

**ПВНЗ «ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

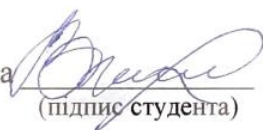
КАФЕДРА Практичної психології та соціальних технологій

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 053 Психологія

ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА Практична психологія

**ВИПУСКНА КВАЛІФІКАЦІЙНА МАГІСТЕРСЬКА  
РОБОТА****на тему:****Соціально-психологічні чинники виникнення міжособистісних  
конфліктів у ранньому юнацькому віці**

Магістрантка

  
(підпис студента)

Вайда Наталія Михайлівна

Науковий  
керівник  
(підпис наукового керівника)Дворецький В.П.  
кандидат психологічних наук, доцент  
кафедри практичної психології та  
соціальних технологій Інституту  
психології та соціальних технологій  
Європейського університету

Допущено до захисту "12" грудня 2022 р.

Завідувач кафедри

  
(підпис)Абрамян Н.Д.  
завідувач кафедри практичної психології  
та соціальних технологій, кандидат  
психологічних наук, доцент

Київ - 2022

## ПВНЗ «ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

КАФЕДРА                      Практичної психології та соціальних технологій  
 СПЕЦІАЛЬНІСТЬ            053 Психологія  
 ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА    Практична психологія

### ЗАВДАННЯ

**на випускн кваліфікаційну магістерську роботу студентки:**

Вайда Наталія Михайлівна  
 (прізвище, ім'я, по-батькові студентки)

**1. Тема роботи** Соціально-психологічні чинники виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці.


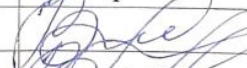




**2. Затверджена** наказом по університету від “22” 02 2022 р. № 20.

**3. Цільова установка на вихідні дані до роботи**

Метою роботи є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці. Об'єктом дослідження є конфлікти в ранньому юнацькому віці. Предметом дослідження виступають соціально-психологічні чинники виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці.

**4. Перелік графічного матеріалу (з точним визначенням обов'язкових креслень).** «Тест-опитувальник К. Томаса для діагностики поведінки в конфліктній ситуації» (адапт. Н. Гришиної). «Методика діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні» (В. Бойко). Методика «Оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів» (П. Хеппнер, І. Петерсен). «Оцінка рівня конфліктності особистості» (Є. Рогов). «Методика діагностики міжособистісних відносин» (Т. Лірі, адаптація Л. Собчик).

**5. Консультанти по роботі, із зазначенням розділів, що їх стосуються:**

Розділ	Науковий керівник	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання отримав
Розділ 1	Дворецький В.П.		
Розділ 2	Дворецький В.П.		
Розділ 3	Дворецький В.П.		


**6. Зміст випускної кваліфікаційної магістерської роботи (перелік питань).**

Визначення сутності і причин міжособистісних конфліктів. Психологічні передумови виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці. Методи та організація дослідження соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження. Встановлення та аналіз впливу соціально-психологічних чинників на виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці. Засади профілактичної та корекційної роботи психолога з попередження та подолання конфліктів серед юнаків. Програма профілактики виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці та результати її апробації.

**7. Календарний план виконання випускної кваліфікаційної магістерської роботи**

№ з/п	Назва етапів випускної кваліфікаційної магістерської роботи	Термін виконання етапів випускної кваліфікаційної магістерської роботи	
		За планом	Фактично
1.	Обрання теми випускної кваліфікаційної магістерської роботи (ВКМР)	01.08.22 – 05.08.22	03.08.22
2.	Опрацювання літератури та інших джерел для написання ВКМР	08.08.22 – 19.08.22	17.08.22
3.	Виконання 1 розділу ВКМР	22.08.22 – 16.09.22	14.09.22
4.	Виконання 2 розділу ВКМР	19.09.22 – 21.10.22	18.10.22
5.	Виконання 3 розділу ВКМР, висновки	24.10.22 – 18.11.22	11.11.22
6.	Передзахист ВКМР	28.11.22 – 02.12.22	01.12.22
7.	Проведення перевірки на плагіат ВКМР	28.11.22 – 02.12.22	28.11.22
8.	Відгук керівника, рецензія	02.12.22 – 05.12.22	05.12.22

8. Дата видачі завдання “ 03 ” серпня 2022 р.

Керівник   
(підпис наукового керівника)

Дворецький В.П.  
кандидат психологічних наук, доцент  
кафедри практичної психології та  
соціальних технологій

Завдання прийняв до виконання

  
(підпис)

Вайда Н.М.

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	6
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ВИНИКНЕННЯ МІЖСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У РАННЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ .....	10
1.1. Визначення сутності і причин міжособистісних конфліктів.....	10
1.2. Психологічні передумови виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці.....	19
Висновки до розділу 1 .....	31
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ВИНИКНЕННЯ МІЖСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У РАННЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ .....	33
2.1. Методи та організація дослідження соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці .....	33
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження .....	40
2.3. Встановлення та аналіз впливу соціально-психологічних чинників на виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці ..	48
Висновки до розділу 2 .....	61
РОЗДІЛ 3 ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ МІЖСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У РАННЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ .....	65
3.1. Засади профілактичної та корекційної роботи психолога з попередження та подолання конфліктів серед юнаків.....	65
3.2. Програма профілактики виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці та результати її апробації .....	76
3.3. Рекомендації особам раннього юнацького віку щодо подолання конфліктів .....	84
Висновки до розділу 3 .....	87
ВИСНОВКИ.....	88
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	93
ДОДАТКИ.....	99

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Зростання напруженості у сучасному суспільстві, яка спричинена військовими діями на території нашої держави, викликає збільшення різноманітних конфліктів та необхідність їх всебічного вивчення з метою мінімізації негативних наслідків їх впливу на міжособистісні відносини та психосоматичне здоров'я населення.

Міжособистісні конфлікти є соціально-психологічним явищем, адже передбачають взаємодію двох або більшої кількості людей, що характеризується їх зіткненням внаслідок відмінностей характерів, поглядів, цінностей тощо. Відповідно до соціальності особистості, що включає потребу спілкування людини у спільноті, інші потреби (у самореалізації, прийнятті) не завжди успішно реалізуються у взаємодії з іншими. Маючи різні погляди, переконання, систему цінностей, дотримуючись певних вимог, правил і норм суспільства, людина твердо впевнена в своїй правоті, а тому у спілкуванні з іншими користується засвоєною системою знань та установок, обираючи ту чи іншу стратегію поведінки, що може як призвести до конфлікту, так і уникнути його.

Актуальною є проблема виникнення міжособистісних конфліктів у середовищі зростаючих особистостей, які ще не мають достатнього досвіду для їх успішного вирішення та ризикують закріпити в себе навички деструктивної конфліктної поведінки (Н. Макарчук [25], Н. Пов'якель [34], О. Чала [50]).

Одним із важливих вікових періодів у становленні особистості є ранній юнацький вік, в якому продовжується самовизначення та ідентифікація, започатковані в підлітковому віці, відбувається визначення шляхів самореалізації та формування майбутньої професійної самосвідомості. Пізнаючи себе, спілкуючись із однолітками та дорослими, юнаки мають можливість сформувати адекватні уявлення про себе, можливості самовираження, шляхи досягнення визнання тощо. При цьому часто у

хлопців та дівчат юнацького віку виникають конфлікти, пов'язані різними соціально-психологічними чинниками.

Проблема міжособистісних конфліктів вивчається науковцями у руслі конфліктології, соціальної психології, соціології, педагогіки. Значний внесок у вивчення передумов конфліктної поведінки дітей та молоді, дорослих зробили Н. Абрамян [1], Л. Ємельяненко [17], Г. Ложкін [23], Н. Пов'якель [34] та ін.

У віковому аспекті проблему міжособистісних конфліктів досліджували Р. Павелків [33], М. Савчин [42] та ін. На сучасному етапі розвитку психологічної науки засади міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці вивчають українські науковці Н. Макарчук [25], Л. Матяш-Заяц [26], І. Худолій [49], О. Чала [51] та ін.

Разом з цим проблема виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці потребує подальшого науково-прикладного дослідження, аналізу соціально-психологічних чинників, які впливають на ескалацію конфліктів юнаків, та пошуку ефективних методів і форм профілактичної і психокорекційної роботи з особистостями раннього юнацького віку для попередження і подолання конфліктів в їх середовищі.

**Об'єкт дослідження** – конфлікти в ранньому юнацькому віці.

**Предмет дослідження** – соціально-психологічні чинники виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці.

**Мета дослідження** – теоретично проаналізувати і практично дослідити соціально-психологічні чинники виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці.

За для реалізації мети дослідження необхідним є виконання таких **завдань роботи:**

1. Визначити сутність та психологічні передумови виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці.

2. Виділити суттєві соціально-психологічні чинники виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці (за результатами емпіричного дослідження).

3. Висвітлити засади профілактичної та корекційної роботи психолога з попередження та подолання конфліктів юнаків.

