Поворинский муниципальный район

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение**

**«Рождественская средняя общеобразовательная школа имени дважды Героя Советского Союза А.Н. Прохорова»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Утверждаю: Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Асоскова О.В. приказ № 36 от «26» 08. 2020 г. |

**Программа**

**коррекции отношений со сверстниками в подростковом возрасте**

Целевая аудитория: учащиеся 13 – 15 лет

Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель программы:

Дрожжина Любовь Анатольевна,

социальный педагог, медиатор

Рождественское 2021

**Пояснительная записка**

Один из сложных периодов развития Личности – подростковый возраст.

Обращение к вопросу взаимоотношений подростков со сверстниками обусловливается высокой значимостью межличностных взаимоотношений и общения в подростковом возрасте для индивидуального развития подростка.

Проблема межличностных взаимоотношений в разное время выступала центром научных интересов целого ряда зарубежных (Р.Бенедикт, Ш.Бюлер, М.Кле, Ж.Пиаже, З.Фрейд, Э.Шпрангер, Э.Штерн, Э.Эриксон) и отечественных исследователей (Л.И.Божович, Т.В.Зозуля, В.С.Мухина, Р.С.Немов, С.Л.Рубинштейн, Д.И.Фельдштейни др.).

Психологические особенности подростковых межличностных отношений раскрываются Л.И.Божович, Л.С.Выготским, М.Р.Гинзбургом, И.С.Коном, A.B.Мудриком, С.Л.Рубинштейном, A.B.Петровским, Д.И.Фельдштейном, Д.Б. Элькониным, Ж.Пиаже, Д.Б.Бромлей и другими исследователями. Авторы указывают на то, что изменение социальной ситуации развития в подростковом возрасте приводит к существенным изменениям в сфере межличностных отношений. Школьник требует расширения своих прав соответственно подчеркиваемым старшими его обязанностям, происходит осознание и завоевание подростком своего места в широких социальных отношениях и взаимодействиях.

О том, что данная проблема не только не устарела для нашего общества, но и приобретает всё большее значение, говорят попытки её нового осмысления (В.В.Абраменкова, Г.Г.Кравцов, В.И.Овчаренко, А.П.Тихонов, А.А.Толстых и др.).

Особую актуальность приобретает осмысление данной проблемы, путей и способов её решения применительно к подростковому возрасту, поскольку, по мнению значительного числа авторов (И.С.Кон, К.Левин, Х.Ремшмидт, Д.И.Фельдштейн, Ч.Шелтон и др.), в этот период подростки, выходя из системы привычных, комфортных отношений, оказываются в промежуточном положении – отчуждёнными от норм, требований и смыслов взрослого мира и еще не создавшими своего собственного личного пространства взаимоотношений со сверстниками.

Подростковый возраст – остро протекающий переход от детства к взрослости. Этот возрастной период отмечается выходом подростка на новую социальную позицию, в которой создается его осознанный подход к себе как к частичке общества. Особую значимость в данном возрасте приобретают отношения со сверстниками: общение с ними преобразуется в независимый вид деятельности, отнимающий довольно большое количество времени и осуществляющий немаловажную жизненную значимость. Стремление жить групповой жизнью проявляется у старших подростков в таких формах: ему не сидится дома, он рвется к товарищам. Это – отличительный признак детей именно подросткового возраста. Нескладывающиеся личные отношения с ровесниками воспринимаются и переживаются подростками очень трудно. Для многих такой разрыв личных отношений с друзьями принимается как индивидуальная драма. Для завоевания друзей, привлечения к себе внимания ровесников, подросток стремиться сделать все возможное. Ради этого он нарушает сложившиеся социальные нормы, выходит на открытый конфликт со старшими.

Подростковый возраст сензитивен для развития системы межличностных отношений со сверстниками и присвоения новых средств общения и взаимодействия с ними. Однако, зачастую подростки не способны правильно общаться, их отношения со сверстниками дисгармонизированы. В соответствии с вышесказанным, развитие навыков межличностного взаимодействия становится для подростка особо важными актуальным.

Важными задачами по формированию гармоничных отношений подростков со сверстниками являются: развитие интереса к сверстникам, формирование умения выслушивать и понимать их; развитие навыков эффективного общения, обеспечивающих контакт со сверстниками и определяющих процесс и уровень понимания сверстника, самораскрытия в отношениях со сверстниками и получения удовлетворения от этого; развитие рефлексивных способностей.

Школа – это главный центр, который обеспечивает социальную и духовную зрелость подрастающего поколения, которая делает акцент на психологическое сопровождение. Целью психологического сопровождения подростка в современном образовательном процессе является обеспечение оптимальных условий для формирования положительных взаимоотношений подростков со сверстниками исходя из его индивидуальных особенностей.

Работа по формированию гармоничных отношений подростков со сверстниками будет эффективной, если:

* выявлены психологические особенности отношений со сверстниками в подростковом возрасте;
* разработано содержание программы по формированию гармоничных отношений подростков со сверстниками, которая направлена на освоение способов успешного взаимодействия подростков друг с другом, навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях, формирование у подростков адекватного представления о себе и создание благоприятного психологического климата в подростковых группах.

Формирование гармоничных отношений подростков со сверстниками эффективнее осуществлять в групповых формах работы, сочетая их с индивидуальной консультативной деятельностью в рамках психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса.

Деятельность педагога по формированию гармоничных отношений подростков в условиях общеобразовательного учреждения подразумевает работу по следующим направлениям: диагностика, профилактика, консультативно-просветительская и развивающая работа.

**Новизна программы**

«Программа коррекции отношений со сверстниками в подростковом возрасте» разработана на основе многолетней работы с подростками, с внимательным наблюдением за их поведением, манерами, общением друг с другом, анализом происходящих конфликтных и других событий в жизни подростка, а также с учётом и возрастных особенностей подростка.

Все занятия программы, главным образом, направлены на формирование конфликтологической компетентности обучающихся в образовательно - воспитательном процессе, развитие коммуникативных способностей подростков, которые во время проведения занятий должны овладеть умением строить разнообразные варианты межличностного взаимодействия, а также приёмами и средствами построения, бесконфликтного и приносящего радость им процесса общения.

Занятия, призванные создавать условия для развития коммуникативных способностей подростка, понимания себя и другого человека, удовлетворения его в общении, формирования устойчивой положительной самооценки – по сути, и составляют базу конструктивного общения и развития личности.

