

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
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

ХАМАЙКО ДАРЬЯ СЕРГЕЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА


**ВЛИЯНИЕ ТИПА ПОВЕДЕНИЯ НА СОЦИОМЕТРИЧЕСКИЙ
СТАТУС ПОДРОСТКОВ**

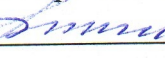
Направление подготовки 44.03.02. Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Психология образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
к.пс.н., доцент Дубовик Е.Ю.

29.05.17 
Научный руководитель
д.пс.н., профессор Селезнева Н. Т.

29.05.17 
Дата защиты

29.06.17
Обучающийся

Хамайко Д. С.

Хамайко 29.05.17

Оценка _____

Красноярск 2017

ОГЛАВЛЕНИ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ВЗАИМОСВЯЗИ ТИПОВ ПОВЕДЕНИЯ И СОЦИОМЕТРИЧЕСКОГО СТАТУСА ПОДРОСТКОВ	7
1.1. Понятие межличностных отношений и типов поведений подростков.....	7
1.2. Психологические особенности подросткового возраста.....	11
1.3. Развитие межличностных отношений подростков и их социометрического статуса.....	18
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1	25
ГЛАВА 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ ТИПОВ ПОВЕДЕНИЯ И СОЦИОМЕТРИЧЕСКОГО СТАТУСА ПОДРОСТКОВ	27
2.1. Организация и методы исследования.....	27
2.2. Определение типа поведения и социометрического статуса подростков.....	29
2.3. Методические рекомендации, направленные на улучшение межличностных отношений в группе и повышение социометрического статуса подростков.....	42
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	47
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	50
ПРИЛОЖЕНИЯ	55

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования обусловлена значимостью социометрического статуса личности в условиях межличностного взаимодействия подростков. В подростковом возрасте формируются социальные установки, отношение к себе, к людям, к обществу, приоритетным становится общение со сверстниками, стабилизируются основные формы межличностного взаимодействия. Именно в этом возрасте формируется достаточно устойчивый статус в системе взаимоотношений с товарищами, именно они во многом определяют деятельность, поведение, а в дальнейшем влияют и на развитие личностных качеств и социальных установок [53, с. 160].

Общение подростка с окружающими происходит в системе объективных отношений, которые складываются в их повседневной жизни и проходят как правило в школьном классе. Для подростка важно занять значимое место среди сверстников, быть признанным в группе или быть лидером в своем коллективе. Но не каждый подросток может этого добиться, так как индивидуальные особенности и установки многих ребят мешают занять высокое статусное место, социализироваться именно в той социальной группе, которая для них является желательной. Часто это связано с тем, что подростки не могут правильно оценить себя, и поэтому не могут найти адекватную для себя референтную группу. Если эти потребности подростка не удовлетворяются, он замыкается в себе или становится агрессивным, что приводит к проблемам в сфере взаимоотношений со сверстниками: (высокая тревожность, конфликтность, неумение управлять своими эмоциями) [14, с. 91]. Поэтому так важно своевременно выявлять социальный статус ребят в классе и при необходимости проводить работу по его изменению (выравниванию).

Вклад в изучение проблемы личностных особенностей и взаимоотношений подростков со сверстниками внесли такие ученые, как Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, А.В. Петровский, Д.Б. Эльконин и др.

Исследованием межличностных внутригрупповых отношений занимались такие психологи, как Г.М. Андреева, А.И. Донцов, М.Ю. Кондратьев, Дж. Морено, В.Н. Мясичев, Н.Н. Обозов и мн. др. Вопросы о специфических особенностях межличностных отношений подростков, о механизмах их формирования, социального статуса в коллективе сверстников вызывают у педагогов-психологов повышенный интерес [11, с. 38]. Можно назвать исследования А.А. Бодалева, Л.И. Божович, Л.С. Выготского, Я.Л. Коломинского, М.И. Лисина, А.Е. Личко, А.В. Мудрик, Л.Ф. Обуховой, А.В. Петровского и др., в которых обосновываются особенности формирования межличностных отношений в подростковом возрасте. Проблема подростковых взаимоотношений традиционного находится и в центре внимания социальных психологов (И.В. Дубровина, В.А. Крутецкий, М.Р. Битянова и др.). Но, несмотря на множество исследований, вопросы взаимосвязи типов поведения и социометрического статуса подростков недостаточно изучены и остаются, по-прежнему, актуальными.

Проблема исследования заключается в необходимости взаимопонимания типа поведения в межличностных отношениях подростков на их социометрический статус.

Объект исследования: типы поведения и социометрический статус подростков.

Предмет исследования: взаимосвязь типов поведения и социометрического статуса подростков.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментальным путем выявить взаимосвязь типа поведения и социометрического статуса подростков.

Гипотеза исследования. Мы полагаем, что существует взаимосвязь типов поведения и социометрического статуса подростков, обеспечивающая благоприятное развитие их межличностных отношений.

Исходя из цели и гипотезы, необходимо решить следующие задачи:

- осуществить теоретический анализ психолого-педагогической,

научной литературы по проблеме межличностных отношений подростков;

- подобрать диагностический инструментарий для исследования;
- провести исследование типов поведения и социометрического статуса

подростков;

- осуществить анализ и интерпретация результатов исследования;
- составить методические рекомендации по улучшению межличностных

отношений в группе и повышение социометрического статуса подростков.

Методы исследования: теоретические (анализ литературных источников) и эмпирические (опрос, тестирование; методы математической статистики; количественная и качественная обработка экспериментальных данных, интерпретация результатов, ранговой корреляции Спирмена).

Диагностический инструментарий исследования: «Методика социометрических измерений» Дж. Морено, «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири, «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского.

Теоретико-методологической базой исследования послужили труды Г.М. Андреевой, А.А. Бодалева, Л.И. Божович, Л.С. Выготского, Я.Л. Коломинского, Е.А. Климова, А.В. Мудрик, В.Н. Мясищева, Н.Н. Обозова, Л.Ф. Обуховой, А.В. Петровского и др., а также аналитические материалы, статистические данные, результаты социологических исследований, содержащиеся в научных публикациях, монографиях и других источниках.

Теоретическая значимость исследования заключается в систематизации и экспериментальном подтверждении научных представлений о развитии межличностных отношений и социометрического статуса подростков.

Практическая значимость исследования определяется возможностью использования полученных результатов и составленных методических рекомендаций для развития социометрического статуса подростков.

База проведения исследования: МКОУ Хандальская СОШ с. Хандальск, Абанского района, Красноярского края.

Структура исследования. Работа состоит из введения, двух глав

основной части, заключения, списка литературы и приложений. Глава 1 включает теоретические аспекты изучаемой проблемы; глава 2 посвящена эмпирическому исследованию. Работа содержит 2 таблицы, 6 рисунков.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ВЗАИМОСВЯЗИ ТИПОВ ПОВЕДЕНИЯ И СОЦИОМЕТРИЧЕСКОГО СТАТУСА ПОДРОСТКОВ

1.1. Понятие межличностных отношений и типов поведения подростков

Понятие «межличностные отношения» определяется через различные стороны взаимодействия и связи людей друг с другом, и в первую очередь через общение. Ведущие психологи (В.М. Бехтерев, А.Н. Леонтьев, Б.Г. Ананьев, М.М. Бахтин, А.А. Бодалев) относят потребность в общении к числу важнейших условий формирования личности. Общение - это взаимодействие людей, в котором всегда разворачивается взаимопонимание между ними, устанавливаются те или иные взаимоотношения, участвующих в общении людей по отношению друг к другу [2, с. 8; 5, с. 89]. О значении общения для подростков со сверстниками в своих работах много писал Л.С. Выготский, и мы придерживаемся его позиции, что «для подростков полноценное общение со сверстниками исключительно значимо в целях полноценного становления личности» [8, с. 360].

Под межличностными отношениями в педагогическом словаре понимается «система установок, ориентаций, ожиданий, стереотипов и прочих диспозиций, через которые люди воспринимают и оценивают друг друга» [22, с. 45]. Согласно А.В. Петровскому, межличностные отношения – это субъективно переживаемые взаимосвязи между людьми, объективно проявляющиеся в характере и способах взаимных влияний людей в ходе совместной деятельности и общения [39, с. 189]. М.Г. Ярошевский определяет межличностные отношения как систему установок, ориентаций, ожиданий, стереотипов и других диспозиций, через которые люди воспринимают и оценивают друг друга. Эти диспозиции опосредствуются содержанием, целями, ценностями и организацией совместной деятельности и выступают основой формирования социально-психологического климата в

коллективе [56, с. 122]. Я.Л. Коломенский характеризует межличностные отношения как внутреннее состояние человека, отражающее отношение людей друг к другу [23, с. 12]. Н.Н. Обозов считает, что межличностные отношения – это всегда «субъект-субъектные» взаимосвязи. Они характеризуются постоянной взаимностью и изменчивостью, сопровождающиеся эмоциональными переживаниями: положительными, индифферентными, отрицательными в условиях общения и иной совместной деятельности [35, с. 38]. Е.П. Ильин отмечает, что «межличностные отношения – это отношения, складывающиеся между отдельными людьми», которые часто сопровождаются переживаниями эмоций, выражают внутренний мир человека. Он делит межличностные отношения на виды [20, с. 194]. Наиболее полное изучение межличностных отношений представлено в теории отношений В.Н. Мясищева. Он дал такое определение «межличностные отношения - это целостная система индивидуальных, избирательных, сознательных связей личности с различными сторонами объективной действительности» [34, с. 14].

В основе межличностных отношений лежат разнообразные эмоциональные состояния взаимодействующих людей, их психологические и поведенческие особенности. В межличностных отношениях проявляются индивидуальные качества личности: интеллект, эмоции и воля, а также усвоенные личностью нормы и ценности общества. Индивид проявляет себя как личность и представляет другим возможность оценить себя в системе отношений с другими, осуществляя самые разнообразные по форме, содержанию, ценностям, структуре человеческих общностях межличностные отношения в различных институтах социализации – в детском саду, в классе, в дружеском кругу, в разных формальных и неформальных объединениях [31 с. 68].

У детей на основе общения возникают избирательные привязанности и предпочтения. Исследования М.И. Лисиной, показали, что уже к четырем годам сверстник становится более предпочитаемым партнером по общению,

чем взрослый. Это связано с тем, что общение со сверстником отличает ряд специфических особенностей, среди которых богатство и разнообразие коммуникативных действий, чрезвычайная эмоциональная насыщенность, нестандартность и нерегламентированность поведения, и в то же время нечувствительность к воздействиям сверстника, преобладание инициативных действий над ответными. При этом, дети предпочитают тех сверстников, которые адекватно удовлетворяют их потребности в общении, их эмоциональное самочувствие во многом становится зависимым от характера отношений в группе сверстников. Психологические исследования показывают, что в этот период появляется структурированность детского коллектива: одни дети становятся все более предпочитаемыми большинством в группе, другие все прочнее занимают положение «отверженных» [29, с. 56].

Общению подростков и их влияние на становление отношений со сверстниками в разное время разными авторами было посвящено много исследований, среди которых можно выделить два направления [48, с. 129]:

1) Концепция деятельностного опосредствования межличностных отношений (А.В. Петровский), где главным предметом рассмотрения является группа, коллектив. Группа осуществляет свою цель через конкретный предмет деятельности и тем самым изменяет себя, свою структуру и систему межличностных отношений. Группа неразрывно связана с личностью: в личности проявляется групповое, в групповом – личностное.

2) Концепция генезиса общения, где взаимоотношения детей рассматриваются как продукт деятельности общения (М.И. Лисина). С точки зрения этого подхода, межличностные отношения определяет совместная деятельность, поскольку она порождает их, влияет на их содержание и опосредует вхождение в общность. Именно в совместной деятельности и в общении, межличностные отношения реализуются и преобразуются.

В современной психологии наиболее распространенным подходом к пониманию межличностных отношений, в том числе в подростковой среде, является социометрический подход, где в центре внимания находятся

структура коллектива, а межличностные отношения при этом рассматриваются как избирательные предпочтения (статус) подростков в группе сверстников. Социометрический статус – свойство личности как элемента социометрической структуры занимать определенную пространственную позицию в ней, т.е. определенным образом соотноситься с другими личностями в классе. Каждый из них в той или иной мере взаимодействует с каждым, общается, непосредственно обменивается информацией и т.д., и в то же время каждый член группы, являясь частью группы, своим поведением воздействует на свойства всей группы [47, с. 5].

Выделяют основные типы поведения подростков в межличностных взаимоотношениях со сверстниками [23, с. 135]:

- пассивно-положительное отношение, - дети с этим типом отношения, как правило, решают любые проблемные ситуации в пользу сверстника. Эти решения осуществляются на нейтральном, индифферентном эмоциональном фоне при отсутствии какой-либо вовлеченности в действия и переживания сверстника;

- эгоистическое отношение, для него также характерно отсутствие интереса к сверстнику и каких-либо эмоциональных проявлений, связанных с ним. Но, в отличие от предыдущего случая, все проблемные ситуации решаются в свою пользу;

- при конкурентном отношении дети в большинстве случаев решают возникающие во взаимоотношениях проблемные ситуации в свою пользу. Но их решения сопровождаются ярко выраженными эмоциями и сомнениями. Они активно вовлечены в действия сверстника, оценивают и осуждают их, демонстрируют свое преимущество;

- личностный тип отношения демонстрирует интерес к сверстнику, эмоциональную и практическую вовлеченность в его действия в большинстве ситуаций межличностного взаимодействия. Выбор в пользу сверстника эти дети, как правило, осуществляют без колебаний и огорчений, глядя ему в глаза и обращаясь по имени. Иногда они сравнивают и объективно оценивают

результаты деятельности (своей и сверстника), но никогда при этом не затрагивают личные качества сверстника.

- неустойчивый тип отношения отличается тем, что здесь не наблюдается какой-либо определенной стратегии поведения в ситуациях межличностного взаимодействия. В одних случаях дети проявляют личностное отношение к сверстнику, в других - конкурентное; иногда они спокойно уступают инициативу сверстнику, иногда после долгих колебаний принимают решение в свою пользу. Но, во всех случаях, они с повышенным интересом наблюдают за действиями товарища и обнаруживают эмоциональную включенность в его активность.

Таким образом, межличностные отношения, это – целостная система индивидуальных избирательных сознательных связей личности с различными сторонами объективной действительности. В их основе лежат разнообразные эмоциональные состояния, поведение взаимодействующих людей, а также их психологические особенности. При этом, во взаимодействии людей, каковым всегда является общение, четко прослеживаются три компонента: познание другого, отношение к другому и обращение человека с человеком в общении.

1.2. Психологические особенности подросткового возраста

В современной психологии границы подросткового возраста примерно совпадают с обучением детей в средних классах (младший подростковый возраст - 12-13 лет, средний - 14-15 лет, старший - 16-17 лет) [28, с. 133].

Вступление в подростковый возраст сопровождается серьезными не только физиологическими (изменяются размеры тела, наступает отчётливое ускорение роста), но и психологическими изменениями. Здесь закладываются основные черты характера, стили поведения, привычки, жизненные ориентации и многое другое. Соответственно, от того, насколько положительно личностью будет пройден этот этап, зависит вся дальнейшая

взрослая жизнь человека.

Существует множество трудов как отечественных, так и зарубежных авторов (Л.И. Божович, В.В. Давыдова, Т.И. Драгунова, И.В. Дубровина, А.В. Захарова, А.К. Маркова, Д.И. Фельдштейн, Д.Б. Эльконин и др.), изучающих психологию подросткового возраста. Впервые психологические особенности подросткового возраста описал С. Холл, который указал на противоречивость поведения подростка (например, интенсивное общение сменяется замкнутостью, уверенность в себе переходит в неуверенность и сомнения в себе и т.п.). Он ввел в психологию представление о подростковом возрасте как кризисном периоде развития. Как указывает В.И. Слободчиков, основания для такого объяснения очевидны: подростковый возраст характеризуется бурными изменениями в анатомии и физиологии подростка [46, с. 219]. Так, если у младшего школьника ведущим видом деятельности является учебная, и существенные изменения в психическом развитии связаны с ней, то у подростка основная роль принадлежит устанавливающейся системе взаимоотношений с окружающими. Именно система взаимоотношений с социальной средой и определяет направленность его психического развития.

Своеобразие развития подростка состоит в том, что он включается в новую систему отношений и общения со взрослыми и товарищами, занимая среди них новое место, выполняя новые функции. В этот период складываются, оформляются устойчивые формы поведения, черты характера, способы эмоционального реагирования, которые в дальнейшем во многом определяют жизнь взрослого человека (П.П. Блонский, Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, Л.И. Божович, Д.И. Фельдштейн и др.). Это пора становление «Я», обретение новой социальной позиции, которая представляет собой переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости. Вместе с тем, это возраст потерь детского мироощущения, появление чувства тревожности и психологического дискомфорта. Причем все это происходит в очень короткие сроки [7, с. 60].

У подростков увеличивается внимание к себе, к своим физическим особенностям, обостряется реакция на мнение окружающих, повышается чувство собственного достоинства и обидчивость. Важным моментом психофизиологического развития подростка является половое созревание и половая идентификация. На психофизиологическом уровне подростки могут испытывать дискомфорт от: неустойчивости эмоциональной сферы; особенностей высшей нервной деятельности; высокого уровня ситуативной тревожности.

Выделяя основные психологические новообразования подросткового возраста, разные авторы обращают внимание на разные стороны развития личности подростка. Так, среди центральных психологических новообразований подросткового возраста указывают «чувство взрослости» (Д.Б. Эльконин), рефлексивное самосознание, (Л.С. Выготский), абстрактное мышление (Л.С. Выготский, Ж. Пиаже), практическое сознание определяет (В.В. Давыдов), самоопределение и потребность в нем у старших подростков (Л.И. Божович, М.Г. Гинзбург, Э. Эриксон), жизненные планы рассматривает (Л.С. Выготский, Ж. Пиаже), мировоззрение (Л.И. Божович, В.В. Давыдов) и многое др. При этом, основное и специфичное новообразование подросткового возраста - чувство «взрослости». Данное новообразование становится стержневой особенностью личности возраста, которое проявляется через стремление к независимости и самостоятельности. Именно оно как бы включает специфическую социальную активность подростков: они становятся восприимчивы к усвоению норм, ценностей и способов поведения, существующих в мире взрослых и в их отношениях. И именно в подростковом возрасте происходит сознательное усвоение ценностей. В нравственном плане подросток начинает руководствоваться в своем поведении теми нравственными убеждениями, которые он усваивает под влиянием окружающей среды (семья, сверстники), в процессе учебно-воспитательной работы [54, с. 1129].

В подростковом возрасте происходит временное психологическое

отдаление подростка от семьи и школы, их значение в становлении личности подростка снижается. У ребенка, который всегда и со всем соглашался, появляется свое мнение, которое он демонстрирует как можно чаще, заявляя о себе. Подростки в этот период склонны к спорам и возражениям, слепое следование авторитету взрослого сводится зачастую к нулю, родители недоумевают и считают, что их ребенок подвергается чужому влиянию, и в семьях наступает кризисная ситуация [44, с. 30].

В тоже время влияние сверстников усиливается. Наиболее четко дал определение этому новообразованию Л.С. Выготский – «это обобщенный результат этих изменений, всего психического развития ребенка в соответствующий период, который становится исходным для формирования психических процессов и личности ребенка следующего возраста». Это процесс интенсивного изменения себя, перестройки «точки отсчета» личности: если ранее ребенок ориентировался на взрослого и ценности, цели, заданные им, то в подростковом возрасте происходит переход к своей собственной позиции, формирование своей системы ценностей, понятий, убеждений [8, с. 298].

У подростка появляется своя позиция. Он считает себя уже достаточно взрослым и относится к себе как к взрослому. Это проявляется в следующем.

1. Желание, чтобы все (учителя, родители) относились к нему, как к равному, взрослому. Но при этом его не смутит, что прав он требует больше, чем берет на себя обязанностей. И отвечать за что-то подросток вовсе не желает (разве что на словах).

2. Стремление к самостоятельности. А по сему контроль и помощь отвергаются. Все чаще от подростка можно слышать: «Я сам все знаю!» (Это так напоминает малышное «Я сам!»).

3. Появление собственных вкусов и взглядов, оценок, линии поведения.

