы стремятся найти выход из конфликтной ситуации, работая над поиском решения, удовлетворяющего все стороны.

Количество обучающихся, использующих трезвый подход к поведению в конфликтных ситуациях снизилось с 11,5% и на контрольном этапе исследования 23,1% обучающихся стараются быть порядочным по отношению к ребятам, демонстрируя справедливость, но одновременно требуя строгой дисциплины. Для обучающихся важно, чтобы сверстники имели ясное представление о дозволенном и запрещенном, при этом требуя строгой дисциплины и необходимости жесткого руководства.

Количество обучающихся, использующих компромиссный подход снизилось на 11,5% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий 15,4% обучающихся убеждены, что невозможно получить абсолютно всё желаемое, и иногда приходится довольствоваться частичным удовлетворением потребностей, скромная доля предпочтительнее полного отсутствия, поэтому необходимо чем-то жертвовать.

Снизилось количество обучающихся, использующих затуманивающий (сглаживающий) подход к поведению в конфликтных ситуациях с 7,7% до 3,8% обучающихся, которые считают, что поддержание гармонии и миролюбивой атмосферы является приоритетом и, большинство разногласий не заслуживают внимания, и разумнее игнорировать конфронтации, стремясь максимально сохранять спокойствие во взаимодействиях с окружающими.

Такие же показатели имеют обучающиеся использующие игнорирующий подход к поведению в конфликтных ситуациях, показатель снизился на 3,9% и после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий 3,8% обучающихся используют игнорирующий подход к поведению в конфликтных ситуациях, предпочитая оставаться в стороне от конфликтных ситуаций, дают возможность участникам конфликта самостоятельно урегулировать разногласия и сделать соответствующие выводы для себя.

Следовательно, после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий, большинство обучающихся используют проблемно-разрешающих

подход к поведению в конфликтной ситуации, совместными усилиями стремятся найти выход из конфликтной ситуации, работая над поиском решения, удовлетворяющего все стороны.

Обобщая полученные результаты исследования развития умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов, можно сделать вывод, что после реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий с элементами тренинга у обучающихся произошло повышение уровня развития умений бесконфликтного общения:

- умение вступить в контакт и адекватно реагировать на попытку другого вступить в контакт, поддерживать контакт;
- умение оказывать сочувствие, поддержку и принимать помощь другого;
- умение адекватно реагировать на свой успех и неуспех;
- умение конструктивно реагировать на критику;
- умение управлять своим поведением и деятельностью в условиях развивающейся конфликтной ситуации.

Выводы по Главе 2

Проведенное эмпирическое исследование развития умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов на констатирующем этапе исследования выявило следующие характеристики:

Исследование умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов на констатирующем этапе исследования свидетельствует о демонстрации эталонного поведения при вступлении в контакт с другими, при оказании и принятии знаков внимания, в реагировании на справедливую критику, при обращении к сверстнику с просьбой, при отказе на чужую просьбу, при принятии сочувствия и поддержки со стороны сверстников.

На задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника обучающиеся чаще используют компетентную и агрессивную позицию в общении. На попытку вступить с обучающимся в контакт они чаще

используют компетентную и зависимую позицию в общении. На несправедливую критику обучающиеся реагируют, используя все три позиции в общении

Коммуникативный контроль представлен на среднем уровне – 50% обучающихся проявляют несдержанность в своих эмоциональных проявлениях.

У обучающихся отсутствует выраженный подход к поведению в конфликтных ситуациях – чаще представлен трезвый подход (36,4% обучающихся).

Комплекс коррекционно-развивающих занятий составлен на основе авторских программ И.М. Красильникова, О.В. Хухлаевой.

Цель комплекса коррекционно-развивающих занятий: развитие умений бесконфликтного взаимодействия и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.

Комплекс коррекционно-развивающих занятий, направленный на развитие умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов состоит из 26 занятий, проводятся 2 раза в неделю в течение 3,5 месяцев и включает в себя поэтапную реализацию 3-х блоков: самопознание, коммуникативные умения, поведение в конфликте.

Анализ динамики умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов на констатирующем этапе исследования свидетельствует о повышении у обучающихся пятых классов компетентной позиции по следующим коммуникативным умениям: реагирование на справедливую критику, умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников, умение вступить в контакт с другим человеком, контактность, реагирование на попытку вступить с тобой в контакт.

В большей степени у обучающихся представлен высокий уровень самоконтроля в общении – 46,2% обучающихся.