Занятия программы отличаются от традиционных и имеют структурные особенности. Каждое занятие стоит начинать с ритуала приветствия. Проводится основная часть занятия. Разнообразные по форме занятия программы (упражнения, игры, групповые дискуссии, метод игротерапии) помогают создать доброжелательную и дружескую атмосферу между участниками, активизировать их деятельность. По окончанию занятия проводится рефлексия и ритуал прощания.

**Направленность программы**

Социально-педагогическая направленность способствует обеспечению возможности формирования умения создавать благоприятную психологическую атмосферу в коллективе; навыков выстраивания межличностных отношений с учетом индивидуальных и культурных особенностей индивида, реализации собственного потенциала, умению действовать самостоятельно при решении проблем.

**Основные целевые группы**

Программа направлена на работу с учащимися 13-15 лет.

**Нормативно - правовые акты, фиксирующие программу**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

- Закон РФ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" № 124-Ф (в ред. от 03.12.2011);

- Федеральный закон "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" (ФЗ № 120 от 24.06.1999 в редакции от 03.12.2011 № 378-ФЗ);

- Конституция Российской Федерации;

- Всеобщая декларация прав человека;

- Конвенция ООН о правах ребенка.15 сентября 1990 г.;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";

- Письмо Минобразования РФ от 27.06.2003 № 28-51-513/16 "О методических рекомендациях по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе";

- Устав МКОУ «Рождественская СОШ».

**Срок реализации:**1 год.

**Форма занятий**: очная (классный час), групповая.

**Количественный охват целевой группы:**

- можно использовать при проведении воспитательного мероприятия в одном классе;

- при проведении воспитательного мероприятия между классами в одной возрастной параллели.

**Режим проведения занятий -**1 раз в неделю.

**Цель программы:** развитие гармоничных отношений подростков со сверстниками.

**Задачи программы:**

1.Развитие интереса подростков к сверстникам, формирование умения выслушивать и понимать их.

2.Развитие навыков эффективного общения.

3.Формирование практических навыков конструктивного поведения подростков в конфликтных ситуациях со сверстниками.

4.Создание в группе подростков благоприятного психологического климата.

5.Формирование у подростков адекватного представления о себе, развитие рефлексивных способностей.

**Этапы реализации программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Этапы | Цели | Форма |
| 1 | Эмпирическое исследование - сбор информацииПсихологическое просвещение | Наблюдение за особенностями отношений подростков со сверстниками, психологической атмосферы в группе подростков, особенностей эмоционально-психологических отношений в подростковой среде.Формирование психологических познаний, стремлении применять их в собственных интересах развития. | Педагогическое наблюдение заучащимися, эксперименты, беседысбор информацииЛекции, беседы |
| 2 | Диагностическоеисследование - констатирующая (входная) диагностикаОбработка полученных данных | Выявление наиболее важных особенностей межличностных отношений подростков со сверстниками, оценка психологического климата группы, степени её интеграции, сплоченности, качественной стороны межличностных отношенийОбработка, анализ и интерпретация полученных результатов.количественный и качественный анализ. | Опрос, анкетирование, социометрия, психодиагностические методики «Оценка психологической атмосферы в коллективе» (А. Ф. Фидлер), методика «Социометрия» (Дж. Морено), «Определение индекса групповой сплоченности» (К. Сишор). |
| 3 | Развивающая работа- реализация Программы по формированию гармоничных межличностных отношений подростков со сверстниками (10 час) | Формирование:гармоничных межличностных отношений подростков со сверстниками,положительного психологического климата группы, степени её интеграции, сплоченности, качественной стороны межличностных отношений | Игровой метод, метод групповой дискуссии, психологический тренинг, психологические игры и упражнения. |
| 4 | Диагностическоеисследование.Контрольная диагностикаОбработка полученных данных | Динамика формирования:  гармоничных отношенийподростков со сверстникамиосвоения способов успешного взаимодействия подростков друг с другом,навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях,адекватного представления о себе и создание благоприятного психологического климата в подростковых группах.обработка, анализ и интерпретация полученных результатов | Опрос, анкетирование, социометрия, психодиагностические методики «Оценка психологической атмосферы в коллективе» (А. Ф. Фидлер), методика «Социометрия» (Дж. Морено), «Определение индекса групповой сплоченности» (К. Сишор). |
| 5 | Этап педагогического последствия | формулирование выводов и заключений по проведенной работе |  |

Основные методы:игровой метод, метод групповой дискуссии, психологический тренинг, психологические игры и упражнения.

**Структура программы**

1.«Знакомство».

2.«Конфликты и их решение».

3. «Типичные проблемы отношений».

4.«Подведение итогов».

**Ожидаемые результаты**

У подростков сформируется интерес к отношениям со сверстниками, умение выслушивать и понимать их; расширятся знания о методах эффективного взаимодействия между собой; сформируются навыки конструктивного поведения подростков в конфликтных ситуациях со сверстниками; будет создан благоприятный психологический климат в подростковой среде.

**Учащиеся должны *ЗНАТЬ*:**

- определение или смысл слов: «человек», «личность», «самооценка», «индивидуальность», «самостоятельность», «дисциплина», «самопознание», «самообладание», «воля», «рефлексия», «эмпатия», «эмоция», «чувство», «настроение», «этика», «спор», «конфликт», «конфликтная ситуация», «дружба», «любовь»;

- правила невербального общения;

- как противостоять речевой агрессии, когда она направлена на тебя?;

- как избавиться от сквернословия?;

- как себя оценить и как правильно над собой работать;

- что значит быть дисциплинированным;

- приёмы, как справляться со своими нервами в нестандартной ситуации;

- правила доброжелательности; правила общения, нормы и правила этикета;

- стили поведения в ситуации разногласий;

- свои сильные и слабые стороны;

- правила разрешения конфликтов;

- приемы и навыки позитивного общения.

**Учащиеся должны *УМЕТЬ*:**

- выслушивать собеседника и пытаться его понять;

- говорить спокойно и уверенно, контролировать слова и жесты;

- решать конфликтные ситуации;

- говорить комплименты;

- управлять своими эмоциями;

- управлять своим плохим настроением;

- с уважением относиться к выражению чувств и мыслей других людей;

- выстраивать разнообразные варианты процесса межличностного взаимодействия;

- находить способы решения конфликтов;

- анализировать своё поведение человека.

- сострадать, соучаствовать.

- понимать других, быть снисходительным.

**Учащиеся должны *ОВЛАДЕТЬ*:**

- средствами и приёмами, которые позволят им более уверенно решать любые задачи и проблемы, встающие перед ними ежедневно, а также легко, просто и непринуждённо вступать в межличностные отношения.

Ключевым моментом программы ожидается изменение стереотипов поведения подростка, обучение общению, обучение соучастию, воссозданию комфортных отношений в подростковой среде через ориентирование на Любовь, Дружбу, Добро и Мир.