4. Розробити та провести програму профілактики та напрацювати рекомендації для осіб раннього юнацького віку щодо попередження та подолання міжособистісних конфліктів.

Для досягнення мети та реалізації завдань використано такі **методи дослідження**, як аналіз та синтез, узагальнення, систематизація, порівняння, опитування, бесіда, а також методи якісної та кількісної обробки даних, зокрема, кореляційний аналіз.

Для емпіричного дослідження соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці застосовано наступні **методики**:

1. «Тест-опитувальник К. Томаса для діагностики поведінки в конфліктній ситуації» (адапт. Н. Гришиної).

2. «Методика діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні» (В. Бойко).

3. Методика «Оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів» (П. Хеппнер, І. Петерсен).

4. «Оцінка рівня конфліктності особистості» (Є. Рогов).

5. «Методика діагностики міжособистісних відносин» (Т. Лірі, адаптація Л. Собчик).

**Наукова новизна і теоретичне значення одержаних результатів** полягають в уточненні соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці, що дає змогу побудувати якісну профілактично-корекційну роботу з ними для попередження конфліктів в юнацькому середовищі.

**Практичне значення одержаних результатів дослідження** базується на доцільності врахування виділених соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці при розробці методичного забезпечення для роботи практичного психолога із юнаками; можливості використання розроблених рекомендацій щодо профілактики і корекції виникнення конфліктів серед осіб раннього юнацького віку соціальними педагогами, психологами, вчителями закладів загальної середньої освіти та викладачами закладів вищої освіти.

**Експериментальна база дослідження:** фаховий бізнес-коледж Приватного вищого навчального закладу «Європейський університет» (м. Київ, бульв. Академіка Вернадського, 16-В).

Вибірку опитуваних склали 45 особистостей раннього юнацького віку, з них 20 хлопців та 25 дівчат (віком 16-17 р.).

**Структура та обсяг дипломної роботи.** Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (55 найменувань) та додатків. Загальний обсяг дипломної роботи – 103 сторінок, основний обсяг – 85 сторінок.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ВИНИКНЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

### 1.1. Визначення сутності і причин міжособистісних конфліктів

Конфлікти займають істотне місце в нашому повсякденному житті. Вони є рушієм прогресу, передумовою змін у вирішенні нагальних питань у суспільстві. За свідченням Н. Макарчук, «конфліктна взаємодія виступає показником розвитку суспільства, його динаміки та формування новоутворень. Стан суперечливості, активізація суперечностей детермінують перетворення старих систем суспільної життєдіяльності в нові, більш досконалі форми» [25, с. 11].

Актуальність вивчення конфліктів у сучасному суспільстві обумовлюється негативністю їх впливу на окремих особистостей і на все населення, залежно від того, якого масштабу набуває конфлікт – міжособистісного, міжгрупового чи навіть загальнодержавного. За Н. Пов'якель, значна насиченість сучасного життя конфліктами, своєрідність кожного з них, надмірні сплески емоцій та переживань, викликаних неадекватним трактуванням приводу конфлікту або поведінки кожного з учасників, невміння розуміти та інтерпретувати конфлікти, використання деструктивних форм реагування – все це породжує конфліктогенність особистості, середовища, суспільства. Надмірна конфліктогенність оточуючого середовища та особиста нездатність до успішного вирішення конфліктів, на думку Н. Пов'якель, призводить до виникнення психосоматичних захворювань у людей, формування невротичних станів і переживань, використання ними неадекватних психологічних захистів і стереотипів поведінки, гальмує працездатність та негативно впливає на ефективність життєдіяльності [34, с. 5].

У психологічній літературі конфлікт розуміється як зіткнення протилежних інтересів чи поглядів, що визначає зміст конфліктної ситуації. При цьому остання є типовим явищем для процесу, учасники якого працюють для досягнення єдиної мети. Конфліктна ситуація зазвичай виникає через різні точки зору, різні погляди на розв'язання проблеми та досягнення якнайкращого результату [48, с. 198].

У більшості випадків будь-яка конфліктна ситуація переходить на міжособистісні відносини людей, переростаючи при цьому в конфлікт. Найчастішим видом є міжособистісний конфлікт, що присутній майже у всіх сферах людської діяльності.

Міжособистісний конфлікт розглядається Н. Гришиною як конфліктна ситуація в міжособистісних відносинах, в якій має місце протиріччя між її учасниками, що проявляються в їх протидії один одному (протистоянні, протиборстві), й супроводжується афективними проявами. При міжособистісному конфлікті обидві сторони намагаються вести себе активно, щоб розв'язати протиріччя, що виникли на користь однієї чи обох сторін [8, с. 108].

Н. Грішина наголошує, що лише усвідомлення ситуації як конфліктної перетворює її на конфлікт, визначає його ситуацією, основою якої є суперечність. Учасники конфліктної ситуації (принаймні один з них), сприймають і переживають її як значущу психологічну проблему, що вимагає розв'язання. Це детермінує активність конфліктуючих сторін, яку спрямовано на подолання вказаних суперечностей і розв'язання ситуації із користю обох чи однієї сторони [8].

За ствердженням І. Бартеневої, О. Білої, Т. Осипової, міжособистісний конфлікт визначається як «...взаємне негативне сприйняття людей, викликане несумісністю їхніх поглядів, інтересів, оцінок, потреб і пов'язана з цим негативна реакція на слова та вчинки людини, яка розглядається як небажаний партнер або суперник. Також міжособистісний конфлікт – це зіткнення несумісних бажань, прагнень, настанов партнерів зі спілкування,

коли задоволення прагнень одною з них загрожує обмеженням інтересів іншого» [32, с. 200-201].

Специфіка міжособистісних конфліктних взаємин полягає у тому, що вони виникають за наявності як мінімум двох конфліктуючих сторін, інтереси, цінності і наміри яких є несумісними, а поведінка й дії спрямовані на блокування активності протилежної сторони. Таким чином, міжособистісний конфлікт виникає там, де «зустрічаються протилежно спрямовані, несумісні одна з одною тенденції у свідомості людей, які виступають суб'єктами міжособистісної взаємодії», і яким властиві гострі негативні емоційні переживання [22, с. 182].

За Н. Гришиною, руйнування функціональних, соціальних, психологічних взаємозв'язків між людьми потенційно є джерелами виникнення міжособистісних конфліктів. Зокрема, міжособистісні конфлікти ініціюють такі соціальні суперечності, як наприклад:

- напруженість конфліктуючих суб'єктів, розлад між почуттями та розумом (неспроможність керувати емоціями, стереотипами поведінки), порівняння та оцінка своїх і чужих дій здійснюється на власну користь (винним в усьому визнається опонент), демонстрація ворожого ставлення, нанесення шкоди одній із сторін;

- інтеграція всіх видів активності (імпульсивна, примусова і вольова) та акумуляція на об'єкті впливу, перенесення конфліктних стосунків з однієї взаємодії на іншу;

- актуалізація потреб, що стають домінантними для особистості чи групи [8].

За І. Худолій, кожен міжособистісний конфлікт містить дві тісно пов'язані між собою сторони: 1) змістова: наявність предмета суперечки, справи або питання, яке викликало незгоду; 2) психологічна: пов'язана з особистісними особливостями учасників конфлікту, з їхніми емоційними реакціями на причини конфліктів, на дії іншої сторони, на хід конфлікту, один на одного [49].

До специфічних особливостей міжособистісних конфліктів Л. Котлова відносить наступні позиції:

- у цих конфліктах протидія людей відбувається безпосередньо на основі зіткнення їх власних мотивів, найчастіше опоненти стикаються обличчям до обличчя, перебувають у ситуації «тут і тепер»;
- міжособистісні конфлікти проявляють весь спектр відомих причин їх виникнення, об'єктивних і суб'єктивних, загальних і часткових;
- у міжособистісних конфліктах опоненти можуть яскраво проявляти свої риси та властивості, перевіряти міцність характерів і темпераментів, демонструвати здібності і волю, інтелектуальні та інші індивідуально-психологічні особливості;
- міжособистісні конфлікти торкаються практично всіх сторін взаємовідносин конфлікуючих осіб та відрізняються високою емоційністю;
- дуже часто при міжособистісних конфліктах зачіпаються інтереси не тільки опонентів, а й тих осіб, з якими вони безпосередньо пов'язані різними міжособистісними стосунками та зв'язками [18, с. 78].

За ствердженням Л. Котлової, виникнення міжособистісних конфліктів обумовлюється об'єктивними і суб'єктивними причинами. До об'єктивних причин відносяться переважно ті обставини соціальної взаємодії людей, що призвели до зіткнення їхніх інтересів, думок, установок тощо. Об'єктивні причини призводять до створення передконфліктної обставини – об'єктивного компонента передконфліктної ситуації [19, с. 445].

Суб'єктивні причини пов'язані з тими індивідуально-психологічними особливостями особистостей, які призводять до вибору саме конфліктної, а ні будь-якої іншої форми взаємодії з іншими людьми для вирішення ситуації, яка склалася. Людина, яка є ініціатором міжособистісного конфлікту, не йде на компромісне вирішення проблеми, не поступається, не уникає конфлікту, не намагається разом з опонентом взаємовигідно розв'язати суперечності, а навпаки – обирає стратегію протидії, конфронтації [19, с. 445].