Повысилось количество обучающихся, использующих проблемно-разрешающий подход к поведению в конфликтной ситуации – 53,9% обучающихся.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретический анализ показал, что полностью избавиться от противоречий в межличностном взаимодействии практически невозможно, поэтому общение без конфронтации представляет собой культурный эталон, к которому нужно стремиться и требующий постоянного совершенствования.

Бесконфликтное общение в научных источниках понимается как:

- продуктивное взаимодействие между людьми, которое трансформирует саму природу этого взаимодействия путем успешного преодоления существующих разногласий.

- процесс взаимодействия людей, в основе которого лежит принцип гармонического соответствия аксиологических, антропологических и прагматических аспектов общения, опирающихся на положения этики о презумпции порядочности партнера по общению, сохранении суверенитета и неприкосновенности достоинства субъектов общения, толерантности и альтруизма, милосердия и ненасилия, справедливости и благородства.

- включает в себя максимально возможное количество синтонов и исключают конфликтогены.

Рассмотрение понятия «умения бесконфликтного общения» включают в себя конфликтологические умения и коммуникативные умения, основанные на этике общения, на принципах бесконфликтного общения, обеспечивающие разрешение имеющихся противоречий между элементами должного и сущего, между желаниями и возможностями в общении, предупреждение конфликтных ситуаций и конструктивного их разрешения: умение вступить в контакт и адекватно реагировать на попытку другого вступить в контакт, поддерживать контакт, умение оказывать сочувствие, поддержку и принимать помощь другого, умение адекватно реагировать на свой успех и неуспех, умение конструктивно реагировать на критику,

умение управлять своим поведением и деятельностью в условиях развивающейся конфликтной ситуации.

Возможностями в развитии бесконфликтного общения обучающихся обладают организация тренингов коммуникации, формирование навыков общения, проведение коммуникативных, импровизационных, имитационных и ролевых игр, организация проектной деятельности, формирование культуры общения, использование методов арт-терапии, в том числе мульттерапии (фильмотерапии).

Эмпирическое исследование коммуникативной компетентности подростков позволило получить следующие показатели умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов.

Обучающиеся пятых классов демонстрируют эталонное поведение при вступлении в контакт с другими, при оказании и принятии знаков внимания, в реагировании на справедливую критику, при обращении к сверстнику с просьбой, при отказе на чужую просьбу, при принятии сочувствия и поддержки со стороны сверстников. На задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника обучающиеся чаще используют компетентную и агрессивную позицию в общении. На попытку вступить с обучающимся в контакт они чаще используют компетентную и зависимую позицию в общении. На несправедливую критику обучающиеся реагируют, используя все три позиции в общении.

Умения осуществлять контроль в общении обучающихся характеризуется проявлением несдержанности в своих эмоциональных проявлениях.

У обучающихся отсутствует выраженный подход к поведению в конфликтных ситуациях – чаще представлен трезвый подход, в меньшей степени – затушевывающий (сглаживающий) и игнорирующий подходы к поведению в конфликтных ситуациях.

Предлагаемый комплекс коррекционно-развивающих занятий направлен на развитие у обучающихся пятых классов эффективных способов

начала общения, поиск путей и тренировка умений поддержания контакта, умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражения чувств других людей; умения самоконтроля в предконфликтной и конфликтной ситуации, умения анализировать конфликтные ситуации, конструктивных способов выхода из конфликтного взаимодействия.

Комплекс коррекционно-развивающих занятий состоит из 26 занятий и включает в себя поэтапную реализацию 3-х блоков: самопознание, коммуникативные умения, поведение в конфликте.

Методы работы включают в себя: диалоговые методы (беседа, эвристическая беседа, дискуссия), игровые методы (коммуникативные игры, моделирование ситуаций в ролевых играх), методы и техники мультитерапии и фильмотерапии, метод «репетиции поведения» и психогимнастика.

После реализации комплекса коррекционно-развивающих занятий с элементами тренинга на контрольном этапе было организовано повторное исследование.

Анализ динамики умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов свидетельствует о повышении у обучающихся пятых классов компетентной позиции по следующим коммуникативным умениям: реагирование на справедливую критику, умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников, умение вступить в контакт с другим человеком, контактность, реагирование на попытку вступить с тобой в контакт.

Обучающиеся стали в большей степени контролировать свое поведение в ситуации общения, проявлять озабоченность социальной пригодностью своего поведения.

Повысилось количество обучающихся, использующих проблемно-разрешающий подход к поведению в конфликтной ситуации – совместными усилиями стремятся найти выход из конфликтной ситуации, работая над поиском решения, удовлетворяющего все стороны.