**Формы контроля**: Диагностическое исследование, контрольная диагностика.

**Тематическое планирование по формированию гармоничных отношений подростков со сверстниками (10 час.)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание тематика занятий | Кол-во часов |
| 1 | Первый блок «Знакомство».Цель: осознание собственного «Я» и находящихся вокруг, составление положительной самооценки.Занятие №1. «Давайте познакомимся».Цель: создание критерия для подключения личности в процесс самораскрытия; знакомство со специфичностью работы в группе, со структурой занятий, установление основ работы в группе, знакомство с членами группы.Проводятся упражнения: «Самоописание», «Я тебе доверяю».Упражнение «Самоописание».Цель: содействие построению доверительных отношений между участниками группы.Ход упражнения: участники сверху бумаги пишут «Кто я?». Затем отвечают на этот вопрос, описывая свои особенности, качества, свойства и т.п. Ответы начинаются со слов «Я», «Мне», «Меня» и т.д. Оптимальное количество ответов 10-20.Ведущий проводит игру с последующим её анализом. Ученики делают выводы по этому упражнению.Игра: «Я тебе доверяю».Цель: снятие эмоционального напряжения.Ход игры: каждый участник задает для себя вопросы: «В какой мере я могу верить любому члену группы?», «Кто мне доверяет и на сколько?» Упражнение делает существующую в группе структуру доверия прозрачной. Условием его выполнения считается готовность членов группы открыто обсуждать эти трудности.Ведущий проводит игру с последующим анализом упражнения. Участники делают выводы по данному упражнению. | 1 |
| 2 | Второй блок «Конфликты и их решение». Цель: занятия содействуют умению выслушивать других и находить решение в конфликтной ситуации, снятию напряжения.Занятие № 2. «Общение – умение говорить и слушать».Проводится игра: «Завтрак с героем».Игра «Завтрак с героем». Цель данного упражнения – научить доказывать свой выбор, а также сформировывать умение убеждать.Ход игры: школьникам необходимо придумать для себя историю: завтрак с возлюбленным человеком – это имеет возможность быть знаменитость истинного, или же минувшего, или же это обычный человек, который произвел на вас впечатление в жизни.Каждый подросток решает для себя, с кем он будет встречаться и почему. Имя этого человека записывается на листе бумаги. Подросткам предлагалось поделиться на пары, и их задача была решить с кем из двоих героев, они будут встречаться. На дискуссию отводилось две минуты. После этого пары объединялись в четверки, которым, необходимо было выбрать только одного героя. А после того как останутся две команды классу нужно было решить с кем они будут завтракать.Занятие № 3. «Конфликт – что делать?».Упражнение «Я рад общаться с тобой».Цель: развитие эффективного взаимодействия подростков и создание благоприятного климата в классе.Ход занятия: подростки встают в два круга лицом друг к другу. Затем один из участников протянуть руку кому-нибудь из ребят со словами: «Я рад общаться с тобой». Тот, кому протягивают руку, берется за нее и протягивает свободную руку другому ребёнку, произнося эти же слова. Так постепенно по цепочке все берутся за руки, образуя круг.Ведущий. На протяжении всей игры вы говорили фразу: «Я рад общаться с тобой». Для чего мы это говорили друг другу? Что вы чувствовали, когда произносили эту фразу и слышали ее?Занятие № 4. «Нужны ли нам друзья?».Цель: повышение сплоченности коллектива, формирование доверительного отношения участников, формирование умения сотрудничать.Метод групповой дискуссии на тему: «Что такое дружба?»Ход занятия: дискуссия на тему: «Что такое дружба?». Происходит совместное обсуждение данной темы, где подростки обмениваются своим мнением. Ведущий управляет ходом групповой дискуссии: определяет правила дискуссии, задает вопросы по теме, активизируя ее ход, подключает пассивных учеников, расставляет акценты. В ходе дискуссии действует правило «Микрофон»: среди участников передается какой-нибудь предмет. В чьих руках окажется этот предмет, тот и высказывает свое мнение. Здесь говорилось о том, что друг иногда заменяет близких, родных и что дружба – это близкие отношения, основанные на взаимном доверии, привязанности, общности интересов.Занятие № 5. «Я и группа: толерантность к себе. Чувство собственного достоинства».Цель: ознакомление участников тренинга с понятием «толерантность».Проводилось упражнение «Посчитай».Ход занятия: упражнение на скорость. Подростки получали листы, на которых написаны цифры. Ребята делились на две группы, их задача найти сумму всех чисел и назвать результат. Это упражнение способствовало развитию умения эффективно и быстро находить решение в проблемных ситуациях. | 1111 |
| 3 | Третий блок «Типичные проблемы отношений». Цель: помощь подростку ощутить жизненные трудности и стараться одолевать их.Занятие № 6-7. «Мы – команда!».Цель: формирование взаимопонимания на невербальном уровне, развитию умения правильно понимать информацию, отработку навыков невербального и вербального взаимодействия. Используется игровые методы «Циферблат», «Скалолаз» которые способствуют развитию навыков невербальной коммуникации (общения без помощи слов посредством жестов, мимики и т. д.) и координации совместных действий. Данные упражнения содействуют позитивной динамике становления межличностных отношений и приобретению устойчивых умений и навыков эффективного общенияУпражнения «Циферблат». Цель: тренировка внимания, включение участников в групповое взаимодействие. Затем идет обмен впечатлениями, а также каждый высказывается, какие качества развиваются в этой игре и для чего они нужны.Ход занятия: упражнение выполняется группой. Участники сидят по кругу, образуя «циферблат часов», каждому из них соответствует определённая цифра. Наилучший вариант, когда участников 12. Если участников меньше, то кто-то изображает две цифры. Если участников больше – наоборот, на какую-то цифру придется по два человека. Это усложнит игру, но внесет в нее некоторое разнообразие. Если участников больше восемнадцати, то можно сделать два циферблата. Игра начинается, кто-нибудь их участников заказывает время, а «циферблат» его показывает: первым встает и хлопает в ладоши «цифра», на которую приходится показание часовой стрелки, а затем – минутной. Первые один-два раза время заказывает ведущий, а затем каждый участник по часовой стрелке по кругу. В ходе упражнения тренируется внимание, все участники вовлечены в активное групповое взаимодействие. Обсуждение: обмен впечатлениями, а также рассуждения о том, какие качества получают развитие в этой игре и как в дальнейшем их использовать. Упражнение «Скалолаз».Цель: формирование доверия, ломка пространственных и психических барьеров между членами группы. С помощью упражнения развиваются навыки невербальной коммуникации (общения без помощи слов посредством жестов, мимики и т. д.) и координации совместных действий. Физическая и эмоциональная разминка.В обсуждении игры, участники обмениваются эмоциями от игры.Ход занятия: «участники образуют плотную шеренгу, как бы создавая «скалу», из которой торчат выступы («коряги»). Которые представляют собой выставленные вперед руки и ноги участников, склоненные вперед тела. Цель водящего - пройти как можно аккуратнее вдоль «скалы», не попав и не разбившись в «пропасти», т.е. поставив свою ногу за линию, образованную ступнями оставшихся участников. Водящий самостоятельно выбирает способ выполнения задачи. Переговариваться между собой нельзя. Порядок проведения упражнения можно организовать в форме цепочки. После того, как водящий пройдет участника в начале «скалы», тот перебирается в конец цепочки, удлиняя ее. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый участник не побудет в роли водящего. Водящий становиться частью «скалы» после того, как «разобьётся» в пропасти. Смысл упражнения Формирование доверия, стирание психологических и пространственных барьеров среди всех участников этого упражнения. При выполнении упражнения развиваются навыки невербальной коммуникации (общение посредством мимики и жестов, то есть без помощи слов) и координации совместных движений. Разминка как эмоциональная, так и физическая». Обсуждение упражнения. Участники обмениваются эмоциями, возникающими во время игры. Какие чувства возникали у водящих и у «скалы» при игре? Какие навыки приобрел каждый участник при выполнении упражнения? Что мешало, а что помогало справляться с поставленной задачей? С какими трудностями при выполнении упражнения сталкивался каждый из участников? Занятие№8. «Как поддерживать дружеские отношения?».Цель: формирование и развитие навыков продуктивного взаимодействия, умения понимать и принимать точку зрения другого человека.При помощи игровых методов «Расшифруй слово», «Подойди ближе» у подростка формируются навыки эффективного общения, что может помочь ему легко вступать во взаимодействие с другими людьми.Упражнение «Подойди ближе»Ход занятия: выбирается ведущий, который встает спиной к товарищам. К нему по очереди подходит каждый член группы. Можно подходить медленно, быстро, вразвалочку... Когда ведущий почувствует, что ему становится некомфортно, он говорит: «Стоп!» — и подходящий останавливается.Проводиться анализ упражнения: как ты себя чувствовал, когда стоял спиной к участникам группы? Насколько близко ты позволил партнеру подойти к тебе? Почему? Каким образом еще можно дать понять другому человеку, что он подошел к твоим «границам»? Проявляли ли участники уважение к товарищу, стоящему спиной к группе?Упражнение «Расшифруй слово».Ход занятия: класс получает набор карточек с буквами. Подросткам необходимо собрать слово «доброжелательность» и т.д. Один из подростков записывает слово на чистом пазле. Класс назначает хранителя этого пазла.Занятие №9 «Я учусь владеть собой».Цель: сформировать и развить навыки продуктивного взаимодействия, умения понимать и принимать точку зрения другого человека. Использовался метод игротерапии «Хлопок по коленям». Цель: развитие внимательности, создание условия для наблюдения за партнерами по общению.Ход занятия: участники, сидя в кругу, кладут руки на колени своих соседей таким образом, чтобы правая рука каждого оказалась на левом колене соседа справа, а левая — на правом колене соседа. Далее им предлагается считать по кругу по часовой стрелке таким образом, чтобы цифры произносились в порядке, соответствующем расположению рук на коленях. Тот, кто начинает, произносит «один», сосед справа произносит «два» (так как его рука лежит по порядку следующей), сосед слева — «три», а «четыре» — опять тот, кто начинал счет и т. д. Кто ошибается — выбывает из игры. Счет продолжается до тех пор, пока из игры не выйдет примерно половина участниковСмысл упражнения: упражнение развивает внимательность, создает условия для наблюдения за партнерами по общению.После игры достаточно короткого обмена впечатлениями. | 211 |
| 4 | Четвертый блок. «Подведение итогов». Цель: подведение результатов проведенной деятельности. Здесь применялся метод групповой дискуссии «Давайте вспомним», где подростки делились своими впечатлениями между собой, что понравилось, что не понравилось в процессе проведенных занятий.Игра «Пирамида чувств».Классу предлагается построить пирамиду положительных чувств. Все присутствующие, положив свою руку на руки других, говорят о том, что они вынесли для себя из этой встречи. | 1 |

