

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка

Факультет педагогіки і психології
Кафедра психології розвитку та консультування

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

**ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ У
КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ**

Спеціальність 053 Психологія

Освітньо-професійна програма «Психологія конфлікту та практична медіація»

Здобувача другого (магістерського)
рівня вищої освіти

Леськів Ольги Борисівни

НАУКОВИЙ КЕРІВНИК:

кандидат психологічних наук, доцент

Гончаровська Галина Федорівна

РЕЦЕНЗЕНТ:

кандидат психологічних наук, доцент

кафедри психології

Кізь Ольга Богданівна

ЗМІСТ

| | |
|--|----|
| ВСТУП | 3 |
| РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ У КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ | 8 |
| 1.1. Поняття міжособистісного конфлікту: визначення, основні характеристики, типи | 8 |
| 1.2. Причини виникнення конфліктів у підлітковому віці | 17 |
| 1.3. Психологічні особливості молодших підлітків, що впливають на конфліктну поведінку | 22 |
| 1.4. Гендерні аспекти поведінки молодших підлітків у конфліктних ситуаціях | 28 |
| РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВИБОРУ СТРАТЕГІЇ ПОВЕДІНКИ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ В КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ | 37 |
| 2.1. Організація дослідження гендерних особливостей вибору стратегії поведінки молодших підлітків в конфліктних ситуаціях: мета, завдання, вибірка | 37 |
| 2.2. Аналіз результатів дослідження гендерних особливостей вибору стратегії поведінки молодших підлітків в конфліктних ситуаціях | 43 |
| РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА ВРЕГУЛЮВАННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У ДІТЕЙ МОЛОДШОМУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ | 48 |
| 3.1. Обґрунтування програми врегулювання міжособистісних конфліктів у дітей в молодшому підлітковому віці | 48 |
| 3.2. Психокорекційна програма врегулювання міжособистісних конфліктів у підлітків | 50 |
| 3.3. Ефективність впровадження психокорекційної програми та її результати | 70 |
| ВИСНОВКИ | 74 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 78 |
| ДОДАТКИ | 85 |

ВСТУП

Сучасне суспільство характеризується стрімкими соціальними та культурними змінами, що особливо відчувається у процесах формування особистості підлітків. Молодший підлітковий вік – це період інтенсивних фізіологічних, психологічних та соціальних перетворень, коли дитина переходить від дитячого світу до більш складних соціальних взаємодій. Саме в цей час закладаються основи поведінкових моделей, які впливають на подальше соціальне функціонування особистості. У зв'язку з цим, дослідження гендерних особливостей поведінки молодших підлітків у конфліктних ситуаціях набуває особливого значення.

Одним із важливих аспектів є те, що підлітковий вік характеризується підвищеною емоційною лабільністю та пошуком ідентичності. Конфлікти, які виникають у цьому періоді, можуть мати як конструктивний, так і деструктивний характер. Різниця в поведінці хлопців та дівчат під час конфліктів обумовлена як біологічними факторами, так і соціальними впливами. Традиційні стереотипи, які формуються ще в сім'ї та освітньому середовищі, сприяють виникненню певних моделей реакцій на стресові ситуації. Дослідження цих процесів є актуальним не лише з наукової точки зору, але й з практичного боку, оскільки вони можуть допомогти педагогам, психологам та соціальним працівникам розробляти більш ефективні стратегії втручання та профілактики негативних соціальних наслідків.

Особливу увагу слід приділити тому, що гендерні особливості в поведінці підлітків у конфлікті мають безпосередній вплив на формування соціальної компетентності та міжособистісних відносин. Наукові дослідження підтверджують, що хлопці, зазвичай, демонструють схильність до більш агресивних форм вирішення конфліктів, що може бути пов'язано як із біологічними чинниками, так і з соціальними очікуваннями щодо «чоловічої» поведінки. Дівчата, з іншого боку, частіше використовують стратегічні підходи до вирішення конфліктів, орієнтуючись на комунікацію та збереження міжособистісних зв'язків [4, с. 30]. Однак, слід зазначити, що існує велика

індивідуальна варіативність, і гендерні стереотипи не завжди відображають реальну поведінку підлітків. Саме тому комплексний аналіз цих аспектів допоможе не лише розкрити закономірності, але й підійти до кожного випадку індивідуально.

Наукова проблема гендерних особливостей поведінки молодших підлітків у конфлікті привернула увагу широкого кола дослідників у галузях психології, педагогіки, соціології та гендерних досліджень. Вивченню особистісних передумов конфліктної поведінки значний внесок зробили такі вчені, як А. Анцупов, Н. Гришина, Л. Ємельяненко, С. Ємельянов, І. Жданова, Г. Ложкін, Л. Котлова, О. Чайковська та інші. Їхні дослідження зосереджені на вивченні психічних і соціальних чинників, що впливають на формування конфліктної поведінки, зокрема, ролі особистісних характеристик у визначенні реакцій на конфлікти.

В останні десятиліття дослідники почали активно вивчати гендерні аспекти поведінки в конфліктних ситуаціях. Зокрема, у роботах науковців було виявлено значні відмінності в поведінці чоловіків і жінок в умовах конфлікту, залежно від статі опонента. Ці дослідження вказують на важливість гендерного контексту в аналізі конфліктної поведінки та виявляють, як соціальні стереотипи й очікування можуть впливати на стратегії вирішення конфліктів, що, в свою чергу, має значний вплив на міжособистісні взаємодії.

Незважаючи на значну увагу вчених до цієї проблеми, питання гендерних особливостей поведінки у молодших підлітків залишається недостатньо вивченим. Зокрема, дослідження щодо впливу статевих відмінностей на стратегії вирішення конфліктів у підлітковому віці потребує більш глибокого аналізу, оскільки більшість наукових робіт орієнтовані на загальні підходи, не враховуючи специфічні вікові та гендерні аспекти. Це вплинуло на вибір нами теми магістерської роботи.

Об'єкт дослідження - прояви поведінки молодших підлітків у конфліктних ситуаціях.

Предмет дослідження - гендерні особливості поведінки молодших підлітків у конфліктних ситуаціях.

Мета роботи полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні гендерних особливостей поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях та розробці психокорекційної програми, спрямованої на врегулювання конфліктних ситуацій у молодшому підлітковому віці.

Завдання дослідження:

1. Провести огляд сучасних теоретичних підходів до поняття міжособистісного конфлікту, визначити його основні характеристики та типи.

2. Проаналізувати причини виникнення конфліктів у підлітковому віці з урахуванням соціально-психологічних аспектів.

3. Вивчити психологічні особливості молодших підлітків, що впливають на їхню поведінку у конфліктних ситуаціях, з акцентом на гендерні відмінності.

4. Організувати та провести емпіричне дослідження, спрямоване на виявлення гендерних особливостей міжособистісних конфліктів серед молодших підлітків, здійснити аналіз отриманих результатів.

5. Обґрунтувати та розробити психокорекційну програму врегулювання міжособистісних конфліктів у молодшому підлітковому віці.

У магістерській роботі використано комплекс методів дослідження, а саме:

- *теоретичні методи*: огляд наукових джерел (вивчення монографій, наукових статей, дисертацій та інших публікацій, що стосуються міжособистісних конфліктів, психологічних особливостей підлітків та гендерних аспектів їх поведінки), порівняльний аналіз теоретичних підходів (зіставлення різних теоретичних моделей для визначення основних характеристик конфліктів і специфіки гендерних особливостей).

- *емпіричні методи*: анкетування (розробка та застосування спеціалізованих опитувальників, спрямованих на оцінку конфліктної поведінки підлітків, а також виявлення гендерних відмінностей у стратегіях

вирішення конфліктів), спостереження за поведінкою підлітків в освітньому та соціальному середовищі, психодіагностичні методики (стандартизовані тести та методики для оцінки психологічних характеристик, таких як рівень емоційної зрілості, саморегуляції та агресивності); експериментальне дослідження для перевірки ефективності розробленої психокорекційної програми.

- *методи статистичної обробки даних.*

Наукова новизна роботи: здійснено комплексний аналіз гендерних особливостей поведінки молодших підлітків у конфліктних ситуаціях, що дозволило виявити нові закономірності впливу традиційних гендерних стереотипів на формування специфічних стратегій вирішення конфліктів; розроблено інтегровану психокорекційну програму для врегулювання міжособистісних конфліктів; запропоновано міждисциплінарний підхід, який об'єднує теоретичний аналіз, емпіричне дослідження та практичні рекомендації для педагогів, психологів та соціальних працівників.

Теоретичне значення: робота сприяє розширенню сучасних теоретичних моделей конфліктної поведінки підлітків, доповнюючи їх гендерним аспектом. Уточнюються поняття та характеристики міжособистісного конфлікту в контексті впливу соціокультурних чинників, що сприяє формуванню більш комплексного розуміння процесу соціалізації підлітків. Запропонований підхід дозволяє адаптувати існуючі теоретичні моделі до специфіки гендерних відмінностей, що стає базою для подальших наукових досліджень у галузі психології розвитку та гендерних досліджень.

Практичне значення: отримані результати можуть бути використані для розробки та впровадження ефективних програм профілактики та психокорекції міжособистісних конфліктів в закладах освіти, з урахуванням гендерних особливостей поведінки підлітків. Рекомендації, сформульовані у роботі, сприятимуть підвищенню якості роботи педагогів, психологів та соціальних працівників, що працюють із підлітками, допомагаючи їм ефективніше вирішувати конфліктні ситуації. Практичні методики, розроблені

в рамках дослідження, можуть стати основою для впровадження адаптивних заходів, спрямованих на розвиток емоційної компетентності та зниження рівня агресивності серед молодших підлітків, що позитивно вплине на соціальну атмосферу в школах та суспільстві в цілому.

Результати дослідження опубліковано в *«Магістерський науковий вісник» Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка. 2025 № 45. С. 191-194.*

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаної літератури (71 джерело). Загальний обсяг роботи становить 90 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ У КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ

1.1. Поняття міжособистісного конфлікту: визначення, основні характеристики, типи

В умовах сьогодення особливої значущості набуває розвиток у молоді знань, умінь і навичок, пов'язаних із просоціальною поведінкою. Хоча підлітковий вік детально досліджувався у психології ХХ століття, сучасне покоління підлітків має низку соціально-психологічних відмінностей від своїх ровесників минулих десятиліть. Дослідники звертають особливу увагу на зростаючий рівень конфліктності підлітків як у шкільному середовищі загалом, так і безпосередньо в освітньому процесі. Сучасні підлітки нерідко демонструють девіантну та навіть делінквентну поведінку. Практичний досвід свідчить, що їм складно ефективно розв'язувати конфліктні ситуації, а їхні взаємини часто характеризуються деструктивними тенденціями [52].

Дослідження спеціалізованої психологічної літератури свідчать про незмінну зацікавленість науковців проблемою міжособистісних конфліктів. У працях як вітчизняних, так і зарубіжних психологів представлено різні підходи до її вивчення, зокрема аналізуються причини виникнення конфліктів, особливості їхнього розвитку та можливі шляхи врегулювання. Попри те, що ця тема має глибоке коріння у наукових дослідженнях, на сьогодні в психологічній науці відсутнє єдине загальноприйняте трактування цього явища.

Останні десятиліття характеризуються загостренням суспільних суперечностей, що зумовило зростання значущості проблеми конфліктів. Різні аспекти міжособистісних конфліктів розглядаються у працях таких науковців, як О. Бондарчук, А. Гірник, Н. Грішина, Є. Донченко, Н. Заїченко, А. Ковальов, Г. Ложкін, Н. Пов'якель, Т. Титаренко та інших дослідників.

Зокрема, Л. Ємельяненко [30] виокремлює три ключові підходи до вивчення психології конфліктів загалом і міжособистісних зокрема: мотиваційний, ситуаційний і когнітивний. Водночас, С. Долинний визначає шість основних напрямів дослідження конфліктів: когнітивний, мотиваційний, аналітичний, діяльнісний, енерго-емоційний і організаційно-системний [28].

У психологічній науці широко застосовується поняття «конфлікт», яке охоплює різноманітні соціально-психологічні явища. Дослідження у цій сфері дозволили сформулювати розуміння конфлікту як найгострішого способу розв'язання суперечностей, що виникають у процесі соціальної взаємодії. Він характеризується протиставленням між сторонами конфлікту, яке зазвичай супроводжується інтенсивними негативними емоціями. Визначити сутність конфлікту одним універсальним науковим формулюванням досить складно, тому ми розглянули кілька найбільш поширених підходів до його трактування в психологічній літературі.

За словами Д. Скотта, конфлікт виникає як протиріччя між людьми при вирішенні певних соціальних або особистих питань і супроводжується інтенсивними негативними емоціями учасників. Конфлікт може проявлятися як внутрішньоособистісне протиріччя в свідомості окремої людини, так і в міжособистісних або групових стосунках [62].

І. Ващенко [17, с. 45-47] виокремила складові конфлікту: сторони, що беруть участь у конфлікті; предмет і об'єкт конфлікту; обставини, в яких відбувається конфлікт; суб'єктивна інтерпретація конфлікту.

1. Сторони конфлікту. У будь-якому конфлікті завжди мають бути щонайменше дві протилежні сторони, які можуть представляти як окремі особи, так і групи. Іноді конфлікти набувають багатостороннього характеру, коли взаємодіють більше двох сторін. Таким чином, до учасників конфлікту можуть входити окремі індивіди, соціальні групи, організації, держави або навіть коаліції держав. Основними учасниками є саме ті сторони, які знаходяться у протистоянні, адже вони утворюють його основу. Учасників

можна поділити на прямі та непрямі, причому серед прямих виділяється ініціатор конфлікту.

Труднощі у визначенні суб'єктів конфліктної взаємодії обумовлені динамічністю процесу: на початкових етапах певна особа чи група може виступати як ініціатор, а згодом – опинитися в ролі жертви.

Окрім виконання конкретних ролей, учасників конфлікту характеризують за наступними критеріями: позиція (становище однієї сторони щодо опонента), соціальний статус (загальне становище особи або соціальної групи у суспільстві, яке базується на певній системі прав та обов'язків), потенціал (набір потенційних і активних ресурсів та засобів, завдяки яким сторони здатні досягати своїх цілей, незважаючи на опір супротивника). При цьому знання розглядається як найбільш демократичний ресурс і важливе джерело сили.

Залежно від характеру протидії сторін, конфлікти можна класифікувати наступним чином:

- внутрішньоособистісний конфлікт виникає, коли в однієї людини відбувається зіткнення рівнозначних, але взаємно протилежних мотивів, потреб, інтересів чи потягів (наприклад, коли необхідність дотримати обіцянку суперечить спокусі, від якої особа не може відмовитися);

- міжособистісний конфлікт спостерігається, коли члени однієї групи переслідують несумісні цілі або керуються різними цінностями та нормами, намагаючись впровадити їх у спільну діяльність. Такий конфлікт може з'явитися при розподілі функціональних обов'язків або при визначенні шляхів досягнення загальної мети;

- міжгруповий конфлікт характеризується гострими суперечностями між окремими соціальними групами, кожна з яких спрямована на реалізацію власних інтересів і своїми діями перешкоджає іншій. Причинами такого протистояння можуть бути, наприклад, шпигунство чи суперництво за зони впливу;

- конфлікт між групою та особистістю виникає, коли окрема людина вступає у протистояння з певною соціальною групою.

При розгляді конфлікту також варто виділити:

- мотиви конфлікуючих сторін – внутрішні сили, що спонукають суб'єктів до участі у конфлікті;

- інтереси конфлікуючих сторін – емоційно забарвлений стан їх діяльності;

- позиції конфлікуючих сторін – вимоги, які одна сторона пред'являє іншій у процесі протистояння.

2. Предмет і об'єкт конфлікту.

Кожен конфлікт має своє джерело, яке виникає через необхідність задоволення певних потреб. Цінності, здатні задовольнити ці потреби і за володіння якими починається протистояння, виступають у ролі предмету конфлікту. До нього можуть належати матеріальні, соціальні або духовні цінності.

Об'єкт конфлікту – це цінність, якою є матеріальний (ресурс), духовний (ідея, норма, принцип тощо) або соціальний (влада) компонент, за володіння чи користування якою борються сторони конфлікту.

Об'єкт конфлікту представляє ту частину реальності, яка бере участь у взаємодії із суб'єктами конфлікту, тоді як предмет конфлікту – це конкретні розбіжності та протиріччя, що виникають між сторонами і які вони намагаються вирішити.

Об'єкт може бути як істинним, так і помилковим, потенційним або ілюзорним, а предмет завжди є реальним та явно вираженим.

3. Умови, в яких розгортається конфлікт.

Оточення, де виникає конфлікт, суттєво впливає на його походження та розвиток. З точки зору соціальної системи умови можна поділити на макро- та мікросередовище.

- макросередовище – це комплекс факторів, які впливають на великі соціальні групи та держави;

- мікросередовище охоплює умови, що впливають на невеликі групи, особисте самопочуття та міжособистісні відносини. За своєю природою ці умови діляться на фізичні (геологічні, кліматичні, екологічні аспекти) та соціальні (умови, у яких формується конфлікт, включаючи непрямих учасників).

Таким чином, кожен конфлікт характеризується:

- просторовими ознаками: географічними межами, зонами виникнення і прояву, умовами та причинами його появи, конкретними формами вираження, засобами та діями учасників, а також кінцевим результатом;

- часовими ознаками: тривалістю, частотою, повторюваністю, тривалістю участі кожного учасника та часовими характеристиками окремих етапів;

- соціально-просторовими ознаками: чисельністю та інтересами осіб, залучених у конфлікт.

4. Суб'єктивне сприйняття конфлікту.

Характер конфлікту формується не лише об'єктивними умовами, які панують у певній країні чи групі, а й тим, як учасники сприймають і інтерпретують сам конфлікт. Тобто, створений образ ситуації може відрізнитися від реальної картини подій і включати три основні компоненти: еявлення про себе, сприйняття інших учасників конфлікту, оцінку зовнішнього середовища (як мікро-, так і макрорівня), в якому відбувається конфлікт.

Як зазначає І. Ващенко конфлікт – це взаємовідносини між суб'єктами соціальної взаємодії, що характеризуються протистоянням через наявність суперечливих мотивів (потреб, інтересів, цілей, ідеалів, переконань) або суджень (думок, поглядів, оцінок) [17, с. 49].

На думку М. Пірен, конфлікт є загостренням протиріч, яке виникає через розбіжності в поглядах, інтересах та прагненнях людей, а учасники сприймають його як несумісний із власними переконаннями. Це

супроводжується спробами нав'язати свою точку зору силовими методами, що спричиняє психологічну напруженість та протистояння [54, с. 82].

Кожен конфлікт має кілька складових, серед яких можна виділити пізнавальний, емоційний та вольовий компоненти. Пізнавальний аспект полягає у розбіжностях у сприйнятті різних подій, явищ і фактів учасниками, що часто супроводжується викривленням уявлень про індивідуальні особливості один одного, займані позиції, справжні причини напруженості та можливі шляхи вирішення проблеми.

Як зазначає І. Русинка, конфлікт може виникнути, коли увага зосереджується не на загальній картині події, а на її окремих деталях; коли негативні моменти минулого набувають надмірної ваги; а також через низький рівень критичного мислення, нездатність зрозуміти позицію іншої сторони чи визнати правильність відмінної точки зору, що супроводжується упередженими оцінками [60, с. 19].

Емоційний компонент конфлікту проявляється через взаємну неприязнь або надмірну упередженість між сторонами, що супроводжується подразненням, збудженням, агресивністю і злобою. До цього додається неприйняття емоційного стану іншого, що може виражатися як емоційна закостенілість або, навпаки, підвищена ранимість, а також зневажливе ставлення, погорда чи презирство, які чітко видно в комунікації.

Вольовий компонент полягає у відкритому (зазвичай словесному) вираженні протилежних позицій, проявляючись у непоступливості, негативному ставленні, небажанні порозумітися та розібратися в ситуації, а також у наполегливому нав'язуванні своєї точки зору.

Обидва ці компоненти взаємно доповнюють один одного, проявляючись у різних формах залежно від конкретних обставин конфлікту.

Виділяючи особливості та складові конфліктної ситуації, варто підкреслити, що для досягнення взаєморозуміння важливо усвідомлювати первинну причину конфлікту, його початкові умови та стадії розвитку. Слід чітко розрізняти причину виникнення конфлікту та його привід, адже ці

фактори можуть бути як дійсно вагомими, так і незначними, причому кожна сторона може сприймати їх по-різному. Часто справжні причини конфлікту приховані в минулому та не завжди доступні для розуміння однієї з учасників.

Конфлікт може спалахнути несподівано – як результат випадковості або ситуативного розвитку подій, або бути навмисно спровокованим, при цьому його інтенсивність може зростати за сприятливих обставин. Крім того, існує варіант, коли конфлікт поступово розвивається через накопичення невеликих розбіжностей, що з часом веде до загострення ворожнечі та ескалації протистояння, аж до неможливості подальшого мирного співіснування.

За А. Берлач [7], конфлікт як психологічне явище характеризується такими основними ознаками:

- наявність протиріччя. Це може бути суперечність реального, уявного або навіть вигаданого характеру. Таке протиріччя може виникнути безпосередньо як наслідок ситуації або бути результатом дій, поведінки та взаємовідносин між сторонами;

- зміна характеру спілкування. Спілкування набуває конфронтаційного та негативного забарвлення, що властиво принаймні одній, а частіше обом сторонам. Незважаючи на взаємну неприязнь та небажання контактувати, учасники змушені взаємодіяти (через підпорядкованість, збереження сімейних зв'язків тощо), що сприяє загостренню конфлікту;

- активність сторін. Учасники прагнуть перемоги будь-якою ціною, поступово розширюючи спектр використовуваних засобів – від осуду і залякування до шантажу, погроз і навіть фізичного впливу.

- підвищений емоційний фон. Конфлікт супроводжується інтенсивною емоційною напругою, коли негативні почуття загострюються до такої міри, що контроль над ними втрачається.

О. Чайковська [66] визначає загальні причини конфліктів, які виникають через психологічні та соціально-психологічні особливості учасників міжособистісної взаємодії. До них належать:

- ціннісні чинники, які відображають принципи, переконання, вірування людини та її ставлення до них – чи вона їх підтримує, чи відкидає;

- особливості стосунків, що визначають рівень задоволеності від взаємодії. Враховуються такі аспекти, як природа і сутність відносин, баланс сили між учасниками, їхня значущість один для одного, тривалість взаємодії, сумісність або несумісність;

- поведінкові чинники, серед яких: ущемлення інтересів, підрив самооцінки, прояви егоїзму, безвідповідальності, несправедливості, схильності до скептицизму, загострення уваги на дрібницях, грубості, психологічного тиску;

- незнання індивідуальних особливостей іншої особи, що може стати причиною непорозумінь;

- неправильне тлумачення думок та вчинків, яке може виникати через брак неформального спілкування, що призводить до поверхневого уявлення про співрозмовника; психологічну скутість, яка заважає людині проявляти свої справжні риси; психологічну насиченість, коли одноманітність середовища або взаємодії викликає негативні емоції;

- недотримання загальноприйнятих моральних норм, переоцінка власних можливостей та недооцінка можливостей інших, що може призводити до суперечностей та напруженості у взаємодії.

Причини конфліктів можна поділити на об'єктивні та суб'єктивні, і в обох випадках вони мають негативний вплив як на офіційні та неофіційні стосунки, так і на психологічний стан особистості.

На думку Д. Скотта, об'єктивні причини конфліктів у колективі пов'язані з організаційними недоліками, серед яких нераціональний розподіл обов'язків, нерівномірне навантаження працівників, а також механічне формування робочих груп без урахування психологічної сумісності їхніх членів. У сімейному житті до таких причин відносяться матеріальні труднощі та побутова невлаштованість. Важливо враховувати, що будь-яка об'єктивна

причина може сприйматися особисто і викликати загострення стосунків між людьми [62].

Суб'єктивні причини конфліктів зумовлені психологічними та соціально-психологічними особливостями взаємодії. Вони включають негативний соціально-психологічний клімат, невідповідність офіційної та неофіційної структур колективу, суперництво між керівником (наприклад, старостою класу) і неформальним лідером, протистояння між групами всередині колективу. Також до суб'єктивних чинників відносяться особистісні риси, такі як егоїзм, невміння контролювати емоції, завищена самооцінка та рівень домагань, підвищена тривожність. Важливу роль відіграють психологічні бар'єри, які ускладнюють взаєморозуміння між людьми.

Конфлікт часто має складну природу, і його виникнення може бути зумовлене одразу кількома причинами. Одна з них є основною, тоді як інші можуть залишатися неусвідомленими або маскуватися під зовнішні обставини. Наприклад, особиста недисциплінованість може виправдовуватися великим обсягом роботи чи труднощами з громадським транспортом. Важливо розуміти, що під час конфлікту можуть з'являтися нові причини, які поступово стають домінуючими або навіть повністю замінюють початкові.

Як зазначає Т. Яновська [70], конфлікт завжди виникає у процесі спілкування, будучи спровокованим розбіжностями у цілях, способах поведінки, переконаннях та позиціях. Він може мати як конструктивний, так і деструктивний характер, залежно від того, чи сприяє він розвитку особистості та вдосконаленню соціальної взаємодії, чи, навпаки, породжує напруженість, ворожість і руйнування міжособистісних відносин. Важливо розуміти механізми виникнення та перебігу конфліктів, щоб ефективно управляти ними, мінімізувати їхні негативні наслідки та сприяти формуванню конструктивної поведінки в соціальному середовищі.

На думку вчених, незалежно від того, які саме фактори спричинили конфлікт, його вирішення має базуватися на гуманному підході. Важливо не лише усунути саму проблему, а й досягти взаєморозуміння між сторонами.

Конфлікт можна розв'язати найбільш прийнятним способом лише тоді, коли всі учасники зможуть відкрито висловити свої позиції, будуть готові до діалогу та шукатимуть спільне рішення, що враховує інтереси кожного [65].

Таким чином, конфлікт можна розглядати як складне соціально-психологічне явище, що має біполярну природу та відображає суперечності між протилежними принципами, мотивами чи судженнями. Його сутність полягає у взаємодії суб'єктів, які, маючи різні установки, цінності, інтереси та прагнення, стикаються з перешкодами на шляху досягнення своїх цілей.

1.2. Причини виникнення конфліктів у підлітковому віці

Дослідники пропонують різні підходи до класифікації причин виникнення конфліктів. Так, І. Ващенко виділяє соціально-економічні, соціально-педагогічні, соціально-культурні та психологічні фактори, що спричиняють конфліктну поведінку [17]. Водночас О.Бордіяну пропонує іншу типологію, виокремлюючи чотири основні групи причин: об'єктивні, управлінські, психологічні та особистісні [13]. Перші дві групи зазвичай мають об'єктивний характер, тоді як останні дві – суб'єктивний. Об'єктивні чинники конфліктів найчастіше пов'язані із соціальною взаємодією, яка може призводити до зіткнення інтересів, поглядів, ціннісних орієнтацій та інших аспектів. Вони формують передконфліктне середовище, що є важливим складником передконфліктної ситуації.

Суб'єктивні чинники конфліктів здебільшого пов'язані з індивідуально-психологічними особливостями опонентів, які спонукають їх обирати саме конфліктний шлях вирішення наявних суперечностей. Організаційно-управлінські чинники конфліктів визначаються специфікою створення та функціонування установ, у межах яких вони виникають, а також процесами формування колективів і груп. До них належать структурно-організаційні, функціонально-організаційні, особистісно-функціональні та ситуативно-управлінські аспекти.

Соціально-психологічні передумови конфліктів охоплюють фактори, що виникають унаслідок безпосередньої взаємодії між людьми в соціальних групах. Серед них можна виокремити спотворення або втрату інформації в процесі комунікації, порушення рольової взаємодії, відмінності в оцінці тих самих подій, конкуренцію, суперництво, низьку здатність до децентрації, психологічну несумісність тощо [21].

Особистісні чинники конфліктності, як правило, обумовлені індивідуальними психологічними характеристиками учасників. До них належать суб'єктивне сприйняття поведінки партнера як неприйнятної, недостатній рівень соціально-психологічної компетентності, низька стресостійкість, слабо розвинена емпатія, неадекватний рівень домагань, холеричний темперамент, акцентуація характеру та інші особливості. О. Чала зазначає, що схильність особистості до конфліктів формується під впливом взаємодії особистісних рис, соціально-психологічних факторів, а також умов життя і діяльності [63].

Взаємне посилення зовнішніх і внутрішніх чинників конфліктності особистості може закріплювати конфліктну поведінку, трансформуючи її в деструктивну форму, що перешкоджає гармонійному розвитку. Особливо гостро це проявляється у підлітковому віці, коли особистість ще формується, а соціальні впливи мають визначальне значення.

Сучасні українські дослідники С. Гаркавець та Л. Волченко наголошують, що система ціннісних орієнтацій є одним із ключових факторів як виникнення, так і подолання конфліктної поведінки [21]. Зокрема, формування конструктивних ціннісних орієнтацій сприяє розвитку здатності до саморегуляції, емпатії та ефективної комунікації, що знижує рівень конфліктності.

О. Поєнко у своїх дослідженнях довів, що соціальні детермінанти конфліктної поведінки значною мірою пов'язані з порушеннями міжособистісних відносин. Зокрема, підлітки часто відчувають нестачу підтримки з боку батьків, що посилює їхню вразливість до конфліктних

ситуацій. Водночас надмірна залежність від думки ровесників і страх втрати соціального схвалення можуть провокувати агресивну або демонстративну поведінку, що сприяє виникненню конфліктів у шкільному середовищі [55].

Проблеми взаємодії між суб'єктивними та об'єктивними детермінантами конфліктної поведінки досліджує Марія Пірен. Вчена аналізує чинники, що впливають на виникнення та розвиток конфліктів, підкреслюючи взаємозалежність зовнішніх і внутрішніх суперечностей. Науковиця розглядає внутрішні суперечності особистості, зокрема ті, що пов'язані з психічними процесами, навчальною діяльністю та мотивацією, а також зовнішні суперечності, що виникають у процесі взаємодії з соціальним середовищем. Дослідниця наголошує, що коли зовнішні конфлікти перетворюються у внутрішні, вони створюють протилежні тенденції всередині особистості, які вступають у суперечність між собою і провокують появу нових моделей поведінки [54].

О. Резнікова та О. Солодка розглядають конфліктну поведінку через призму об'єктивно-суб'єктивних чинників, психологічних характеристик і соціального досвіду особистості. Вони стверджують, що для ефективного попередження конфліктної поведінки необхідно глибоко аналізувати взаємодію внутрішніх і зовнішніх причин конфлікту, що допоможе розробити дієві стратегії поведінки [58].

Причини конфліктної поведінки підлітків зазвичай мають комплексний характер, обумовлений різними факторами, які взаємодіють між собою. Вони можуть виникати через протиріччя між бажанням досягти певного результату (наприклад, отримати увагу або авторитет серед ровесників) і обмеженими можливостями чи ресурсами. Це може спричиняти розчарування та втрату контролю, що веде до конфліктів.

На думку О. Шевчук, конфлікти можуть виникати через відсутність чітких кордонів між правами та обов'язками в міжособистісних відносинах, що часто спостерігається у стосунках з батьками або в групі ровесників. Якщо цілі та мотиви учасників не узгоджуються, а комунікація є недостатньо

відкритою або інформація не передається належним чином, це може створювати напругу, що викликає конфлікти [68].

Не менш важливою причиною є соціальна незрілість підлітків, а також незбалансована система мотивації. Недостатньо розвинені соціальні навички можуть призвести до труднощів у спілкуванні та налагодженні здорових міжособистісних зв'язків, що, в свою чергу, може спричиняти надмірну агресивність або конфліктність.

Як зазначає Т. Яновська, підлітки також переживають складні внутрішні коливання між залежністю від дорослих та прагненням до незалежності, що відображається на їх поведінці. Вони стикаються з протиріччями, які можуть посилювати їх емоційну збудливість і імпульсивність, а також прагненням до статусу в своїй групі. Конфліктність підлітків часто є результатом поєднання емоційних, соціальних і когнітивних чинників, що взаємодіють у процесі їх соціалізації і розвитку [70].

В. Лугова та І. Литовченко зазначають, що у підлітковому віці виникає ряд проблем, які обумовлені як внутрішніми змінами, так і зовнішніми факторами, зокрема взаємодією з оточенням. Однією з найбільш суттєвих проблем є розрив міжособистісних зв'язків підлітків з дорослими, зокрема з батьками та вчителями. Цей розрив часто зумовлений прагненням підлітків до самостійності та незалежності, що вступає в конфлікт з бажанням дорослих зберегти контроль над ними [50].

Іншою важливою проблемою є випробування себе як дорослої особистості у ризикованих ситуаціях. Підлітки часто прагнуть перевірити свої можливості, що може проявлятися у відчутті потреби в екстремальних або небезпечних ситуаціях, що іноді призводить до девіантної, деліквентної або адиктивної поведінки. Ці зміни, зокрема прагнення до самоствердження, можуть ускладнювати навчально-виховний процес, що, в свою чергу, може призводити до падіння навчальної успішності. Підлітки часто відчувають труднощі у встановленні контактів з дорослими та ровесниками, що може викликати додаткові емоційні проблеми.

На думку М. Коць та І. Мудрак, конфлікти в підлітковому віці є невід'ємною частиною цього періоду. Вони дозволяють підліткам виразити свою індивідуальність, встановити межі для свого розвитку, а також досліджувати роль дорослої особистості. Однак ці конфлікти можуть бути болісними та важкими як для самих підлітків, так і для їх оточення, особливо якщо вони не знаходять підтримки у сім'ї та в освітньому середовищі [44].

У підлітковому віці важливу роль відіграє ситуація суперечностей. Дорослі часто продовжують сприймати підлітка як дитину, що вступає в протиріччя з його бажанням до самостійності та прагненням бути визнаним дорослим. Це невідповідність між уявленнями підлітка про себе та очікуваннями дорослих створює напруженість і може стати джерелом конфліктів у взаєминах. Протест та непокоря підлітка стають механізмами, за допомогою яких він намагається змінити свої взаємини з дорослими. Ці прояви є спробами підлітка заявити про свою незалежність і дорослість. Якщо ж дорослі не сприймають ці зміни, продовжуючи ставитися до підлітка як до дитини, це лише поглиблює відносини та сприяє зростанню конфліктності і агресивності.

Згідно з дослідженням М. Коця та І. Мудрака, наявність образливості, мстивості та нетерпимості може бути ознаками конфліктної особистості, що формуються через відсутність належного розуміння з боку дорослих. Неприйняття дорослими нових форм взаємостосунків з підлітком призводить до почуття несправедливості та може спричинити свідоме відкидання вимог і оцінок, що в свою чергу посилює ізоляцію підлітка від дорослих і може закріплювати конфліктні характеристики його особистості [44].

Підвищений рівень конфліктності, характерний для підліткового віку, часто є результатом недостатнього розвитку когнітивної та емоційної складових самосвідомості. Це погіршує здатність підлітків до саморегуляції та може призвести до неадекватної поведінки. В умовах невизначеності та без належної психологічної підтримки конфлікти можуть стати стійкими

особистісними проблемами, які тісно пов'язані з самосвідомістю та самооцінкою підлітка.

Отже, конфліктна поведінка є результатом взаємодії особистісних особливостей та соціального оточення. Це означає, що конфліктність не є простою реакцією на ситуацію, а радше відображенням певного стилю поведінки підлітка, який визначає спосіб її взаємодії з іншими. Таким чином, розуміння природи конфлікту вимагає комплексного підходу, що враховує як індивідуально-психологічні аспекти, так і соціальні умови, в яких формується особистість.

1.3. Психологічні особливості молодших підлітків, що впливають на конфліктну поведінку: гендерний аспект

Підлітковий період є одним із найважливіших етапів у розвитку особистості, оскільки в цей час формуються ключові цінності, соціальні орієнтири та моделі поведінки. Цей вік характеризується глибокими внутрішніми суперечностями, пошуком власної ідентичності та прагненням до самостійності. Підлітки переосмислюють свої стосунки з оточенням, часто вступаючи в конфлікти як із дорослими, так і з однолітками, що зумовлено зміною їхнього світогляду та розширенням особистісних меж.

Як зазначає Р. Павелків [53], фізичне дозрівання супроводжується емоційною нестабільністю, що може виявлятися у підвищеній чутливості, імпульсивності та схильності до ризикованої поведінки. Соціально-психологічні зміни включають поступове формування самосвідомості, встановлення особистісних кордонів та розвиток відповідальності. Особливо важливим аспектом є усвідомлення власної ролі в соціумі, що проявляється через взаємодію з різними групами, обрання авторитетів і засвоєння морально-етичних норм.

Саме в цей період підлітки найбільш вразливі до зовнішніх впливів і потребують підтримки в оволодінні навичками конструктивного вирішення

конфліктів. Важливу роль у цьому відіграють як сім'я, так і школа, оскільки вони забезпечують соціальний простір для формування особистісної ідентичності та розуміння власної цінності.

Внутрішні конфлікти підлітків виникають через протиріччя між прагненням до самостійності та зовнішніми обмеженнями, які накладаються дорослими. Відчуття, що їх сприймають як дітей, часто не відповідає їхньому бажанню стати більш незалежними і соціально зрілими особами. Це розбіжність у сприйнятті свого статусу може стати джерелом напруження у відносинах з батьками, вчителями та однолітками, що посилюється в період, коли підлітки активно шукають свою ідентичність [58].

Як зазначає Т. Сапельнікова та Ю. Білоцерківська, тенденція підлітків прагнути до «дорослого» образу життя – це результат бажання зберегти внутрішню незалежність, навіть якщо зовнішні умови ще не відповідають цьому прагненню. Часто підлітки намагаються «виправдати» себе в соціумі, зокрема в очах батьків та вчителів, проте їхня незалежність може бути лише формальною, без глибокої внутрішньої переконаності у своїй дорослості [61].

На думку С. Крутько, у цей період важливою є також поява «Я-концепції», яка є результатом інтеграції різних аспектів самосвідомості. Це дозволяє підліткові краще усвідомити себе та свої бажання. У цей час емоційні переживання і оцінки підлітків часто є суперечливими, а їхня оцінка власної поведінки може бути упередженою, що створює додаткові труднощі у взаємодії з навколишнім світом [45].

В підлітковому віці процес формування «Я-концепції» набуває особливої важливості, оскільки це період, коли підліток активно шукає себе і намагається зрозуміти, ким він є насправді і ким хоче стати. Образи «Я» включають різні аспекти, які пов'язані з фізичним виглядом, інтелектуальними здібностями, моральними якостями та взаємодією з іншими людьми. Всі ці елементи складають більш широкую картину «Я», що в свою чергу формує «Я-концепцію» – цілісний образ себе, який включає не тільки реальний, але й ідеальний «Я».

Процес пізнання себе та оцінка власних якостей підлітком веде до формування когнітивного компонента «Я-концепції», що є основою для пізнання власних можливостей та відносин до себе. Цей компонент тісно пов'язаний з оціночними та поведінковими аспектами. Важливо, що, коли підліток створює для себе стабільний образ «Я», можуть виникнути внутрішні суперечності, якщо зовнішня оцінка або реакція важливої особи не відповідають його власним переконанням або уявленням.

Ці протиріччя між реальним та ідеальним «Я» можуть викликати в підлітка невпевненість у собі, що іноді проявляється у вигляді вразливості, упертості або агресивності, як захисних механізмів для збереження самооцінки. Тому цей етап є надзвичайно важливим для розвитку підлітка і потребує уважного підходу з боку дорослих, які мають підтримати його в пошуках ідентичності та саморозуміння [52].

Науковці доводять, що морально-духовний розвиток підлітків у сучасному суспільстві стикається з численними викликами, оскільки старі норми та цінності поступово відходять у минуле, а нові не завжди одразу знаходять своє місце у повсякденному житті. Це особливо відчувається підлітками, які переживають період змін і адаптації до нових соціальних реалій. Вони перебувають на етапі, коли потреби в самоствердженні, самовизначенні та самореалізації зростають, але водночас спостерігається втрата моральних орієнтирів та почуття відповідальності за власні вчинки. Це створює передумови для моральної кризи, яку часто відзначають батьки, вчителі та психологи [50].

Класичні психологічні дослідження підтверджують, що підлітковий вік є періодом інтенсивного когнітивного розвитку, що дозволяє підліткові осмислювати нормативно-ціннісні аспекти духовних взаємин. У цей час особистість підлітка стає більш критичною до уявлень дорослих і орієнтується на формування власної моральної системи, що відповідає його внутрішнім переконанням.

Сучасні вчені звертають увагу на те, що велика потреба підлітка в самоствердженні може привести до ситуацій, коли він готовий порушити свої моральні принципи для того, щоб здобути визнання серед своїх ровесників. Це може стати причиною порушення соціальних норм і правил [58].

Т. Яновська вважає, що підлітки, перебуваючи в умовах постійних змін, стурбовані можливістю втратити своє місце в суспільстві. Це стимулює їх захищати свою ідентичність і демонструвати впевненість у собі у взаємодії з однолітками. Важливою є також схильність підлітків поєднувати егоцентричні позиції («Я не такий, як усі», «Я не типовий індивід...»), з конформістським підходом («Я буду діяти, як усі», «Ми всі так думаємо...»), що характеризує їх бажання водночас виділятися і при цьому належати до групи [70].

Полярні позиції, що проявляються в поведінці підлітків, відображають внутрішні протиріччя, з якими вони стикаються в процесі самоствердження. Це може виявлятися в широкому спектрі емоційних і поведінкових реакцій, від глибокого ідентифікування з іншими до відчуття їхнього відчуження, від альтруїзму до актів жорстокості, від страху перед смертю до прагнення до ризику, від радості життя до суїцидальних нахилів. Ці крайнощі можуть ставати частиною самосвідомості підлітка, впливаючи на його потребу у визнанні та самоствердженні.

На думку І. Загурської, суть самоствердження підлітка пов'язана з відчуттям його унікальності, відокремленості від інших, а також з пошуками свого місця в соціальному середовищі. Підлітки прагнуть знайти свою роль у соціумі, бути в центрі уваги, захищати свою гідність, досягати переваги і контролювати себе та інших. Вони прагнуть до впевненості в собі і досягнення гармонії між внутрішніми прагненнями та зовнішніми вимогами.

Самооцінка, яка формує підліткову особистість, значно впливає на процес самоствердження. Вона визначає не лише емоційний стан підлітка, а й його взаємини з оточенням, рівень його творчої активності та успіхи в навчанні. Низька самооцінка може призвести до відчуття невпевненості та обмеження ініціативи, а надмірно висока – до переоцінки своїх можливостей і

виникнення труднощів у взаємодії з іншими. Висока або занижена самооцінка також можуть свідчити про наявні психологічні проблеми.

У шкільному середовищі самооцінка підлітка часто залежить від його статусу в групі. Проблеми в навчанні та соціальних взаємодіях можуть бути зумовлені неадекватною самооцінкою, що виникає через невідповідність між особистими переконаннями підлітка і зовнішніми вимогами соціуму.

Способи, якими підліток сприймає інших людей, визначаються як об'єктивними, так і суб'єктивними чинниками. До об'єктивних відносяться рівень когнітивних здібностей, інтелектуальний розвиток, емоційний стан і досвід, а до суб'єктивних – емоційне ставлення, установки, а також індивідуальні особливості підлітка. Важливим аспектом є вплив групової думки та соціальних стереотипів, які формують установки на сприйняття інших. Порівнюючи себе з однолітками, підліток часто перебільшує свої фізичні недоліки та стає надмірно критичним до себе [38].

Кризи, що супроводжують підлітковий вік, часто пов'язані з проявами негативізму та егоцентризму. Негативізм виявляється у тимчасовому емоційному стані, коли підліток здійснює дії чи вчинки, що не мають ясної мети, а егоцентризм проявляється в надмірній увазі до власної особистості, коли підліток фокусується на своїх переживаннях, забуваючи про інших.

Т. Кириченко розробила класифікацію особистісних рис і новоутворень підлітка. Вона виділяє характерні зміни в цьому віці, що стосуються як емоційної, так і когнітивної сфер, де особистість підлітка проходить через кризові моменти, що впливають на його сприйняття самого себе та інших [37].

У класичному розумінні підліткова особистість характеризується низкою специфічних рис, серед яких: центрованість на собі, що виражається у надмірному фокусуванні на своїх переживаннях; амбівалентність почуттів, що відображає двоїстість емоційних реакцій (наприклад, любов і ненависть, захоплення і розчарування); прагнення до індивідуальності, що проявляється в бажанні вирізнитися від інших, та потреба в самовираженні через різні форми діяльності. Підлітки також здатні до самоаналізу, але це не завжди

супроводжується почуттям впевненості в собі, а інколи – відчуттям невпевненості, що є характерною рисою цього віку. Формування ідентичності, розуміння себе через відмінність від інших, прагнення до «визволення» від норм і правил дорослих – все це є важливими складовими самосвідомості підлітка. Вони можуть створювати ідеали і бути вразливими, часто прагнуть до узгодженості з оточенням, проте відчуття відмінності залишається сильним.

Щодо сучасного підлітка, то сучасні особливості його особистості також виражаються через підвищену чутливість до оцінки своїх взаємин з іншими людьми. Підлітки стають вибірковими в оцінці характеристик інших, акцентуючи увагу на тих якостях, які їм подобаються, що веде до формування стійких критеріїв для вибору друзів і оточення. Вони можуть висловлювати прямі судження та критичні оцінки стосовно оточуючих, що відображає їхню здатність до формулювання власних переконань. Мотивація до досягнень стає важливою, проте супроводжується страхом невдач, що є типовою рисою цього віку. Підлітки також мають високу чутливість до думок інших, особливо авторитетних фігур, щодо своєї особистості, а також вимогливі до однолітків та дорослих щодо виконання обіцянок і відданості. Важливим є також прагнення підлітка мати авторитет серед своїх ровесників і демонструвати певну незалежність у своїй поведінці від порад дорослих [40].

Як зазначає Н. Литвинчук, у перехідний період самосвідомість підлітка зазнає значних змін. Це нове утворення, що відрізняється узагальненими уявленнями та оцінками про власну особистість, з'являється через рефлексію над поведінкою та поступово охоплює всі аспекти особистісних якостей. Спочатку підліток починає аналізувати свої вчинки, а потім переходить до більш глибокої оцінки комплексу своїх якостей. Для того, щоб оцінити ці риси, він повинен сформулювати їх словами та внести у систему морально-психологічних концепцій [47].

Підлітки, порівнюючи себе з іншими, починають виділяти як позитивні, так і негативні риси в собі, що дозволяє їм адекватно реагувати на оцінки, що

їм дають оточуючі. Ключовим є те, що моральна саморегуляція поведінки працює найкраще в умовах, коли підліток має можливість самоствердитися. У таких ситуаціях він відчуває себе впевнено і ініціативно, оскільки соціальна взаємодія відповідає його потребам у самовираженні. Однак якщо ці умови змінюються, наприклад, через обмеження самостійності чи приниження гідності, моральна саморегуляція порушується. У таких випадках підлітки стають менш впевненими в собі, менш ініціативними, і починають часто виступати проти вимог авторитетів.

На думку І. Андрійчук важливим адаптивним ресурсом у формуванні самооцінки підлітка є комунікація. Саме через спілкування підліток починає знаходити себе, створює власну позицію та самооцінку, освоює соціальні норми та мораль. Спілкування також дозволяє встановлювати взаємини рівності та взаємної поваги, що є важливою частиною процесу соціалізації [2].

Отже, підлітковий вік є критичним етапом розвитку, коли індивід переживає трансформацію від дитинства до дорослості, що часто супроводжується внутрішніми конфліктами та боротьбою за формування власної ідентичності. Цей період характеризується значними змінами в самосвідомості, коли підліток починає рефлексувати над своїми вчинками, оцінювати себе та порівнювати з іншими. Основні конфлікти цього віку часто виникають через різницю в поглядах між дорослими і підлітками. Для дорослих підліток може залишатися дитиною, тоді як сам підліток прагне відчувати себе дорослим, незалежним і самостійним.

1.4. Гендерні аспекти поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях

Гендерні особливості поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях проявляються у відмінностях у сприйнятті, переживанні та способах розв'язання конфліктів. Підлітковий вік є критичним періодом формування особистості, коли відбувається активне становлення соціальних ролей, самосвідомості та комунікативних навичок. Гендерні стереотипи, які

формується в суспільстві, суттєво впливають на стиль поведінки хлопців і дівчат у конфліктах.

Аналізуючи особливості поведінки хлопців та дівчат у конфліктних ситуаціях, варто звернути увагу на значущість комунікації для представників кожної статі. Психолог Л.О. Котлова наголошує, що жінки надають велике значення міжособистісним відносинам, що проявляється у високій важливості спілкування для них. Вже з раннього віку (близько 1,5 року) спостерігається статева емоційна диференціація: дівчатка демонструють більшу емоційність, що впливає на характер їхньої комунікації. У дошкільному віці ці відмінності проявляються в іграх: хлопчики більше зацікавлені у взаємодії з предметами, тоді як дівчатка – у встановленні соціальних контактів. Також вони демонструють підвищену відповідальність і схильність до «материнської поведінки» щодо інших дітей [43, с. 89].

На різних етапах розвитку дівчатка частіше за хлопчиків залучені до соціально орієнтованих ігор у групах. Їхня зацікавленість зовнішнім виглядом та манерами поведінки може свідчити про прагнення отримати схвалення від оточення. Крім того, вони активніше ставлять батькам запитання щодо соціальних взаємин, що сприяє їхній кращій підготовленості до комунікації порівняно з хлопчиками.

Дослідження М. Ворони [19] свідчать про те, що юнаки частіше використовують стандартні схеми взаємодії та менш обізнані у різних стратегіях спілкування. Натомість дівчата демонструють більшу гнучкість і варіативність у комунікативних ситуаціях.

Н. Городнова зазначає, що у жінок коло безпосереднього спілкування зазвичай охоплює ширше коло осіб різного віку, ніж у чоловіків [26]. Якщо хлопці у спілкуванні з представницями протилежної статі здебільшого орієнтуються на ровесниць, то дівчата нерідко надають перевагу комунікації з чоловіками старшого віку.

Згідно з дослідженнями Ю. Галустьян та В. Новицької, чоловіки включають у своє соціальне оточення тих, хто може допомогти їм у вирішенні

різних питань або сприяти задоволенню їхніх щоденних потреб. Однак з віком принципи вибудовування міжособистісних контактів змінюються. Якщо для дітей основним критерієм є емоційна близькість та статева приналежність, то у дорослих значно більшу роль відіграє практичний аспект взаємодії [20].

Дружні стосунки серед дівчат зазвичай відзначаються вищим рівнем довіри порівняно з дружбою між хлопцями. Дівчата також раніше встановлюють близькі контакти з представниками протилежної статі, і ця тенденція зберігається й у дорослому віці. За даними І. Жданова, жінки вибудовують глибші дружні зв'язки, легше відкриваються у спілкуванні та частіше ведуть відверті бесіди. Як чоловіки, так і жінки відзначають, що дружні стосунки з жінками є більш наповненими емоційною підтримкою, теплом і взаємною турботою [31].

За спостереженнями Л. Котлової, взаємодія між чоловіками нерідко супроводжується елементами суперництва та конфліктності. У хлопчиків розв'язання суперечок часто відбувається шляхом застосування фізичної сили, внаслідок чого слабший поступається сильнішому. Дівчатка ж частіше вирішують конфлікти через емоційний вплив, що проявляється у словесних суперечках, тимчасовому ігноруванні чи обговоренні суперниці за її спиною. У спілкуванні між дівчатами поширене використання ласкавих прізвиськ, тоді як хлопці здебільшого вигадують клички, спираючись на зовнішні характеристики чи прізвища [41].

Жінки, відчуваючи пригнічений стан, прагнуть аналізувати можливі причини своїх переживань. Така схильність до «переживування» проблеми може спричинити зацикленість на негативних емоціях і підвищити сприйнятливність до стресу. Чоловіки, навпаки, намагаються дистанціюватися від пригніченого настрою, переключаючи увагу на інші заняття. Найчастіше вони використовують фізичну активність як спосіб зняти напругу та відволіктися від неприємних переживань.

Встановлено, що чоловіки та жінки демонструють різні підходи до розв'язання конфліктних ситуацій у сімейному середовищі. Жінки виявляють

більше терпіння та схильні до компромісів, намагаючись знайти взаємовигідне рішення. Натомість чоловіки частіше використовують різкі висловлювання та лайливу лексику, тоді як жінки схильні реагувати на напруженість сльозами. Також жінки майже в рівній мірі використовують три стратегії поведінки – уникнення, агресію та миролюбство. Чоловіки ж, натомість, зазвичай обирають або уникнення конфлікту, або агресивну реакцію, тоді як миролюбний підхід у них виражений значно слабше, ніж у жінок [5].

Згідно з дослідженнями Л. Котлової, яка порівнювала стратегії поведінки хлопців і дівчат молодшого підліткового віку в складних та неприємних ситуаціях, хлопці приблизно вдвічі частіше застосовують тактику фізичного протистояння, а також значно частіше використовують draжливу поведінку. Це підтверджує їхню більшу схильність до агресивних реакцій. Натомість дівчата частіше звертаються до таких стратегій, як обійми або вираження емоцій через сльози та смуток. Це свідчить про їхню підвищену потребу в емоційній близькості та розрядці через співчуття, а також про певні труднощі у відкритому вираженні почуттів [41].

Дослідження Г. Ложкіної показало дещо інші тенденції. Чоловіки виявляють більш виражене суперництво та частіше йдуть на компроміси, тоді як жінки переважно використовують стратегії співпраці та пристосування. Водночас стратегія уникнення конфлікту виявилася однаково характерною для обох статей [49].

Жінки, вирішуючи конфліктні ситуації, більше орієнтуються на думку оточення, що пояснюється їхньою підвищеною конформністю. Через це значну роль у врегулюванні конфліктів за участю жінок відіграють посередники. Як зазначає М. Коць, жінки частіше звертаються по підтримку до інших людей, зокрема психологів, лікарів чи психотерапевтів, використовуючи розмову як спосіб зняття психоемоційного напруження. Водночас чоловіки обирають посередників переважно за їхніми професійними та статусними характеристиками, тоді як для жінок має значення і зовнішній вигляд людини [44].

М. Ворона відзначає, що у складні моменти жінки частіше потребують підтримки не лише реальних значущих осіб, а й уявних образів, зокрема Бога, щоб спиратися на їхню силу та вступати у взаємодію, як вербальну, так і невербальну. Наприклад, дівчатка нерідко використовують такі прийоми, як розмови з собою або молитва. Це пояснює їхню більшу релігійність, а також подібні тенденції у чоловіків із вираженими фемінними рисами особистості [19].

Вивчаючи типи та спрямованість фрустраційних реакцій встановлено, що за частотою прояву реакцій значних відмінностей між статями не виявлено. Однак за спрямованістю реакцій чоловіки частіше схильні до зовнішнього звинувачення, тоді як жінки демонструють тенденцію до самозвинувачення у соціально-фрустрованих ситуаціях [56].

У конфліктних ситуаціях чоловіки та жінки обирають різні види психологічного захисту. Дівчатам більше притаманні механізми компенсації, реактивного утворення, регресії та проєкції, тоді як юнаки частіше застосовують витіснення і заперечення. Оскільки реактивне утворення передбачає заміну негативного імпульсу або почуття на соціально схвалюване, можна припустити, що дівчата частіше приховують від самих себе справжні мотиви своєї поведінки. Для юнаків цей захисний механізм має найменше значення, тоді як у дівчат витіснення посідає останнє місце серед способів психологічного захисту.

Дослідження І. Русинки підтверджують, що жінки частіше, ніж чоловіки, використовують проєкцію, регресію та реактивне утворення, тоді як чоловіки схильні до витіснення й інтелектуалізації як способів подолання внутрішніх конфліктів [60].

Поряд із загальновизнаними теоріями, що пояснюють гендерні конфлікти, набуває значення новий підхід – концепція гендерної компетентності. Вона передбачає усвідомлення людиною особливостей власної гендерної ідентичності, критичне ставлення до гендерних стереотипів

та вміння будувати конструктивні стосунки незалежно від традиційних уявлень про ролі чоловіків і жінок у суспільстві.

Концепція гендерної компетентності ґрунтується на основних положеннях гендерної теорії, пропонуючи не лише нове пояснення причин виникнення гендерних конфліктів, а й шляхи їх попередження. Вона спрямована на розвиток критичного ставлення до традиційних гендерних стереотипів та усвідомлення особистістю своєї унікальності поза рамками нормативних стандартів маскулінності та фемінності [65]

У процесі гендерної соціалізації хлопчики й дівчатка поступово засвоюють моделі поведінки, які перетворюють їх у маскулінних і фемінних дорослих, що добровільно приймають нерівні ролі в андроцентричному й гендерно-поляризованому суспільстві. Це призводить до того, що чоловіки й жінки сприймають свої гендерні особливості як незмінну даність, а не як соціально сконструйовану реальність, яку вони змушені відтворювати та підтримувати.

Андроцентрична культура формує у чоловіків жорсткі очікування щодо їхньої гендерної поведінки. Будь-які прояви, що асоціюються з «жіночими» рисами, піддаються знеціненню та пригніченню. Ідеальний образ «справжнього чоловіка» включає професійну успішність, високий соціальний статус, матеріальне благополуччя, фізичну силу, витривалість та емоційну стриманість. Однією з найгостріших особистісних криз для чоловіків є загроза їхньої маскулінності через неможливість забезпечити гідний рівень життя для своєї сім'ї. Почуття безсилля та втрата контролю над соціальними й економічними обставинами можуть спричиняти серйозні внутрішньоособистісні конфлікти.

Жінки, своєю чергою, відчують сильний тиск традиційної культури, яка визначає їхню цінність через виконання побутової та репродуктивної функцій. Для багатьох жінок неможливість стати матір'ю асоціюється з втратою «справжньої жіночності», що створює потужне джерело особистісних переживань. Крім того, сучасна культура надмірно акцентує увагу на жіночій

привабливості, змушуючи жінок вкладати значні ресурси у зовнішній вигляд. Для багатьох із них старіння сприймається як втрата соціальної значущості, що призводить до тривожності, невпевненості в собі та психологічного дискомфорту.

Концепція гендерної компетентності покликана сприяти усвідомленню цих механізмів і допомогти особистості адаптуватися в суспільстві без внутрішніх конфліктів, спираючись на власну унікальність, а не на нав'язані соціальні стандарти.

Гендерно некомпетентні особи часто переживають відчуття внутрішнього дискомфорту та напруги, оскільки вони не можуть звільнитися від тиску, який створює гендерно-поляризоване суспільство та андроцентрична культура. Це призводить до конфлікту між особистими прагненнями та соціальними очікуваннями, що, у свою чергу, часто спричиняє відчуття нереалізованості. У таких випадках накопичення негативних емоцій і внутрішньої напруги може знаходити вихід у поведінці, яка спрямована на придушення прав або інтересів іншої статі [56].

Ця поведінка корениться в гендерних забобонах – соціальних установках, що мають спотворений зміст. Вони впливають на когнітивне сприйняття соціальних об'єктів, тобто людей, і часто супроводжуються емоційно насиченими афективними компонентами. Гендерні забобони формують уявлення про представників протилежної статі, які є негативними або спотвореними, що призводить до неадекватних або деструктивних дій у соціальних взаємодіях. Тому гендерні упередження є не лише перекрученими думками, але й ведуть до реальних проявів дискримінації та порушення прав інших людей.

Таким чином, усунення гендерних забобонів і розвитку гендерної компетентності є важливим кроком у забезпеченні гармонійних міжстатевих стосунків і запобіганні конфліктам, що виникають через нерозуміння та спотворене сприйняття соціальних ролей і очікувань.

Гендерні упередження часто відображають традиційні норми гендерно специфічної поведінки, і виникають стосовно тих, хто, як здається, порушує ці норми. Це може стосуватися жінок, які займаються зазвичай «чоловічими» ролями, такими як політики, вчені чи водії, а також чоловіків, які виконують роль домашніх господарів. Упередження — це не лише ментальні установки, але й поведінкові прояви, які можуть мати деструктивний вплив на соціальні стосунки, оскільки вони відображають несприйняття або знецінення осіб, що не відповідають стандартним соціальним уявленням.

На думку Л. Котлової [43], один із шляхів боротьби з такими упередженнями та конфліктами гендерного характеру — це формування гендерної компетентності серед різних соціальних груп. Гендерна компетентність передбачає здатність людини, як представника певної статі, ефективно взаємодіяти в міжгрупових і міжособистісних стосунках, враховуючи гендерні питання та забезпечуючи рівність. Важливими складовими цієї компетентності є:

1. Знання існуючих ситуацій гендерної нерівності, факторів та умов, що їх викликають.
2. Уміння помічати та адекватно оцінювати ситуації гендерної нерівності в різних сферах життя.
3. Здатність уникати гендерно дискримінаційних практик у своїй поведінці.
4. Здатність вирішувати гендерні проблеми та конфлікти, що виникають.

Формування гендерної компетентності дійсно є цілеспрямованим процесом, в результаті якого людина набуває здатності адекватно та ефективно діяти в ситуаціях, що включають гендерні аспекти. Це включає не лише теоретичні знання, але й розвиток умінь і навичок, необхідних для коректної взаємодії з іншими людьми з огляду на їх гендер. Важливим є усвідомлення відмінностей між гендерними ролями та адаптація до змінюваних соціальних умов.

Щодо поведінки дівчаток і хлопчиків, справді, вони мають різні підходи до вирішення конфліктів. Це пов'язано з гендерними стереотипами, соціальними очікуваннями та психологічними особливостями розвитку кожної статі. Наприклад, дівчатка часто прагнуть зберегти гармонію та уникати відкритих конфліктів, намагаючись знайти компроміси. У той час як хлопчики можуть бути більш схильними до прямого зіткнення і демонстрації сили, оскільки це відповідає традиційним уявленням про мужність і силу.

Ці відмінності в стратегіях вирішення конфліктів можуть також впливати на їх подальшу соціалізацію, формування міжособистісних відносин і роль у суспільстві. Важливою частиною розвитку гендерної компетентності є навчання дітей усвідомлювати свої власні поведінкові патерни, а також навчання ефективним і мирним методам вирішення конфліктів незалежно від статі.

РОЗДІЛ 2

ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВИБОРУ СТРАТЕГІЇ ПОВЕДІНКИ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ В КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ

2.1. Методики дослідження гендерних аспектів конфліктної поведінки підлітків

З метою перевірки гіпотези магістерської роботи було проведено експериментальне дослідження гендерних аспектів поведінки учнів 7 класу Тернопільського академічного ліцею «Українська гімназія ім. І. Франка» у конфліктних ситуаціях. Учасників дослідження поділили на дві групи за гендерною ознакою: 30 дівчат і 30 хлопців.

Дослідження проводилось із застосуванням декількох методик:

- методики статево-рольового опису Сандри Бем, яка дозволяє оцінити рівень фемінності, маскулінності та андрогінності у представників різних статей;
- тесту поведінки К. Томаса, спрямованого на визначення типу поведінки учнів у конфліктних ситуаціях. У цьому опитувальнику кожен з п'яти можливих типів поведінки описано за допомогою 12 виразів, що стосуються поведінки в конфлікті, які згруповані у 30 пар;
- методики Q-сортування Стефансона для вивчення поведінкових тенденцій, таких як залежність–незалежність, комунікативність–некомунікативність, прийняття боротьби–втеча;
- методики «Діагностика рівня конфліктності особистості» (Г. В. Ложкін, Н. І. Пов'якель).

Методика статево-рольового опису Сандри Бем (BSRI — Bem Sex-Role Inventory) є одним з найвідоміших інструментів для оцінки рівня фемінності, маскулінності та андрогінності у людей різних статей. Ця методика була розроблена в 1974 році і має на меті виявити, наскільки індивідуум відповідає традиційним уявленням про маскулінність і фемінність, а також чи є він

андрогінним, тобто володіє рисами обох статей, що вважаються соціально бажаними або нормотиповими.

Розподіл характеристик:

Фемінність: Оцінює рівень розвитку рис, які традиційно асоціюються з жіночими соціальними ролями, такі як емоційна чутливість, співчуття, підтримка, співпраця, інтуїція тощо.

Маскулінність: Визначає рівень розвитку рис, які традиційно вважаються характерними для чоловіків: домінування, впевненість, рішучість, агресивність, незалежність, прагнення до досягнень.

Андрогінність: Включає в себе наявність рис, притаманних як фемінності, так і маскулінності. Людина з високим рівнем андрогінності здатна проявляти як традиційно жіночі, так і чоловічі риси в залежності від ситуації.

Нейтральність: Окремим аспектом є те, що методика також передбачає нейтральні за статтю риси, які не прив'язані до жодної з ролей.

Структура методики:

BSRI складається з 60 тверджень, поділених на три категорії:

- маскулінні риси (20 питань);
- фемінні риси (20 питань);
- нейтральні риси (20 питань, що не мають статевої приналежності).

Кожне твердження оцінюється за шкалою від 1 до 7, де 1 — це «зовсім не схоже на мене», а 7 — «повністю схоже на мене».

Для кожної категорії (фемінність, маскулінність, андрогінність) визначається бал. Відповіді на кожне питання вказують, наскільки у піддослідного виражені певні риси.

Потім суми балів для фемінних та маскулінних рис порівнюються. Якщо сума балів на маскулінність значно вища, ніж на фемінність — це вказує на високий рівень маскулінності. Якщо сума балів на фемінність значно вища — на високий рівень фемінності. Якщо сума балів однакова або майже однакова — це свідчить про високий рівень андрогінності.

Також є можливість оцінити «нейтральні» риси, які можуть допомогти зрозуміти, наскільки індивід виявляє риси, які не прив'язані до конкретної статі.

Методика статево-рольового опису Сандри Бем зазвичай використовується для дослідження гендерних стереотипів, впливу соціальних очікувань на особистісні риси, а також для порівняння індивідів різних статей щодо виражених рис. Вона є корисною для досліджень гендерної ідентичності, вивчення гендерних ролей та їх впливу на соціальну поведінку та міжособистісні стосунки.

Методика «Оцінка схильності особистості до конфліктної поведінки» К. Томаса (Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument, TKI) є важливим інструментом для оцінки стилів поведінки людини у конфліктних ситуаціях. Вона дозволяє визначити, як людина зазвичай реагує на конфлікти, залежно від її схильностей до досягнення власних цілей та збереження гармонії у стосунках з іншими людьми. Методика визначає п'ять основних стилів поведінки в конфлікті, кожен з яких характеризується різною комбінацією двох ключових аспектів: конкуренція/співпраця та домагання своїх інтересів/задоволення потреб інших.

П'ять стилів поведінки в конфлікті за методикою К. Томаса:

Конкуренція (Competing):

- висока орієнтація на досягнення власних цілей, низька – на задоволення потреб інших;
- людина діє у конфлікті, прагнучи перемогти, без компромісів, часто використовує силу або авторитет для досягнення результату;
- стиль ефективний, коли потрібно прийняти швидке рішення або коли конфлікт стосується важливих для людини питань.

Співпраця (Collaborating):

- висока орієнтація на досягнення своїх цілей і задоволення потреб інших;

- людина активно шукає взаємовигідні рішення, намагається знайти спільну вигоду для всіх учасників конфлікту.

- цей стиль є найбільш конструктивним і ефективним у ситуаціях, де важливо знайти оптимальне рішення для всіх сторін.

Компроміс (Compromising):

- поміркована орієнтація на досягнення власних цілей і задоволення потреб інших.

- людина шукає рішення, яке задовольняє обидві сторони, проте при цьому кожен із учасників робить певні поступки.

- цей стиль є корисним у ситуаціях, де потрібно швидко знайти рішення, але немає часу для повної співпраці.

Уникнення (Avoiding):

- низька орієнтація як на досягнення своїх цілей, так і на задоволення потреб інших.

- людина намагається уникати конфлікту, не вступає у дискусії, чекає, поки ситуація вирішиться сама собою або залишає її без уваги.

- цей стиль може бути корисним у ситуаціях, де конфлікт не є важливим або коли час не готовий до вирішення проблеми.

Поступливість (Accommodating):

- низька орієнтація на досягнення власних цілей, висока – на задоволення потреб інших;

- людина прагне поступитися своїми інтересами заради збереження гармонії у стосунках і уникнення конфлікту;

- цей стиль часто притаманний людям, для яких важливіші стосунки з іншими людьми, аніж власні цілі, або коли ситуація не вимагає активної участі.

Методика «Оцінка схильності особистості до конфліктної поведінки» складається з 30 тверджень, кожне з яких має два варіанти відповідей, що описують різні стилі поведінки у конфліктних ситуаціях. Кожен учасник

відповідає на ці твердження, вибираючи найбільш відповідні для себе варіанти, що дозволяє сформувати профіль стилю поведінки в конфлікті.

Результати тестування дають змогу оцінити, який стиль конфліктної поведінки переважає у конкретної особистості, а також на якій шкалі (від конкуренції до поступливості) вона знаходиться. Зібрані бали для кожного стилю конфлікту дозволяють виявити сильні і слабкі сторони поведінки у конфліктних ситуаціях та вказати на можливі сфери розвитку.

Методика Q-сортування Стефансона використовується для діагностики основних тенденцій поведінки у реальній групі та уявлення про себе. У процесі дослідження учасникам пропонується 60 тверджень, на які потрібно відповісти. Відповідь «так» оцінюється як позитивна (+), а відповідь «ні» – негативна (-). Якщо на деякі твердження дається три-чотири відповіді «сумніваюсь», це свідчить про такі риси, як нерішучість і астенічність. Ці характеристики можна перевірити, аналізуючи їх разом з іншими особистісними особливостями. Можлива також нульова оцінка, якщо кількість відповідей «так» і «ні» збігається, що вказує на внутрішній конфлікт особистості.

Ключ для тесту:

- Залежність – 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 54.
- Незалежність – 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 57, 60.
- Комунікабельність – 5, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 52.
- Замкненість – 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 55, 58.
- Прийняття боротьби – 1, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 56, 59.
- Уникнення боротьби – 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 53.

Методика Q-сортування Стефансон є одним з ефективних інструментів для визначення різних тенденцій поведінки, таких як залежність або незалежність, комунікативність або замкнутість, прийняття боротьби або уникнення боротьби. Вона спрямована на вивчення самосприйняття особистості і допомагає з'ясувати, які риси є домінуючими у поведінці учнів у різних соціальних ситуаціях, зокрема у конфліктних ситуаціях. Відповіді на

кожне питання дозволяють оцінити характер взаємодії учня з іншими людьми, а також можливі стилі адаптації до соціальних труднощів.

У контексті дослідження гендерних аспектів конфліктної поведінки підлітків методика Q-сортування дає можливість порівняти, чи є різниці в стратегічному підході до вирішення конфліктів серед дівчат і хлопців. Вона дозволяє проаналізувати, чи проявляються відмінності у ступені комунікабельності, залежності, схильності до боротьби чи ухилення від конфлікту у представників різних статей.

Методика *«Діагностика рівня конфліктності особистості»* (Г. В. Ложкін, Н. І. Пов'якель) спрямована на оцінку рівня конфліктності особистості, визначення схильності до конфліктної поведінки, а також виявлення стратегій взаємодії в конфліктних ситуаціях.

Методика складається з опитувальника, що містить 16 тверджень, на які респондент має дати відповідь, використовуючи шкалу оцінювання. Кожне твердження відображає певний аспект конфліктної поведінки: агресивність, схильність до компромісу, поступливість або прагнення до домінування.

Відповіді оцінюються за відповідною бальною системою, після чого підраховується загальна сума балів, яка дозволяє визначити рівень конфліктності особистості (низький, середній або високий). Також результати можуть аналізуватися за окремими шкалами, що дозволяє отримати більш детальну картину конфліктної поведінки людини.

Ця методика застосовується в психологічному консультуванні, кадровому менеджменті, освітньому процесі та в дослідженнях міжособистісної взаємодії. Вона допомагає визначити потенційні проблеми у взаємодії людини з оточенням та розробити стратегії для гармонізації поведінки в конфліктних ситуаціях.

Запропоновані для дослідження методики дозволяють більш глибоко зрозуміти, як підлітки різних статей реагують на конфліктні ситуації, і як гендерні стереотипи та соціальні очікування впливають на їхні поведінкові стратегії. Оскільки вивчення поведінки учнів в конфлікті є важливим аспектом

соціалізації підлітків, застосування цих інструментів дає можливість сформулювати більш точні висновки щодо розвитку гендерних відмінностей у поведінці підлітків у конфліктних ситуаціях.

Таким чином, ці методики дозволяють оцінити не тільки індивідуальні особливості кожного учасника, але й визначити загальні закономірності гендерних відмінностей у конфліктній поведінці. У наступному розділі буде детально проаналізовано результативність застосування цих методик у дослідженні гендерних аспектів конфліктної поведінки підлітків.

2.2. Аналіз результатів дослідження гендерних особливостей вибору стратегії поведінки молодших підлітків в конфліктних ситуаціях

Результати отримані за методикою Сандри Бем ми розподілили наших респондентів на три групи: 1-ша група – учні з маскулінним типом; 2-га група – учні з фемінним типом та 3-тя група з андрогінним типом. Дані розподілу загальних показників фемінності–маскулінності–андрогінності представлені у рисунку 2.1.

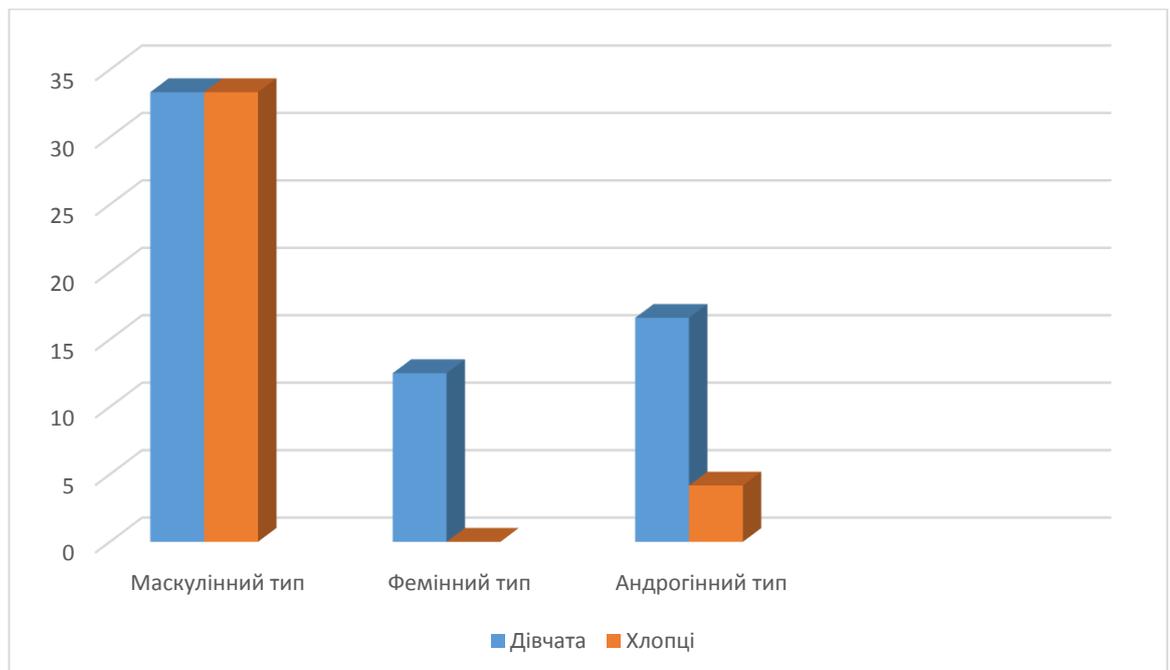


Рис. 2.1 Розподіл показників фемінності–маскулінності–андрогінності за методикою С.Бем

Аналіз результатів за методикою Сандри Бем показав, що учні з маскулінним типом складають 66,7% від загальної кількості досліджуваних, при цьому серед них хлопці та дівчата представлені рівною кількістю – по 33,33%. Учні з фемінним типом складають 12,5%, причому це тільки дівчата. Учні з андрогінним типом складають 20,83%, з яких хлопці – 16,6%, а дівчата – 4,17%.

Як видно з результатів, серед досліджуваних учнів, як серед дівчат, так і серед хлопців, переважають маскулінні якості. Показники фемінності зафіксовані лише серед дівчат, а показники андрогінності здебільшого характерні для хлопців.

За результатами дослідження особливостей конфліктних стилів поведінки за методикою «Оцінка схильності особистості до конфліктної поведінки» К. Томаса, можна відзначити, що в учнів з маскулінним типом переважають наступні стратегії поведінки в конфлікті: суперництво – 43,75%, співпраця – 6,25%, компроміс – 18,75%, уникнення – 18,75% та пристосування – 12,5%. Дані щодо розподілу загальних показників для маскуліного типу представлені на рисунку 2.2.

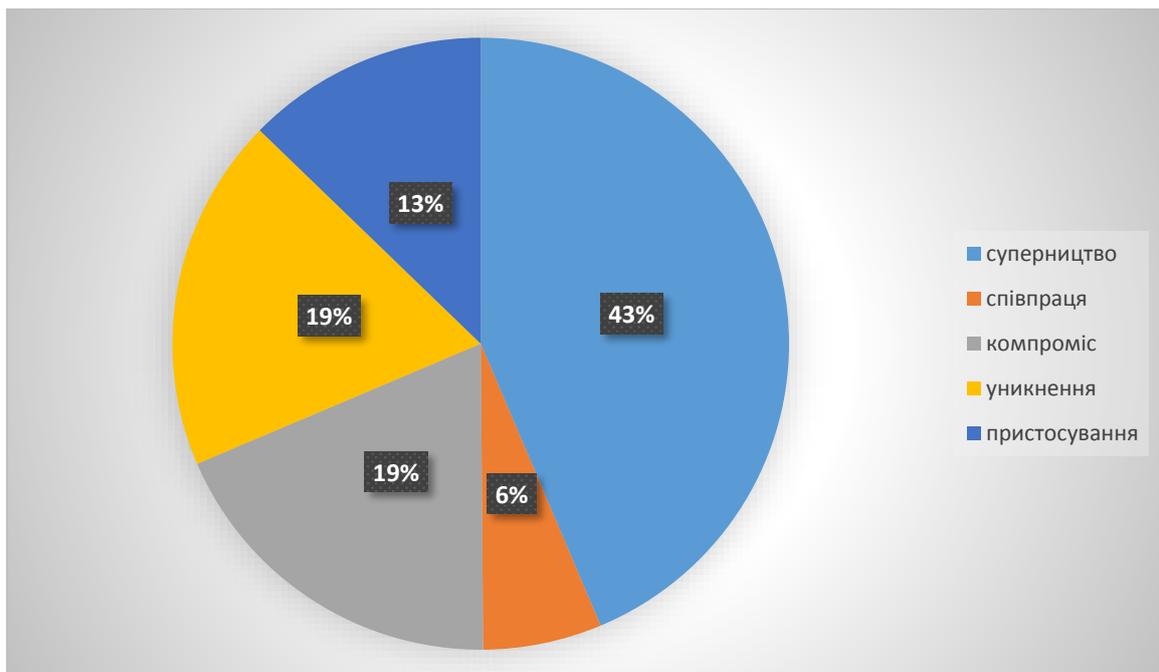


Рис. 2.2 Розподіл стилів поведінки в ситуації конфлікту в учнів маскулінного типу

У фемінному типі переважають лише дві стратегії поведінки в конфлікті: уникнення – 33,33% та компроміс – 66,67%. Дані щодо розподілу цих показників для фемінного типу представлені на рисунку 2.3.

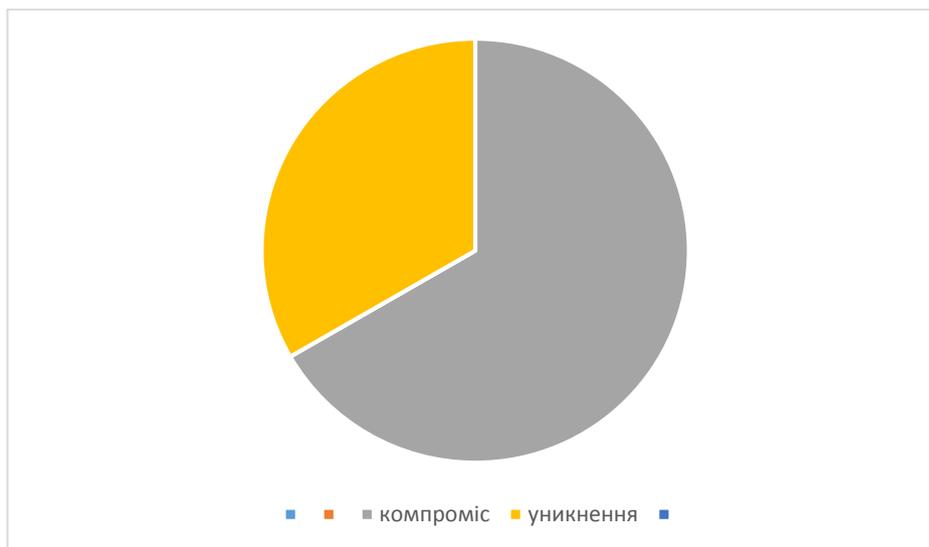


Рис. 2.3. Розподіл стилів поведінки в ситуації конфлікту в учнів фемінного типу

У андрогінному типі поведінки в конфлікті виявляються наступні стратегії: суперництво – 21%, співпраця – 19%, компроміс – 23%, уникнення – 18,75% та пристосування – 18,25%. Дані щодо розподілу цих стратегій у андрогінному типі наведені на рисунку 2.4.

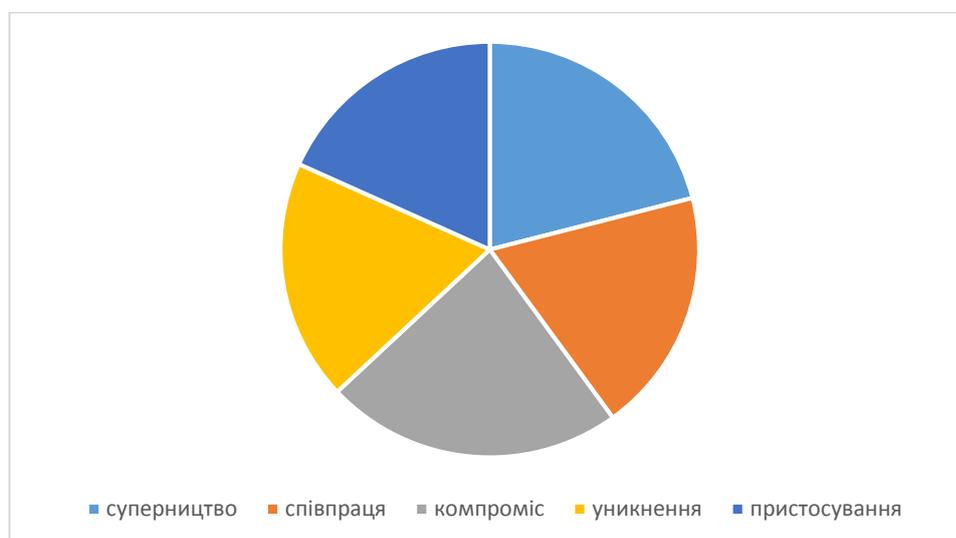


Рис. 2.4. Розподіл стилів поведінки в ситуації конфлікту в учнів андрогінного типу

Для визначення основних тенденцій поведінки в реальній групі та уявлення про себе була застосована методика Q-сортування Стефансона, яка дозволила отримати дані, представлені на рисунку 2.5 – 2.6.

Встановлено, що у маскулінному типі виражені такі тенденції поведінки в реальній групі: залежність – 6,25 %, незалежність – 12,5 %, комунікабельність – 25 %, прийняття «боротьби» – 6,25 %, уникнення «боротьби» – 6,25% та нерішучість – 43,75% (рис. 2.5).

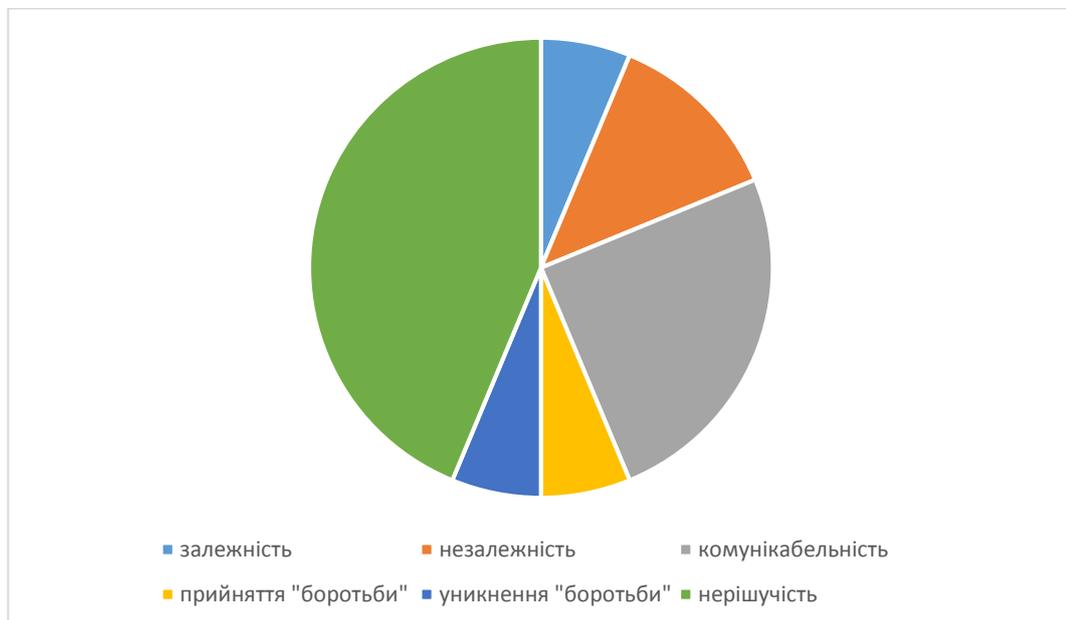


Рис. 2.5. Розподіл тенденції поведінки в реальній групі у маскулінному типі особистості

Комунікабельність (100%) є вираженою тенденцією поведінки в реальній групі у фемінному типі.

У андрогінному типі спостерігаються такі тенденції поведінки в реальній групі: залежність – 40%, комунікабельність – 20%, уникнення «боротьби» – 20% та нерішучість – 20%. (рис.2.6).

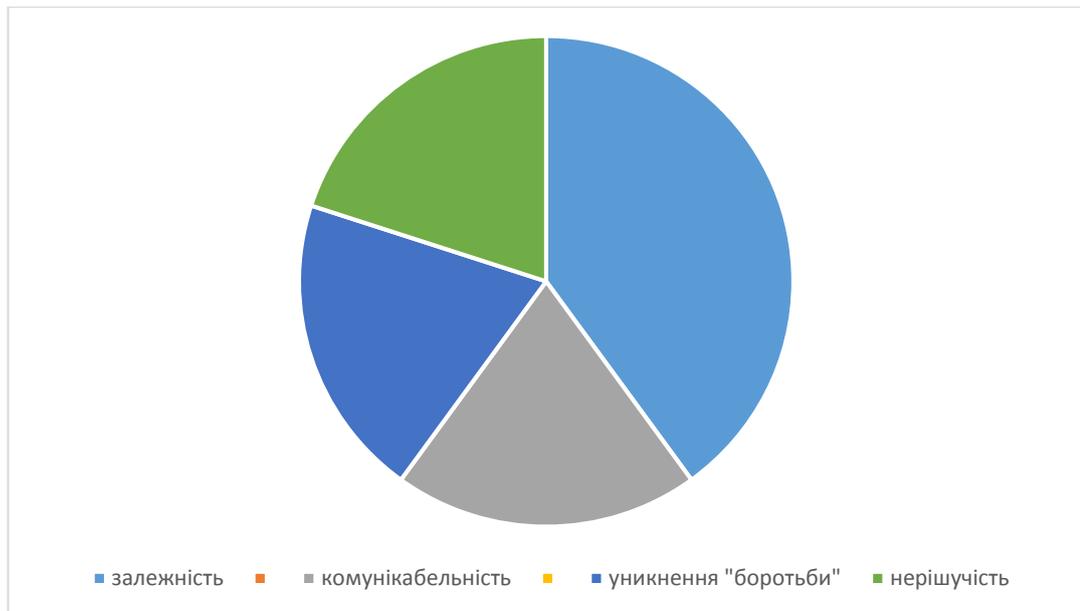


Рис. 2.6 Розподіл тенденції поведінки в реальній групі в андрогінному типі особистості

Результати кореляційного аналізу підтверджують, що між статево-рольовими характеристиками (маскулінність, фемінність, андрогінність) та стилями поведінки в конфлікті існує чітка взаємозалежність.

Маскулінні підлітки схильні до суперництва, що підтверджується значним кореляційним зв'язком ($p=0,67$), що вказує на сильну асоціацію між високим рівнем маскулінності та тенденцією до конфліктних стратегій, спрямованих на досягнення перемоги за будь-яку ціну.

Фемінні підлітки, з іншого боку, проявляють схильність до компромісу ($p=0,68$), готові шукати рішення, яке влаштовує обидві сторони. Це свідчить про більш високий рівень емпатії та готовність до поступок.

Андрогінні підлітки в конфліктних ситуаціях демонструють більшу гнучкість, обираючи різні стратегії поведінки, що вказує на їх здатність адаптуватися до ситуацій залежно від контексту.

Це підтверджує гіпотезу про гендерну обумовленість стилів поведінки в конфлікті. Маскулінні підлітки схильні до більш агресивних форм поведінки, тоді як фемінні підлітки орієнтуються на конструктивний компроміс, що також підкреслює важливість статевої ідентичності для розуміння підліткової поведінки в конфліктних ситуаціях.

РОЗДІЛ 3

ПРОГРАМА ВРЕГУЛЮВАННЯ МІЖСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У ДІТЕЙ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

3.1. Обґрунтування програми врегулювання міжособистісних конфліктів у дітей в підлітковому віці

Підлітковий вік є одним із найважливіших етапів у становленні особистості, оскільки саме в цей період активно формуються соціальні навички, моральні орієнтири, стиль міжособистісної взаємодії та моделі поведінки у конфліктних ситуаціях. Саме конфлікти в цьому віці часто набувають загостреного характеру, адже підлітки ще не мають достатнього досвіду для ефективного їх подолання. Вони можуть схильні до імпульсивних рішень, агресивної поведінки або, навпаки, до повного уникнення конфліктів, що негативно позначається на їхньому соціальному розвитку. Тому важливим завданням педагогів і психологів є допомога підліткам у формуванні конструктивних стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях.

Розробка та впровадження психокорекційної програми врегулювання міжособистісних конфліктів базується на сучасних підходах до розвитку соціально-емоційної компетентності та науково обґрунтованих методах роботи з підлітками. Основним завданням програми є навчання дітей способам конструктивного вирішення конфліктів, розвиток навичок ефективної комунікації, підвищення рівня саморегуляції та здатності до емпатії. Вона створена на основі аналізу психологічних особливостей цього віку, сучасних досліджень у галузі дитячої та підліткової психології та враховує потреби реальної освітньої практики.

Програма побудована на принципах системності, індивідуального підходу та інтегративності. Системність забезпечує послідовне та поетапне опрацювання когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів конфліктної взаємодії. Підлітки вчаться розпізнавати свої емоції, аналізувати конфліктні ситуації, шукати ефективні шляхи їхнього врегулювання.

Індивідуальний підхід дозволяє враховувати особистісні характеристики кожного учасника, його рівень соціального розвитку, особливості темпераменту, що сприяє більш успішному засвоєнню матеріалу. Інтегративність передбачає використання різноманітних методів і підходів, таких як елементи когнітивно-поведінкової терапії, арт-терапії, рефлексивних практик, рольових ігор та тренінгових вправ.

У процесі розробки програми були враховані соціокультурні чинники, що впливають на поведінку підлітків у конфліктних ситуаціях. Адже способи вирішення конфліктів значною мірою залежать від рівня виховання, соціального середовища, впливу сім'ї, школи та оточення. Особлива увага у програмі приділяється розвитку толерантності, навичок активного слухання, здатності до аналізу ситуації з різних позицій та пошуку компромісів. Таким чином, учасники програми поступово формують навички, необхідні для успішної соціальної взаємодії та ефективного розв'язання конфліктів без агресії та руйнівних емоцій.

Важливо відзначити, що основною умовою успішного впровадження психокорекційної програми є залучення як самих підлітків, так і їхніх педагогів та батьків. Адже навички, отримані під час занять, повинні бути закріплені в повсякденному житті, і в цьому ключову роль відіграє підтримка найближчого соціального оточення дитини. Тому програма передбачає не лише тренінгові заняття для підлітків, а й просвітницькі заходи для батьків та педагогів, що допоможуть їм краще розуміти особливості поведінки дітей у конфліктних ситуаціях та сприяти їхньому конструктивному розв'язанню.

Розроблена програма також відповідає віковим особливостям підлітків, враховуючи їхню потребу у самостійності, прагнення до самовираження, інтерес до групових взаємодій. Для цього в рамках програми широко використовуються інтерактивні методи, зокрема групові дискусії, моделювання реальних конфліктних ситуацій, робота в малих групах, рольові ігри. Це дозволяє не лише передати знання, а й створити можливості для практичного відпрацювання отриманих навичок у безпечному середовищі.

Наукове підґрунтя програми базується на дослідженнях таких учених, як Ж. Піаже, Л. Виготський, Е. Еріксон, які вивчали особливості соціального розвитку дітей та підлітків. Зокрема, згідно з теорією соціального навчання А. Бандури, підлітки засвоюють моделі поведінки шляхом спостереження за іншими людьми та через власний досвід. Тому програма включає елементи моделювання ефективної поведінки, навчання через позитивні приклади та підкріплення бажаної поведінки.

Таким чином, психокорекційна програма врегулювання міжособистісних конфліктів є комплексним підходом, який спрямований на формування конструктивних навичок взаємодії у підлітковому віці. Вона не лише допомагає розв'язувати вже існуючі конфлікти, а й сприяє розвитку загальної емоційної культури, що є важливим чинником успішної соціалізації підлітків у майбутньому.

3.2. Психокорекційна програма врегулювання міжособистісних конфліктів у підлітків

Для корекції конфліктної поведінки молодших підлітків нами розроблена програма психокорекційна програма, розрахована на десять занять тривалістю 60 хвилин. Програма спрямована на розвиток таких ключових компонентів: підвищення самооцінки, особистісний розвиток, когнітивно-операційне вдосконалення та формування мотивації до конструктивної взаємодії.

Мета програми: формування навичок конструктивного вирішення конфліктів, розвиток емоційної регуляції, покращення комунікативних здібностей та емпатії у підлітків.

Завдання програми:

- формування в молодших підлітків умінь ефективного спілкування та конструктивної взаємодії в соціальному середовищі;
- розвиток навичок саморегуляції, усвідомлення власних емоцій та керування ними у стресових і конфліктних ситуаціях;

- вивчення основних причин виникнення конфліктів та способів їх попередження;
- ознайомлення з різними стратегіями поведінки у конфліктних ситуаціях та формування навичок їх раціонального використання;
- підвищення рівня самооцінки та впевненості у власних силах;
- формування емпатії та толерантного ставлення до інших людей;
- розвиток мотивації до конструктивного розв'язання конфліктів та відповідального прийняття рішень;
- відпрацювання технік активного слухання, аргументованого висловлювання власної думки та ефективного ведення діалогу.

Структура програми: програма складається з 10 занять, кожне з яких триває 60 хвилин. Вона передбачає використання інтерактивних методів, групових дискусій, рольових ігор та рефлексивних технік.

Заняття 1. Вступне заняття: знайомство та визначення очікувань.

Мета заняття: створити доброзичливу атмосферу, сприяти розвитку групової довіри, а також визначити індивідуальні очікування учасників від програми. Це заняття має допомогти підліткам відчувати себе комфортно в групі, підготувати їх до подальшої роботи та відкрити тему конфліктів, їх причин і важливості правильного підходу до їх вирішення.

Зміст заняття

1. Вправа «Знайомство через асоціацію».

Підлітки по черзі називають своє ім'я та одну асоціацію, яка відображає їх характер або хобі. Ця вправа допомагає налаштувати учасників на відкритість і зняття напруги в групі, а також дає можливість краще пізнати один одного. У процесі вправи також можна помітити, які асоціації використовують підлітки, що дозволить психологу визначити їхні інтереси, переживання і настрої.

2. Обговорення поняття «конфлікт».

Всі учасники разом обговорюють, що таке конфлікт і чому він виникає. Психолог дає коротке пояснення про природу конфліктів: їх психологічні, соціальні та емоційні аспекти. Важливо допомогти учасникам зрозуміти, що конфлікти можуть бути не лише негативним досвідом, але й можливістю для зростання, якщо до них підходити конструктивно. Можна обговорити приклади конфліктів з реального життя (на основі досвіду учасників, але без порушення особистих кордонів).

3. Вправа «Очікування та побоювання».

Після обговорення учасники записують свої очікування та побоювання щодо програми. Це можна оформити у вигляді плаката або колажу, де кожен учасник пише або малює свої думки. Така вправа дозволяє зрозуміти, чого учасники очікують від програми та які в них можуть бути страхи чи сумніви. Це дозволяє психологу налаштувати групу на конструктивну роботу, а також створити відкриту атмосферу для подальшого спілкування.

4. Підсумок та рефлексія.

Наприкінці заняття проводиться рефлексія: кожен учасник може поділитися своїми враженнями від першого заняття. Психолог може поставити питання: «Що для вас було новим?», «Які емоції ви відчували під час вправ?» та інші питання, що сприяють усвідомленню власних переживань і настроїв. Ця частина заняття дозволяє зафіксувати початковий етап програми, звернути увагу на особисті переживання та налаштувати групу на подальшу співпрацю.

Результати заняття:

- встановлення атмосфери довіри та відкритості в групі;
- формування базових уявлень про конфлікти та їх причини;
- усвідомлення особистих очікувань та побоювань учасників щодо програми;
- створення основи для подальшої роботи та взаємодії в групі.

Заняття 2. Причини та типи конфліктів.

Мета заняття: ознайомити учасників з основними причинами виникнення конфліктів, а також вивчити різні типи конфліктів. Це заняття

сприятиме глибшому розумінню того, як і чому виникають конфлікти в різних сферах життя, а також допоможе підліткам відчувати себе більш обізнаними та готовими до ефективного вирішення таких ситуацій.

Зміст заняття

1. Обговорення: «Які бувають конфлікти?»

Психолог розпочинає заняття з відкритого обговорення: «Які бувають конфлікти?» Учасники наводять приклади з власного досвіду та діляться думками щодо різних видів конфліктів. Під час обговорення важливо акцентувати увагу на класифікації конфліктів за різними ознаками:

- соціальні конфлікти – конфлікти, що виникають через суперечності в соціальних нормах, правилах або цінностях;
- особистісні конфлікти – внутрішні суперечності, які пов'язані з самосприйняттям та внутрішніми переконаннями;
- міжособистісні конфлікти – конфлікти між людьми, що виникають через різні погляди, інтереси або поведінку;
- внутрішньоособистісні конфлікти – конфлікти всередині особистості, коли людина бореться із власними бажаннями, переконаннями або цінностями.

2. Вправа «Чому виникає конфлікт?» (аналіз ситуацій).

Учасникам пропонуються різноманітні ситуації, у яких виникають конфлікти. Кожна ситуація має бути обговорена в групах, і учасники повинні відповісти на питання: «Чому виникає конфлікт?» та «Які фактори сприяють його загостренню?». Важливо, щоб кожен учасник поділився своїм поглядом на причини виникнення конфліктів і що, на їхню думку, могло б допомогти їх уникнути. Це допоможе виявити уявлення підлітків про причини конфліктів у їхньому житті та навчить їх аналізувати ситуації з різних точок зору.

3. Робота в малих групах: класифікація конфліктів за причинами.

Учасники діляться на малі групи і отримують завдання класифікувати конфлікти за їхніми причинами. Кожна група повинна обрати одну категорію конфлікту (наприклад, міжособистісний, соціальний тощо) і запропонувати

приклади конфліктів, що виникають через різні причини. Після цього групи обговорюють свої варіанти та складають спільний список причин виникнення конфліктів. Це заняття сприяє розвитку критичного мислення, навичок аналізу ситуацій та роботи в команді.

4. Підсумок та рефлексія.

Наприкінці заняття проводиться рефлексія, де кожен учасник може поділитися своїми думками та враженнями від заняття. Психолог ставить питання: «Що нового ви дізналися про конфлікти?», «Які причини конфліктів для вас були найбільш актуальними?» Підлітки також можуть поділитися, які з типів конфліктів найбільше стосуються їх особистого досвіду. Рефлексія дає можливість узагальнити знання, що були здобуті під час заняття, і оцінити, які моменти потребують додаткового роз'яснення.

Результати заняття:

- глибше розуміння причин виникнення конфліктів;
- ознайомлення з різними типами конфліктів та вмінням їх розрізняти;
- розвиток навичок аналізу конфліктних ситуацій та пошуку причин їх виникнення;
- зміцнення вміння працювати в групах та виражати свою думку в процесі колективного обговорення.

Заняття 3. Як ми поведимося у конфліктних ситуаціях?

Мета заняття: проаналізувати власні моделі поведінки в конфліктних ситуаціях, визначити сильні та слабкі сторони своєї поведінки. Це заняття сприяє самопізнанню учасників, допомагає їм усвідомити, які стратегії вони використовують під час конфліктів, і що можна змінити для більш конструктивного вирішення суперечок.

Зміст заняття

1. Тест «Мій стиль поведінки в конфлікті».

Для початку кожен учасник проходить тест, який допоможе визначити їхній особистий стиль поведінки в конфліктних ситуаціях. Тест включає

запитання, що дозволяють оцінити, чи схильні учасники до уникання конфліктів, чи проявляють суперництво, чи прагнуть до компромісу, чи використовують співпрацю або поступливість. Після того як всі учасники завершать тестування, психолог надає загальну інтерпретацію результатів, підкреслюючи різні типи поведінки в конфліктах.

2. Обговорення стратегій поведінки.

Після проходження тесту, психолог розпочинає обговорення основних стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях:

- уникнення – це стратегія, коли людина намагається уникати конфліктів, часто це призводить до тимчасового залагодження проблем, але не до їх реального вирішення;

- суперництво – характерно для людей, які намагаються виграти в конфлікті будь-якою ціною, навіть якщо це спричиняє шкоду іншим;

- компроміс – коли кожна зі сторін робить поступки, щоб знайти середнє рішення, яке задовольняє обидві сторони, але не до кінця вирішує всі питання;

- співпраця – найефективніша стратегія, коли обидві сторони працюють разом, щоб знайти рішення, яке задовольняє обидві сторони і вирішує конфлікт;

- поступливість – коли одна сторона йде на поступки, навіть якщо це не вигідно для неї, щоб задовольнити потреби іншої сторони.

Психолог пояснює кожну стратегію, обговорює їхні переваги та недоліки, допомагаючи учасникам краще зрозуміти, коли і як вони використовують кожну з цих стратегій у своєму житті.

3. Вправа «Як би я вчинив у цій ситуації?».

Учасники працюють у групах, обговорюючи різні конфліктні ситуації, які описані на картках. Кожен учасник повинен висловити свою думку про те, яку стратегію він би обрав для вирішення ситуації і чому. Після цього учасники обговорюють, що саме можна було б зробити і як кожна стратегія може вплинути на розв'язання конфлікту. Це допомагає учасникам розвинути

гнучкість у виборі поведінкових стратегій і навчитися застосовувати їх у різних ситуаціях.

4. Підсумок та рефлексія.

В кінці заняття психолог пропонує кожному учаснику поділитися своїми думками щодо того, яку стратегію він використовує найчастіше і чому. Психолог ставить запитання: «Які стратегії ви вважаєте найбільш ефективними для вирішення конфліктів?», «Які стратегії ви хотіли б використовувати більше?», «Що змінилося у вашому розумінні конфліктів після цього заняття?». Рефлексія дозволяє учасникам усвідомити свої сильні і слабкі сторони, а також зрозуміти, як вони можуть змінити свою поведінку в конфліктах для досягнення більш конструктивного результату.

Результати заняття:

- розуміння різних стратегій поведінки в конфліктах і можливостей їх застосування;
- усвідомлення власних моделей поведінки в конфліктних ситуаціях;
- розвиток критичного мислення щодо вибору найбільш ефективних стратегій вирішення конфліктів;
- зміцнення навичок рефлексії та самооцінки поведінки в конфліктних ситуаціях.

Заняття 4. Навички ефективного спілкування.

Мета заняття: розвинути в молодших підлітків навички активного слухання та навчити використовувати «Я-повідомлення» для покращення ефективності спілкування, що допоможе знизити ймовірність виникнення конфліктів та полегшить їх вирішення.

Зміст заняття

1. Вправа «Активне слухання» (в парах).

Спочатку психолог пояснює учасникам, що таке активне слухання. Це процес, при якому слухач не тільки чує слова співрозмовника, але й повністю зосереджений на його емоціях, ставленні, висловлюваннях, невербальних

сигналах. Активне слухання включає такі елементи, як підтвердження, уточнення, перефразування, віддзеркалення почуттів.

Після цього учасники працюють в парах. Один учасник розповідає про якусь ситуацію з власного життя, що викликала в нього сильні емоції, а другий активно слухає, використовує техніки активного слухання, такі як зоровий контакт, уточнюючі питання, віддзеркалення емоцій. Після завершення вправи учасники обмінюються враженнями, обговорюючи, як вони себе почували під час активного слухання і чим це допомогло краще зрозуміти співрозмовника.

2. Моделювання ситуацій із використанням «Я-повідомлень».

Психолог розповідає про важливість використання «Я-повідомлень» для вираження власних почуттів і потреб у конфліктних ситуаціях. Важливо, що в таких повідомленнях не звинувачується співрозмовник, а звертається увага на власні відчуття. Наприклад: «Я відчуваю себе розчарованим, коли ти не приходиш вчасно, тому що це заважає мені виконувати свої обов'язки».

Далі учасники працюють в групах, де вони обирають типові конфліктні ситуації з їхнього повсякденного життя (наприклад, непорозуміння з друзями або родиною). Потім вони моделюють ці ситуації, використовуючи «Я-повідомлення» замість стандартних звинувачувальних фраз. Наприклад: «Ти завжди запізнюєшся!» змінюється на «Я відчуваю себе засмученим, коли ми не можемо почати разом через твою пізню появу». Після моделювання учасники обговорюють, як використання «Я-повідомлень» змінило динаміку спілкування та допомогло уникнути емоційних реакцій.

3. Групова дискусія «Як уникати непорозуміння?».

Після вправи психолог пропонує учасникам обговорити, які непорозуміння часто виникають у їхньому житті, коли вони не використовують активне слухання або «Я-повідомлення». Учасники можуть поділитися своїми прикладами, розповідаючи про ситуації, де вони не були правильно почуті або де не змогли чітко висловити свої почуття. Психолог

надає практичні поради, як уникати цих непорозумінь за допомогою наведених методів.

4. Підсумок та рефлексія.

В кінці заняття психолог проводить рефлексію, запропонувавши учасникам відповісти на такі питання: «Як ви почувалися, коли використовували активне слухання?», «Чи змінилися ваші відчуття, коли почали використовувати «Я-повідомлення»?», «Які переваги ви бачите в цих навичках у вирішенні конфліктів?» Психолог підсумовує результати заняття, акцентуючи увагу на важливості цих навичок для здорового і конструктивного спілкування.

Результати заняття:

- учасники навчилися технікам активного слухання, що допомагають краще зрозуміти співрозмовника;
- оволоділи методикою «Я-повідомлень» для вираження своїх почуттів без звинувачень;
- розвинули навички критичного мислення щодо своїх моделей комунікації та віднайшли способи уникати непорозумінь в спілкуванні;
- покращили ефективність міжособистісного спілкування, що сприяє зменшенню конфліктів.

Заняття 5. Емоційна регуляція у конфліктах.

Мета заняття: навчити молодших підлітків ефективно керувати своїми емоціями у стресових ситуаціях, що дозволить їм краще контролювати свої реакції у конфліктах, знижувати рівень стресу та приймати конструктивні рішення.

Зміст заняття

1. Вправа «Мої емоції у конфлікті».

Спочатку психолог пояснює підліткам, як важливо розпізнавати свої емоції під час конфліктів. Учасники обговорюють, які емоції зазвичай

виникають у них під час конфліктів (наприклад, гнів, фрустрація, розчарування) та як ці емоції впливають на їх поведінку.

Після цього кожен учасник отримує листок паперу з малюнком особи і списком можливих емоцій (гнів, тривога, смуток, радість, здивування). Учасники повинні позначити, які емоції вони відчують під час конфліктів, а також обговорити, як ці емоції впливають на їхні реакції і взаємодію з іншими людьми.

Психолог завершує вправу обговоренням важливості усвідомлення своїх емоцій для ефективною регуляції поведінки під час конфліктів.

2. Техніки релаксації та саморегуляції.

Психолог пояснює учасникам важливість здатності заспокоїтися в моменти стресу, аби уникнути імпульсивних або агресивних реакцій. Зокрема, учасники ознайомлюються з наступними методами релаксації:

- глибоке дихання: підлітки вивчають техніку глибокого дихання, яка дозволяє знизити рівень тривоги та напруги. Психолог проводить з ними кілька хвилин вправи на вдихання через ніс, затримку дихання на кілька секунд та видих через рот, акцентуючи увагу на релаксації тіла.

- техніка «Пауза»: психолог пропонує підліткам перед тим, як відповісти на провокацію або конфліктну ситуацію, робити коротку паузу (3-5 секунд), щоб відчути свої емоції і не дати їм захопити контроль над реакцією. Важливість цієї техніки полягає в тому, що вона дає змогу уникнути імпульсивних рішень та сприяє кращому контролю ситуації.

Після пояснення та практики цих методів підлітки працюють у групах, обговорюючи, як кожна з технік може бути корисною в їхніх конкретних конфліктних ситуаціях.

3. Рольова гра «Як можна заспокоїтися у конфліктній ситуації?».

У рамках цієї вправи підлітки діляться на пари і розігрують сценарії, в яких один учасник грає роль людини, що перебуває в конфлікті, а інший – роль того, хто допомагає заспокоїти ситуацію. Завданням є використати техніки релаксації (глибоке дихання, паузу) та інші способи для зниження напруги.

Після кожної ролі учасники обговорюють, що допомогло їм заспокоїтись, чи були інші способи, які могли б бути ефективніші, і як саме змінювалась динаміка конфлікту після використання технік саморегуляції.

4. Підсумок та рефлексія.

На завершення заняття психолог запитує учасників про їхні враження від застосування технік релаксації та емоційної регуляції в конфліктних ситуаціях. Підлітки можуть поділитися своїми відчуттями, як ці методи допомогли їм в управлінні емоціями, а також обговорити, як можна застосувати ці навички в реальних життєвих ситуаціях.

Психолог підсумовує заняття, наголошуючи на важливості вміння заспокоїтись та контролювати емоції, щоб уникнути агресивних реакцій і приймати більш обдумані рішення в складних ситуаціях.

Результати заняття:

- учасники навчилися розпізнавати свої емоції під час конфліктів і усвідомлювати їх вплив на поведінку;
- ознайомились з техніками релаксації, такими як глибоке дихання та пауза, які допомагають знижувати рівень стресу;
- практикували застосування цих технік у ролях і дізналися, як це може допомогти зменшити конфлікти та покращити комунікацію;
- отримали інструменти для ефективної емоційної регуляції в стресових ситуаціях.

Заняття 6. Конструктивні способи вирішення конфліктів.

Мета заняття: ознайомити підлітків з ефективними методами мирного вирішення конфліктів, допомогти їм навчитися знаходити конструктивні рішення в складних ситуаціях, а також покращити їхні навички комунікації та взаємодії у конфліктних обставинах.

Зміст заняття

1. Моделювання реальних ситуацій та пошук конструктивних рішень.

Психолог пропонує підліткам декілька реальних ситуацій, що можуть виникнути в їхньому житті, які є конфліктними, та проводить аналіз кожної ситуації. Завдання учасників – у групах обговорити можливі варіанти вирішення конфлікту та вибрати найбільш конструктивний підхід.

Наприклад, це можуть бути такі ситуації:

- конфлікт між двома друзями через непорозуміння;
- суперечка між учнем та вчителем;
- конфлікт у класі через несправедливе ставлення до когось із учнів.

Учасники вивчають основні підходи до вирішення конфліктів, такі як компроміс, співпраця, знаходження спільних інтересів, а також важливість відкритого діалогу для пошуку рішення.

2. Вправа «Діалог без конфлікту».

В цій вправі учасники працюють у парах, розігруючи сценарії конфліктних ситуацій. Основна мета – застосувати конструктивні способи вирішення конфлікту через відкритий діалог.

Психолог дає підліткам завдання: кожен учасник має висловити свою точку зору, не перебиваючи іншого, і знайти компромісне рішення. Це може бути ситуація, в якій один учасник хоче організувати певну активність, а інший має інші пріоритети. Важливо, щоб підлітки навчилися слухати співрозмовника і шукати рішення, яке буде прийнятне для обох сторін.

Після виконання вправи проводиться обговорення: учасники обговорюють, як їм вдалося досягти згоди, що було складним, і які інструменти допомогли у вирішенні конфлікту.

3. Робота в групах: розробка «Правил конструктивної взаємодії».

Підлітки розбиваються на малі групи та отримують завдання розробити «Правила конструктивної взаємодії» для вирішення конфліктів у колективі. Кожна група повинна обговорити, які основні принципи мають бути враховані при вирішенні конфліктів (наприклад, повага до іншої точки зору, відсутність агресії, здатність до компромісу) та оформити ці правила на плакаті.

Після завершення роботи в групах кожна команда презентує свої «Правила» іншим учасникам заняття. Це дає можливість всім разом обговорити, як ці правила можуть допомогти у вирішенні конфліктів в їхньому житті, а також як важливо підтримувати конструктивну атмосферу у групі.

4. Підсумок та рефлексія.

Психолог підсумовує заняття, наголошуючи на важливості конструктивного підходу до вирішення конфліктів. Підлітки обговорюють, як змінилося їхнє сприйняття конфліктних ситуацій та як тепер вони можуть більш ефективно вирішувати проблеми.

Психолог також запитує учасників, що нового вони дізналися про способи вирішення конфліктів, які методи вони будуть використовувати у реальному житті, і як ці навички можуть допомогти покращити взаємодію в їхньому соціальному середовищі.

Результати заняття:

- підлітки навчилися знаходити конструктивні рішення для конфліктних ситуацій;
- ознайомились із методами мирного вирішення конфліктів та застосували їх на практиці;
- розвинули навички ефективної комунікації, уважного слухання та пошуку компромісів;
- створили спільні правила конструктивної взаємодії, які допомагають підтримувати позитивну атмосферу в групі.

Заняття 7. Співпраця як метод розв'язання конфліктів.

Мета заняття: формування у підлітків навичок ефективної співпраці в умовах конфлікту, розвиток уміння знаходити компромісні рішення, здатність працювати в команді для досягнення спільної мети.

Зміст заняття

1. Вправа «Спільна справа» (групове завдання на кооперацію).

Підлітки діляться на малі групи (по 4-5 осіб). Кожній групі дається завдання, яке вимагає співпраці для досягнення результату (наприклад, складання пазлу, вирішення проблеми в умовах обмеженого часу, створення спільного проекту). Учасники повинні обговорити стратегію виконання завдання, прийти до консенсусу щодо розподілу ролей та співпрацювати, щоб успішно виконати завдання.

Після завершення вправи проводиться обговорення, де підлітки діляться своїми враженнями, що було складно, і які методи співпраці їм допомогли досягти успіху.

2. Обговорення: «Як співпраця допомагає уникнути конфліктів?».

Психолог організовує загальну дискусію на тему важливості співпраці для запобігання конфліктам. Учасники розмірковують, як сумісна робота в колективі допомагає знаходити спільні рішення та уникати протистояння.

Дискусія може включати такі запитання:

- Як співпраця допомагає нам бачити ситуацію з різних точок зору?
- Як конструктивна взаємодія з іншими людьми може сприяти розв'язанню проблем?

- Чи були у вас випадки, коли співпраця допомогла уникнути конфлікту?

Підлітки обговорюють власні спостереження та досвід співпраці, розглядають позитивні результати такої взаємодії.

3. Практикум «Знайди спільне рішення».

Учасники працюють у парах або малих групах і отримують конфліктну ситуацію для розв'язання. Завдання полягає в тому, щоб за допомогою співпраці і пошуку компромісу знайти таке рішення, яке буде задовольняти обидві сторони.

Приклад ситуації: два учасники хочуть зайняти одне й те саме місце для відпочинку, але їх не вистачає на всіх. Потрібно знайти оптимальне рішення, яке задовольнить обидва боку конфлікту.

У процесі практикуму підлітки повинні продемонструвати свої навички слухання, аналізу ситуації, спільного обговорення та пошуку компромісу.

4. Підсумок та рефлексія.

Психолог підсумовує заняття, акцентуючи увагу на важливості співпраці для розв'язання конфліктів. Учасники мають можливість поділитися своїми враженнями від виконаних вправ та обговорити, як змінилося їхнє ставлення до конфліктних ситуацій після заняття.

У рефлексії також обговорюється, які методи співпраці були найбільш ефективними, і що нового підлітки дізналися про себе в контексті спільної роботи для вирішення конфліктів. Психолог дає рекомендації щодо подальшого застосування цих навичок у реальному житті.

Результати заняття:

- підлітки навчилися використовувати співпрацю для вирішення конфліктів, зокрема в ситуаціях, що вимагають компромісу;
- учасники розвинули навички групової взаємодії, обговорення проблем і досягнення спільного рішення;
- підлітки усвідомили, як важливо знаходити спільні інтереси для конструктивного розв'язання конфліктів;
- розвинено здатність до ефективного спілкування та пошуку компромісів у складних ситуаціях.

Заняття 8. Вирішення конфліктів у колективі.

Мета заняття: розвиток навичок ефективної взаємодії у групі, навчання молодших підлітків конструктивним способам вирішення конфліктів у колективі та пошук оптимальних рішень у складних ситуаціях.

Зміст заняття

1. Розбір реальних кейсів «Конфлікти у класі».

Психолог підготував кілька реальних прикладів конфліктних ситуацій, що можуть виникати в класі, та пропонує учасникам проаналізувати їх.

Наприклад:

- Один учень постійно перебиває інших під час уроків.
- Виникли непорозуміння між учнями через спільну роботу над проектом.

- Деякі учні відчувають себе відчуженими або виключеними з класної компанії.

Молодші підлітки обговорюють кожен кейс, визначають основні проблеми і пропонують шляхи вирішення конфлікту. Це допомагає їм вчитися бачити різні точки зору та формулювати можливі варіанти вирішення ситуацій у колективі.

2. Групова гра «Як знайти компроміс?».

Учасники діляться на малі групи. Кожній групі пропонується сценарій конфлікту, який виникає між двома учасниками (наприклад, між двома учнями через місце в команді чи через розподіл завдань). Завдання груп полягає в тому, щоб обговорити ситуацію та знайти компроміс, який задовольнятиме обидві сторони.

Після того, як кожна група розв'яже свою задачу, психолог організовує загальне обговорення, де підлітки можуть поділитися своїми ідеями щодо компромісів, які вони розглянули.

3. Вправа «Сходінки порозуміння».

Ця вправа спрямована на покращення взаєморозуміння між учасниками групи. Всі учасники стають в коло. Психолог задає питання, на яке учасники повинні відповісти, зробивши крок вперед. Питання можуть бути наступними:

- Крок вперед: «Хто з вас готовий вислухати думку іншої людини, навіть якщо не згоден з нею?»

- Крок вперед: «Хто з вас вважає, що можна знайти рішення, яке підходить усім?»

- Крок вперед: «Хто вважає, що важливо зберігати дружні стосунки навіть після конфлікту?»

Ця вправа допомагає учасникам краще зрозуміти один одного, усвідомити важливість компромісу та порозуміння в колективі, а також допомагає побудувати довіру між учасниками.

4. Підсумок та рефлексія.

Психолог завершує заняття підсумком, акцентуючи увагу на важливості взаєморозуміння та конструктивного підходу до вирішення конфліктів у колективі. Учасники мають можливість поділитися своїми враженнями від заняття, обговорити, як вони застосують набуті знання у своїх реальних ситуаціях.

Психолог може запропонувати кілька запитань для рефлексії:

- Які методи вирішення конфліктів здались вам найбільш ефективними?
- Які ситуації в класі ви могли б вирішити за допомогою отриманих навичок?
- Як змінилося ваше ставлення до конфліктів у колективі після цього заняття?

Результати заняття:

- підлітки навчилися розпізнавати конфліктні ситуації в класі та шукати конструктивні шляхи їх вирішення;
- розвинули навички знаходити компроміс та взаєморозуміння в колективі;
- підлітки засвоїли методи ефективного спілкування і спільного пошуку рішень у складних ситуаціях;
- підвищили здатність до саморегуляції в конфліктних ситуаціях та готовність працювати в команді для досягнення спільного результату.

Заняття 9. Переговори та медіація у конфліктах.

Мета заняття: ознайомити молодших підлітків з основами переговорного процесу та роллю медіатора, навчити їх ефективно проводити переговори та застосовувати медіацію як метод вирішення конфліктів.

Зміст заняття

1. Вправа «Як провести переговори?».

Учасники об'єднуються в пари, кожен з яких буде виступати в ролі представника однієї зі сторін конфлікту. Завдання кожної пари – провести переговори з метою досягнення компромісу, використовуючи правильні стратегії ведення переговорів.

Кожен учасник повинен продемонструвати:

- вміння слухати і розуміти потреби іншої сторони;
- використання «Я-повідомлень» для вираження своїх почуттів;
- здатність до активного пошуку взаємоприйнятних рішень.

Після завершення вправи психолог проводить загальне обговорення, на якому учасники діляться своїми враженнями та аналізують, що було ефективно, а що можна поліпшити в процесі переговорів.

2. Інсценування переговорного процесу.

Психолог підготував декілька реальних або вигаданих конфліктних ситуацій, які можна вирішити через переговори. Учасники діляться на групи і кожна група має змоделювати переговори на основі ситуації. Наприклад:

- ситуація конфлікту між двома учнями щодо спільної роботи в команді;
- конфлікт між учнями та вчителем з приводу оцінки;

У процесі інсценування учасники повинні продемонструвати ефективні техніки переговорів, досягнути взаєморозуміння та знайти компромісні рішення. Після цього відбувається обговорення, що спрацювало в кожній ситуації, а також можливі альтернативи рішень.

3. Ознайомлення з поняттям «медіація» та її застосуванням.

Психолог вводить учасників у поняття «медіація», пояснюючи, що це – процес мирного врегулювання конфліктів за допомогою нейтральної особи, медіатора, який допомагає сторонам знайти компроміс. Медіатор не приймає рішення за учасників, а лише сприяє ефективному спілкуванню та взаєморозумінню.

Після теоретичного введення, психолог демонструє роль медіатора на прикладі короткої ситуації. Учасники обговорюють, які риси та якості важливі для медіатора, як він повинен поводитися і що йому потрібно знати, щоб бути ефективним у врегулюванні конфлікту.

4. Підсумок та рефлексія.

Під час підсумкової частини заняття молодші підлітки обговорюють, що для них було новим у процесі переговорів і медіації, які навички вони вже

застосовували, а які ще потребують вдосконалення. Психолог також ставить запитання для рефлексії:

- Що ви дізналися нового про переговори та медіацію?
- Як ви можете використовувати ці знання у реальних конфліктних ситуаціях?
- Як змінюється підхід до вирішення конфліктів, якщо в процесі є медіатор?

Результати заняття:

- підлітки отримали знання про процес переговорів і роль медіатора;
- ознайомилися з основними техніками ведення переговорів;
- навчилися конструктивно підходити до вирішення конфліктів через медіацію:
- розвинули навички слухання, самоконтролю і пошуку компромісу в конфліктних ситуаціях.

Заняття 10. Підсумкове заняття: аналіз результатів, рефлексія.

Мета заняття: підвести підсумки програми, оцінити зміни, які відбулися в учасників протягом занять, проаналізувати набуті знання та навички, здійснити рефлексію та підготувати учасників до використання отриманих знань у реальних життєвих ситуаціях.

Зміст заняття

1. Вправа «Що я дізнався про себе?».

Підлітки сідають у коло, кожен отримує картку або аркуш паперу, на якому вони повинні написати, що вони дізналися про себе за час програми. Це можуть бути нові усвідомлення про свою поведінку в конфліктних ситуаціях, власні сильні та слабкі сторони, зміни в ставленні до конфліктів та способів їх вирішення.

Кожен учасник по черзі ділиться своїми думками з групою, надаючи можливість кожному висловитися і відчувати себе почутим. Психолог фіксує найважливіші моменти для подальшого обговорення.

2. Обговорення змін у власній поведінці та ставленні до конфліктів.

Психолог проводить групову дискусію, де підлітки можуть поділитися своїм досвідом зміни ставлення до конфліктів. Ключові питання для обговорення:

- Як змінилася ваша поведінка під час конфліктів?
- Які нові стратегії вирішення конфліктів ви почали використовувати?
- Які техніки ви знайшли найбільш корисними для себе?

Під час цього обговорення важливо акцентувати увагу на позитивних змінах і допомогти учасникам усвідомити, як вони можуть застосувати нові навички в майбутньому.

3. «Капсула часу»: написання побажань самому собі на майбутнє.

Кожен учасник пише коротке побажання самому собі на майбутнє, яке стосується його способу вирішення конфліктів. Це може бути настановлення, пораду чи мету, яку учасник хоче досягти. Усі побажання складаються у «капсулу часу» – спеціальну коробку або конверт, який учасники отримають через певний час (наприклад, через кілька місяців чи на наступному заході). Це символізує їхній особистий розвиток і бажання застосовувати отримані навички у реальному житті.

4. Завершальний ритуал (символічне закриття програми).

Після обговорення та написання побажань проводиться завершальний ритуал, який символізує закриття програми та її ефективність. Це може бути простий акт, наприклад, підняття рук у знак завершення роботи, передача символічних предметів, які нагадуватимуть учасникам про прогрес, або навіть колективне фото з учасниками, що запам'ятається як знак завершення навчання.

Очікувані результати заняття:

- підлітки навчаться ефективно комунікувати у конфліктних ситуаціях, обираючи конструктивні методи вирішення конфліктів;
- знизиться рівень агресивної поведінки, підвищиться рівень взаєморозуміння серед учасників;

- розвинуться навички саморегуляції та емоційного інтелекту, що дозволить підліткам краще контролювати свої емоції в конфліктних ситуаціях.

- учні зможуть застосувати отримані знання у реальному житті, покращуючи свої стосунки з оточенням та створюючи більш гармонійне середовище у колективі.

Отже, розроблена психокорекційна програма врегулювання міжособистісних конфліктів у підлітків є комплексним підходом, спрямованим на покращення навичок конструктивного вирішення конфліктів, розвитку емоційної регуляції та взаєморозуміння серед учасників. Програма включає низку вправ і діяльностей, які допомагають підліткам краще розуміти причини конфліктів, навчитися ефективно комунікувати, управляти емоціями та знаходити компроміси в складних ситуаціях. Її реалізація дозволяє формувати необхідні соціально-психологічні компетенції для подолання конфліктних ситуацій у реальному житті. Програма розрахована на впровадження в практичну діяльність, що дозволить оцінити її ефективність та здійснити корективи для подальшого вдосконалення.

3.3 Ефективність впровадження психокорекційної програми та її результати

Ефективність психокорекційної програми врегулювання міжособистісних конфліктів у молодшому підлітковому віці була оцінена на основі експериментального дослідження, яке включало вимірювання рівня конфліктності молодших підлітків до та після її впровадження. Дослідження проводилося з урахуванням гендерних особливостей учасників та використовувало різноманітні методи вимірювання, серед яких анкетування, спостереження та застосування спеціалізованих психологічних тестів.

Початковий етап дослідження: констатувальний експеримент.

У рамках констатувального експерименту для визначення рівня конфліктності молодших підлітків була використана методика «Оцінка рівня конфліктності особистості» (Г. В. Ложкін, Н. І. Пов'якель).

У дослідженні взяли участь 60 молодших підлітків (30 дівчат і 30 хлопців). За результатами аналізу було виділено три рівні конфліктності: високий, середній і низький. Результати подано в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1.

Результати дослідження рівня конфліктності підлітків за методикою «Діагностика рівня конфліктності особистості» (Г. В. Ложкін, Н. І. Пов'якель) на початку експерименту

| Рівень конфліктності | Дівчата (n=30) | Хлопці (n=30) |
|-----------------------------|---------------------------|--------------------------|
| Високий | 6 (20%) | 11 (36,7%) |
| Середній | 14 (46,7%) | 13 (43,3%) |
| Низький | 10 (33,3%) | 6 (20%) |

Аналіз отриманих результатів свідчить, що серед хлопців виявлено вищий рівень конфліктності: 36,7% мають високий рівень, тоді як серед дівчат цей показник становить лише 20%. Натомість серед дівчат більше тих, хто має низький рівень конфліктності — 33,3% проти 20% серед хлопців.

Такі результати можуть пояснюватися відмінностями у поведінкових стратегіях та соціальних очікуваннях щодо хлопців і дівчат. Хлопці частіше демонструють пряму конфронтацію, у той час як дівчата схильні до компромісів або уникнення конфліктів.

З метою зменшення рівня конфліктності серед молодших підлітків, було розроблено та впроваджено психокорекційну програму в рамках формувального експерименту. Програма ґрунтувалася на сучасних підходах до розвитку соціально-емоційної компетентності та конфліктної стійкості у підлітків.

Основною метою програми було формування в учасників навичок ефективної комунікації, емоційного самоконтролю, толерантності та конструктивного розв'язання конфліктів. Для цього були використані

інтерактивні методи роботи, зокрема тренінги, рольові ігри, ситуаційне моделювання та рефлексивні вправи.

Програма включала серію з 10 занять, що базувалися на принципах активного слухання, емоційної регуляції, використання конструктивних стратегій вирішення конфліктів та розвитку співпраці. Важливою частиною програми було врахування гендерних аспектів, а саме: робота над розвитку емоційної саморегуляції та конструктивних стратегій вирішення конфліктів, з урахуванням специфіки гендерних реакцій на конфлікти. Кожне заняття проводилось у групах по 12-15 підлітків, і взаємодія між учасниками враховувала різницю в комунікативних стилях дівчат та хлопців.

Після завершення програми було проведено повторну діагностику рівня конфліктності за тією ж методикою – «Оцінка рівня конфліктності особистості» (Г. В. Ложкіна та Н. І. Пов'якель), що дозволило оцінити ефективність впроваджених заходів.

Таблиця 2.2.

Результати дослідження рівня конфліктності підлітків за методикою «Діагностика рівня конфліктності особистості» (Г. В. Ложкін, Н. І. Пов'якель)

| Рівень конфліктності | Дівчата (n=30) | | Хлопці (n=30) | |
|----------------------|----------------|----------|---------------|------------|
| | На початку | В кінці | На початку | В кінці |
| Високий | 6 (20%) | 3 (10%) | 11 (36,7%) | 6 (20%) |
| Середній | 14 (46,7%) | 15 (50%) | 13 (43,3%) | 14 (46,7%) |
| Низький | 10 (33,3%) | 12 (40%) | 6 (20%) | 10 (33,3%) |

Після впровадження психокорекційної програми рівень конфліктності серед підлітків зменшився. Зокрема, кількість дівчат із високим рівнем конфліктності знизилася з 20% до 10%, а серед хлопців – із 36,7% до 20%. Це свідчить про позитивний вплив психокорекційних заходів, що допомогли зменшити конфліктну поведінку.

Кількість хлопців із середнім рівнем конфліктності залишилася відносно стабільною. У дівчат цей показник зріс із 46,7% до 50%, а у хлопців залишився майже без змін (43,3% до 46,7%). Це свідчить про те, що деякі учасники з високим рівнем конфліктності перейшли до середнього, що є позитивним результатом, однак частина все ще потребує подальшої роботи над формуванням навичок конструктивної взаємодії.

Найбільш значущі зміни спостерігалися у групі з низьким рівнем конфліктності. Серед дівчат цей показник зріс із 33,3% до 40%, а серед хлопців – із 20% до 33,3%. Це свідчить про те, що впроваджені методи допомогли частині підлітків опанувати ефективні стратегії мирного вирішення конфліктів та знизити рівень агресивності та конфронтації.

Спостерігається, що дівчата загалом легше адаптувалися до психокорекційної програми, оскільки серед них початковий рівень конфліктності був нижчим, а результати після експерименту демонструють більшу частку учасниць із низьким рівнем конфліктності. Хлопці, у свою чергу, спочатку мали більш виражену конфліктність, що підтверджується високою часткою учасників із високим рівнем конфліктності (36,7%). Проте після програми рівень конфліктності серед хлопців також суттєво знизився, що підтверджує ефективність роботи.

Таким чином, проведена психокорекційна програма сприяла зменшенню рівня конфліктності серед молодших підлітків, особливо серед хлопців, які мали більш виражені прояви конфліктності до початку експерименту.

ВИСНОВКИ

У результаті теоретичного аналізу можна стверджувати, що міжособистісний конфлікт є складним соціально-психологічним явищем, яке виникає через розбіжності у потребах, інтересах, цілях, цінностях чи переконаннях між двома або більше учасниками. Він має різні форми прояву, від внутрішньоособистісних до міжгрупових, і може охоплювати емоційний, пізнавальний та вольовий аспекти взаємодії. Причини виникнення конфлікту можуть бути різноманітними, від розбіжностей у сприйнятті подій до упереджених оцінок і нездатності розуміти точку зору іншої сторони.

Розуміння механізмів міжособистісного конфлікту є необхідним для ефективного управління конфліктними ситуаціями, особливо в підлітковому віці, коли соціальна і психологічна зрілість ще перебуває в процесі формування. Це знання дозволяє розвивати навички управління конфліктами, сприяти створенню гармонійних відносин у колективах та вносити позитивні зміни в міжособистісні стосунки.

У підлітковому віці конфлікти мають багатогранну природу та виникають через взаємодію різних чинників, які включають як об'єктивні соціальні умови, так і суб'єктивні психологічні особливості. Важливим є те, що причини конфліктів часто мають комплексний характер, що зумовлює складність їх розв'язання. Соціально-економічні, культурні та психологічні фактори сприяють формуванню передконфліктних ситуацій, у яких підлітки можуть зіткнутися з протиріччями між власними прагненнями та соціальними обмеженнями. Проблеми, пов'язані з розвитком самооцінки, бажанням бути визнаним дорослим і прагненням до незалежності, а також труднощі у взаємодії з оточенням, можуть виступати як каталізатори конфліктної поведінки.

Психологічні особливості молодших підлітків безпосередньо впливають на їх конфліктну поведінку. У період підліткового дозрівання формуються важливі етапи самосвідомості, що супроводжуються внутрішніми суперечностями, емоційною нестабільністю та пошуком власної ідентичності.

Підлітки прагнуть до самостійності, але часто стикаються з обмеженнями з боку дорослих, що створює напруження у взаємодії з оточенням.

Гендерні аспекти поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях відображають відмінності в сприйнятті, переживанні та розв'язанні конфліктів залежно від статі. Підлітковий вік є критичним для формування соціальних ролей і самосвідомості, а гендерні стереотипи суттєво впливають на стиль поведінки хлопців та дівчат у конфліктах. Дівчата, як правило, демонструють більшу емоційність та схильність до емоційного вирішення конфліктів, тоді як хлопці частіше використовують фізичну силу або агресію. Підлітки обох статей обирають різні стратегії поведінки, залежно від їхнього емоційного розвитку та соціальних впливів. Важливою є концепція гендерної компетентності, яка передбачає усвідомлення власної гендерної ідентичності та здатність до конструктивних міжособистісних стосунків, поза традиційними гендерними стереотипами.

Для дослідження гендерних аспектів конфліктної поведінки підлітків було застосовано кілька методик, кожна з яких дозволяє отримати детальну картину щодо схильностей учнів до різних стилів поведінки у конфліктних ситуаціях. Це включає методику статево-рольового опису Сандри Бем, яка оцінює рівень фемінності, маскулінності та андрогінності, методику К. Томаса для визначення типів поведінки в конфлікті, методику Q-сортування Стефансона для вивчення поведінкових тенденцій, а також методику діагностики рівня конфліктності особистості.

Дослідження також показало, що маскулінний тип особистості є найпоширенішим серед підлітків обох статей, тоді як фемінність проявляється лише серед дівчат, а андрогінність зустрічається у невеликій кількості учнів. Це вказує на те, що підлітки зазвичай схильні до більш традиційних гендерних ролей, але в певних випадках можуть демонструвати елементи андрогінності, що вказує на більш гнучкий підхід до вирішення конфліктів.

Згідно з результатами дослідження конфліктної поведінки підлітків, можна зробити наступні висновки:

- У підлітків з маскуліним типом особистості найбільш вираженою стратегією поведінки в конфлікті є суперництво. Це свідчить про те, що такі підлітки намагаються в першу чергу реалізувати власні інтереси, не враховуючи інтересів інших, і змушують їх приймати своє рішення. Для досягнення своїх цілей вони активно використовують свою волю, і якщо вона достатньо сильна, то їм це вдається.

- У фемінному типі особистості спостерігається схильність до компромісу. Дівчата в конфліктних ситуаціях намагаються досягти мирного вирішення проблеми, готові йти на поступки. Це можна пояснити тим, що вони на цей момент зосереджені на планах на майбутнє та життєвих перспективах і готові поступитися деякими інтересами, щоб досягти своїх цілей.

- У підлітків з андрогінним типом особистості відсутні виражені відмінності у стратегіях поведінки в конфлікті. Це може свідчити про те, що вони не обирають одну конкретну стратегію, а реагують на конфлікт залежно від ситуації та її особливостей.

На підставі узагальнення результатів емпіричного дослідження розроблено психокорекційну програму, спрямовану на зниження рівня конфліктності у молодших підлітків.

Дані контрольного зрізу дозволяють констатувати, що наслідком впровадження психокорекційної програми у молодших школярів стали значні позитивні зміни в рівні конфліктності серед підлітків. Зниження кількості учасників із високим рівнем конфліктності, особливо серед хлопців, свідчить про ефективність використаних підходів. Дівчата, як правило, легше адаптувалися до програми завдяки меншій початковій конфліктності, однак і серед них спостерігаються покращення, зокрема в зростанні числа учасниць з низьким рівнем конфліктності.

Психокорекційна програма виявилася більш ефективною для підлітків із високим рівнем конфліктності на початку дослідження, оскільки в результаті змін в їх поведінці відбулося значне зниження агресії та конфліктності.

Порівняно з початковими показниками, кількість учасників з низьким рівнем конфліктності зросла, що свідчить про покращення навичок мирного вирішення конфліктів та конструктивної взаємодії.

Різниця в результатах між хлопцями та дівчатами підкреслює важливість врахування гендерних особливостей при розробці та впровадженні психокорекційних програм, оскільки хлопці спочатку мали більш виражену конфліктність, але завдяки програмі змінили свою поведінку. Загалом, результати свідчать про те, що програма була успішною у зменшенні рівня конфліктності серед підлітків, а також допомогла сформувати більш мирні та конструктивні стратегії взаємодії в групі.

Проведене дослідження підтвердило припущення про вплив психологічних особливостей школярів на характер поведінки у конфліктних ситуаціях та ефективність упровадження психокорекційної роботи з молодшими підлітками.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамян Н. Д. Конфліктність як вікова характеристика підлітків та юнаків. *Психологічні науки: проблеми і здобутки*. 2014. Вип. 6. С. 3–18.
2. Андрійчук І. П. Комунікативна компетентність як адаптаційний ресурс особистості підлітка. *Ціннісні орієнтири в сучасному світі: теоретичний аналіз та практичний досвід* : зб. тез IV Міжнар. наук.-практ. конф., м. Тернопіль, 13–14 травня 2022 року. Тернопіль, 2022. С. 268–271.
3. Апішева А. Ш. Проблема конфліктних стосунків сучасних підлітків та юнаків з батьками. *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка*. 2016. Вип. 2. С. 117–125.
4. Барановська О., Іващенко А. Гендерні особливості поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 10 (15). С. 24–32.
5. Батрин Н. В. Стратегії та методи управління гендерними конфліктами. URL : http://dspace.tneu.edu.ua/bitstream/316497/13562/1/Gender_Conflicts.PDF.
6. Березовська Л. І., Юрков О. С. Психологія конфлікту: навчально-методичний посібник. Мукачево: МДУ, 2016. 201 с.
7. Берлач А. І., Кондрюкова В. В. Конфліктологія: навч. посіб. Київ: Університет «Україна», 2017. 204 с.
8. Белякова С., Шовкова К. Соціально-психологічні особливості розвитку особистості сучасного підлітка. *Молодий вчений*. 2018. № 5(57). С. 454–458.
9. Білик Н. М. Впровадження технології медіації у загальноосвітній школі: виклики сьогодення/ *Науковий вісник Чернівецького університету: Збірник наукових праць*. Вип. 747. Педагогіка та психологія. Чернівці: Чернівецький нац. у-т, 2015. 208 с. С. 9–16.
10. Білик Н. М. Організаційно-педагогічні умови здійснення посередництва (медіації) однолітків у шкільному середовищі. *Science and*

educational a new dimension. Pedagogy and Psychology. 2015. III (33), Issue: 66. С. 23–27.

11. Біцай А. В. Моделі медіації у світі та перспективи для України. *Цивілістика*. № 6. 2013. С.85–89. URL: http://www.pravoisuspilstvo.org.ua/archive/2013/6_2013/19.pdf

12. Близнюкова О. М. Психологічний аналіз чинників кризи підліткового віку. *Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Випуск 8. Кам'янець-Подільський: «Аксиома», 2019. С. 66–75.*

13. Бордіяну О. В. Психологічні чинники міжособистісних конфліктів у підлітковій групі та їх профілактика. Кривий Ріг : КДПУ, 2023. 44 с.

14. Борінштейн Є. Р., Хом'якова О. М. Аналіз рівня самооцінки підлітків. The XIX International Scientific and Practical Conference «Modern problems in science». 2022, Vancouver, Canada. С. 683–688.

15. Бочкор Н. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період: метод. рек. Київ: МЖПЦ «Ла Страда-Україна». 2014. 84 с.

16. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи : монографія. Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с.

17. Ващенко І. В. Конфліктологія та теорія переговорів: навч. посіб. Київ: Знання, 2013. 407 с.

18. Вікова психологія: навч. посібник / за ред.: О. В. Алпатова. Київ : НАУ, 2017. 140 с.

19. Ворона М. В. Гендерні стереотипи: сутність, функції, наслідки. *Статистика України*. 2020. № 4. С. 71–74.

20. Галустьян М., Новицька В. П. Деякі аспекти гендерної ідентифікації та соціалізації особистості. *Український соціум*. 2004. № 1 (3). С. 7–13

21. Гарькавець С. О., Волченко Л. П. Конфлікти в освітньому середовищі: діагностика та практика вирішення: навчально-методичний посібник. Харків: Друкарня Мадрид, 2020. 92 с.
22. Гірник А. М. Основи конфліктології. Київ: Києво-Могилянська академія, 2014. 222с.
23. Гончаренко Д.О., Алпатова О.В. Психологічний аналіз природи конфліктів у підлітковому віці. Політ. Сучасні проблеми науки. Гуманітарні науки: тези доповідей XXIII Міжнародної науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених: [у 2-х т.]. Т. 1 (м. Київ, 04-07 квітня 2023 р.) / [ред. кол.: Н.В.Ладогубець, А.М.Кокарева та ін.]; Національний авіаційний університет. К.: НАУ, 2023. С.298–300.
24. Горбачова О. Ю., Сошина Ю. М. Аналіз трансформацій у структурі ціннісно-смислових настановлень підлітків. *Проблеми сучасної психології*. 2020. № 2. С. 162–168.
25. Горват О. Теоретичний аналіз проблеми агресивної поведінки у взаєминах особистості. *Вісник наукової думки студентів факультету суспільних наук Ужгородського національного університету*. Соціально-політичні студії. 2021. Вип. 10. С. 20–23.
26. Городнова Н. М. Гендерний розвиток особистості. Методичний посібник. Київ: Шкільний світ. 2018. 128 с.
27. Джун Ван. Психологічні відмінності молодшого школяра та молодшого підлітка на певному етапі соціалізації. *Збірник наукових праць: Проблеми сучасної психології*. 2011. № 18. С. 12–23.
28. Долинний С. Конфліктогенність поведінки підлітків у сучасному кіберпросторі. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. № 1(54). 2021. С.64–73.
29. Долінська Л.В., Матяш-Заяць Л.П. Психологія конфлікту: навчальний посібник. Київ : Каравела. 2019. 304 с.
30. Ємельяненко Л. М. Конфліктологія: навчальний посібник. Київ: КНЕУ, 2013. 256 с.

31. Жданова І. В., Рева І. А. Гендерні особливості внутрішньо-особистісних конфліктів підлітків. *Особистість, суспільство, закон*. Харків. 2020. С. 46–49.
32. Житнік Т. С. Проблеми спілкування у підлітковому віці. *Психологічний аспект*. 2017. № 1. С. 1–3.
33. Заверико Н.В. Медіація як технологія розв'язання конфліктів серед підлітків: вітчизняний та зарубіжний досвід. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. №2. 2012. С.28–33.
34. Загурська І.С. Розвиток самооцінки у підлітковому віці. *Практична психологія і соціальна робота*. 2010. № 6. С.14–21.
35. Іванова В. В. Причини та форми агресивної поведінки підлітків. *Практична психологія та соціальна робота*. 2010. № 5. С. 14–16.
36. Каткова Т. А., Кривицька І. С. Дослідження психологічних особливостей поведінки підлітків у конфліктній ситуації. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки*. 2014. № 121. С. 154–156.
37. Кириченко Т. В. Діагностика ціннісних орієнтацій підлітків в умовах викликів сьогодення. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 5. С. 117–122
38. Коваленко А. Б. Психологія розвитку толерантності підлітка: монографія. Переяслав-Хмельницький: СКД, 2014. 329 с.
39. Кормило О. М., Павловська М. М. Особливість протікання конфліктів у підлітковому віці. In The 4th International scientific and practical conference “Discussion and development of modern scientific research”(October 18-21, 2022) Helsinki, Finland. International Science Group. 2022. 487 p., p. 411–413.
40. Корсак К. Криза підліткового віку як екстрапедагогічна проблема. *Управління школою*. 2003. № 25. С. 5–10.

41. Котлова Л. О. Гендерні особливості конфліктних форм поведінки у підлітковому та юнацькому віці. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Педагогіка. Психологія: Зб. наук. пр.* 2013. Вип. 19. С. 95–99.
42. Котлова Л. О. Психологія конфлікту. Вступ у психологію конфлікту. Конфлікти та особистість. *Управління конфліктами та психологія їх регулювання.* 2013. № 4. С. 7–19
43. Котлова Л. О., Гарбовська І. Порівняльний аналіз ставлення чоловіків та жінок до поняття «конфлікт». *Прикладні аспекти психології особистісного зростання.* 2015. № (1). С. 88–91.
44. Коць М., Мудрак І. Психологічні детермінанти конфліктної поведінки підлітків. *Соціальна психологія.* 2017. № 1. С. 162–169.
45. Крутько С. В. Психологічні особливості професійної Я-концепції особистості. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського.* 2013. № 3–4. С. 89–94.
46. Курдибаха О. М. Гендерні особливості становлення підлітків у процесі соціалізації. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології».* 2014. № 25. С. 13–19.
47. Литвинчук Н., Смолінчук Л., Дараган А. Вплив психологічних чинників на конфліктну поведінку у підлітків. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія «Педагогіка, Психологія».* 2022. № 20. С. 87–100.
48. Литвинчук Н.Б. Вплив тривожності на стратегію поведінки підлітків у конфлікті. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти.* Київ, 2023. С. 61–65.
49. Ложкін Г. В., Пов'якель Н. І. Психологія конфлікту: теорія та сучасна практика: Навчальний посібник. Київ: ВД «Професіонал», 2016. 416 с.
50. Лугова В., Литовченко І. Особливості конфлікту як способу соціальної взаємодії у підлітковому віці. *Молодий вчений.* 2020. №5(81). С. 199–207.

51. Мирошнеченко А. В. Самоставлення підлітків з різними типами гендерно-рольової поведінки. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. 2015. № 28. С. 18–21.
52. Михайлишин У. Б. Вплив самооцінки на конфліктну поведінку підлітків. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. (3) С. 86–92.
53. Павелків Р.В. Вікова психологія: підручник. Київ: Кондор, 2011. 468 с.
54. Пірен М. І. Конфліктологія: Підручник. Київ: МАУП, 2003. 360 с.
55. Поєнко О.М. Розуміння вчителем особистості учня підліткового віку як фактор вирішення міжособистісних і педагогічних конфліктів: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07; Ін-т педагогіки і психології проф. освіти АПН України. Київ, 2001. 19 с.
56. Поняття про гендерні стереотипи та приклади їх спростування URL : <http://skaz.com.ua/geograf/11498/index.html>.
57. Психодіагностика: практикум / уклад. Т. В. Вашека, Я.І.Пономаренко. Київ: НАУ, 2013. 32 с.
58. Резнікова О. А., Солодка О. В. Психологічні особливості поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях. Теорія і практика сучасної психології: зб. наук. праць Класичного приватного університету. Запоріжжя : КПУ, 2018. № 2. С. 168–173.
59. Романишина І. М. Медіація як ефективний метод вирішення конфліктів у шкільній практиці. *Таврійський вісник освіти*. 2014. №3. С.248–255.
60. Русинка І. І. Конфліктологія: Психологія технології запобігання і управління конфліктами: навч. посібник. Київ: Професіонал, 2007. 332 с.
61. Сапельнікова Т. С., Білоцерківська Ю. О. Чинники конфліктної поведінки школярів 10–11 класів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2023. № 1. С. 67–72.
62. Скотт Д. Г. Конфлікти: шляхи їх подолання. Київ, 1991. 228 с.

63. Терентьева Н. О., Маскаєва І. А., Лавренюк І. А. Психологічні основи профілактики конфліктів у роботі практичного психолога з підлітками. *Могилянські читання–2024: досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти*. 2024. С. 230–237.

64. Токарева Н. М., Шамне А. В., Макаренко Н. М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу : монографія. Кривий Ріг. 2014. 312 с.

65. Харченко Т., Щербакова І., Макотренко А. Психологія конфлікту. *Перспективи та інновації науки*, 2022. № 1 (6). С. 52–61.

66. Чайковська О. М. Психологічні особливості конфліктності особистості у підлітковому віці. *Проблеми сучасної педагогічної освіти. Педагогіка і психологія*. 2013. Вип. 38 (1). С. 251–257.

67. Чала О. А. Сутність та детермінанти деструктивної конфліктності особистості. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія: Психологічні науки*. Київ, 2009. №26 (50). С. 399–402.

68. Шевчук О. Технологія профілактики та подолання міжособистісних конфліктів у підлітковому віці. Актуальні проблеми теорії та практики соціально-педагогічної діяльності: колективна монографія / за заг. ред. Побірченко Н. С. Умань: ПП Жовтий, 2010. URL: <http://dspace.udpu.org.ua:8080/jspui/handle/6789/996>

69. Яновська Т. А. Взаємозв'язок прояву психологічного конфлікту з емоційною сферою підлітків. *Молодий вчений*. 2015. № 2 (17). С. 235–238.

70. Яновська Т. А. Психологічні особливості прояву конфліктної поведінки підлітків із різним рівнем. *Психологія і особистість*. 2016. № (1). С. 93–108.

71. Яновська Т. А. Порівняльний аналіз особливостей конфліктної поведінки молодших та старших підлітків. *Молодий вчений*. 2020. № 1 (77). С. 53–56.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Оцінка рівня конфліктності особистості»

(Г. В. Ложкін, Н. І. Пов'якель)

За допомогою даного тесту, Ви зможете з'ясувати рівень Вашої особистої конфліктності. Це є корисним для того, щоб краще зрозуміти, які властивості характеру притаманні саме Вам і чому Ви поведетесь у конфліктних ситуаціях саме так, а не інакше. Конфліктність особистості риса вдачі та особистісна властивість, яка припускає частоту ескалації й вступу особистості у конфлікти. Визначається комплексною дією факторів: психологічних (темперамент, агресивність, ригідність, низька саморегуляція, актуальний емоційний стан, соціально-психологічні установки і цінності, компетентність у спілкуванні тощо); - соціальних (умови життя й діяльності, особливості середовища й соціального оточення, загальний рівень культури тощо). Інструкція: при відповіді на запитання тесту з трьох запропонованих варіантів відповіді необхідно обрати одну й записати її, наприклад: 1а, 2в, 3б.

1. Чи властиве Вам прагнення до домінування, до підпорядкування своїй волі інших людей? а) ні, не властиво; б) інколи; в) так, властиво.
2. Чи є у вашому колективі люди, які Вас побоюються, а, можливо, й ненавидять? а) так; б) складно відповісти; в) ні.
3. Хто Ви більшою мірою? а) конформіст; б) принциповий; в) заповзятливий.
4. Як часто Вам доводиться критикувати? а) часто; б) час від часу; в) нечасто.
5. Що для Вас було б найбільш характерним, якби ви очолили новий для Вас колектив? а) розробили б програму роботи колективу на рік і переконали колектив в її доцільності; б) визначили б, хто є хто, і встановили б контакт із лідерами; в) частіше радилися б з людьми.
6. У разі невдач, який стан більше Вам властивий? а) песимізм; б) поганий настрій; в) образа на самого себе.
7. Чи характерне для Вас прагнення відстоювати й підтримувати, традиції вашого колективу? а) так; б) більше так, ніж ні; в) ні.
8. Чи відносите Ви себе до людей, яким краще сказати гірку правду в очі, ніж промовчати? а) так; б) швидше за все; в) ні.
9. Від якої з трьох особистісних якостей, притаманних Вам, Ви прагнете позбавитися найбільшою мірою? а) дратівливості; б) образливості; в) нетерпимість до критики на свою адресу.

10. Хто Ви більшою мірою? а) незалежна людина; б) лідер; в) генератор ідей.

11. Якою людиною вас вважають Ваші друзі? а) екстравагантною; б) оптимістичною; в) наполегливою.

12. Проти чого найчастіше Вам доводиться боротися? а) проти несправедливості; б) проти бюрократизму; в) проти егоїзму.

13. Що для Вас найхарактерніше? а) недооцінка власних здібностей; б) об'єктивна оцінка власних здібностей; в) переоцінка власних здібностей.

14. Що Вас найчастіше провокує на зіткнення і конфліктну взаємодію з іншими? а) надмірна ініціатива; б) надмірна критичність; в) надмірна прямолінійність.

При інтерпретації показників можна використати наступні орієнтовні оцінки конфліктності:

14-24 балів – низький рівень конфліктності;

25-29 бали – середній рівень конфліктності;

30-42 бали – високий рівень конфліктності

Додаток Б

**Цикл практичних занять «Медіація – шлях до порозуміння»
Роз'яснення до практичних завдань**

I завдання: запропонувати вирішення конфлікту з позиції права, сили та інтересів. Об'єднуємось по групах за кольорами – сині, жовті, зелені, помаранчеві, голубі, червоні, білі. 7 підгруп по 4 особи отримують ситуації конфлікту, які потрібно вирішити.

Обговорення: представник підгрупи описує вирішення конфлікту з трьох позицій. Яке вирішення найбільше сподобалось учасникам підгрупи?

II завдання: відпрацьовуємо техніки активного слухання. Об'єднуємось по 2 людей у підгрупі. Один одному розповідають реальну чи уявну конфліктну ситуацію. В цей час співрозмовник слухає, використовуючи техніки активного слухання. Обмін ролями, таким чином, щоб кожен був у ролі слухача. Обговорення: які техніки активного слухання були використані? Хто почував себе некомфортно слухаючи? Чому? Що потрібно зробити, щоб слухати легко?

III завдання: об'єднуємось у групки по 4 людини і розігруємо ситуації шкільних конфліктів, які принесли учасники. Ролі: Медіатор, Медіатор (Спостерігач), Сторона 1, Сторона 2. Час: 30 хв. на розігрування сценки. Обмін ролями, зміна ситуацій.

Обговорення: чи вдалось медіатору(ам) дотримуватись етапів процесу медіації? Які труднощі виникали у спілкуванні із сторонами конфлікту? Чи допомогло у спілкуванні використанні технік активного слухання? Чи дотримувались медіатори принципів медіації? Як оцінюють учасники конфлікту роботу медіатора(ів)? Чи можна назвати медіацію ефективним методом у вирішенні шкільних конфліктів?

IV завдання: після ознайомлення із вправами базового тренінгу підготовки шкільних медіаторів кожен учасник докладно розказує про процедуру проведення тренінгу. Попередньо учасники готують по одній вправі. Кожну вправу аналізуємо окремо.

Обговорення: чи зрозуміли спеціалісти, які готували вправи тренінгу, яким чином потрібно проводити підготовку медіаторів-однолітків? Які труднощі можуть виникнути при навчанні дітей?

V завдання: скласти і презентувати робочий стіл координатора ШСП. Об'єднуємось у підгрупи по 4 особи і на основі презентації формуємо список папок, документів, бланків, які потрібні для роботи координатору ШСП у довільній формі на ватмані.

Обговорення: чи всі документи, бланки, папки складено правильно? Як має правильно і зручно виглядати робочий стіл координатора ШСП?

VI завдання: зобразити на листі (ватмані) модель ШСП та презентувати її. Об'єднуємось по 4 особи у 7 підгруп, зображуємо модель служби для реклами у своїй школі. Представники підгрупи проводять інформаційну презентацію.

Обговорення: яка особливість Вашої служби? Яке повідомлення Ви відправляєте дітям через представлення служби?

Ситуації шкільного конфлікту

Завдання: Вирішити запропоновані ситуації шкільного конфлікту з 3-ох позицій: сили, права та інтересів. Робота відбувається в парах. Обговорення результатів. Час – 50-60 хв.

Ситуація 1

Учениці Оля та Юля (обом по 10 років) навчаються в одному класі. Батьки Ольги працюють підприємцями і мають можливість придбати дорогі речі. Батьки Юлі працюють на фабриці і отримують доволі малі кошти, при цьому допомагають старшій сестрі Юлі, яка навчається університеті. Одного дня Ольга погано відізналася про одяг Юлі, та не стримала себе і вдарила книгою Олю. Дівчата розпочали бійку, на яку збіглися учні та вчителька.

Ситуація 2

Дітям доручили організувати шкільну виставку своїх робіт. Коли розпочалася підготовка до цієї виставки учні 11-го класу не змогли поділити обов'язки та організаційні питання між собою. Розгорівся конфлікт за лідерство у підготовці до виставки. Вчитель шукає вихід із становища.

Ситуація 3

Близнючки Анна та Марія вчать в одному класі. Під час уроку фізкультури одна із сестер Марія, яка була кращою у навчанні за Анну, пробігла нормативний контроль не зовсім вдало. Тому під час виставлення оцінки сказала ім'я сестри. Згодом Анна, коли дізналася про це, почала налаштовувати однокласників проти сестри та перестала сидіти з нею за партою. Класний керівник шукає вихід із ситуації.

Ситуація 4

У молодшій школі чергували учні Петро та Олег. Проте вони недбало поставилися до своїх обов'язків. Під час перерви троє учнів 2-го класу збили дівчинку 1-го класу і вона зламала руку. Чергових викликали до завуча, де вони почали перекладати відповідальність один на одного, почали сваритись, а згодом побилися. Завуч шукає вихід із становища.

Ситуація 5

У 9-му класі проводилась підсумкова контрольна робота з алгебри. Оксана не знала розв'язання задачі, тому запитала поради у Аліни, яка писала аналогічний варіант. Аліна допомогла однокласниці, проте результати були різні, у Оксани – 7 балів, у Аліни – 11. Виявилось, що Аліна спеціально сказала неправильну відповідь. Оксана розпочала скандал, свідком якого був весь клас і вчителька. Вчителька шукає вихід із ситуації.

Ситуація 6

Дівчата 8-го класу завжди організовували виховні заходи, пропонували цікаві творчі ідеї, були лідерами в організаційних питаннях декілька років. Результат їхньої роботи був хорошим – визнання класу у школі, призові місця у конкурсах. Для участі у новорічній програмі школи їм доручили підготувати жартівливий танець за 12 днів. На першу репетицію половина групи дівчат з

тих чи інших причин не прийшли, але було обрано тему, музику, рухи танцю. Наступного дня відсутня група дівчат висміяла все, що було запропоновано і в грубій формі висловлювалися про ідею. Зав'язалась гостра суперечка між двома групами дівчат, на що прийшов вчитель, який має знайти вихід із ситуації.

Ситуація 7

У 6-Б і 6-А класах є неформальні лідери – 2 дівчат в кожному класі. 6-А – Мар'яна і Оксана, а в 6-Б – Таня і Наталя. Відколи дівчата приїхали рік назад із табору між ними загострилися стосунки. Вони постійно насміхалися одні над одними і були конкурентками, підговорювали однокласників одні проти одних. Вчителі помічали цей «напівконфлікт» (на їхню думку), але не надавали цьому великого значення, оскільки вважали, що немає причин для хвилювання. Таня і Наталя двічі на тиждень ввечері відвідували шкільний гурток. Одного вечора Таня вийшла із класу після гурткового заняття і побачила, що під класом її чекає група дітей на чолі із Мар'яною та Оксаною. В той день Наталя захворіла і не прийшла на гурток. Діти не дали Тані вийти з приміщення школи і почали залякувати, вимагаючи то просити вибачення, то ставати на коліна, то говорити те, що вони скажуть. На це все повернувся вчитель, який проводив гурток. Йому потрібно знайти вихід із ситуації.

Вправи на відпрацювання прийомів активного слухання

Завдання: Відпрацювати прийоми активного слухання, використовуючи діалог.

Робота в парах. Час: 40 хв.

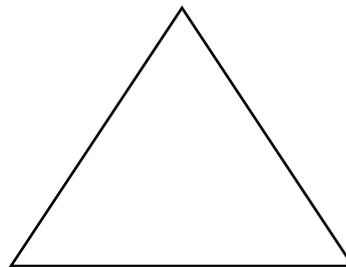
Учасникам потрібно використовувати наступні прийоми:

1. Заохочення – Приклад використання прийому: «Не могли б Ви розповісти мені про це більше»
2. Прояснення – «Коли це трапилося?».
3. Перепитування – «Тобто, Ви хотіли б, щоб Ваші батьки Вам більше довіряли. Чи не так?»
4. Емпатія – «Ви, здається, дуже засмучені?»
5. Підбиття підсумків – «Здається, це ключова ідея Вашого висловлювання?»
6. Вираження співпереживання – «Я розумію, як це для вас важливо»

Трикутник успіху медіації

Зміст

Емоції



Зміст: Чого я досяг? До яких відповідей, варіантів рішень ми прийшли? Кожен хоче чогось домогтися і вважає, що інша сторона перешкоджає йому.

Що необхідно:

- Визначити причини конфлікту.
- Перейти в обговоренні від початкових вимог, позицій, до реальних інтересів і потреб.
- Визначити мету, задачі переговорів, щоб ухвалене рішення відповідало загальним інтересам.

Емоції: Чи був/була я почутий/почута? Чи ставилися до мене з повагою?

Кожен потребує поваги, хоче бути почутим, почуватися в безпеці. Якщо сторони в процесі медіації відчувають загрозу чи неповагу, навряд чи вони погодяться з рішенням.

Що необхідно:

- Встановити правила дискусії, наприклад, жодних персональних випадів; уважно слухати; поважати думку іншого; бути чесним.
- Поважати конфіденційність.

У людей є емоції. Задля успішного вирішення конфлікту необхідно надати можливість сторонам виразити себе і бути почутим.

Процедура: Як були прийняті рішення?

Навіть якщо сторона не повністю задовольнила свої потреби, знання того, як було досягнуто згоди, впевненість у тому, що це було справедливо і чесно сприяє абсолютному задоволенню сторони щодо отриманими результатами.

Що необхідно:

- Будьте якомога більш зрозуміліші й конкретніші в тому, яким чином приймаються рішення, і хто їх прийняв.
- Підготуйте процедури, техніки і стратегії для роботи з конфліктом.
- Забезпечте можливості, що підводять до угоди, і дайте знати сторонам, коли і як буде використана ця інформація.