За Н. Пов'якель, у будь-якій передконфліктній ситуації майже завжди є можливість вибору конфліктної або неконфліктної форми поведінки, що призведе до ескалації або до вирішення протиріччя. Причини, у силу дії яких людина вибирає конфліктну поведінку, і є головним чином суб'єктивними причинами виникнення міжособистісного конфлікту [34-36].

За характером впливу міжособистісні конфлікти бувають конструктивні та деструктивні. До позитивних наслідків конструктивних міжособистісних конфліктів І. Шама відносить: успішність спільної діяльності, стійкість міжособистісних зв'язків, адекватність взаєморозуміння і пізнання, задоволеність спілкуванням і результатами спільної діяльності [54, с. 101]. Наслідками деструктивних міжособистісних конфліктів найчастіше є: невиконання завдання, зниження продуктивності спільної діяльності, деформація і навіть розрив міжособистісних відносин. Серед результатів впливу деструктивних конфліктів виділяються: негативні психічні стани співрозмовників, зниження продуктивності індивідуальної діяльності.

Відповідно до причин, що зумовлюють конфлікти, І. Худолій виділяє міжособистісні конфлікти мотиваційної, когнітивної та діяльнісної сфер особистості.

– мотиваційні конфлікти – це «конфлікти інтересів, тобто ситуації, що зачіпають цілі, плани, прагнення, мотиви учасників, які виявляються несумісними або суперечать один одному» [49];

– когнітивні конфлікти – це ціннісні конфлікти, в яких відмінності між учасниками пов'язані з протилежними або несумісними уявленнями, які мають особливе значення (маються на увазі розбіжності у світоглядних, релігійних, моральних й інші значущих уявленнях).

– рольові конфлікти – це суперечливі ситуації, пов'язані з діяльнісною сферою, що виникають через порушення норм і правил, невідповідність виконання рольових зобов'язань. Норми можуть бути

зрозумілими (норми етикету) або є результатом особливих домовленостей (правила внутрішнього розпорядку) [49].

Крім того, І. Худолій виділяє серед причин міжособистісних конфліктів наступні фактори, що до них призводять:

- інформаційні фактори: пов'язані з неприйнятністю інформації для однієї із сторін (неповна, несвоєчасна, передчасна, недостовірна);

- поведінкові фактори: недоречність, грубість, егоїстичність, непередбачуваність та інші характеристики поведінки, що не приймається однією із сторін;

- фактори відносин: думка про внесок сторін у відносини, баланс сил у відносинах, особиста важливість цих відносин для кожної із сторін та прийняття цінності відносин іншою стороною; сумісність сторін у плані цінностей, поведінки, особистих чи професійних цілей;

- ціннісні фактори: суперечності в розумінні при прийнятті сторонами особистих систем вірувань і поведінки (установки, стереотипи, пріоритети) кожного опонента; наявність різних поглядів на групові, в тому числі професійні традиції, цінності, потреби і норми; відмінності в розумінні релігійних, культурних, регіональних та політичних цінностей тощо;

- структурні фактори: стабільні обставини, існуючі об'єктивно, незалежно від бажань опонентів, які важко чи не неможливо змінити (закон, вік, фіксовані дати, підзвітність) [49].

За даними Н. Буняк, до виникнення конфліктів призводять як ситуативні, так і особистісні, характерологічні чинники:

- ситуативними чинниками виникнення конфліктів є: незадоволення актуальної потреби людини; почуття невизначеності, невпевненості, дезорієнтація, втома; нестійкість настрою, підвищена емоційна збудливість, недостатня інформованість; факт несправедливого ставлення до людини;

- серед характерологічних передумов виникнення міжособистісних конфліктів у відносинах з іншими виділяються стійкі якості та риси

характеру, що активізують зіткнення з оточуючим, викликають негативне ставлення до людини, почуття антипатії і протидії [6, с. 50].

Г. Ложкін серед характерологічних передумов виникнення конфліктів у відносинах людей називає: надмірну критичність і нетерпимість до недоліків інших; знижену самокритичність; імпульсивність; нестриманість у почуттях; негативні комунікативні стереотипи у ставленні до людей; особистісну схильність до агресивної поведінки; схильність підкоряти собі інших; низьку моральність, невихованість; відсутність внутрішньої духовної культури; неухважність до людей; корисливість; егоїзм [23, с. 67-68].

За ствердженням Л. Котлової, міжособистісні конфлікти часто виникають у стосунках із людьми з негнучким, ригідним характером, з тими, хто не адекватно сприймає інші альтернативні форми поведінки, що суперечать їхнім принципам і цінностям. Конфліктні люди часто егоцентричні і не визнають компромісів, прагнуть до визнання і поваги оточуючих, хочуть посідати більш престижне і впливовіше місце в групі. І навпаки – оптимальною рисою для встановлення гармонійних відносин з оточуючими є притаманна людям емпатія. Емпатійні люди, які вміють враховувати думку інших, привітливі, оптимістичні, сердечні, емоційні, менше вступають у конфлікти [19, с. 445].

У механізмах виникнення конфліктів провідну роль відіграє дія конфліктогенів, які несуть в собі психологічну схильність до ескалації суперечностей. За ствердженням С. Ємельянова, кожен конфліктоген можна віднести до однієї з трьох психологічних першопричин, а саме: прагнення до переваги, вияв агресивності, прояв егоїзму. При цьому до конфліктогенів як прямих виявів переваги над іншими людьми, належать: накази, загрози, зауваження, звинувачення, насмішки, хвастоці, категоричність думок, перебивання іншого, обман, приховування інформації та ін. [10, с. 203].

За ствердженням О. Чалої, всі вияви агресивності, як прихованої, так і відкритої, що межує з ненавистю і завданням шкоди іншим, завжди є могутнім конфліктогеном, що викликає відчуття страху, фрустрації.

Перебуваючи у напруженій ситуації, людина прагне себе захистити, і обирає різні способи психологічного захисту, в тому числі і агресію, конфліктну сутичку. Крім того, конфліктогенами є й всі прояви егоїзму, адже егоїстично налаштована людина завжди прагне добиватися чогось для себе за рахунок інших, а це сприймається іншими людьми як несправедливість, і, звичайно ж, слугує ґрунтом для конфліктів [51, с. 252].

Виникненню конфліктів також може сприяти низький рівень розвитку свідомості та самосвідомості у сприйнятті різноманітних непередбачуваних соціальних ситуацій. У цьому випадку людина не вміє зважувати можливі варіанти поведінки. Завищена самооцінка детермінує конфлікти з близьким оточенням, яке не сприймає розбіжності з реальними можливостями особистості [19, с. 446].

Розглядаючи види поведінки, що переважає у людей під час вирішення конфліктних ситуацій, Л. Котлова виділяє:

1. Поведінку, обумовлена суб'єктивними чинниками, які спроектовані на оточення, що може виявлятися у вигляді: непрямой агресії у провокуванні конфліктів; негативізму, спрямованого проти авторитету лідера в групі; образи, почуття провини, яка породжує внутрішній конфлікт.

2. Поведінка, яка обумовлюється деструктивними об'єктивними стимулами: порушення дисципліни; грубощі, зухвала поведінка; незгода і критика висунутих ідей і пропозицій; ігнорування вимог, ухилення від виконання завдань; фізична і вербальна агресія; збудливість, готовність до прояву запальності; підозрілість тощо [19, с. 447].

В означеному контексті варто розглянути і стратегії подолання міжособистісних конфліктів. Найбільш відомою є класифікація стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях, запропонована К. Томасом і Р. Кілменом у 1972 р., що включає: суперництво (конкуренцію, змагання, конфронтацію); уникнення (відхід, ігнорування або відхилення); пристосування (змушену поступку); компроміс; співробітництво (співпрацю).

Типологічними характеристиками найбільш частих стратегій вирішення конфліктів є:

- людина, яка використовує суперництво, дуже активна, й намагається йти до вирішення конфлікту своїм шляхом, не надто зацікавлена у співпраці з іншими, навпаки здатна на вольові рішення і прагне до задоволення тільки своїх інтересів;

- при виборі стратегії уникнення, людина не відстоює власні права, не співробітничас ні з ким для вирішення проблеми, а просто ухиляється від конфлікту. Іноді це є свідомою тактикою попередження загострення відносин, коли людина розуміє, що залучаючись до обговорення суперечливих питань, ризикує зруйнувати гарні відносини з опонентом;

- при компромісі людина дещо поступається своїми інтересами, щоб задовольнити їх в іншому. Компроміс є вдалим відступом чи навіть останньою можливістю прийти до певного рішення конфлікту;

- людина, яка схильна до вибору співробітництва, приймає активну участь у вирішенні конфлікту, але при цьому намагається саме співпрацювати з іншою людиною, знайти з нею спільну мову;

- для особи, що надає перевагу пристосуванню, властиво діяти разом з іншою людиною, не намагаючись відстоювати власні інтереси, погоджуватися із вимогами та обраним рішенням конфлікту з боку опонента [2, с. 43-44].