При этом, отношения со взрослыми в этом возрасте сопровождается сложностью и амбивалентностью. С одной стороны, - ярко выражено стремление подростка противопоставить себя взрослым, расширить свои

права, отстаивать независимость, самостоятельность, что нередко приводит к возникновению конфликтов. С другой, подросток ожидает от взрослых помощи, защиты, поддержки, одобрения. Значимость взрослого состоит в том, что для подростка важна не столько сама по себе возможность независимости и самостоятельности, сколько - признание этой возможности взрослыми.

Поэтому благополучные отношения подростка со взрослыми в школе и в семье, основывающиеся на понимании ребёнка и принятии его, - являются важной предпосылкой его психического и личностного здоровья. Так, в экспериментах Г.С. Абрамовой, направленных на изучение влияния характера общения со взрослыми на развитие самооценки подростков, - было выявлено, что устойчивая самооценка формируется у 79,1% исследуемых школьников, если у них есть доверительные отношения с родителями, при регламентированном общении с родителями - у 25,0%. Школьники с низкой удовлетворённостью общением со взрослыми затрудняются самостоятельно анализировать и оценивать сверстников и взрослых, не умеют и не хотят это делать. В поведении этих подростков отмечается агрессивность, недоверчивость, конфликтность [1, с. 26].

Социальная ситуация развития подростков складывается исключительно среди равных себе – сверстников. Для подростка важно установление равенства, познание морально-этических норм, разделение ценностей со сверстниками. Следует четко осознавать, что в глазах подростка референтная группа гораздо авторитетнее родителей, поэтому именно она будет влиять на его поведение и отношения с другими, именно к ее членам он будет прислушиваться, именно в ней постарается утвердиться. Даже оценка учителя сдвигается на второй план по сравнению со статусом подростка в коллективе сверстников. И хотя желание общаться со сверстниками, стремление иметь друзей отмечались и в более раннем возрасте, - сейчас эта потребность приобретает новое качество – и по содержанию, и по формам выражения, и по роли, которую она начинает играть во внутренней жизни

подростка – в его переживаниях, мыслях [4, с. 69].

Содержанием психического развития подростка становится развитие его самосознания - «общественное знание, перенесенное во внутренний план мышления» [36, с. 99]. Именно в этом возрасте возникает ориентировка личности на самооценку. От характера самооценки зависит уровень притязаний подростка. Самооценка возникает и формируется только в процессе общения подростка с другими людьми. М.В. Гамезо, говорил «если оценка адекватная, то формируется и адекватная самооценка, если же подростка недооценивают или переоценивают, то формируется неадекватная самооценка» [9, с. 109]. При этом, как отмечает Э. Эриксон, одной из важнейших черт, характеризующих личность подростка, является появление устойчивости самооценки и образа «Я» - «образованием эго-идентичности, то есть непрерывное самосознание себя, восприятие себя «внутренне тождественными самим себе». И основные переживания, поэтому, у подростка связаны с отношением к себе, к собственной личности. Подростку необходимо быть уверенным, что его внутренняя целостность будет принята референтными для него людьми. И перед подростком встает вопрос: «Что я за человек? Что во мне хорошего, что плохого?». Так начинается самопознание подростка [55, с. 83].

Стремление жить по своим идеалам, выработка этих образцов поведения может приводить к столкновениям взглядов на жизнь подростков и их родителей, создавать конфликтные ситуации. Подростки начинают больше опираться на мнение своих сверстников, чем взрослых.

В то же время, у подростков усиливается потребность в пространственной, территориальной автономии, неприкосновенности своего личного пространства. При этом, меняются представления о содержании таких понятий, как «одинокость» и «уединение». Если дети обычно трактуют их как некое физическое состояние («нет никого вокруг»), то подростки же наполняют эти слова психологическим смыслом, приписывая им не только отрицательную, но и положительную ценность. Однако кроме

спокойного, умиротворенного уединения у них присутствует мучительное и напряженное одиночество - тоска, субъективное состояние духовной и душевной изоляции, непонятости, чувство неудовлетворенной потребности в общении, человеческой близости. Для подростка самое трудное – чувство одиночества, ненужности своим сверстникам. Подросток начинает комплексовать, испытывает чувство растерянности и тревоги. Совсем другое, когда отношения со сверстниками строятся благополучно: подросток удовлетворен этим и может чувствовать себя счастливым. Как следствие, чувство одиночества и неприкаянности, связанное с возрастными трудностями становления личности, порождает у подростков неутолимую жажду общения и группирования со сверстниками, в обществе которых они надеются найти то, в чем им отказывают взрослые: спонтанность, эмоциональное тепло, спасение от скуки и признание собственной значительности.

В целом можно назвать следующие особенности подростков:

1) Школа и родители отходят на второй план и не оказывают такое влияние на развитие, как раньше.

2) Возникает потребность побыть наедине с собой.

3) Появляются секреты от других. Подросток, считая себя уникальной личностью, в то же время стремится внешне ничем не отличаться от сверстников.

4) Типичной чертой подростковых групп является конформность - склонность к усвоению групповых норм, привычек и ценностей, подражательность.

5) Центральным звеном в жизнедеятельности подростка становятся отношения со сверстниками.

Таким образом, подросток - это личность, находящаяся на особой стадии формирования важнейших черт и качеств: еще недостаточно развита, чтобы считаться взрослой, и в то же время настолько развита, что в состоянии сознательно вступить в отношения с окружающими и следовать в

своих поступках и действиях требованиям общественных норм и правил.

Своеобразие социальной ситуации развития подростка определяет и специфику его общения с окружающими - вся система его взаимоотношений становится сложнее, в которой межличностное общение со сверстниками занимает основное место. Главной особенностью подросткового возраста является личностная нестабильность: противоположные черты, стремления, тенденции сосуществуют и борются друг с другом, определяя противоречивость его поведения.

1.3. Развитие межличностных отношений подростков и их социометрического статуса

Большинство существующих исследований в данной предметной области так или иначе сходятся в признании того огромного значения, которое имеет для подростков общение со сверстниками, т.к. оно находится в центре жизни подростка, во многом определяет все остальные стороны его поведения и деятельности; общение с товарищами начинает приносить подростку больше пользы в удовлетворении его актуальных интересов и потребностей, чем школа и семья; привлекательность школьных занятий и интересы в основном определяются возможностью широкого общения со сверстниками, поэтому он начинает больше времени проводить со сверстниками [49, с. 70].

А.В. Мудрик отмечает, что по своей специфике все поведение подростков является коллективно-групповым [33, с. 97]:

- во-первых, общение со сверстниками очень важный специфический канал информации; по нему подростки и юноши узнают многие необходимые вещи, которых по тем или иным причинам им не сообщают взрослые. Например, подавляющую часть информации по вопросам пола подросток получает от сверстников, поэтому их отсутствие может задержать его психосексуальное развитие или придать ему нездоровый характер;

- во-вторых, это специфический вид межличностных отношений. Групповая игра и другие виды совместной деятельности вырабатывают необходимые навыки социального взаимодействия, умение подчиняться коллективной дисциплине и в то же время отстаивать свои права, соотносить личные интересы с общественными. Вне общества сверстников, где взаимоотношения строятся принципиально на равных началах и статус надо заслужить и уметь поддерживать, ребенок не может выработать необходимых взрослому коммуникативных качеств. Соревновательность групповых взаимоотношений, которой нет в отношениях с родителями, также служит ценной жизненной школой;

- в-третьих, это специфический вид эмоционального контакта. Сознание групповой принадлежности, солидарности, товарищеской взаимопомощи не только облегчает подростку автономизацию от взрослых, но и дает ему чрезвычайно важное чувство эмоционального благополучия и устойчивости: сумел ли он заслужить уважение и любовь равных, товарищей, имеет для самоуважения подростка решающее значение.

Таким образом, психология общения в подростковом возрасте строится на основе потребности в принадлежности, включенности в какую-то группу или общность, что зачастую ставит его перед выбором между официальным коллективом и неформальной группой общения. Предпочтение он отдает той группе, в которой он чувствует себя комфортно, где относятся к нему с уважением. Это может быть и спортивная секция, и технический кружок, но может быть и подвал дома, где собираются подростки, общаются, курят, выпивают и др., что в неблагоприятных условиях может привести к различным формам отклоняющегося поведения [24, с. 40].

Однако не все так просто: для подростка важно не только быть вместе со сверстниками, но и доминировать или хотя бы быть признанным. Таким образом, межличностные отношения в подростковом возрасте [10, с. 62]:

- с одной стороны, в общении с товарищами подростки проявляют стремление во что бы то ни стало стать такими, как все, с другой стороны –

желание выделиться;

- с одной стороны, - у подростка ярко проявляется потребность общения, совместной деятельности, коллективной жизни, дружбы, а с другой – желание быть принятым, призванным, уважаемым товарищами.

Поэтому поведенческие мотивы и эмоциональное благополучие подростка все более зависят от места, которое он занимает в коллективе, а последнее определяется, прежде всего, отношением и оценками друзей. Под влиянием поведения товарищей складывается система требований не только к их поведению и личным качествам, но и оценка собственных достоинств и недостатков подростка. Ориентируясь на свое окружение, подражая сверстникам, подросток воспитывает в себе наиболее ценимые ими качества, приводя свои мнения, чувства или поступки в соответствие с уже принятыми группой. Если же подросток не входит в какую-либо группу, а в компании сверстников чувствует себя одиноким, то он, как правило, неуверенный в себе, замкнутый, непохожий на других, излишне агрессивный или заносчивый.

В группе сверстников подростки имеют различный социометрический статус. Особой популярностью в группе пользуются веселые, остроумные и активные личности, - они адекватно оценивают свои возможности и тем самым привлекают сверстников. Такие подростки имеют высокий статус в группе («звезды» или «почитаемые»), с которыми хотят общаться почти все одноклассники. Но, не все подростки являются такими, существует группа школьников, - «принятые», они достаточно открыты для общения, дружелюбны и имеют 2-3 друзей в классе. Однако, есть и «отвергнутые» и «изолированные» подростки, которые практически выключены из неформальной жизни классного коллектива, - они демонстрируют наиболее низкий социометрический статус в группе. «Отвергнутым» подросткам очень сложно находиться в коллективе, где к ним нет никакого внимания, что негативно сказывается на их психологическом состоянии. Отвергнутые всей группой подростки будут под влиянием постоянной тревоги, в результате

которой подросток может приобрести некоторые отрицательные черты, такие как: раздражительность, замкнутость, злобность, скрытность и др. [43, с. 204].

Высокое статусное положение подростка в классе во многом обусловлено тем поведением, стилем взаимоотношений, который свойственен ему среди одноклассников. Подростки – лидеры (звезды) стремятся к лидерству, стремятся удержать свой статус среди одноклассников, поэтому в их отношениях преобладает авторитарный стиль, они несколько эгоистичны, так как привыкли к вниманию сверстников, их агрессивность проявляется в инициативе, стремлении командовать, быть первым и т.д. Однако вместе с тем, подростки – звезды дружелюбны, если ситуация не противоречит их интересам и позиции. Подростки, имеющие статус предпочитаемых, также стремятся к лидерству, однако их лидирующее положение принимается только их ближайшим окружением, а не всем классом. Эти подростки также проявляют некоторую долю агрессивности в общении с лидерами, так как стремятся занять их позицию. Предпочитаемые подростки более дружелюбны, менее агрессивны и подозрительны, более альтруистичны. Принятые подростки демонстрируют склонность к доминированию, но оно сочетается с выраженным дружелюбием. Эти подростки в общении проявляют дружелюбие, внимание, альтруизм, они менее эгоистичны и агрессивны [52, с. 102].

К сожалению, в каждом классе есть подростки с низким социометрическим статусом: отверженные или изолированные, которые имеют неадекватное поведение, - они зачастую агрессивны, не уравновешены, подозрительны, зависимы, недружелюбны, склонны к антисоциальным поступкам. Их агрессия, как правило, носит оборонительный характер. Своим поведением они пытаются привлечь внимание одноклассников, но тем самым еще более отдаляют себя от коллектива. Подростков этой группы можно разделить на две группы:

- подростки с высокой самооценкой, высокие притязания на признание

и стремление к лидерству. Трудности в общении со сверстниками, у таких ребят часто сопряжены с неправильным представлением о своем реальном статусе в группе;

- ребята неуверенные в себе, с заниженной самооценкой, тревожные. Как правило, они удовлетворены своим положением в группе, так как данная группа не является для них референтной, либо среди ведущих мотивов не диагностируется мотивации на общение.

Напротив, среди качеств, присущих подросткам, занимающим высокое статусное место, ориентация на сверстников является одним из ведущих мотивов. Как правило, эти дети с достаточно адекватным представлением о себе, что позволяет им найти ту группу, в которой они будут признаны и оценены. Большое значение имеет тот факт, что эти подростки имеют достаточно высокий уровень эмпатии. С одной стороны, это дает возможность вызвать положительное эмоциональное отношение к себе, а с другой - чувствуя отношение к себе других, они стараются меньше общаться с теми, кто их не принимает, увеличивая число контактов с теми ребятами, кто их принимает.

Стремление подростка занять желаемое положение среди сверстников сопровождается повышенной зависимостью от ценностей и норм группы сверстников. Для достижения признания сверстников подросток готов даже поступиться своими взглядами и убеждениями, совершить действия, которые расходятся с его моральными установками, нарушать нормы и правила поведения. В связи со значимостью мнения сверстников подросток болезненно реагирует на нетактичные замечания учителя, которые делаются в присутствии товарищей, воспринимает такие замечания как унижение своей личности. Подобные ситуации приводят к конфликтам между подростками и педагогами, и подростки попадают в категорию «трудных» [3, с. 168].

При этом, потребность в общении у подростков изменяется с возрастом [40, с. 96]:

- в 12-13 лет подростку важно занять определенное место в коллективе сверстников, содержание общения младших подростков сосредотачивается вокруг процессов учения и поведения. Лидером становится тот, кто лучше учится и правильно себя ведет, положительный образ является ведущим. Популярными в учебном коллективе, как правило, являются подростки с широким кругом интересов и серьезными духовными запросами. Подростки, занимающие неблагоприятное положение в структуре межличностных отношений, относятся либо к слабо успевающим, либо к неуспевающим и имеют низкий статус.

- в 14-15 лет доминирует стремление к автономии в коллективе и поиск признания ценности собственной личности в глазах сверстников. Содержание общения фокусируется на вопросах личностного общения, индивидуальности - наиболее привлекательной становится личность «интересная», «сильная», «особенная».

У многих подростков оказывается фрустрированной потребность «быть значимым» в их среде. Она удовлетворяется разными неодинаково: у одних она выражается в болезненной необходимости постоянно находиться в своей компании или с кем угодно, невозможности переносить одиночество; другим, наоборот, нужен небольшой объем контактов с людьми, они предпочитают проводить время наедине с собой. Основная масса подростков располагается между этими крайностями, то есть высоко развитая потребность в эмоциональных контактах сочетается у них со стремлением периодически уединяться [23, с. 52].

С переходом во вторую половину подросткового возраста общение подростков превращается в самостоятельный вид деятельности, подростки рвутся к товарищам, проявляя явное стремление жить групповой жизнью. Это характерная черта именно подростков, причем она проявляется у них независимо от степени развитости специальной потребности в общении. В этот период обособленные группы сверстников становятся более устойчивыми, отношения в них между детьми начинают подчиняться более строгим

правилам. Сходство интересов и проблем, которые волнуют подростков, возможность открыто их обсуждать, не опасаясь быть осмеянными и, находясь в равных отношениях с товарищами, что делает атмосферу в таких группах более привлекательной для подростков, чем сообщество взрослых людей. Далее межличностные отношения подростков дифференцируются: с одной стороны, быстро расширяется круг общения, растет число внеклассных и внешкольных друзей, с другой – происходит заметная дифференциация отношений в самом классном коллективе. Как показывают социометрические исследования Я.Л. Коломинского, А.В. Киричука, Х.Й. Лийметса и других педагогов-психологов, более резкой становится разница в положении «звезд» и «отвергаемых» или «изолированных» [37, с. 109].

Напряженная потребность в общении со сверстниками превращается у многих подростков в непобедимое стадное чувство: они не могут не только дня, но часа пробыть вне своей, а если своей нет - какой угодно, компании, поскольку группа создает чувство «Мы», которое поддерживает подростка и укрепляет его внутренние позиции. При этом, каждый член группы подростков занимает особое положение в системе взаимоотношений со сверстниками, но может занимать разные позиции: быть в центре внимания; общаться с большим количеством сверстников; стремиться быть лидером; общаться с избранным кругом сверстников; держаться в стороне; придерживаться линии сотрудничества; выражать доброжелательность ко всем; занять позицию соперничества; выискивать у других ошибки и недостатки; стремиться оказывать помощь другим [41, с.113].

Исследования показывают, что школьники, чье положение в коллективе сверстников благополучно, с большим желанием посещают школу, активны в учебной и общественной работе, положительно относятся к коллективу и его общественным интересам. Подростки, не пользующиеся взаимностью, не удовлетворены своим положением, - настойчиво ищут общения со сверстниками вне класса, в классе же недоброжелательны, конфликтуют. Но, какой бы не был статус подростков в коллективе, на его сильное влияние

оказывает поведение самого подростка. К примеру, подростки слишком робкие и стеснительные наиболее подвержены нападкам со стороны одноклассников, и, следовательно, их положение в системе межличностных отношений со сверстниками не будет благоприятным [21, с. 8].

Таким образом, подростковый возраст – сложный, противоречивый этап в жизни ребенка, который характеризуют как переломный, переходный, критический. При этом, речь идет не о кризисе возраста, а о кризисе отношений. У подростков происходит своеобразная качественная перестройка, как самих межличностных отношений, их осознания, так и своего поведения. Ведущая роль при этом принадлежит системе отношений со сверстниками, общение с которыми выделяется в качестве ведущего вида деятельности и становится одной из основных потребностей, чрезвычайно важным фактором развития личности. Отношения со сверстниками дают ему незаменимый опыт социального общения, практику жизни в коллективе, в целом делают его жизнь эмоциональнее, насыщеннее.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

Проблеме межличностных отношений подростков посвящено большое число теоретических и эмпирических исследований (Н.Н. Обозова, В.М. Бехтерева, Л.С. Выготского, Б.Ф. Ломова, Н.И. Шевандрина, И.А. Ильина, Я.Л. Коломинского и А.В. Петровского, А.М. Матюшкина, Т. Лири и др.).

Подростковый возраст представляет собой переходный момент от детства к взрослой жизни; это период интенсивного психического и личностного развития. Новообразования характеризуются глубокими изменениями условий, влияющих на личностное развитие ребёнка, которые закрепляются в виде психологических особенностей. Эти изменения касаются как физиологии организма, так и отношений, складывающихся у подростков с взрослыми и сверстниками. Главной особенностью подросткового возраста является личностная нестабильность:

противоположные черты, стремления, тенденции сосуществуют и борются друг с другом, определяя противоречивость поведения.

Согласно концепции В.Н. Мясищева, теорий Я.Л. Коломинского, А.А. Бодалева, Н.Н. Обозова, А.В. Петровского, в подростковом возрасте ведущая роль принадлежит системе отношений подростка со сверстниками, общение с которыми во многом определяя все остальные стороны его жизни. Причем, для подростка важно не просто быть вместе со сверстниками, а занимать среди них удовлетворяющее его положение: для одних это - стремление занять в группе позицию лидера, для других - быть признанным товарищем, для третьих - непререкаемым авторитетом в каком-то деле. Но в любом случае оно является ведущим мотивом поведения подростков, именно они во многом определяют поведение, деятельность, а в дальнейшем влияют и на формирование личностных качеств и социальных установок.

Одним из наиболее важных факторов становления личности подростка является его социометрический статус в подростковой среде. Однако, в силу индивидуальных особенностей своего поведения не каждый подросток может занять высокое статусное место в референтной группе и построить такие отношения со сверстниками, которые его устраивали бы. Все это требует от подростка умений и навыков общения, способности взаимодействовать с другими. Следовательно, его отношения со сверстниками нуждается в ежедневной поддержке и корректировки, а именно: формирование навыков эффективных способов общения; развитие умения слушать и понимать собеседника; развитие рефлексивных способностей.

ГЛАВА 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ ТИПОВ ПОВЕДЕНИЯ И СОЦИОМЕТРИЧЕСКОГО СТАТУСА ПОДРОСТКОВ

2.1. Организация и методы исследования

Экспериментальная работа проводилась на базе МКОУ Хандальская СОШ расположенная в с. Хандальск, Абанского района, Красноярского края.

