

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт социального образования
Факультет международных отношений и социально-гуманитарных коммуникаций
Кафедра психологии и социальной педагогики

Арт-терапия в коррекции межличностных конфликтов младших подростков

Выпускная квалификационная работа

Выпускная квалификационная работа
допущена к защите
Зав. кафедрой психологии и
социальной педагогики

дата Б.М. Игошев,
 докт. пед. наук, профессор

Руководитель ОПОП
Иваненко М.А. канд. пед. наук,
доцент кафедры психологии
и социальной педагогики

дата подпись

Исполнитель:
Шмакова Анастасия Андреевна,
студент 402 группы
очного отделения

дата подпись

Научный руководитель:
Шрамко Н.В., канд. пед. наук,
доцент кафедры технологий
социальной работы

дата подпись

Екатеринбург 2016

Оглавление

Введение	3
Глава 1. Теоретические основы коррекции межличностных конфликтов младших подростков посредством арт-терапии	7
1.1. Межличностные конфликты младших подростков как социально-педагогическая проблема	7
1.2. Арт-терапия: сущность и направления	15
1.3. Возможности арт-терапии в коррекции межличностных конфликтов младших подростков в условиях учреждения дополнительного образования	27
Глава 2. Опыт деятельности ОСППП МБУ "ГДМ" г. Нижний Тагил по коррекции межличностных конфликтов младших подростков посредством арт-терапии.....	36
2.1. Анализ деятельности ОСППП МБУ "ГДМ" г. Нижний Тагил по коррекции межличностных конфликтов младших подростков	36
2.2. Комплекс мероприятий по коррекции межличностных конфликтов у младших подростков средствами арт-терапии	44
Заключение	58
Список использованной литературы	61
Приложения	65

Введение

Актуальность исследования. В современных условиях проблема конструктивного разрешения конфликтов приобретает актуальность не только в плане улучшения эмоционального климата межличностного взаимодействия, но и является необходимой составляющей успешного делового взаимодействия между людьми. Несмотря на то, что подростковый возраст в психологии XX столетия изучался достаточно подробно, современные подростки отличаются от сверстников предыдущих поколений рядом социально-психологических особенностей межличностных отношений в любых общностях достаточно сложно. В них проявляются как сугубо индивидуальные качества личности – её эмоциональные и волевые свойства, интеллектуальные возможности, так и усвоенные личностью нормы и ценности общества.

Для развития человека важен каждый возраст. И все же подростковый возраст занимает особое место в психологии. Подростковый возраст — это самый трудный в сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности.

Главное содержание подросткового возраста составляет его переход от детства к взрослости. Все стороны развития подвергаются качественной перестройке, возникают и формируются новые психологические новообразования, закладываются основы сознательного поведения, формируются социальные установки. Этот процесс преобразования и определяет все основные особенности личности детей подросткового возраста.

Ведущим видом деятельности в этом возрасте становится общение, и главным образом общение со сверстниками. Многие исследователи, занимающиеся проблемами подросткового возраста, так или иначе сходятся в признании того огромного значения, которое имеет для подростков именно общение со сверстниками т.к. оно находится в центре жизни подростка, во многом определяет все остальные стороны его поведения и деятельности. Л.И. Божович отмечает, что если в младшем школьном возрасте основой для

объединения детей чаще всего является совместная деятельность, то у подростков, наоборот, привлекательность занятий и интересы в основном определяется возможностью широкого общения со сверстниками.

В процессе общения у подростков могут возникать различные затруднения. Личность подростка очень дисгармонична, и это обуславливает сложность и противоречивость его характера, поэтому проблема конфликтов в подростковом возрасте, несмотря на многочисленные исследования и сейчас достаточно актуальна. Вся деятельность, в том числе общение со сверстниками, на данном возрастном этапе сопровождается конфликтами, которые оказывают влияние на формирование и изменение их личностных качеств.

Подростковый возраст характеризуется как переходный, сложный, трудный, критический. Особенности этого возраста – изменчивость настроений, эмоциональная неустойчивость. В сочетании неблагоприятными отношениями с окружающими людьми и физиологическими качествами эти особенности могут стать источниками межличностных конфликтов. Для коррекции межличностных конфликтов у младших подростков применяется арт-терапия как метод невербальной, в том числе изобразительной экспрессии, выражения чувств и эмоций. Согласно многочисленным исследованиям отечественных педагогов и психологов детский рисунок является своеобразным аналогом речи. В частности, Л. С. Выготский называл детское рисование графической речью [10].

В отечественной психологии методы арт-терапии использовались в коррекции психологических, социальных и коммуникативных проблем у взрослых и детей. Проблемами арт-терапии занимались педагоги, специалисты в области клинической психологии психотерапии, разработавшие концептуальные основы использования арт-терапии в образовательных и социальных учреждениях: Л.Д. Лебедева, К. Юнг, А. И. Копытин и другие [10].

Специалисты подчеркивают роль арт-терапевтического процесса в повышении адаптационных возможностей человека. Коррекционные возможности арт-терапии по отношению к подросткам, имеющим межличностные конфликты имеют огромный потенциал.

В процессе исследования сложилось **противоречие** между необходимостью корректировать деструктивные межличностные конфликты с помощью различных способов и недостаточным использованием в этом процессе арт-терапии.

Проблема исследования: каковы возможности арт-терапии в коррекции межличностных конфликтов младших подростков.

Тема исследования: «Арт-терапия в коррекции межличностных конфликтов младших подростков».

Объект исследования: коррекция межличностных конфликтов младших подростков.

Предмет исследования: направления арт-терапии в коррекции межличностных конфликтов у младших подростков.

Цель исследования: на основе анализа теоретического и практического аспектов коррекции межличностных конфликтов разработать комплекс мероприятий по коррекции межличностных конфликтов младших подростков средствами арт-терапии.

Исходя из объекта исследования, предмета исследования, проблемы и цели исследования, нами были выдвинуты следующие **задачи**:

- 1) рассмотреть межличностные конфликты младших подростков как социально-педагогическую проблему;
- 2) изучить сущность и направления арт-терапии;
- 3) выявить возможности арт-терапии в коррекции межличностных конфликтов младших подростков;
- 4) провести анализ деятельности МБУ «Городской Дворец молодёжи» по коррекции межличностных конфликтов младших подростков;
- 5) разработать комплекс мероприятий по коррекции межличностных конфликтов младших подростков средствами арт-терапии.

Гипотеза исследования: возможности арт-терапии в коррекции межличностных конфликтов младших подростков будут реализованы, если:

1. Использовать следующие направления арт-терапии: художественное, музыкальное, танцевальное;
2. Применять групповую форму работы арт-терапии.

Методы исследования:

- теоретические: анализ, систематизация, обобщение, сравнение;
- эмпирические: анализ документов, беседа, методика социометрии, тест К.Томаса «Стратегия поведения в конфликтной ситуации», тест «Оценка уровня конфликтности» В.И. Андреева, графическая обработка результатов.

База исследования: отдел социально-правовой поддержки и профилактики муниципального бюджетного учреждения «Городской Дворец молодёжи» города Нижний Тагил (ОСППП МБУ «Городской Дворец молодёжи»).

Структура работы: Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованной литературы.

Во введении обоснована актуальность исследования, обозначена степень разработки проблемы, выявлено противоречие и сформулирована основная проблема исследования, определены объект, предмет, цель, задачи и методы исследования.

В первой главе «Коррекция межличностных конфликтов младших подростков: теоретический аспект» рассмотрены понятие и основные характеристики межличностных конфликтов, а также возможности арт-терапии в коррекции межличностных конфликтов младших подростков.

Во второй главе «Опыт деятельности ОСППП МБУ «ГДМ» по коррекции межличностных конфликтов младших подростков» дан анализ условий, способствующих коррекции межличностных конфликтов младших подростков средствами арт-терапии в ОСППП МБУ «ГДМ», представлен и реализован комплекс мероприятий.

В заключении даны основные выводы по результатам исследования.

Глава 1. Теоретические основы коррекции межличностных конфликтов младших подростков посредством арт-терапии

1.1. Межличностные конфликты младших подростков как социально-педагогическая проблема

На сегодняшний день бесконфликтное сосуществование людей встречается как исключительно редкое явление. Конфликты всегда оказывали существенное влияние на жизнь отдельного человека, развитие социальных групп различного масштаба, историю государства и человечества в целом. Возникновение большого числа конфликтов различного масштаба, чрезвычайная сложность их регулирования вызывают в последнее время повышенный интерес не только к его теоретическим, но и к практическим аспектам [23].

Конфликты происходят в различных сферах жизнедеятельности, не исключением являются и межличностные конфликты. Младший подростковый возраст – это серьезный этап личностного становления человека, это бесценный опыт в общении, формирование собственного поведения во взаимоотношениях с окружающими. Сегодня проблема межличностных конфликтов среди подростков весьма велика, а путей решения этой проблемы найдено еще недостаточно.

Рассмотрим более подробно научный взгляд на проблему исследования:

Согласно Д.Н. Ушакову, проблема – это теоретический или практический вопрос, требующий разрешения, задача, подлежащая исследованию [8]. По мнению С.Ю. Головина, проблема – это осознание невозможности разрешить трудности и противоречия, возникшие в данной ситуации, средствами наличного знания и опыта [15].

Обобщая определения проблемы, можно сказать, что проблема в широком смысле – сложный теоретический или практический вопрос, требующий изучения, разрешения; в науке – противоречивая ситуация, выступающая в виде

противоположных позиций в объяснении каких-либо явлений, объектов, процессов и требующая адекватной теории для её разрешения; в жизни проблема формулируется в понятном для людей виде «знаю что, не знаю как», то есть известно, что нужно получить, но не известно, как это сделать. Важной предпосылкой успешного решения проблемы служит её правильная постановка.

Существуют классификации проблем по различным основаниям:

- По возможности прогноза:
 - 1) плохо прогнозируемые;
 - 2) прогнозируемые.
- По сложности:
 - 1) проблемы, решаемые через решение большого количества других проблем;
 - 2) проблемы, быстро решаемые.
- По системным уровням (проблемы человечества, стран, регионов, городов, организаций, в семье, личностей) [6].

Проблема – это осознание, формулирование концепции о незнании. Если проблема обозначена и сформулирована в виде идеи, концепции, то это значит, что можно приступить к постановке задачи по её решению. При введении в культуру русского языка понятие «проблема» претерпело трансформацию. В западной культуре проблема – задача требующая решения. В русской культуре проблема – стратегический этап решения задачи.

Н. В. Гришина рассматривает конфликт как биполярное явление – противостояние двух начал, проявляющее себя в активности сторон, направленной на преодоление противоречия, причем каждая из сторон конфликта представлена активным субъектом (субъектами) [17]. А. Я. Анцупов и А. И. Шипилов предлагают следующее определение: «Под конфликтом понимается наиболее острый способ решения значимых противоречий, возникающих в процессе взаимодействия, заключающийся в противодействии субъектов конфликта и обычно сопровождающийся негативными эмоциями» [2]. Известный отечественный социальный психолог А. Г. Ковалев пишет, что конфликт как естественное противоречие, возникающее между

людьми, порождается проблемами личной и социальной жизни, противоречиями интересов, взглядов, социальных установок людей [23].

Под межличностным конфликтом понимают открытое столкновение взаимодействующих субъектов на основе возникших противоречий, выступающих в виде противоположных целей, не совместимых в какой-то конкретной ситуации. Межличностный конфликт проявляется во взаимодействии между двумя и более лицами. В межличностных конфликтах субъекты противостоят друг другу и выясняют свои отношения непосредственно, лицом к лицу. Это один из самых распространенных типов конфликтов. Они могут происходить как между сослуживцами, так и между самыми близкими людьми [17].

В межличностном конфликте каждая сторона стремится отстоять свое мнение, доказать другой ее неправоту, люди прибегают к взаимным обвинениям, нападкам друг на друга, словесным оскорблениям и унижениям и т.п. Такое поведение вызывает у субъектов конфликта острые негативные эмоциональные переживания, которые обостряют взаимодействие участников и провоцируют их на экстремальные поступки. В условиях конфликта становится трудно управлять своими эмоциями. Многие его участники после разрешения конфликта еще долго испытывают негативное самочувствие [38].

Межличностный конфликт выявляет отсутствие согласия в сложившейся системе взаимодействия между людьми. У них появляются противоположные мнения, интересы, точки зрения, взгляды на одни и те же проблемы, которые на соответствующем этапе взаимоотношений нарушают нормальное взаимодействие, когда одна из сторон начинает целенаправленно действовать в ущерб другой, а та, в свою очередь, осознает, что эти действия ущемляют ее интересы, и предпринимает ответные действия [44]. Такая ситуация чаще всего приводит к конфликту как средству ее разрешения. Полное разрешение конфликта будет осуществлено в том случае, когда противоборствующие стороны вместе вполне осознанно устранят причины, породившие его. Если же конфликт разрешится победой одной из сторон, то такое состояние окажется

временным и конфликт обязательно в какой-то форме заявит о себе при благоприятных обстоятельствах.

Любое урегулирование конфликта или его предупреждение направлены на сохранение существующей системы межличностного взаимодействия. Однако источником конфликта могут оказаться такие причины, которые ведут к разрушению сложившейся системы взаимодействия. В связи с этим выделяют различные функции конфликта: конструктивные и деструктивные [32].

К конструктивным функциям относят:

- познавательную (появление конфликта выступает как симптом неблагоприятных отношений и проявления возникших противоречий);
- функцию развития (конфликт является важным источником развития его участников и совершенствования процесса взаимодействия);
- инструментальную (конфликт выступает как инструмент разрешения противоречий);
- перестроечную (конфликт снимает факторы, подтачивающие существующие межличностные взаимодействия, способствует развитию взаимопонимания между участниками).

Деструктивные функции конфликта связаны:

- разрушением существующей совместной деятельности;
- ухудшением или развалом отношений;
- негативным самочувствием участников;
- низкой эффективностью дальнейшего взаимодействия и др.

Эта сторона конфликта вызывает у людей негативное отношение к ним, и они стараются их избегать.

При системном изучении конфликтов в них выделяют структуру и элементы. Элементами в межличностном конфликте являются: субъекты конфликта, их личностные характеристики, цели и мотивы, сторонники, причина конфликта. Структура конфликта – это взаимосвязи между его элементами. Конфликт всегда находится в развитии, поэтому его элементы и

структура постоянно изменяются.