Кожна із вказаних стратегій поведінки в конфліктній ситуації має свої недоліки й переваги та може бути ефективною у вирішенні конфлікту лише в певних ситуаціях. На думку О. Барабаш, найоптимальнішим варіантом вибору стратегії поведінки в конфліктній ситуації є вибір її на основі аналізу всіх компонентів конфлікту [3, с. 212].

За свідченням К. Лисенко-Гелемб'юк, суттєво впливають на розв'язання конфлікту наступні фактори: достатня кількість часу на обговорення і з'ясування проблеми, позицій та інтересів; прийняття рішення щодо предмету конфлікту; участь третьої сторони (як посередника у

вирішені конфлікту); своєчасність розв'язання конфлікту; рівновага сил і культура конфлікуючих сторін; єдність цінностей, спільна їх система, досвід розв'язання подібних конфліктів, особливості відносин (позитивні – негативні). Вказані фактори розв'язання конфліктів, зокрема міжособистісних, конгруентні з якістю, ефективністю і конструктивністю їх вирішення [22, с. 183].

При цьому, як відзначають Ю. Бабаян, І. Скачко, характер поведінки людини у конфлікті залежить як від об'єктивних умов протікання конфлікту, зокрема сили сторін, наявності у них союзників, сил підтримки, матеріальних та інших ресурсів, якими володіють сторони конфлікту, співвідношення сил, так і від соціально-демографічних характеристик учасників конфлікту, зокрема гендерних відмінностей, соціального статусу в групі тощо [2, с. 46].

Отже, міжособистісний конфлікт визначається як зіткнення несумісних бажань, прагнень, настанов партнерів зі спілкування. Виникнення міжособистісних конфліктів обумовлюється об'єктивними і суб'єктивними причинами, а серед факторів, що впливають на їх перебіг виділяються ситуативні та характерологічні особливості опонентів.

Найбільш відома класифікація стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях включає: суперництво, уникнення, пристосування, компроміс і співробітництво, ефективність вибору яких залежить від конкретних причин виникнення та умов розв'язання конфліктів.

## **1.2. Психологічні передумови виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці**

Психологічні особливості виникнення конфліктів у ранньому юнацькому віці багато в чому обумовлюються віковими характеристиками зростання особистості. За ствердженням О. Чалої, «юність являє собою період особливої концентрації конфліктів на етапі особистісної та професійної ідентифікації». В юнацькому середовищі часто виникають

конфлікти, в яких суб'єкти, реалізуючи переважаючі вікові потреби в досягненнях, самореалізації, в самоствердженні, змагаються, самовиражаються, відстоюють свої цінності, позиції, пристрасті [51, с. 250].

Даючи характеристику особам раннього юнацького віку, О. Крюкова зауважує, що юнаки «будучи добре поінформованими, володіючи предметними вміннями і навичками, в більшості не можуть самостійно орієнтуватися в життєвих ситуаціях, свідомо приймати рішення, відповідати за свої дії та вчинки, самостійно вирішувати життєві проблеми». Відсутність у деяких юнаків і дівчат навичок конструктивного спілкування, здатності продуктивно співпрацювати в команді, загальних принципів розуміння сутності найпростіших соціальних процесів призводить до конфліктів, стресових ситуацій, неадекватної соціальної поведінки» [21, с. 418].

Аналізуючи особливості виникнення конфліктів у юнаків, Ю. Бабаян та І. Скачко вказують, що для раннього юнацького віку конфлікти є досить властивими, вони є надзвичайно яскраво вираженими та вважаються обов'язковим атрибутом цього вікового періоду. Конфлікти юнаків є одним із засобів самоствердження особистості, формування її активної позиції у взаємодії з навколишнім світом, а тому можуть бути визначені як конфлікти становлення і самоствердження [2, с. 40].

Характеризуючи юнацький період в розвитку особистості, О. Чала вказує на наявність широкого спектру психологічних проблем, як внутрішньоособистісних, так і міжособистісних, які супроводжують життя юнака і відображають його суперечливі стосунки з самим собою і оточуючим світом. В ранньому юнацькому віці, в період переживання кризи самовизначення, потужним чинником внутрішньої конфліктності є переживання внутрішньоособистісних конфліктів, які виникають на основі накопичення маси зовнішніх, суперечливих вражень, що потім спровокують якісний стрибок в побудові внутрішнього світу [50, с. 623].

За свідченням Н. Макарчук, для юнацького віку характерні:

– конфлікти самосвідомості, основою яких є суперечність між самооцінкою особистості та присвоєним відношенням до себе інших людей, усвідомлення особистістю свого місця в системі значимих суспільних зв'язків та переживання щодо значимості свого «Я» для інших і для себе в цих стосунках;

– конфлікти в фруструючих ситуаціях як наслідок депривації потреб, мотивів, потягів та інших динамічних виявів особистості (за неможливості отримати бажане – юнаки схильні до конфліктної поведінки);

– конфлікт ролей, що виникає при невідповідності поведінки юнаків до рольових очікувань з боку інших, а також при порушенні їх рольових передбачень щодо поведінки інших (друзів, дорослих тощо);

– конфлікт як результат не узгодження соціальних вимог з особистісними потребами чи цінностями тощо [25, с. 11].

Негативні емоції, які супроводжують деструктивний внутрішній конфлікт, а саме: хронічна тривожність, емоційний дискомфорт, знецінення себе та світу, можуть викликати адиктивну поведінку юнака. Г. Ложкін і Н. Пов'якель відзначають, що в такому випадку юнак хоче уникнути проблем реальності за допомогою штучної зміни власного психічного стану для набуття ілюзії безпеки, знаходження рівноваги. Однак залучаючись до зміни реальності, юнак підвищує ризик виникнення адиктивної поведінки (палить тютюнові вироби, вживає алкогольні і наркотичні речовини, занурюється у віртуальний світ комп'ютерних ігор чи мережевого спілкування). Однак він створює нову проблему, стаючи безпорадним перед власною пристрастю [24, с. 139].

І навпаки – успішне подолання внутрішньоособистісних конфліктів може свідчити про стійке подолання кризи самовизначення в юнацькому віці та вказувати на стабілізацію особистісного розвитку. При цьому серед хлопців та дівчат раннього юнацького віку часто виникають й міжособистісні конфлікти.

Розглядаючи особливості міжособистісних конфліктів в ранньому юнацькому віці, варт звернутися до причин їх виникнення. За ствердженням Н. Пов'якель, психологічними причинами виникнення міжособистісних конфліктів в юнаків найчастіше виступають:

- проблеми соціальної адаптації, рольова невизначеність у відносинах з дорослими (юнаки намагаються довести власну дорослість, однак також прагнуть підтримки і поради від батьків та вчителів);

- не стійкість системи моральних цінностей, ситуативність моральних принципів;

- прагнення до особистісної неповторності, оригінальності, бажання довести оточуючим власну унікальність, вимога до них підтвердити і засвоїти їх цінність;

- застосування вчителями і психологом виховних заходів, прийомів, які не відповідають віковим особливостям осіб юнацького віку;

- консервативна форма організації освітнього процесу, відсутність інтересу учнів (студентів) до навчального предмету через традиційне його викладання;

- не згода з вимогами педагогів; невиправдана «масивність» педагогічного впливу на учня у зв'язку із здійсненим вчинком;

- використання уроку для з'ясування стосунків у системі «вчитель-учень»;

- втручання інших осіб у міжособистісні взаємини хлопців і дівчат у школі та поза нею;

- імпульсивні захисні реакції у зв'язку з приниженням власної гідності та самоповаги юнака [34, с. 36].

За ствердженням Л. Матяш-Заяц, ранньому юнацькому віку властиве:

- розуміння міжособистісного конфлікту переважно як негативного явища;

- досить адекватне усвідомлення власної схильності до конфліктної взаємодії та особистісної конфліктності та її спрямованості на певні об'єкти;

- приписування ініціативи виникнення міжособистісних конфліктів іншим людям (дуже часто юнаки не беруть на себе відповідальність за конфліктні відносини);

- протиріччя між високою частотою проявів конфліктності та надмірно завищеною самооцінкою власних якостей та наявністю в юнаків знань для попередження конфліктів;

- бажання поглибити власні знання та набуті вміння і навичок з попередження та успішного вирішення конфліктів [26, с. 16].

Найчастішими причинами виникнення міжособистісних конфліктів між педагогами та особами раннього юнацького віку (старшокласниками, студентами коледжу), за Н. Пов'якель, виступають: «публічні образи осіб раннього юнацького віку; осуд взаємних симпатій; афективне оцінювання і вимоги у формі погроз та криків; зловживання відкритістю і розголос «таємниць»; зацікавлення особистим життям юнаків і дівчат без їх згоди; негативне оцінювання колег з апеляцією до учнів (студентів)» [34, с. 37].

