

Міністерство освіти і науки України
Луцький національний технічний університет
Факультет цифрових, освітніх та соціальних технологій
Кафедра соціогуманітарних технологій

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
ЗА СТУПЕНЕМ ВИЩОЇ ОСВІТИ «БАКАЛАВР»

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОНФЛІКТІВ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Спеціальність 053 Психологія
Освітньо-професійна програма «Психологія»

Виконала: здобувач вищої освіти
Групи ПСЗ-41
Базилюк Мар'яна Василівна

(підпис)

Керівник:

К. психол. н., доцент
Шкарлатюк Катерина Іванівна

(підпис)

Кваліфікаційну роботу
допущено до захисту
«___» _____ 2025 р.

К. психол. н., доцент

Гарант освітньо-професійної програми:

Савчук Надія Антонівна

ЛУЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет цифрових, освітніх та соціальних технологій

Кафедра соціогуманітарних технологій

Ступінь вищої освіти: бакалавр

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 Психологія

Освітньо-професійна програма: Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри

« ___ » _____ 202__ р.

ЗАВДАННЯ

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Базилюк Мар'яна Василівна

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема кваліфікаційної роботи **«Психологічні особливості конфліктів у підлітковому віці»**

Керівник роботи: Шкарлатюк Катерина Іванівна, к.психол.н., доцент

затверджені наказом закладу вищої освіти від «26» грудня 2024 р. № 479/01-02

2. Строк подання здобувачем вищої освіти кваліфікаційної роботи «15 травня» 2025 р.

3. Вихідні дані до роботи Психологічна фахова література, періодичні видання, науково-методичні джерела вітчизняних і зарубіжних авторів

4. Зміст пояснювальної записки (перелік питань, що потрібно розробити):
Аналіз літературних джерел за темою кваліфікаційної роботи бакалавра, виклад загальної проблеми і вибір напрямків дослідження; опис рішення загальної проблеми та основних методів дослідження; методика для проведення експерименту, експериментальне дослідження та аналіз його результатів.

5. Перелік графічного (ілюстративного) матеріалу:

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис	
		завдання видав	завдання прийняв
<i>Розділ 1</i>			
<i>Розділ 2</i>			
<i>Висновки</i>			

7. Дата видачі завдання « ___ » _____ 202__ р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи бакалавра	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1.	<i>Обґрунтування теми</i>	10.01.2025	
2.	<i>Огляд літератури із досліджуваної проблеми</i>	01.02.2025	
3.	<i>Розділ 1</i>	15.03.2025	
4.	<i>Розділ 2</i>	30.04.2025	
5.	<i>Висновки та пропозиції</i>	07.05.2025	
6.	<i>Формування списку використаних джерел</i>	17.05.2025	
7.	<i>Нормоконтроль</i>	31.05.2025	
8.	<i>Інструментальна перевірка на академічний плагіат</i>	06.06.2025	
9.	<i>Представлення кваліфікаційної роботи бакалавра до захисту</i>	07.06.2025	

Здобувач вищої освіти

_____ (_____)
(підпис) (прізвище, ініціали)

Керівник кваліфікаційної роботи

_____ (_____)
(підпис) (прізвище, ініціали)

АНОТАЦІЯ

Базиліук М. В. Психологічні особливості конфліктів у підлітковому віці.
Рукопис.

Кваліфікаційна робота бакалавра ОПП «Психологія» спеціальності 053 Психологія. Луцький національний технічний університет. Луцьк, 2025.

Кваліфікаційна робота бакалавра складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел.

У роботі висвітлено проблематику оптимізації міжособистісних відносин і досягнення взаєморозуміння у спілкуванні в старшому шкільному віці. Сприятливий розвиток особистості та успішність соціалізації забезпечується рівнем сформованості соціальних навичок, до яких належить уміння налагоджувати міжособистісні стосунки.

Описано методичний інструментарій, використаний для діагностики, здійснений аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження, розроблені рекомендації щодо оптимізації міжособистісних взаємин старшокласників засобами розвитку комунікативних навичок.

Мета дослідження – теоретичне та емпіричне дослідження конфліктних ситуацій в старшому шкільному віці та представлення рекомендаційних матеріалів щодо оптимізації міжособистісних відносин і досягнення взаєморозуміння у спілкуванні старшокласників.

Результати теоретико-емпіричного дослідження випускної роботи можуть використовуватися під час проведення діагностичної та консультативно–корекційної роботи практикуючих психологів закладів освіти.

Ключові слова: конфліктна поведінка, конфліктна ситуація, спілкування, взаємодія, комунікативні навички, підлітковий вік, старшокласники.

SUMMARY

Bazyliuk M. V. Psychological peculiarities of conflicts in adolescence. Manuscript.

Qualifying thesis of the bachelor's degree program «Psychology» specialty 053 Psychology. Lutsk National Technical University. Lutsk, 2025.

The bachelor's qualification work consists of an introduction, two sections, conclusions and proposals, a list of used sources.

The work highlights the issues of optimizing interpersonal relationships and achieving mutual understanding in communication in senior school age. Favorable personality development and successful socialization are ensured by the level of formation of social skills, which include the ability to establish interpersonal relationships.

The methodological tools used for diagnostics are described, the results of empirical research are analyzed and interpreted, and recommendations are developed for optimizing interpersonal relationships of senior school students by means of developing communication skills.

The purpose of the study is a theoretical and empirical study of conflict situations in senior school age and the presentation of recommendation materials for optimizing interpersonal relationships and achieving mutual understanding in communication of senior school students.

The results of the theoretical and empirical study of the final work can be used during diagnostic and consultative and corrective work of practicing psychologists of educational institutions.

Keywords: conflict behavior, conflict situation, socialization, interaction, communication skills, adolescence, high school students.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОНФЛІКТІВ	
1.1. Основні підходи до розуміння конфлікту у психології.....	
1.2. Характеристика стратегій поведінки в конфлікті	
1.3. Особливості взаємин з однолітками у підлітковому віці.....	
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ	
2.1. Характеристика вибірки дослідження та обґрунтування методичного інструментарію.....	
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження.....	
2.3. Рекомендації щодо оптимізації міжособистісних взаємин старшокласників засобами розвитку комунікативних навичок.....	
ВИСНОВКИ	
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ	

ВСТУП

Актуальність дослідження. Культура спілкування – це невід’ємна частина загальної моральної культури особистості. Якщо такої культури немає – це показник духовної порожнечі людини. Сучасність вже не вимагає доказів актуальності питань вивчення конфліктів. Наразі така ситуація, що проблематика конфліктів є актуальною у всіх вимірах повсякденного життя. Відчувається потреба в формуванні механізмів для врегулювання конфліктів, забезпечення контролю за перебігом конфлікту. Для розгортання конфлікту визначальними є психологічні аспекти, такі як усвідомлення ситуації сторонами, їхнє ставлення до неї, стратегії дій.

Одним з ключових питань, що потребує вирішення у сфері дослідження конфліктів, стосується причин та факторів, які провокують появу ситуацій та їх перетворення на повноцінні конфлікти. Труднощі у вивченні цього питання виникають через складність відстеження всього процесу виникнення та розвитку конфліктної ситуації. З огляду на це, кожному важливо розуміти власний стиль поведінки, стилі інших учасників конфлікту, а також сутність самого конфлікту, щоб запобігати виникненню конфліктів та успішно їх вирішувати.

Спілкування між старшокласниками – справа надзвичайно тонка та багатогранна. Нездатність ефективно взаємодіяти може бути зумовлена як повною, так і частковою відсутністю певних комунікативних навичок, скажімо, вміння адекватно реагувати та діяти в конкретних обставинах. Причиною може бути недостатній самоконтроль, наприклад, через неспроможність впоратися з надмірним збудженням, імпульсивністю, проявами агресії тощо. Отже, проблема психологічного консультування старшокласників з питань розвитку комунікативних умінь набуває особливої актуальності в наш час. Потреба у взаємодії, у безпосередньому контакті з іншими – одна з фундаментальних суспільних потреб людської істоти. Найбільш виразно вона виявляється в підлітковому періоді.

Дослідження проблеми міжособистісних відносин є складовою реалізації системного підходу до дослідження проблем колективного виховання. Сучасний особистісно-орієнтований підхід у сфері спеціальної освіти ставить пріоритетними завдання забезпечення кожній дитині адекватних умов для її психічного розвитку, особистісного та соціального становлення. Сприятливий розвиток особистості та успішність соціалізації дитини забезпечується рівнем сформованості соціальних навичок, до яких належить уміння налагоджувати міжособистісні стосунки.

Сучасні вимоги до виховання школяра, що адаптується в комунікабельну людину активізували завдання оволодіння старшокласниками комунікативними навичками. У зв'язку з цим зрозумілий процес зростання інтересу до проблеми оптимізації міжособистісних відносин і досягнення взаєморозуміння у спілкуванні в старшому шкільному віці. Спілкування, поєднуючи досягнення дитини стає важливою умовою соціалізації, а також умовою виховання її всебічно розвиненою.

Об'єкт дослідження – конфліктна поведінка особистості.

Предмет дослідження – психологічні особливості конфліктів підлітків.

Мета дослідження: теоретичне та емпіричне дослідження конфліктних ситуацій в старшому шкільному віці та представлення рекомендаційних матеріалів щодо оптимізації міжособистісних відносин і досягнення взаєморозуміння у спілкуванні старшокласників.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз з проблеми конфліктних ситуацій в психологічній літературі.
2. Підібрати методичний інструментарій, сформувані вибірку та провести емпіричне дослідження.
3. Здійснити аналіз та інтерпретацію результатів емпіричного дослідження.
4. Розробити рекомендації щодо оптимізації міжособистісних взаємин старшокласників засобами розвитку комунікативних навичок.

Інформаційна основа дослідження. В роботі розглянуто поняття конфлікту з позицій Р. Дарендорфа, Л. Козера, К. Левіна А. Анцупова, В. Мерліна, В. Мясіщева, В. Новікова та інших.

Для вирішення поставлених завдань було застосовано комплекс психологічних методів: теоретичний аналіз досліджуваної проблематики; якісні способи збору емпіричних даних; набір стандартизованих психодіагностичних методик; статистичні методи обробки отриманих емпіричних даних.

Практична значущість одержаних результатів. Результати теоретико-емпіричного дослідження випускної роботи можуть використовуватися під час проведення діагностичної та консультативно-корекційної роботи практикуючих психологів закладів освіти.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОНФЛІКТІВ

1.1. Основні підходи до розуміння суті конфлікту у психології

Сучасне бачення конфлікту виходить з того, що він може нести в собі позитивні перспективи. Головна думка позитивного впливу конфліктів полягає в наступному: «Продуктивність конфронтації виникає з того факту, що конфлікт веде до зміни, зміна веде до адаптації, адаптація веде до виживання» [5].

Конфлікт – це каталізатор перетворень, він є викликом, що потребує креативного реагування. У ньому приховано потенціал для позитивного розвитку, тож конфлікт може бути корисним [17]. Конфлікт, ймовірно, піддається контролю, і цим керуванням можна досягти мінімізації його негативних, руйнівних наслідків та посилення конструктивного потенціалу. Це означає, що з конфліктом можна взаємодіяти та працювати. Сучасна конфліктологія виходить з постулату, що конфлікт є типовою і природною рисою соціальних взаємин. Вона допускає протікання конфліктів у різноманітних формах, зокрема і в конструктивних, а також визнає принципову здатність до керування конфліктами [2].

Існують два головні підходи до вивчення природи конфліктів:

1) соціологічний. Функціоналістська модель, де конфліктам в соціумі немає місця, поширилась в 30-40-і роки минулоого століття і була розроблена в рамках структурно-функціонального аналізу, засновником якого вважається Т. Парсонс. [1]. Л. Козер у праці «Функції соціальних конфліктів» наголошував на тому, що конфлікт не просто нищить. Він обґрунтовував, що конфлікти є наслідком трансформацій усередині суспільства, а саме взаємодії між різними складниками соціальної системи [12].