Выборка составила 20 подростков 7 класса (11 мальчиков и 9 девочек), которые находятся в устойчивом непосредственном взаимодействии друг с другом. Список учащихся представлен в Приложении А.

Для исследования взаимосвязи типов поведения и социометрического статуса подростков в межличностных взаимоотношениях нами были использованы следующие методики.

1) Тест «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского (Приложение Б). Цель: определение уровня общительности и готовности взаимодействовать с окружающими, а также способности налаживать коммуникативные связи.

Опросник включает 16 вопросов, на которые дается один из трех возможных вариантов ответа: «да», «нет» или «иногда». Оценка ответов: «да» - 2 очка, «иногда» - 1 очко, «нет» - 0 очков. Полученные очки суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории человек относится.

2) Тест «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири (Приложение В). Цель: изучить стиль и структуру межличностных отношений и их особенности, а также выявить преобладающий тип отношений к людям в самооценке и взаимооценке.

Каждому из членов группы был предложен опросник, который содержит 128 оценочных суждений, из которых в каждом из 8 типов отношений образуются 16 пунктов, упорядоченных по восходящей интенсивности. Методика построена так, что суждения, направленные на выяснение какого-либо типа отношений, расположены не подряд, а особым образом: группируются по 4 и повторяются через равное количество

определений. При обработке подсчитывается количество отношений каждого типа. Методика представляется списком, предлагается указать утверждения, которые соответствуют их представлению о себе. Затем по формулам определяются показатели по основным факторам: доминирование и дружелюбие.

3) «Методика социометрических измерений» Дж. Морено (Приложение Г). Цель методики: выявление межличностных отношений путем фиксации взаимных чувств симпатии и антипатий среди членов группы, положения в группе каждого подростка, выявить лидера в группе.

Методика позволяет сделать моментальный срез внутригрупповых отношений, определить уровень сформированности коммуникативных навыков у учащихся с тем, чтобы впоследствии использовать полученные результаты для повышения их сплоченности.

Выделяют следующие типы социометрического статуса:

1. «Популярные» («звезды») – учащиеся, получившие в 2 раза больше положительных выборов от средней суммы положительных выборов.
2. «Предпочитаемые» – учащиеся, получившие среднее и выше среднего значения положительного выбора (до уровня показателя «звезды»).
3. «Пренебрегаемые» – учащиеся, получившие меньше среднего значения положительного выбора.
4. «Изолированные» – учащиеся, не получившие положительных выборов, (то есть остаются незамеченными своими сверстниками).

Тестирование проводилось одновременно с группой испытуемых. Все школьники выразили добровольное участие в исследовании. Участникам гарантировалась конфиденциальность полученных данных и их использование исключительно в научно-исследовательских целях.

Гипотеза о наличии или же отсутствии взаимосвязи между типом поведения и социометрического статуса подростков проверялась с помощью критерия ранговой корреляции Спирмена, который позволяет определить тесноту (силу) и направление корреляционной связи между двумя

признаками или двумя профилями (иерархиями) признаков.

2.2. Определение типа поведения и социометрического статуса подростков

На первом этапе экспериментального исследования определим уровень общительности испытуемых подростков и их готовности взаимодействовать с сверстниками по методике В.Ф. Ряховского. Результаты диагностики показали, что у большинства подростков преобладает заниженный и средний уровень коммуникабельности, что свидетельствует о том, что у большей части испытуемых подростков имеются трудности в установлении контактов, что в свою очередь, оказывает существенное влияние на межличностное взаимодействие со сверстниками.

Сводные данные тестирования представлены в Приложении Д.

В табл. 1 представлены результаты диагностики в целом по группе.

Таблица 1

Оценка уровня общительности по методике В.Ф. Ряховского

Результат	Количество		Код испытуемого
	чел.	%	
4-8 баллов	1	5	АГИ
9-13 баллов	2	10	МВВ, ЕЛП
14-18 баллов	3	15	АКМ, ОВЯ, ДДЯ
19-24 баллов	4	20	ДГИ, ННН, ЭЛЗ, ДАХ,
25-29 баллов	7	35	ДАА, СНВ, ВЛЗ, ЕГЗ, ВВЛ, НИИ, АНО
30-31 баллов	3	15	АСЛ, ТВП, ТОР

Оценка уровня общительности дала следующие результаты:

1 подросток (5%) набрал 5 баллов, то есть чрезмерно высокий уровень. Про таких говорят «езде сует свой нос», так как он чрезмерно общителен, всегда хочет быть в курсе событий. Однако, окружающие относятся к нему с опаской, поскольку считают ненадежным человеком;

2 подростка (10 %) показали высокий уровень общительности, они

разговорчивы, и любознательны (9-13 баллов). Эти подростки любят быть в центре внимания; с новыми людьми знакомятся охотно. Любят выражать свое мнение по разным вопросам, что иногда отталкивает от них более замкнутых людей. В тоже время эти подростки весьма вспыльчивы, но отходчивы;

3 подростка (15 %) – имеют общительность в пределах нормы (14-18 баллов). У них развиты любознательность, уверенность, любопытство. Они умеют слушать, могут отстаивать свою точку зрения. Встреча с новыми людьми их не угнетает, однако шумные компании не любят. Как правило, их раздражают экстравагантные выходки и люди, стремящиеся привлечь к себе внимание;

4 подростка (20 %) показали средний уровень общительности набрав 19-24 баллов. В общении эти подростки терпеливы, сложности возникают при знакомстве с новыми людьми. Эти подростки немногословны, в споры вступать не спешат, шумных компаний не любят;

7 подростков (35 %) - имеют заниженный уровень общительности (набрали 25-29 баллов), таким подросткам сложно заводить новые знакомства и выстраивать диалог, поэтому в спорах и диспутах они участвуют неохотно, круг общения у них в целом узкий и ограничен своей микрогруппой;

3 подростка (15 %) набрали 30-31 балл, это значит, что у них низкий уровень общительности. Эти подростки мало коммуникабельны, замкнуты, неразговорчивы и предпочитают одиночество, поэтому у них мало друзей. Это приносит массу проблем как самим подросткам, так и окружающим.

Наглядно данные тестирования в процентном отношении представлены на диаграмме (рис. 1).

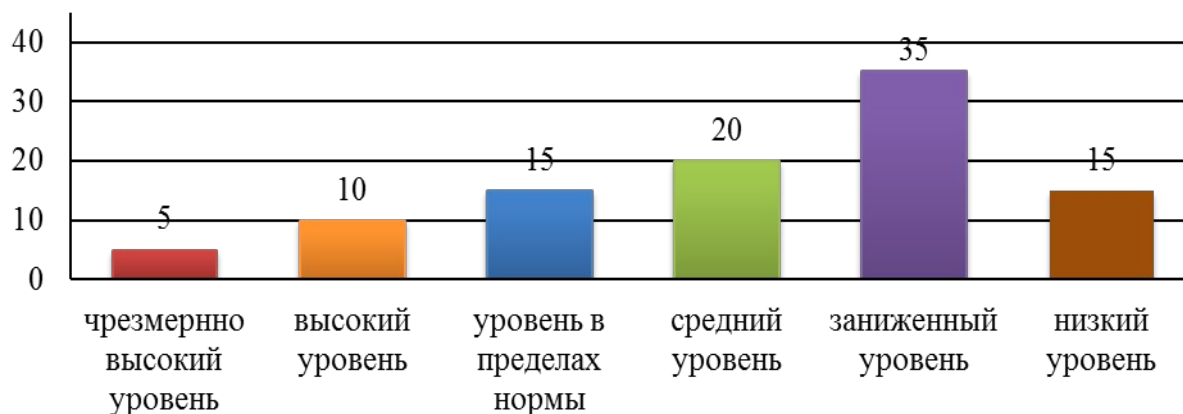


Рис. 1. Результаты диагностики подростков по методике «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского, %

Таким образом, результаты оценки уровня общительности В.Ф. Ряховского показали, что подростки стремятся к самоутверждению и независимости, но при этом имеют недостаточно навыков и умений в общении и межличностном взаимодействии.

Затем, с помощью теста «межличностных отношений» Т. Лири нами были определены типы поведения в межличностных отношениях подростков, их положительные и отрицательные стороны. Стоит отметить, что в чистом виде типы поведения у испытуемых встречаются редко, в основном у подростков сочетание двух-трех типов поведения в построении межличностных отношений со сверстниками. Результаты тестирования в целом по группе отражены на диаграмме (рис. 2).

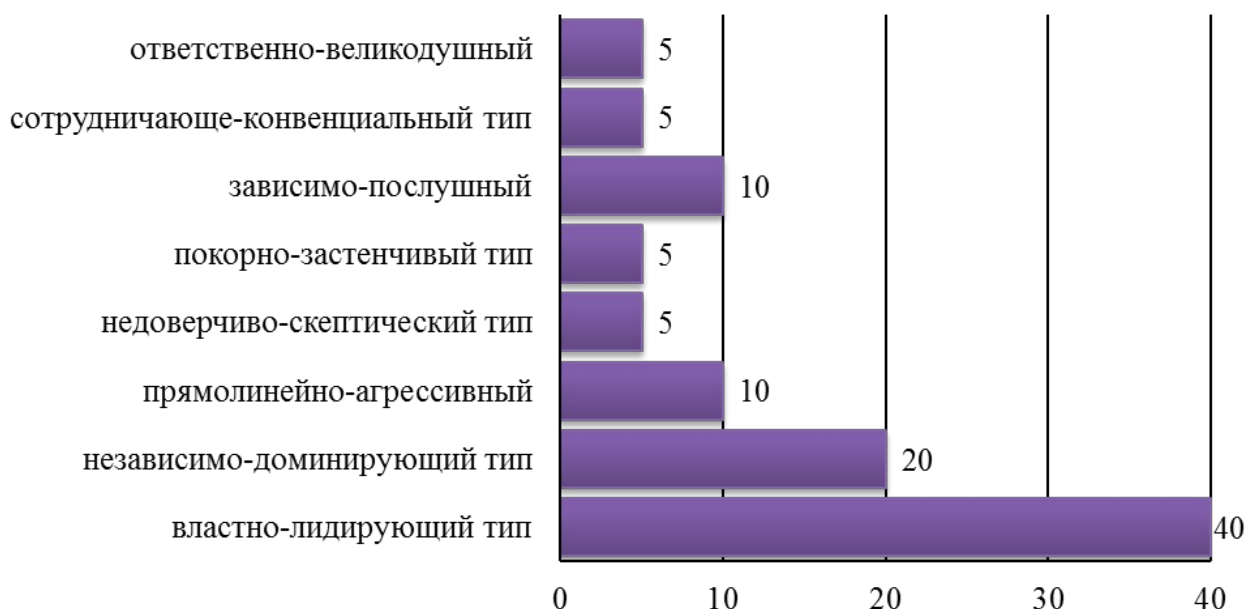


Рис. 2. Результаты исследования типов поведения в межличностных отношениях подростков по методике Т. Лири, %

Как видно из диаграммы, в группе не оказалось подростков без доминант в поведении. Все они имеют какой-либо определённый тип отношений с окружающими: есть «главные» и «подчиняемые», «молчаливые», «неуверенных в себе и своих поступках», которые находятся под влиянием лидеров группы. Наиболее часто встречаемыми, как мы можем видеть, является властно-лидирующий, а также независимо-доминирующий типы поведения.

В процентном отношении анализ типов поведения в межличностных отношениях подростков по методике Т. Лири показал следующее:

8 (40%) подростков имеют преобладание властно-лидирующего типа поведения, который характеризуется выраженной тенденцией к доминированию, потребность командовать другими; повышенным уровнем притязаний, ориентацией в основном на собственное мнение и минимальной зависимостью от внешних средовых факторов; поступки и высказывания могут опережать их продуманность; преобладает реагирование по типу «здесь и сейчас», выраженная тенденция к спонтанной самореализации, активное воздействие на окружение, завоевательная позиция, стремление подчинять своей воле других; они нетерпимы к критике, могут переоценивать собственные

возможности;

4 (20%) подростка являются носителями независимо-доминирующего типа поведения, в характеристике которого присутствуют черты самодовольства, эгоцентричности, завышенный уровень притязаний, чувства соперничества, проявляющиеся в стремлении занять обособленную позицию в группе; мнение окружающих ими воспринимается критически, собственное мнение категорически отстаивается; низкая подчиняемость;

2 (10%) подростка выявили прямолинейно-агрессивный тип поведения; им свойственно чрезмерное упорство, недружелюбие, несдержанность и вспыльчивость, а также прямолинейность, настойчивость в достижении цели;

1 (5%) подросток склонен к недоверчиво-скептическому типу поведения в межличностных отношениях; дети такого типа реалистичны в суждениях и поступках, критичны по отношению к окружающим, скептик, неконформный;

1 (5%) подросток имеет покорно-застенчивый тип поведения, ему присуще повышенное чувство вины, покорность. Он склонен подчиняться, не имеет собственного мнения, послушно и честно выполняет свои обязанности.

2 (10%) подростка из группы имеют зависимый, послушный тип поведения в отношениях со сверстниками; в их характерах выражены такие черты как сверхконформизм, полная зависимость от мнения окружающих; ярко выражена потребность в помощи окружающих, в их признании;

1 (5%) подросток имеют сотрудничающе-конвенциональный тип поведения; он обладает такими поведенческими характеристиками, как повышенная откликаемость на средовые воздействия, восприимчивость к эмоциональному настрою группы; они дружелюбны и любезны со всеми, стремясь «быть хорошими» для всех без учета ситуации; самооценка зависит от мнения значимых других; стремится найти признание у наиболее авторитарных личностей группы; при этом он обладает эмоциональной неустойчивостью, высоким уровнем тревожности и низким – агрессивности;

1 (5%) подросток обладают ответственно-великодушным типом

поведения; он мягкосердечен, ответственен, обязателен; у него присутствует гиперсоциальность, выраженный альтруизм; по отношению к окружающим - деликатен, мягок, добр, бескорыстен и отзывчив.

Далее мы определили ведущие ориентации в поведении подростков: доминирование, дружелюбие, враждебность и подчинение. При этом, выявлено, что преобладающей ориентацией является доминирование. Полученные данные представлены на диаграмме (рис. 3):

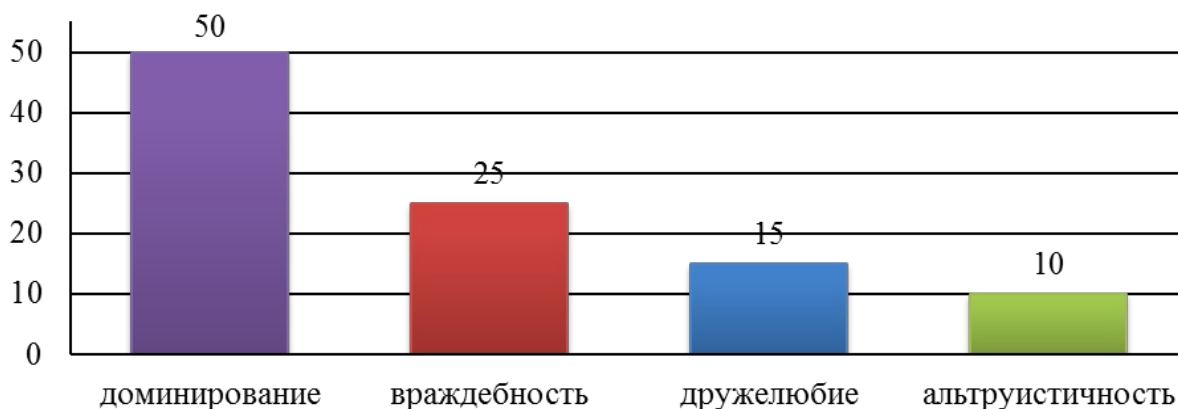


Рис. 3. Результаты исследования доминирующих ориентаций поведения подростков по методике Т. Лири, %

Результаты диагностики в процентном отношении показали следующее:

у 10 (50%) подростков в поведении значительно выражена ориентация на доминирование над другими членами межличностных отношений;

у 5 (25%) подростков в поведении обнаружена ориентированность на враждебность - устойчивое негативное отношение или система оценок, применяемая к окружающим людям;

у 3 (15%) подростков преобладающим типом поведения в межличностных отношениях является - дружелюбие, т. е. дружеское расположение, доброжелательное отношение к кому-либо, способность видеть и уважать личность в другом человеке, готовность доверять окружающим;

у 2 (10%) подростков в поведении обнаружилась доминирующая ориентация - альтруистическая. Эти подростки гиперответственны, стремятся

помочь всем, навязчивые в своей помощи и слишком активные по отношению к окружающим, принимают на себя ответственность за других (хотя, по мнению автора методики, это может быть только внешняя «маска», скрывающая личность противоположного типа).

Таким образом, у большинства подростков данной группы существует тенденция к лидерству, так как отчетливо просматривается преобладание властно-лидирующего и независимо-доминирующего типы поведения в межличностных отношениях, что подтверждается диаграммой личностных характеристик (рис. 4).

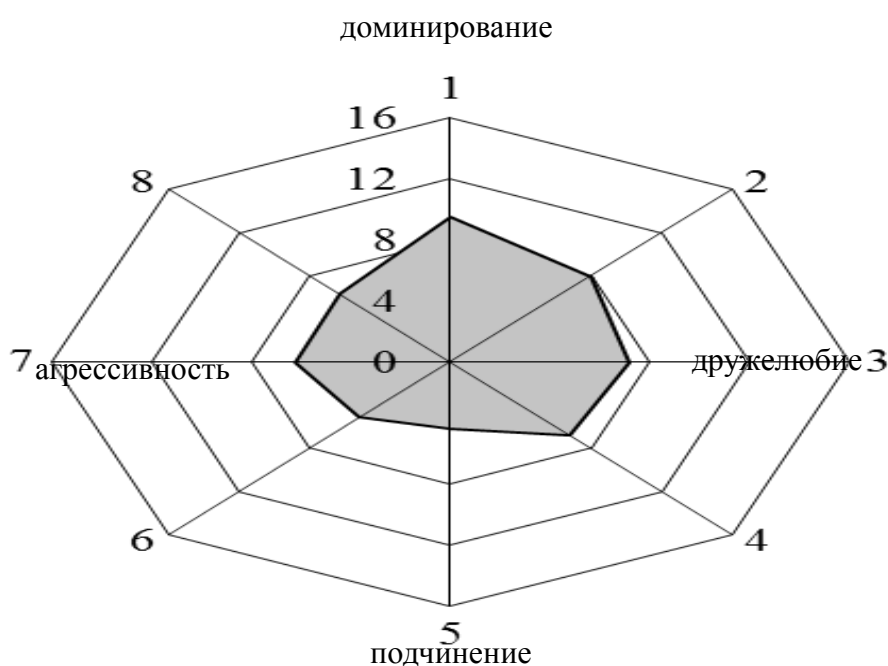


Рис. 4. Профиль группы по средним значениям

При этом:

- большая часть подростков отличаются стремлением к лидерству с высокой самооценкой, их характерные черты поведения – властность и негативизм;

- часть подростков умеренно агрессивна, они отличаются доброжелательностью и ориентированы на принятие;

- другая часть подростков показала тип поведения - зависимые с низкой самооценкой - этот тип соответствует людям конформным, ожидающим

помощи и советов.

Однако, следует отметить, что завышенный, равно как и заниженный уровни самооценки являются нежелательными, потому, что в первом случае имеется опасность формирования таких отрицательных качеств, как нетерпимость к мнениям других, высокомерие, агрессивность, во втором – безынициативность, замкнутость, трудность общения.

Следующее исследование с помощью теста «социометрических измерений» Дж. Морено, позволило нам увидеть социометрический статус подростков в системе межличностных отношений по признакам симпатии-антипатии (лидеры, звезды, отвергнутые), степень сплоченности-разобщенности в группе, а также внутригрупповые образования.

Социометрическая процедура проводилась следующим образом: «Ребята, за время совместного общения друг с другом вы, наверное, смогли неплохо узнать друг друга, и между вами сложились определённые личные и деловые отношения, симпатии и антипатии, уважения, неуважения друг к другу и т. п. Ответьте на следующие вопросы:

- 1) если ваш класс будут расформировывать, с кем бы ты хотел продолжить совместно учиться?
- 2) кого бы ты из класса пригласил на свой день рождения?
- 3) с кем из своего класса ты пошел бы в многодневный поход?»