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Кадровое обеспечение:** наличие квалифицированного педагога.

**Научно-методический инструментарий исследования:**

- психодиагностические методики: [«Оценка психологической атмосферы в коллективе» (А. Ф. Фидлер)](http://vsetesti.ru/109/), методика «Социометрия» (Дж. Морено), «Определение индекса групповой сплоченности» (К. Сишор);

- наличие материалов для проведения занятий (информация, факты, жизненные примеры);

- разработки психологических игр и упражнений;

- учебная литература.

**Материально-техническое обеспечение:**

**-** кабинет с достаточным уровнем освещенности;

- мебель для данной возрастной группы (по количеству обучающихся);

- компьютер, видеопроектор, экран;

- бумага, ручки.

**Итоги апробации/внедрения Практики**

Научно-методическое обоснование актуальности разработки программы коррекции отношений со сверстниками в подростковом возрасте осуществлялись в ходе участия автора в XV Студенческой международной научно-практической конференции «Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки» (г. Новосибирск – 2018 г.). Основные положения программы отражены в публикации автора «Психологические особенности отношений со сверстниками в подростковом возрасте», опубликованной в сборнике материалов конференции.

**Содержание программы по формированию гармоничных отношений подростков со сверстниками**

**Первый блок «Знакомство»**

Цель: осознание собственного «Я» и находящихся вокруг, составление положительной самооценк

**Занятие №1. «Давайте познакомимся»**

Цель: создание критерия для подключения личности в процесс самораскрытия; знакомство со специфичностью работы в группе, со структурой занятий, установление основ работы в группе, знакомство с членами группы.

План

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия, приветствие.

2.Основная часть. Проводятся упражнения: «Самоописание», «Я тебе доверяю».

3.Рефлексия занятия в целом: обсуждение, подведение итогов. Ритуал окончания занятия

Время занятия: 45 минут.

Количество человек: класс

Материалы: ручки, листы бумаги.

Ход занятия

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия.

*Упражнение «Сдувание привета»*

Дети сдувают с ладоней приветы друг другу и педагогу. Педагог: «Давайте теперь всегда будем так здороваться?»

2.Основная часть.