Таким образом, в результате проведенного исследования была подтверждена эффективность разработанного комплекса коррекционно-развивающих занятий с элементами тренинга, по развитию умений бесконфликтного общения обучающихся пятых классов, включающего диалоговые, игровые, методы и техники мультитерапии и фильмотерапии, метод «репетиции поведения» и психогимнастики.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абдулина Р.Р. Cinema-технологии или воспитание сказкой // Форум молодых ученых. 2018. № 12-1(28). С. 62-66.
2. Акимова Л.А. Бесконфликтное общение (технологии витагенного образования) // Основы безопасности жизнедеятельности. 2008. № 4. С. 43-47.
3. Алексеева Л.Ф. Психологический аспект подготовки к межкультурной коммуникации студентов технических вузов при обучении иностранным языкам // Известия Томского политехнического университета. Инжиниринг георесурсов. 2021. № 4. С. 18-28.
4. Алтунина И.Р. Развитие коммуникативной компетентности у старшеклассников и взрослых людей (с помощью видеотренинга): автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1999. 36 с.
5. Андреева Г.М. Социальная психология. Санкт-Петербург: Речь, 2018. 156 с.
6. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология: учебник для вузов. Санкт-Петербург: Питер, 2007. 496 с.
7. Богатырева Н. Конфликтогены, или как вести себя в конфликте. М.: ЗАО "Бизнес-школа "Интел-Синтез", 2008. С. 76-81.
8. Бодалев А.А. Психологическое общение. М.: Институт практической психологии; Воронеж: МОДЭК, 1996. 278 с.
9. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. М.: Институт практической психологии; Воронеж: МОДЭК, 2008. 352 с.
10. Булыгина Л.Н. Формирование коммуникативной компетентности подростков // Инновационные проекты и программы в образовании. 2014. № 3. С. 23-27.
11. Булыгина Н.А. Как научиться бесконфликтному общению с подростком? // Сайт психологов [Электронный ресурс]. URL: <https://www.b17.ru/article/286576/> (дата обращения: 24.03.2025).

12. Буртовая Н.И. Коммуникативная компетентность личности и социально-психологические факторы ее развития: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2003. 44 с.
13. Бут-Гусаим Е.В. Бесконфликтное общение: сущность понятия, структурные компоненты // Альтернат-2013: Материалы Республиканской научно-практической Интернет-конференции [Электронный ресурс]. URL: <http://conf.grsu.by/alternant/2012/04/18/514/> (дата обращения: 20.02.2025).
14. Волков Б.С., Волкова Н.В. Конфликтология: учебное пособие для вузов. М.: Трикта, 2005. 375 с.
15. Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Эксмо, 2012. 417 с.
16. Газизов Р.А. О современном коммуникативном этикете // Русская речь. 2009. № 3. С. 36-41.
17. Гейхман Л.К. Социально-психологический тренинг как средство анализа и коррекции индивидуального стиля общения // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 98-100.
18. Гизатова Г.Ф. Бесконфликтные эго-состояния коммуникантов в речевом общении // Вестник Башкирского университета. 2014. Т. 19, № 2. С. 556-560.
19. Головин В.Н. Основы культуры речи. М.: Владос, 1988. 198 с.
20. Григорьева Г.Е. Предупреждение и разрешение конфликтов в подростковом коллективе средней общеобразовательной школы: дис. ... канд. пед. наук. Пермь, 2003. 204 с.
21. Гришина Н.В. Психология конфликта. 2-е изд. Санкт-Петербург: Питер, 2008. 544 с.
22. Гурылева Л.В., Белозерова Д.Д. Психолого-педагогическое сопровождение формирования коммуникативной компетентности у подростков // Фундаментальные и прикладные исследования в современном мире. 2016. № 14-3. С. 61-64.

23. Емельянов С.М. Практикум по конфликтологии: учебное пособие. 3-е изд. Санкт-Петербург: Питер, 2009. 384 с.
24. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1985. 166 с.
25. Емельянова И.А. Особенности коммуникативных умений и навыков и пути их формирования у младших школьников с нарушением интеллекта // Образование и наука. Известия Уральского научно-образовательного центра Российской академии образования. 2008. № 1. С. 86-94.
26. Жуков Ю.М., Петровская Л.А., Растянников П.В. Диагностика и развитие компетентности в общении. М.: Изд-во МГУ, 2000. 210 с.
27. Зверева Е.Н. Основы культуры речи: Теоретический курс. М.: Центр ЕАОИ, 2008. 219 с.
28. Зеленков М.Ю. Конфликтология: Учебник для бакалавров. М.: Дашков и Ко, 2012. 325 с.
29. Ивченко Д.В. Формирование конфликтологической компетентности специалиста таможенной службы: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Калининград, 2000. 20 с.
30. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений. Санкт-Петербург: Питер, 2009. 576 с.
31. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Ярославль: Академия развития, 2006. 237 с.
32. Колмогорова А.С., Холодкова О.Г. Особенности становления психологической культуры младших школьников // Вопросы психологии. 2001. № 1. С. 47-57.
33. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах: учебное пособие. 2-е изд. Минск: ТетраСистемс, 2010. 270 с.
34. Кречетников К.Г., Ковылина Е.В. Модель применения ролевой игры в обучении иностранным языкам при культурологическом подходе [Электронный ресурс]. URL: <http://econf.rae.ru/article/5264> (дата обращения: 22.09.2025).