А.Я. Анцупов и А. И. Шипилов в учебнике «Конфликтология» дают характеристику основных периодов и этапов динамики конфликта:

- 1) предконфликт (возникновение объективной проблемной ситуации, осознание объективной проблемной ситуации, попытки решить проблему неконфликтными способами, предконфликтная ситуация);
- 2) конфликт (инцидент, эскалация, сбалансированное противодействие, завершение конфликта);
- 3) послеконфликтная ситуация (частичная нормализация отношений, полная нормализация отношений) [2].

Доктор психологии Даниэль Дэна, один из первых ученых в области разрешения конфликтов, в своем четырехшаговом методе улучшения взаимоотношений выделяет всего три уровня развития конфликта [31]:

- 1-й уровень: стычки (мелкие неприятности, не представляющие угрозы для взаимоотношений);
- 2-й уровень: столкновения (перерастание стычек в столкновения – расширение круга причин, вызывающих ссоры, уменьшение желания взаимодействовать с другим и уменьшение веры в его добрые намерения к нам);
- 3-й уровень: кризис (перерастание столкновений в кризис – окончательное решение о разрыве отношений, которые носят нездоровый характер, здесь эмоциональная неустойчивость участников доходит до такой степени, что появляются опасения физического насилия).

Таким образом, для возникновения межличностного конфликта необходимо наличие противоречий (объективных или мнимых). Противоречия, возникшие из-за несовпадения во взглядах, оценках людей по самым различным явлениям, ведут к ситуации спора. Если она представляет угрозу одному из участников, то возникает конфликтная ситуация.

В конфликтной ситуации выявляются субъекты и объект конфликта:

- к субъектам межличностного конфликта относят тех участников, которые отстаивают свои собственные интересы, стремятся к достижению своей цели.

Они всегда выступают от своего лица;

- объектом межличностного конфликта считают то, на что претендуют его участники. Это та цель, к достижению которой стремится каждый из противоборствующих субъектов [34].

Всякий межличностный конфликт, в конце концов, имеет свое разрешение. Формы их разрешения зависят от стиля поведения субъектов в процессе развития конфликта. Эту часть конфликта называют эмоциональной стороной и считают ее наиболее важной.

Важным вопросом в социально-педагогическом исследовании проблемы конфликтов и их природы является выявление их причин. Наиболее распространенными причинами конфликта являются ограниченность ресурсов, которые нужно распределять, взаимозависимость заданий, различия в целях, различия в представлениях и ценностях, различия в манере поведения, некомпетентные коммуникации. Учет субъективного фактора как обязательного условия возникновения конфликта также характерен для отечественной науки.

Существование более чем одного источника конфликта увеличивает вероятность возникновения конфликтной ситуации. Однако, даже и при большой возможности возникновения конфликта, стороны могут не захотеть реагировать так, чтобы и дальше усугублять ситуацию. Среди причин межличностного конфликта, выделяют причины связанные с психологическими особенностями человеческих отношений. Это взаимные симпатии и антипатии людей, ведущие к их совместимости или несовместимости; неблагоприятная психологическая атмосфера в коллективе; плохая психологическая коммуникация [6].

Другая группа причин связана с личным своеобразием членов коллектива. В этом случае имеются в виду личные особенности, способствующие возникновению конфликтных ситуаций. К ним относятся:

- неумение контролировать свое эмоциональное состояние;
- низкий уровень самоуважения;
- агрессивность;

- повышенная тревожность;
- некоммуникабельность;
- чрезмерная принципиальность.

Анализ онтогенеза конфликтного поведения показывает, что подростковый возраст является наиболее напряженным с точки зрения возникновения межличностных конфликтов. Повышенная конфликтность подростков во многом определяется особенностями и значением подросткового возраста в развитии личности.

С усложнением системы общественных отношений, с включением индивида в разнообразные общности, потребность в принадлежности к какой-либо группе удовлетворяется только при подчинении разнообразным общественным нормам и предписаниям, удовлетворяя при этом социальные ожидания окружающих. Постепенно на этой основе вырабатывается потребность следовать нормам, обычаям, традициям группы, поскольку в противном случае личность неизбежно вступает в постоянный устойчивый конфликт с окружающими и, в конечном счете, будет отторгнута группами, к которым она принадлежит.

Межличностный конфликт обладает существенным конструктивным потенциалом. К конструктивным функциям межличностных конфликтов в среде младших подростков можно отнести следующие:

- межличностный конфликт является важным источником личностного развития, а также развития внутригрупповых отношений;
- межличностные конфликты способны позитивно изменить и расширить сферу и способы межличностного взаимодействия;
- через открытую конфронтацию межличностный конфликт освобождает группу от негативных факторов ее развития;
- межличностный конфликт способствует развитию взаимопонимания между подростками, развивает их социальный интеллект.

Более того, позитивный смысл конфликта состоит в раскрытии для самого подростка его собственных возможностей, в активизации личности как субъекта

предупреждения, преодоления и разрешения межличностных конфликтов.

Однако наряду с конструктивными функциями, межличностный конфликт обладает рядом деструктивных функций, оказывающих неблагоприятное воздействие на личность подростков, а именно:

- снижение эффективности совместной деятельности;
- негативное развитие межличностных отношений;
- ухудшение внутригрупповых отношений.

Многие подростки младшего возраста испытывают затруднения в контактах со сверстниками и переживают свое одиночество болезненно. Любые трудности в социальной сфере приводят к нарушению деятельности, отношений, порождают негативные эмоции и переживания, вызывают чувство дискомфорта. Всё это может иметь неблагоприятные последствия для развития личности ребенка.

Психологический дискомфорт в среде сверстников, напряженные взаимоотношения с педагогами, а затем и с родителями, способствуют тому, что отрицательные формы поведения закрепляются и могут перейти в черты характера. Кроме того, деформация взаимоотношений с окружающими неизбежно ведет к снижению познавательной активности подростка. Может возникнуть общее негативное отношение к школе и к учебной деятельности вообще [52].

Также негативным результатом межличностных конфликтов, как с взрослыми, так и со сверстниками, наряду с недоеданием, недосыпанием, эмоциональной холодностью близких подростку людей и ощущением своей ненужности, покинутости, наряду с чувством лишнего в семье или обществе (группе), можно выделить обострение взаимоотношений со всеми взрослыми, в том числе и с учителями (если конфликт происходил с родителями или иными близкими людьми), формирование негативного отношения к учебной деятельности и к школе в целом. Указанные причины приводят к усилению недоброжелательных отношений с ближайшим окружением, в том числе и со сверстниками, создают ситуацию хронического психологического стресса,

который, в свою очередь, отражается на психическом и физическом состоянии, приводя к неврозам или, в крайнем случае, к суицидам [33].

Что касается позитивной роли межличностного конфликта в младшем подростковом возрасте, то мы хотим отметить, что для развития личности необходимы конфликты. Только преодолевая конфликтную ситуацию, разрешая конфликт, противоречие, внутреннее или внешнее, индивид выходит на новую степень своего развития.

Таким образом, межличностные конфликты младших подростков являются социально-педагогической проблемой, поскольку могут негативно влиять на его развитие.

1.2. Арт-терапия: сущность и направления

Арт-терапия является междисциплинарным методом психотерапии, соединяющим в себе различные области знания – психологию, медицину, педагогику, культурологию и др. Ее основой выступает художественная практика, поскольку в ходе арт-терапевтических занятий клиенты вовлекаются в изобразительную деятельность [40].

Арт-терапия предоставляет человеку возможность выражения своего внутреннего мира и посредством творчества помогает снять напряжение, расслабиться. Данный метод не имеет для применения противопоказаний, возрастных ограничений, не требует специальных навыков и широко используется не только в психотерапии, но и в социальной работе, педагогике и бизнесе. Помогает развивать креативность мышления и находить решение проблем различного рода (кризисные состояния, психологические травмы, внутрисемейные и межличностные конфликты, психосоматические, невротические расстройства или возрастные кризисы) [28] .

Сущность арт-терапии состоит в терапевтическом и коррекционном воздействии искусства на субъекта, которое проявляется в:

- корректировании психотравмирующей ситуации с помощью художественно -

творческой деятельности;

- актуализации переживаний и выведении их во внешнюю форму через продукт художественной деятельности;
- создании новых, эмоционально позитивных переживаний, их накоплении;
- актуализации креативных потребностей и их творческом самовыражении.

Несмотря на тесную связь с лечебной практикой, арт-терапия во многих случаях имеет преимущественно психокоррекционную, социализирующую и развивающую направленность, благодаря чему она может стать ценным инструментом в деятельности образовательных учреждений, реабилитационных проектах и в социальной работе [23].

В настоящий момент разработаны новейшие виды методик, которые с большим успехом применяются на практике, а именно: маскотерапия, оригами, музыкотерапия и драматерапия, цветотерапия, видеотерапия, песочная терапия и артсинтезтерапия (сочетание стихосложения, живописи, пластики и риторики, театра и драматургии).

Современная арт-терапия включает в себя следующие направления:

- изотерапия — лечебное воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и т. д.;
- музыкотерапия — воздействие через восприятие музыки; ;
- кинезитерапия — воздействие через танцевально-двигательную и др. [25].

Практически каждый человек (независимо от своего возраста, культурного опыта и социального положения) может участвовать в арт-терапевтической работе, которая не требует от него больших способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков. Каждый человек, будучи ребенком, рисовал, лепил, играл. Поэтому метод арт-терапии практически не имеет возрастных ограничений в использовании. Нет оснований говорить и о наличии каких-либо противопоказаний к участию тех или иных людей в арт-терапевтическом процессе.

Арт-терапия является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо

владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний, либо, напротив, чрезмерно связан с речевым общением. Символическая речь является одной из основ изобразительного искусства, позволяет человеку зачастую более точно выразить свои переживания, по-новому взглянуть на ситуацию и житейские проблемы и найти, благодаря этому, путь к их решению [30].

Изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей, своеобразным мостом между психологом и клиентом. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднениях в налаживании контактов, в общении по поводу слишком сложного и деликатного предмета.

Изобразительная деятельность во многих случаях позволяет обходить «цензуру сознания», поэтому представляет собой уникальную возможность для исследования бессознательных процессов, выражения и актуализации латентных идей и состояний, тех социальных ролей и форм поведения, которые находятся в «вытесненном» виде, либо слабо проявлены в повседневной жизни.

Арт-терапия является средством свободного самовыражения и самопознания. Она имеет «инсайт-ориентированный» характер, предполагает атмосферу доверия, высокой терпимости и внимания к внутреннему миру человека.

Основные принципы арт-терапии:

- принцип субъектности (отношение к участникам арт-терапевтического процесса не как к пассивным участникам коррекционных и развивающих воздействий, но как к личностям с индивидуальным набором потребностей, взглядов, установок и т. д.);
- принцип активности (всемерное вовлечение участников арт-терапевтического процесса в разные формы творческого самораскрытия, предполагающие проявление ими инициативы и ответственности);
- партнерство в терапевтических отношениях (уважение позиции клиента, иногда — «следование» за его инициативой, стимулирование его к выражению своих чувств и мыслей);
- опора на наглядно-чувственный характер деятельности (активное

использование визуальных, музыкально-аудиальных, кинестетических и игровых средств самовыражения, стимулирование творческого воображения);

- постоянная обратная связь (отчет участников арт-терапевтических занятий о своих чувствах, мыслях и впечатлениях от работы и взаимодействии друг с другом и ведущим; комментирование ведущим особенностей творческой экспрессии и поведения участников);
- единство и взаимодополнение вербальной и невербальной экспрессии (чередование в ходе арт-терапевтических занятий изобразительной деятельности, движения и танца, музицирования, сочинения историй и обсуждений);
- взаимопроникновение коррекционных, профилактических, развивающих, обучающих элементов;
- сочетание группового характера коррекционного процесса с индивидуализацией его задач в соответствии с результатами психологической и социально-педагогической диагностики каждого клиента;
- интегративность (активизация и развитие в ходе занятий эмоциональных, познавательных и поведенческих аспектов личности, преодоление противоречий между чувствами, мыслями и поступками);
- системность (восприятие поведения и проблем участников арт-терапевтического процесса в контексте терапевтических, групповых и социальных отношений, а также с учетом широкого набора различных факторов риска и здоровьесбережения);
- ориентация на саморазвитие, доверие к внутренним ресурсам организма и психики ребенка и подростка с параллельным привлечением внешних ресурсов [31].

Продукты изобразительного творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет использовать их для ретроспективной, динамической оценки состояния, проведения соответствующих исследований и сопоставлений [29].

Арт-терапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию.

Арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления. Она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации: раскрытие широкого спектра возможностей человека и утверждение им своего индивидуального и неповторимого способа бытия в мире.

Комплексы мероприятий, программы арт-терапевтической коррекции эмоциональных, коммуникативных и поведенческих проблем у детей и подростков могут быть основаны на использовании разных форм творческого самовыражения, в первую очередь, изобразительных средств (включая графику, живопись, лепку, коллаж, фотографию и т. д.), которые дополняются средствами музыкальной экспрессии, элементами движения и танца. Арт-терапия может осуществляться как в индивидуальном, так и в групповых вариантах — студийном, тематическом и динамическом. Основной формой групповых занятий может выступать интерактивная арт-терапевтическая группа. Понятие интерактивности в данном случае означает, что одной из ведущих особенностей групповой арт-терапевтической работы выступает взаимодействие между ее участниками. Интерактивная арт-терапевтическая группа отличается от большинства вербальных психотерапевтических групп тем, что здесь взаимодействие осуществляется, помимо вербального канала коммуникации, посредством визуальных образов, а также музыки, движения и танца, и т. д., т. е. разных средств творческого самовыражения. При организации интерактивной арт-терапевтической группы основной акцент может быть сделан на тематической группе, поскольку она обеспечивает возможности для ее

доукомплектования и структурирования арт-терапевтического процесса, а также отвечает условиям проведения занятий в школе.

Структурирование работы участников тематической группы осуществляется, главным образом, за счет фокусировки их внимания на какой-либо значимой для них теме или техниках, играх и упражнениях индивидуального, парного, микрогруппового или общегруппового характера. Тематическая группа является полуоткрытой: отдельные участники могут прекращать работу на том или ином этапе, в то же время, и группу могут включаться новые члены.