*Упражнение «Самоописание»*

Цель: содействие построению доверительных отношений между участниками группы.

Ход упражнения: участники сверху бумаги пишут «Кто я?». Затем отвечают на этот вопрос, описывая свои особенности, качества, свойства и т.п. Ответы начинаются со слов «Я», «Мне», «Меня» и т.д. Оптимальное количество ответов 10-20. Ведущий проводит игру с последующим её анализом. Ученики делают выводы по этому упражнению.

*Игра: «Я тебе доверяю»*

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Ход игры: каждый участник задает для себя вопросы: «В какой мере я могу верить любому члену группы?», «Кто мне доверяет и на сколько?». Упражнение делает существующую в группе структуру доверия прозрачной. Условием его выполнения считается готовность членов группы открыто обсуждать эти трудности.

Ведущий проводит игру с последующим анализом упражнения. Участники делают выводы по данному упражнению.

3. Рефлексия занятия. Ритуал окончания занятия.

Педагог: «Дорогие ребята, спасибо вам за такое интересное занятие, за то, что вы внимательно меня слушали и охотно выполняли предложенные упражнения. Скажите, что вам понравилось или запомнилось на занятии больше всего?».

(Учащиеся высказывают свои мнения).

Ритуал окончания занятия. *Игра «Прощание».*

Участники встают в круг и кладут руки на плечи друг другу. Они приветливо смотрят друг на друга и говорят: «Спасибо, до свидания».

**Второй блок «Конфликты и их решение»**

Цель: занятия содействуют умению выслушивать других и находить решение в конфликтной ситуации, снятию напряжения.

**Занятие № 2. «Общение – умение говорить и слушать»**

План

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия, приветствие.

2.Основная часть. Проводится игра: «Завтрак с героем».

3.Рефлексия занятия в целом: обсуждение, подведение итогов. Ритуалы окончания занятия

Время занятия: 45 минут.

Количество человек: класс

Материалы: ручки, листы бумаги.

Ход занятия

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия. *Упражнение «Сдувание привета».*

2.Основная часть.

*Игра «Завтрак с героем»*

Цель данного упражнения – научить доказывать свой выбор, а также сформировывать умение убеждать.

Ход игры: школьникам необходимо придумать для себя историю: завтрак с возлюбленным человеком – это может быть знаменитость или же это обычный человек, который произвел на вас впечатление в жизни.

Каждый подросток решает для себя, с кем он будет встречаться и почему. Имя этого человека записывается на листе бумаги. Подросткам предлагается поделиться на пары, и их задача решить с кем из двоих героев, они будут встречаться. На дискуссию отводится две минуты. После этого пары объединяются в четверки, которым, необходимо выбрать только одного героя. А после того как останутся две команды классу нужно решить с кем они будут завтракать.

3. Рефлексия занятия. Ритуалы окончания занятия. *Игра «Прощание».*

**Занятие № 3. «Конфликт – что делать?»**

План

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия, приветствие.

2.Основная часть. Проводится упражнение: «Я рад общаться с тобой».

3.Рефлексия занятия в целом: обсуждение, подведение итогов. Ритуалы окончания занятия.

Время занятия: 45 минут.

Количество человек: класс

Материалы: тихая музыка.

Ход занятия

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия. *Упражнение «Сдувание привета».*

2.Основная часть.

*Упражнение «Я рад общаться с тобой».*

Цель: развитие эффективного взаимодействия подростков и создание благоприятного климата в классе.

Ход занятия: подростки встают в два круга лицом друг к другу. Затем один из участников протянуть руку кому-нибудь из ребят со словами: «Я рад общаться с тобой». Тот, кому протягивают руку, берется за нее и протягивает свободную руку другому ребёнку, произнося эти же слова. Так постепенно по цепочке все берутся за руки, образуя круг.

3. Рефлексия. Ведущий. На протяжении всей игры вы говорили фразу: «Я рад общаться с тобой». Для чего мы это говорили друг другу? Что вы чувствовали, когда произносили эту фразу и слышали ее?

Ритуалы окончания занятия. *Игра «Прощание».*

**Занятие № 4. «Нужны ли нам друзья?»**

Цель: повышение сплоченности коллектива, формирование доверительного отношения участников, формирование умения сотрудничать.

План

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия, приветствие.

2.Основная часть. Применяется метод групповой дискуссии на тему: «Что такое дружба?»

3.Рефлексия занятия в целом: обсуждение, подведение итогов. Ритуалы окончания занятия

Время занятия: 45 минут.

Количество человек: класс

Материалы: «Микрофон», ручки, листы бумаги.

Ход занятия

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия. *Упражнение «Сдувание привета».*

2.Основная часть.

*Дискуссия на тему: «Что такое дружба?».*

Вводная часть - актуализировать у участников имеющиеся представления, ввести необходимую информацию и проявить интерес к предстоящей теме обсуждения. Вырабатывается установка на совместное решение конкретных задач, группы знакомятся с правилами поведения в ходе дискуссии. В ходе дискуссии действует правило «Микрофон»: среди участников передается мячик. В чьих руках окажется этот предмет, тот и высказывает свое мнение.

Примерный перечень правил работы для участников дискуссии:

- «Свобода слова». Каждый участник должен иметь возможность высказать своё мнение, даже если оно отлично от мнения группы.

- «Без потерь». Каждое высказывание, дополнение и уточнение должны быть учтены и внимательно рассмотрены.

- Обсуждаются идеи, а не личности. В ходе обсуждения недопустимо «переходить на личности», навешивать ярлыки, допускать уничижительные высказывания и т.д.

- Правило поддержки. Важно быть внимательным к высказываниям другого, стараться понять смысл его мнения, поддерживать тех, кому сложно говорить публично.

- Правило цели. Говори кратко, ясно и чётко. Говори по теме, старайся отражать суть разбираемой проблемы.

Основная часть - совместное обсуждение данной темы, где подростки обмениваются своим мнением. Ведущий управляет ходом групповой дискуссии: задает вопросы по теме, активизируя ее ход, подключает пассивных учеников, расставляет акценты.

Заключительный этап предполагает выработку единых или компромиссных позиций, решений, плана дальнейших действий. На этом этапе происходит групповой анализ вклада каждого участника в работу группы, сопоставляются намеченные цели и полученные результаты, выявляются плюсы и минусы работы, эффективность и продуктивность совместного обсуждения.