2) психологічний. Згідно традиційним психоаналітичною теорією, людська істота наділена конфліктною природою. Ключовою категорією

теоретичного підходу К. Хорні є концепція базової тривожності. Однак, на відміну від З. Фрейда та К. Юнга, К. Хорні не вірить, що конфлікт є невід'ємною частиною людської сутності від народження. Починаючи з перших своїх праць, вона обґрунтовує, що неврози спричиняються культурними чинниками і виникають внаслідок дисбалансу в міжособистісних стосунках». Базове відчуття тривоги формує компенсаторну стратегію поведінки людини, що кристалізується у вигляді характерних потреб. Ось таким чином постають три фундаментальні орієнтації обистості – «рух до людей», «рух проти людей», «рух від людей» [24].

Сьогодні термін «конфлікт» не закріплено виключно за якоюсь конкретною науковою сферою чи практикою. Різні дисципліни інтерпретують його по-своєму. За словом "конфлікт" криється дуже широкий набір різноманітних явищ. На думку одних дослідників, конфлікт – це лише один з видів нормального людського спілкування. Конфлікт не завжди веде до нищення, а радше сприяє збереженню цілісності, та може бути підконтрольним і таїти в собі позитивні перспективи. Якщо сторони конфлікту взаємодіють, але не відчувають негативних емоцій або, навпаки, відчувають їх, але не демонструють зовні, такі обставини можна визначити як передконфліктні. Психологічний і соціологічний аналіз допомагають розширити розуміння суті конфлікту, а також його предметного поля.

Конфлікт вибудовує власну структуру. Під нею мається на увазі система усталених взаємозв'язків, які утримують його єдиним цілим, визначають його суть. Ця структура містить: конфліктні відносини, конфліктні суперечності, конфліктні чинники, учасників протистояння; предмет та об'єкт. Конфліктні відносини – форма та суть взаємодії між учасниками, їхні дії для розв'язання конфлікту. Суперечності у конфліктах – ключові моменти розходжень учасників конфлікту, їхніх протилежних інтересів, цілей, потреб. Причини конфлікту – це обставини, що спричинили загострення розбіжностей, що призвели до виникнення зіткнення. Ці фактори проявляються у певних конфліктних ситуаціях, і усунення цих ситуацій є ключовим етапом для розв'язання конфлікту [13].

Учасників суперечки нерідко іменують ворогуючими силами. Йдеться про тих суб'єктів конфлікту, що безпосередньо вчиняють активні (наступальні або оборонні) дії.

Сторони, що конфліктують – це визначальний елемент будь-якого зіткнення. Якщо одна зі сторін виходить з конфлікту, той завершується. Коли в міжособистісному конфлікті відбувається заміна одного з учасників, конфлікт теж трансформується, починається новий. Це зумовлено тим, що інтереси та цілі сторін у міжособистісному конфлікті є індивідуальними. Часто в конфлікті можна розпізнати сторону, яка першою розпочала конфліктні дії. Її прийнято називати ініціатором конфлікту.

Одним з ключових факторів будь-якого конфлікту є його об'єкт – чітко визначена підстава, стимул, імпульс конфлікту. Цей об'єкт може бути фізичним ресурсом, наприклад, земельним наділом, або соціальною прерогативою, такою як вплив, чи духовним концептом, скажімо, нормою, віруванням. Суть в тому, що обидві сторони конфлікту прагнуть до його володіння або використання. Предмет суперечки – це уявна або реально наявна проблема, яка є фундаментом конфлікту. Це ті розходження в поглядах, через які сторони починають суперечку. Предметом конфлікту може виступати конкретна перспектива або певне ціннісне судження, що не поєднується з точкою зору іншої сторони, або ж виконання чи невиконання певних умов. Предмет конфлікту найчастіше пов'язаний з цілями конфліктуючих сторін, хоча не всі цілі в конфлікті обов'язково стосуються його предмету [16].

Кожен конфлікт рухається власною траєкторією розвитку, що включає такі етапи: 1) передконфліктний – нагромадження проблем, їх нерегульованість, виникнення напруження у взаєминах; 2) загострення протиріч – тривале негативне психологічне тло у стосунках, систематичне негативне, інколи агресивне протистояння; 3) власне сам конфлікт – відкрите зіткнення між суб'єктами, відсутність порозуміння; 4) вирішення конфлікту; 5) постконфліктний – оновлений зміст стосунків [20].

Важливе значення у вивченні конфліктів грає поняття конфліктна ситуація. Під конфліктною ситуацією вважають таку сукупність обставин, яка

містить передумови конфлікту. Таким чином, прийнято розрізняти конфліктну ситуацію і конфлікт, як самостійні стадії загального процесу.

Конфлікт може виникнути незалежно від волі та бажань сторін, що протистоять, або бути спровокованим однією або обома з них. Кожна ситуація має об'єктивний компонент, який визначається реальними подіями, та суб'єктивне значення – залежить від того, як кожна сторона тлумачить ці події. Суб'єктивне сприйняття конфліктної ситуації не завжди відображає реальний стан речей. Усвідомлення конфлікту завжди містить елементи суб'єктивності і тому є, певною мірою, спотвореним.

Спотворення у сприйнятті можуть бути суттєвими і з огляду на це, фахівці розрізняють поняття "частково зрозумілого" та "неправдивого" конфліктів. У ситуації, де розуміння конфлікту часткове, оцінка стану справ сторонами значно відрізняється від реальності – відбувається перебільшення або применшення масштабів наявної проблеми. В разі неправдивого конфлікту, об'єктивна конфліктна ситуація відсутня повністю: між суб'єктами немає очевидних протиріч, однак вони відчують конфліктність взаємодії та вступають у протистояння. Сприйняття ситуації суб'єктом як конфліктної не завжди пов'язане з будь-якими діями іншої сторони. Виходячи з припущення про ворожі наміри іншої особи, суб'єкт може сам проявляти агресію, чим провокує реальну ворожість [8].

Люди підходять до однієї й тієї ж ситуації та реагують на неї по-різному, іноді навіть діаметрально протилежно. З огляду на причини виникнення конфліктних ситуацій, можна визначити три основні типи конфліктів. Перший тип – це конфлікт цілей, коли ситуація визначається різним баченням бажаного стану об'єкта в майбутньому учасниками конфлікту. Другий тип – це конфлікт пізнання, або ситуація, в якій учасники мають різні погляди, ідеї та думки щодо вирішення проблеми. Третій тип – це емоційний конфлікт, що виникає через розбіжності в почуттях та емоціях, які лежать в основі взаємин між учасниками. Іншими словами, люди можуть дратувати один одного своїм стилем поведінки, підходом до справ, взаємодії або загальною манерою поведінки [1].

Отже, у конфліктній взаємодії учасники прагнуть досягти певних цілей, що стосуються предмета конфлікту, впливу один на одного, «збереження власного обличчя» тощо. Не завжди цілі повністю розуміються учасниками ситуації, тим більше не формулюються у вигляді конкретних результатів. Водночас уявлення про бажаний результат конфлікту служить регулятором конкретних дій учасників ситуації.

Структурні особливості конфлікту водночас не дозволяють передбачити його розгортання. З практичного погляду, значно важливішим видається аналіз дій учасників та фіналу конфлікту крізь призму динаміки. Саме те, що відбувається в конфлікті, критично впливає на його позитивний чи негативний результат розв'язання конфлікту та його наслідки. Визначення ситуації як конфліктної надає підстави та зобов'язує до дії тих, хто здатний і повинен попередити конфлікт. Оперативність припинення конфлікту, що виникає, з його непередбачуваними наслідками залежить від характеру конфліктної ситуації та поведінки сторін, що беруть в ній участь.

1.2. Характеристика стратегій поведінки в конфлікті

Широкого поширення в конфліктологічних дослідженнях набула двовимірна модель стратегій поведінки в конфлікті, розроблена К. Томасом та Р. Кілманном. Стратегія поведінки у конфліктній ситуації визначається як напрямок дій індивіда або групи у конкретній конфліктній ситуації, та визначає певну форму взаємодії. Ключовим аспектом цієї моделі є врахування учасниками конфлікту власних інтересів та протилежної сторони.

Відповідно до представленої моделі, конфліктна поведінка розгортається у координатному просторі, який визначається наступними параметрами: вертикальна вісь відображає ступінь наполегливості у відстоюванні власних інтересів – важливість отриманого результату; а горизонтальна вісь показує ступінь поступливості заради задоволення потреб – важливість взаємин. Найнижчий рівень зацікавленості по обох осях, у точці їх перетину, відповідає стратегії уникнення; максимальна зацікавленість по вертикалі характеризує

суперництво, а по горизонталі – пристосування. Поєднання максимальної зацікавленості на обох осях визначає співпрацю, а проміжне положення представляє компроміс.

У кожному зіткненні кожен з його учасників проводить оцінку та зіставлення своїх власних інтересів та інтересів опонента. На підставі такого аналізу він свідомо обирає певну стратегію поведінки – уникання, суперництво, пристосування, співпраця, компроміс. Оцінювання інтересів у конфлікті визначає якісну складову обраної поведінки. Важливо пам'ятати, що рівень спрямованості на власні інтереси чи інтереси противника визначається трьома ключовими факторами: сутністю предмету конфлікту, цінністю взаємин між сторонами, індивідуальними психологічними особливостями [23].

Стиль конкуренції обирають переважно особистості, які відрізняються активністю та схильністю розв'язувати суперечки найзручнішим, на їхню думку, способом. Ці люди не зацікавлені в спільній роботі з іншими, але готові приймати рішення, проявляючи волю. Інакше кажучи, вони прагнуть перш за все задовольнити свої потреби, не зважаючи на інших, змушуючи останніх погоджуватися зі своїми варіантами розв'язання проблем.

Є чимало обставин, за яких такий спосіб дії є виправданим: важливість наслідків конфлікту, володіння достатнім авторитетом для винесення рішень, потреба у негайному вирішенні питання та відповідні повноваження, відсутність альтернативних варіантів виходу з конфлікту, необхідність взяти на себе лідерську роль тощо. Такий спосіб дій у конфлікті здатен наділити того, хто його використовує, деякою вагомістю, проте лише за умови успішного завершення. Але якщо головна ціль людини – підтримувати добрі стосунки з навколишніми, вдаватися до такого недоцільно, адже це може зруйнувати взаєморозуміння з тими, хто поруч.

Стиль уникання – це, коли людина не захищає власні інтереси, не працює з іншими для розв'язання питання або просто уникає врегулювання конфлікту. До найпоширеніших випадків, де такий підхід може бути корисним, можна віднести: ситуації з надмірним напруженням, яке треба зменшити; випадки, де наслідки конфлікту несуттєві для учасника; обставини, коли доцільно чи

можливо відкласти розв'язання; відсутність можливості вирішити на свою користь, з більшими шансами у інших; ситуації, коли розв'язання потребує значних зусиль або спроба негайного вирішення може погіршити стан.

Негативним аспектом такого підходу є ймовірність того, що опонент розцінить його як небажання працювати над вирішенням питання та брати на себе обов'язки. Проте, часом відмова від негайного втручання в конфлікт здатна принести користь, зокрема, проблема може розв'язатися сама собою, без зайвих зусиль, або ж до неї буде змога повернутися пізніше, після ґрунтовного обмірковування.

Стиль пристосування визначає взаємодію, коли людина погоджується з іншою, навіть не висуваючи своїх вимог. Рекомендується використовувати цей підхід, коли підсумок для протилежної сторони надзвичайно важливий, а для нас – не надто критичний. Однак, цей стиль не є оптимальним, якщо він шкодить внутрішньому самопочуттю, або коли опонент навряд чи належним чином оцінить поступки.