35. Леонтьев А.А. Психология общения. 2-е изд., испр. и доп. М.: Смысл, 1997. 351 с.
36. Леонтьев А.Н. Психология общения. М.: Смысл, 2008. 368 с.
37. Ломов Б.Ф., Обозов Н.Н., Носуленко В.Н. Проблема общения в психологии / Отв. ред. Б.Ф. Ломов. М.: Наука, 1981. 280 с.
38. Магомедова М.К. Мульттерапия как артпедагогическое средство воспитания ненасилия у детей // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2018. Т. 12, № 1. С. 90-95.
39. Мунирова Л.Р. Формирование у младших школьников коммуникативных умений в процессе дидактической игры: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1992. 17 с.
40. Обухова Л.Ф. Детская психология: теория, факты, проблемы. М.: Академия, 2012. 325 с.
41. Панфилова А.П. Психология общения: учебник. М.: Академия, 2013. 368 с.
42. Парыгин Б.Д. К вопросу о структуре социально-психологического общения // Социально-психологические и лингвистические характеристики форм общения и развития контактов между людьми. Санкт-Петербург: Речь, 2013. С. 45-52.
43. Прутченков А.С. Тренинг коммуникативных умений. М.: Новая школа, 1993. 47 с.
44. Пыжова Н.Н. Конфликтологическая компетентность слушателей системы переподготовки по управленческим специальностям // Исторические и психолого-педагогические науки: сб. науч. статей. Минск: РИВШ, 2019. С. 282-288.
45. Рогачев В.В. Формирование конфликтной компетентности сотрудников таможни для профилактики межличностных конфликтов: дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2002. 152 с.

46. Салмина Н.Г., Звонова Е.В., Чанг Т.Х. Развитие коммуникативной компетентности подростков в условиях социально-психологического тренинга // Актуальные проблемы психологического знания. 2021. № 3(56). С. 85-91.
47. Сафьянов В.И. Этика общения: учебное пособие. М.: Изд-во МГУП "Мир книг", 1998. 164 с.
48. Сивкова М.Б. Формирование эффективного поведения подростков в конфликте с помощью арт-методов: на примере мультитренинга: дис. ... канд. психол. наук. Нижний Новгород, 2010. 214 с.
49. Спирина М.Л., Спирина В.И. Особенности формирования социально-коммуникативной компетентности подростков // Новое слово в науке: перспективы развития. 2016. № 1-1(7). С. 315-318.
50. Третьякова В.С. Речевой конфликт и гармонизация общения: Дис. ... д-ра филол. наук. Екатеринбург, 2003. 301 с.
51. Ульянова Э.Ф. Психологические предпосылки формирования коммуникативной компетентности // Мир образования - образование в мире. 2019. № 3(75). С. 290-294.
52. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2005. 490 с.
53. Фильдштейн Д.И. Психология современного подростка. М., 2010. 311 с.
54. Чувашева С.А., Климентьева Н.Н. Формирование коммуникативной компетентности у младших подростков в процессе социально-психологического тренинга // Научный альманах. 2019. № 3-2(53). С. 143-146.
55. Шейнов В.П. Конфликты в нашей жизни и их разрешение. Минск: Амалфея, 1997. 288 с.
56. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. М.: Смысл, 2009. 429 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А.

Коррекционно-развивающие занятия с элементами тренинга

Блок №1 – самопознание (осмысление самого себя)

Занятие 1. «Я хочу общаться»

Цель: постановка целей и осмысление группой предстоящей работы.

- 1) Приветствие без слов. Направлено на раскрепощение участников.
- 2) «Снежный ком» – направлено на создание комфортной атмосферы для взаимного знакомства присутствующих и снизить эмоциональное напряжение.

3) Беседа по теме коммуникации и взаимоотношений между людьми – направлена на развитие понимания сущности коммуникации и взаимодействия между людьми.

4) «Ожидания и опасения» – направлено на формулирование цели занятия.

5) Психогимнастика – «Путаница» («Паутинка») – направлено на формирование навыков распознавания и анализа чувств у себя и у других.