Задачи, стоящие перед ведущим:

- проанализировать и оценить дискуссию, подвести итоги;

- обобщить все представленные позиции, помочь участникам обсуждения прийти к согласованному мнению, сформировать общее видение проблемы в группе;

- отметить вклад в общую работу конкретных участников;

- настроить на дальнейшую работу в этом коллективе

3.Ритуалы окончания занятия. *Игра «Прощание».*

**Занятие № 5. «Я и группа: толерантность к себе. Чувство собственного достоинства».**

Цель: ознакомление участников тренинга с понятием «толерантность».

План

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия, приветствие.

2.Основная часть. Проводится упражнение: «Посчитай».

3.Рефлексия занятия в целом: обсуждение, подведение итогов. Ритуалы окончания занятия.

Время занятия: 45 минут.

Количество человек: класс

Материалы: ручки, листы с цифрами, музыка.

Ход занятия

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия. *Упражнение «Сдувание привета».*

2.Основная часть.

*Упражнение на скорость «Посчитай».*

Подростки получали листы, на которых написаны цифры. Ребята делились на две группы, их задача найти сумму всех чисел и назвать результат. Это упражнение способствовало развитию умения эффективно и быстро находить решение в проблемных ситуациях.

3. Рефлексия. Ритуалы окончания занятия. *Игра «Прощание».*

**Третий блок «Типичные проблемы отношений»**

Цель: помощь подростку ощутить жизненные трудности и стараться одолевать их.

**Занятие № 6 «Мы – команда!»**

Цель: формирование взаимопонимания на невербальном уровне, развитию умения правильно понимать информацию, отработку навыков невербального и вербального взаимодействия.

План

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия, приветствие.

2.Основная часть. Применяется игровой метод «Циферблат», который способствует развитию навыков невербальной коммуникации (общения без помощи слов посредством жестов, мимики и т. д.) и координации совместных действий. Данное упражнение содействует позитивной динамике становления межличностных отношений и приобретению устойчивых умений и навыков эффективного общения.

3.Рефлексия занятия: обсуждение, подведение итогов. Ритуалы окончания занятия

Время занятия: 45 минут.

Количество человек: класс.

Ход занятия

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия. *Упражнение «Сдувание привета».*

2.Основная часть.

*Упражнения «Циферблат».*

Цель: тренировка внимания, включение участников в групповое взаимодействие. Затем идет обмен впечатлениями, а также каждый высказывается, какие качества развиваются в этой игре и для чего они нужны.

Ход занятия: упражнение выполняется группой. Участники сидят по кругу, образуя «циферблат часов», каждому из них соответствует определённая цифра. Наилучший вариант, когда участников 12. Если участников меньше, то кто-то изображает две цифры. Если участников больше – наоборот, на какую-то цифру придется по два человека. Это усложнит игру, но внесет в нее некоторое разнообразие. Если участников больше восемнадцати, то можно сделать два циферблата. Игра начинается, кто-нибудь их участников заказывает время, а «циферблат» его показывает: первым встает и хлопает в ладоши «цифра», на которую приходится показание часовой стрелки, а затем – минутной. Первые один-два раза время заказывает ведущий, а затем каждый участник по часовой стрелке по кругу. В ходе упражнения тренируется внимание, все участники вовлечены в активное групповое взаимодействие.

3. Рефлексия. Обсуждение: обмен впечатлениями, а также рассуждения о том, какие качества получают развитие в этой игре и как в дальнейшем их использовать.

Ритуалы окончания занятия. *Игра «Прощание».*

**Занятие № 7. «Мы – команда!»**

Цель: формирование взаимопонимания на невербальном уровне, развитию умения правильно понимать информацию, отработку навыков невербального и вербального взаимодействия.

План

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия, приветствие.

2.Основная часть. Применяется игровой метод «Скалолаз», который способствует развитию навыков невербальной коммуникации (общения без помощи слов посредством жестов, мимики и т. д.) и координации совместных действий. Данное упражнение содействуют позитивной динамике становления межличностных отношений и приобретению устойчивых умений и навыков эффективного общения.

3.Рефлексия. Ритуалы окончания занятия. Игра «Прощание».

Время занятия: 45 минут.

Количество человек: класс.

Ход занятия

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия. *Упражнение «Сдувание привета».*

2.Основная часть.

*Упражнение «Скалолаз».*

Цель: формирование доверия, ломка пространственных и психических барьеров между членами группы. С помощью упражнения развиваются навыки невербальной коммуникации (общения без помощи слов посредством жестов, мимики и т. д.) и координации совместных действий. Физическая и эмоциональная разминка.

В обсуждении игры, участники обмениваются эмоциями от игры.

Ход занятия: участники образуют плотную шеренгу, как бы создавая «скалу», из которой торчат выступы («коряги»). «Коряги» представляют собой выставленные вперед руки и ноги участников, склоненные вперед тела. Цель водящего - пройти как можно аккуратнее вдоль «скалы», не попав и не разбившись в «пропасти», т.е. поставив свою ногу за линию, образованную ступнями оставшихся участников. Водящий самостоятельно выбирает способ выполнения задачи. Переговариваться между собой нельзя. Порядок проведения упражнения можно организовать в форме цепочки. После того, как водящий пройдет участника в начале «скалы», тот перебирается в конец цепочки, удлиняя ее. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый участник не побудет в роли водящего. Водящий становиться частью «скалы» после того, как «разобьётся» в пропасти. Смысл упражнения Формирование доверия, стирание психологических и пространственных барьеров среди всех участников этого упражнения. При выполнении упражнения развиваются навыки невербальной коммуникации (общение посредством мимики и жестов, то есть без помощи слов) и координации совместных движений. Разминка как эмоциональная, так и физическая».

3. Рефлексия. Обсуждение упражнения. Участники обмениваются эмоциями, возникающими во время игры. Какие чувства возникали у водящих и у «скалы» при игре? Какие навыки приобрел каждый участник при выполнении упражнения? Что мешало, а что помогало справляться с поставленной задачей? С какими трудностями при выполнении упражнения сталкивался каждый из участников?

Ритуалы окончания занятия. Игра *«Прощание».*

**Занятие№8. «Как поддерживать дружеские отношения?»**

Цель: формирование и развитие навыков продуктивного взаимодействия, умения понимать и принимать точку зрения другого человека.

При помощи игровых методов «Расшифруй слово», «Подойди ближе» у подростка формируются навыки эффективного общения, что может помочь ему легко вступать во взаимодействие с другими людьми.

План

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия, приветствие.

2.Основная часть. Проводятся упражнения: «Расшифруй слово», «Подойди ближе».

3.Рефлексия занятия в целом: обсуждение, подведение итогов. Ритуалы окончания занятия.

Время занятия: 45 минут.

Количество человек: класс.