В данном исследовании мы использовали параметрический метод, т.е. метод с ограничением числа выборов (тримя фамилиями одноклассников).

Результаты исследования межличностных отношений подростков были отражены в бланках социометрического опроса. По результатам ответов были составлены социоматрица и социограмма взаимоотношений подростков, которые представлены в Приложениях Ж, И.

В зависимости от количества полученных социометрических положительных выборов мы определили статусные позиции подростков, среди которых есть дети всех групп: те, кто получил большее число выборов - I группа, те, кто имеет среднее количество выборов – II группа, получившие

1-2 выбора – III группа, подростки, не получившие ни одного выбора - IV группа.

По данным социометрии в исследуемом классе:

- в I группу входят звезды - 3 человека (15%). Они притягивают к себе, «ведут» за собой других учащихся, т. е. являются лидерами; они, как правило, жизнерадостные, с другими не конфликтуют;

- во II группу предпочитаемые - 15 человека (75%) - этот статус является самым благоприятным. С этими детьми многие хотят общаться, а им самим комфортно в коллективе;

- III группа - пренебрегаемый - 1 человек (5%) - статус является не благоприятным; в коллективе сверстников у него всего 1 близкий друг;

- IV группа изолированный - 1 человек (5%) - с ним практически никто не общается. Возможно причиной является то, что он имеет физический недостаток (полнота).

Как видим наиболее многочисленная - II группа. При этом, исследуемые нами уровни социометрического статуса подростков в группе отражают различный характер их включенности в межличностные отношения. Первые два типа статуса («звезды» и «предпочитаемые») свидетельствуют об успешном включении в межличностные отношения со сверстниками; в свою очередь, «пренебрегаемые» и «изолированные» указывают на неуспешную степень включения в отношения класса. То есть, в благоприятном положении находится 90 % подростков в неблагоприятном – 10 %. В целом по группе социометрический статус подростков представлен на диаграмме (рис. 5).



Рис. 5. Социометрические позиции подростков по методике Дж. Морено, %

На первый взгляд группа кажется достаточно благополучной, но при

более глубоком анализе обнаруживаются проблемы, говорящие о не совсем благоприятных межличностных отношениях подростков в коллективе сверстников. Так, результаты методики показали, что в исследуемой группе подростков имеются взаимные и невзаимные выборы, как положительного, так и отрицательного характера. Отрицательные взаимные выборы говорят нам о неприязненном отношении некоторых подростков друг к другу. Однако, наличие взаимных отрицательных выборов внутри каждой отдельно взятой микрогруппы не наблюдается, что говорит нам о достаточно доброжелательном отношении подростков друг к другу в пределах своей группы.

В целом, мы наблюдаем следующую картину:

1) В основном в данной группе подростков - «предпочитаемые», таких 75% (15 человек).

2) Выявлен 1 «пренебрегаемый» подросток, сделал 3 выбора, 2 - не взаимны, 1 - взаимный.

3) Выявлен 1 «изолированный» подросток - мальчик, сделал 3 выбора, но они не взаимны.

3) Коэффициент сплочённости группы низкий и равен 2,7 (27%).

4) Коэффициент взаимности группы низкий и равен 0,17 (17,39%).

5) В группе наблюдается наличие 3 микрогрупп.

6) Между микрогруппами взаимных положительных выборов нет.

7) Подростки общаются исключительно только в своей микрогруппе.

8) В микрогруппах ярко выражены лидеры. Группа, в состав которой входят 3 подростка, имеет локальную взаимосвязь вида – триада.

Качественный анализ результатов данной методики позволяет сделать вывод о том, что несмотря на большинство в классной группе «предпочитаемых», ситуацию межличностного общения подростков нельзя охарактеризовать как благополучную. Об этом свидетельствуют следующие факторы:

- негативное отношение некоторых подростков друг к другу;
- наличие отвергаемого и изолированного участника;
- фактическая разобщенность группы на отдельные устойчивые

микрогруппы, объединенные лидерами;

- низкий индекс групповой сплоченности.

Таким образом, исследование межличностных взаимоотношений подростков говорит нам о том, что в группе существует полярное противостояние: как крайние противоположности, резко недружелюбные личности, так и подростки, отличающиеся высоким дружелюбием.

Сопоставляя статусное положение подростков в классе с присущим каждому типу поведения, приходим к следующим выводам: у подростков с низким статусным положением в классе преобладает покорно-застенчивый и зависимо-послушный типы, и, наоборот, у учащихся с высоким социометрическим статусом отмечается властно-лидирующий и независимо-доминирующий типы. Составим диаграмму подростков с разным социометрическим статусом и преобладающей ориентацией в поведении, показывающей связь типа поведения подростков с их социометрическим статусом (рис. 6). Как мы можем видеть:

- у высокостатусных подростков (звезды и большая часть предпочитаемых) преобладают властные и лидирующие характеристики типа поведения;

- у среднестатусных подростков (из предпочитаемых) выделяются две группы: подростки, стремящиеся к лидерству, имеющие агрессивные тенденции в структуре коммуникативных качеств, демонстрирующие независимо-доминирующий и прямолинейно-агрессивный типы поведения; подростки, сотрудничающие с группой и демонстрирующие ответственно-великодушный, сотрудничающе-конвенциональный тип поведения, а также недоверчиво-скептический;

- у низкостатусных подростков (пренебрегаемые и изолированные) преобладает зависимо-послушный и покорно-застенчивый тип поведения.

Таким образом, чем выше у подростков склонность к доминированию, тем вероятнее они будут иметь высокий социометрический статус.

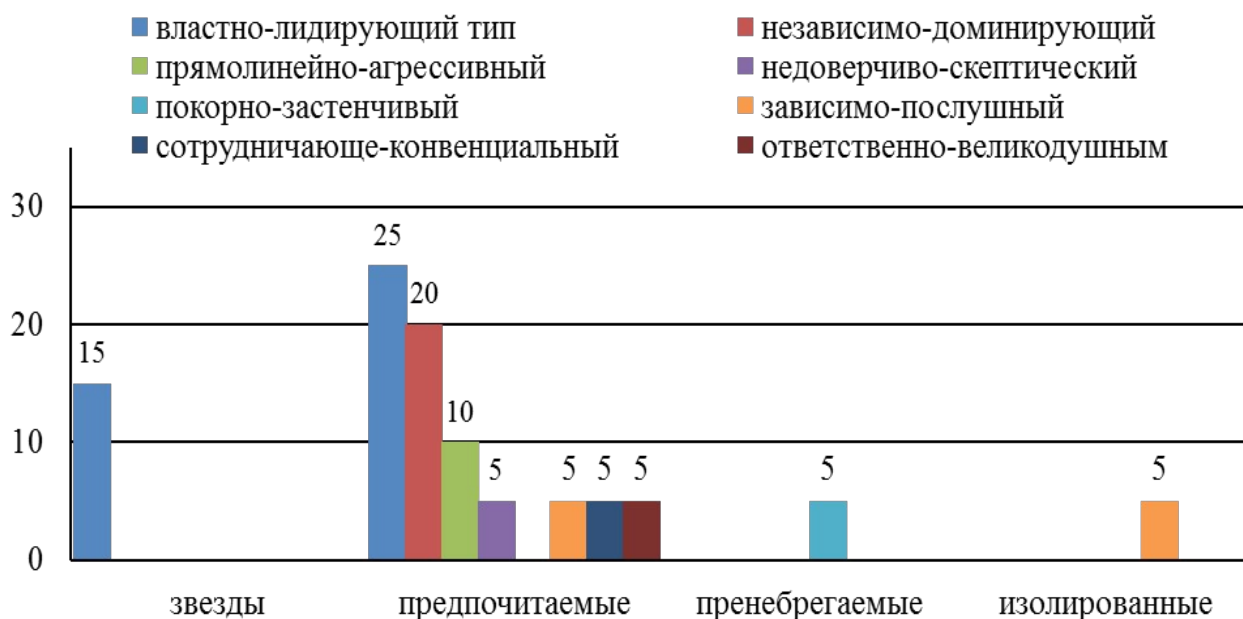


Рис. 6. Сравнительные результаты типа поведения подростков с разным социометрическим статусом, %

Для выявления связи между типом поведения и социометрическим статусом подростков, следующим этапом нашего исследования выступает процедура вычисления с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена, который оказался равен 0.768.

Результаты вычисления коэффициента Спирмена представлены в таблице в Приложении Л. Оценив полученное нами эмпирическое значение коэффициента Спирмена, сравниваем его с соответствующим критическим значением для заданного уровня значимости из таблицы критических значений коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Для выборки с числом элементов $m=20$ и уровнем значимости $p=0.05$ критическое значение коэффициента Спирмена $\rho_{\text{крит}}=0.45$. Так как абсолютное значение, полученного нами коэффициента корреляции больше критического значения, взятого из таблицы, мы отклоняем гипотезу H_0 об отсутствии корреляционной зависимости между выборками и принимаем гипотезу о статистической значимости отличия коэффициента корреляции от нуля, и наличия связи.

Анализ данных показывает, что выявлена статистически значимая

положительная корреляция (зависимость признаков) между типом поведения и социометрическим статусом подростков; теснота (сила) связи – высокая, т.е. можно предположить, что определенный тип поведения и социометрический статус подростков связаны положительной корреляционной зависимостью.

Таким образом, мы подтвердили гипотезу о том, что существует взаимосвязь между типом поведения и социометрическим статусом подростков. Это означает, что подростки с доминирующим типом поведения имеют более высокий социометрический статус в группе («звезды» и «предпочитаемые»), а подростки, имеющие враждебный тип поведения («пренебрегаемые» и «изолированные»), имеют низкий социометрический статус.

Это подтверждают и наши наблюдения: подростки с высоким статусом («звезды» и «предпочитаемые»), показавшие при тестировании ярко выраженное стремление к лидерству, авторитарную стратегию межличностного взаимодействия, командование сверстниками, показывают доминирующий тип поведения. В то время как подростки, демонстрирующие агрессивные (враждебные) поведенческие стратегии, имеют низкий статус. При этом, свои эмоции они выражают резко и не всегда адекватно, что и заставляет окружающих держаться с ним на расстоянии, что, в свою очередь, еще больше осложняет их отношения со сверстниками.

Вывод. Несмотря на наличие подростков, имеющих достаточно высокий социометрический статус при сравнительно небольшом числе подростков, имеющих низкий социометрический статус, в данной группе существует не совсем благоприятная ситуация в межличностных взаимоотношениях. С целью формирования у подростков адекватного поведения и повышения социометрического статуса, необходимо уделить внимание созданию условий, способствующих развитию коммуникативных навыков и сплочению классного коллектива.

2.3. Методические рекомендации, направленные на улучшение межличностных отношений в группе и повышение социометрического статуса подростков

Совместная деятельность, направленная на достижение общих целей, является высшей формой группового взаимодействия индивидов. Процесс совместной деятельности порождает в группе отношения ответственной зависимости, обеспечивающей более высокий уровень групповой сплоченности [17, с. 92]. Поэтому, в рамках деятельности педагога-психолога улучшение межличностных отношений в группе и повышение социометрического статуса подростков лучше всего проводить в виде специально разработанной программы активного взаимодействия.

Цель программы: развитие коммуникативных навыков, способствующих налаживанию межличностных отношений подростков, сплочению классного коллектива.

Задачи программы:

1. Развитие способности в установлении и поддержании психологического контакта в общении.
2. Познание своих возможностей и ограничений во взаимодействии с другими людьми.
3. Осознание и снятие внутренних барьеров и зажимов, мешающих эффективной коммуникации.
4. Развитие способности прогнозировать поведение другого.
5. Сформировать адаптивный тип поведения, способного понимать и сопереживать к другим.
6. Развитие у подростков интереса к своим сверстникам.
7. Раскрытие положительных качеств и черт подростков.
8. Создание благоприятного психологического климата в группе и повышение уровня групповой сплоченности.

Форма работы – групповые занятия.

Длительность программы: 10 занятий, 1 раз в неделю по 1,5 часа.

Занятия включают как психологические, так и педагогические компоненты (дидактические, сюжетно-ролевые, театрализованные, игры-тренинги), соответствующие требованиям психологической безопасности общения в подростковом возрасте.

Способы достижения задач программы включают разнообразные методы: беседа, игровой, групповой дискуссии, моделирование конкретных ситуаций.

Так, общение в ходе дискуссии побуждает подростков искать различные способы для выражения своей мысли, повышает восприимчивость к новым сведениям, новой точке зрения; пробуждает стремление к пониманию позиции собеседника и аргументации собственного мнения. Беседа позволяет подросткам развивать и оценивать особенности своей логики, размышлять о предмете разговора и разбираться в нем; помогает придти к решению через собственную аргументацию. Моделирование ситуаций в ролевых играх формирует новые модели поведения в ситуациях межличностного взаимодействия; расширяет гибкость поведения благодаря возможности принимать на себя роли разных участников общения; подростки обучаются моделям эффективного поведения в конкретных ситуациях общения (знакомство, конфликт и т. д.); снижается острота проблемных переживаний, связанных с проигрываемыми ситуациями; создаются условия для осознания и коррекции собственных неадекватных поведенческих моделей. А специальные игры и упражнения, направленные на достижение более адекватной адаптации и социализации, помогут снять психологическое напряжение у подростка, научат правильно выражать свои чувства и эмоции, доносить до окружающих свою точку зрения.

Основная форма работы по программе - это социально-психологический тренинг активного обучения, осуществляемого в процессе интенсивного группового взаимодействия, в котором общий принцип активности обучаемого, дополняется принципом рефлексии над собственным

поведением и поведением других участников группы [42, с. 23].

Программа развития межличностных отношений подростков представлена в Приложении К. В реализацию программы входит три блока:

1 блок - формирование умения создать работоспособность в группе. В блок включены упражнения, направленные на создание благоприятной атмосферы, уменьшение напряжения участников группы, снятие страхов и запретов, тревожности; подростки учатся быть более раскрепощенными и более свободными в выражении своих чувств.

2 блок - формирование сотрудничества и взаимопомощи внутри группы, оптимизацию социально-психологической атмосферы и развитие коммуникативных навыков общения; формирование умения определять негативные и позитивные стороны конфликтов, их решение, видеть разницу между поводом и способом выражения конфликта;

3 блок - формирование у каждого подростка ощущения близости и общности со сверстниками, подготовка к получению обратной эмоциональной связи. Состоит из упражнений, направленных на развитие навыков общения в различных жизненных ситуациях, обучение навыкам коллективной самоорганизации, развитие новых форм сопереживания, чувств по отношению к другим участникам, к самому себе.

Таким образом, для обеспечения успешных межличностных отношений подростков со сверстниками, программа включает создание таких условий, при которых они смогут:

- приобрести опыт общения, коммуникативные навыки;
- обучатся сотрудничеству и кооперации;
- повысят уверенность в себе и сформируют позитивную самооценку;
- усвоят эффективные формы своего поведения в различных ситуациях;
- переструктурируют систему отвержений и предпочтений в группе в позитивную сторону;
- смогут преодолеть межличностные проблемы.

Все это окажет положительное влияние на психологический климат и

сплоченность коллектива, позволит подросткам освоить эффективные формы поведения и повысить свой социометрический статус.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

С целью изучения влияния типов поведения на социометрический статус подростков нами был проведен эксперимент, в котором приняли участие 20 подростков, учащихся 7 класса Хандальской СОШ.

Нами были использованы три методики. Вначале мы определили уровень общительности по методике В.Ф. Ряховского, результаты которой показали, что у большинства подростков преобладает заниженный (35%) и средний (20%) уровни коммуникабельности, а это значит, что большинство подростков не имеют достаточных навыков общения и взаимодействия. Затем, с помощью диагностики межличностных отношений по методике Т. Лири, мы определили типы поведения в межличностных отношениях. Наиболее часто встречаемыми являются властно-лидирующий (40%) и независимо-доминирующий (20%) типы поведения. Однако, в группе есть и подчиняемые, и неуверенные в себе, которые находятся под влиянием лидеров. При этом, у половины подростков (50%) ведущая ориентация в поведении - доминирующая; 30% - ориентированы на враждебность и лишь 15% подростков - на дружелюбие. Результаты методики социометрических измерений Дж. Морено также говорят, что несмотря на наличие подростков, имеющих достаточно высокий социометрический статус при небольшом числе подростков, имеющих низкий социометрический статус, в данной группе существует не совсем благоприятная ситуация. Об этом свидетельствует наличие в группе отвергаемого и изолированного подростков, низкая степень сплоченности (2,7), фактическая разобщенность группы на отдельные устойчивые микрогруппы. На наличие неблагоприятной ситуации в данном коллективе указывает и неприязненное отношение некоторых подростков друг к другу, а также наличие взаимных отрицательных выборов. Таким образом, исследование межличностных

взаимоотношений подростков говорит нам о том, что в группе существует полярное противостояние: как крайние противоположности, резко недружелюбные личности, так и подростки, отличающиеся высоким дружелюбием.

Сравнительные результаты типов поведения подростков с разным социометрическим статусом показал, что чем выше у подростков склонность к доминированию, тем вероятнее они будут иметь высокий социометрический статус. Влияние типа поведения в межличностных отношениях подростков на их социометрический статус мы проверили с помощью критерия ранговой корреляции Спирмена, который выявил положительную связь между исследуемыми признаками. Коэффициент корреляции Спирмена равен 0.768. Корреляция (зависимость признаков) статистически значима ($r < 0,05$), т.е. тип поведения в межличностных отношениях и социометрический статус подростков связаны положительной корреляционной зависимостью. Следовательно, определенный тип поведения влияет на социометрический статус подростков в группе. Это означает, что подростки с властно-лидирующим и независимо-доминирующим типами поведения более имеют высокий социометрический статус в группе, в то время как подростки, имеющие покорно-застенчивый и зависимо-послушный типы поведения - низкий социометрический статус.

На основе проведенного нами исследования мы разработали методические рекомендации, направленные на улучшение межличностных отношений в группе и повышение социометрического статуса подростков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Выпускная квалификационная работа посвящена исследованию влияния типов поведения на социометрический статус подростков. Изучение данной проблемы обусловлено тем, что в этот период очень важным для подростка является мнение о нем группы, к которой он принадлежит. Положение подростка в группе, те качества, которые он приобретает в коллективе, существенным образом влияют на развитие его личности.

В первой главе нами представлен теоретический анализ исследований отечественных психологов по вопросам межличностных отношений, типов поведения, социометрического статуса подростков. Многочисленные исследования Г.М. Андреевой, А.А. Бодалева, Л.И. Божович, Л.С. Выготского, Я.Л. Коломинского, Е.А. Климова, В.Н. Куницыной, М.И. Лисина, А.Е. Личко, А.С. Макаренко, А.В. Мудрик, В.Н. Мясищева, Н.Н. Обозова, Л.Ф. Обуховой, А.В. Петровского и др. доказывают, что подростковый возраст – это возраст, когда формируются социальные установки, отношение к себе, к людям, к обществу; приоритетным становится общение со сверстниками. Для подростка важно иметь референтную группу, ценности которой он принимает, на чьи нормы поведения и оценки он ориентируется, с требованиями которой он считается и на мнение которой ориентируется в значимых для себя ситуациях. Причем, для подростка важно не просто быть вместе со сверстниками, а занимать среди них удовлетворяющее его положение: для одних это - стремление занять в группе позицию лидера, для других - быть признанным товарищем, для третьих - непререкаемым авторитетом в каком-то деле. Но в любом случае оно является ведущим мотивом поведения подростка, влияющим на его социометрический статус в подростковой среде. Однако, в силу индивидуальных особенностей не каждый подросток может занять высокое статусное место в референтной группе и построить такие отношения со сверстниками, которые его устраивали бы.

Для изучения связи типов поведения и социометрического статуса подростков, во второй главе на базе Хандальской средней школы проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие 20 подростков 7 класса, в возрасте 13-14 лет. В ходе исследования нами были использованы методики: «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского, «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири и «Методика социометрических измерений» Дж. Морено.

Результаты диагностики по методике В.Ф. Ряховского «Оценка уровня общительности» показали, что у большинства подростков преобладает заниженный (35%) и средний (20%) уровни коммуникабельности, что говорит о трудностях в установлении контактов со сверстниками, так как они не имеют достаточных навыков общения и взаимодействия.