Типовими є й конфлікти юнаків з батьками, які часто виникають через неготовність дорослих прийняти свою дитину в новій соціальній ролі. На думку А. Реана, у міжособистісних конфліктах юнаків з батьками переважними причинами є:

- посилення поведінкових реакцій емансипації та опозиції, які почали проявлятися ще в підлітковому віці, і набули свої гостроти в юнацькому, що не завжди зустрічає адекватне розуміння значимих дорослих;

- не розуміння батьками занять дитини;

- зневага до її переконань і принципів;

- осуд вибору друзів та партнерів по спілкуванню;

- претензії щодо частоти відвідувань розважальних закладів, побачень;

- зауваження до вибору одягу і зачіски;

- вимога щодо необхідності домашньої побутової праці.

А. Реан також вказує, що міжособистісні конфлікти юнаків з батьками загострюються при інфантильній поведінці перших, їх демонстративній неповазі, сварках з іншими дітьми в сім'ї (братами і сестрами), складних взаєминах з родичами, неспівпадінні типів особистості юнака з батьками [37, с. 377].

Особливу категорію міжособистісних конфліктів юнаків становлять конфліктні взаємини із однолітками. Типовими причинами конфліктних взаємин юнаків з однолітками О. Чала називає: несприятливі стосунки з окремими хлопцями чи дівчатами; складність входження в новий колектив (при вступі до університету чи переході до іншого закладу освіти – ліцею, коледжу); непорозуміння в інтимній сфері стосунків, сексуальні домагання; особливості одностатевого складу навчальної групи (наприклад, в кадетському корпусі); неспроможність зайняти чи підтримувати статусне становище в середовищі ровесників; неадекватні способи самопрезентації та самоствердження серед однолітків [51, с. 255].

У роботах відомого психолога Х. Ремшмідта відзначено, що конфлікти юнаків з однолітками найчастіше пов'язані із суперництвом та боротьбою за лідерство у колективі, групі. При цьому конфлікти на ґрунті суперництва відбуваються як між хлопцями, так і між дівчатами. Хлопці змагаються за лідерство у групі, за успіхи у фізичній та інтелектуальних сферах, за дружбу і прихильність. Конфлікти дівчат юнацького віку виникають переважно через суперництво між собою за прихильність старших за віком хлопців [2, с. 40].

На думку І. Кона, юнаки у спілкуванні з представниками протилежної статі орієнтуються в основному на ровесниць, а дівчата переважно – на більш старших представників чоловічої статі [16].

Ю. Бабаян та І. Скачко вказують, що особливості конфліктів та поведінки юнаків у них залежать певним чином від статі опонента. Так, за результатами їх спостережень, у конфліктах з хлопцями юнаки проявляють високу впевненість, цілеспрямованість, гнучкість, але бувають менш впевненими у конфліктах з дівчатами. А для дівчат юнацького віку стать

опонента не є важливою, однак значущим чинником поведінки в конфлікті є особисті симпатії до іншого учасника, від цього й залежать реакції конструктивності і гнучкості рішень у суперечливих ситуаціях [2, с. 43].

За даними В. Петюха, Л. Торгової, дівчата юнацького віку у конфліктах хлопцями відрізняються значно більш гнучкою поведінкою, ніж у конфліктах з представницями своєї статі, вони більш інтуїтивні, розумні, конструктивно рефлексивні. У процесі спілкування у змішаних конфліктах (дівчата і хлопці) дівчата використовують більш широкий і гнучкий спектр вербальних і невербальних методів впливу на опонентів, спектр засобів регулювання конфліктів у дівчат ширший і різноманітніший, ніж у хлопців [17].

Прийнято вважати, що відносини між хлопцями юнацького віку характеризуються більшою конфліктністю та наявністю змагання, меншим саморозкриттям і обговоренням почуттів, ніж у дівчат. Чоловіча установка на змагання не дає хлопцям брати до уваги оточуючих.

У той же час вважається, що конфлікти між дівчатами юнацького віку вирішуються складно, що пов'язується з такими гендерними відмінностями жіночої статі у конфліктних ситуаціях, як: емоційна або прагматична спрямованість; висока емоційність реакцій та переживань; емоційність та інтенсивність прояву конфліктності; значне внутрішнє суперництво між дівчатами; ревності дівчат та їх мікроугруповань до успіху інших відокремлених дівчат, їх успіхів у чоловічому соціумі, уваги та визнання з боку юнаків; зниження нормативності поведінки [40].

Як вказують В. Петюх, Л. Торгова, навіть посередництво у конфліктах серед дівчат юнацького віку під силу тільки самим дівчатам чи жінкам, адже хлопці (чоловіки) не вміють вирішувати емоційно насичені конфліктні ситуації, які виникають між дівчатами. Хлопці надають перевагу вирішенню конфліктів за допомогою засобів сили, погроз, маніпуляцій. У той же час дівчата є більш гнучкими маніпулятори, які точно оперують емоційними станами всіх сторін конфлікту і досить легко справляються з розв'язанням цих суперечливих ситуацій. Дослідники доводять, що саме хлопці-юнаки

менш гнучкі і більш ригідні у конфліктах, їм складно вдається прогнозувати, попереджувати і вирішувати конфлікти [17].

У праці Л. Котлової проаналізовано підходи психологів до розподілу чинників впливу на виникнення конфліктних форм поведінки, серед яких виділяються [19, с. 444-445]:

- соціально-психологічні (об’єктивні) та індивідуально-психологічні (суб’єктивні) чинники (Н. Грішина);
- внутрішні і зовнішні суперечності (Л. Божович [5]);
- вплив психологічних властивостей особистості, що акумулюються природними задатками індивіда, його соціальним досвідом й обумовлюються взаємодією суб’єктивних і об’єктивних чинників (Н. Пов’якель [34]).

У праці В. Чуловського зазначено, що соціально-психологічні чинники міжособистісних конфліктів в юнацькому віці пов’язані із наявністю ситуативних (зовнішніх) чинників, закладених у протиріччі між потребами особистості та об’єктивними можливостями їх задоволення та особистісних (внутрішніх) чинників, що виникають у зв’язку з протиріччями у смисловій сфері особистості, а також з когнітивними, рольовими, мотиваційно-ціннісними протиріччями особистості [52, с. 15].

За ствердженням В. Чуловського, перебіг міжособистісного конфлікту в ранньому юнацькому віці супроводжується відчуттям тривоги, непевності у собі та власних діях, ізольованості, відчуження, власної некомпетентності [52, с. 15]. При цьому в іншому дослідженні В. Чуловського визначено умови, від яких залежить гострота перебігу міжособистісних конфліктів в юнацькому віці: наявність психологічної підтримки; глибина і тривалість конфліктної ситуації; загальний психоемоційний стан опонентів; суб’єктивна оцінка ситуації як значущої; неможливість обговорити причини конфлікту; рівень особистісного розвитку, рівень домагань у конфлікті [53, с. 154].

На думку Л. Матяш-Заяц, міжособистісні конфлікти юнаків обумовлюються взаємодією соціально-психологічних чинників, серед яких

найбільш вагомими є: психологічні особливості індивідуального стилю спілкування з іншими; індивідуально-психологічні особливості особистості (конфліктність, агресивність, упередженість, наявність комунікативних установок, вибір неадекватного психологічного захисту в спілкуванні з оточуючими тощо); та соціальний статус у групі [26, с. 16].

Індивідуальний стиль проявляється у стилі спілкування, проявах прагнення до домінування чи доброзичливості (примусу чи співпраці), переважному стилі поведінки у конфліктних ситуаціях (кооперації чи змаганні), у рівнях розвитку комунікативних та організаторських умінь, комунікативного контролю, стратегії психологічного захисту при взаємодії з іншими, в готовності до ефективного вирішення конфліктів [26; 27].

За результатами досліджень Ю. Бабаян, І. Скачко, більше половини хлопців юнацького віку схильні до домінування, тобто вони прагнуть до лідерства, і готові відстоювати свої позиції через конфліктні форми взаємодії з іншими. Прояви дружелюбності значно менше властиві для юнаків, проте для дівчат юнацького віку переважним типом відносин до оточуючих є саме доброзичливість і дружелюбність. Дівчата частіше прагнуть до встановлення доброзичливих стосунків і співпраці з людьми, які їх оточують. Це в значній мірі обумовлює гендерні відмінності у проявах та стилях вирішення конфліктів у хлопців та дівчат [2, с. 45].

Індивідуально-психологічні особливості особистості раннього віку, що можуть провокувати виникнення міжособистісних конфліктів, виявляються у конфліктності, особистісній тривожності, ригідності, неадекватній самооцінці, виборі різних форм агресивних реакцій у фрустраційних ситуаціях (Л. Матяш-Заяц [26; 27]).

Конфліктність особистості раннього юнацького віку Л. Матяш-Заяц розглядає як інтегративну особистісну властивість, що характеризує частоту виникнення конфліктів та включення в них особистості. На думку дослідниці, дана властивість визначається цілим рядом факторів: психологічних (темперамент, рівень агресивності, психологічна стійкість та

саморегуляція, рівень домагань, емоційний стан); соціально-психологічних (соціальні установки та цінності, ставлення до опонента по спілкуванню, комунікативна культура); та соціальних (особливості життя і діяльності, загальний рівень культури, можливості для задоволення потреб) [26, с. 11].