Такий стиль зовні може нагадувати уникнення, адже теж здатний надати додатковий час на роздуми над проблемою. Однак, ключова відмінність полягає в тому, що людина, яка вдається до пристосування, не уникає розв'язання питання, а працює разом з опонентом, погоджуючись з його баченням вирішення конфлікту. Цей підхід може бути доречним у випадках, коли питання не видається надто критичним, якщо важливо підтримувати позитивні взаємини, і ці взаємини виглядають ціннішими, ніж наполягання на власному баченні. Також він підходить, коли результат значно важливіший для іншої сторони, коли опонент дійсно має рацію, коли шанси на успіх мінімальні, або коли ми переконані, що чужа помилка стане корисним досвідом. У будь-якому разі, використовуючи стратегію пристосування, можна зменшити напруженість у конфлікті та відновити гармонію у взаємодії.

Для співпраці визначальна активна участь у розв'язанні питання, що об'єднує прагнення найкраще задовольнити як власні потреби, так і іншої сторони. Цей підхід, як правило, вимагає значних витрат часу та енергії, проте дозволяє виявити та максимально врахувати приховані інтереси обох

зацікавлених сторін. Стиль співробітництва рекомендується використовувати у випадках, коли кожна зі сторін, залучених до конфлікту, вважає його результат важливим та прагне його досягти, коли є достатньо часу для опрацювання проблеми, коли відносини мають тривалу історію та перспективи на майбутнє, а також коли обидві сторони здатні до конструктивного спілкування та спільної діяльності, спрямованої на пошук взаємовигідного рішення.

Стиль компромісу визначається взаємними поступками: кожна сторона відмовляється від частини своїх вимог, очікуючи аналогічної дії від опонентів. Він також передбачає певну роботу, однак, на відміну від співпраці, не дає змоги повністю розкрити всі приховані інтереси, обмежуючи коло питань лише тими, що безпосередньо обговорюються. Якщо співпраця націлена на довготривале та взаємовигідне рішення, компромісне рішення, здебільшого, має тимчасовий характер. Проте, стиль компромісу може бути найкращим виходом у випадках, коли інші методи не спрацьовують: сторони мають несумісні інтереси, проблема вимагає швидкого розв'язання, тимчасове рішення вважається прийнятним, компроміс дозволяє зберегти відносини та частково задовольнити потреби.

Представники організаційного бачення проблематики виходять з того, що кожен зі згаданих стилів є дієвим тільки у певних обставинах, і жоден не може претендувати на звання абсолютного лідера. Найоптимальніший підхід слід обирати, зважаючи на конкретну ситуацію та індивідуальні риси учасників конфлікту. Звісно, людині властиво тяжіти до одного конкретного стилю, але така прихильність може звузити діапазон можливих розв'язань. Відчуваючи незручність при використанні певного стилю, цілком реально розвинути навички його застосування, що позитивно вплине на взаємини з оточенням та сприятиме особистісному розвитку.

Стиль поведінки, який ви оберете у конфліктній ситуації, є критично важливим для її подальшого розвитку та розв'язання. К. Томас виділяє ключові фактори, необхідні для продуктивного завершення конфліктної взаємодії: 1) відповідна оцінка міри, якою індивід намагається задовольнити свої потреби та потреби іншої сторони; 2) адекватне розуміння доцільності обраного способу

дій у конкретному контексті; 3) врахування потужності опонента, тієї влади, якою він володіє; 4) вірне визначення першоджерела конфлікту; 5) зважання на характер взаємин з іншою стороною; 6) врахування власних індивідуальних рис та опонента.

Відповідно до переконань К. Томаса, дотримання зазначених умов може підсилювати прояв позитивних аспектів конфліктів. Зокрема, учасники конфлікту здобувають відомості про соціальне середовище, у якому перебувають. Крім того, формується та зберігається рівновага впливу та суспільного контролю, а також визначаються і підтримуються нормативні та фізичні межі між групами.

При дослідженні конфліктів та визначенні відповідних стратегій управління ними, виокремлюють такі типи поведінки учасників: конструктивна, деструктивна та конформістська. Кожна з цих моделей залежить від суті конфлікту, контексту ситуації, цінності міжособистісних відносин та індивідуальних психологічних характеристик учасників взаємодії [9].

Надаючи загальну оцінку цим взірцям поведінки, конструктивна є тією, що заслуговує на увагу та є вкрай необхідною. Деструктивну модель неможливо виправдати жодними аргументами. Вона має здатність трансформувати конструктивний конфлікт у руйнівний, що веде до погіршення існуючого стану справ. Небезпека, яку несе в собі конформістська модель поведінки, криється у здатності підсилювати агресивність опонента, а в деяких випадках – безпосередньо провокувати її появу. Однак, якщо розбіжності, які спричинили конфлікт, мають незначний характер, конформістська поведінка здатна сприяти швидкому врегулюванню конфлікту, зводячи до мінімуму його наслідки.

Отже, універсальною відповіддю людини на виникнення суперечностей, роздвоєння (як всередині, так і у взаємодії з іншими) стає потреба подолати цю невідповідність. Внутрішні розбіжності сприймаються як прояви конфліктів, що негативно впливають на психіку. Жодну з описаних стратегій чи моделей поведінки неможливо визначити як виключно «позитивну» чи «негативну».

Кожна з них може бути найбільш ефективною та забезпечити найкращий результат, зважаючи на конкретні обставини появи та розгортання конфлікту. У той же час, саме співпраця, конструктивна модель поведінки у конфліктних ситуаціях найбільшою мірою узгоджується з сучасними поглядами на довгострокову взаємодію. Стратегії, спрямовані на пошук оптимального розв'язання проблеми, формування єдиної точки зору, що об'єднує протилежні позиції, мають бути першочерговими для кожного.

1.3. Особливості взаємин з однолітками у підлітковому віці

У старшому шкільному віці спостерігається особливо інтенсивний розвиток спілкування з однолітками. Залучення старшокласника в орбіту недитячих інтересів спонукає його до перебудови взаємовідносин з оточуючими. Він сам починає ставити підвищені вимоги як до себе, так і до дорослих, здійснює опір і протестує проти ставлення як до дітей.

Стосунки старшокласника з однолітками, однокласниками складніші, різноманітніші і змістовніші, ніж у підлітків. Спілкування з дорослими не дає відповідей на всі запити старшокласника, і їх втручання може викликати опір та образи. У процесі спілкування спостерігаються помітні трансформації. У той час як молодшого школяра цікавили, переважно, шкільні предмети, старшокласника більше хвилюють теми інтимного та особистого характеру. У старшому шкільному періоді взаємодія з однолітками набуває надзвичайно важливого значення.

Старшокласники у стосунках використовують різні стилі спілкування, ніби проходять унікальну "школу взаємодії". У колі своїх однолітків вони опановують рефлексію. Взаємний інтерес, спільне сприйняття світу та розуміння одне одного стають для старшокласників найважливішими. Спілкування настільки вабить учнів, що вони геть забувають про хатні справи й навчання. І взаємини з батьками, що раніше були сповнені емоцій, тепер втрачають безпосередність. Старшокласник стає менш залежним від батьків, тепер свої задуми, обов'язки та секрети він схильний доручати вже не їм, а

друзям. При цьому він може наполегливо захищати право на дружбу, не допускаючи будь-яких дискусій чи зауважень. Розмови про особистість друга у будь-якому вигляді (навіть похвали) розцінюються як спроба посягнути на його вибір і на його свободу.

У взаєминах з ровесниками старшокласник намагається втілити свою індивідуальність, з'ясувати власні здібності у комунікації. Щоб досягти цього, йому необхідна як особиста незалежність, так і особиста відповідальність. Відтак, він відстоює цю особисту свободу, як "маніфест дорослості". При цьому щодо батьків старшокласник, зазвичай, має критичне ставлення. Успіхи серед однолітків у старшому шкільному віці мають найвищу вартість.

У шкільних товариствах, зважаючи на рівень дорослішання та виховання, природним чином постають власні кодекси честі. Звісно, зазвичай норми та правила беруться з дорослих взаємин. Проте, тут прискіпливо стежать за тим, як кожен відстоює власну гідність, як вибудовуються стосунки з позиції рівності та незалежності кожного. Тут високо цінуються відданість, щирість і суворо караються зрада, нехтування словом, егоцентризм, захланність та інші вади [19].

У колективах старшокласників, як правило, формуються відносини, засновані на лідерстві. Особлива підтримка з боку лідера має особливу вагу для старшокласника, котрий не відчуває себе у центрі уваги однолітків. Не менш привабливими для учнів старших класів є близькі друзі, для яких вони можуть бути рівнозначними партнерами або виступати лідерами.

Нормативність у середовищі старшокласників виникає спонтанно, а управління нею проявляється у невеликих групах. У випадку, коли «старшокласник зрадив, підвів, покинув», він може зіткнутися з фізичним насильством, оголошенням бойкоту або втратою дружніх відносин. Старшокласники суворо оцінюють ровесників, які ще не набули самоповаги, не мають власних переконань і не здатні захищати свої інтереси. Ці норми, які застосовуються у спілкуванні, корелюють з нормами дорослих [19].

Попри всю спрямованість на самоутвердження у колі ровесників, старшокласники демонструють надзвичайний конформізм. З настанням другої

половини старшого шкільного віку взаємодія переростає у самостійний вид діяльності, що відіграє важливу роль у їхньому житті. При цьому важливість спілкування з однолітками для старшокласника, зазвичай, не поступається всім іншим його справам. Йому важко усидіти вдома, він прагне до друзів, виказуючи виразне бажання жити груповим життям. Це специфічна риса підлітків саме старшого шкільного віку, і вона проявляється в них незалежно від рівня розвитку специфічної потреби у спілкуванні [13].

Негаразди в особистих взаєминах із друзями сприймаються та переживаються старшокласниками як велика проблема, особливо коли ми говоримо про акцентуації характеру, які притаманні старшокласникам в цьому віці. Значна частина старшокласників розрив особистісних взаємин з товаришами сприймає як особисту трагедію. Для того, щоб знайти друзів, здобути увагу товаришів, старшокласник намагається зробити все можливе. Інколи заради цього він вдається до прямого порушення усталених соціальних норм, до відкритого конфлікту з дорослими [26].

У неформальних групах старшокласників народжується своєрідний сленг або арго – слова та вирази, характерні для певних вікових категорій. Мовлення учнів старших класів може бути як повністю сленговим, так і включати в себе лише 5-7 сленгових слів. Основне, що ці слова стають власністю групи, дозволяють вийти за межі загальноприйнятих етичних норм, позбавляють від необхідності дотримуватися формальностей та дають відчуття свободи у спілкуванні.

Старшокласники вдаються до сленгу у спортивних колах, на уроках, у дворах багатоповерхівок та в розмитих неформальних групах, які мають власні сленгові найменування. Окрім самостійної сленгової мови, що єднає старшокласників у спільноту, також існують жести та пози з вулиць – часто агресивні, що впливають на особисту відстань, інколи аж надто цинічні. Невербальна комунікація серед старшокласників може провокувати незадоволення старших, які це спостерігають, хоча самі підлітки іноді з ентузіазмом проходять через цю вікову ініціацію за допомогою вільних жестів та поз. Підлітки легко провокують один одного, демонструючи кулак,

обертаючи пальцем біля скроні, показуючи «дулю» тощо [11].

Підлітки рідко замислюються над глибинним значенням жестів, якими вони оперують у комунікації. Вони переймають ці тілесні вирази та активно застосовують їх, незалежно від гендеру. Хоча вищеописані жести зазвичай використовуються для приниження гідності співрозмовника, старшокласники в своєму колі можуть «не надавати значення» їхньому істинному змісту та задуму. Велику роль у вербальній та невербальній взаємодії відіграє культурне тло, в якому зростає учень, а також його власне ставлення до сленгу та нецензурних жестів [30].

Загалом, "чутливість" до вульгарності в деяких старшокласників та "нечутливість" до інших речей створює підґрунтя для конфронтації або ж відчуження у мовчазному форматі. Саме в цій площині зароджується розподіл на тих, хто "свій" і хто "чужий". Найскладніше у старшому шкільному віці – переживання самотності, відчуття власної непотрібності серед однолітків. Старшокласник починає розвивати комплекси, переживає розгубленість і тривогу [5].

Зовсім інша ситуація, коли взаємини з однокласниками складаються добре: коли старшокласник задоволений ними і може відчувати себе щасливим. Спільність у поглядах та інтересах є ключовим фактором для формування дружніх зв'язків серед однолітків. Буває й так, що симпатія до друга, прагнення дружити з ним, стають каталізатором виникнення зацікавленості справою, якою він захоплюється. Як наслідок, можуть з'явитися нові пізнавальні горизонти.

Товариш постає як приклад для наслідування, виникає прагнення бути таким, як він, здобути ті ж риси характеру, цінності, знання та уміння. Дружба сприяє активному спілкуванню старшокласників, вони багато часу проводять за розмовами на різні теми. Обговорюють події шкільного життя, особисті стосунки, дії однолітків та дорослих, у їхніх розмовах часто можна почути різноманітні «таємниці» [7].

Згодом визріває прагнення мати щирого друга, виникають «специфічні моральні настанови щодо дружніх стосунків: взаємна щирість,

взаєморозуміння, делікатність, здатність зберігати секрети. Спільність поглядів та почуттів» з часом набуває все більшого значення у взаєминах старшокласників. Оволодіння моральними принципами – найважливіше особисте досягнення старшого шкільного віку [18].

У старшому шкільному періоді зароджується зацікавленість особами протилежної статі, прагнення бути привабливим, і, як результат, зростає увага до власної зовнішності, поведінки, одягу, які відповідають гендерним ідентифікаціям «Я чоловік» і «Я жінка». Особливе місце в цьому контексті відводиться особистій привабливості – вона наріжний камінь у сприйнятті однолітків. Спершу зацікавлення особою протилежної статі проявляється у специфічних зовнішніх формах, властивих старшокласникам. Хлопці починають "чіплятися" до дівчат, ті, своєю чергою, підсміюються з хлопців, проте таке підвищене взаємне "дошкулювання" зі сторони однолітків обом приносить, як видно, безсумнівне задоволення.

Зовнішній вияв взаємин між статями трансформується, виникає скутість та зосередженість, нерідко додається збереження певної "незрозумілої зовні" атрибутики в манерах: байдужість, зверхнє ставлення до ровесників протилежної статі та інші прояви. Ці всі ознаки типові для учнів та учениць V-VI класів. У цей період дівчата, котрі в старшому шкільному віці починають інтенсивно змінюватися фізично, уже переймаються питанням симпатій, кому що до вподоби, хто на кого дивиться та як, хто з ким підтримує дружні зв'язки [10].

З часом взаємини стають більш комплексними і зникає безпосередність у спілкуванні. Разом з тим відчувається напруга через невизначеність почуттів, пов'язаних з потягом до протилежної статі. Наступає період, коли зацікавленість одне одним зростає, але у зовнішніх проявах взаємовідносини хлопців та дівчат стають більш відокремленими. На цьому тлі проявляється бажання розібратися у відносинах, у тому, хто кому симпатизує. У дівчат ця цікавість, зазвичай, виникає раніше, ніж у хлопців: про власні симпатії зазвичай розповідають найближчим подругам. Навіть коли взаємна симпатія присутня, справжні дружні зв'язки розкриваються не часто. Для підлітка старших класів,

щоб таке сталося, необхідно подолати особисту сором'язливість або бути готовим до насмішок та глузувань з боку однолітків.

У старшокласників комунікація між статями набуває більшої відкритості: до кола спілкування долучаються представники обох статей. Прив'язаність до ровесників іншої статі може бути сильною, їй зазвичай приділяється дуже багато уваги. Відсутність взаємності часом стає причиною сильних негативних емоцій. У 9-10 класах між хлопцями та дівчатами виникають більш романтичні взаємини, вони починають писати один одному повідомлення, влаштовують зустрічі.

На ґрунті таких відносин старшокласники відчують прагнення досконалості, з'являється потреба зростати над собою. У цей період більшість підлітків беруться за самовиховання. Романтичні почуття можуть спалахнути під час спільного дозвілля: прогулянки, відвідини вистав, музеїв, кінозалів та інших культурних заходів. Старшокласники часто копіюють улюблені образи, намагаються відповідати манерам відомих героїв.

Найважливіший та найвідповідальніший період становлення особистості – це старший підлітковий вік. У цей час молодій людині доводиться ухвалювати доленосні рішення, визначатися зі своїми життєвими планами. Передусім, постають два ключові виклики: перший – професійне самовизначення: потрібно знайти свою професію, свою пристрасть; і другий – побудувати та утвердити своє соціальне коло, коло друзів, знайти свою компанію та, можливо, зустріти кохану людину. Аби зробити такий вибір, недостатньо лише знань про світ, потрібно розібратися у власній сутності, у своїх індивідуальних особливостях, тобто, пізнати себе.

Потяг до комунікації, невпинний її пошук – визначальна риса учня старших класів. Бажання спілкуватися виражається у старшокласників ніби з двох напрямків: безпосередньо через прагнення до емоційного взаємообміну та опосередковано крізь усамітнення. Загалом, людина володіє трьома напрямками для самоусвідомлення. Передусім, крізь судження та погляди інших. Справді, у ході спілкування, здобуття знань, на робочому місці ми неупинно піддаємось оцінці, і також самі оцінюємо оточуючих. Ці судження бувають простими,

прямолінійними, прив'язаними до обставин (крива усмішка у відповідь на зауваження співбесідника) та складними, опосередкованими. Другий шлях самопізнання стає відчутним через соціальне порівняння.

Ми починаємо практику порівняння себе з іншими досить рано, і в процесі цих зіставлень приходимо до висновків, наскільки ми відповідаємо тому, чого від нас очікують: вимогам ровесників, стандартам, які існують у конкретному культурному середовищі. Це відчутно загострюється в юнацькому віці, коли бажання не відставати від решти, бути "в тренді" – надзвичайно важливе питання для старшокласників. Третій ймовірний спосіб – самоатрибуція.

Гіперопіка старшокласників, прагнення все вирішувати за них призводить до незрілості, соціальної інфантильності багатьох молодих людей. Нав'язлива опіка, моралізаторство нерідко викликає зворотний ефект – прагнення чинити всупереч.

Для старшокласників «характерний гострий інтерес до навколишнього, бажання оцінити і «випробувати» все, що «дозволено» дорослим, прагнення копіювати їх, вибираючи найчастіше ті межі їхньої поведінки, які лежать на поверхні, повторення яких не потребує особливих зусиль, в яких нарешті, не виражаються всі інтереси та прагнення дорослих, бо їхня трудова та громадська діяльність часто перебуває поза спостереженням дітей» [17].

Досвід самоствердження здобувається підлітком у вигляді соціалізації. Зокрема, він купується через участь у житті навчальної групи: у різноманітних видах діяльності та у груповому спілкуванні. Участь у різноманітних формах спілкування навчальної групи стає для старшокласників істотною умовою набуття досвіду самоствердження.

У процесі спілкування у навчальній групі складаються певні ціннісні орієнтації, які транслюються до інших груп, що існують на основі даної (спортивні команди, трудові бригади). За підсумками неформальних відносин групи між учнями виникає вільне спілкування.

Вільне спілкування дає підлітку «можливість обговорення з особистісно значущими людьми широкого кола проблем, що хвилюють юнацтво: майбутня

професія; моральна позиція, інтереси та захоплення питаннями дружби та любові; ставлення до людей: однолітків, дорослих; проблеми, пов'язані із соціальним оточенням у сім'ї, у дворі, спортивній секції» [3].

Вільне спілкування з однолітками значно доповнює досвід самоствердження старшокласника. Вільне «спілкування дає можливість підлітку набути зразки самоствердження, пов'язані зі стандартами молодіжної субкультури: питаннями моди, лексики, юнацьких інтересів. Вільне спілкування сприяє обговоренню та «примірюванню» до себе великої кількості еталонів самоствердження: від серйозних світоглядних і моральних позицій та установок до питань про те, як треба одягатися, стригтися, говорити, яку музику варто слухати, які пісні співати, які книги читати» [2].

Організація структури формальних відносин, спілкування має відповідати тенденціям розвитку та формування старшокласників, враховувати їх індивідуальні особливості. Тоді ціннісні орієнтації, що набуваються у ділових відносинах, у діловому спілкуванні, коригуватимуть досвід самоствердження, який отримується у вільному спілкуванні.

Уміння «старшокласників спілкуватися з оточуючими, виражати себе, стверджуватись – це одна з умов їхнього емоційного благополуччя у групі. У процесі колективного спілкування, участі у різноманітних колективних справах старшокласники переважно починають орієнтуватися на діяльність, зумовлену очікуваннями та вимогами колективу однолітків. Прийняття підлітком властивих колективу відносин знаходить свій відбиток у зміні ставлення до свого «Я», посилюється значення самооцінки й рівня домагань» [28].

Одна з головних особливостей старшого шкільного віку, в якому активно формується самооцінка старшокласника – підвищений інтерес до спілкування з однолітками, орієнтація на становлення групових цінностей. Причому, одним із засобів позитивного впливу на становлення самооцінки є зміна в міжособистісному оточенні, при якому людина може більше спілкуватися з потенційними значущими іншими, чиї інтереси, здібності та загальний соціокультурний фон більш подібні до його власних [4].

Спілкування у старшому шкільному віці насамперед є шляхом отримання

інформації. По-друге, це діяльність, що істотно впливає на формування особистості старшокласників, допомагаючи реалізувати потребу у самоствердженні, самовизначенні, та сприяючи виробленню життєвих принципів. По-третє, це спосіб емоційного взаємозв'язку, який стимулює розвиток емоційного аспекту особистості, формування самосвідомості, особливо таких її складників, як уявлення про "Я", самоповага та самооцінка.

Разом з яскраво вираженим прагненням у ранньому та юнацькому віці до спілкування проявляється ще одна психологічна потреба даного віку – потреба у відокремленні. Йдеться про ідеологічну автономію юнацтва у суспільстві. У прагненні до автономії проявляються вікові соціально-психологічні риси, які впливають на поведінку. Це закономірно і психологічна наука тут порушує питання про самостійність на початку юності, розділяючи при цьому: «поведінкову самостійність» – необхідність та право самостійно визначати питання, що стосуються особи; «емоційну самостійність» – необхідність та право мати власні симпатії, які обираються незалежно від батьків; «моральну та ціннісну самостійність» – необхідність та право на власні переконання» [12].

Атмосфера довірливого спілкування може сприяти зниженню рівня критичності стосовно інформації, що виходить від значимих для індивіда осіб, яку він значною мірою може приймати на віру. Залежно від соціальної спрямованості група може дуже негативно впливати на людину. Справа в тому, що результатом референтної залежності може бути некритичне сприйняття її асоціальних і ціннісних орієнтацій і перетворення їх у норми своєї поведінки.

Комунікації у старшій школі слугують інформаційним потоком, є видом активності, що істотно впливає на формування особистості старшокласників та сприяє реалізації потреби у самоствердженні та самовизначенні, допомагає в становленні життєвої позиції; є різновидом емоційного взаємозв'язку, сприяє розгортанню емоційної сфери особистості, формуванню самоусвідомлення, особливо його компонентів, таких як уявлення про «Я», самоповага та самооцінка.

Отже, здійснивши теоретичний розбір досліджуваної проблематики,

з'ясовано наступне: найкращі міжособистісні взаємини – це основа повноцінного становлення у людини психічних процесів, рис і функцій, а також росту особистості в цілому. Міжособистісні відносини формуються впродовж усього періоду життя; на кожному етапі розвитку їм притаманні певні риси, властиві конкретному віку. У старшому шкільному віці виникають дві відмінні за своєю вагомістю для психічного розвитку системи взаємин: одна зі старшими, інша з однолітками.

Виконуючи спільну задачу соціалізації, ці дві системи взаємодії часто конфліктують між собою за змістом і нормами, які їх визначають. Відносини з однолітками стають надзвичайно важливими для учнів старших класів. Саме у спілкуванні з однокласниками, в процесі їхніх взаємин, дитина може найповніше реалізувати свої поточні інтереси та потреби. Найбільш ефективний рівень міжособистісних відносин для старшокласників можливий, якщо в колективі панує позитивний психологічний клімат, що залежить від стилю управління вчителя та його підходу до спілкування.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

2.1. Характеристика вибірки дослідження та обґрунтування методичного інструментарію

Емпіричне дослідження проводилось в декілька етапів:

- 1) організаційний етап;
- 2) визначення проблеми;
- 3) етап проведення емпіричного дослідження;
- 4) обробка результатів;
- 5) інтерпретація результатів.

Емпіричне дослідження проводилось на базі Ківерцівської гімназії № 2 Луцького району Волинської області. У дослідженні взяли участь 60 учнів 8-9 класів (вік: 14-15 років).

Для дослідження психологічних особливостей підлітків було використано комплекс психодіагностичних методик:

1. *Методика Дембо-Рубінштейн (модифікація Прихожан)* – метод психодіагностики, спрямований на вивчення самооцінки досліджуваного. Обстежуваним пропонується на горизонтальних лініях відзначити рівень розвитку у них якостей (показник самооцінки) і рівень домагань, тобто, рівень розвитку цих якостей, який би задовольняв їх. Методика може проводитися як фронтально – з цілою групою, так і індивідуально.

2. *Методика вивчення комунікативних та організаторських здібностей за В. Синявським і В. Федорішиним.* Враховуючи тісний взаємозв'язок обдарованості з індивідуальними потребами, зацікавленнями та вибіркоким емоційно-вольовим ставленням до активності, було розроблено психодіагностичний засіб для опосередкованого виявлення комунікативних і організаційних здібностей – через розпізнавання та оцінювання відповідних

схильностей (методика «КОС-2»). Здійснюється діагностика потенціалу особистості щодо розвитку її комунікативних і організаторських навичок.

Методика КОС створена для виявлення комунікативних та організаторських здібностей. Вона розрахована на підлітків віком від 14 до 17 років і містить 40 запитань, на кожне з яких той, хто проходить тестування, повинен відповісти "так" або "ні".

2. *Методика діагностики міжособистісних відносин за Т. Лірі.* Методика розроблена для вивчення суб'єктивного сприйняття власного "Я" та бажаного ідеалу, а також для аналізу взаємовідносин у невеликих колективах. Вона дозволяє виявити домінуючий тип ставлення до оточуючих, як у власній самооцінці, так і в оцінці інших. Схема Т. Лірі базується на концепції, що ступінь взаємодії між двома змінними зростає пропорційно їх наближенню до центру кола. Сукупність балів кожної орієнтації перетворюється на індекс, де переважають вертикальна (домінування-підпорядкування) та горизонтальна (дружелюбність-ворожість) осі. Віддаленість здобутих показників від центру кола вказує на адаптивність або екстремальність інтерперсональної поведінки.

Опитувальник має 128 оціночних висловлювань, кожне з яких формує 16 пунктів у межах 8 типів відносин, впорядкованих за збільшенням інтенсивності. Методика влаштована таким чином, що судження, що слугують для з'ясування певного типу відносин, розміщені не послідовно, а у спеціальний спосіб: їх групують по 4 і повторюють з однаковою кількістю інших визначень. При обробці підраховується кількість відносин кожного з типів.

Т. Лірі пропонував методику задля визначення спостережуваної поведінки людей, тобто тієї, що розцінюється сторонніми, з метою самооцінювання, оцінки близьких, а також для окреслення ідеального "Я". Інструкція для відповіді трансформується в залежності від цього рівня діагностики. Різні вектори діагностики надають можливість визначити тип особистості, а також порівнювати дані, що стосуються окремих аспектів ("соціальне Я", "реальне Я", "мої партнери" тощо).

3. *Тест К. Томаса: типи поведінки у конфлікті* застосовується як засіб діагностики під час дослідження дій людини у конфліктних ситуаціях. Дозволяє

визначати ключові стратегії поведінки, які обирає людина у конфлікті. Цей опитувальник дає змогу виявити для кожної особистості її власний стиль розв'язання конфліктів. Для опису поведінки особистості у конфліктній ситуації, К. Томас вдається до двовимірної моделі врегулювання конфліктів, визначальними змінними в якій постають кооперація – вміння людини зважати на потреби інших, та наполегливість – відстоювання власних інтересів.

На підставі цих двох вимірів К. Томас визначає такі способи врегулювання конфліктів: суперництво, пристосування, компроміс, уникання, співробітництво. Уникання – це стратегія поведінки, яка характеризується відсутністю бажання до співпраці та невизначеністю щодо досягнення власних цілей. Суперництво – це стратегія, коли особа намагається реалізувати власні інтереси, при цьому ігноруючи інтереси інших. Пристосування – це стратегія, у якій людина поступається власними інтересами заради інших. Компроміс – це стратегія досягнення згоди через взаємне, часто вимушене, врахування власних інтересів та інтересів інших учасників. Співробітництво – це стратегія, за якої учасники конфлікту шукають рішення, що повністю задовольняють потреби обох сторін. Співпраця, згідно з моделлю К. Томаса, є ідеальним варіантом взаємодії між людьми.

Опитувальник містить 30 висловлювань, зкомпонованих парами в різноманітних поєднаннях. У кожному такому поєднанні особі, що проходить опитування, надається вибір між двома твердженнями, що найкраще описують її манеру поведінки. Обробка даних, отриманих в результаті дослідження з використанням опитувальника К. Томаса, здійснюється за допомогою ключа. За кожну відповідь зараховується 1 бал для кожної зі шкал.

До діагностичних обмежень відносять неможливість застосування для вивчення суті конфлікту – передумов його появи. За допомогою опитувальника вивчають конкретну стратегію поведінки особистості під час зіткнення. Даний інструмент не придатний для виявлення конфліктності як рис характеру. Методика дає змогу зробити припущення щодо схильності людини до певного способу дій в умовах конфлікту.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Згідно з результатами методики Дембо-Рубінштейна, у 65 % підлітків виявлено середній рівень самооцінки. Це свідчить про те, що більшість опитаних мають збалансоване уявлення про себе та про своє місце серед інших. Такі підлітки зазвичай упевнені в собі, усвідомлюють свої сильні сторони, досягають успіхів у певних сферах діяльності та мають розвинене соціальне коло. За адекватної самооцінки індивід об'єктивно оцінює власні можливості та здібності, критично осмислює свої дії, ставить перед собою досяжні цілі та здатний передбачити реакцію оточення на результати своєї праці. Його поведінка переважно неконфліктна, а в разі конфліктних ситуацій – конструктивна.

Низький рівень самооцінки спостерігається у 19 % учнів з нетерпимістю до недоліків інших людей. Лише 16% опитаних мають завищену самооцінку. Для таких осіб характерне перебільшене уявлення про себе, ідеалізація власної особистості та переоцінка своїх можливостей. Вони орієнтовані на успіх, однак мають схильність ігнорувати власні помилки та невдачі, перекладаючи відповідальність на зовнішні обставини чи інших людей. Емоційна оцінка подій і критичне несприйняття зауважень на свою адресу нерідко спричиняють конфлікти, в яких такі особи виявляють активність та прагнуть домінувати.

У процесі аналізу результатів методики, спрямованої на виявлення рівня комунікативних та організаторських здібностей серед підлітків, були встановлені наступні показники:

Низький рівень комунікативно-організаторських схильностей виявлено у 24,5 % опитаних. Ця категорія характеризується відсутністю вираженого інтересу до взаємодії з іншими та до організаційної діяльності загалом.

Показник нижче середнього (21 %) відображає труднощі в комунікації: таким підліткам складно адаптуватися в нових соціальних умовах, вони замикаються в собі, уникають нових знайомств, з труднощами встановлюють контакти, не люблять виступати перед аудиторією, уникають публічності й рідко обстоюють власну думку. Часто такі особи важко переживають образи та

невдачі.

Середній рівень мають 32,5 % підлітків. Вони зазвичай відкриті до спілкування, підтримують різноманітні соціальні контакти, здатні аргументовано висловлювати свою позицію, планувати діяльність, однак їх комунікативно-організаторський потенціал не завжди є стійким і потребує подальшого розвитку.

Високий рівень зафіксовано у 18,5 % учасників дослідження. Ці респонденти легко пристосовуються до нових умов, швидко знаходять спільну мову з іншими, активно розширюють коло спілкування, беруть участь у громадських ініціативах, охоче допомагають близьким та проявляють ініціативність у міжособистісній взаємодії.

Дуже високий рівень мають лише 3,5 % досліджуваних. Для них характерна яскраво виражена потреба в соціальній та організаторській активності. Вони впевнено почуваються у складних обставинах, швидко орієнтуються в новому колективі, демонструють невимушену поведінку, приймають самостійні рішення й проявляють лідерські якості.

Результати за методикою діагностики комунікативних і організаторських здібностей у підлітків (за В. Синявським і В. Федоришиним) наведені у рис. 2.1:

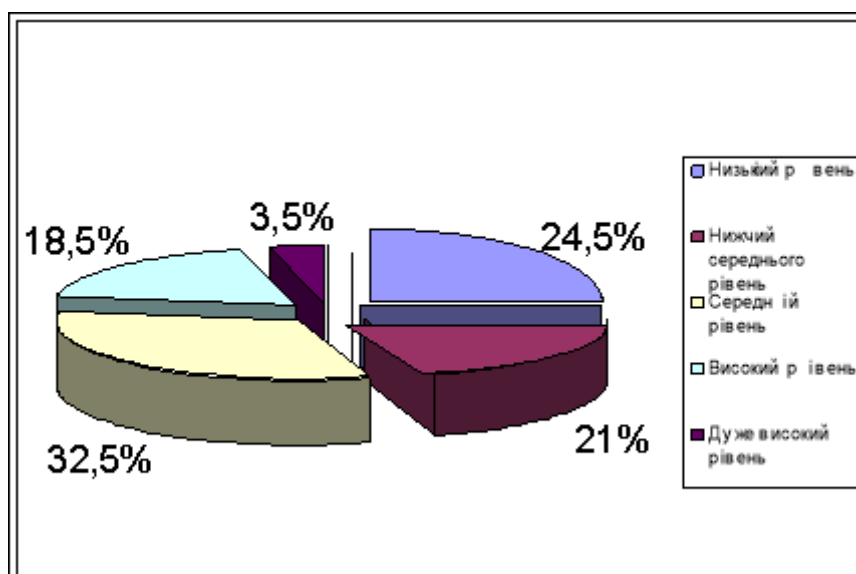


Рис. 2.1. Загальні показники комунікативних і організаторських схильностей

Отримані результати свідчать, що 32,5 % респондентів демонструють середній рівень розвитку комунікативних і організаторських схильностей. Це означає, що зазначена група учнів проявляє інтерес до соціальної взаємодії, підтримує активні контакти з оточенням, не обмежується вузьким колом спілкування, вміє відстоювати власні погляди та виявляє здатність до самостійного планування своєї діяльності. Водночас варто зазначити, що їх комунікативно-організаторський потенціал ще не є достатньо стабільним та сформованим. Ці школярі потребують цілеспрямованої, системної педагогічної роботи, яка буде спрямована на подальший розвиток і зміцнення їхніх соціальних умінь та лідерських якостей.

24,5 % учнів виявляють низький рівень комунікативних і організаторських здібностей, що характеризується помітним зниженням активності в соціальних контактах. Вони мають досить вузьке коло спілкування, неохоче вступають у взаємодію з іншими, уникають нових знайомств. Їм притаманні замкнутість, емоційна скутість, невпевненість у собі, а також сором'язливість у соціальних ситуаціях. Через це їм важко реалізувати себе в колективі чи брати участь у спільній діяльності.

Ще 21 % учнів мають рівень розвитку комунікативних і організаторських схильностей нижчий за середній. Ці підлітки уникають соціальних контактів, відчують сильний дискомфорт у нових колективах, прагнуть до усамітнення, неохоче йдуть на контакт, рідко проявляють ініціативу у спілкуванні. Вони мають труднощі у встановленні міжособистісних зв'язків, некомфортно почуваються при виступах перед аудиторією, не вміють ефективно адаптуватися в незнайомому середовищі. Такі учні рідко відстоюють власну думку, тяжко сприймають критику та емоційно реагують на конфлікти або образи. Ініціативність у громадській та колективній діяльності у них слабо розвинена, а ухвалення самостійних рішень вони часто уникають, вважаючи за краще залишатися в тіні або покладатися на інших.

До групи дітей з високим рівнем розвитку комунікативних та організаторських схильностей належать 18,5 % респондентів. Ці підлітки вирізняються активною життєвою позицією, емоційною відкритістю та

здатністю швидко налагоджувати міжособистісні стосунки. Вони легко входять у нові соціальні кола, прагнуть розширювати свої знайомства та активно включаються до громадської діяльності. Для них характерна природна ініціативність, бажання допомагати оточуючим – як у родинному, так і в дружньому середовищі. Ці школярі охоче беруть участь в організації колективних заходів та виявляють готовність до прийняття самостійних рішень у складних обставинах. Варто наголосити, що така активність не є реакцією на зовнішній тиск чи вимоги, а випливає з внутрішньої мотивації та щирого інтересу до взаємодії з іншими.

Окрему категорію становитиме 3,5% підлітків, у яких виявлено дуже високий рівень прояву комунікативних та організаторських здібностей. Ці учні мають яскраво виражену потребу у соціальній активності, прагнуть бути учасниками подій, що вимагають взаємодії, ініціативності та лідерства. Вони швидко орієнтуються у незнайомих чи напружених ситуаціях, відчуються впевнено у новому колективі, не демонструючи сором'язливості чи замкненості. Такі підлітки самі ініціюють спільну діяльність, беруть на себе відповідальність у складних ситуаціях, наполегливо відстоюють свою думку та прагнуть, аби вона була почута і прийнята оточенням. Їм властиво вносити динаміку в спілкування, вони легко оживляють атмосферу, створюють позитивний емоційний настрій у компанії, люблять організовувати ігрову діяльність, заходи, конкурси тощо. Вони цілеспрямовано шукають можливості для реалізації себе в комунікативній та організаторській діяльності, адже саме у таких сферах вони знаходять задоволення своїх внутрішніх потреб.

Аналіз кількісних та якісних результатів, отриманих у ході дослідження міжособистісних відносин підлітків за методикою Т. Лірі, свідчили про переважання певних типів соціальної взаємодії в опитаній вибірці. Найчастіше серед респондентів виявлявся тип співпраці, який представлений 23,3 % вибірки. Особи з таким типом міжособистісної поведінки зазвичай вирізняються ввічливістю, доброзичливістю та бажанням бути прийнятими оточенням. Вони прагнуть задовольнити очікування інших, навіть якщо це суперечить особистим інтересам, орієнтовані на норми та цілі мікрогрупи,

легко піддаються впливу. Емоційна нестабільність і схильність до витіснення або пригнічення власних почуттів також є характерними рисами представників цієї категорії.

На іншому місці за поширеністю виявився тип «альтруїзм», що охоплює 21 % підлітків. Ці учасники демонструють надмірну відповідальність і схильність до самопожертви. Вони завжди готові допомогти іншим, активно виявляють співчуття, але водночас їхня підтримка може бути нав'язливою. Часто такі підлітки приймають відповідальність за поступки чи проблеми інших, навіть коли це є невиправданим. Подекуди подібне може маскувати глибші особистісні конфлікти або приховані риси.

Наступна категорія включає два типи, які мають однаковий рівень прояву – по 11,6 % кожний. Це тип «незалежний» та тип «недовірливий». Підлітки, що належать до незалежного типу, зазвичай упевнені у собі, демонструють високий рівень самостійності та схильність до лідерства. Їм притаманна орієнтація на власні цілі та переконання, вони не надто поважають думку оточення і можуть виявляти риси суперництва у міжособистісній взаємодії.

Натомість тип «недовірливий» характеризується замкнутістю, емоційною стриманістю та підозрілістю щодо інших. Такі підлітки нерідко уникають глибоких соціальних контактів, насторожено ставляться до нових знайомств, мають низький рівень довіри до оточення. Через страх відторгнення або негативного ставлення з боку інших вони можуть виявляти вербальну агресію, що є своєрідним захисним механізмом у комунікації.

До груп типів міжособистісних стосунків, які мають приблизно однакову долю серед досліджуваних, належать авторитарний, агресивний та покірно-сором'язливий типи – кожний з них уявлено по 9,3 % респондентів.

Авторитарний тип вирізняється рішучістю, впевненістю у власних силах, наполегливістю у досягненні поставлених цілей. Особи цього типу мають схильність до керівництва, володіють організаторськими здібностями та можуть проявляти себе як ефективні лідери чи наставники. Вони часто беруть на собі ініціативу у групових ситуаціях та впевнено контролюють хід подій.

Агресивний тип демонструє високий рівень вимогливості до себе та до

інших, прямолінійність у висловлюваннях та безкомпромісність у судженнях. Такі підлітки не бояться висловлювати свою думку відкрито, часто вживають різкі чи категоричні формулювання, що може ускладнювати взаємодію з оточенням. Їм притаманні жорсткість і критичність у соціальних оцінках.

Покірно-сором'язливий тип характеризується делікатністю, стриманістю та схильністю до підпорядкування. Такі особистості, як правило, уникають конфліктів, легко ніякують у нових ситуаціях і демонструють готовність пристосовуватися до вимог найсильніших чи активніших членів групи. Вони не схильні відстоювати власну думку, воліють дотримуватись загальноприйнятих норм і правил, навіть якщо ті суперечити їх переконанням.

Найменше представництво у вибірці мав залежний тип, який виявлено лише у 4,6 % підлітків. Цей тип особистості пов'язаний із підвищеним рівнем довірливості, очікуванням зовнішньої підтримки та схвалення. Такі підлітки часто демонструють м'якість у відносинах, високу конформність, потребу у визнанні зі сторони значущих осіб. Результати діагностики міжособистісних стосунків підлітків за методикою Т. Лірі зведені у рис. 2.2:

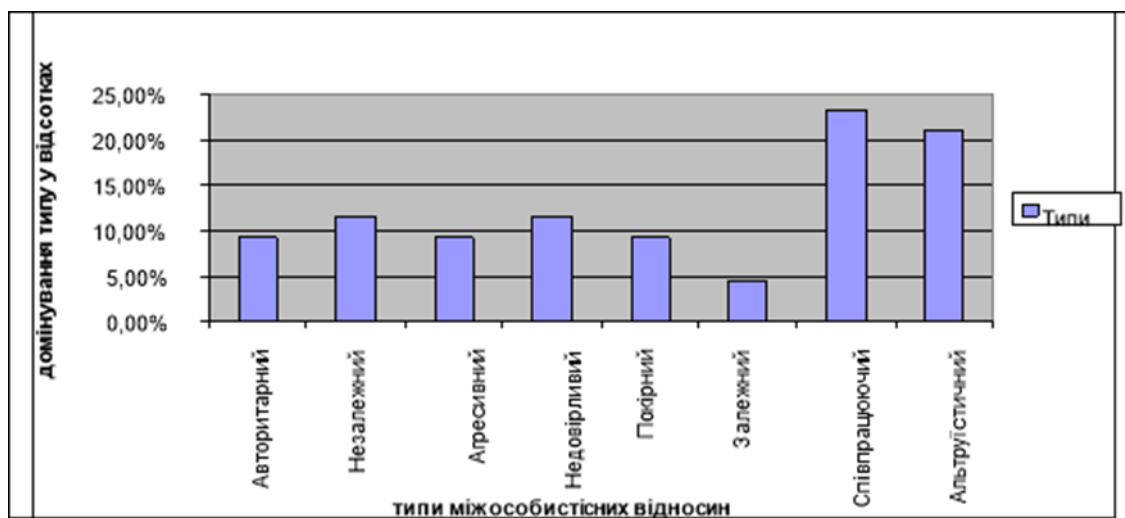


Рис. 2.2. Показники міжособистісних відносин

Переважання серед досліджуваних таких типів міжособистісної взаємодії, як «співпраця» (23,3 %) та «альтруїзм» (21 %), дозволяє охарактеризувати

значну частину підлітків як орієнтованих на конструктивне та доброзичливе спілкування. Такі особистості, як правило, виявляють готовність до взаємодії, прагнуть досягати спільних цілей та підтримувати гармонію в колективі. Вони демонструють гнучкість у прийнятті рішень, здатність йти на компроміси, а в ситуаціях конфлікту – шукають згоди та порозуміння, часто свідомо виявляють конформізм як засіб збереження міжособистісної стабільності.

Цим респондентам властиві відкритість, люб'язність, орієнтація на позитивне соціальне схвалення, прагнення відповідати очікуванням оточення, навіть коли це не узгоджується з власними потребами чи переконаннями. Вони виступають своєрідними емоційними регуляторами мікросоціальної середовища.

Поглиблений аналіз результатів методики діагностики стилів поведінки у конфліктних ситуаціях за К. Томасом дозволивши виявити наступне:

Співпраця є провідною стратегією для 23,5 % досліджуваних, що узгоджується з переважаючим міжособистісним типом «співпраця» та свідчить про високий рівень соціальної зрілості, уміння вести діалог і спільно знаходити ефективні рішення. Компроміс як стратегія обрали 27,9 % підлітків – це вказує на прагнення до взаємного врахування інтересів сторін, хоча й за рахунок частичного відступу від власних позицій.

Суперництво було притаманне 16,2 % опитаних – це свідчить про наявність серед досліджуваних учнів тих, хто орієнтується на домінування та відстоювання власних інтересів, іноді навіть у збиток гармонії у міжособистісних відносинах.

Пристосування переважає у 18,6 % респондентів – цей тип поведінки притаманний особам, схильним до самопожертви та уникання конфлікту шляхом вчинків, що може бути наслідком невпевненості в собі чи прагнення зберегти світ у відносинах за будь-яку ціну.

Уникнення конфліктів обрали 13,9 % підлітків – таке поведіння може вказувати як на низький рівень впевненості, так і на внутрішній дискомфорт у ситуаціях протистояння, а також на бажання уникати відповідальності за прийняття рішень у складних обставинах.

Таким чином, можна зробити висновок, що більшість підлітків обирають соціально прийнятні форми поведінки в конфліктних ситуаціях, з орієнтацією на співпрацю і компроміс, що свідчить про позитивну динаміку становлення комунікативної компетентності в підлітковому віці та здатності до конструктивного розв'язання конфліктів у цільовій групі.

Результати діагностики стратегій поведінки в конфліктній ситуації підлітків за К. Томасом показані на рис.2.3:

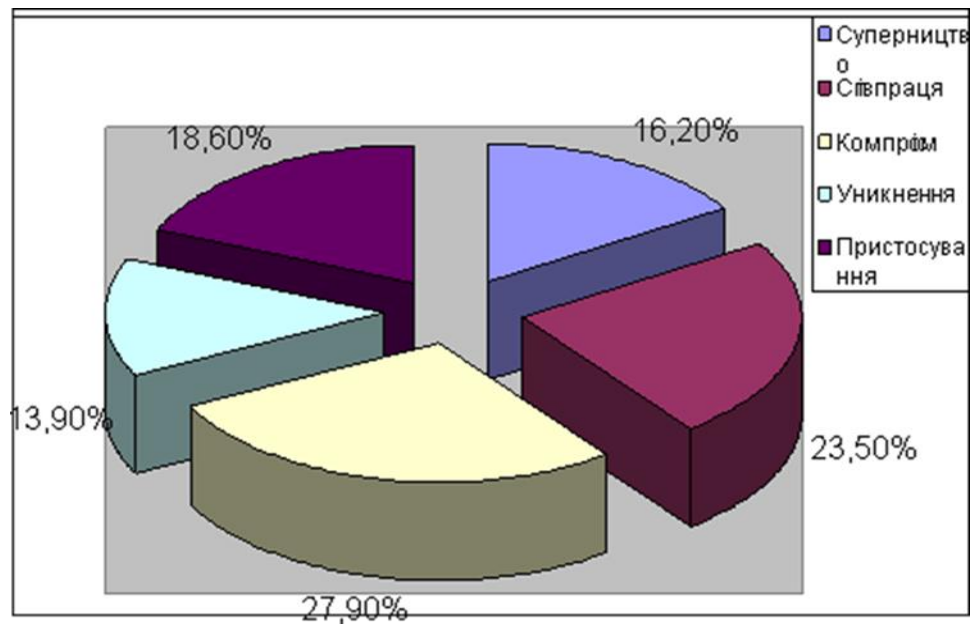


Рис.2.3. Стратегії поведінки у конфліктній ситуації

Аналіз отриманих даних свідчить, що серед досліджуваних учнів найпоширенішими стратегіями поведінки у конфліктних ситуаціях є «компроміс» – 27,9% та «співпраця» – 23,5%. Стиль «співпраця» передбачає активне залучення особи до розв'язання конфлікту з одночасним прагненням до взаємодії та партнерства з іншою стороною. Цей підхід вимагає ретельної та тривалої роботи, адже спочатку необхідно з'ясувати потреби та інтереси всіх учасників конфлікту, після чого розпочинається їх детальне обговорення. Для ефективного застосування стилю співпраці потрібно приділити годину на виявлення прихованих інтересів іншої сторони конфлікту.

Натомість стиль «компроміс» полягає в частичному надходженні своїх інтересів з метою задовольнити їх у іншій сфері, причому інша сторона робить

подібні кроки. Щодо стилю «уникнення», його застосовують 13,9% учнів, що свідчить про відсутність у них бажання співпрацювати, а також про небажання досягати власних цілей, брати на себе відповідальність за ухвалення рішень, відмовлятися визнавати конфлікт, розглядати його як безпечний, а також утримуватися від участі у суперечках та дискусіях. Цей стиль характеризується прагненням відстоювати власні інтереси без урахування потреб іншої особи.

Стратегія пристосування є домінуючою у 18,6 % досліджуваної групи. Вона передбачає вчинки щодо власних інтересів для збереження або відновлення гарних стосунків з партнером. Цей стиль поведінки спрямований на згладжування конфліктів та забезпечення вигод іншої сторони, навіть якщо це відбувається на вред власним інтересам.

Згідно з результатами дослідження, у 65 % учнів із середнім рівнем самооцінки спостерігається середній рівень розвитку комунікативних та організаторських здібностей. Це свідчить про їхнє прагнення до спілкування, розширення кола знайомств, уміння відстоювати власну точку зору та планувати діяльність. Водночас ці здібності мають низьку стійкість, тому дана група потребує подальшої цілеспрямованої та системної виховної роботи для розвитку комунікативних та організаторських навичок.

Стиль співпраці характерний для 12,5 % вибірки і визначається дружніми та ввічливими відносинами з оточуючими. Особи, що його застосовують, орієнтовані на прийняття та соціальне схвалення, прагнуть задовольнити вимоги всіх без урахування конкретної ситуації, ставлять за мету досягнення цілей мікрогрупи. Вони часто використовують механізми витіснення та придушення емоцій, що мають підвищену емоційну лабільність.

Тип взаємодії «компроміс» переважає у 13 % учнів. Він полягає в бажанні уникнути конфліктів шляхом взаємних вчинків та пошуку середніх рішень, які дозволяють уникнути значних втрат або вигравів для будь-якої зі сторін. Проте інтереси обох учасників конфлікту при цьому не розкриваються повною мірою.

Низький рівень самооцінки притаманний 19 % учнів. У групі з комунікативними та організаторськими здібностями нижче за середній рівень перебуває 11 % вибірки. Цей рівень характеризується прагненням до

спілкування, проте такі особини відчуються невпевнено в новому колективі чи компанії, віддають перевагу самотності, обмежують круг знайомств, мають труднощі з встановленням контактів та виступами перед аудиторією, погано орієнтуються у незнайомих ситуаціях, не відстоюють власну думку та важко переносять образи. Також у цій групі домінує альтруїстичний тип взаємодії, що спостерігається у 9 % учнів і виявляється у відповідальному ставленні до інших, делікатності, м'якості, доброти. Такі люди виражають свої емоції через співчуття, турботу, ніжність, вміють підтримати та заспокоїти оточуючих, є безкорисливими та чуйними. У конфліктних ситуаціях 9 % учнів віддають перевагу стратегії компромісу, що означає прагнення уникнути конфлікту через взаємні вчинки та пошук таких рішень, які б не нанесли значних втрат жодній зі сторін, хоча інтереси повністю не розкриваються.

Серед учнів із високим рівнем самооцінки, що становлять 16 % – 6 % мають високий рівень комунікативних та організаторських здібностей. Вони відзначаються зосередженістю, активністю, швидко заводять нові знайомства, прагнуть розширювати своє соціальне коло, беруть участь у громадській житті, допомагають близьким та друзям, виявляють ініціативу в спілкуванні, охоче долучаються до організації громадських заходів та здатні самостійно приймати рішення у складних ситуаціях. Усі ці дії виконуються не під примусом, а за внутрішнім покликанням. Крім того, у 4,6 % вибірки переважає незалежний тип міжособистісної взаємодії, що відзначається впевненістю в собі, орієнтацією на власні інтереси та схильністю до суперництва. У конфліктних ситуаціях ця група надає перевагу співпраці – пошуку таких варіантів, що задовольняють інтереси обох сторін шляхом відкритого обговорення та спільного аналізу розбіжностей під час прийняття рішень.

Таким чином, самооцінка відіграє важливу роль у формуванні здорових міжособистісних відносин. Підлітки з адекватним рівнем самооцінки поведуться більш впевнено та рішуче у взаєминах з однолітками. У той же час надмірно завищена чи занижена самооцінка призводить до зниження контактності: перші можуть не відчувати потреби у спілкуванні, вважаючи себе самодостатніми, тоді як інші через низьку оцінку власних можливостей або

через внутрішні комплекси мають труднощі у встановленні стосунків з оточенням.

2.3. Рекомендації щодо оптимізації міжособистісних взаємин старшокласників засобами розвитку комунікативних навичок

Спілкування старшокласників як з однолітками, так і з дорослими відіграє ключову роль у їхньому особистісному становленні. У разі труднощів у сфері міжособистісної взаємодії у підлітків виникає внутрішній дискомфорт, який не компенсується навіть найвищими досягненнями в інших сферах життя чи діяльності. Саме спілкування має для старшокласників особливу значущість на особистісному рівні. Про це свідчить їх підвищена увага до комунікації, її емоційного забарвлення, ступеня довіри, а також прагнення осмислити власні відносини як з ровесниками.

Найбільш результативним способом задоволення потреб старшокласників у спілкуванні виявляються програми, що ґрунтуються на групових формах взаємодії, ефективність яких доведена чисельними практичними дослідженнями. Водночас окремі елементи цих програм можуть бути успішно застосовані і в індивідуальній роботі. Основна мета таких програм полягає у формуванні в учнів старших класів конструктивних комунікативних навичок, розширенні їхнього репертуару поведінкових стратегій та підвищенні рівня компетентності у міжособистісному спілкуванні з метою покращення взаємин.

Це корекція існуючих комунікативних установок у старшокласників, розвиток здатності адекватно сприймати себе та інших, формування позитивних моделей поведінки в міжособистісному спілкуванні, засвоєння підлітками практичних навичок взаємодії.

Навчання здійснюється з використанням різноманітних активних методів: ігрових технік, рольових вправ, групових дискусій, розігрівуючих психогімнастичних управ та інших форм інтерактиву. Принципи реалізації корекційного впливу включають такі положення:

1) принцип цілісного підходу, що передбачає поєднання корекційних, профілактичних і розвивальних завдань;

2) принцип поєднання діагностики з корекційною роботою як єдиного процесу;

3) принцип першочергової уваги до причинної (казуальної) корекції;

4) принцип урахування вікових та індивідуально-психологічних особливостей;

5) принцип використання комплексу різноманітних психологічних методів впливу;

6) принцип врахування різнорівневої структури психіки при здійсненні психокорекції

Основні психологічні механізми, через які здійснювався корекційний вплив:

1) надання важливої, структурованої інформації;

2) створення у клієнта відчуття надії;

3) усвідомлення дитиною того, що її переживання не є унікальними, що інші учасники групи також мають власні труднощі, конфлікти та емоційні проблеми;

4) альтруїзм як механізм допомоги іншим учасникам в рамках групової психокорекції, що сприяє розвитку емоційної відкритості, взаємопідтримки та емпатії.

Одним із найбільш складних та відповідальних етапів у процесі розв'язання конфлікту є прийняття конструктивного рішення. При виборі стратегії врегулювання конфліктної ситуації важливо враховувати три ключові умови, що сприяють ефективності цього процесу.

По-перше, слід пам'ятати та вірити, що майже кожен конфлікт потенційно можна вирішити мирним шляхом, без значних втрат для особистих чи колективних інтересів. Часто ми не здатні знайти безконфліктний шлях розв'язання через брак знань про динаміку конфліктів або через дефіцит часу на аналітичне осмислення ситуації, оскільки події розвиваються дуже швидко.

По-друге, важливе щире бажання усунути суперечність саме мирним

шляхом. Має бути достатньо чіткий, явно виражений та стійкий мотив на безконфліктне вирішення протиріччя. Це допоможе подолати труднощі, що неминуче виникатимуть на цьому шляху.

По-третє, важливо на всіх етапах вирішення конфлікту мінімізувати власні негативні емоції щодо опонента, а також прагнути зменшити негативні емоції опонента щодо себе. Такий підхід сприяє зниженню напруженості та створення умов для конструктивного діалогу.

Загалом, способи розв'язання конфліктів можна узагальнити у чотири основні напрямки:

1. Використання вже існуючих об'єктивних критеріїв. Сторони або погоджуються з встановленим порядком прийняття рішень, або самостійно його визначають, виходячи із здорового глузду та взаємних інтересів.

2. Застосування справедливих процедур. Це передбачає використання механізмів, що забезпечують рівноправність сторін та прозорість процесу врегулювання конфлікту.

3. Часткове використання об'єктивних критеріїв. Цей підхід дозволяє вирішувати частину аспектів конфлікту через стандартизовані правила, а іншу частину через погоджені процедури.

4. Ціннісний аналіз. Базується на ідеї ціннісної свідомості, яка формує установку на безконфліктне співіснування та спрямовує взаємодію на пошук рішень, що відповідають глибоким моральним переконанням сторін.

Серед ефективних інструментів конфліктології найбільшу практичну значущість мають такі техніки, як:

1. Трансформація конфлікту – переведення його з деструктивної форми в конструктивну. Це не лише подолання протиріч, а й оновлення характеру взаємодії між сторонами.

2. Медіація (зокрема «коло порозуміння») – нейтральне посередництво в процесі переговорів, що сприяє досягненню консенсусу та підтримці психологічного комфорту всіх учасників.

Як трансформувати негативні наслідки конфлікту

Трансформація конфлікту передбачає перетворення деструктивної енергії

конфлікту в конструктивні ресурси. Це можливо завдяки переорієнтації уваги з болючих емоцій на пошук нових можливостей, а також через усвідомлення природи власних реакцій.

1. Негативні емоції як джерело енергії для змін. Такі емоції, як незадоволення, тривога, страх, пригніченість, гнів, стресс тощо можуть стати енергетичним підживленням для змін. Їхня сила спрямовується не на руйнування, а на пошук виходу, нових шляхів і внутрішнього зростання.

2. Усвідомлення маніпулятивної природи звинувачень. Негативна реакція на особистісні звинувачення – у брехливості, підлості, непорядності, образі релігійних чи національних почуттів – втрачає свою руйнівну силу, якщо усвідомити її як спробу маніпуляції. Це дозволяє не піддаватися провокаціям, а використати емоційну реакцію як «паливо» для саморефлексії та розвитку емоційної стійкості.

3. Втрата матеріальних благ як виклик до творчого мислення. Позбавлення економічних ресурсів – грошей, майна, статусу – може спонукати до нестандартного мислення та переоцінки пріоритетів. Такі ситуації здатні мобілізувати внутрішні резерви. Можливе навіть народження нових ідей чи підприємницьких стратегій.

4. Фізичні втрати та орієнтація на життя. Навіть шкода здоров'ю чи випадки насильства можуть, за умови виживання, стимулювати нову філософію життя, переоцінку сенсів та цілей. У крайніх випадках, навіть смерть може дати поштовх для змін – у вигляді усвідомлення цінності життя іншими, стимулу для розвитку суспільства, піклування про безпеку, етичних і правових норм. Технології трансформації конфлікту базуються переважно на роботі з власною свідомістю.

ВИСНОВКИ

Внаслідок здійсненого теоретичного дослідження суті конфліктних ситуацій серед підлітків, було з'ясовано, що джерела взаємодії сторін у конфліктах зводяться до намагання реалізувати власні потреби, захистити особисті переконання під час суперечки, досягти поставлених цілей та задовольнити власні інтереси. Уявлення про бажаний фінал конфлікту виступає спрямовуючим фактором для конкретних кроків учасників конфліктної ситуації. Швидкість завершення конфлікту залежить від особливостей конфліктної ситуації та манери поведінки його учасників.

Універсальною відповіддю будь-якої особистості на суперечності, сутички, є бажання подолати цю розбіжність. Орієнтація на конкретні типи дій у конфліктній ситуації сприймається як стратегія поведінки в конфлікті. Кожна модель реагування здатна бути найвигіднішою та забезпечувати найкращий результат в залежності від конкретних обставин виникнення та розвитку конфлікту. Водночас, саме співпраця, конструктивна модель поведінки в конфлікті найбільшою мірою відповідають сучасним поглядам на найкращу взаємодію між людьми.

Отримані дані свідчать, що у 65% учнів із середнім рівнем самооцінки домінує середній рівень комунікативних та організаторських здібностей. Це вказує на те, що ці люди виявляють прагнення до спілкування, не обмежують коло своїх друзів, відстоюють власні переконання та планують свою діяльність. Разом з тим, "потенціал" цих схильностей не демонструє високої стійкості.

У представленій вибірці також існує співпраця як тип взаємодії у стосунках, характерний для 12,5% учнів. Ці особи вирізняються доброзичливістю та приязністю до всіх, спрямовані на прийняття та соціальне визнання. Вони прагнуть задовольнити потреби всіх, зосереджені на досягненні групових цілей у рамках мікрогрупи. Мають розвинені механізми витіснення та придушення емоцій, демонструючи емоційну лабільність. Компроміс характерний для 13% учнів, що свідчить про прагнення уникнути конфлікту взаємними поступками; віднаходження "золотої середини", коли ніхто багато

не втрачає, але й не перемагає; інтереси обох сторін не розкриваються повністю.

Низька самооцінка властива для 19 % школярів. У сфері комунікативних та організаційних навичок переважає рівень, нижчий за середній, що фіксується у 11 % опитаних; ці особи почуваються незатишно у новому товаристві, віддають перевагу самотності, обмежують коло знайомств, відчують труднощі у налагодженні контактів та публічних виступах. У міжлюдських взаєминах домінує альтруїзм, притаманний 9 % учнів, що свідчить про їхню відповідальність перед іншими, делікатність, м'якість, доброзичливість, безкорисливість та чуйність. У конфліктних ситуаціях ці учні схиляються до компромісу, що характеризує лише 9 % учасників дослідження, що вказує на прагнення уникнути конфлікту через взаємні поступки; пошук компромісних рішень, де мало хто програє, але й мало хто виграє.

У тих, хто показав високий рівень самооцінки (а це 16% школярів), комунікативні та організаторські навички продемонстрували високий рівень лише у 6% з досліджуваних. Їх характеризують зосередженість, активність, швидке налагодження дружніх стосунків, та постійне бажання розширювати свій соціальний круг. Також до цієї групи відносяться 4,6% учнів з незалежним типом взаємодії, що проявляється впевненістю, самостійністю, орієнтованістю на власні потреби та схильністю до змагання. У конфліктних ситуаціях вони віддають перевагу співпраці, тобто пошуку компромісу, який повністю задовольнить обидві сторони, шляхом відкритого обговорення та пошуку альтернативних рішень.

Отримані дані можуть слугувати для формування рекомендацій стосовно розв'язання конфліктів, серед яких доцільно застосовувати: психологічні тренінги для подолання конфліктності, групові обговорення, рольові ігри та подібні методики. Ми бачимо потенціал для майбутніх досліджень у рамках даної теми.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Білий Б. В. Стиль індивідуальної поведінки особистості в конфлікті. Київ, 2000. 214 с.
2. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітка: монографія. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2003. 340 с.
3. Вінс В.А. Психологічні особливості переживання вікової кризи підлітками школи-інтернату для дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування: дис...канд. психол.наук: 19.00.07. Переяслав–Хмельницький, 2003. 206 с.
4. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку: монографія. Київ: ВПЦ «Київський університет», 2005. 308с.
5. Галян І. М. Психодіагностика: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2009. 464 с.
6. Дорошенко Н. Н. Гендерна детермінація вибору стратегії поведінки в конфлікті. *Психологія*, випуск 1(8), 2000. С. 39–43.
7. Дуткевич Т. В., Савицька О. В. Вступ до спеціальності: практична психологія. Кам'янець–Подільський: Аксіома, 2005. 208 с.
8. Джонсон Д. Соціальна психологія: тренінг міжособистісного спілкування. Київ: Академія, 2003. 288 с.
9. Єременко О. Дослідження самооцінки дітей підліткового віку. *Збірник наукових праць*. 2016 . Вип. VI. С.40–44.
10. Жмайло І. Взаємини підлітків. Психологічні особливості. *Психолог. Шкільний світ*. 2012. №9. С. 18–20.
11. Загальна психологія: підручник для студентів ВНЗ / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. Київ: Либідь, 2005. 464 с.
12. Зубченко О. В. Взаємозв'язок самооцінки підлітків із їх соціометричним статусом у групі однолітків. *Практична психологія та соціальна робота*. 2008. №5. С. 54–57.

13. Ішмуратов А. Конфлікт і згода: основи когнітивної теорії конфліктів: навчальний посібник. Київ: Наук. думка, 1996. 189 с.

14. Козерук Ю. В., Євсейчик Я. О. Самооцінка як фактор становлення особистості. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. 2015. Вип.124. С. 163–165.

15. Козляковський, П.А. Загальна психологія: підручник. Миколаїв: Дизайн і поліграфія, 2005. 468 с.

16. Кондратенко Л. Грамотне застосування психодіагностичних методик. *Психолог*. 2007. №1. С. 18–21.

17. Марченко О. С. Вплив соціальних мереж на самооцінку підлітків. *Україна і світ: гуманітарно-технічна еліта та соціальний прогрес: матеріали міжнар. наук.-теорет. конф. студ. і аспірантів, 14-15 квітня 2021 р. Харків, 2021. С. 444–446.*

18. Михайлишин У. Б. Вплив самооцінки на конфліктну поведінку підлітків. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2021. №3 С. 86–92.

19. Новікова В.П. Психологічні особливості формування самооцінки підлітків. *Теоретико-методологічні проблеми практичної психології та її перспективи розвитку: Збірник доповідей Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції, присвяченої 125-річчю з Дня народження Жана Піаже*. Кропивницький. 2021. С. 137–139.

20. Орбан–Лембрик Л. Е. Психологія управління: навч. посіб. Івано–Франківськ: Плай, 2001. 695 с.

21. Папітченко Л. Теоретичний аналіз проблеми значущості самооцінки в структурі гідності особистості. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. Випуск 12 (57). 2020.

22. Профілактика виховних труднощів у учнів: психологічний аспект з досвіду практичних психологів професійно-технічних навчальних закладів. Ужгород, 2016. 74 с.

23. Ратушний О. О. Особливості самооцінки у підлітковому віці. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2022. № 4. С. 74–79.

24. Савчин М. В. Вікова психологія: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2006. 256 с.
25. Савчин М. В. Психологія відповідальної поведінки. Київ: Україна. Віта, 1996. 130 с.
26. Скребець В. О. Основи психодіагностики: навчальний посібник. Київ: Слово, 2003. 192 с.
27. Тернопільська, В. І. Психологія для старшокласників (від самопізнання до соціальної відповідальності): навч. посіб. Київ: Центр навчальної літератури, 2004. 272 с.
28. Ткаліч К. В. Психологічні особливості прояву самооцінки підлітка. *Теоретико-методологічні проблеми практичної психології та її перспективи розвитку: Збірник доповідей Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції, присвяченої 125-річчю з Дня народження Гордона Олпорта*. Кропивницький. 2022. С. 186–191.
29. Токарева Н. М. Основи вікової психології: навчально-методичний посібник Кривий Ріг, ТОВ «НВП «Інтерсервіс», 2013. 203 с.
30. Ходанич О. О. Особливості самоставлення підлітків із різним рівнем самооцінки. *Диференціальний підхід у дослідженні професійного самоздійснення особистості: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (24-25 березня 2022 р.)*. Одеса: ФОП Бєлий А. Є. 2022. С. 128–135.
31. Фурман А. Психологічна діагностика як теорія і практика, наука і мистецтво. *Психолог*. 2006. №4. С.4–10.
32. Цюрупа М. Основи конфліктології та теорії переговорів: навчальний посібник. Київ: Кондор, 2004. 169 с.
33. Шахова О. Г. Соціальна психологія особистості. Навчальний посібник. Харків: «Контраст». 2019. 116 с.
34. Barker E.T., Bornstein M.H. Global self-esteem, appearance satisfaction, and self-reported dieting in early adolescence. *Early Adolesc.* 2010. № 30(2). P. 205–224. DOI:10.1177/0272431609332936.

35. Brown J. D., Dutton K. A., Cook K. E. From the top down: self-esteem and self-evaluation. *Cogn Emot.* 2001; 15(5): P. 615–631. DOI: 10.1080/02699930143000004.

36. Rice, F. Philip and Dolgin, Kim The Adolescent: Development, Relationships, and Culture. Psychology Faculty Books. 2005. URL: https://digitalcommons.owu.edu/psyc_books/1.