Материалы: карточки с буквами, ручки, листы бумаги.

Ход занятия.

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия. *Упражнение «Сдувание привета».*

2.Основная часть.

Для упражнения *«Подойди ближе»* выбирается ведущий, который встает спиной к товарищам. К нему по очереди подходит каждый член группы. Можно подходить медленно, быстро, вразвалочку... Когда ведущий почувствует, что ему становится некомфортно, он говорит: «Стоп!» — и подходящий останавливается.

Проводится анализ упражнения: как ты себя чувствовал, когда стоял спиной к участникам группы? Насколько близко ты позволил партнеру подойти к тебе? Почему? Каким образом еще можно дать понять другому человеку, что он подошел к твоим «границам»? Проявляли ли участники уважение к товарищу, стоящему спиной к группе?

*Упражнение «Расшифруй слово».*

Ход занятия: класс получает набор карточек с буквами. Подросткам необходимо собрать слово «доброжелательность», «взаимодействие», и т.д. Один из подростков записывает слово на чистом пазле. Класс назначает хранителя этого пазла.

3. Рефлексия занятия. Ритуалы окончания занятия. *Игра «Прощание».*

**Занятие №9 «Я учусь владеть собой»**

Цель: сформировать и развить навыки продуктивного взаимодействия, умения понимать и принимать точку зрения другого человека.

План

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия, приветствие.

2.Основная часть. Применяется метод игротерапии «Хлопок по коленям».

3.Рефлексия занятия в целом: обсуждение, подведение итогов. Ритуалы окончания занятия.

Время занятия: 45 минут.

Количество человек: класс.

Материалы: тихая музыка.

Ход занятия

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия. *Упражнение «Сдувание привета».*

2.Основная часть.

*Метод игротерапии «Хлопок по коленям».*

Цель: развитие внимательности, создание условия для наблюдения за партнерами по общению. Участники, сидя в кругу, кладут руки на колени своих соседей таким образом, чтобы правая рука каждого оказалась на левом колене соседа справа, а левая — на правом колене соседа. Далее им предлагается считать по кругу по часовой стрелке таким образом, чтобы цифры произносились в порядке, соответствующем расположению рук на коленях: тот, кто начинает, произносит «один», сосед справа произносит «два» (так как его рука лежит по порядку следующей), сосед слева — «три», а «четыре» — опять тот, кто начинал счет и т. д. Кто ошибается — выбывает из игры. Счет продолжается до тех пор, пока из игры не выйдет примерно половина участников.

Смысл упражнения: упражнение развивает внимательность, создает условия для наблюдения за партнерами по общению.

3.Рефлексия. После игры достаточно короткого обмена впечатлениями. Ритуалы окончания занятия. *Игра «Прощание».*

**Четвертый блок. «Подведение итогов»**

Цель: подведение результатов проведенной деятельности.

План

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия, приветствие.

2.Основная часть. Применяется метод групповой дискуссии «Давайте вспомним», подростки делятся своими впечатлениями между собой, что понравилось, что не понравилось в процессе проведенных занятий.

3.Рефлексия занятия в целом: обсуждение, подведение итогов. Ритуалы окончания занятия.

Время занятия: 45 минут.

Количество человек: класс.

Материалы: тихая музыка.

Ход занятия

1.Вводная часть. Ритуалы начала занятия. *Упражнение «Сдувание привета».*

2.Основная часть.

*Игра «Пирамида чувств».*

Классу предлагается построить пирамиду положительных чувств. Все присутствующие, положив свою руку на руки других, говорят о том, что они вынесли для себя из этой встречи.

3. Рефлексия. Ритуалы окончания занятия.

Педагог: «Дорогие ребята, спасибо Вам за такие интересные занятия, за то, что Вы внимательно меня слушали и охотно выполняли предложенные упражнения. Скажите, что Вам понравилось или запомнилось на занятиях больше всего?».

(Учащиеся высказывают свои мнения)

Ритуалы окончания занятия.

*Игра «Эстафета дружбы».*

Взяться за руки и передавать, как эстафету, рукопожатие. Начинает педагог: «Я передам вам свою дружбу, и она идет от меня к Маше, от Маши к Саше и т. д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет. До свидания!»

**Практическая апробация и результаты реализации программы**

«Программа по формированию гармоничных отношений подростков со сверстниками» была разработана в ходе написания дипломной работы: «Психологические особенности отношений со сверстниками в подростковом возрасте» в 2018г. Эмпирическое исследование проблемы и внедрение программы проводилось на базе МКОУ «Рождественская СОШ». В исследовании принимали участие обучающиеся 8 класса в количестве 27 человек в возрасте 12-14 лет. Исследование проводилось с октября 2017г. по май 2018г. в 3 этапа:

1-ый этап – (констатирующий) подбор диагностического инструментария, выявление особенностей отношений подростков со сверстниками, психологической атмосферы в группе подростков, определение индекса групповой сплоченности и особенностей эмоционально-психологических отношений в подростковой среде.

2-ой этап – (формирующий) разработка программы по формированию гармоничных отношений подростков со сверстниками. Апробация программы в форме групповой работы.

3-ий этап – (контрольный) повторная диагностика после апробации программы.

Для проведения 1-го этапа был подобран диагностический инструментарий, на выявление особенностей отношений подростков со сверстниками:

- методика «Оценка психологической атмосферы в коллективе» Ф. Фидлера;

- «Определение индекса групповой сплоченности» К. Сишор;

- показатели социального статуса подростков в группе, методика «Социометрия» (Дж. Морено) со сверстниками.

На 2-ом этапе разработана программа по результатам исследования на 1-ом этапе.

На 3-ем этапе (контрольный) проведена повторная диагностика после апробации программы.

Анализ результатов констатирующей диагностики свидетельствует о том, что участники группы (подростки, обучающиеся в восьмом классе) представляют собой диффузную, недостаточно сплоченную группу, где межличностные взаимоотношения носят ситуативный характер.

 В результате проведенной программы на 3-ем этапе – (контрольный, повторная диагностика после апробации программы) подростки стали представлять собой сплоченную группу, отношения в которой больше не носят ситуативный характер. В отношениях подростков преобладает добрая атмосфера, организованность, взаимовыручка и благоприятный эмоциональный настрой подростков в отношениях друг к другу.

Результаты исследования на 1-ом и 3-ем этапах представлены в диаграммах.

**Динамика показателей оценки подростками психологической атмосферы (методика Ф. Фидлера)**

**Динамика показателей оценки подростками психологической атмосферы в группе (методика К. Сишор)**

**Динамика социального статуса подростков в группе методика «Социометрия» (Дж. Морено)**



**Список использованной литературы.**

1. Алемаскин М.А. Педагогика / М.А. Алемаскина, О.А.Абдуллина.– Москва: Просвещение, 1984. – 368 с.