Досліджуючи індивідуально-психологічні особливості хлопців та дівчат раннього юнацького віку, Ю. Бабаян, І. Скачко зробили висновок, що більшість дівчат мають низький рівень конфліктності, вони тактичні, не люблять конфліктів. Уміють їх згладжувати та легко уникати критичних ситуацій. Коли все ж доводиться вступати у конфлікт, вони беруть до уваги, як це може вплинути на дружні відносини, а тому більшість їх реакцій у конфлікті зумовлена ситуацією особистої симпатії до опонента. Для хлопців властиві інші результати – більше половини юнаків мають високий рівень конфліктності, вони шукають приводи для конфліктів, часто критикують оточуючих, нав'язують власну думку, навіть коли не мають рації. Середній рівень конфліктності властивий для третини опитуваних хлопців і дівчат, які конфліктують лише тоді, коли зачіпаються їх інтереси, і захищають власну думку, не дивлячись, як це вплине на їх відносини з оточуючими [2, с. 45].

За свідченням Н. Макарчук, конфліктна поведінка юнаків обумовлюється активізацією їх особистісних властивостей, серед яких дослідниця називає тривожність, агресивність, ригідність, фрустрованість, а також акцентуйовані риси та інтернальність локусу контролю. За її ствердженням, «акцентуйованість певних особистісних рис виступає особистісною детермінантою виникнення конфліктних ситуацій в юнацькому віці й зумовлює інтерперсональну конфліктну взаємодію» [25, с. 16]. Зокрема, у дослідженні локусу контролю юнаків Н. Макарчук довела, що екстернальність особистості вказує на нестабільність, ригідність, низький рівень самоусвідомлення, що означає порушення системи саморегуляції. Тобто в юнаків із екстернальним локусом контролю наявні психологічні передумови розвитку й активізації конфліктності особистості.

У праці Н. Герасімової виявлено, що конфліктність особистості і типові прояви конфліктної поведінки юнаків тісно пов'язані з акцентуаціями їх характеру, тобто перебільшеним розвитком окремих характерологічних рис, в результаті чого погіршується їх взаємодія з оточуючими, провокуються й загострюються конфліктні ситуації й інциденти [7, с. 9].

Крім того, за ствердженням Л. Матяш-Заяц, на виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці впливає низький соціальний статус особистості та негативні емоції, які виникають у різних ситуаціях міжособистісної взаємодії. За результатами її дослідження з'ясовано, що більшість юнаків, схильних до конфліктів, мають низький соціометричний статус, тобто для того, щоб заслужити увагу більшості, юнаки часто провокують конфлікти в групі, намагаються сперечатися із лідерами тощо. Також найбільше негативних емоцій в юнаків викликають ситуації міжособистісного спілкування, коли співрозмовники перекручують зміст їхніх слів і вкладають у них інший зміст (на це вказали близько 70% досліджуваних юнаків). Наступним серед потенційно конфліктогенних факторів є ситуації взаємодії, коли співрозмовник не дає юнакові висловити свою думку, постійно перебиваючи його. Ще близько 60% юнаків вказали, що їх дратує, якщо співрозмовник осаджує їх [26, с. 11].

Розглядаючи особливості виникнення міжособистісних конфліктів в юнацькому середовищі, І. Худолій вказує на специфіку впливу особистого сприйняття партнера чи опонента. Конфлікти можуть виникати як між давніми знайомими, так і між людьми, які тільки познайомилися. Адекватному сприйняттю людини іншою людиною нерідко заважають стереотипи, що вже склалися, при цьому стереотипи – це спрощені образи певних соціальних типів, які виникають в умовах дефіциту інформації. Наявність стереотипів, негативних установок, що формуються під впливом чуток, чужих думок, може бути перешкодою на шляху до знаходження згоди в суперечливих ситуаціях взаємодії між юнаками. Нерідко причиною міжособистісного конфлікту в юнацькому віці стає непорозуміння

(неправильне розуміння однієї людини іншої), що ускладнюється від різного ступеню значимості або цінності предмета конфлікту для співрозмовників [49].

I. Худолій зазначає, що від того наскільки значущим для конкретного індивіда представляється предмет конфлікту, багато в чому залежатиме і його конфліктна установка – схильність і готовність діяти в передбачуваному конфлікті певному режимі. Науковець I. Худолій виділив основні можливі типи конфліктної поведінки (прояви конфліктності особистості) юнаків [49] (табл. 1.1).

Таблиця 1.1

#### Типи особистості юнацького віку та можливі прояви їх конфліктності

Тип	Характеристика	Конфліктні риси
1	2	3
Гармонійний	Відмінно навчається. Громадський активіст. Глибоко і серйозно цікавиться літературою і мистецтвом, розвинений, культурний, комунікабельний, займається спортом. Чесний, порядний, нетерпимий до недоліків. Добрий і надійний товариш. Користується авторитетом у колективі.	Нетерпимість до слабкостей інших, конкуренція в навчанні та громадській роботі, заздрість з боку інших учнів/студентів.
Розчарований	Як правило, здібний. Старається навчатися добре, хоча задоволення від навчання не отримує. Прагне ствердити себе в хобі, мистецтві, спорті.	Роздратованість та агресивність, внутрішньоособистісний конфлікт, занижена самооцінка
Лідер	Навчається, як правило, слабо, за принципом «найменшої затрати сил». Але повністю задоволений собою. Про своє професійне покликання всерйоз не задумується. У науково-дослідній і громадській роботі участі не бере. У групі, класі до нього ставляться як до «баласту». Інколи намагається злукавити, скористатися шпаргалкою, пристосуватися. Коло інтересів в основному в сфері дозвілля.	Пихатість, самовпевненість, упертість, нечесна гра
Творчий	Використовує творчий підхід до будь-якої справи – навчання, громадської роботи, дозвілля. Заняття, де необхідні наполегливість, акуратність, виконавська дисципліна, його не захоплюють. Тому навчається, як правило, тільки якщо зацікавиться дисципліною чи темою. Займаючись науково-дослідною роботою, шукає власне оригінальне розв'язання проблем, не рахуючись із думкою визнаних авторитетів.	Самовпевненість, байдужість до суспільної думки, недисциплінованість.

## Продовження табл. 1.1

1	2	3
Богемний	Успішно навчається, з висока ставиться до інших, менш здібних учнів/студентів. Прагне до лідерства серед собі подібних, до інших ставиться зневажливо. «Про все» трохи чув, хоча знання його вибіркові. У сфері мистецтва цікавиться головним чином «модними» течіями. Завжди має «свою думку», відмінну від думки маси.	Зверхнє ставлення до інших, заздрість з боку інших, прагнення до влади, до визнання, байдужість до думки більшості.

Крім того, у розвитку міжособистісних конфліктів серед юнаків необхідно враховувати вплив соціально-психологічного середовища. Юнаки можуть конфліктувати, захищаючи не тільки свої особисті інтереси, а й представляючи інтереси окремих груп, інститутів, організацій, молодіжних колективів і суспільство в цілому. У таких міжособистісних конфліктах напруження боротьби і можливості знаходження компромісів багато в чому визначаються конфліктними установками тих соціальних груп, представниками яких є опоненти [49].

Таким чином, міжособистісні конфлікти юнаків обумовлюються взаємодією соціально-психологічних чинників, серед яких найбільш вагомими є психологічні особливості індивідуального стилю спілкування з іншими, індивідуально-психологічні особливості особистості (конфліктність, агресивність, упередженість, наявність комунікативних установок, вибір неадекватного психологічного захисту в спілкуванні з оточуючими тощо), та соціальний статус у групі.

### Висновки до розділу 1

1. Міжособистісний конфлікт визначається як конфліктна ситуація в міжособистісних відносинах, що включає протиріччя, які проявляються в протидії співрозмовників один одному через зіткнення несумісних бажань, прагнень, настанов. Міжособистісні конфлікти обумовлюються об'єктивними і суб'єктивними причинами, а серед факторів, що впливають

на їх виникнення, виділяються: інформаційні, поведінкові, ціннісні, структурні і фактори відносин.

За характером впливу міжособистісні конфлікти бувають конструктивні та деструктивні, а відповідно до причин, що зумовлюють конфлікти, – мотиваційні, когнітивні, рольові.

Найбільш відомою є класифікація стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях, що включає: суперництво; уникнення; пристосування; компроміс; співробітництво. Ефективність вирішення конфлікту залежить від правильно обраної стратегії поведінки в конфліктній ситуації та її відповідності причинам, які її спровокували.

2. Ранній юнацький вік характеризується переважаючими потребами в досягненнях, самореалізації, в самоствердженні, юнаки часто змагаються за найвищу позицію в групі (високий статус в класі), самовиражаються у конфліктах з іншими, відстоюють свої цінності, позиції, пристрасті.