Другим значимым организующим фактором в тематической группе является ее трехчастная структура; каждое занятие включает вводную («разогрев» и подготовка участников к работе), основную (выбор темы или ее корректировка и работа над ней с использованием разных способов творческого самовыражения, завершающаяся обсуждением участниками своих произведений и процесса их создания) и заключительную (подведение итогов занятия) части.

В процессе работы тематической группы могут подниматься различные темы и применяться разные виды деятельности, ориентированные на развитие сенсомоторных навыков, образного мышления, памяти и внимания участников, а также исследование их отношений и опыта. Все многообразие заданий, игр и упражнений, которые могут быть использованы в тематической группе, можно разделить на несколько основных категорий в зависимости от их назначения. Следует, однако, учесть, что многие из них могут применяться с разными целями, поскольку оказывают многостороннее положительное воздействие на личность участников занятий.

Рассмотрим более подробно направления арт-терапии.

Музыкотерапия – это вид арт-терапии, где музыка используется в лечебных или коррекционных целях. В настоящее время музыкотерапия является целым психокоррекционным направлением (в медицине и психологии), имеющим в своей основе два аспекта воздействия: психосоматическое (в процессе которого осуществляется лечебное воздействие на функции

организма) и психотерапевтическое (в процессе которого с помощью музыки осуществляется коррекция отклонений в личностном развитии, нарушений межличностных отношений, психоэмоционального состояния). Именно катарсическое (очищающее) воздействие музыки позволяет использовать ее в таком качестве в коррекционной работе с подростками, имеющими проблемы в коммуникативной сфере, повышенный уровень конфликтности и т.д. [11].

Во многих исследованиях по музыкотерапии (Г. П. Шипулин, Л. С. Брусиловский, А. Н. Борисов, Л. А. Батурина и др.) в качестве проявлений коррекционного воздействия этого вида арт-терапии выделяются следующие:

- снижение конфликтности, повышение адаптивности к социуму;
- облегчение усвоения новых положительных установок и форм поведения, коррекция конфликтов и коммуникативной функции, в целом;
- повышение социальной активности, приобретение новых средств эмоциональной экспрессии;
- регулирование психовегетативных процессов, физиологических функций организма;
- регуляция психоэмоционального состояния;
- активизация творческих проявлений [40].

Если говорить о музыкотерапии с точки зрения ее влияния на физическую, эмоциональную и интеллектуальную сферы организма, то, поскольку музыка является языком невербальной коммуникации, наибольший эффект достигается во влиянии на чувства и настроения человека, ослабляя негативные переживания в процессе их катарсической разрядки под воздействием музыки.

Достоинствами музыкотерапии являются:

1. Легкость и простота применения;
2. Возможность контроля;
3. Уменьшение необходимости применения других лечебных методик, более нагрузочных и отнимающих больше времени [55].

Специалисты различают пассивную и активную формы музыкотерапии. В первом случае пациентам предлагают прослушивать различные музыкальные

произведения, соответствующие состоянию их психологического здоровья и ходу психотерапии. Те, кто хоть раз общался с ребенком с ограниченными возможностями, знают, как трудно найти тропинку к его сердцу. Поэтому естественность и доступность, которая есть в музыке, - одна из причин бурного развития музыкальной терапии в последние десятилетия. Полезность музыкотерапии выражается, в частности, в коррекции межличностных конфликтов, а именно в том, что она:

- помогает укрепить доверие, взаимопонимание между участниками процесса;
- помогает ускорить прогресс терапии, так как внутренние переживания легче выражаются с помощью музыки, чем при разговоре;
- музыка усиливает внимание к чувствам, служит материалом, усиливающим осознание;
- косвенно повышается музыкальная компетенция, возникает чувство внутреннего контроля и порядка.

Таким образом, музыкотерапия представляет собой совокупность приемов и методов, направленных на расширение и обогащение спектра переживаний и формирование такого мировоззрения, которое помогает человеку быть здоровым и счастливым. Богатые чувства и высокие мысли являются главным составляющим этого вида психотерапии. Формирование гармонизации эмоциональной и коммуникативной сферы подростка достигается за счет вовлечения его в широкий круг музыкальных художественных переживаний, формирование высокого строя мыслей [34].

Изотерапия — терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием, используется в настоящее время для психологической коррекции клиентов с невротическими, психосоматическими нарушениями, детей и подростков с трудностями в обучении и социальной адаптации, при внутрисемейных конфликтах и конфликтах в группе сверстников [46].

Изобразительное творчество позволяет клиенту ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды, а также — освободиться от негативных

переживаний прошлого. Это не только отражение в сознании клиентов окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней [52].

Рисование развивает чувственно-двигательную координацию, так как требует согласованного участия многих психических функций. По мнению специалистов, рисование участвует в согласовании межполушарных взаимоотношений, поскольку в процессе рисования активизируется конкретно-образное мышление, связанное, в основном, с работой правого полушария, и абстрактно-логическое, за которое ответственно левое полушарие.

Психокоррекционные занятия с использованием изотерапии служат инструментом для изучения чувств, идей и событий, для развития межличностных навыков и отношений, способов разрешения конфликтных и других проблемных коммуникативных ситуаций, а также укрепления самооценки и уверенности в себе.

Техники изотерапии:

- техника медитативного рисунка – мандала;

Одной из техник изотерапии является создание циркулярных композиций – мандал. Слово мандала имеет санскритское происхождение и означает «магический круг». Мандала помогает стимулировать основные внутренние источники, запечатленные на глубинных уровнях разума, включая механизмы саморегуляции. Это психологический преобразователь, помогающий человеку установить связь с самим собой.

- техника направленной визуализации;

В арт-терапии совместно с изотерапией используется также техника направленной визуализации – направление потока воображения клиента в определенное русло.

- техника марания;

Марания эффективны для помощи ребенку или родителям выразить свои эмоции. Наиболее насыщенными по воплощению и эмоционально яркими являются гуашевые или акварельные изображения. При помощи мараний можно

рисовать такие вещи, как страхи, гнев, в дальнейшем преобразовывать их во что-то позитивное. Их можно облечь в привлекательную для детей форму: они могут замазывать краской вход в пещеру; брызгами, пятнами, разнообразными линиями создавать города, явления природы, сказочных существ; закрашивать цветными мелками собственный силуэт, нарисованный на полу [33].

Марания по внешнему виду порой выглядят как деструктивные действия с красками, мелками. Однако игровая оболочка оттягивает внимание от не принимаемых в обычной жизни поступков, позволяет ребенку без опасений удовлетворить деструктивные влечения. У мараний нет категорий «правильно-неправильно», «хорошо-плохо», нет эталонов. Отсутствие критериев оценки мараний исключает и саму оценку, это снимает тревожность и помогает выплеснуть агрессию, страх.

- рисунок на стекле;

В отличие от рисования по бумаге, стекло дарит новые визуальные впечатления и тактильные ощущения. Подростков захватывает сам процесс рисования: гуашь скользит мягко, ее можно размазывать и кистью, и пальцами, так как она не впитывается в материал поверхности и долго не высыхает. За счет того, что краска не впитывается, сколько бы разноцветных слоев ни наносилось, под ними всегда будет просвечивать прозрачная основа. Благодаря этим свойствам изображение на стекле воспринимается как сиюминутное, временное, лишённое монументальности и постоянства. Только наброски, игра, можно не нести ответственности за результат, так как результата и нет. Подросток словно не рисует, а тренируется рисовать, и соответственно, имеет право на ошибки и исправления, без болезненных переживаний о свершившемся, которое уже не изменить.

Описанный прием используется для профилактики и коррекции тревожности, социальных страхов и страхов, связанных с результатом деятельности («боюсь ошибиться»). Совместное рисование на одном стекле как проблемная ситуация провоцирует детей устанавливать и поддерживать контакты, формировать умение действовать в конфликте, уступать или

отстаивать позиции, договариваться [40].

При рисовании происходит:

- Расставание с негативными эмоциями и прорисовывание тяжелого дня или события.
- Переживание и усмирение ярости, гнева, злости. Тогда можно избежать наказания, обидных слов и действий. Лучше – отдать все на откуп бумаге, линиям, краскам, фигурам и объектам.
- Совместная деятельность и уникальная возможность в процессе, наводящими вопросами о рисунке узнавать, что тревожит ребенка.

Танцевально-двигательная терапия. Традиционно считается, что душевная жизнь человека самым непосредственным образом связана с телом, с движениями. Терапией, которая объединяет в себе работу с телом, движениями и эмоциями, является танце-двигательная терапия.

Большое влияние на развитие танце-двигательной терапии оказала аналитическая психология К. Юнга. "Тело без души нам ни о чем не говорит, так же как - позволим себе встать на точку зрения души – душа ничего не может значить без тела..." К.Юнг считал, что артистические переживания, которые он называл "активным воображением", выраженные, например, в танце, могут извлечь неосознанные влечения и потребности из бессознательного и сделать их доступными для освобождения и анализа [59].

Техники танцевально-двигательной терапии:

- преувеличение;

Обычно наше внимание привлекает определенный аспект чьего-либо двигательного поведения (например, обдуманное и контролируемое поведение, быстрое и неожиданное движение рукой или опустившееся и тяжелое чувство). После того как терапевт привлек внимание клиента к этому паттерну, он может предложить преувеличить движение, чтобы более четко выделить характеризующее качество.

- трансформация движения в коммуникацию;

Эта техника работает с движениями, которые являются

дисфункциональными по своей природе (например, самостимулирующие, повторяющиеся, используемые, чтобы держать других на расстоянии) и использует их, как базис, на котором клиента вовлекают во взаимодействие. При использовании этой техники важно не копировать человека. Лучше всего, когда движения подобны движениям клиента или являются прямым ответом на то, что он делает [41].

Из всего вышесказанного можно сделать вывод о том, что танце-двигательная терапия – это вид психотерапии, который использует движение для развития социальной, когнитивной, эмоциональной и физической жизни человека. Использовать танце-двигательную терапию можно в работе с людьми с разнообразными эмоциональными проблемами, снижением интеллектуальных возможностей и тяжелыми заболеваниями.

Таким образом, арт-терапия – это совокупность психологических методов воздействия, применяемых в контексте изобразительной деятельности клиента и психотерапевтических отношений и используемых с целью лечения, психокоррекции, психопрофилактики, реабилитации и тренинга лиц с различными физическими недостатками, эмоциональными и психическими расстройствами, а также представителей групп риска.

Основные задачи арт-терапии таковы:

- облегчение психологического напряжения подростка;
- укрепление собственного "Я" подростка, развитие чувства самооценности;
- развитие способности эмоциональной саморегуляции;
- восстановление доверия к взрослым и сверстникам, оптимизация отношений в системах «подросток - взрослые», «подросток-сверстники»;
- коррекция и предупреждение деформаций в формировании Я-концепции;
- коррекция и профилактика поведенческих отклонений.

Все вышеупомянутые арт-терапевтические методики в психокоррекции способствуют гармонизации личности подростков, коррекции различных проблем в поведении, общении через развитие способностей самовыражения и самопознания, обеспечивают коррекцию психоэмоционального состояния

подростка, психофизиологических процессов посредством соприкосновения с искусством.

1.3. Возможности арт-терапии в коррекции межличностных конфликтов младших подростков в условиях учреждения дополнительного образования

Коррекция – это система социально-педагогических мер, направленных на исправление (частичное или полное) процесса и результата социального развития и воспитания ребёнка, воспитательной деятельности в семье, образовательном учреждении, центре досуга и пр. [11].

Коррекция в педагогике определяется как система психолого-педагогических мер, направленных на ослабление, сглаживание, устранение или, возможно, более полную компенсацию, имеющихся у личности на текущий момент и прогнозируемых на будущее ограничений жизнедеятельности и социальной недостаточности, а также будущей интеграции в общество во всех областях его жизни. Важно подчеркнуть, отмечает Г. С. Тагирова, что педагогическая коррекция, в отличие от медицинской помощи, направлена на исправление недостатков в развитии психики человека, не выходящих за пределы психического здоровья. Коррекция представлена как способ устранения сбоя в самосознании, деятельности, поведении, общении личности [52].

Особенности межличностных конфликтов младших подростков определяются, прежде всего, спецификой возрастной психологии детей, подростков и юношей (девушек). На возникновение, развитие и завершение конфликтов заметное влияние оказывает характер учебно-воспитательного процесса, его организация в конкретном учреждении. Третьим фактором, воздействующим на конфликты во взаимоотношениях учащихся, является жизненный уклад и существующая социально-экономическая ситуация.

Успешность коррекционных мероприятий может быть обеспечена только

при условии обязательного включения следующих составляющих:

- направленности на искоренение источников дискомфорта как в самом подростке, так и в социальной и природной среде и одновременно на создание условий для приобретения несовершеннолетним необходимого опыта для решения возникающих решением проблем;
- обучение ребенка новым навыкам, которые помогают достичь поставленных целей, в том числе и коммуникативных, или сохранить психическое и физическое здоровье;
- решение потенциальных проблем и факторов, влияющих на конфликтность подростков, предупреждение их возникновения.

Поскольку каждый конфликт связан с ущемлением тех или иных потребностей и интересов людей как материальных, так и духовных, начинать его коррекцию следует с его дальних, глубинных предпосылок, с выявления тех причин, которые потенциально содержат в себе возможность конфликта [38].

Можно выделить три направления коррекции межличностных конфликтов у младших подростков: работа с педагогами; работа с родителями; работа с подростками.

Большое влияние на коррекцию конфликтов у младших подростков оказывает личность педагога, так как стиль его взаимодействия с другими учениками служит примером для воспроизводства во взаимоотношениях со сверстниками. Учитель обязан вмешиваться в конфликты учеников, регулировать и корректировать их. В зависимости от ситуации может быть необходимо административное вмешательство или консультация у педагога-психолога, а, может, и просто добрый совет [37].