С помощью теста «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири мы определили, что в обследуемой группе подростков все имеют какой-либо определённый тип отношений к окружающим. Наиболее часто встречаемыми являются властно-лидирующий (40%) и независимо-доминирующий (20%) типы поведения, однако есть подчиняемые и неуверенные в себе, которые находятся под влиянием лидеров. При этом, половина подростков (50%) показала доминирующую ориентацию в межличностных отношениях; 30% ориентированы на враждебность и лишь 15% на дружелюбие. Это также свидетельствует о том, что в группе просматривается преобладание низкого уровня самооценки, что говорит о ее неадекватном формировании; существует тенденция к лидерству, стремление доминировать.

Тест социометрических измерений Дж. Морено позволил увидеть систему межличностных отношений в коллективе. Результаты показали статусные позиции подростков: звезды - 3 человека (15%); предпочитаемые - 15 человека (75%); принятые - 1 человек (5%) и изолирован - 1 человек (5%). На первый взгляд группа кажется благополучной, но более глубокий анализ показал, что отношения подростков нестабильные. Об этом свидетельствует наличие отвергаемого и изолированного подростков, низкая степень

сплоченности (2,7), взаимодействие подростков происходит исключительно в устойчивых микрогруппах. На наличие конфликтности в данном коллективе и неприязненным отношении некоторых подростков друг к другу указывает и наличие взаимных отрицательных выборов.

Сравнительные результаты типов поведения подростков с разным социометрическим статусом показал, что чем выше у подростков склонность к доминированию, тем вероятнее они будут иметь высокий социометрический статус. Влияние типа поведения в межличностных отношениях подростков на их социометрический статус мы проверили с помощью критерия ранговой корреляции Спирмена, который выявил положительную связь между исследуемыми признаками, т.е. это означает, что подростки с властно-лидирующим и независимо-доминирующим типами поведения имеют более высокий социометрический статус в группе, в то время как подростки, имеющие покорно-застенчивый и зависимо-послушный типы поведения - низкий социометрический статус. Следовательно, определенный тип поведения влияет на социометрический статус подростков в группе.

С целью развития коммуникативных навыков, налаживанию межличностных отношений и повышения социометрического статуса подростков нами были разработаны методические рекомендации в виде специально разработанной программы активного взаимодействия, где каждый подросток сможет выразить свои чувства по отношению к одноклассникам, прояснить свою позицию в отношении других членов коллектива и своего места в нем.

Длительность программы: 10 занятий, 1 раз в неделю по 1,5 часа.

Основные способы достижения поставленных задач: беседа, игра, групповая дискуссия, моделирование конкретных ситуаций, социально-психологический тренинг.

Следовательно, цель выпускной квалификационной работы достигнута, поставленные задачи выполнены, гипотеза подтверждена.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология: учебное пособие. М.: Проект, 2014. 624 с.
2. Алешкин, Н.С. Личностные особенности учащихся с трудностями в общении: дисс. к.п.н.. СПб.: ЛГУ, 2010. 168 с.
3. Арон, И.С. Специфика межличностных отношений подростков со сверстниками и взрослыми в особой социальной ситуации развития // Конфликтология. 2013. № 2. С. 168-175.
4. Беганцова, И.С. Влияние социального статуса подростков на установление межличностных отношений // Молодой ученый. 2014. №21.1. С. 69-71.
5. Бодалев, А.А. Психология межличностных отношений // Вопросы психологии. 1998. № 2. С. 89-91.
6. Вачков, И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. М.: Ось-89, 2012. 224 с.
7. Волков, Б.С. Психология подростка М.: Педагогическое общество России, 2010. 160 с.
8. Выготский, Л.С. Психология развития человека. М.:2015. 1136 с.
9. Гамезо, В.М. Возрастная и педагогическая психология: учебное пособие. 2009. 512 с.
10. Глушкова, Н.И. Психологическая помощь подросткам в ситуации кризиса межличностного взаимодействия // Успехи современного естествознания. 2007. № 4. С. 62-63.
11. Гогицаева, О.У. Динамика межличностных отношений подростков // Вестник ТГУ. 2014. № 4. С. 38-41.
12. Дарвиш, О.Б. Возрастная психология: учеб. пособие. М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2013. 264 с.
13. Диагностика межличностных отношений подростков: метод. рек. Калининград: КГУ, 2013. 44 с.
14. Долгова, В.И. Психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений у подростков // Концепт. 2015. №. 31. С. 91-95.
15. Дорошина, И.Г. Изучение социометрического статуса подростков // Социосфера. 2010. №1-2. С. 68.
16. Друк, А.И. Программа развития межличностных отношений

подростков // Научное сообщество. 2015. № 6. С. 219-226.

17. Дубровина, Л.А. Связь черт характера подростков с социально-психологическим статусом в группе сверстников // Обучение и воспитание: методика и практика. 2014. № 14. С. 92-96.

18. Духновский, С.В. Диагностика межличностных отношений в работе практического психолога образования. Учебное пособие Курган.: КГУ, 2016. 190 с.

19. Зими́на, М.А. Социальный статус подростка в коллективе сверстников // Молодой ученый. 2016. №10. С. 1354-1357.

20. Ильин, Е.П. Психология общения и межличностных отношений. СПб.: Питер, 2013. 576 с.

21. Киричук, А.В. Проблемы общения и воспитания Тарту, 1974. 375 с.

22. Коджаспирова, Г.М. Педагогический словарь М.: Академия, 2011. 176 с.

23. Коломинский, Я.Л. Социальная психология школьного класса: науч.-метод. пособие. М.: АСТ, 2010. 448 с.

24. Корякина, И.В. Межличностные проблемы в среде подростков и их социально-педагогическое значение // Молодой ученый. 2015. №11.1. С. 40-43.

25. Краткий психологический словарь/ под ред. А.В. Петровского. М.: Норма, 2005. 431 с.

26. Куимова, Н.Н. Особенности взаимосвязи рефлексии и социометрического статуса подростков // Современные научные исследования и инновации. 2016. № 12. С. 1259-1262.

27. Кукаркина, С.К. Социометрическое исследование межличностных отношений студентов в академической группе // Концепт. 2015. №. 26. С. 356-360.

28. Кулагина, И.Ю. Психология развития и возрастная психология. М.: Трикста, 2011. 420 с.

29. Лисина, М.И. Проблемы онтогенеза общения. М: Педагогика, 2008. 144 с.

30. Лысянченко, А.В. Психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений подростков // Международный научный вестник. 2016. № 5. С. 260-261.

31. Макаров, М.С. Микроклимат школы и его влияние на социализацию подростков // Воспитание школьников. 2006. № 2. С. 68-70.
32. Мерцалова, Н.С. Психологические особенности подростков с разным социометрическим статусом // Человеческий капитал. 2017. № 4 (100). С. 64-67.
33. Мудрик, А.В. Общение как фактор воспитания школьников. М.: Педагогика, 2014. 303 с.
34. Мясищев, В.Н. Психология отношений. М.: МОДЭК, 2011. 400 с.
35. Обозов, Н.Н. Психология человека. От тела к душе. М.: Облик, 2001. 408 с.
36. Обухова, Л.Ф. Возрастная психология. М.: Юрайт, 2014. 460 с.
37. Остапова, А.В. Психологические особенности подросткового возраста // Евразийский Научный Журнал. 2015. №7. С. 109-110.
38. Парфенов, О.А. Формирование конструктивных стратегий межличностных отношений подростков 2015. № 18. С. 76-80.
39. Петровский, А.В. Общая психология. М.: Педагогика, 2001. 526 с.
40. Попова, Н.В. Психология растущего человека: краткий курс возрастной психологии. М.: ТЦ Сфера, 2012. 128 с.
41. Психология человека от рождения до смерти / под ред. А.А. Реана. СПб: Питер, 2012. 544 с.
42. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога. М.: Владос, 2011. 383 с.
43. Сенникова, А.А. Взаимосвязь самооценки и уровня тревожности с социометрическим статусом в подростковой группе // Научный альманах. 2016. № 2-4(16). С. 204-207.
44. Сиденко, Е.А. Особенности младшего подросткового возраста // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. 2011. № 2. С. 30-31.
45. Ситникова, Л.Р. Взаимосвязь межличностного взаимодействия с социометрическим статусом подростков // Гуманитарные научные исследования. 2017. № 1. С. 122.
46. Слободчиков, Психология человека. Введение в психологию субъективности. Учебное пособие. М.: ПСТГУ, 2013. 384 с.
47. Смирнова, Е.О. Межличностные отношения дошкольников: Диагностика, проблемы, коррекция. М.: ВЛАДОС, 2013. 160 с.
48. Смирнова, Т.С. Психолого-педагогические условия оптимизации

межличностных отношений подростков со сверстниками // Молодой ученый. 2014. №21.1. С. 129-131.

49. Соломин, В.П. Подготовка младших школьников к переходу в подростковый возраст. СПб: Лема, 2010. С. 70-76.

50. Соснин, В.А. Социальная психология. М.: ИНФРА-М, 2014. 336 с.

51. Справочник практического психолога. Психодиагностика М.: АСТ, 2012. 671 с.

52. Хажеева, Р.А. Особенности взаимоотношений подростков с различным социометрическим статусом в классном коллективе // Научные труды Нижневартковского государственного университета. Вып. 12. Нижневартовск НГУ, 2015. 220 с.

53. Хухлаева, О.В. Психология подростка: учеб. пособие. М.: Академия, 2015. 160 с.

54. Цыпнятова, К.М. Психолого-педагогические особенности детей младшего подросткового возраста // Молодой ученый. 2014. №4, С. 1129-1132.

55. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис М.: Флинта, 2006. 352 с.

56. Ярошевский, М.Г. В поисках новой психологии М.: Либроком, 2013. 302 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Таблица 2

Список учащихся, принявших участие в исследовании

№ п/п	ФИО	Пол	Код испытуемого
1	Алексеев Дмитрий	Д	ДАА
2	Васильев Сергей	М	СНВ
3	Волкова Марина	М	МВВ
4	Зиновьев Эдуард	М	ЭЛЗ
5	Запольская Вероника	Д	ВЛЗ
6	Зверев Егор	М	ЕГЗ
7	Ильина Алёна	Д	АГИ
8	Ильин Дмитрий	Д	ДГИ
9	Лаврентьев Алексей	М	АСЛ
10	Лачков Виталий	М	ВВЛ
11	Максимова Александра	Д	АКМ
12	Моисеева Наталья	М	НИИ
13	Николаев Николай	М	ННН
14	Овчинников Андрей	М	ОВЯ
15	Огиков Александр	М	АНО
16	Павлова Татьяна	Д	ТВП
17	Пиготова Екатерина	Д	ЕЛП
18	Ружило Татьяна	Д	ТОР
19	Хворостова Дарья	Д	ДАХ
20	Ягудин Денис	М	ДДЯ

ОЦЕНКА УРОВНЯ ОБЩИТЕЛЬНОСТИ
(Тест В.Ф. Ряховского)

Тест содержит возможность определить уровень коммуникабельности человека. Отвечать на вопросы следует, используя три варианта ответов – «да», «иногда», «нет».

Инструкция: Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: «да», «иногда», «нет».

Таблица 3

Бланк вопросов

№	Суждения	Баллы
1	Вам предстоит ordinaria или деловая встреча. Выбивает ли вас ее ожидание из колеи?	
2	Вызывает ли у вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?	
3	Не откладываете ли вы визит к врачу до последнего момента?	
4	Вам предлагают выехать в командировку в город, где вы никогда не бывали. Приложите ли вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?	
5	Любите ли вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?	
6	Раздражаетесь ли вы, если незнакомый человек на улице обратится к вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)?	
7	Верите ли вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?	
8	Постесняетесь ли вы напомнить знакомому, что он забыл вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?	
9	В ресторане либо в столовой вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?	
10	Оказавшись один на один с незнакомым человеком вы, не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?	
11	Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она не была (в магазине, библиотеке, кассе, кинотеатре). Предпочитаете ли вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост, и будете томиться в ожидании?	
12	Бойтесь ли вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?	
13	У вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры и никаких чужих мнений на этот счет вы не приемлете. Это так?	
14	Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному вам вопросу, предпочитаете ли вы промолчать и не вступать в разговор	
15	Вызывает ли у вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?	
16	Охотнее ли вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?	
17	Итого	

Оценка ответов:

«да» - 2 очка, «иногда» - 1 очко, «нет» - 0 очков.

Полученные очки суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории относятся.

30-31 очко. Вы явно некоммуникабельны, и эта ваша беда, так как больше всего страдаете от этого вы сами. Но и близким вам людям нелегко. На вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.

25-29 очков. Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у вас мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если не ввергают вас в панику, то надолго выводят из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете не довольны собой. Но не ограничивайтесь только таким недовольством – в вашей власти переломит эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

19-24 очков. Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы вас не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В ваших высказываниях порой слишком много сарказма, без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

14-18 очков. У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми. В то же время не любите шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у вас раздражение.

9-13 очков. Вы весьма общительны (порой, быть может, даже сверх меры). Любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Чего вам недостает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, вы можете себя заставить не отступать.

4-8 очков. Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Вы любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызывать у вас мигрень или даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

3 очка и меньше. Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно не компетентны. Вольно или невольно вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная работа не для вас. Людям – и на работе, и дома, и вообще повсюду – трудно с вами. Да, вам надо поработать над собой и своим характером! Прежде всего воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительно относитесь к людям, наконец, подумайте о своем здоровье – такой стиль жизни не проходит бесследно.

Несомненным плюсом теста являются: во-первых, он подходит для людей разной возрастной категории.

Во-вторых, методика делает точную диагностику личностных проблем в общении.

Тест «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири

Часто применяется методика «Диагностика межличностных отношений» (создана Т. Лири, Г. Лефоржем, Р. Сазеком в 1954 г.). При исследовании межличностных отношений, социальных аттитюдов наиболее часто выделяются два фактора: доминирование-подчинение и дружелюбие-агрессивность. Именно эти факторы определяют общее впечатление о человеке в процессах межличностного восприятия. Для представления основных социальных ориентации Т. Лири разработал условную схему в виде круга, разделенного на секторы. В этом круге по горизонтальной и вертикальной осям обозначены четыре ориентации: доминирование-подчинение, дружелюбие-враждебность. В свою очередь эти секторы разделены на восемь – соответственно более частным отношениям. Для еще более тонкого описания круг делят на 16 секторов, но чаще используются октанты, определенным образом ориентированные относительно двух главных осей. Схема Т. Лири основана на предположении, что чем ближе оказываются результаты испытуемого к центру окружности, тем сильнее взаимосвязь этих двух переменных. Сумма баллов каждой ориентации переводится в индекс, где доминируют вертикальная (доминирование-подчинение) и горизонтальная (дружелюбие-враждебность) оси. Расстояние полученных показателей от центра окружности указывает на адаптивность или экстремальность интерперсонального поведения.

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

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

Методика представлена респонденту списком.

Инструкция. Вам предлагается список характеристик. Следует внимательно прочесть каждую и решить, соответствует ли она вашему представлению о себе. Если соответствует, то пометьте ее знаком «плюс» или напишите напротив нее «да». Если не соответствует – ничего не пишите. Одновременно или последовательно можно оценить предложенные характеристики с точки зрения "Я- в идеале" (каким хотите быть), а также того, как подходят эти характеристики какому-либо интересующему вас человеку - "мой партнер". Старайтесь быть искренним. Если нет полной уверенности, знак "+" не ставьте.

Опросник

- I 1. Другие думают о нем благосклонно
2. Производит впечатление на окружающих
3. Умеет распоряжаться, приказывать
4. Умеет настоять на своем
- II 5. Обладает чувством достоинства
6. Независимый
7. Способен сам позаботиться о себе
8. Может проявлять безразличие
- III 9. Способен быть суровым
10. Строгий, но справедливый

11. Может быть искренним
12. Критичен к другим
- IV 13. Любит поплакаться
14. Часто печален
15. Способен проявлять недоверие
16. Часто разочаровывается
- V 17. Способен быть критичным к себе
18. Способен признать свою неправоту
19. Охотно подчиняется
20. Уступчивый
- VI 21. Благодарный
22. Восхищающийся, склонный к подражанию
23. Уважительный
24. Ищущий одобрения
- VII 25. Способен к сотрудничеству
26. Стремится ужиться с другими
27. Дружелюбный, доброжелательный
28. Внимательный, ласковый
- VIII 29. Деликатный
30. Одобряющий
31. Отзывчивый на призывы о помощи
32. Бескорыстный
- I 33. Способен вызвать восхищение
34. Пользуется у других уважением
35. Обладает талантом руководителя
36. Любит ответственность
- II 37. Уверен в себе
38. Самоуверен, напорист
39. Деловитый, практичный
40. Любит соревноваться
- III 41. Строгий и крутой, где надо
42. Неумолимый, но беспристрастный
43. Раздражительный
44. Открытый, прямолинейный
- IV 45. Не терпит, чтобы им командовали
46. Скептичен
47. На него трудно произвести впечатление
48. Обидчивый, щепетильный
- V 49. Легко смущается
50. Не уверенный в себе
51. Уступчивый
52. Скромный
- VI 53. Часто прибегает к помощи других
54. Очень почитает авторитеты
55. Охотно принимает советы
56. Доверчив и стремится радовать других
- VII 57. Всегда любезен в общении
58. Дорожит мнением окружающих
59. Общительный, уживчивый
60. Добросердечный
- VIII 61. Добрый, вселяющий уверенность
62. Нежный, мягкосердечный

63. Любит заботиться о других
64. Бескорыстный, щедрый
I 65. Любит давать советы
66. Производит впечатление значимости
67. Начальственно-повелительный
68. Властный
II 69. Хвастливый
70. Надменный и самодовольный
71. Думает только о себе
72. Хитрый, расчетливый
III 73. Нетерпим к ошибкам других
74. Своекорыстный
75. Откровенный
76. Часто недружелюбен
IV 77. Озлобленный
78. Жалобщик
79. Ревнивый
80. Долго помнит свои обиды
V 81. Склонный к самобичеванию
82. Застенчивый
83. Безынициативный
84. Кроткий
VI 85. Зависимый, несамостоятельный
86. Любит подчиняться
87. Предоставляет другим принимать решения
88. Легко попадает впросак
VII 89. Легко поддается влиянию друзей
90. Готов довериться любому
91. Благорасположен ко всем без разбору
92. Всем симпатизирует
VIII 93. Прощает все
94. Переполнен чрезмерным сочувствием
95. Великодушен, терпим к недостаткам
96. Стремится покровительствовать
I 97. Стремится к успеху
98. Ожидает восхищения от каждого
99. Распоряжается другими
100. Деспотичный
II 101. Сноб (судит о людях по рангу и достатку, а не по личным качествам)
102. Тщеславный
103. Эгоистичный
104. Холодный, черствый
III 105. Язвительный, насмешливый
106. Злой, жестокий
107. Часто гневлив
108. Бесчувственный, равнодушный
IV 109. Злопамятный
110. Проникнут духом противоречия
111. Упрямый
112. Неверчивый, подозрительный
V 113. Робкий
114. Стыдливый

115. Отличается чрезмерной готовностью подчиняться
 116. Мягкотелый
 VI 117. Почти никогда и никому не возражает
 118. Навязчивый
 119. Любит, чтобы его опекали
 120. Чрезмерно доверчив
 VII 121. Стремится сыскать расположение каждого
 122. Со всеми соглашается
 123. Всегда дружелюбен
 124. Любит всех
 VIII 125. Слишком снисходителен к окружающим
 126. Старается утешить каждого
 127. Заботится о других в ущерб себе
 128. Портит людей чрезмерной добротой

Обработка результатов и интерпретация

Обратите внимание, что список характеристик разбит на блоки с I по VIII по 4 вопроса в каждом блоке. Блоки с I по VIII повторяются, отвечающий "проходит" их 4 раза. Оценив наличие у себя всех предложенных 128 характеристик, суммируйте количество "+" по каждому блоку:

I блок - ... баллов (т.е. общая сумма + при ответе на I блок, который встречается 4 раза);

II блок - ... баллов и так до VIII блока.

Если вы оценивали несколько личностей "Я-сейчас", "Я-в идеале", "Мой партнер", то к каждой оцениваемой личности необходим свой отдельный подсчет баллов (количества "+") по каждому блоку.