Психологічними причинами виникнення міжособистісних конфліктів в юнаків найчастіше є: проблеми соціальної адаптації, рольова невизначеність в групі, класі; не стійкість системи моральних цінностей; прагнення до особистісної неповторності, оригінальності; несприятливі стосунки з окремими хлопцями чи дівчатами; проблеми у відносинах із педагогами, не згода з їх вимогами; консервативна форма організації освітнього процесу.

До соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці відносяться: індивідуальний стиль спілкування з оточуючими (не повага, зверхність, егоцентризм, агресивні реакції); неправильний вибір стратегії поведінки в конфліктній ситуації (навмисна ескалація конфлікту, загострення суперечності, демонстративне уникання); індивідуально-психологічні особливості особистості юнаків (конфліктність, наявність комунікативних установок); не задоволеність соціальним статусом в групі.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ВИНИКНЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

#### **2.1. Методи та організація дослідження соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці**

Для визначення соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці було організовано і проведено емпіричне дослідження.

У ході планування і підготовки, проведення дослідження виконано наступні завдання:

- визначено вибірку та обрано методика дослідження;
- проведено опитування осіб раннього юнацького віку;
- проаналізовано отримані результати дослідження, на основі ґрунтовного аналізу даних виявлено соціально-психологічні чинники виникнення конфліктів у відносинах юнаків;
- напрацьовано засади профілактичної та корекційної роботи психолога з попередження та подолання конфліктів юнаків;
- розроблено програму профілактики виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці;
- надано рекомендації особистостям раннього юнацького віку щодо подолання конфліктів.

Під час проведення дослідження використано метод опитування осіб раннього юнацького віку (з використанням спеціальних бланків опитувальників обраних методик). У випадку дистанційного виконання завдань опитувальників цей варіант проведення дослідження включав он-лай

опитування із висиланням респондентів бланків методик та отримання їх від них через вайбер і телеграм-канали.

Обробка результатів здійснювалась за допомогою методів якісного та кількісного аналізу, використання спеціальних формул для визначення середнього арифметичного значення, процентного відношення серед показників високого, середнього і низького рівнів, спеціальні методи математичної статистики для програмового опрацювання результатів опитування студентів та встановлення зв'язків між способами їх поведінки в конфліктних ситуаціях, стратегіями психологічного захисту у спілкуванні, проявами компетентності у вирішенні конфліктів, особистісною конфліктністю та властивостями особистості, що відображаються на характері міжособистісних відносин з оточуючими людьми.

Під час визначення методики дослідження опирались на твердження, що серед соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів в осіб раннього юнацького віку вагоме значення мають:

- індивідуальний стиль спілкування з оточуючими, на який впливає адекватний чи не конструктивний вибір стратегії поведінки в конфліктній ситуації, домінуючий механізм психологічного захисту у спілкуванні з оточуючими;

- індивідуально-психологічні особливості особистості юнаків, що мають прояви особистісної конфліктності, наявності типологічних рис характеру, що оптимально чи негативно впливають на міжособистісні відносини з іншими (авторитарність, незалежність, агресивність, недовірливість, залежність, конформізм, альтруїзм, схильність до співробітництва тощо).

Вибірку опитуваних склали 45 осіб раннього юнацького віку (16-17 років), з них 20 хлопців та 25 дівчат. Всі респонденти навчаються фаховому бізнес-коледжі Приватного вищого навчального закладу «Європейський університет».

Процедура проведення дослідження включала опитування студентів коледжу за обраними методиками протягом 1 тижня. Опрацювання результатів опитування юнаків тривало протягом двох тижнів з моменту отримання всіх бланків з відповідями студентів коледжу.

Для емпіричного дослідження соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці застосовано наступні методики:

1. «Тест-опитувальник К. Томаса для діагностики поведінки в конфліктній ситуації» (адапт. Н. Гришиної).
2. «Методика діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні» (В. Бойко).
3. Методика «Оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів» (П. Хеппнер, І. Петерсен).
4. «Оцінка рівня конфліктності особистості» (Є. Рогов).
5. «Методика діагностики міжособистісних відносин» (Т. Лірі, адаптація Л. Собчик).

Розглянемо особливості проведення та обробки результатів за обраними методиками.

*«Тест-опитувальник К. Томаса для діагностики поведінки в конфліктній ситуації»* (адапт. Н. Гришиної) призначений для визначення основного способу поведінки респондента в конфлікті.

Для опису способів поведінки людей в конфліктних ситуаціях К. Томас застосовував двомірну модель регулювання конфліктів, що включала показник кооперації, що пов'язана з увагою людини до інтересів інших людей, залучених в конфлікт; і показник наполегливості, для якої характерний акцент на захисті власних інтересів, досягненні своєї мети, всупереч бажанням опонента. За цими показниками вимірювання К. Томас виділяв такі способи регулювання конфліктів:

- суперництво (конкуренція; адміністративний тип) – прагнення досягти задоволення своїх інтересів на шкоду іншому;

- пристосування (пристосовування, вимушена поступка), що означає, на протигагу суперництва, принесення в жертву власних інтересів заради інтересів іншої людини;
- компроміс (економічний тип), що передбачає взаємні поступки обох сторін для досягнення альтернативного вирішення конфлікту;
- уникнення (традиційний тип), якому властиві відсутність прагнення до кооперації, і також відсутність тенденції до досягнення своїх цілей;
- співпраця (корпоративний тип), коли учасники ситуації приходять до альтернативи, яка повністю задовольняє інтереси обох сторін.

Респонденту пропонується бланк опитувальника та інструкція, за якою йому варто вибрати із 30 пар тверджень те, яке найбільше відповідає його типовій поведінці в конфліктній ситуації (А чи Б). Обробка здійснюється за ключем, при цьому за результатами одні тактики (способи поведінки) виражені слабо – мають значення нижче 5 балів, інші – сильно – вище 7 балів. За отриманими даними виявляється домінуючий спосіб поведінки респондента в конфліктній ситуації – суперництво (конкуренція), співробітництво, компроміс, уникнення або пристосування.

*«Методика діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні»* (В. Бойко) призначена для визначення переважної стратегії психологічного захисту респондента в спілкуванні з іншими людьми. За ствердженням В. Бойка, кожна людина в спілкуванні з оточуючими використовує безліч психологічних механізмів захисту, які об'єктивно можна вести до трьох позицій – миролюбності (доброзичливості, налаштованості на гармонійне спілкування), агресії (суперництва, змагання, прагнення до домінування, насадження власної думки і домагання реалізації своїх цілей будь-якою ціною) і уникнення (фізичного чи психічного дистанціювання від спілкування, від конфліктів із іншими, від відповідальних і вирішальних ситуацій взаємодії, від яких залежить подальше життя чи успіх у професійній, сімейній сфері тощо).

Респонденту пропонується бланк методики, що містить 24 твердження, до кожного з яких підібрано три варіанти відповіді «а», «b», і «с». Для визначення властивої респонденту стратегії психологічного захисту в спілкуванні з партнерами потрібно підрахувати суму відповідей кожного типу: варіант «а» – миролюбність, варіант «b» – уникнення, варіант «с» – агресія. Чим більше відповідей того чи іншого типу, тим чіткіше виражена відповідна стратегія; якщо їх кількість приблизно однакова, отже в контакті з партнерами респондент активно використовує різні захисту своєї суб'єктивної реальності.

*Методика «Оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів»* (П. Хеппнер, І. Петерсен) використовується для діагностики рівня конфліктологічної компетентності та значущості властивостей конфліктно-компетентної поведінки. Респонденту пропонується бланк методики, що містить 18 питань, які потрібно оцінити за шкалою: 4 б. – «цілком правильно», 3 б. – «швидше правильно»; 2 б. – «швидше не правильно»; 1 б. – «не правильно», що відповідає дійсному стану компетентності особи у вирішенні конфліктів.

За загальною сумою балів визначається рівень конфліктологічної компетентності респондента:

- від 18 до 48 балів – низький рівень, респондент схильний до ескалації конфлікту, не вміє його вирішувати мирним шляхом, відрізняється надмірною запальністю, емоційністю, не компетентністю у переговорах з опонентами;

- від 49 до 60 балів – середній рівень, респондент прагне уникнути конфліктних ситуацій, не приймає відповідальності за виникнення суперечностей, і хоче перекласти вирішення проблем на інших людей. В окремих випадках намагається поводитися адекватно, здатний до компромісу, однак може й пристосовуватися до вимог іншої сторони, щоб зберегти загальний мир у відносинах;

– від 61 до 72 балів – високий рівень, респондент вміє вирішувати конфлікт, намагається попередити його виникнення, адекватно поводить себе в процесі виявлення суперечностей і намагається досягти згоди з опонентами.

*Методика «Оцінка рівня конфліктності особистості»* (Є. Рогов) призначена для діагностики особистісної конфліктності. Респонденту пропонується бланк, що містить 8 питань із варіантами відповіді а, б, в. Після отримання результатів за кожну відповідь «а» нараховується 4 бали, за відповідь «б» 2 бали, а варіант «в» оцінюється в 0 балів.