Работа с педагогами может проводиться по четырем основным направлениям:

- устранение негативных факторов и создание объективных условий, препятствующих возникновению и деструктивному развитию предконфликтных ситуаций, (доброжелательное, теплое, заботливое, внимательное отношение к своим подопечным со стороны учителей, шефская поддержка

старшеклассников, личный пример педагогов и родителей). Данная модель будет работать, если работа будет выстроена как с педагогами, так и с родителями, оптимизация организационно-управленческих условий работы учреждения;

- справедливое и гласное распределение материальных и духовных благ среди подростков;
- уделить особое внимание одобрению деятельности подростков, не скупиться на похвалы, награды, поощрения в виде грамот и премий. Создание «ситуации успеха»;
- устранение социально – психологических причин возникновения конфликтов. На данном этапе можно разработать правила, процедуры решения каких-либо спорных вопросов, создать действующий орган при учреждении, куда за поддержкой и советом могут обращаться дети, их родители и педагоги;
- блокирование личностных причин возникновения конфликтов. Примерная тематика тренингов, методических объединений педагогов: «Тренинг общения», «Все цвета, кроме черного», «Я глазами других», «Я и мы», «Чужой среди своих» и т.д. [35].

Наиболее надежным способом коррекции конфликтов между подростками и родителями, как психологического, так и социального-педагогического уровня является создание, такой нравственно-психологической атмосферы, которая исключает саму возможность агрессивных устремлений, ведущих к тяжелому конфликту и устранение неблагоприятного семейного микроклимата.

Поддержание и укрепление сотрудничества, доверительных отношений является центральной проблемой коррекции межличностных конфликтов у младших подростков. Ее решение носит комплексный характер и включает в себя методы социально-психологического, организационно-управленческого и морально-этического характера. Исходя из этого, основным направлением коррекции конфликтов родителей с подростками может быть повышение педагогической культуры родителей, позволяющей поддерживать и развивать сотрудничество с детьми, учитывая их возрастные особенности, и

эмоциональные состояния.

Конструктивному поведению родителей в конфликтах с младшими подростками может способствовать следующее:

- всегда помнить об индивидуальности ребенка;
- учитывать, что каждая новая ситуация требует нового решения;
- стараться понять требования ребенка;
- противоречия воспринимать как факторы нормального развития;
- проявлять постоянство по отношению к ребенку;
- чаще предлагать выбор из нескольких альтернатив;
- одобрять разные варианты конструктивного поведения;
- совместно искать выход путем перемены в ситуации;
- ограниченно применять наказания, соблюдая при этом их справедливость;
- дать ребенку возможности прочувствовать негативные последствия его проступков;
- логически разъяснять возможности негативных последствий;
- расширять диапазон моральных, а не материальных поощрений;
- использовать положительный пример других детей и родителей.

Коррекционная работа с межличностными конфликтами младших подростков может вестись по четырем основным направлениям:

- создание объективных условий, препятствующих возникновению и деструктивному развитию предконфликтных ситуаций;
- оптимизация организационно – управленческих условий работы образовательного учреждения;
- устранение социально-психологических причин конфликтов;
- блокирование личностных причин возникновения конфликтов;

Коррекция большинства видов подростковых конфликтов должна вестись одновременно по всем трем направлениям.

Для более успешной реализации деятельности по коррекции конфликтного поведения младших подростков необходимо обратить внимание

на формы и методы, направленные на коррекцию и предотвращение конфликтов в подростковой среде.

Формы коррекции конфликтов.

Форма – организационная сторона педагогического явления.

Массовые мероприятия – это форма организации внеучебной деятельности с максимальным числом задействованных в нем участников (лекции, беседы, дебаты на тему «Конфликты и мы», «Почему мы конфликтуем» и др.);

- экскурсии – это посещение достопримечательностей группой туристов или индивидуально. От обычной прогулки экскурсия отличается тем, что это организованное мероприятие, даже если устраивается только для одного человека. Цель экскурсии – не только осмотреть достопримечательность или какой-то другой объект, но и узнать его историю и интересные факты о нем (занятие общим делом помогает сплотить коллектив);
- диспуты – коллективное публичное обсуждение актуальных научных тем или социальных проблем; один из активных методов обучения, способствует развитию логического мышления и формированию самостоятельности суждений (например, «Конфликты: нужны или нет» и др.);
- деловая игра – метод имитации принятия решений руководящих работников или специалистов в различных производственных ситуациях, осуществляемый по заданным правилам группой людей или человеком с компьютером в диалоговом режиме, при наличии конфликтных ситуаций или информационной неопределённости;
- интеллектуальный марафон – разновидность интеллектуальных игр;
- кружки, секции – объединения по интересам (занятие общим делом помогает сплотить коллектив).

Методы коррекции межличностных конфликтов среди младших подростков:

Метод – способ достижения какой-либо цели, решения какой-либо задачи; совокупность приемов и операций практического или теоретического освоения (познания) действительности.

- **словесный** – метод изложения учебного материала, устного повествовательного изложения новых знаний педагогом. С его помощью осуществляется образное изложение фактов, интересных событий, взаимосвязей, взаимозависимостей, явлений и т.д. Активизирует восприятие, познавательную активность, формирует представления, развивает интересы, любознательность, воображение и мышление;
- **наглядный** – помогает подключать все системы организма человека для восприятия информации;
- **вовлечение в деятельность** – совокупность средств и приемов воспитания, которые способствуют успешному вовлечению коллектива в деятельность;
- **организация деятельности** – пути выделения, закрепления и формирования положительного опыта поведения, отношений, действий и поступков, мотивации;
- **сотрудничество** – предполагает совместное выступление сторон для решения проблемы, эта позиция дает возможность понять причины разногласий и найти выход из кризиса, приемлемый для противостоящих сторон без ущемления интересов каждой из них;
- **анализ ситуаций** – метод включения в учебный процесс глубокого и детального исследования реальной или имитационной ситуации, выполняемое для того, чтобы выявить ее частные или общие характерные свойства;
- **метод положительного примера** – развитие личности происходит не только в результате воздействия слова и мысли как средств разъяснения и убеждения. Исключительно большое воспитательное значение имеют положительные образцы и примеры поведения и деятельности других людей, особенно это актуально в среде младших подростков, ведь они впитывают всю информацию, которая их окружает, а потом воспроизводят ее [44];
- **метод вмешательства «авторитетного третьего»**. Человек, находящийся в конфликте, как правило, не воспринимает высказанных оппонентом в его адрес положительных слов. Оказать содействие может некто «третий»,

пользующийся доверием, таким образом, конфликтующий будет знать, что его оппонент не такого уж плохого о нём мнения, и этот факт может стать началом поиска компромисса;

- стимулирование – совокупность средств и приемов, побуждающих воспитанника к определенным действиям.

Основными видами коррекции межличностных конфликтов младших подростков являются:

- индивидуальное консультирование;
- включение подростков в тренинговые группы с целью коррекции негативных эмоционально значимых ситуаций;
- индивидуальная работа с системой ценностей ребенка;
- обучение социальным навыкам, способам эффективного общения, конструктивному поведению в конфликтных ситуациях [27].

Одним из сложнейших периодов становления личности человека считается подростковый возраст. Трудности, возникающие в эту пору, связаны с половым созреванием, которое становится причиной разных отклонений (психических и психофизиологических) в поведении подростка.

Для укрепления и сохранения психического здоровья подростков в работе с ними необходимо использовать гибкие формы психотерапии. Данному требованию арт-терапия отвечает в полной мере.

Арт-терапия с подростками также эффективна, как и ее применение при работе с маленькими детьми и взрослыми. Повышая самооценку, методика учит подростка избавляться от негативных мыслей и эмоций, справляться со стрессом, укрепляет память, развивает мышление, внимание. Живопись красками, рисование, лепка, мелки и другие разнообразные техники – безопасные способы снятия напряжения.

Арт-терапия позволяет подростку через художественное творчество выражать свои чувства, а для терапевта продукты творчества – ценный материал (форма рисунка, цвет, линии, объем и др.), по которому определяется наличие, а

в некоторых случаях и причины психологических проблем (сложность в общении, тревожность, страхи, агрессия, гиперактивность, конфликты в семье, заниженная самооценка) [39].

Различные методы арт-терапии с подростками позволяют им раскрывать творческий потенциал, чувствовать свою индивидуальность и неповторимость и через свое творчество принять себя.

Арт-терапия с подростками применяется в двух формах: групповой и индивидуальной. Для эффективного результата работы терапевт подбирает форму терапии и арт-терапевтические техники в зависимости от индивидуальных особенностей подростка.

Арт-терапия в группе адаптирует подростков к свободному самовыражению. Возможность самостоятельно управлять своим мышлением и спокойно делиться ими с людьми вокруг позволяет подростку быть психологически адаптированным, что очень значимо для человека, имеющего на фоне стресса психологические проблемы.

Групповая терапия имеет определенные преимущества по сравнению с индивидуальной, так как развивает необходимые социальные навыки: умение слушать других людей, способность оказывать поддержку друг другу и совместно решать коллективные проблемы. Формирует у трудных подростков положительный опыт семейных отношений [50].

Работа в группе дает им возможность больше почувствовать свою независимость. Способность самому контролировать свои мысли и доверять их окружающим обеспечивает подростку психологическую защищенность, которая имеет большое значение для человека, страдающего посттравматическим стрессовым расстройством.

Таким образом, существует несколько ключевых направлений арт-терапии при работе с подростками: художественное, музыкальное, танцевальное.

Наибольший интерес представляет интегративная модель арт-терапии, в

которой присутствует большая степень взаимосвязи представленных выше направлений. Анализируя данные преимущества, можно сделать вывод о «мягкости» арт-терапевтических методов. Важно отметить, что арт-терапия является универсальным методом психолого-педагогического и коррекционного воздействия на развитие личности подростка.

Глава 2. Опыт деятельности ОСППП МБУ "ГДМ" г. Нижний Тагил по коррекции межличностных конфликтов младших подростков посредством арт-терапии

2.1. Анализ деятельности отдела социально-правовой поддержки и профилактики муниципального бюджетного учреждения «Городской Дворец молодёжи» г. Нижний Тагил по коррекции межличностных конфликтов младших подростков

Информационная справка об учреждении, которое является базой исследования:

1. Название учреждения: муниципальное бюджетное учреждение «Городской Дворец молодёжи» г. Нижний Тагил, отдел социально-правовой поддержки и профилактики.

2. Функция, назначение учреждения:

- оказание психологических и социально-педагогических услуг и консультирования, проведение психологических диагностик, с последующей психотерапией и коррекцией;
- организация и введение в течение года психологических клубов для подростков;
- проведение тренингов, тимбилдингов;
- организация форумов, направленная на профилактическую деятельность, а также вовлечение подростков в социально-значимую деятельность.

3. Цель и задачи деятельности.

Цель: создание условий для успешного развития потенциала подросткомв и молодёжи и их эффективной самореализации в интересах социально-экономического, общественно-политического и культурного развития города Нижний Тагил.

Задачи:

- создание эффективных механизмов информирования подростков и молодёжи о возможностях включения в общественную жизнь и применении потенциала,
- содействие развитию навыков самостоятельной жизнедеятельности;
- вовлечение подростков и молодёжи в программы и мероприятия, направленные на формирование активного досуга;
- выявление и поддержка талантливых подростков и молодёжи, создание и распространение эффективных моделей и форм включения молодёжи в инновационную и творческую деятельность;
- привлечение подростков и молодёжи к участию в общественной деятельности, вовлечение молодых людей в деятельность органов самоуправления в различных сферах жизни общества, поддержка инициатив;
- формирование механизмов поддержки и реабилитации подростков и молодёжи, находящейся в трудной жизненной ситуации.

4. Достоинства учреждения:

Большинство услуг предоставляются бесплатно, в течение года действуют два клуба практической психологии (для младших и старших подростков).

В рамках коррекции межличностных конфликтов среди младших подростков отделом социально-правовой поддержки и профилактики реализуются следующие виды психолого-педагогической помощи:

- психологическое консультирование;
- семейное консультирование;
- психологическое консультирование семьи группы риска;
- психологическая диагностика и коррекция;
- социально-психологический тренинг;
- психологическое консультирование онлайн;
- экстренная психологическая помощь по телефону доверия;
- почта доверия.

Социально-педагогическая работа, проводимая ОСППП в рамках коррекции межличностных конфликтов младших подростков:

- социальные акции и форумы, направленные на повышения социальной

- активности подростков;
- участие в работе ТКДН;
 - тренинги формирования социальных навыков;
 - программа социально-психологического сопровождения подростков «Перекресток»;
 - комплексная программа «Лидер»;
 - информационно-методическая деятельность.

Проанализировав документацию учреждения, а именно план деятельности отдела социально-правовой поддержки и профилактики МБУ «Городской Дворец молодёжи» г. Нижний Тагил на 2016 год, можно выделить следующие актуальные направления социально-педагогической деятельности, нацеленные на решение и предотвращение межличностных конфликтов среди младших подростков:

- вовлечение подростков в социальную практику;
- формирование культуры здорового образа жизни, ценностных установок;
- коррекция и профилактика конфликтогенных тенденций в подростковой среде;
- оказание психологической помощи и услуг подросткам, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Формы осуществления социально-педагогической деятельности по коррекции межличностных конфликтов младших подростков в отделе социально-правовой поддержки и профилактики МБУ «Городской Дворец молодёжи» г. Нижний Тагил отличаются современным подходом, подростковой направленностью, актуальностью, а также разнообразием:

- организация деятельности подросткового клуба практической психологии;
- организация и проведение психолого-педагогического консультирования, в т.ч. в социальной сети «ВКонтакте» и на «Телефоне доверия»;
- организация и проведение форумов для подростков;
- организация и проведение интерактивных занятий командообразования;
- организация и проведение круглых столов;
- организация индивидуальных занятий по коррекции коммуникативных

проблем подростков, в том числе негативных последствий конфликтов;
- организация волонтерской деятельности.

На базе отдела социально-правовой поддержки и профилактики муниципального бюджетного учреждения «Городской Дворец Молодёжи» г. Нижний Тагил, мы провели диагностику межличностных конфликтов среди младших подростков.

В исследовании приняло участие 12 человек из них 8 девочек и 4 мальчиков. Процедуры диагностирования проводились в присутствии специалистов отдела – социальных педагогов и психологов.

Для первичной диагностики межличностных конфликтов младших подростков нами были проведены следующие методики:

I. Методика Томаса.

Методика Томаса применяет двухмерную модель регулирования конфликтов, основополагающими в которой являются кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в ситуацию, и напористость, для которой характерен акцент на собственных интересах [Приложение 2].