2. Белкин А.С. Нравственность. Здоровье. Семья / А.С.Белкин, А.В.Катаев. – Екатеринбург: УрГУ, 2000. – 280 с.

3. Зозуля Т.В. Основы социальной и клинической психиатрии / Т.В.Зозуля. – Москва: Академия, 2001. – 224с.

4. Кон И.С. Психология ранней юности / И.С.Кон. – Москва: Просвещение, 1989. –256с.

5. Кравцова Е.Е. Игра как средство самореализации и самоконструирования / Е.Е.Кравцова // Психологический журнал.– 2006. –№ 6,– С. 10–19.

6. Немов Р.С. Психология / Р.С. Немов. – Москва: Владос, 2010. – 687с.

7. Немов Р.С. Психология/ Р.С. Немов. – Москва: Владос,2001, – 686с.

8. Овчарова Р.В. Технологии практического психолога образования/ под ред. Р.В.Овчарова. – Москва: Сфера, 2000. –448с.

9. Пахальян В.А. Групповой психологический тренинг / под ред. В.А. Пахальян. – Санкт-Петербург: Питер, 2006 – 224с.

10. Рубинштейн С.Л. Избранные философско-психологические труды. Основы онтологии, логики и психологии / С.Л. Рубинштейн. – Москва: Наука,1997 – 510 с.

11. Смирнова Е.О. Межличностные отношения в детском возрасте: диагностика, проблемы, коррекция / Е.О. Смирнова. – Москва: АСТ, 2015–248с.

12. Фельдштейн Д.И. Психология воспитания подростка / Д.И. Фельдштейн. – Москва: МПСИ, 2011.– 136 с.

13. Фельдштейн Д.И. Психология взросления / Д.И. Фельдштейн. – Москва: Флинта, 2004. – 672 с.

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Методика «Оценка психологической атмосферы в коллективе (А.Ф.Фидлер)**

Цель проведения методики: оценка психологической атмосферы в коллективе подростков.

Процедура проведения: в основе методики лежит метод семантического дифференциала. В предложенном испытуемому бланке приведены пары слов, противоположные по смыслу.

Обработка результатов: по каждому из 10 пунктов шкалы ответ оценивался нами, в соответствии с процедурой методики, слева направо от 1 до 8 баллов, чем ближе к правому или левому слову в каждой паре ставится знак «+», тем более выражен этот признак. При этом, чем левее расположен знак «+», тем ниже балл – тем благоприятнее психологическая атмосфера в группе, по мнению отвечающего.

Итоговый показатель колеблется от 10 до 80 баллов (наиболее положительная и наиболее отрицательная оценки):

* от 10 до 35 баллов – соответствуют оценке психологической атмосферы в коллективе как благоприятной;
* от 36 до 59 баллов – соответствуют оценке психологической атмосферы в коллективе как средне благоприятный; тяготеющий к благоприятной;
* от 36 до 80 баллов – дают оценку психологической атмосферы в коллективе как неблагоприятную.

**Методика «Определение индекса групповой сплоченности» (К. Сишор)**

Цель проведения методики: диагностика индекса групповой сплоченности группы.

Процедура проведения: каждый испытуемый получил бланк вопросник. Обучающимся предлагается оценить, как проявляются перечисленные в вопроснике характеристики психологического климата в их группе, и давалась следующая инструкция: «На континууме от психологического климата типа А до психологического климата типа В определите ту оценку, которая, по Вашему мнению, соответствует истине. Обведите кружком оценку слева или справа относительно нуля».

Оценки:

3 – свойство выражаются в группе всегда;

2 – свойство выражаются в большинстве случаев;

1 – свойство выражаются нередко;

0 – выражаются в ровной степени оба свойства.

Обработка результатов: на своем бланке каждый обучающийся складывал оценки левой стороны в вопросах 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13 – сумма А; оценки правой стороны во всех вопросах – сумма В; и находил разницу С = А – В.

Среднегрупповая оценка психологического климата рассчитывалась по формуле C = сумма всех С / N, где N –количество членов группы.

Процент подростков, расценивающих климат как неблагоприятный, определялся по формуле n (C) / Nx100 %, где n (C) – количество людей, расценивающих климат коллектива как неблагоприятный; N –количество членов группы.

Вывод об уровне психологического климата в коллективе:

* С равно нулю, или имеет отрицательную величину – ярко проявляющаяся неблагоприятная психологическая атмосфера с точки зрения индивида.
* С более 25 – психологическая атмосфера благоприятная.
* С менее 25 – атмосфера неустойчиво благоприятная.

**Методика «Социометрия» Дж. Морено**

Цель проведения методики: изучить особенности эмоционально-психологических взаимоотношений в детской общности и положение в них каждого подростка.

Процедура проведения: каждый испытуемый получил текст вопросника, и социометрическую матрицу (Приложение 1.)

В ходе проведения методики подросткам задавались по очереди 4 вопроса, какие считались критериями выбора (два положительных и два отрицательных выбора). Каждый ученик, отвечая на вопросы, на бланке напротив предлагаемого вопроса вносил фамилии трех сверстников, которым он отдает выборы.

Обработка результатов: на основании полученных результатов составлялась матрица. По вертикали сверху вниз подсчитывается число выборов, полученных каждым подростком, в том числе и взаимных выборов. Подобным образом, нами составлена матрица отрицательных социометрических выборов.

Одним из показателей благополучия складывающихся взаимоотношений считается коэффициент взаимности выборов. Он показывает, насколько обоюдны симпатии в подростковой общности.

От количества распределенных социометрических положительных выборов мы классифицировали подростков на четыре статусных групп:

* + «Звезды»– число полученных выборов в 2 раза больше, чем среднее число полученных выборов одним подростком;
	+ «Предпочитаемые» – число полученных выборов в полтора раза больше, чем среднее число полученных выборов одним человеком;
	+ «Непринятые» – число полученных выборов в полтора раза меньше, чем среднее число полученных выборов одним человеком;
	+ «Отвергнутые» – число полученных выборов равно нулю или в два раза меньше, чем число полученных выборов одним подростком.

**Социометрическая матрица к методике Дж. Морено «Социометрия»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Шифриспытуемых | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** |
| 1 | К.П |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Д.Ф. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | В.Ш. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 | А.Ч. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 | А.Н. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | Д.П. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 | Е.М. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 | А.П. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 | Ю.К. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 | Д.Д. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |