

УДК 159.9.075.

**ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ КОНСТРУКТИВНОГО РАЗРЕШЕНИЯ
КОНФЛИКТОВ У ПОДРОСТКОВ (ЗАНИМАЮЩИХСЯ РАЗНЫМИ ВИДАМИ
СПОРТА)**

Прянишникова А. Р., Шалагинова К. К.

Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого Тула,

В статье представлен опыт работы с подростками, занимающимися различными видами спорта по формированию навыков конструктивного разрешения конфликтов. На основе анализ литературы установлено, что занятия спортивной деятельностью потенцируют возникновение конфликтных ситуаций, как и само занятие спортом, включающее элемент соревновательности. Результаты констатирующего этапа показали, что у большинства подростков норма по большинству критериев и показателей, между тем, некоторые подростки нуждаются в специальной организованной работе по созданию условий для открытого доверительного общения, эмоциональной поддержки; осознанию имеющихся личностных ресурсов, способствующих эффективному межличностному взаимодействию подростков в конфликтной ситуации; формированию навыков и приемов эффективного поведения в ситуациях конфликтного взаимодействия и способов нахождения решения в конфликтных ситуациях. С этой целью разработана программа развития у подростков навыков конструктивного разрешения конфликтов.

Ключевые слова: конфликт, конструктивное разрешение, спортивная деятельность

**FORMATION OF SKILLS OF CONSTRUCTIVE CONFLICT RESOLUTION IN
ADOLESCENTS (INVOLVED IN DIFFERENT SPORTS)**

Pryanishnikova A.R., Shalaginova K. S.

Tula state pedagogical University. L. N. Tolstoy

Tula,

The article presents the experience of working with adolescents dealing with various types of sports in the formation of skills of constructive conflict resolution. Based on the analysis of the literature established that sport activity potentiate the occurrence of conflict situations, as well as the sports activities that include an element of competitiveness. The results of the ascertaining stage showed that the majority of teenagers the norm for most of the criteria and indicators, however, some adolescents need a special organized work to create the conditions for open and trusting communication, emotional support; awareness of available personal resources that contribute to effective interpersonal interaction adolescents in conflict situations; to develop skills and methods of effective behavior in situations of conflict and ways of finding solutions in conflict situations. For this purpose we developed the program of development in adolescents the skills of constructive conflict resolution.

The key words conflict, constructive resolution, sports activities

В течение занятия спортивной деятельностью у подростков нередко возникают конфликтные ситуации. Специфика данной деятельности заключается в напряженной соревновательной деятельности, где интересы каждого подростка в спортивной сфере, нередко выливаются в конфликты со сверстниками. Главным источником конфликтов в спортивной сфере является нарушение правил честной конкуренции, которое бывает как умышленное, так и не умышленное.

Во времена XIX-XX вв. возникла идея о «биологической теории конфликта» (М.Вебер, Л.Гумплович, Г.Зиммель, Г.Ратценгофер, У.Самнер, А.Смолл), которая считалась источником конфликтов в природе человека, а так же психика и инстинкты. Представители этой теории отмечали, что конфликты играют как отрицательную, так и положительную роль.

Исходя из того что для социологии спорта определению понятия, спорт представляет собой социальное явление, которое включает в себя собственно соревновательную деятельность, а так же подготовку к ней, нормы поведения, возникающие в процессе в процессе этой деятельности.

Соответственно, по своей сути спортивная деятельность, так или иначе связана с особыми отношениями между подростками, а значит нередко сопровождается возникновением конфликтных ситуаций переходящих либо в непосредственное, открытое, конфликтное взаимодействие, либо в скрытый или внутриличностный конфликт.

Возникающие конфликты в сочетании с определенным ритмом тренировочного процесса и наличием стрессовых состояний приводит к невротическим реакциям, вследствие которых происходит нарушение межличностных отношений, где соответственно снижается эффективность спортивной деятельности.

Спортивная деятельность характеризуется тем, что способна повлиять на вероятность возникновения конфликтов и состояние конфликтности субъектов спортивной деятельности. Это происходит по следующим причинам:

1. Спорт по определению является опосредованным и непосредственным психологическим и физическим состязанием спортсменов,
2. Конкуренция на соревнованиях и в ходе учебно-тренировочного процесса, а так же экстремальность условий, сопряжена с высокими физическими, нервно-психологическими нагрузками.
3. Спорт характеризуется высокой двигательной активностью и возможностью проявления агрессии в рамках правил соревнований (Краев Ю.В. 1999), при этом, в ряде видов спорта, в условиях жёсткого физического контакта.

В свою очередь часто возникающие, длительно протекающие, затяжные или неразрешённые конфликты оказывают деструктивное влияние на межличностные отношения,

сплоченность и социально-психологический климат в коллективе. Неблагоприятные межличностные отношения в спортивной команде требуют неотложного педагогического воздействия со стороны.

Тем не менее, конфликты это неотъемлемая часть общества, которые действуют как рычаг развития, так и его тормоз. Многообразие оснований, форм, уровней и мотивов конфликтов и обуславливает трудность определения его понятия и создания типологии конфликтов.

Обычно, для достижения справедливой конкуренции у всех участников соревнований используется принцип, обеспечивающий одинаковые условия для победы, так как он является основой соревновательной деятельности.

Особенно важным стоит выделить подростковый возраст как наиболее сложный, противоречивый и как следствие – конфликтный. Поэтому, в ходе, жизненного опыта подросток приобретает разного рода конструктивные решения посредством успешного или неуспешного общения.

Все выше перечисленное позволяет выделить противоречия между необходимостью преодоления конфликтов и формирования определенных навыков конструктивного решения возникающих конфликтов у подростков занимающихся разными видами спорта.

Таким образом, спортивная деятельность способствует выходу (Лоренц К., 1994) или трансформации негативных психических состояний, тем самым снижая вероятность возникновения конфликтов, однако мы не исключаем, что спорт может способствовать формированию агрессивности и соперничества повышающих конфликтность спортсменов.

Анализ литературы по проблеме исследования показал [1-9]:

- конфликт является качеством взаимодействия между людьми, которое выражается в противоборстве сторон для достижения своих интересов и целей. Основой всех конфликтов являются противоречия, возникающие между людьми или внутри структуры самой личности;

- именно противоречия вызывают разногласие между сторонами конфликта. При этом объективные, не зависящие от сознания людей противоречия, имеющие существенные различия в социально-экономических условиях жизни, играют ключевую роль в возникновении конфликтов в обществе. Социально-экономическое положение индивида в обществе во многом определяет не только стиль его поведения и действия, но и само его сознание, интересы и цели;

- подростковый возраст принято считать самым трудным в воспитательном отношении. Трудности этого возраста связаны с половым созреванием как причиной различных психофизиологических и психических отклонений. Перестройка организма подростка происходит по всем направлениям: он интенсивно растет, увеличивается масса тела

и мышечная сила, развивается сердечнососудистая система. Наиболее явно характер стадийного развития подростка как личности прослеживается через изменение структуры самосознания в его различных проявлениях: самооценки, личностной рефлексии, требований к себе и другим, мотивах деятельности, идеалах, интересах и пр;

- предметом конфликта являются разногласия, которые возникают между противоборствующими сторонами. Причины возникновения конфликтов порой бывают разные и в особенности от самого случая конфликта, где причинами могут служить различные социальные ценности, такие как: ресурсы, идея, статус и т.п. В свою очередь объект конфликта будет являться столкновением интересов противоборствующих сторон и следовательно не может существовать сам по себе.

Исследования по изучению формирования навыков конструктивного разрешения конфликтов у подростков занимающихся разными видами спорта проходило на базе Муниципального образовательного учреждения "Ревякинская средняя общеобразовательная школа". Ниже представлена диагностическая программа исследования.

Таблица 1

Диагностическая программа исследования

№ п/п	Название методики	Цель методики	Исследуемый параметр
1	Цветовой тест Люшера	Выявление степени агрессивности	Агрессивность, враждебность
2	Тест Томаса	Выявление поведения личности в конфликтной ситуации	Типы поведения в конфликте (соперничество сотрудничество избегание)
3	Тест В.Ф. Ряховского	Определение уровня коммуникативной толерантности	Коммуникативная толерантность.
4	Тест Альберта Меграбяна	Оценка эмпатических тенденций личности	Эмпатия

Анализ результатов исследования позволяет утверждать, что исходя из данных среднего значения по каждому показателю большей части опрошенных присуще избегание (6,4 средний балл).

Для детей в подростковом возрасте избегание связано с протеканием бурных процессов перестройки – гормональные изменения. Именно они являются причиной резких

перепадов настроения и аппетита. Этим изменениям подвержены в подростковом возрасте все люди, но интенсивность протекания у всех разная. В таких случаях ученики обычно придерживаются той позиции, которая не отклоняется от научных взглядов их учителя.

Следствием преобладания избегания степень сотрудничества в коллективе класса в среднем оценивается в 4,95 баллов, что говорит о недостаточном доверии между учениками. Избегая возникновения и решения проблем внутри коллектива ученики редко практикуют возможность помощи друг другу.

Показатель соперничества, исходя из исследования, оценивается в 4,5 балла. Несмотря на редкие проявления повышенного соперничества в коллективе основная масса не проявляет себя как активные участники данного поведения.

Большинство испытуемых имеет нормальный уровень коммуникативной способности в социуме. Он присущ 40% подросткам (8 человек)

Для детей с нормальным уровнем коммуникативных способностей в социуме характерна любознательность. Дети этого числа охотно слушают интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении, отстаивают свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идут на встречу с новыми людьми. В то же время не любят шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают раздражение.

У 20% испытуемых (4 человека) низкий уровень коммуникативной способности в социуме. Низкий уровень говорит о неразговорчивости, предпочтение одиночеству и как следствие мало друзей. Новая незнакомая обстановка и необходимость новых контактов если и не ввергают в панику, то надолго выводят из равновесия.

У 15% испытуемых (3 человека) весьма общительный уровень коммуникативной способности в социуме. Это свидетельствует о любопытности, разговорчивости. Эти люди любят высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомятся с новыми людьми. Любят бывать в центре внимания, никому не отказывают в просьбах, хотя не всегда могут их выполнить. Недостает, усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами.

У 15% испытуемых (3 человека) немного общительный уровень коммуникативной способности в социуме. Это свидетельствует о том, что в незнакомой обстановке ученики чувствуют себя вполне уверенно. Новые проблемы не пугают. И все же с новыми людьми сходятся с оглядкой, в спорах и диспутах участвуют неохотно. В высказываниях порой слишком много сарказма, без всякого на то основания.

У 10% испытуемых (2 человека) очень общительный уровень коммуникативной способности в социуме. Говорит о том, что общительность бьет ключом. Всегда в курсе многих дел. Любят принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать

негодование. Охотно берут слово по любому вопросу, даже если имеют о нем поверхностное представление. Берутся за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся с некоторой опаской и сомнениями.

В выборке отсутствуют подростки с очень низким уровнем развития коммуникативных способностей. Т. е. среди испытуемых нет абсолютно необщительных, замкнутых детей.

У большинства испытуемых присутствует низкий уровень эмпатии, он присущ 45% подросткам. Дети с низким уровнем развития эмпатии в межличностных отношениях испытывают затруднения в установлении контактов с людьми, некомфортно чувствуют себя в большой компании, не понимают эмоциональных проявлений и поступков, часто не находят взаимопонимания с окружающими. Они гораздо более продуктивны при индивидуальной работе, чем при групповой, склонны к рациональным решениям, больше ценят других за деловые качества и ясный ум, чем за чуткость и отзывчивость.

У 35% испытуемых (7 человек) дети со средним (нормальным) уровнем развития эмпатии в межличностных отношениях более склонны судить о других по поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. Как правило, они хорошо контролируют собственные эмоциональные проявления, но при этом часто затрудняются прогнозировать развитие отношений между людьми.

У 20% испытуемых (4 человек) наблюдаются высокие показатели по способности к эмпатии. Данные показатели находятся в обратной связи с агрессивностью и склонностью к насилию; высоко коррелируют с покладистостью, уступчивостью, готовностью прощать других (но не себя), готовностью выполнять рутинную работу. Люди с высокими показателями по шкале эмоционального отклика в сравнении с теми, у кого низкие показатели чаще: на эмоциональные стимулы реагируют изменением кожной проводимости и учащением сердцебиения; более эмоциональны, чаще плачут; как правило, имели родителей, которые проводили с ними много времени, ярко проявляли свои эмоции и говорили о своих чувствах; проявляют альтруизм в реальных поступках, склонны оказывать людям деятельную помощь; демонстрируют аффилиативное поведение (способствующее поддержанию и укреплению дружеских отношений); менее агрессивны; оценивают позитивные социальные черты как важные; более ориентированы на моральные оценки.

На основании полученных данных, нами была разработана и реализована программа развития у подростков навыков конструктивного разрешения конфликтов. Программа состоит из специально подобранной системы упражнений и групповых занятий.

Задачи программы:

- Создание условий для открытого доверительного общения, эмоциональной поддержки.

- Осознание имеющихся личностных ресурсов, способствующих эффективному межличностному взаимодействию подростков в конфликтной ситуации.

- Формирование навыков и приемов эффективного поведения в ситуациях конфликтного взаимодействия и способов нахождения решения в конфликтных ситуациях.

Цель программы - повышение коммуникативной компетентности подростков, овладение способами эффективного поведения в конфликтных ситуациях и конструктивного разрешения конфликтов.

Основу программы составляет групповая форма работы с подростками.

Таблица 2

Содержание программы развития у подростков навыков конструктивного разрешения конфликтов

№ занятия	Название занятия	Цель занятия	Содержание
1	«Знакомство»	Вводное занятие. Установление положительного контакта с коллективом	1. вступительная беседа 2. Упр. «Клубок» 3. Упр. «Ключки самохарактеристики» 4. Упр. «Кто Я?» 5. Заключительная беседа
2	«Понятие конфликта»	Формирование понятия о конфликте и его развитие	1. вступительная беседа 2. Упр. «Счет до десяти» 3. Упр. «Какие мы?» 4. Заключительная беседа
3	«Формирование аргументов»	Развитие навыков аргументирования своего мнения	1. вступительная беседа 2. упр. «Дебаты» 3. упр. «Синоним по цепочке» 4. Заключительная беседа
4	«Эмпатия»	Формирование адекватной самооценки	1. вступительная беседа 2. Упр. «Я к Вам пишу...» 3. Упр. «Подростковый словарь» 4. Упр. «анализируем себя» 5. Заключительная беседа
5	«Общение»	Формирование четкого представления об общении	1. вступительная беседа 2. Упр. «Что помню?» 3. Упр. «Телеграмма» 4. Упр. «Найди себе пару» 5. Заключительная беседа
6	«Ощущение»	Формирование умений и навыков распознавания эмоционального состояния собеседника	1. вступительная беседа 2. Упр. «Дельфин и дрессировщик» 3. Упр. «Слепой и поводырь» 4. Упр. «Карточки с именами» 5. Заключительная беседа

7	«Умение слушать»	Развитие умений и навыков активного слушания	1. вступительная беседа 2. Упр. «Тимуровцы» 3. Упр. «Карусели» 4. Заключительная беседа
8	«Контроль агрессии»	Развитие умения оценивать и контролировать негативные эмоции в общении	1. вступительная беседа 2. Упр. «Антоним» 3. Упр. «Детские обиды» 4. Упр. «Копилка обид» 5. Заключительная беседа
9	«Провокация»	Развитие умения противостоять давлению и агрессии со стороны	1. вступительная беседа 2. Упр. «Все – некоторые – только я» 3. Упр. «смена акцентов» 4. Заключительная беседа
10	«Прощание»	Подведение итогов, закрепление полученного опыта	1. вступительная беседа 2. Упр. «Подарки» 3. Упр. «Прощай» 4. Заключительная беседа

Рекомендации для подростков занимающихся разными видами спорта

1. Конфликтов не следует бояться, потому как это закономерная часть жизни человека.
2. Однако не стоит искать конфликты на каждом шагу, потому как их большое число способствует развитию стрессовой обстановки.
3. Неправильно решенные конфликты неизбежно ведут к эффекту накопления, что в результате ведет к формированию негативных отношений в коллективе.
4. Избегание конфликта – не решение конфликта.

Рекомендации для преподавателя

1. Вмешательство в конфликт взрослого целесообразно не столько для его устранения, сколько для помощи подростку в осознании ситуации и самого себя.
2. Любое вмешательство в конфликт требует установления причины его возникновения.
3. Общение с подростком должно носить успокаивающий характер.
4. Конфликтная ситуация при умелом его использовании может стать эффективным средством воспитания.
5. Для успешного управления конфликтами подростков необходимы глубокие как теоретические так и практические навыки.

Литература

1. Анцупов, А.Я., Шипилов, А.И. Конфликтология: Учебник для вузов. – 3-е изд. перераб. и доп. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. – 591 с.

2. Вершинин, М.С. Конфликтология: Конспект лекций. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 20001. – 64 с.
3. Волков, Б. С., Волкова, Н.В. Конфликтология: учеб. пособие для студ. вузов. – Изд. 4-е, испр. и доп. – М.: Академический Проект, 2010. – 412 с.
4. Ворожейкин ИЕ, Кибанов АЯ, Захаров ДК Конфликтология: Учеб - М, 2002
5. Дмитриев, А. В. Конфликтология: Учебник / А.В. Дмитриев. – 3-е изд., перераб. – М.: Альфа-М: ИНФРА-М, 2009. – 336 с.
6. Козырев, Г. И. Основы конфликтологии: учебник / Г.И. Козырев. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ИД ФОРУМ: ИНФРА-М, 2014. – 240 с.
7. Конфликтология /под ред. А. Я. Кибанова. – Изд. 2-е., перераб. и доп. – М.: ИНФРА-М, 2005. – 302 с.
8. Мириманова, М. С. Конфликтология: учебник для студ. образоват. учрежд. сред. проф. образования. – Изд. 2-е., испр. – М.: Академия, 2004. – 320 с.
9. Социальная конфликтология: учеб. пособие для студ. / под ред. А. В. Морозова; Моск. гос. соц. ун-т. – М.: Академия, 2002. – 336 с.