Методика Томаса направлена на диагностику поведения личности в конфликтной ситуации.

К. Томас исходил из того, что людям не следует избегать конфликтов или разрешать их любой ценой, а требуется уметь грамотно ими управлять [47].

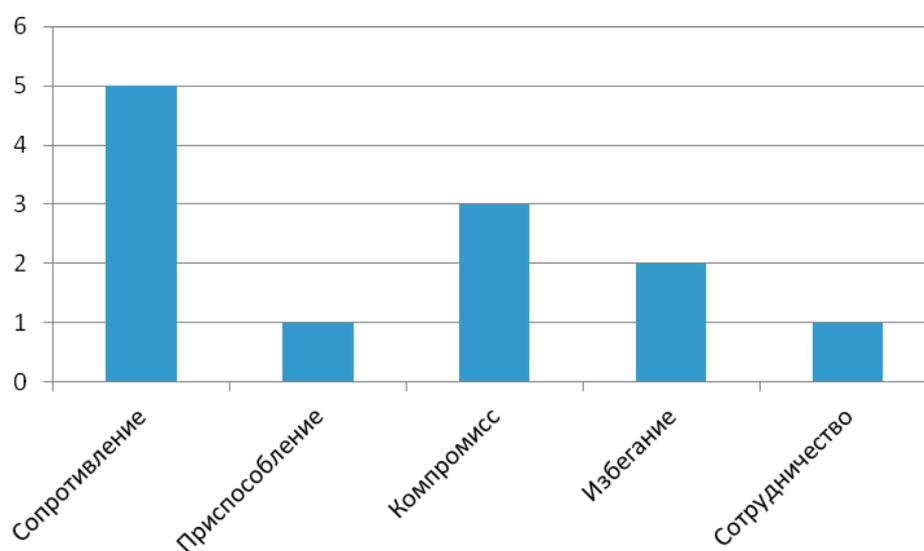
Выделяется пять способов регулирования конфликтов, обозначенные в соответствии с двумя основополагающими измерениями (кооперация и напористость):

- 1) Соревнование (конкуренция) – стремление добиться своих интересов в ущерб другому.
- 2) Приспособление – принесение в жертву собственных интересов ради другого.
- 3) Компромисс – соглашение на основе взаимных уступок; предложение варианта, снимающего возникшее противоречие.

4) Избегание – отсутствие стремления к кооперации и отсутствие тенденции к достижению собственных целей.

5) Сотрудничество – участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Анализ методики Томаса показал следующие результаты поведения младших подростков при возникновении межличностных конфликтов в исследуемой группе:



«Диаграмма результатов методики Томаса» Рисунок 1.

1. Соперничество – 5 человек.
2. Приспособление – 1 человек.
3. Компромисс – 3 человека.
4. Избегание – 2 человека.
5. Сотрудничество – 1 человек.

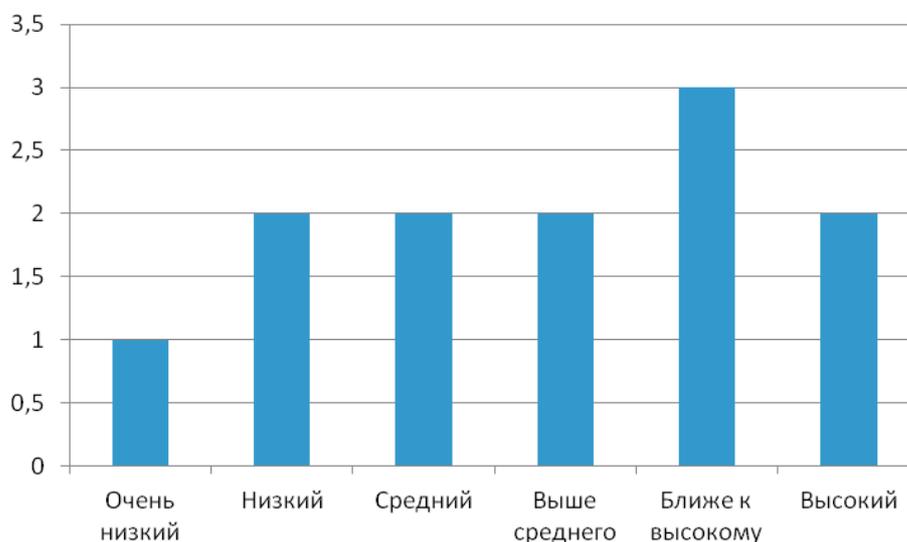
II. Тест на оценку уровня конфликтности личности (В.И. Андреев).

Цель: определение уровня конфликтности личности младшего подростка и её особенности.

Уровень оценки конфликтности младших подростков, показал следующие результаты:

- очень низкий – 1 человек;
- низкий – 2 человека;
- средний – 2 человека;

- чуть выше среднего – 2 человека;
- выше среднего – 3 человека;
- высокий – 2 человека;
- очень высокий – 0 человек.



«Диаграмма результатов методики В.И.Андреева» Рисунок 2.

III. Социометрия.

Социометрическая техника, применяется для диагностики межличностных и межгрупповых отношений в целях их изменения, улучшения и совершенствования. С помощью социометрии можно изучать типологию социального поведения людей в условиях групповой деятельности, судить о социально-психологической совместимости членов конкретных групп [Приложение 1].

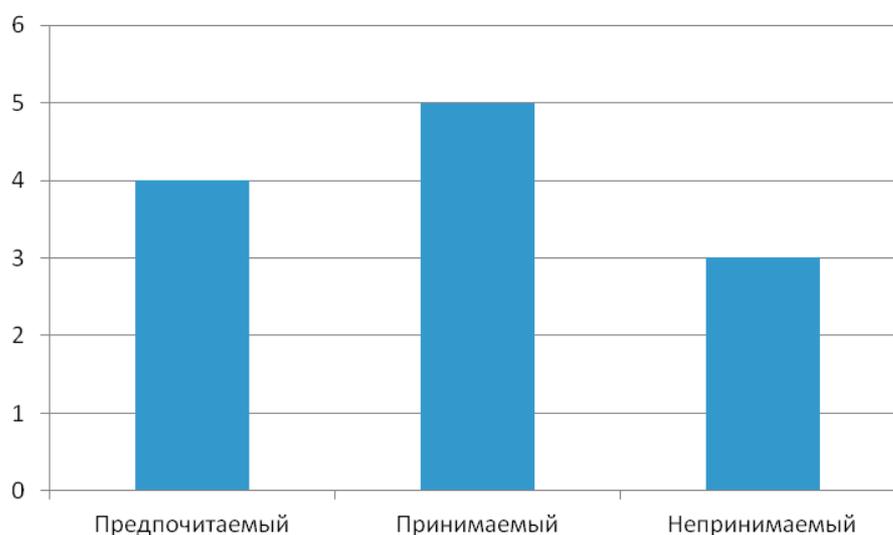
Социометрическая процедура имеет цель:

- а) измерение степени сплоченности-разобщенности в группе;
- б) выявление «социометрических позиций», т. е. соотносительного авторитета членов группы по признакам симпатии-антипатии, где на крайних полюсах оказываются «лидер» группы и «отвергнутый»;
- в) обнаружение внутригрупповых подсистем, сплоченных образований, во главе которых могут быть свои неформальные лидеры.

Использование социометрии позволяет проводить измерение авторитета формального и неформального лидеров для перегруппировки людей в командах

так, чтобы снизить напряженность в коллективе, возникающую из-за взаимной неприязни некоторых членов группы.

Оценка социометрической методики показала следующие результаты:



«Диграмма результатов методики социометрии» Рисунок 3.

В соответствии с данными матрицы младших подростков можно отнести к следующим группам:

«Звезды» – 0 человек.

«Предпочитаемые» – 4 человека.

«Принятые» – 5 человек.

«Непринятые» – 3 человек.

«Отвергнутые» – 0 человек.

Результаты проведённых методик по первичной диагностике межличностных конфликтов младших подростков, представлены в общей таблице ниже.

Таблица 1.

**Сравнительная таблица результатов проведенных методик
первичной диагностики**

Имена	Тест Томаса	Уровень конфликтности	Социометрия
Вика	Избегание	выше среднего	принятый

Ваня	Соперничество	ближе к высокому	непринятый
Наташа П.	Компромисс	Средний	предпочитаемый
Даша	Приспособление	средний	непринятый
Саша	Соперничество	ближе к высокому	принятый
Маруся	Компромисс	низкий	предпочитаемый
Наташа О.	Соперничество	ближе к высокому	принятый
Настя З.	Сотрудничество	очень низкий	предпочитаемый
Лера	Избегание	выше среднего	принятый
Артём	Соперничество	высокий	непринятый
Настя К.	Компромисс	низкий	предпочитаемый
Никита	Соперничество	высокий	принятый

Итак, после сравнения полученных результатов трёх проведенных диагностических методик с младшими подростками, мы можем сделать вывод о том, что:

- 1) Преобладающая стратегия поведения в конфликте среди девочек-подростков – компромисс, среди мальчиков – соперничество. В целом, в коллективе преобладает стратегия соперничества. Лишь 1 человек из 12 выбирает самую оптимальную и продуктивную стратегию конфликтного поведения – сотрудничество.
- 2) Уровень конфликтности личности в коллективе превалирует выше отметки «средний». Лишь у двоих результат принял значение «низкий» и у одного человека «очень низкий».
- 3) В коллективе, согласно результатам методики социометрии, отсутствуют «отвергаемые» личности, что является хорошим показателем, однако «непринятые» есть, но их не так много – только 3 человека из 12. Что примечательно, большая часть «непринятых» – это представители мужского

пола. Почти половина всего коллектива «принятые», четверо предпочитаемых. «Звёзды», как и «отвергаемые», отсутствуют.

Стоит обратить внимание, что 7 младших подростков из 12, а это около 60% коллектива, имеют показатель уровня конфликтности личности выше среднего. А значит, именно они подвержены и склонны к межличностным конфликтам и могут их спровоцировать.

Таким образом, исходя из анализа деятельности отдела социально-правовой поддержки и профилактики по коррекции межличностных конфликтов младших подростков, а также анализа результатов первичной диагностики, мы можем сделать вывод, что в данном учреждении актуальна проблема конфликтов среди младших подростков, однако недостаточно полно ведётся работа по коррекции межличностных конфликтов младших подростков средствами арт-терапии. В связи с этим нами разработан комплекс мероприятий по коррекции межличностных конфликтов младших подростков с практическим применением различных направлений арт-терапии.

2.2. Комплекс мероприятий по коррекции межличностных конфликтов у младших подростков средствами арт-терапии

Эффективность коррекционных мероприятий может быть обеспечена только при условии обязательного включения следующих составляющих:

- направленности на искоренение источников дискомфорта как в самом подростке, так и в социальной и природной среде и одновременно на создание условий для приобретения несовершеннолетним необходимого опыта для решения возникающих решением проблем;
- обучение ребенка новым навыкам, которые помогают достичь поставленных целей, в том числе и коммуникативных, или сохранить психическое и физическое здоровье;
- решение потенциальных проблем и факторов, влияющих на конфликтность подростков, предупреждение их возникновения.

Включение подростков в тренинговые группы с целью коррекции негативных эмоционально значимых ситуаций, а также обучение социальным навыкам, способам эффективного общения, конструктивному поведению в конфликтных ситуациях являются наиболее эффективными методами коррекции межличностных конфликтов.

Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Рисунок не только улучшает коммуникацию и экспрессию, но дает удовольствие и укрепляет чувство контроля и завершенности. Процесс создания графических композиций может также быть полезным в облегчении психического дискомфорта, особенно в период переживания подростком межличностного конфликта. Рисунок способствует обращению агрессивных и враждебных чувств в более приемлемые способы самовыражения.

Подростки, плохо контролирующие свои эмоции, могут благодаря этому открыть для себя альтернативные стратегии поведения в конфликте, которые не замечали ранее. Рисунок также хорош тем, что инициируется и контролируется самим человеком, что, в свою очередь, способствует нормализации его самооценки. Законченная работа, как и сам процесс, дает младшим подросткам чувство развития и достижения цели, являясь условием личного удовлетворения и убеждения в собственной важности.

Проективный рисунок может использоваться как в индивидуальной форме, так и в групповой работе. Основная задача проективного рисунка состоит в выявлении и осознании трудновербализуемых проблем и переживаний, то есть тех переживаний, которые сам подросток по тем или иным причинам не может озвучить. Направляя тематику рисунков, можно добиться переключения внимания ребенка с актуальных для него проблем.

Проективное рисование рассматривается некоторыми авторами как вспомогательный метод в групповой работе. Он позволяет диагностировать и интерпретировать затруднения в общении, эмоциональные проблемы и т.д. темы рисунков подбираются так, чтобы предоставить участникам возможность

выразить графически или рисунком свои чувства и мысли. Метод позволяет работать с чувствами, которые подросток не осознает по тем или иным причинам.

Учитывая тот факт, что данный комплекс мероприятий разработан для проведения его с детьми младшего подросткового возраста, стоит отметить актуальность разработки в том, чтобы на практике показать применение арт-терапевтических методов в работе с данной возрастной категорией.

Художественное направление:

- Упражнение «Рисование каракулей»

Задачи: снятие напряжения, ослабление излишнего сознательного контроля, который может препятствовать спонтанности и творческим проявлениям, активизация воображения, запуск внутригруппового взаимодействия.

Ведущий предлагает участникам группы, взяв бумагу и мелок любого цвета, закрыть глаза и в течение нескольких минут (ведущий может задать определенное время, например, одну или две минуты) хаотично, стремясь не контролировать движения руки сознанием, водить мелком по бумаге. В нужный момент ведущий просит участников открыть глаза и, рассматривая полученные каракули, постараться найти в них какой-либо образ или несколько образов. Затем участники могут прорисовать эти образы, добавляя к каракулям новые детали или усиливая уже имеющиеся в каракулях элементы. При этом они могут пользоваться мелками любого цвета. После завершения изобразительной работы происходит представление рисунков в кругу с краткими авторскими комментариями (кто что увидел и почувствовал). Участники могут при этом говорить о том, какие чувства и ассоциации вызывают у них рисунки друг друга. Ведущий может кратко прокомментировать процесс и результаты работы.

- Упражнение «Рисуем свой лабиринт».

Нарисовать два лабиринта любого вида и любого размера: левосторонний и правосторонний. Сравнить оба рисунка.

Общие вопросы для обсуждения (рефлексии):

Сравните ваши ощущения на входе и выходе из лабиринта.

Что вы испытывали, когда двигались по направлению к центру лабиринта?

Какие чувства, ощущения возникали в центре лабиринта?

Особые ощущения при прохождении пути.

Какой вы получили опыт?

Что нового внес данный опыт в вашу повседневную жизнь?

Что есть общего между прохождением по лабиринту и движением вашей жизни?

В упражнении используется художественная и проективная арт-терапия. Рисуя, человек дает выход своим чувствам, желаниям, благодаря рисованию он постигает, иногда моделирует действительность, легче воспринимает болезненные для него образы и события, быстрее адаптируется в обществе и решает как внутриличностные, так и межличностные конфликты.

Напомним, что наше левое полушарие отвечает за ориентацию во времени, а правое – за ориентацию в пространстве.

Опорные точки для анализа:

- наличие центра, расположение лабиринтов, смещение направо или налево, вверх или вниз;
- разряженность или уплотненность рисунка;
- размеры лабиринтов на обоих листах;
- наличие штриховки, число используемых цветов и т. д.

- Упражнение «Настроение»

Цель: предоставить возможность участникам выразить свои чувства.

Ход упражнения: Группе дается инструкция: «Нарисовать свое настроение». Все участники, по желанию используя цветные карандаши, на листе бумаги изображают свое настроение «здесь и сейчас». В случае если кто-то из участников изобразил плохое или мрачное настроение, ведущий может предложить ему нарисовать на новом листе то, что могло бы улучшить это настроение.

Когда участники справились с заданием, педагог собирает все рисунки. После этого листы с рисунками передаются по кругу. Первый участник, получивший рисунок, высказывается, что ему в нем нравится, после чего передает рисунок следующему. Обсуждение. Нахождение совместными усилиями общего и отличительного во всех рисунках.

Выбор цветов расскажет о многом: красный цвет предполагает гнев, черный – печаль, а серый – беспокойство. Отдельные цвета вызывают особые душевные состояния, в частности желтый и красно-желтый цвета рожают бодрое, деятельное настроение, мрачные тона вызывают и соответствующие настроения. Зеленый цвет является самым успокаивающим цветом, он поднимает настроение, способствует отдыху при нервной раздражительности, бессоннице.

- Упражнение «Сотворение мира».

Ход упражнения: Каждый участник получает чистый лист бумаги А3. дается инструкция: «Придумать свой мир (страну, континент, государство). На листке, слева участники обводят свою руку. Далее, каждый из полученного контура делает флаг этого мира, используя карандаши, цветную бумагу. После того, как рисунок выполнен, необходимо:

- подчеркнуть характерные и отличительные особенности своего мира;
- кто населяет этот мир;
- сферы деятельности;
- предметы импорта и экспорта;
- приблизительная численность населения;
- чем занимается население, наиболее востребованные профессии;
- угрожает или может ли угрожать миру что-либо;
- культурные традиции (флаг, герб, правила, мифы, легенды, что нужно знать и уметь иностранцу, чтобы попасть в этот мир).

После этого происходит презентация готовых миров.

Обсуждение. Что было сложного в упражнении? Что было легко?

- Упражнение «Праздник»

Групповой рисунок/коллаж на тему «Праздник».

Задачи: активизация воображения и взаимодействия между участниками группы, формирование сплоченности. Исследование сходства и различий в индивидуальных и экспрессивных проявлениях. Осознание участниками группы своих психологических особенностей.

Склеив несколько листов ватмана друг с другом (может потребоваться 6-8 листов) скотчем или клеем, участники группы организуют большое пространство. Им предлагается создать общий рисунок или коллаж на тему «Праздник» с использованием любых изобразительных материалов и техник. Они могут не только рисовать, но и лепить, создавать коллаж, конструировать формы из бумаги и картона и т. д. Каждый может располагать создаваемые им образы на общем пространстве. Ведущий может обратиться к группе с вопросом, как участники предпочитают работать — спонтанно, не договариваясь заранее о том, что именно и в каком месте будет создаваться, либо обсудив заранее план действий и намерения каждого. Когда рисунок или коллаж будет создан, происходит обсуждение процесса и результатов работы. Участники рассказывают о том, насколько они удовлетворены совместной работой и с чем это связано. Ведущий комментирует особенности группового взаимодействия в ходе создания общего рисунка и помогает участникам выразить как положительные, так и отрицательные чувства. Обсуждению также может предшествовать сочинение участниками художественных текстов (истории, сказки) на основе рисунка. Возможно также последующее использование рисунка для игр, когда участники группы выступают от лица нарисованных или вылепленных ими персонажей и взаимодействуют друг с другом в этих ролях. В заключение участники кратко делятся своими впечатлениями от занятия и прощаются друг с другом.

- Упражнение «Пожелание»

Цель: тренировка в необычном способе передачи обратной связи умения не бояться высказать своё мнение своим сверстникам.

Ход упражнения: Каждый участник получает лист бумаги, на котором он молча рисует свое пожелание группе. По сигналу ведущего каждый передает рисунок своему соседу справа (слева). Участник, получивший рисунок, продолжает его. Упражнение продолжается до тех пор, пока рисунки не вернуться к своим авторам. Обсуждение.

Музыкальное направление:

- Упражнение «Исполнение группового ритма»

Задачи: активизация воображения и взаимодействия между участниками группы, формирование сплоченности через синхронные ритмические проявления в группе. Исследование сходства и различий в индивидуальных экспрессивных проявлениях.

Участники группы образуют несколько подгрупп, в каждой из которых может быть от трех до пяти человек. Каждая подгруппа должна подготовить и затем исполнить для остальной части группы какую-нибудь звуковую ритмическую композицию, передающую определенный образ или состояние либо их последовательность. Композиции могут включать несколько фрагментов и предполагать развитие. Перед исполнением участники подгрупп не говорят остальным, какой именно образ или состояние передаются в ритме.

После выступления каждой подгруппы слушатели могут рассказать о своих ассоциациях с представленными ритмическими формами, а также сравнить свои ассоциации с ассоциациями самих исполнителей. Участники подгрупп также могут сказать, насколько они удовлетворены совместной работой. В заключение занятия участники кратко делятся своими впечатлениями и прощаются друг с другом.

- Упражнение «Древние мотивы»

Задачи: снятие напряжения, физическое раскрепощение, стимулирование спонтанности, активизация внутригруппового взаимодействия. Развитие взаимного доверия и сплоченности.

Включается музыка. Участники группы двигаются по кругу. Каждый по очереди задает свой ритм, используя барабан или бубен. Остальные

следуют за этим ритмом. Затем инструмент передается следующему участнику, который некоторое время выстукивает на нем свой ритм и т. д., до тех пор, пока инструмент не побывает у каждого.

- Упражнение «Изображение звуков»

Задачи: снятие напряжения, физическое раскрепощение, стимулирование спонтанности, активизация внутригруппового взаимодействия. Расширение экспрессивного репертуара. Высвобождение негативных эмоций и чувств.

Участники группы располагаются по кругу, сидя на полу или стоя, и закрывают глаза. Через некоторое время каждый начинает издавать какой-нибудь звук, отражающий его состояние и фантазии в данный момент. Затем, не открывая глаз, участники встают и осторожно начинают свободно перемещаться в пространстве, издавая разные звуки и стараясь взаимодействовать друг с другом как посредством звуков, так и тактильно. Вербальный контакт не допускается. К концу упражнения участники останавливаются и открывают глаза, после чего им предлагается создать рисунок или скульптуру, отражающие чувства и ассоциации, связанные с выполнением данного упражнения.

Затем происходит представление рисунков и обмен впечатлениями в кругу.

Танце-двигательное направление:

- Упражнение «Язык тела»

Задачи: снятие напряжения, физическое раскрепощение, стимулирование спонтанности, активизация внутригруппового взаимодействия. Расширение экспрессивного репертуара.

Участники группы начинают свободно перемещаться в пространстве, совершая движения разными частями тела и стараясь снять напряжение. Они также приветствуют друг друга, используя для этого «язык» тела (жесты, мимику), стараясь варьировать способы приветствия и применяя максимально широкий диапазон разных жестов.

- Упражнение «Танец в кругу»

Задачи: Формирование групповой сплоченности, завершение занятия в форме ритуала.

Участники становятся в круг и берутся за руки. Звучит музыка (танцевальная, с этническим колоритом, предпочтительнее — в умеренном темпе или медленная) и, следуя ее ритму, участники размыкают руки и начинают спонтанно двигаться — сначала стоя на месте и используя лишь некоторые части тела (например, руки), а затем — медленно перемещаясь по кругу и задействуя, по возможности, все части тела. Каждый может привносить в общий танец свои элементы. После танца, оставаясь в круге, участники кратко делятся своими впечатлениями от занятия и прощаются друг с другом.

- Упражнение «Приветствия в движении»

Задачи: снятие напряжения, ослабление излишнего сознательного контроля, который может препятствовать спонтанности и творческим проявлениям, физическое раскрепощение, запуск внутригруппового взаимодействия. Развитие взаимного доверия.

Участники группы находят наиболее комфортное для себя место в кабинете. Затем они начинают свободно ходить по кабинету, потягиваясь и стараясь снять напряжение мышц. Они также могут без слов приветствовать друг друга, используя выразительную жестикуляцию. При этом участники могут обращать внимание на то, какую часть пространства комнаты используют во время движения они сами, а какую часть — другие.

- Упражнение «Передай жест»

Задачи: снятие напряжения, физическое раскрепощение, стимулирование спонтанности, активизация внутригруппового взаимодействия. Развитие взаимного доверия и сплоченности.

Участники группы становятся в круг и по очереди совершают различные выразительные движения. Вся группа повторяет за каждым участником его жесты.

Интегрированное направление, сочетающее в себе сразу несколько направлений арт-терапии:

- Упражнение «Ритмы вокруг и внутри нас»

Задачи: снятие напряжения, активизация воображения и взаимодействия между участниками группы. Исследование сходства и различия в индивидуальных экспрессивных проявлениях, осознание себя в группе. Развитие способности к зрительному представлению различных слуховых и двигательных стимулов. Осознание участниками группы своих психологических особенностей.

Участники группы становятся в круг и каждый по очереди ударами в ладоши сначала в течение нескольких секунд выстукивает какой-нибудь ритм, а затем все остальные этот ритм повторяют. После этого участники выбирают себе место для рисования (за столом, на полу и т. д.), а ведущий включает отрывки нескольких музыкальных произведений, либо произведение, в котором ритм неоднократно меняется, и предлагает им передать свое ощущение разных ритмов и связанные с ними ассоциации в виде графических набросков. Участники могут передавать ассоциации с каждым ритмом на отдельном листе либо ассоциации с несколькими ритмами — на одном листе. Они также могут представлять вызванные разными ритмами ощущения и ассоциации в цвете, подбирая мелок, карандаш или иной изобразительный материал. Ритм может изображаться, например, в виде ломаной или плавной линии. Через некоторое время, когда начальное прослушивание музыкальных отрывков закончится, участникам можно предложить создать на основе ассоциативных набросков графические образы, трансформируя, например, изображающую медленный ритм волнистую линию в изображение цветка или реки и т. д.

Во время обсуждения рисунков в кругу участники могут дополнительно охарактеризовать особенности своего восприятия звучавших музыкальных ритмов, а также те чувства и телесные реакции, которые разные ритмы у них вызвали. Ведущий может акцентировать внимание участников группы на сходствах и различиях в эмоциональном восприятии ритмов и стимулировать их

к осознанию возможной связи между особенностями восприятия и различиями в темпераменте, потребностях и состоянии разных людей.

Примечание: возможно использование музыки разных стилей (классика, джаз, фольклорная или этническая музыка и т. д.). Ведущий также может кратко прокомментировать различия в стилях, формах и выразительности музыкальных произведений в зависимости от их ритмической основы. Он также может обратить внимание участников на то, как разные ритмы влияют на физическое и эмоциональное состояние человека, а состояние в свою очередь, — на отношение к разной музыке и музыкальную экспрессию.

- Упражнение «Создание композиций на различные темы»

В данном упражнении используются интегрированные виды арт-терапии, включающие в себя, как художественное направление арт-терапии, так и музыкальное и танце-двигательное.

Инструкция: создать художественные композиции на темы «Шторм», «Взрыв», «Чудовище», «Спортивные состязания» для того, чтобы дать выход чувствам, связанным с конфликтом, при помощи художественных средств, музыкальных произведений, звуков, частей тела и движений.

- Упражнение «Рисование на влажной бумаге в подгруппах»

Задачи: активизация воображения и взаимодействия между участниками группы, формирование сплоченности. Исследование сходства и различий в индивидуальных и групповых экспрессивных проявлениях. Осознание участниками группы своих психологических особенностей.

Участники образуют подгруппы (желательно, чтобы состав подгрупп на этом занятии отличался от состава подгрупп на предыдущем занятии с тем, чтобы стимулировать прямые контакты участников с более широким кругом лиц), в каждой из которых может быть от трех до пяти человек. Ведущий сообщает группе о том, что сначала предполагается работа с краской на общем листе бумаги без создания какого-либо законченного образа, просто «игра» с цветом, после чего участники должны совместно создать из получившихся пятен какой-либо образ. После этого участники каждой подгруппы берут лист

ватмана и смачивают его водой. Затем по очереди или одновременно они начинают рисовать на нем линии или пятна, пользуясь гуашевыми или акварельными красками. При этом выбор цвета каждым участником определяется тем, насколько он ему приятен или интересен.

Индивидуальные территории для каждого участника на общем листе ватмана не обозначаются, так что каждый имеет возможность, договариваясь или не договариваясь с другими, рисовать, где захочет. Ведущий должен наблюдать за тем, как участники подгрупп взаимодействуют на этом этапе и, в случае необходимости, во время обсуждения в кругу акцентировать внимание на выражении: чувств, связанных с работой на общем пространстве и нарушением неформальных границ участников. Он также следит за соблюдением групповых норм, в частности, нормы недопущения физического насилия.

По мере того, как пространство листа ватмана постепенно заполняется цветными линиями и пятнами, они могут сливаться друг с другом, а краски — смешиваться. Цветовое «поле» может вызывать у участников разные чувства и ассоциации, которыми они делятся друг с другом. Благодаря этому подгруппа договаривается о трансформации пятен в более или менее оформленные образы. Для этого, кроме красок, они могут воспользоваться и другими изобразительными средствами (фломастерами, мелками и т. д.) и техниками (например, коллажем). После создания работ в качестве дополнительного элемента творческого взаимодействия участникам можно предложить совместно сочинить на основе рисунка художественно-поэтический текст (сказку, историю, «белый» стих и т. д.) либо подготовить и затем представить другим подгруппам пантомиму или танец, передающие чувства и образы, навеянные рисунком.

- Упражнение «Общий танец».

Инструкция. Придумать и одновременно выполнить танцевальное движение и звук. Затем своим движением и звуком обменяться в парах, затем в четверках и т. д. На заключительном этапе все движения и звуки,

предварительно разученные участниками, объединяются в общий танец, мелодию и исполняются.

Традиционно считается, что душевная жизнь человека самым непосредственным образом связана с телом, с движениями. К.Юнг считал, что артистические переживания, которые он называл "активным воображением", выраженные, например, в танце, могут извлечь неосознанные влечения и потребности из бессознательного и сделать их доступными для освобождения и анализа. В сопровождении музыкальной арт-терапии и элементов художественной, происходит активная творческая деятельность.

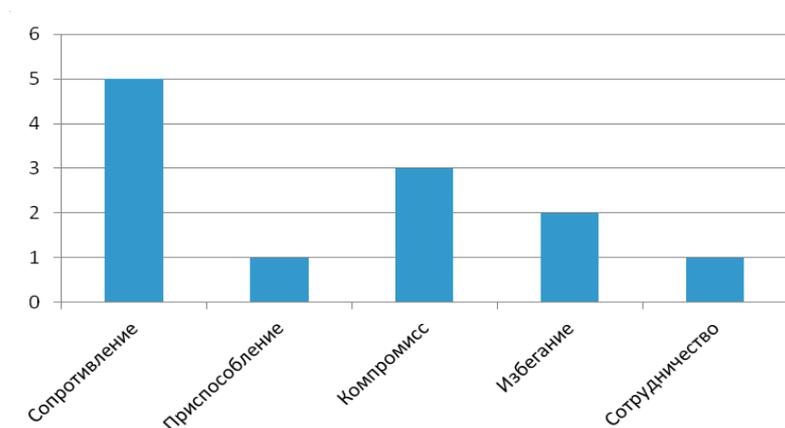
Проведём повторную диагностику, межличностных конфликтов младших подростков для оценки результатов проведённого нами комплекса мероприятий.

Анализ повторной диагностики методики Томаса, после проведённого нами комплекса мероприятий, показал следующие результаты поведения младших подростков в случае возникновения конфликтов:

1. Соперничество – 1 человек.
2. Приспособление – 1 человек.
3. Компромисс – 4 человека.
4. Избегание – 2 человека.
5. Сотрудничество – 4 человека.

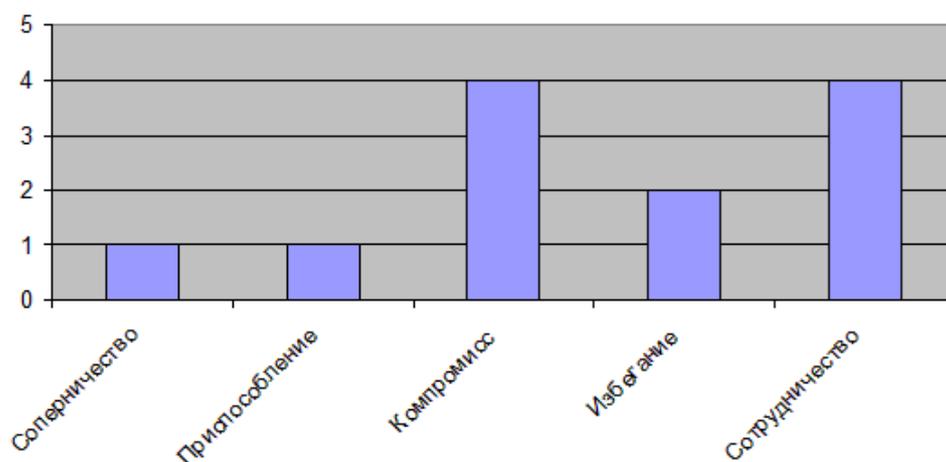
Результаты повторной диагностики наглядно представлены в сравнительной диаграмме.

Результаты первичной диагностики:



«Диаграмма результатов первичной диагностики». Рисунок 4.

Результаты вторичной диагностики:



«Диаграмма результатов вторичной диагностики». Рисунок 5.

По результатам проведённого нами комплекса мероприятий по коррекции межличностных конфликтов младших подростков с использованием групповой формы работы, а также художественного, музыкального и танцевального направлений арт-терапии, мы добились уменьшения уровня конфликтности и снижения количества межличностных конфликтов.

В сравнительной диаграмме представлены результаты проведённого нами комплекса мероприятий, младшие подростки в конфликтной ситуации значительно изменили свою стратегию поведения в сторону компромисса и сотрудничества.

Таким образом, на основе теоретических и полученных эмпирических данных мы провели комплекс мероприятий, включающий в себя арт-терапевтические методы по коррекции межличностных конфликтов младших подростков в отделе социально-правовой поддержки и профилактики муниципального бюджетного учреждения «Городской Дворец Молодёжи» г. Нижний Тагил.

Заключение

В данной выпускной квалификационной работе был раскрыт теоретический аспект коррекции межличностных конфликтов младших подростков. Также был проведен анализ деятельности отдела социально-правовой поддержки и профилактики муниципального бюджетного учреждения «Городской Дворец молодёжи» г. Нижний Тагил по коррекции межличностных конфликтов младших подростков, а также их первичная диагностика.

Решая первую задачу, мы пришли к выводу, что межличностные конфликты младших подростков являются социально-педагогической проблемой, поскольку могут негативно влиять на развитие его личности.

Решая вторую задачу, мы пришли к выводу, что арт-терапия - это совокупность психологических методов воздействия, применяемых в контексте изобразительной деятельности клиента и психотерапевтических отношений и используемых с целью коррекции, профилактики, реабилитации и тренинга лиц с различными физическими недостатками, эмоциональными и психическими расстройствами, а также представителей групп риска.

Все вышеупомянутые арт-терапевтические методики в коррекции способствуют гармонизации личности подростков, коррекции различных проблем в поведении, общении через развитие способностей самовыражения и самопознания, обеспечивают коррекцию психоэмоционального состояния подростка, психофизиологических процессов посредством соприкосновения с искусством.

В ходе решения третьей задачи, мы пришли к выводу, что существует несколько ключевых направлений арт-терапии при работе с подростками: художественное, музыкальное, танцевальное. Наибольший интерес представляет интегративная модель арт-терапии, в которой присутствует большая степень взаимосвязи представленных выше направлений. Анализируя данные преимущества, можно сделать вывод о «мягкости» арт-терапевтических

методов. Важно отметить, что арт-терапия является универсальным методом психолого-педагогического и коррекционного воздействия на развитие личности подростка.

К формам коррекции межличностных конфликтов, относятся:

- индивидуальная форма работы;
- групповая форма работы;
- работа в парах.

В ходе решения четвертой задачи исследования, мы пришли к выводу, что в отделе социально-правовой поддержки и профилактики муниципального бюджетного учреждения «Городской Дворец молодёжи» г. Нижний Тагил, недостаточно полно ведётся работа по коррекции межличностных конфликтов младших подростков, поэтому нами был разработан комплекс мероприятий.

Для решения пятой задачи мы использовали такие методы как:

- 1) социометрическая методика;
- 2) методика Томаса;
- 3) уровень конфликтности.

Таким образом, сравнив полученные результаты всех трёх проведенных нами методик с младшими подростками, можно сделать вывод что:

на основе социометрии, мы сделали вывод, что в группе из 12 младших подростков, уровень межличностных конфликтов средний.

На основе результатов методики Томаса можно сказать что:

при возникновении конфликтной ситуации среди младших подростков в коллективе преобладает соперничество.

Следует отметить, что 60% подростков из данного коллектива имеют показатель уровня конфликтности выше среднего, что означает их склонность к межличностным конфликтам.

На основе результатов первичной диагностики межличностных конфликтов младших подростков мы разработали комплекс мероприятий по их коррекции в муниципальном бюджетном учреждении «Городской Дворец молодёжи».

Комплекс мероприятий по коррекции межличностных конфликтов младших подростков включает в себя следующие направления арт-терапии:

- 1) художественное;
- 2) музыкальное;
- 3) танце-двигательное.

По результатам проведённого нами комплекса мероприятий по коррекции межличностных конфликтов младших подростков с использованием групповой формы работы, а также художественного, музыкального и танцевального направлений арт-терапии, мы добились уменьшения уровня конфликтности и снижения количества межличностных конфликтов.

Таким образом, на основе теоретических и полученных эмпирических данных мы провели комплекс мероприятий, включающий в себя методы арт-терапии по коррекции межличностных конфликтов младших подростков в отделе социально-правовой поддержки и профилактики муниципального бюджетного учреждения «Городской Дворец молодёжи» г. Нижний Тагил.

Гипотеза в процессе проверки нашла свое подтверждение

Таким образом, задачи решены, цель достигнута.

Список использованной литературы

1. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками / СПб.: Питер, 2014.
2. Анцупов А. Я., Шипилов А.И. Конфликтология: Учебник для ВУЗов М., 2010.
3. Белинская А. Б. Социальные технологии урегулирования конфликтов: Учебное пособие / М., 2011.
4. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии. М.: Эксмо-пресс, 2013.
5. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. Изд.: Питер, 2010.
6. Болтунова Г.М. Взаимодействие нового и традиционного при подготовке будущих педагогов к разрешению конфликтов. Сибирский педагогический журнал, №9. 2007.
7. Бородкин Ф.М., Коряк Н. М. Внимание: конфликт! Изд.: Наука, М., 2008.
8. Боронска Т. Оборотень и ринг. Изучение бессознательных процессов с помощью метафор // Практикум по арт-терапии / Под ред. А.И. Копытина. СПб.: Питер, 2010.
9. Брусиловский Л. С. Музыкотерапия : руководство по психотерапии / М., 2015
10. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением. М.: Медицина, 1989.
11. Воронин А.С. Словарь терминов по общей и социальной педагогике. М.: 2011.
12. Выготский Л. С. Психология искусства. М., 1965.
13. Галагузова М. А. Методика и технология работы социального педагога: Учеб. пособие для ВУЗов/ Под. Ред. М.А.Галагузовой, Л.В. Мардахаева. М.: Издательский центр «Академия», 2002.
14. Гидденс Э. Социология. М.: Едиториал УРСС, 2-е издание, 2009.
15. Головин С. Ю. Словарь практического психолога. М.: АСТ, Харвест, 2013.
16. Гришина А.В. Развитие творческой индивидуальности подростков средствами арт-терапии в учреждениях дополнительного образования. Волгоград: Волгоградский государственный педагогический

- университет, 2014.
17. Гришина Н.В. Психология конфликта. Волгоград: Волгоградский государственный педагогический университет, 2014.
 18. Гудман Р. Обсуждение и создание детских рисунков // Практикум по арт-терапии / Под ред. А.И. Копытина. СПб.: Питер, 2010.
 19. Дубровина И. В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. М.: Академия, 2013.
 20. Дубровина И.В., Прихожан А.М. Возрастная и педагогическая психология. М.: Академия, 2013.
 21. Здравомыслов А.Г. Социология конфликта, М.: Аспект, 2010.
 22. Керрел С. Групповая психотерапия подростков. СПб.: Питер, 2011.
 23. Ковалев А. Г., Панферов В.Н., Социально-психологический климат коллектива и личность. Изд.: Питер, 2015.
 24. Козер Л. Функции социального конфликта. М.: Идея-Пресс, Дом интеллектуальной книги (ДИК), 2010.
 25. Кон И.С. Психология ранней юности: книга для учителя. М., 1989.
 26. Копытин А. И. Арттерапия. СПб.: Питер, 2011.
 27. Копытин А. И. Практикум по арт-терапии. СПб., 2010.
 28. Копытин А.И. Основы арт-терапии. СПб.: Лань, 2009.
 29. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. СПб.: Питер, 2012.
 30. Копытин А.И. Руководство по групповой арт-терапии. СПб.: Речь, 2013.
 31. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапевтические шкалы формальных элементов: российская стандартизация и опыт клинического применения. СПб.: Питер, 2011.
 32. Кураев Г.А., Пожарская Е.Н.. Возрастная психология. Курс лекций, 2012.
 33. Лебедева Л. Д. Арт-терапевтические занятия // Начальная школа. 2011.
 34. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. СПб.: Речь, 2013.
 35. Лучина Т., Солошенко И. Организация работы по формированию коммуникативной культуры подростков // Воспитание школьника. 2012.

36. Мауро М. Использование арт-терапии в формировании идентичности подростка // Практикум по арт-терапии / Под ред. А.И. Копытина. СПб.: Питер, 2010.
37. Меттус Е. Школьные конфликты: причины возникновения и приемы разрешения// Директор школы. 2014. № 2.
38. Муравьева И. Конфликты в нашей жизни// Воспитание школьников. 2009. №3.
39. Мэрфи Д., Пейсли Д., Пардоу Л. Арт-терапевтическая группа для импульсивных детей // Арт-терапия – новые горизонты / Под ред. А.И. Копытина. М.: Когито-центр, 2012.
40. Наумова Т. Лечение души через искусство // Народная школа. 2013.
41. Никольская И.М. Арт-терапия – терапия изобразительным искусством // Детская психиатрия / Под ред. Э.Г. Эйдемиллера. СПб.: Питер, 2015.
42. Обозов Н. Н. Психология конфликта и способы его разрешения: метод, пособие СПб: МАЛИ, 2013.
43. Осипова А. А. Общая психокоррекция: учеб. пособие. М.: Сфера, 2012.
44. Осипова И. А. Нарушения межличностных отношении, как фактор формирования отклоняющегося поведения детей и подростков// Воспитание школьника. 2011.№ 2.
45. Петрушин В. И. Музыкальная психотерапия: теория и практика. М., 2009.
46. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога: учеб.пособие: в 2 кн. Кн. 1 / Е. И. Рогов. М.: 2009.
47. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. [Пер. с англ. А. Голубев] / К. Рудестам. М. : Прогресс, 1990.
48. Рыбаков М. М. Конфликт и взаимодействие в педагогическом процессе. М., 2011.
49. Слостенин В.А., Каширин В.П. Психология и педагогика: Учеб. пособие для ВУЗов. М., 2001.
50. Сперанский В. И. Основные виды конфликтов: проблемы классификации // Социально–политический журнал. 2008. № 4.

51. Старикова С. М. Арт-терапевтические методы в школе // Народное образование. 2014. № 8.
52. Степанов А. А. Общая психология / под редакцией В.В. Богословского, А.Г. Ковалева А. А. Степанова М.: Просвещение, 2013.
53. Тагирова Г. С. Психолого-педагогическая коррекционная работа с трудными подростками. М., 2012.
54. Филонов Л. Б. Быстрова И.В. Специфика восприятия человека человеком // Ученые записки Российского государственного социального университета. 2010.
55. Фельдштейн Д. И. Психологические особенности развития личности в подростковом возрасте Текст. / Д.И. Фельдштейн // Вопросы психологии. 2013.
56. Чумичева Р. М. Социальные отношения и эмоциональный мир ребенка: научно-практический сборник; под ред. Р. М. Чумичевой. Ставрополь: Сервисшкола, 2012.
57. Шейнов В. П. Управление конфликтами. Изд.: Питер, 2014.
58. Шоттенлоэр Г. Рисунок и образ в терапии. СПб., 2011.
59. Штейнхард Л. Юнгианская песочная психотерапия. Спб.: Питер, 2011
60. Ядов В.А. Стратегия социологического исследования. Описание, объяснение, понимание социальной реальности. М.: Добросвет, 2010.

Социометрическая процедура.

Общая схема действий при социометрическом исследовании заключается в следующем. После постановки задач исследования и выбора объектов измерений формулируются основные гипотезы и положения, касающиеся возможных критериев опроса членов групп. Здесь не может быть полной анонимности, иначе социометрия окажется малоэффективной. Требование экспериментатора раскрыть свои симпатии и антипатии нередко вызывает внутренние затруднения у опрашиваемых и проявляется у некоторых людей в нежелании участвовать в опросе. Когда вопросы или критерии социометрии выбраны, они заносятся на специальную карточку или предлагаются в устном виде по типу интервью. Каждый член группы обязан отвечать на них, выбирая тех или иных членов группы в зависимости от большей или меньшей склонности, предпочтительности их по сравнению с другими, симпатий или, наоборот, антипатий, доверия или недоверия и т. д.

Членам группы предлагается ответить на вопросы, которые дают возможность обнаружить их симпатии и антипатии один до одного, к лидерам, членов группы, которых группа не принимает. Исследователь зачитывает два вопроса: а) и б) и дает подопытным такую инструкцию: «Напишите на бумажках под цифрой 1 фамилию члена группы, которого Вы выбрали бы в первую очередь, под цифрой 2 — кого бы Вы выбрали, если бы не было первого, под цифрой 3 — кого бы Вы выбрали, если бы не было первого и второй». Потом исследователь зачитывает вопрос о личных отношениях и так же проводит инструктаж.

С целью подтверждения достоверности ответов исследование может проводиться в группе несколько раз. Для повторного исследования берутся другие вопросы.

Примеры вопросов для изучения деловых отношений

1. а) кого с своих товарищей из группы Вы попросили бы в случае необходимости предоставить помощь в подготовке к занятиям (в первую, вторую, третью очередь)?
б) кого из своих товарищей из группы Вы не хотели бы просить в случае необходимости предоставлять Вам помощь в подготовке к занятиям?
2. а) с кем Вы поехали бы в продолжительную служебную командировку?
б) Кого из членов своей группы Вы не взяли бы в служебную командировку?
3. а) кто из членов группы лучше исполнит функции лидера (старосты, профорга и т.д.)?
б) кому из членов группы тяжело будет исполнять обязанности лидера?

Примеры вопросов для изученным личным отношений

1. а) К кому в своей группе Вы обратились бы за советом в трудной жизненной ситуации?
б) с кем из группы Вам не хотелось бы ни о чем советоваться?
2. а) если бы все члены Вашей группы жили в общежитии, с кем из них Вам хотелось бы поселиться в одной комнате?
б) если бы всю Вашу группу переформировали, кого из ее членов Вы не хотели бы оставить в своей группе?
3. а) кого из группы Вы пригласили бы на день рождения?
б) кого из группы Вы не хотели бы видеть на своем дне рождения?

Обработка результатов

Когда социометрические карточки заполнены и собраны, начинается этап их математической обработки. Простейшими способами количественной обработки являются табличный, графический и индексологический.

Социоматрица (таблица). Вначале следует построить простейшую социоматрицу. Пример дан в таблице (см. ниже). Результаты выборов разносятся по матрице с помощью условных обозначений. Таблицы

результатов заполняются в первую очередь, в отдельности по деловым и личным отношениям.

Классификация младших подростков по итогам социометрии.

Статусная группа	Количество полученных выборов
«Звёзды»	В два раза больше, чем среднее число полученных выборов одним испытуемым
«Предпочитаемые»	В полтора раза больше, чем среднее число полученных выборов одним испытуемым
«Принятые»	
«Непринятые»	В полтора раза меньше, чем среднее число полученных выборов одним испытуемым
«Отвергнутые»	Равно нулю или в два раза меньше, чем число полученных выборов одним испытуемым

По вертикали записываются за номерами фамилии всех членов группы, которая изучается; по горизонтали — только их номер. На соответствующих пересечениях цифрами +1, +2, +3 обозначают тех, кого выбрал каждый испытуемый в первую, вторую, третью очередь, цифрами -1, -2, -3 — тех, кого подопытный не избирает в первую, вторую и третью очередь.

Взаимный положительный или отрицательный выбор обводится в таблице (независимо от очередности выбора). После того, как положительные и отрицательные выборы будут занесены в таблицу, надо подсчитать по вертикали алгебраическую сумму всех полученных каждым членом группы выборов (сумма выборов). Потом надо подсчитать сумму баллов для каждого члена группы, учитывая при этом, что выбор в первую очередь равняется +3 баллам (-3), во вторую — +2 (-2), в третью — +1(-1). После этого подсчитывается общая алгебраическая сумма, которая и определяет статус в группе.

№	Фамилия	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Иванов		+1			+2			+3		-1
2	Петров	+1			+3	+2					

3	Сидоров	-1	+1		+2	+3				
4	Данилова		+2			+1			+3	
5	Александрова	+2	+1		+3			-3		-2
6	Адаменко									
7	Петренко	+1			+3					
8	Козаченко	+1		+3	+2					
9	Яковлева		+2			+1	+3			-1
10	Шумская		+2	+1		+3			-1	
	Кол-во выборов									
	Кол-во баллов									
	Общая сумма									

Примечание: + положительный выбор; - отрицательный выбор.

Анализ социоматрицы по каждому критерию дает достаточно наглядную картину взаимоотношений в группе. Могут быть построены суммарные социоматрицы, дающие картину выборов по нескольким критериям, а также социоматрицы по данным межгрупповых выборов. Основное достоинство социоматрицы — возможность представить выборы в числовом виде, что в свою очередь позволяет проранжировать членов группы по числу полученных и отданных выборов, установить порядок влияний в группе.

Инструкция: Перед вами ряд утверждений, которые помогут определить некоторые особенности вашего поведения. Здесь не может быть ответов «правильных» или «ошибочных». Люди различны, и каждый может высказать свое мнение.

Имеются два варианта, А и В, из которых вы должны выбрать один, в большей степени соответствующий вашим взглядам, вашему мнению о себе. В бланке для ответов поставьте отчетливый крестик соответственно одному из вариантов (А или В) для каждого утверждения. Отвечать надо как можно быстрее.

1.

А. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

В. Чем обсуждать, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны.

2.

А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

В. Я пытаюсь уладить дело с учетом всех интересов другого и моих собственных.

3.

А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

В. Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения.

4.

А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

В. Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

5.

А. Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.

В. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

6.

А. Я пытаюсь избежать неприятностей для себя.

В. Я стараюсь добиться своего.

7.

А. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса, с тем чтобы со временем решить его окончательно.

В. Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться другого.

8.

А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

В. Я первым делом стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы.

9.

А. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

В. Я прилагаю усилия, чтобы добиться своего.

10.

А. Я твердо стремлюсь достичь своего.

В. Я пытаюсь найти компромиссное решение.

11.

А. Первым делом я стараюсь ясно определить, в чем состоят все затронутые спорные вопросы.

В. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.

12.

А. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

В. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он тоже идет навстречу мне.

13.

А. Я предлагаю среднюю позицию.

В. Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему.

14.

А. Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.

В. Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.

15.

А. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.

В. Я стараюсь сделать так, чтобы избежать напряженности.

16.

А. Я стараюсь не задеть чувств другого.

В. Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.

17.

А. Обычно я настойчиво стараюсь добиться своего.

В. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

18.

А. Если это сделает другого счастливым, дам ему возможность настоять на своем.

В. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.

19.

А. Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые вопросы и интересы.

В. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.

20.

А. Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.

В. Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для обеих сторон.

21.

А. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

В. Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы и их совместному решению.

22.

А. Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей позицией и точкой зрения другого человека.

В. Я отстаиваю свои желания.

23.

А. Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

В. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

24.

А. Если позиция другого кажется мне очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.

В. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.

25.

А. Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.

В. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

26.

А. Я предлагаю среднюю позицию.

В. Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

27.

А. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

В. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

28.

А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

В. Улаживая ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого.

29.

А. Я предлагаю среднюю позицию.

В. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

30.

А. Я стараюсь не задеть чувств другого.

В. Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы совместно с другим человеком могли добиться успеха.

Бланк вопросника

№	А	В	№	А	В	№	А	В
1			11			21		
2			12			22		
3			13			23		
4			14			24		
5			15			25		
6			16			26		
7			17			27		
8			18			28		
9			19			29		
10			20			30		

Ключ к опроснику

1. Соперничество: 3А, 6В, 8А, 9В, 10А, 13В, 14В, 16В, 17А, 22В, 25А, 28А.
2. Сотрудничество: 2В, 5А, 8В, 11А, 14А, 19А, 20А, 21В, 23В, 26В, 28В, 30В.
3. Компромисс: 2А, 4А, 7В, 10В, 12В, 13А, 18В, 22А, 23А, 24В, 26А, 29А.
4. Избегание: 1А, 5В, 6А, 7А, 9А, 12А, 15В, 17В, 19В, 20В, 27А, 29В.
5. Приспособление: 1В, 3В, 4В, 11В, 15А, 16А, 18А, 21 А, 24А, 25В, 27В, 30А.

Обработка результатов

В ключе каждый ответ А или В дает представление о количественном выражении: соперничества, сотрудничества, компромисса, избегания и приспособления. Если ответ совпадает с указанным в ключе, ему присваивается значение 1, если не совпадает, то присваивается значение 0. Количество баллов, набранных индивидом по каждой шкале, дает представление о выраженности у него тенденции к проявлению соответствующих форм поведения в конфликтных ситуациях. Для обработки результатов удобно использовать маску.

Цель: определение уровня конфликтности личности

Выберите один из вариантов:

1. Характерно ли для вас стремление к доминированию, т.е. к тому, чтобы подчинить своей воле других?
а) да б) когда как в) нет
2. Если в вашем коллективе люди, которые вас побаиваются, а возможно и ненавидят?
а) да б) ответить затрудняюсь в) нет
3. Кто вы в большей степени?
а) пацифист б) принципиальный в) предприимчивый
4. Как часто вам приходится выступать с критическими суждениями?
а) часто б) периодически в) редко.
5. Что для вас было бы наиболее характерно, если бы вы возглавили новый для вас коллектив?
а) разработал бы программу работы коллектива на год вперед и убедил бы коллектив в ее целесообразности;
б) изучил бы, кто есть кто, и установил бы контакт с лидерами;
в) чаще бы советовался с людьми.
6. В случае неудач, какое состояние для вас наиболее характерно?
а) пессимизм б) плохое настроение в) обида на самого себя.
7. Характерно ли для вас стремление отстаивать и соблюдать традиции вашего коллектива?
а) да б) скорее всего да в) нет.
8. Относите ли вы себя к людям, которым лучше сказать горькую правду в глаза, чем промолчать?
а) да б) скорее всего да в) нет.
9. Из трех личностных качеств, с которыми вы боретесь, чаще всего стараетесь изжить в себе:
а) раздражительность б) обидчивость в) нетерпимость критики.

10. Кто вы в большей степени?

а) независимый б) лидер в) генератор идей.

11. Каким человеком считают вас ваши друзья?

а) экстравагантным б) оптимистом в) настойчивым.

12. Против чего вам чаще всего приходится бороться?

а) с несправедливостью б) бюрократизмом в) с эгоизмом.

13. Что из вас наиболее характерно:

а) недооцениваю свои способности б) оцениваю свои способности достаточно объективно

в) переоцениваю свои способности.

14. Что вас приводит к столкновению и конфликту с людьми чаще всего?

а) излишняя инициатива б) излишняя критичность в) излишняя прямолинейность

Подсчет результатов:

Вопросы	Оценочные баллы ответов	Уровни развития конфликтности	Суммарное количество баллов
	а) 1 б) 2 в) 3	1 – очень низкий	14 – 17
	а) 3 б) 2 в) 1	2 – низкий	18 – 20
	а) 1 б) 3 в) 2	3 – ниже среднего	21 – 23
	а) 3 б) 2 в) 1	4 – чуть ниже среднего	24 – 26
	а) 3 б) 2 в) 1	5 – средний	27 – 29
	а) 2 б) 3 в) 1	6 – чуть выше среднего	30 – 32
	а) 3 б) 2 в) 1	7 – выше среднего	33 – 35
	а) 3 б) 2 в) 1	8 – высокий	36 – 38
	а) 2 б) 1 в) 3	9 – очень высокий	39 – 42
	а) 3 б) 1 в) 2		
	а) 2 б) 1 в) 3		

	a) 3 б) 2 в) 1		
	a) 2 б) 1 в) 3		
	a) 1 б) 2 в) 3		