Рефлексия – обсуждение ответов на вопрос: что нового удалось узнать.

6) «Спасибо за приятное занятие» – подведение итога занятия и освобождение участников от накопившегося в процессе занятия эмоционального напряжения.

Занятие 2. «Личность как самооценność в процессе общения».

Цель: формирование понимания ценности личности своей и другого.

1) Опиши друга. Направлено на развитие внимательности и умения описывать то, что видел.

2) «Продолжение знакомства» направлено на создание гармоничной атмосферы внутри группы и формирование настроения на продуктивную работу на занятии.

3) «Декларация о правах человека» – направлено на понимание информации, что их собственные права и права других людей являются неоспоримой ценностью и должны безоговорочно соблюдаться.

5) «Гуру общения» – направлено на оценивание собственных умений в области общения и коммуникации.

6. Короткометражный мультфильм «О птичках» (2000).
Режиссёр: Ральф Эгглстон. URL: https://vk.com/video-76306312_456239059.

Вопросы для обсуждения: каковы основные ценности, которые поднимаются в мультфильме? Почему они важны для отношений между людьми? Какие негативные последствия могут возникнуть от предвзятости и непринятия других, как показано в мультфильме? Как вы думаете, какие внутренние ценности необходимы, чтобы противостоять давлению группы, как это сделала синяя птица? По мультфильму «О птичках»: «Рассказ от лица другого персонажа» – обучающимся необходимо пересказать сюжет мультфильма от первого или третьего лица. Можно предложить рассказывать события с точки зрения разных персонажей, чтобы увидеть ситуацию под новым углом.

8) Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос: что из известного ты увидел по-новому.

9) «Я сегодня...» – поднятие настроения и на позитиве завершение занятия в эмоциональном плане.

Занятие 3. «Кто я?»

Цель: познание своего «Я» и социального (развитие личной и социальной рефлексии).

1. «Нетрадиционное приветствие» – помогает созданию в группе позитивной атмосферы.

2) «Никто не знает, что я...» – направлено на создание гармоничной атмосферы внутри группы.

3) «На кого я похож?» – направлено на самоанализ и осмысление собственных эмоциональных переживаний.

4) «10 позитивных и 10 негативных «Я» во мне» – направлено на раскрытие собственной личности, выявляя как достоинства, так и недостатки.

5) «Наблюдатель» – направлено на создание среды, в которой все присутствующие смогут получить отклик на свои действия или высказывания.

6) Психогимнастика – «Чувства» – направлено на формирование навыков распознавания и анализа чувств у себя и у других (в форме беседы).

7) Короткометражный мультфильм «Большой кит» (2013). Режиссер: Maryna Shchipak. URL: https://vkvideo.ru/video-59479724_456239129?ref_domain=prodasch.ru.

Обучающимся необходимо переписать или дополнить сюжет мультфильма, если им что-то в нем не понравилось. Это может быть новый поворот событий или альтернативный конец, который они считают более подходящим. Этот процесс может помочь подросткам выразить свои чувства и справиться с внутренними конфликтами.

8. Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос в чём мои сильные стороны и недостатки?

9. «Клубок» – направлено на получение приятных пожеланий.

Занятие 4. «Мои драконы»

Цель: сформировать навыки самоконтроля.

1) «Прилагательное на первую букву имени» – направлено на снятие тревожности.

2) «Антонимы». Направлено на объединение коллектива.

3) «Я умею, знаю, могу». Направлено на раскрытие потенциала внутренних ресурсов личности посредством рефлексии.

4) «Победить своего Дракона». Направлено на поиск и самопонимание внутренних ресурсов для коррекции негативных аспектов.

5) Психогимнастика – «Блюдец с водой». Направлено на развитие самоконтроля и самообладания .

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос насколько трудно было выполнить задание, что вызвало затруднения и почему?

6) Факт или вымысел. Направлено на побуждение участников в игровой форме подвести итоги пройденного материала.

Блок №2 – коммуникативные умения.

Занятие 5. Вербальное и невербальное общение.

Цель: формирование умений использования вербальных и невербальных средств общения в общении без конфликтов, развитие умения понимания невербальной коммуникации партнера по общению.

1. Визитка 3 ценности. Направлено на формирование навыков быстрого реагирования при вступлении в контакты.

2. Игра «Связующая нить». Направлено на создание гармоничной атмосферы внутри группы.

3. Мини-лекция. Направлено на расширение представлений обучающихся о вербальном и невербальном общении и значимости для общения без конфликтов.

4. «Передай чувство мимикой». Направлено на формирование умения невербального проявления эмоций и распознавание эмоций в невербальном поведении партнера по общению.

5.. «Толстое стекло. Направлено на развитие умения передачи информации невербальным способом.

6. Ролевая игра «Подскажи – покажи другому». Направлено на развитие умения оказывать помощь другому вербальным и невербальным способом.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос что у меня вызывает наибольшую гордость?

7. К счастью, к несчастью. Позволяет регулировать групповую динамику.

Занятие 6. «Благоприятные границы для общения».

1. Самопрезентация. Направлено на актуализацию навыка самопрезентации.

2. «Мои границы». Направлено на осознание, какие границы есть у обучающегося и насколько они устойчивы.

3. «Круг доверия». Направлено на определение пределов, которые устанавливает человек для защиты собственного эмоционального, физического и психического благополучия с разными категориям.

4. «Круги межличностных отношений». Направлено на помощь обучающемуся в осознании взаимоотношений (позитивных и негативных) с окружающими их людьми.

5. Изотерапия «Рисунок личного пространства». Направлено на осознание личных границ.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос что было наиболее эффективным в моей деятельности?

5. «Передай улыбку по кругу». Позволяет обменяться переживаниями.

Занятие 10. Разница между слушать и слышать.

Цель: сформировать навыки внимательно слушать собеседника и понимать смысл текста собеседника.

1. «Гляделки». Направлено на установление зрительного контакта.

2. «Пойми меня». Направлено на развитие умения внимательно слушать собеседника и понимать смысл текста собеседника.

3. Короткометражный мультфильм «Звездные охотники» (2017). Режиссер: Johannes Schiechl. URL: https://vkvideo.ru/video-59479724_456239136?ref_domain=prodasch.ru. К мультфильму: обучающимся необходимо разыграть ключевые сцены из мультфильма, чтобы глубже прочувствовать эмоции персонажей и ситуации. Это поможет им лучше понять мотивацию и переживания героев.

4. Психогимнастика – «Безмолвное слушание». Направлено на развитие умение слушать, демонстрирует их эффективность.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос «как мои индивидуальные особенности повлияли на выполнение задания?».

4. «Карусель пожеланий». Направлено на формирование у детей культуры поведения, вежливости, уважения друг к другу.

Занятие 11. «Чувства и эмоции».

Цель: развитие способности к пониманию и прогнозированию эмоций и эмоциональных состояний у себя и других людей.

1. Ветер дует на того, кто... способствует подчёркиванию сходства участников

2. Изотерапия «Рисунок настроения». Направлено на создание эмоционального настроения группы.

3. «Мой мир эмоций». Направлено на развитие самопонимания, развития эмоциональной осознанности, понимание собственного эмоционального мира.

4. «Эстафета чувств». Направлено на развитие тактильных навыков, формирование адекватного восприятия взаимодействия с другими людьми

5. Кейс «говорю о своих чувствах». Кейс направлен на развитие умений вербализации и выражения своих чувства по схеме «Как сказать о своём чувстве».

6. «Убери лишнее». Направлено на анализ собственного эмоционального опыта

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос как то, что я изучил, связано с другим материалом?

«Комплимент». Направлено на обогащение представлений обучающихся о комплиментах как одном из способов эффективного коммуникативного воздействия с окружающими людьми.

Занятие 12. «Я чувствую, что ты...»

Цель: развитие умений распознавать и понимать эмоциональное состояние другого человека.

1. Рукопожатие. Направлено на установление первичного контакта.

2. «Презент». Направлено на формирование умения правильно вручать и принимать подарки.

3. «Подари движение». Направлено на укрепление эмоциональных контактов между детьми, развитие доверия и взаимопонимания.

4. «Претензия – ответ – мир». Направлено на развитие умения адекватного эмоционального реагирования при столкновении с критикой.

5. Психогимнастика – «Помолчим парами». Направлено на развитие эмпатии, умения чувствовать настроение другого

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос чей ответ на уроке больше понравился?

6. Волк и семеро козлят. Завершение направлено на развитие навыков противостояния давлению и отработку навыков прояснения ситуации.

Занятие 13. «Смыслы... я понимаю, что ты...»

Цель: сформировать навыки сбора и анализа информации, полученной от собеседника, в процессе коммуникации.

1. Гимнастика для ума. Направлено на активизацию мыслительных процессов участников группы.

2. «Атомы». Направлено на преодоление барьеров в общении между участниками.

3. «Мы с тобой одной крови!». Направлено на развитие умения выявлять сходства и различия между собой.

4. Я тебя понимаю. Направлено на развитие способности распознавать эмоциональное состояние собеседника.

5. Язык тела. Направлено на развитие умения интерпретировать невербальные сигналы и внешние признаки в процессе коммуникации, позволяющие получать дополнительную информацию о партнере по общению.

6. Психогимнастика – «Превращение». Направлено на развитие умения чутко воспринимать окружающих и развитие эмпатии, позволяющее глубоко понимать эмоциональные состояния других.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос что было самым интересным.

7. Без маски. Направлено на формирование навыков искренних высказываний для анализа сущности «я».

Занятие 15. «Пойми эмоции другого»

Цель – способствовать развитию навыков определения, распознавания эмоционального состояния собеседника.

«Конкурс хвастунов». Помогает повышению самопринятия и самооценки.

«Покажи эмоцию». Направлено на развитие умений распознавания эмоций другого человека.

«Фотография». Способствует развитию способности распознавать эмоции и чувства окружающих людей.

«Вербализация эмоциональных состояний». Направлено на развитие умения использовать более почтительные формулировки для вербализации эмоциональных состояний.

Короткометражный мультфильм «Хватит» (2018). Режиссер: Анна Мандзарис. URL: https://vkvideo.ru/video-59479724_456239135?ref_domain=prodasch.ru. К мультфильму: Обучающимся необходимо создать рисунок или коллаж, вдохновленный мультфильмом. В процессе рисования они могут выразить свои ассоциации и эмоции, связанные с просмотренной историей, а затем можно обсудить, что именно изображено и какие чувства это вызывает.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос в чем, как вы полагаете, состоит более глубокое значение и предназначение вашей жизни?

Планирование будущего. Направлено на развитие представления о своих жизненных целях, планах и желаниях.

Занятие 16. «Я тебя понимаю и сопереживаю»

Цель – развитие умения поставить себя на место другого человека, развитие эмпатии.

«Назови эмоцию». Направлено на развитие способности понимать, осознавать чужие эмоции.

«Внутренний голос». Направлено на развитие умения понимать чувства окружающих и умения поставить себя на место другого человека.

«Пойми другого». Способствует развитию способности эмоционально контактировать с окружающими, с учетом психологического состояния собеседника.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос легко ли было определять эмоциональные состояния? На что обращалось внимание?

Спасибо. Направлено на получение чувства радости и спокойствия от общения в группе

Занятие 17. Я вам хочу сказать.

Цель: сформировать навыки корректного, четкого формулирования текста.

«Испорченный телефон». Направлено на развитие навыков конструктивного взаимодействия и сотрудничества в паре.

Другой акцент. Направлено на развитие способности распознавать смысловые элементы и важнейшие лексические единицы в речи в процессе общения.

Просьба. Пирог начинка. Направлено на выработку правильного восприятия и осмысления концепций «просьбы» и роли человека, который просит.

Переводчик. Направлено на развитие способности точно воспринимать содержание информации и достоверно транслировать ее дальше, не допуская изменения смысловой составляющей.

Задавание вопросов. Направлено на развитие умения формулировать как вопросы, предполагающие развернутый ответ, так и те, что требуют конкретного «да» или «нет».

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос чётко ли я формирую свои мысли и умею ли их правильно выразить.

Вы меня слышите? Направлено на привлечение внимания к своим словам, ценить внимание к себе других людей

Занятие 18. Командное взаимодействие

«Скала». Направлено на повышение взаимного доверия в коллективе, восприятие и понимание других людей.

«Слепой и поводырь». Направлено на развитие доверия друг к другу, чувства безопасности в отношениях и тактильных ощущений.

Игра «Правда или ложь». Направлено на создание атмосферы открытости и способствование усилению сплоченности участников.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос насколько комфортно было в командном взаимодействии.

Встретимся опять. Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Занятие 19. Сотрудничество

«Коллективный счет». Направлено на повышение уровня согласованности внутригруппового взаимодействия.

«Строим мост». Направлено на осознание своих ролей в групповом взаимодействии.

«Автомобиль». Направлено на организацию сотрудничества обучающихся для выполнения общей задачи.

«Коллективный рисунок группы». Направлено на создание атмосферы сотрудничества.

Короткометражный мультфильм «Крокодил» (2015). Режиссер Юлия Оккер. URL: https://vkvideo.ru/playlist/-138440374_8/video-32219313_456239570. К мультфильму: Обучающимся необходимо создать рисунок или коллаж, вдохновленный мультфильмом. В процессе рисования они могут выразить свои ассоциации, связанные с просмотренной историей,

а затем можно обсудить, что именно изображено и как командная работа помогает преодолевать трудности.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос что команде следует прекратить делать и что начать делать, чтобы улучшить свою работу?

Разрядка. Получение позитивного заряда энергии.

Занятие 20. Продуктивное взаимодействие.

«Живая анкета». Помогает обозначить эмоциональное состояние участников.

«Проигрывание ситуаций». Направлено на формирование адекватных форм поведения.

«Ладонь в ладонь». Направлено на развитие коммуникативных навыков, получение опыта работы в паре.

«Чемодан». Способствует осознанию и переработке эмоционального багажа.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос как я применяю конструктивную обратную связь для улучшения работы?

Фотография на память. Способствует созданию участников ощущения завершенности занятия, позитивного настроения и желания встретиться снова.

Блок №3 – поведение в конфликте.

Занятие 21. «Что я знаю о конфликте»

Цель – ознакомление с понятием «конфликт» и его структурными элементами.

«Представь себе». Направлено на знакомство с социальными поведенческими стереотипами.

«Конфликт – это...». Помогает исследовать различные типы рациональных и эмоциональных реакций в поведении в конфликтных ситуациях.

Короткометражный мультфильм «Конфликт» (1983). Режиссер: Гарри Бардин. URL: <https://yandex.ru/video/preview/156482860889017219>.

К мультфильму: обучающимся необходимо придумать и написать сценарий

для альтернативного конца мультфильма. Как бы они решили конфликт? Какие уроки были бы подчеркнуты?

«Анализ конфликтной ситуации в сказке». Направлено на развитие аналитических способностей при разборе конфликтных ситуаций в сказочном сюжете.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос можно ли прожить без конфликтов?

Автобус. Направлено на снятие напряжения и тревоги.

Занятие 22. Почему возникает конфликт»

Цель – проанализировать сущность конфликтов, причины их возникновения и пути разрешения.

«Веселый мяч». Направлено на выработку умения говорить и выслушивать комплименты.

Ролевая игра «Финансовые авантюристы». Направлено на моделирование конфликтной ситуации, основанной на несовпадении потребностей, возможность анализа стилей взаимодействия в такой ситуации.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос какие качества и умения необходимы для успешного разрешения конфликтов.

18 умений. Направлено на развитие умения увидеть хорошее в любом человеке,

Занятие 23. «Что я хочу в конфликте»

Цель – изучение потребностей и интересов сторон в ситуациях конфликта.

«Карандаши». Направлено на обучение навыкам взаимодействия, умению работать в парах и в группе.

«Карта конфликта» (Х. Корнелиус и Ш. Фейр). Направлена на исследование запросов и мотиваций участников конфликтных ситуаций.

Короткометражный мультфильм «Фигуры и формы» (1984). Режиссер: Владимир Шомов. URL:

<https://dzen.ru/video/watch/6685212d0987a136b8dda1e8>. К мультфильму:

обучающимся необходимо разыграть ключевые сцены из мультфильма, чтобы глубже прочувствовать эмоции персонажей и ситуации. Это поможет им лучше понять мотивацию и переживания героев.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос как конфликт может выполнять важные функции в жизни человека и общества

Подари улыбку. Направлено на развитие умения выражать своё эмоциональное состояние.

Занятие 24. «Поведение в конфликте»

Цель – формирование представлений о неизбежности возникновения конфликтов в жизни людей, развитие навыков конструктивного решения конфликтов путем принятия коллективного решения.

«Замороженные». Помогает содействовать развитию способности эмоциональной стойкости, саморегуляции, умения контролировать собственные эмоции даже при попытках окружающих людей помешать.

Ролевая игра «Необитаемый остров». Способствует развитию умений конструктивно взаимодействовать при возникновении конфликтов.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос как я выбираю стратегию поведения в конфликте, и какие способы регулирования конфликтов мне известны?

«Я отличаюсь от тебя...». Направлено на формирование навыков интервьюирования.

Занятие 25. «Поведение в конфликте (продолжение)»

Цель – актуализация знаний о различных стратегиях поведения в ситуациях межличностного конфликта, определение эффективности каждой из стратегий поведения.

«Пишущая машинка». Направлено на концентрацию внимания, командное взаимодействие (сплочённость).

Ролевая игра «Конфликты». Помогает показать через реальные жизненные ситуации и их проигрывание разнообразные способы реагирования при возникновении конфликтов.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос какие эмоции я чаще всего испытываю в конфликтных ситуациях?

Сглаживание конфликтов. Помогает отработать умения и навыки сглаживания конфликтов.

Занятие 26. «Заключительное»

Цель – развитие навыков конструктивного решения конфликтов.

«Круг с закрытыми глазами». Тренировка умения действовать решительно и, в то же время, координировать собственную активность с действиями других людей.

«Анализ конфликтных ситуаций». Направлено на развитие умений конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Рефлексия в форме обсуждения ответов на вопрос является ли конфликт стремлением улучшить ситуацию и достичь сотрудничества?