Для представления основных социальных ориентаций Т. Лири разработал условную схему в виде круга, разделенного на секторы (рис. 7).

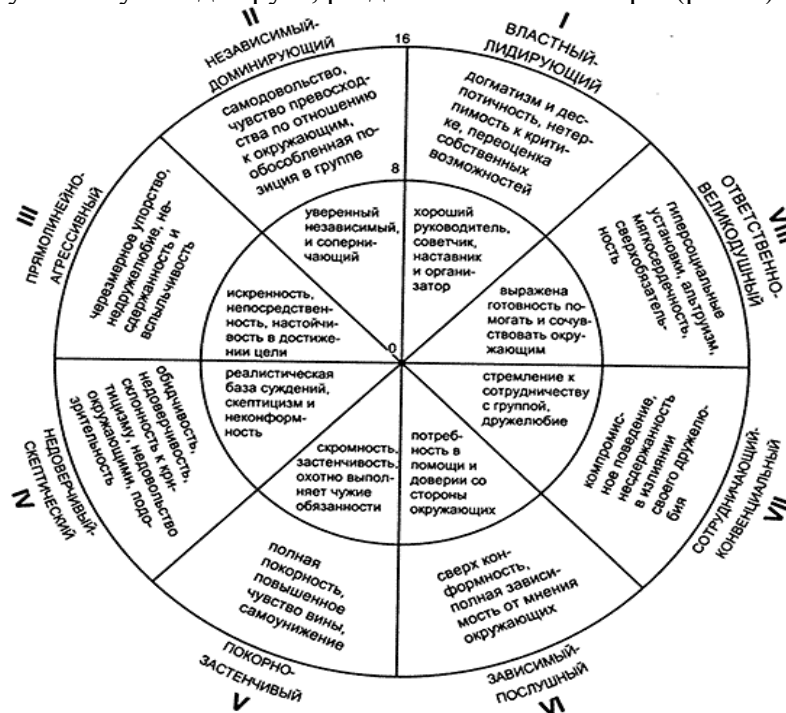


Рис. 7. Основные социальные ориентации Т.Лири

В этом круге по горизонтальной оси располагается результат ориентации "агрессивность-дружелюбие", а по вертикали - "доминирование-подчинение". В свою очередь эти секторы разделены на восемь - соответственно более частным отношениям. Для еще более тонкого описания круг делят на 16 секторов, но чаще используются

октанты, определенным образом ориентированные относительно двух главных осей.

Схема Т.Лири основана на предположении, что чем ближе результаты человека к центру окружности, тем сильнее взаимосвязь этих двух переменных. Расстояние полученных показателей от центра окружности указывает на адаптивность или экстремальность межличностного (социального) поведения.

Максимальная оценка уровня - 16 баллов, но она разделена на четыре степени выраженности отношения: 0-4 балла - низкая; 5-8 баллов - умеренная (адаптивное поведение); 9-12 баллов - высокая (экстремальное поведение); 13-16 баллов - экстремальная (до патологии). Полученные баллы по каждому ответу переносятся на диаграмму. При этом расстояние от центра круга соответствует числу баллов по данному блоку (от 0 до 16). Концы векторов соединяются и образуют личностный профиль. Пример такого профиля приводится на рис. 8

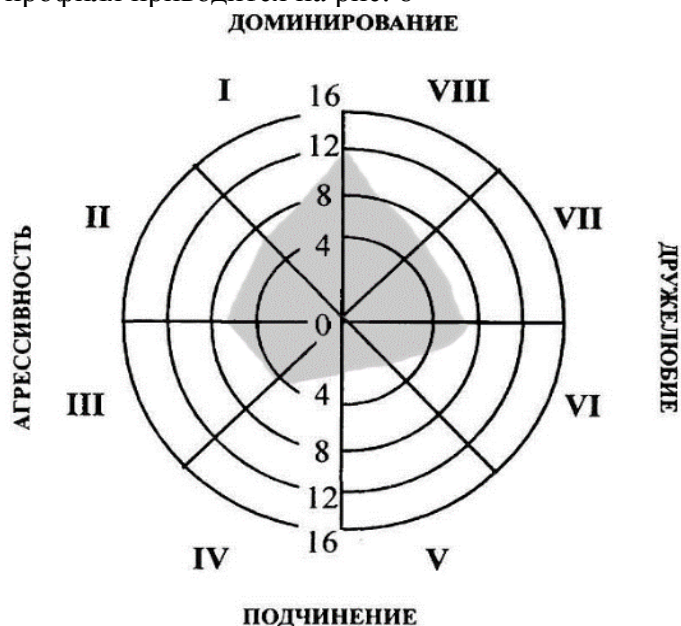


Рис. 8. Профили социальных ориентаций Т.Лири

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

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

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

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

Типы отношений к окружающим по результатам каждого из восьми блоков:

I. Авторитарный. 13-16 – диктаторский, властный, деспотический характер, тип сильной личности, которая лидирует во всех видах групповой деятельности. Всех наставляет, поучает, во всем стремится полагаться на свое мнение, не умеет принимать советы других. Окружающие отмечают эту властность, но признают ее.

9-12 – доминантный, энергичный, компетентный, авторитетный лидер, успешный в делах, любит давать советы, требует к себе уважения.

0-8 – уверенный в себе человек, но не обязательно лидер, упорный и настойчивый.

II. Эгоистический. 13-16 – стремится быть над всеми, но одновременно в стороне от всех, самовлюбленный, расчетливый, независимый, себялюбивый. Трудности перекладывает на окружающих, сам относится к ним несколько отчужденно, хвастливый, самодовольный, заносчивый.

0-12 – эгоистические черты, ориентация на себя, склонность к соперничеству.

III. Агрессивный. 13-16 – жесткий и враждебный по отношению к окружающим, резкий, жесткий, агрессивность может доходить до асоциального поведения.

9-12 – требовательный, прямолинейный, откровенный, строгий и резкий в оценке других, непримиримый, склонный во всем обвинять окружающих, насмешливый, ироничный, раздражительный.

0-8 – упрямый, упорный, настойчивый и энергичный.

IV. Подозрительный. 13-16 – отчужденный по отношению к враждебному и злобному миру, подозрительный, обидчивый, склонный к сомнению во всем, злопамятный, постоянно на всех жалуется, всем недоволен (шизоидный тип характера).

9-12 – критичный, необщительный, испытывает трудности в интерперсональных контактах из-за неуверенности в себе, подозрительности и боязни плохого отношения, замкнутый, скептический, разочарованный в людях, скрытный, свой негативизм проявляет в вербальной агрессии.

0-8 – критичный по отношению ко всем социальным явлениям и окружающим людям.

V. Подчиняемый. 13-16 – покорный, склонный к самоунижению, слабовольный, склонный уступать всем и во всем, всегда ставит себя на последнее место и осуждает себя, приписывает себе вину, пассивный, стремится найти опору в ком-либо более сильном.

9-12 – застенчивый, кроткий, легко смущается, склонен подчиняться более сильному без учета ситуации.

0-8 – скромный, робкий, уступчивый, эмоционально сдержанный, способный подчиняться, не имеет собственного мнения, послушно и честно выполняет свои обязанности.

VI. Зависимый. 13-16 – резко неуверенный в себе, имеет навязчивые страхи, опасения, тревожится по любому поводу, поэтому зависим от других, от чужого мнения.

9-12 – послушный, боязливый, беспомощный, не умеет проявить сопротивление, искренне считает, что другие всегда правы.

0-8 – конформный, мягкий, ожидает помощи и советов, доверчивый, склонный к восхищению окружающими, вежливый.

VII. Дружелюбный. 9-16 – дружелюбный и любезный со всеми, ориентирован на принятие и социальное одобрение, стремится удовлетворить требования всех, "быть хорошим" для всех без учета ситуации, стремится к целям микрогрупп имеет развитые механизмы вытеснения и подавления, эмоционально лабильный (истероидный тип характера).

0-8 – склонный к сотрудничеству, кооперации, гибкий и компромиссный при решении проблем и в конфликтных ситуациях, стремится быть в согласии с мнением окружающих, сознательно конформный, следует условностям, правилам и принципам "хорошего тона" в отношениях с людьми, инициативный энтузиаст в достижении целей группы, стремится помогать, чувствовать себя в центре внимания, заслужить признание и любовь, общительный, проявляет теплоту и дружелюбие в отношениях.

VIII. Альтруистический. 9-16 – гиперответственный, всегда приносит в жертву свои интересы, стремится помочь и сострадать всем, навязчивый в своей помощи и слишком активный по отношению к окружающим, принимает на себя ответственность за других (может быть только внешняя "маска", скрывающая личность противоположного типа).

0-8 – ответственный по отношению к людям, деликатный, мягкий, добрый, эмоциональное отношение к людям проявляет в сострадании, симпатии, заботе, ласке, умеет подбодрить и успокоить окружающих, бескорыстный и отзывчивый.

«Методика социометрических измерений» Дж. Морено

Наиболее распространенным подходом к пониманию межличностных отношений подростков является социометрический тест, предложенный Дж. Морено в 1934 году. Сущность методики сводится к выявлению системы «симпатий» и «антипатий» между членами группы, т.е. иными словами, к выявлению системы эмоциональных отношений в группе путем осуществления каждым из членов группы определенных «выборов» из всего состава группы по заданному критерию. Межличностные отношения подростков рассматриваются здесь как избирательные предпочтения в группе сверстников. На основе полученных членом группы числа субъективных выборов определяются социометрический статус индивида (лидер, изолированный), структура межличностных отношений, сплоченность группы и т. д. Социометрия позволяет понять, насколько окружающий ребенка коллектив благоприятствует его личностному развитию, насколько члены коллектива расположены к ребенку, насколько сам ребенок расположен к членам этого коллектива [34, с. 16].

Данная методика, одна из наиболее широко применяемых в социально-психологической, по своим реальным содержательным возможностям рассчитана на выявление характера непосредственных отношений типа «симпатии-антипатии» между членами контактной группы.

Социометрическая структура определяется анализом важнейших социометрических характеристик группы: социометрического статуса ее членов, взаимности эмоциональных предпочтений, наличия устойчивых групп межличностного предпочтения, характера отвержения.

Материалы: бланк социометрического опроса, список членов группы, социоматрица. Порядок исследования: подготовлены критерии, измеряющие отношения учащихся по поводу совместной деятельности, ради выполнения которой создана группа (учебная деятельность), а также критерии для измерения эмоционально-личностных взаимоотношений, не связанных с совместной деятельностью (выбор товарища для досуга). Для опроса предложены следующие вопросы:

1. Если ваш класс будут расформировывать, с кем бы ты хотел продолжить совместно учиться в новом коллективе?

2. Кого бы ты из класса пригласил на свой День Рождения?

3. С кем из своего класса ты пошел бы в многодневный туристический поход?

Обработка данных результатов

1. Составление социоматрицы - таблицы, в которую вносятся результаты опроса.

2. На основе социоматрицы возможно построение социограммы, которая делает возможным наглядное представление социометрии в виде схемы — «мишени».

Каждая окружность в социограмме имеет свое значение.

I. Внутренний круг — это так называемая «зона звезд», и которую попадают лидеры, набравшие максимальное количество выборов.

II. Второй круг — зона предпочитаемых, в которую входят лица, набравшие выборов в количестве выше среднего показателя.

III. Третий круг — зона пренебрегаемых, в которую вошли лица, набравшие выборов в количестве ниже среднего показателя.

IV. Четвертый круг — зона изолированных, это те, которые не получили ни одного очка.

Социограмма наглядно представляет наличие группировок в коллективе и взаимоотношения между ними (симпатии, контакты).

Интерпретация результатов:

Высокий уровень сформированности коммуникативных навыков (5 и более выборов, «звёзды») – 3 балла.

Средний уровень сформированности коммуникативных навыков (2 - 4 выбора, «предпочитаемые») – 2 балла.

Низкий уровень сформированности коммуникативных навыков (0 - 1 выборов, «пренебрегаемые») – 1 балл

Среднее число полученных выборов одним подростком (К) вычисляется по формуле:

$$K = \frac{\text{Общее число сделанных положительных выборов}}{\text{Общее количество подростков}}$$

Групповая сплоченность высчитывается по формуле

$$\frac{\Sigma}{0.5n(n-1)}$$

где Σ — сумма всех взаимных выборов в группе; n — количество членов группы.

Сплоченность группы тем выше, чем ближе к единице коэффициент сплоченности.

Одним из показателей благополучия складывающихся отношений является коэффициент взаимности выборов.

Он показывает, насколько взаимны симпатии в подростковой общности.

Коэффициент взаимности (КВ) вычисляется по формуле:

$$KB = \frac{\text{Количество взаимных выборов}}{\text{Общее число выборов}}$$

Результаты диагностики по методике
«Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского

№ п/п	Код испытуемого	Количество баллов	Уровень общительности
1	ДАА	25	заниженный
2	СНВ	26	заниженный
3	МВВ	11	высокий
4	ЭЛЗ	22	средний
5	ВЛЗ	29	заниженный
6	ЕГЗ	26	заниженный
7	АГИ	5	чрезмерно высокий
8	ДГИ	20	средний
9	АСЛ	31	низкий
10	ВВЛ	28	заниженный
11	АКМ	15	нормальный
12	НИИ	26	заниженный
13	ННН	20	средний
14	ОВЯ	16	нормальный
15	АНО	26	заниженный
16	ТВП	30	низкий
17	ЕЛП	10	высокий
18	ТОР	31	низкий
19	ДАХ	19	средний
20	ДЛЯ	18	нормальный

Таблица 5

Результаты диагностики по методике
«Диагностика межличностных отношений» Т. Лири

№ п/п	Код испытуемого	Ср. балл	Типы отношений							
			I властно-лидирующий	II независимодоминирующий	III прямолинейно-агрессивный	IV недоверчиво-скептический	V покорно-застенчивый	VI зависимый-послушный	VII сотрудничающий-конвенциальный	VIII ответственно-великодушный
1	ДАА	8,125	13	11	5	5	6	5	11	9
2	СНВ	7,125	12	11	5	4	5	7	5	8
3	МВВ	7,250	9	12	8	8	2	4	12	3
4	ЭЛЗ	6,625	9	6	12	4	6	5	4	7
5	ВЛЗ	6,500	7	6	5	4	10	5	7	8
6	ЕГЗ	6,625	10	4	14	9	4	4	4	4
7	АГИ	8,125	16	15	10	12	3	5	2	2
8	ДГИ	7,375	14	11	8	5	3	6	5	7
9	АСЛ	5,375	2	2	4	5	4	5	9	12
10	ВВЛ	5,625	4	4	3	8	6	4	12	4
11	АКМ	6,500	9	11	7	8	3	4	4	6
12	НИИ	6,125	4	3	2	4	8	10	8	10
13	ННН	7,000	13	9	9	5	2	3	7	8
14	ОВЯ	6,000	11	13	9	9	2	2	1	1
15	АНО	6,375	9	6	5	12	2	6	4	7
16	ТВП	6,375	6	9	5	6	7	4	9	5
17	ЕЛП	8,875	14	12	9	7	4	6	8	11
18	ТОР	5,875	3	3	5	4	6	9	8	9
19	ДАХ	7,125	11	8	10	10	1	8	6	3
20	ДЛЯ	7,250	13	11	8	7	3	4	8	4
			9,45	8,35	7,15	6,8	4,35	5,3	6,7	6,4

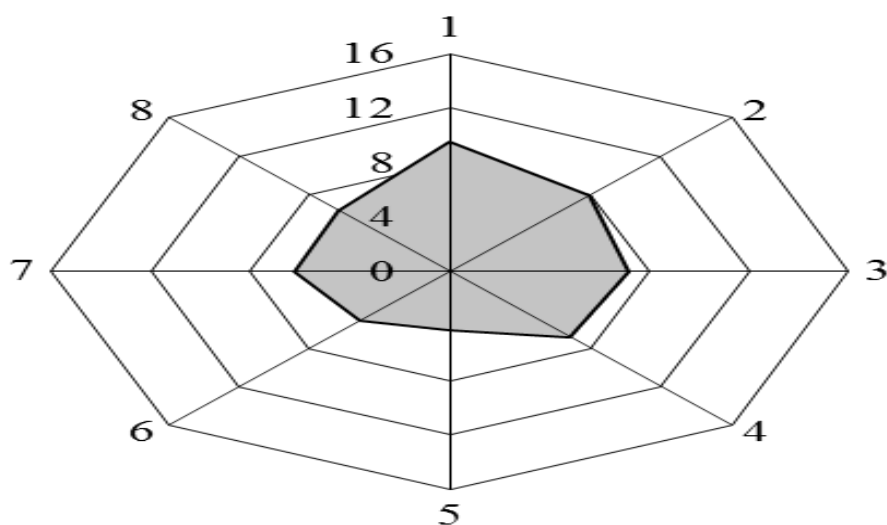


Рис. 9. Профиль группы по средним значениям

Результаты социометрического исследования взаимоотношений подростков по методике «социометрических измерений» Дж. Морено (Матрица 1)

№	Код	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	ДА А							+	+	-		+									
2	СН В				+														-		+
3	МВ В	+					+				-		+	+		+				+	
4	ЭЛЗ		+					-		-			-								+
5	ВЛЗ	+								-									+		
6	ЕГЗ			+																+	-
7	АГ И	+			-				+			+							+		
8	ДГ И	+						+			+										
9	АС Л				+				+										+		
10	ВВЛ			-					+												-
11	АК М	+						+									+				
12	НИ И			+	-										+				-		
13	НН Н			+																	+
14	ОВ Я												+	+							
15	АН О			+																	+
16	ТВ П							+				+									
17	ЕЛ П				+	+		+					-								+
18	ТОР			-		+					+								+		
19	ДА Х						+								+						
20	ДД Я		+		+		-								-						
Всего выборов		5	2	6	5	2	3	6	4	3	3	3	4	3	2	2	2	5	2	5	3
Взаимные выборы +.		3	2	4	2	1	2	4	3	0	1	3	2	1	1	1	1	3	1	1	2
Взаимные выборы -.		0	0	2	2	0	1	1	0	0	1	0	2	1	0	1	1	1	1	0	1
Выбор + (полож.)		2	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	3	0
Выбор - (отрицат.)		0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0

)																			
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Всего выборов 115

+ . – выбор взаимный – 38 (+ выбор не взаимный)

-. отрицание взаимное (- отрицание не взаимное)

Групповая сплоченность высчитывается по формуле

$$\text{Коэффициент сплоченности (КС)} = \frac{\sum \text{положительных взаимовыборов}}{\sum \text{положительных выборов}} \times 100\% \quad 14/38=2,7$$

Результаты социометрического исследования взаимоотношений подростков
по методике «социометрических измерений» Дж. Морено
(Матрица 2)

№ п/п	3	6	12	13	15	19	14	7	1	8	11	17	10	16	5	18	20	2	4	9	Итог	
1		+	+	+	+								-.									5
2	+					+											-.					3
3	+						+					-.								-.		4
4	+					+																2
5	+					+								-.								3
6		+					+															2
7			+	+																		2
8									+	+	+	+									-.	5
9								+		+	+										-	4
10								+	+				+									3
11								+	+					+								3
12			-.					+		+					+	+						5
13	-.					-				+												3
14					-.					+	+											3
15									+			+									-	3
16	-.											+	+		+							4
17		-.																	+	+		4
18																-.	+			+		3
19			-.					-.									+	+			+	5
20										+		+										2

Программа развития межличностных отношений подростков

Общая структура занятий:

1) Приветствие (ритуал вхождения в занятие); объявление темы, небольшой экскурс в теорию темы. Это позволяет сплочивать участников, создавать атмосферу группового доверия и принятия.

2) Разминка – воздействие на эмоциональное состояние участников, уровень их активности. Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность.

3) Основное содержание: упражнения и занятия, ориентированные на развитие коммуникативных навыков.

4) Рефлексия занятия предполагает участниками две оценки занятия: эмоциональную (понравилось - не понравилось) и смысловую (что чувствовали, какие мысли возникали; были ли сложности: что помогало, что мешало; что намерены делать с тем, что узнали, чему научились; почему это важно для каждого конкретно, что запомнилось больше всего).

5) Прощание – смысловое завершение занятий, психогимнастика по тематике занятия, домашнее задание и ритуал выхода.

ЗАНЯТИЕ №1. «Я ХОЧУ ОБЪЩАТЬСЯ»

Цель: постановка целей и осмысление группой предстоящей работы.

Ведущий приветствует группу, говорит вводное слово: рассказывает цели, задачи предстоящей работы, и сообщает формы работы.

1) Ритуал входа.

Цель: сплочение группы и настрой группы на работу.

- Перед тем как мы с вами начнем работу, я предлагаю вам придумать особый ритуал, который будет известен только нам. Мы будем проводить его в начале каждого занятия в знак приветствия друг друга.

Например, можно использовать Ритуал «Ладони» - выражение своей готовности и настроенности на работу:

- открытые ладони – «Я готов работать»;
- скрытые – «Я не настроен на работу»;
- одна открыта, другая скрыта «Я неопределенно себя чувствую»;

Группа придумывает Ритуал Приветствия (ну или его предлагает сам ведущий).

2) Создание предпосылок для создания комфортной психологической атмосферы.

А) Далее Ведущий предлагает определить форму общения, то есть, как будет идти обращение, по реальному имени, по псевдониму, имени и отчеству.

Так же, возможно, ввести карточки с именами.

Б) Вырабатываются и принимаются принципы работы:

-Правило активности. От активности каждого члена группы выигрывают все.

-Правило равноценности. Нет статусных различий, иерархии, сложившейся для группы, субординации. Каждый несет ответственность как за свои решения, так и за групповые.

-Правило Искренности. Каждый говорит то, что думает, а не то, что (по его мнению) от него ждут, при этом меру доверительности устанавливает сам.

-Обсуждению подлежит только то, что происходит «здесь и сейчас».

-Правило конфиденциальности. Информация, обсуждаемая в группе и касающаяся «личных» жизненных историй каждого, не выносится за пределы круга.

-Правило конструктивной обратной связи. Говорить о поведении, а не о личности. Анализ поведения детализировать по эпизодам, а не обобщать не дифференцированно. (Это важно для создания доверительной теплой атмосферы в группе).

3) Знакомство. «Снежный ком».

Цель: познакомить участников друг с другом, снять эмоциональное напряжение.

- А теперь давайте познакомимся друг с другом. А сделаем мы это следующим образом. Сейчас мы по кругу называем свое имя и рассказываем что-нибудь про себя (например, любимое хобби или то, чем хотели заниматься), каждый, перед тем как назвать свое имя и хобби, повторяет по порядку имя и хобби других, уже названных. Будьте внимательны!

4) Беседа.

Цель: формирование четкого представления, что такое общение

- Есть такое слово. Коммуникация. Сейчас пусть каждый из вас на листочке попробует выразить свое понимание этого термина, то есть, как вы считаете, что оно означает. Постарайтесь сделать это самостоятельно, не советуясь. У нас на это 5 минут.

После выполнения задания, предлагается зачитать по кругу некоторые определения. Ведущий совместно с группой в процессе обсуждения определяет общее понятие, которым группа будет руководствоваться в дальнейшем.

Коммуникация — смысловой аспект социального взаимодействия. Поскольку всякое индивидуальное действие осуществляется в условиях прямых или косвенных отношений с другими людьми, оно включает (наряду с физическим) коммуникативный аспект. Действия, сознательно ориентированные на смысловое их восприятие другими людьми, иногда называют коммуникативными действиями. Различают процесс К. и составляющие его акты. Основные функции коммуникационного процесса состоят в достижении социальной общности при сохранении индивидуальности каждого ее элемента. В отдельных актах К. реализуются *управленческая, информативная, эмотивная и фатическая* (связанная с установлением контактов) функции, первая из которых является генетически и структурно исходной.

Условно выделяют сообщения:

побудительные (убеждение, внушение, приказ, просьба); информативные (передача реальных или вымышленных сведений); экспрессивные (возбуждение эмоционального переживания); фатические (установление и поддержание контакта).

Средства: речевая (письменная и устная), паралингвистическая (жест, мимика, мелодия), вещественно-знаковая (продукты производства, изобразительного искусства и т. Д.)

Коммуникация – смысловой аспект социального взаимодействия; *действия*, сознательно ориентированные на смысловое их восприятие другими людьми, иногда называют *коммуникативными действиями*; *основные функции* коммуникационного процесса состоят в достижении социальной общности при сохранении индивидуальности каждого ее элемента.

- А теперь попробуйте дать определение понятию «общение».

Общение – взаимодействие двух или более субъектов, состоящее в обмене между ними сообщениями, имеющими предметный и эмоциональный аспекты. Общение основано на реализации особой потребности в контакте с другими субъектами, об удовлетворении которой свидетельствует возникновение «радости общения».

- Как вы думаете, есть ли разница между «коммуникацией» и «общением» или это совсем идентичные понятия?

Далее ведущий помогает логически развивать беседу посредством вопросов: - Что такое общение? Как мы можем общаться друг с другом? В чем ценность общения для нас? Когда и в чем мы испытываем сложности и затруднения в процессе общения с другими людьми?...

5) «Ожидания и опасения».

Цель: обозначить цели группы и сопоставить их с целями программы, чтобы не было противоречий и недопонимания.

Ведущий просит группу прописать свои ожидания от предстоящей работы и опасения на листочках, а потом по кругу их зачитать. Ведущий не оценивает их, доброжелательно выслушивает их, вносит ясности в цели работы, если это необходимо.

6) Психогимнастика – «Путаница» («Паутинка»). – *Доброволец выходит из комнаты, участники становятся в круг, берутся за руки и получившуюся цепочку путают в клубок. Доброволец возвращается и пытается распутать этот клубок самостоятельно.*

Ритуал выхода.

Цель: логически завершить занятие, снять эмоциональное напряжение, вызванное в ходе работы.

- Наша первая встреча подходит к концу, и я думаю. Мы начали с ритуала приветствия, и было бы вполне логично, если бы мы с вами придумали и Ритуал Прощания.

Группа исполняет принятый Ритуал Прощания, ведущий прощается с группой.

**ЗАНЯТИЕ №2. «ЛИЧНОСТЬ КАК САМОЦЕННОСТЬ
В ПРОЦЕССЕ ОБЩЕНИЯ».**

Цель: формирование понимания ценности личности своей и другого.

1) Ритуал входа.

2) Продолжение знакомства.

Цель: сплотить группу и настроить на работу.

- Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. А сделаем это так. Нам нужен доброволец. Ему нужно встать в круг, его стул убирается из круга. Он будет говорить «Поменяйтесь местами те, кто...» и называет какое-нибудь умение или какой-нибудь признак. И те, кто этим обладает должны быстро поменяться местами, пробегая мимо ведущего, а ведущий должен успеть занять любое освободившееся место. Тот, кому места не досталось становится ведущим. Будьте внимательны!

3) Проверка домашнего задания. Обсуждение.

4) «Декларация о правах человека».

Цель: осознание группой ценности и абсолютности своих прав и прав другого.

- Мы очень часто употребляем такие слова, как «права» и «обязанности». Сейчас мы с вами попробуем написать свою «Декларацию о правах человека». Для этого нужно разделить на 3-4 группы. Одна из групп будет «Конституционной комиссией», а остальные должны будут разрабатывать свои Декларации, потом представить ее. Но вам необходимо выдержать два важных условия: а) эти права не должны ущемлять прав другого человека, б) осуществление этих прав должно зависеть не от других людей, а только от самого человека. Комиссия после презентации представит нам общую Декларацию на основе заслушанных версий. «Группам разработчиков» дается право отстаивать свои позиции, и принятые предложения в ходе обсуждения будут фиксироваться на доске.

5) Рефлексия по завершению задания.

Цель: проговаривание группой своих чувств, мыслей, возникших сложностей, идей, довольны ли участники своей работой.

6) «Мастер коммуникации».

Цель: самодиагностика коммуникативных навыков.

Ведущий просит на листочках изобразить «лестницу коммуникативного мастерства» Левый край – низкая коммуникативная компетенция, правый – «мастер коммуникации». Задача: найти свое место на этой лестнице

7) Психогимнастика – «Марионетка». – *Для выполнения этого забавного*

упражнения вам нужно разбиться на тройки. Каждой тройке дается задание: двое должны играть кукловода – полностью управлять всеми движениями куклы-марионетки, один участник будет играть роль куклы. Для каждой тройки расставляются два стула на расстоянии 1,5 – 2 метров. Цель «кукловодов» - перевести «куклу» с одного стула на другой. При этом человек, который играет «куклу», не должен сопротивляться тому, что с ним делают «кукловоды». Очень важно, чтобы на месте «куклы» побывал каждый.

8) **Домашнее задание:**- Напишите мини эссе, чем для вас может быть дорог и ценен другой человек.

9) **Ритуал прощания.**

ЗАНЯТИЕ №3 «КТО Я?»

Цель: познание кто «Я» и как меня видят другие.

1) **Ритуал входа.**

2) **Продолжение знакомства.** «Никто не знает, что я...».

Цель: сплотить группу и настроить на работу.

- Сейчас мы будем бросать друг другу мяч и тот, у кого окажется мяч завершает фразу «Никто не знает, что я... (или у меня...)». Будьте внимательны!

3) **Проверка домашнего задания. Обсуждение.**

4) **«На кого я похож?»**

Цель: познание себя, рефлексия своих чувств.

- Нарисуйте себя таким, каким вы себя сейчас ощущаете. Вы можете выразить себя как хотите, так, как чувствуете. Затем покажите рисунок группе, а группа должна высказаться, что она видит на этом рисунке. Автор рисунка после того, как все выскажутся, расскажет, угадала ли группа его замысел, и что он на самом деле хотел изобразить. Такое упражнение можно выполнять каждый день, чтобы понять, что вы чувствуете, каково ваше настроение.

5) **10 позитивных и 10 негативных «Я» во мне.**

Цель: познание себя, свои плюсы и минусы.

- Сейчас я хочу попросить вас на листочке написать 10 своих положительных качеств и 10 негативных, которые помогают и мешают вам общаться с людьми. Затем напишите к каждому из 20 качеств, в чем их польза, а в чем их вред.

- В чем были сложности? Вы что-нибудь заметили в себе нового, выполняя это задание? Или может задумались над чем-нибудь?

6) **«Наблюдатель».**

Цель: обеспечить каждому участнику условия для получения обратной связи.

Выбирается значимая тема. Половина группы включается в дискуссию, а вторая – наблюдатели. По завершении, участники дискуссии делятся впечатлениями, оценивают свою удовлетворенность результатом, собственным вкладом в дискуссию и поведением партнеров. Далее наблюдатели анализируют поведение каждого игрока, делая акцент на том, что ему помогало, а что мешало в ходе игры. Тренер с помощью группы четко формулирует ошибки в общении, обнаруженные наблюдателями.

7) **Психогимнастика – «Чувства».**

Цель: сформировать навыки распознавания и анализа чувств у себя и у других (беседа). Сейчас вам будут розданы карточки со списком чувств. Вы должны поставить напротив всех чувств, которые вам приходилось испытывать, галочки. А потом с соседом объединиться в пару и сравнить, кто что отметил.

Затем возвращайтесь в круг.

Далее идет обсуждение природы чувств и особенности их выражения.

8) **Домашнее задание:** Проследите в повседневной жизни, какие и когда у вас возникают чувства, как вы их выражаете и для чего вы это делаете.

9) **Ритуал прощания.**

ЗАНЯТИЕ №4. «МОИ ДРАКОНЫ»

Цель: сформировать навыки самоконтроля.

1) **Ритуал входа.**

2) **Продолжение знакомства. «Антонимы».**

Цель: сплотить группу и настроить на работу.

- *Сейчас мы будем бросать друг другу мяч, называя при этом какое-нибудь состояние или чувство, а, поймав брошенный нам мяч, будем называть антоним к нему – противоположное состояние или чувство. Например, грустный – веселый. Будьте внимательны и не бросайте мяч повторно кому-либо, мяч должен побывать у всех.*

3) **Проверка домашнего задания. Обсуждение.**

4) **«Я умею, знаю, могу»**

Цель: изучить внутреннее звучание установок и актуализировать внутренний потенциал.

- *Сейчас мы с вами попробуем выявить собственные силы, о которых, возможно, не знаем или не задумывались. Разделите лист на три колонки умею, знаю, могу; И отвечая на вопрос, «Общаясь с другими людьми, я умею/знаю/могу...», заполните их.*

5) **«Победить своего Дракона».**

Цель: найти в себе потенциал в преодолении своих главных негативных качеств.

- *Все мы читали сказки, легенды о смелом воине, убивающем дракона. Помните Змея Горыныча, когда богатырь отрубал ему голову, а она отрастала все заново и заново. Страшно, не правда ли? Но все-таки одолев все головы, богатырь побеждал. Скажите, что вы чувствуете, когда вы думаете о Драконе? У каждого из нас есть свой дракон. Он появляется как маленький, почти безобидный дракоша, но если его во время не уничтожить, то он может вырасти и стать опасным для самого человека и его близких. Он может даже поглотить нас и мы сами станем Драконом. Поэтому лучше воевать с Драконом, пока он еще мал, и главное помнить, что силы у него не беспредельны, вспомните могучего богатыря и храброго рыцаря. Вам предлагается для этого нарисовать своего дракона в целом, а потом и каждую голову в отдельности. А теперь придумайте историю, в которой вы победите этого дракона. И вы можете объединить свои истории в одну и рассказать ее вместе.*

6) **Психогимнастика – «Блюдце с водой».** Передача блюдца с водой по кругу (или перенести его от одного края комнаты к другой в качестве эстафеты. Группа делится на две равные части и располагается в этих двух концах комнаты. Таким образом, с помощью блюдца с водой, стараясь не расплескать воду, группы должны перебраться в противоположный конец комнаты).

Цель: развитие самоконтроля и самообладания.

7) **Домашнее задание:** - *В ситуациях, когда ваши драконы снова начнут вырываться на свободу, попробуйте найти способы побороть их и запомните, с помощью чего, вам удалось их усмирить.*

8) **Ритуал выхода.**

ЗАНЯТИЕ №5. «Я ЧУВСТВУЮ, ЧТО ТЫ...»

Цель: сформировать навыки распознавания эмоционального состояния собеседника.

1) **Ритуал входа.**

2) **«Подарок».**

Цель: сплотить группу и настроить на работу.

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

3) **Проверка домашнего задания. Обсуждение.**

4) **«Скажи по-разному».**

Цель: сформировать навыки отражения и распознавания эмоций и чувств.

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

5) «Подари движение»

Цель: укрепление эмоциональных контактов между детьми, развитие доверия и взаимопонимания.

Ход игры: выбирается ведущий. Остальные дети становятся в круг, а ведущий — в центре круга. Ведущий начинает выполнять какие-нибудь однотипные движения в течение 10-15 секунд, а остальные повторяют эти движения за ним. Далее меняется ведущий и игра продолжается.

6) «Претензия – ответ – мир».

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

- Группа делится пополам и образует два круга, обращенных друг к другу «лицом». Внешнему кругу, каждому участнику, дается фраза- претензия, который тот по сигналу должен предъявить человеку, сидящему (стоящему) напротив него. И тот, кто должен реагировать, реагирует так, чтобы сгладить ситуацию. По сигналу внешний круг передвигается на одного человека до тех пор, пока в паре не окажутся те, кто с кем начинал.

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

7) Психогимнастика – «Молчаливые пары».

Цель: развитие чувствительности и эмпатии.

- Сейчас нам нужно разбиться на пары. Члены каждой пары садятся друг напротив друга и в течении 5 минут хранят молчание, поддерживая только контакт взглядов, можно подержать друг друга за руки.

8) Домашнее задание:- Проследите, в каких ситуациях и какие чувства Вы вызывали у людей, с которыми общались, попытайтесь определить причины.

9) Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ №6. «СМЫСЛЫ... Я ПОНИМАЮ, ЧТО ТЫ...»

Цель: сформировать навыки анализа информации, которую нам транслирует собеседник.

1) Ритуал входа.

2) Продолжение знакомства. Атомы.

Цель: сплотить группу и настроить на работу.

- Представим себе, что все мы атомы. Атомы выглядят так: (психолог показывает согнув руки в локтях и прижав кисти к плечам). Атомы постоянно двигаются и время от времени объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разным, оно будет определяться тем, какое число я назову. Мы все сейчас начнем быстро двигаться по этой комнате, и время от времени я буду говорить какое-то число, например, три. И тогда атомы должны объединяться в молекулы по три атома в каждой. Четыре – по четыре. А молекулы выглядят так (тренер вместе с двумя участниками группы показывает, как выглядит молекула: они стоят лицом друг к другу в кругу, касаясь друг друга предплечьями).

3) Проверка домашнего задания. Обсуждение.

4) «Мы с тобой одной крови! Ты и я!»

Цель: сформировать навыки поиска общего и отличного.

- Помните Маугли? И урок, который ему дал учитель – медведь Балу? «Прежде, чем что-то сделать, скажи заклинание “Мы с тобой одной крови! Ты и я!”» и тогда тебя принимают и понимают. Давайте подумаем над тем, что нас объединяет? Для этого

выберете себе партнера и сядьте рядом с ним. Возьмите чистый лист бумаги и ручку. Поставьте заголовок «Наше сходство», посмотрите друг на друга внимательно... Другой рост, вес, цвет волос, глаз... Очень много различий – ведь он – Другой! Но сейчас подумайте над тем, что вас объединяет. Но не спрашивайте об этом вашего партнера. Работайте молча, заполняя ваш листок, думая и о нем и о себе. И чем разнообразнее будут эти признаки, тем лучше. Затем обменяйтесь с партнером списками, и отметьте те признаки, с которыми не согласны. После этого, обсудите те списки, которые у вас получились, с чем вы согласны и с чем нет.

5) Я тебя понимаю.

Цель: формирование навыков «считывания» состояния другого человека.

Каждому подростку предлагается среди членов группы выбрать человека, чье состояние и мысли он сможет отгадать по глазам, по выражению лица и т.д. Дается 3 минуты на то, чтобы письменно изложить, о чем думал выбранный человек во время занятия, какие чувства испытывали т.д.

Продолжение упражнения может проходить в двух вариантах:

А) Каждый подросток, обращаясь к человеку, состояние которого он описывал, рассказывает ему о нем (о его состоянии, его мыслях), а он может прокомментировать этот рассказ, он может подтвердить правильность наблюдений, и опровергнуть догадки, указав на допущенные ошибки.

Б) Каждый подросток описывает состояние партнера, который не знает, что все это относится к нему. Дети должны определить, чье состояние было описано.

6) Язык тела.

Цель: сформировать навыки считывания информации с внешних проявлений собеседника.

- Скажите, как мы можем узнать от другого человека, что он думает и что чувствует?.. Мы можем это узнать со слов человека, а можем и с его поведения. Поскольку очень сложно делать однозначные выводы о том, какую информацию «передает» тело, полезно провести исследование того, как люди воспринимают передаваемые им «несловесные» (невербальные) послания. Сейчас мы будем по кругу передавать такое послание соседу справа, но молча, и так, чтобы вас поняли. Сосед должен угадать, о чем может быть это «послание» и потом уже передать свое послание дальше своему соседу.

7) Психогимнастика – «Превращение».

Цель: сформировать навыки внимательного отношения к другим людям и способности понять другого.

- Сейчас каждому из вас будет предоставлена возможность «вжиться» в другого человека, чтобы постараться лучше его почувствовать и понять. Вы получите листы бумаги с указанием имени того человека, в которого вы будете превращаться. Для этого пусть каждый напишет на карточке свое имя и отдаст мне (раздаются чистые листы бумаги, дети пишут свои имена). Пока вы еще не получили «роль», постарайтесь понаблюдать друг за другом и запомнить какие-то особенности, привычки друг друга.

8) Домашнее задание: Пронаблюдать в своем ближайшем окружении друзей, родственников и/или других людей, какие послания и как они передают вам или между собой, и доходят ли эти послания до адресата, как люди на них реагируют.

9) Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ №7. «СЛУШАЮ И СЛЫШУ».

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

1) Ритуал входа.

2) Светский прием.

Цель: сплотить группу и настроить на работу.

- Давайте поприветствуем сегодня друг друга приятным словом, приятным комплементом. Мы будем ходить по комнате и говорить друг другу какие-то добрые слова, опираясь на то, что уже знаем, о том человеке, к которому подошли, например, о его достоинствах, или о том, как он сегодня хорошо выглядит и так далее.

3) Проверка домашнего задания. Обсуждение.

4) Мотив.

- Вспомните сейчас, пожалуйста, два случая, в одном из которых поступок был вызван неосознаваемым мотивом, а в другом – осознаваемым.

Например: 1) мотив любопытства; 2) мотив завоевания любви другого человека.

5) Тайна.

Цель: научиться понимать скрытые мотивы при общении.

Ролевая игра.

Сюжет: к начальнику цеха приходят трое квалифицированных рабочих из одной бригады с просьбой об увольнении. Начальник пытается уговорить их остаться, т.к. без них развалится хорошая, надежная бригада.

Условия: эта ситуация описывается всем участникам группы, затем выбирается «начальник» и удаляется из помещения. После этого объявляется скрытый мотив поведения рабочих: работа до сих пор всех устраивала, но в последнее время мастер решил уравнивать эту бригаду с другими, менее надежными и квалифицированными, «поставить» бригаду на место, дает работу низкооплачиваемую, трудоемкую, наравне с другими, чего раньше не было. Это происходит из-за обострившегося конфликта бригадира с мастером, о котором рабочие не говорят начальнику цеха, не желая «выдавать» бригадира. // В этом состоят задачи «рабочих» // Это тот скрытый мотив, который должен определить «начальник» после завершения ролевой игры. Чем ближе версия «начальника», к этому скрытому мотиву, тем успешнее общение. // Задачи «начальника» //

«Рабочие» выдвигают разные аргументы: один нашел работу ближе к дому, другой – с более четким режимом (без сверхурочных), третий – со свободным режимом дня.

6) Психогимнастика – «Рекламный ролик».

Цель: сформировать навыки анализа и презентации, а также навыки «слушать и слышать», а также развитие эмпатии.

- Всем хорошо известно, что такое реклама. Сейчас каждому из нас нужно будет создать свой «рекламный ролик», где нужно будете прорекламировать «товар» так, чтобы подчеркнуть его истинные лучшие стороны, его достоинства, чтобы вызвать к нему интерес. Но «товаром» будут не предметы, а конкретные люди, сидящие здесь, в кругу. Напишите на карточках свои имена. Сейчас в произвольном порядке вы получите карточку с именем того человека, которого нужно будет прорекламировать. Это можете быть даже вы сами, но как только вы узнаете имя, не сообщайте его. В конце ролика подумайте, чем мог бы оказаться ваш протез, если бы не родился человеком. Назовите категорию людей, на которую рассчитана эта реклама. Длительность ролика не более одной минуты. И все должны будут угадать, о ком вы говорили.

7) Домашнее задание: -Вам нужно будет понаблюдать в своей обыденной жизни, что люди говорят вам, иди другим людям, и что они под этим действительно подразумевают. Так же проследите, что говорите вы, и что на самом деле думаете, подозреваете.

8) Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ №8. «Я ВАМ ХОЧУ СКАЗАТЬ».

Цель: сформировать навыки корректного, четкого формулирования текста.

1) Ритуал входа.

2) Продолжение знакомства. Испорченный телефон.

Цель: сплотить группу и настроить на работу.

- Наверно, все знают игру «Испорченный телефон»? Давайте начнем сегодняшнее занятие с этой игры. Выстроимся в цепочку, глядя в спину соседу впереди нас. Ведущий стоит в конце цепочки и, положив руку на плечо впереди стоящему, тихо-тихо, чтобы не слышали другие, говорит ему слово, тот так же передает услышанное слово дальше, не переспрашивая, если не совсем понял, и так до конца цепочки, последний называет слово, которое ему пришло.

3) Проверка домашнего задания. Обсуждение.

4) Другой акцент.

Цель: сформировать смысловое понимание и выделение ключевых слов, фраз в речи в процессе общения.

- Часто в нашей речи мы совершенно не обращаем внимание на то, какие слова мы говорим. И бывает, что нас не понимают, не понимаю то, что мы имели в виду. И когда нам говорят, что «Я не понял, о чем идет речь», мы можем отреагировать двумя принципиально разными способами:

I. Мы можем сказать «Вы меня не поняли» («Ну какой же Вы бестолковый человек!»).

II. А можем сказать, «Извините, я, должно быть, не так выразился» или «Извините, я, вероятно, плохо выразил мысль».

- Есть ли разница, в этих двух способах, и если есть, то какая? ... Первым способом мы перекладываем ответственность за такую ситуацию на партнера, ставя его в неловкое положение и даже обижая. Второй способ снимает с вашего партнера эту ответственность и берете ее на себя, ведь это же ваши слова привели к непониманию. Этим вы продемонстрируете, что готовы продолжить разговор и привести его к пониманию партнеров друг друга, даже если все получилось не так, как вы хотели вначале. Давайте сегодня потренируемся в использовании именно второй тактики ведения разговора. Для этого мы сначала соберем несколько примеров высказываний первого типа, при котором вся вина перекладывается на партнера. Желательно, чтобы вы брали примеры из вашей личной практики, которые вы слышите при общении со своими друзьями, знакомыми, и другими людьми. И тогда мы с вами перенесем акцент на второй вариант, который более эффективен при ведении диалога.

5) Просьба. Пирог начинка.

Цель: сформировать корректное отношение и понимание к «просьбе» и «просящему», а также помочь определить собственную позицию в ситуации просьбы как со стороны «просящего», так и со стороны того, к кому обращаются за просьбой.

- *Просьба, в чем-то напоминает пирог с начинкой: форма может быть одинаковой, а содержание разным; пирог может быть сладким или соленым и т.п. Давайте с вами нарисуем или опишем разные пироги-просьбы – их форму, цвет, вкус... А теперь давайте обсудим, что вы чувствовали, когда «создавали» такой пирог, какие ассоциации возникали, приятные, неприятные, которые вызывает «просьба».*

Анализируется, с чем связано. Подчеркивается значимость умения правильно высказать просьбу и реагировать на нее, а также реагировать на отказ от выполнения просьбы.

6) Переводчик.

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

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

7) Задавание вопросов.

Цель: сформировать навыки задавания открытых и закрытых вопросов.

- Вопросы бывают разные... Есть вопросы открытые, на которые человек отвечает целым текстом в свободной форме, а есть закрытые, на них человек может ответить конкретно «да», «нет», «может быть»... Давайте с вами попробуем позадавать такие вопросы соседу справа. И эти вопросы вам нужно будет составить вам самим.

Раздаются карточки с указанием, сколько и каких вопросов должно быть задано (например 1 открытый, 2 закрытых).

8) Домашнее задание: - Попробуйте на практике при общении в своем окружении применять вот все эти техники, которые мы с вами сегодня изучили. Давайте их перечислим (№ 4,5,6,7).

9) Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ №9. «ЗАКРЕПЛЕНИЕ»

Цель: закрепить и отработать полученные навыки.

1) Ритуал приветствия.

2) «Хочу тебе пожелать».

Цель: сплотить группу и настроить на работу.

- Давайте начнем сегодняшнее занятие с того, что выскажем друг другу пожелания на день, и сделаем это по кругу. А потом, встанем, возьмемся за руки и на счет три дружным хором скажем друг другу «Спасибо! Спасибо!

Спасибо!»

3) Проверка домашнего задания. Обсуждение.

4) «Перефразирование (эхотехника)».

Цель: сформировать навыки уточнения информации.

- Это упражнение состоит в том, что вы возвращаете собеседнику его высказывания (одну или несколько фраз), сформулировав их своими словами. Перефразирование можно начинать такими вводными фразами: «Как я Вас понял...», «По Вашему мнению...», «Другими словами, Вы считаете...». Для перефразирования выбираются наиболее существенные, важные моменты сообщения. Но при «возврате» реплики не стоит что-либо добавлять от себя, интерпретировать сказанное, не делать выводы с его слов. Так мы помогаем самому себе уточнить, правильно ли мы поняли слова собеседника, а также дать собеседнику представление о том, как его слова были восприняты вами, и натолкнуть на разговор о том, что в его словах кажется вам наиболее важным.

5) «Резюмирование».

Цель: сформировать навыки воспроизведения слов собеседника в сокращенном виде, краткое формулирование самого главного, подведения итогов. Например: «Ваши основными возражениями, как я понял, является...», «Если теперь подытожить сказанное Вами, то...».

- Резюмирование помогает при обсуждении, рассмотрении претензий, когда необходимо решить какие-либо проблемы. Оно особенно эффективно, если обсуждение затянулось, идет по кругу или оказалось в тупике. Резюмирование позволит не тратить время на поверхностные не относящиеся к делу разговоры. Резюмирование может быть действенным и необходимым способом закончить разговор со слишком словоохотным собеседником (а том числе по телефону). Давайте начнем с вами выполнение этого задания с того, что по кругу начнем высказываться о том, как вчера прошел Ваш день, что было интересного, необычного, что вызвало у вас хорошие, приятные чувства. А последующий участник должен резюмировать маленький рассказ предыдущего участника, а затем рассказывает, как прошел его день и так по кругу. Вы можете выразит согласие или не согласие с резюме ваших слов, что-то уточнить, пояснить.

6) «Что он чувствует?»

Цель: сформировать навыки снятия эмоционального напряжения собеседника в ходе

беседы.

- Мы люди, существа чувствующие и испытывающие те или иные эмоции, и в ходе общения нам свойственно это проявлять. Но они могут быть как позитивными, так и негативными. Это упражнение позволяет отработать приемы, позволяющие участникам снизить возникшее по той или иной причине эмоциональное напряжение. Сидя в кругу, мы будем говорить соседу справа о его эмоциональном состоянии, затем он расскажет о своем состоянии; степень соответствия этих оценок определяется вначале соседом, а потом всеми остальными.

Можем проиграть и обсудить ситуацию, когда участники должны вести беседу на заданную тему на фоне сложной (неоднозначной) эмоциональной обстановки. Например, в ситуации, которая должна привести к примирению.

7) «Свободный микрофон».

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

- Вы уже достаточно хорошо знаете друг и друга и готовы отвечать на любые вопросы членов группы. Сейчас вы по очереди будете задавать свои вопросы тому, кто первый захочет воспользоваться такой возможностью побыть «в центре внимания». Основное правило – отвечать как можно полнее и откровеннее. Благодаря этому вы сможете еще лучше разобраться в себе, ведь вопросы касаются особенностей вашего характера, ваших привычек и интересов, привязанностей и мнений по поводу тех или иных сложных жизненных проблем. Одним словом, вы – очень интересный человек. И у окружающих к вам много вопросов. Участник, который будет первым отвечать на вопросы, сядет так, чтобы видеть всех членов группы. Остальные начнут по очереди задавать вопросы, используя принцип «свободного микрофона», т.е. как только человек закончит отвечать на очередной вопрос, следующий член группы может задать свой, заранее подготовленный. И так далее, до тех пор, пока все желающие не воспользуются своим правом подойти к свободному микрофону.

8) Подведение итогов курса.

- Мы с вами провели 9 занятий. Узнавали что-то новое о себе, о других людях, о том, что можно вести себя разными способами, что ситуация, такая как она есть, не всегда нам понятна, а также чему-то научились. Сейчас я попрошу вас написать маленькое сочинение о том, что вы узнали здесь, чему научились, каковы ваши дальнейшие планы по саморазвитию, ваши пожелания участникам, мне. Отметьте, пожалуйста, что бы вы хотели получить от наших встреч, но вы этого не получили.

9) Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ № 10. «ЗАВЕРШЕНИЕ»

Цель: закрепление представлений участников о своей уникальности, обогащение сознания позитивными, эмоционально-окрашенными образами личности.

Ритуал приветствия: психолог говорит участникам, что традиционные взаимные приветствия на этом занятии проведём с обязательным использованием в начале фразы: «Здравствуйте, мне приятно тебе сказать...». Вы вправе закончить беседу по своему усмотрению, но начало диалога должно быть именно таким, найдите несколько самых тёплых слов для каждого человека. Подойдите обязательно к каждому человеку и непременно с улыбкой. Ваш диалог не должен затягиваться, ведь нужно отдать часть своего тепла другим. Не жалейте своей души, своего тепла, отдавая, вы только приобретаете!

Входная рефлексия: Время: 10 мин. - с каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение № 1. «Благодарен тому, что...».

Цель: сосредоточение внимания участников на позитивных аспектах и реалистичных установках в повседневной жизни.

Оборудование: листы бумаги и ручки.

Процедура проведения: «наша совместная работа подошла к концу, и вы вскоре вернётесь к своей повседневной жизни. Одни из вас, вероятно, заранее радуются этому, другие – хотели бы ещё на какое-то время остаться в группе. Чтобы облегчить этап перехода для каждого из вас и помочь вам подготовиться к решению повседневных задач, я предлагаю следующее упражнение.

Запишите, пожалуйста, 15 пунктов на листе бумаге, начиная каждое новое предложение со слов: «Я благодарен тому, что...» «Понятно ли, что я имею в виду?» В заключение попросите участников зачитать записи и организуйте небольшой обмен впечатлениями. Вопросы для обсуждения: - как часто я, помимо упражнения, осознаю, чему в жизни я благодарен? - с кем я это обсуждаю? - что я чувствую сейчас? А теперь я предлагаю выбрать какого-нибудь значимого для вас (в настоящем или в прошлом) человека и напишите ему письмо. В письме расскажите ему, какие мысли и чувства пробудила в вас группа, и как вы собираетесь использовать новый опыт в дальнейшем. Чтобы иметь возможность по-настоящему сосредоточиться на выполнении задания, найдите место, где вам никто не будет мешать. У вас есть 30 мин. теперь мне бы хотелось, чтобы каждый по кругу рассказал о том, что его в данный момент волнует... А сейчас я попрошу тех, кто чувствует себя готовым к этому, прочитать нам свои письма...

Чем серьёзнее отнесутся участники к поставленной задаче, тем более сильнее чувства они будут испытывать.

Вопросы для обсуждения: - кому я писал письмо? - что было для меня наиболее значимым? - как отнёсся бы к письму адресат, если бы он действительно мог прочесть его? - отправлю ли я это письмо?»

Упражнение № 2. «Я реальный, я идеальный, я глазами других».

Цель: закрепление представлений участников об уникальности своей личности.

Процедура проведения: психолог просит участников нарисовать себя такими, какие они есть, такими, какими хотели бы быть, и такими, какими их видят другие люди. В ходе обсуждения участники пытаются ответить на вопрос, чем вызваны расхождения в представлениях о том, каким бы хотел быть и какими тебя видят другие, с тем, какой ты есть на самом деле.

Упражнение № 3. «Машина времени».

Цель: выработка новых способов решения жизненных проблем.

Процедура проведения: ведущий предлагаем участникам поговорить об их жизни и пофантазировать о том, что можно было бы сделать иначе. Просит участников представить, что они перенесли в какое-то время своей жизни, которое им хотелось бы изменить. Группе предлагается зарисовать это событие так, как оно могло бы произойти. Участники включаются в действие, которое им следовало бы сделать, чтобы добиться другого развития событий. Обсуждение: сначала каждый рассказывает о реальном событии из его прошлого. Затем, они рассказывают, каким образом, они изменили это прошлое.

Эмпатия вызывается путём стимулирования понимания участниками мотивов, по которым каждый участник предпочёл бы какое-то событие или опыт. Участники побуждаются к тому, чтобы посоветовать друг другу пути изменения прошлого.

Упражнение № 4. «Счастье».

Цель: выработка альтернативных способов выхода из проблемной ситуации.

Процедура проведения: участникам сначала предлагается ответить на ряд вопросов, поставленных психологом. «Знаете ли вы какую-нибудь историю про счастливое животное? Знаете ли вы какого-нибудь человека, который практически всегда счастлив? Когда вы сами счастливы, что вы испытываете?» Затем просит: «Я хочу чтобы, вы нарисовали картину, которая покажет, что бывает, когда вы счастливы. Используйте краски и линии, формы и образы, которые выразят ваше

понимание счастья. А теперь давайте обсудим, что делает вас счастливыми. Диктуйте, я буду записывать».

Запишите слова на доске и дайте участникам продолжить эту запись. Анализ упражнения: Почему мы не можем всё время чувствовать себя счастливыми? Что ты делаешь, чтобы после какой-нибудь неприятности снова стать радостным? Что делает вас чаще всего счастливыми?

Упражнение № 5.«Подарок». Время: 15 мин.

Цель: закрепление позитивного настроения проделанной работы.

Процедура проведения: каждый участник придумывает подарок, который хотелось бы подарить человеку, сидящему рядом. Главное условие заключается в том, что подарок должен как можно лучше подходить данному человеку, доставлял ему радость. Рассказывая о предполагаемом подарке, каждый объясняет, почему, именно этот подарок был выбран. Участнику, которому подарили подарок, высказывает своё мнение: действительно ли он этому рад.

Выходная рефлексия: с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - чему научились в процессе тренинговой работы? - что нового узнали для себя? - есть ли к участникам тренинговой группы и ведущему какие-нибудь предложения и пожелания?

Ритуал прощания: Участники встают в круг, берутся за руки и говорят все вместе - «Жаль расставаться. Мне приятно было работать с вами. Всего хорошего. До свидания!».

Таблица 8

Расчет критерия корреляции Спирмена

№ испытываемого	КОД	Значения А (тип поведения)	Ранг	Значения В (социометрически й статус)	Ранг	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	ДАА	8.125	18.5	3	16.5	2	4
2	СНВ	7.125	13.5	2	12	1.5	2.25
3	МВВ	7.25	15.5	4	19.5	-4	16
4	ЭЛЗ	6.625	10.5	2	12	-1.5	2.25
5	ВЛЗ	6.5	8.5	1	5.5	3	9
6	ЕГЗ	6.625	10.5	2	12	-1.5	2.25
7	АГИ	8.125	18.5	4	19.5	-1	1
8	ДГИ	7.375	17	3	16.5	0.5	0.25
9	АСЛ	5.375	1	0.1	1	0	0
10	ВВЛ	5.625	2	1	5.5	-3.5	12.25
11	АКМ	6.5	8.5	3	16.5	-8	64
12	НИИ	6.125	5	2	12	-7	49
13	ННН	7	12	1	5.5	6.5	42.25
14	ОВЯ	6	4	1	5.5	-1.5	2.25
15	АНО	6.375	6.5	1	5.5	1	1
16	ТВП	6.375	6.5	1	5.5	1	1
17	ЕЛП	8.875	20	3	16.5	3.5	12.25
18	ТОР	5.875	3	1	5.5	-2.5	6.25
19	ДАХ	7.125	13.5	1	5.5	8	64
20	ДДЯ	7.25	15.5	2	12	3.5	12.25
Суммы			210		210	0	303.5

- 1) Ранжирование значений А и В. Их ранги занести в колонки «Ранг А» и «Ранг В»;
- 2) Произвести подсчет разности между рангами А и В (колонка d);
- 3) Возвести каждой разности d в квадрат (колонка d²);
- 4) Подсчитать сумму квадратов;
- 5) Произвести расчет коэффициента ранговой корреляции r_s по формуле:

$$r_s = 1 - 6 \cdot \frac{\sum d^2}{N \cdot (N^2 - 1)}$$

Подставим полученные значения в формулу, и найдем значение коэффициента.

Коэффициент корреляции Спирмена: $r = 1 - (6 \cdot 304 - 2.5 - 57.5) / ((8000 - 20 - 12 \cdot 2.5) \cdot (8000 - 20 - 12 \cdot 57.5)) = 0.768$.

Оценим полученное нами эмпирическое значение коэффициента Спирмена, сравнив его с соответствующим критическим значением для заданного уровня значимости из таблицы критических значений коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Для выборки с числом элементов $m=20$ и уровнем значимости $p=0.05$ критическое значение коэффициента Спирмена $r_{\text{крит}}=0.45$. Так как абсолютное значение, полученное нами коэффициента корреляции больше критического значения, взятого из таблицы, мы отклоняем гипотезу H_0 об отсутствии корреляционной зависимости между выборками и принимаем альтернативную гипотезу о статистической значимости отличия коэффициента корреляции от нуля, и наличии связи. Вывод: связь между исследуемыми признаками – прямая. Теснота (сила) связи по шкале Чеддока – высокая. Корреляция (зависимость признаков) между А и В статистически значима.

Лист нормоконтроля

Обучающийся Кашаёко Дарья Сергеевна
фамилия, имя, отчество

Тема ВКР: Внешние типы поведения
на социальном статусе
подростков

Нормоконтроль пройден.

Нормоконтролер Иуров 20.06.2017 Иурова И.В.
(подпись, дата) (расшифровка подписи)