За загальним сумарним балом визначається рівень конфліктності особистості:

1. 22-32 бали – респонденту властиві тактовність і миролюбність, він легко попереджує конфлікти, уникає конфліктних ситуацій вдома і на роботі (навчанні). Визнається низький, оптимальний рівень конфліктності.

2. 12-20 балів – середній рівень, респондент вступає в конфлікт тільки тоді, коли інші способи поведінки вже були застосовані і не принесли результату. Він здатний логічно побудувати аргументовану відповідь опоненту, не допускає приниження гідності, а тому його поважають партнери та опоненти.

3. Менше 10 балів – високий рівень конфліктності, респонденту властиві емоційність, імпульсивність, надмірна критичність, не стриманість і грубість.

*«Методика діагностики міжособистісних відносин»* (Т. Лірі, адаптація Л. Собчик) призначена для вивчення стилю міжособистісних відносин, а також виявлення уявлень респондента про себе.

Опитувальник складається з 128 простих коротких характеристик, які групуються по 16 питань в 8 октантах. Відзначаючи ті характеристики, які респондент вважає притаманними собі, він набирає бали за кожною із октант (від 0 до 16). Після того, як респондент оцінить себе і заповнить сітку реєстраційного бланка, підраховуються бали за 8 варіантами міжособистісної взаємодії. Для цього використовується «ключ», за допомогою якого

виділяються блоки по 16 номерів, кожен блок формує одну з 8 октант методики. Кількість перекреслених респондентом номерів в кожному блоці вноситься на таблицю кількісних результатів відповідно до кожної октанти, що відображає той чи інший варіант міжособистісних відносин.

Кожній з 8 октантів відповідає тип міжособистісних відносин: «Авторитарний (владний–лідируючий)»; «Незалежний–домінуючий»; «Прямолінійний–агресивний»; «Недовірливий–скептичний»; «Покірний–сором’язливий»; «Залежний–слухняний»; «Співпрацюючий–конвенціональний»; «Альтруїстичний–відповідально-великодушний.»

При цьому перші шість типів мають такі шкальні показники: 0-8 балів – мінімальний прояв якості, 9-12 – середнє значення, 13-16 – домінуючий прояв, акцентуація. А за останніми двома типами («співпрацюючий – конвенціональний» і «альтруїстичний – відповідально-великодушний») визначаються такі показники: 0-8 балів – адекватний прояв якості; 9-16 – надмірний прояв якості, на шкоду собі.

Найбільш заштриховані октанти відповідають переважному стилю міжособистісних відносин даного індивіда. Характеристики, що не виходять за межі 8 балів, властиві гармонійним особистостям. Показники, що перевищують 8 балів, свідчать про акцентуації властивостей, що виявляються даними октант. Бали, що досягають рівня 14-16, свідчать про труднощі соціальної адаптації.

Низькі показники за всіма октантами (0-3 бали) можуть бути результатом прихованості і не відвертості респондента. Перші чотири типи міжособистісних відносин (октанти 1-4) характеризуються тенденцією до лідерства і домінування, незалежністю думки, готовністю відстоювати власну точку зору в конфлікті. Інші чотири октанти (5-8) – відображають переважання конформних установок, невпевненість в собі, податливість думці оточуючих, схильність до компромісів. В цілому інтерпретація даних повинна орієнтуватися на переважання одних показників над іншими, і в меншій мірі – на абсолютні величини.

За обраними методиками, на нашу думку, можна визначити типові стратегії поведінки в конфліктних ситуаціях, механізми психологічного захисту в спілкуванні, а також особистісну конфліктність та індивідуальний стиль міжособистісних відносин, що впливає на виникнення чи мирне врегулювання конфліктних взаємин з іншими.

## 2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Представимо отримані результати опитування осіб раннього юнацького віку за всіма проведеними методиками. Використовуючи «Тест-опитувальник К. Томаса для діагностики поведінки в конфліктній ситуації» (в адаптації Н. Гришиної), отримали наступні результати опитування респондентів раннього юнацького віку (рис. 2.1., табл. А.1 (у додатку А)).

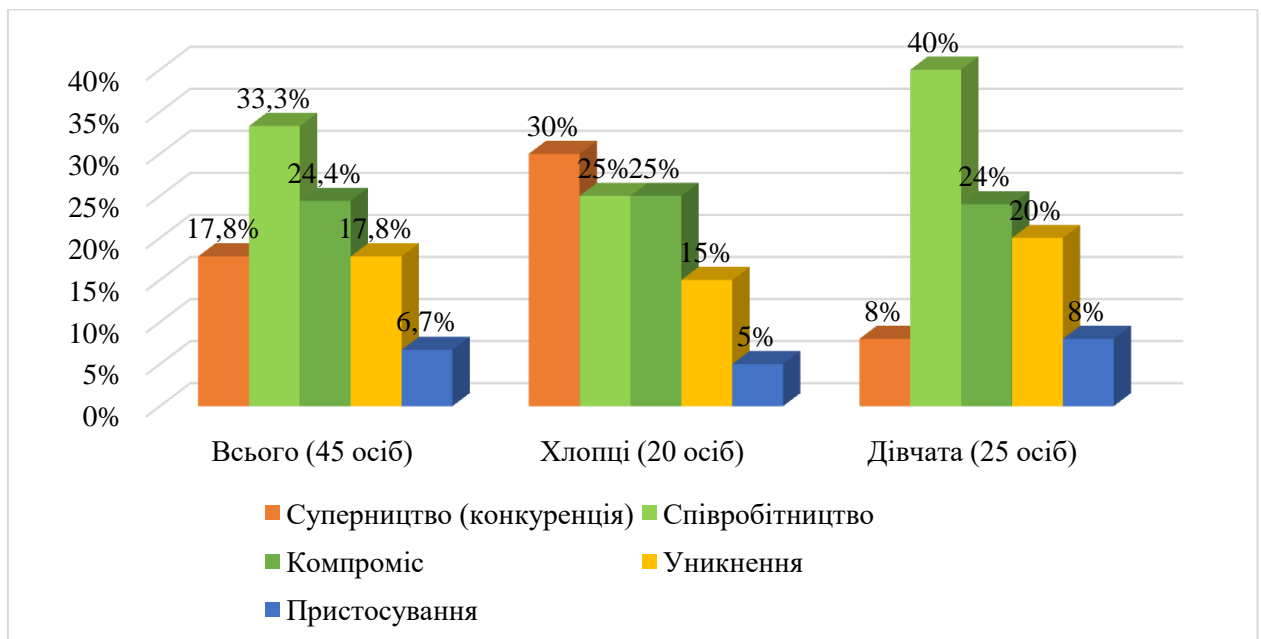


Рис. 2.1. Способи поведінки юнаків у конфліктних ситуаціях  
(за тестом К. Томаса)

Більшість опитаних (33,3%) мають вибір способу поведінки «співробітництво», що вважається найбільш оптимальним у вирішенні конфлікту, адже опоненти погоджуються на пошук спільного рішення, яке

буде задовольняти обох. Такий спосіб поведінки властивий для 25% хлопців та 40% дівчат.

Наступний оптимальний спосіб поведінки в конфлікті – компроміс, властивий для 24,4% респондентів (25% хлопців і 24% дівчат). При компромісі студенти прагнуть до успішного вирішення конфлікту шляхом взаємних поступок, і хоча інтереси жодної із сторін повністю не задовольняються, вони знаходять спільне рішення, яке зможе подолати конфліктність ситуації.

Відзначимо, що для третини опитаних хлопців (30%) властивий вибір способу суперництва, як прагнення довести власну правоту, досягнення своїх інтересів на шкоду іншим учасникам конфлікту. Серед дівчат цей спосіб поведінки властивий тільки для 8%. У загальному вимірі – 17,8% респондентів раннього юнацького віку схильні до суперництва (конкуренції), що не сприяє вирішенню конфлікту, а навпаки – загострює взаємини співрозмовників.

Також у 17,8% осіб виявлено спосіб поведінки уникнення (15% хлопців та 20% дівчат), що вказує на прагнення респондентів уникнути ситуації конфлікту, чи позбавлення необхідності у прийнятті відповідальних рішень. Ці студенти свідомо уникають конфліктів, або ж коли потрапляють у суперечливі ситуації, намагаються фізично дистанціюватися від них – відійти в сторону, покинути приміщення тощо. Зазначимо, що такий спосіб поведінки не сприяє вирішенню конфлікту, а тільки затягує його, не дає змоги висловити свої інтереси, відстояти свої думки.

У решти опитаних (6,7%) виявлено прагнення до пристосування (5% хлопців і 8% дівчат). Ці респонденти швидше погоджуються із думками більш авторитетних осіб, ніж відстоюють свої думки. Вони охоче перекладають відповідальність за прийняття рішень у ситуації конфліктів на інших.

Загалом можна відзначити, що 50% хлопців та 64% дівчат мають вибір оптимальних способів поведінки в конфліктах – співробітництва і

компромiсу. Однак також виразною є схильність юнаків до суперництва, що не є успішним способом вирішення конфлікту.

За «Методикою діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні» (В. Бойко) встановлено наступні дані (рис. 2.2., табл. А.2. (у додатку А).

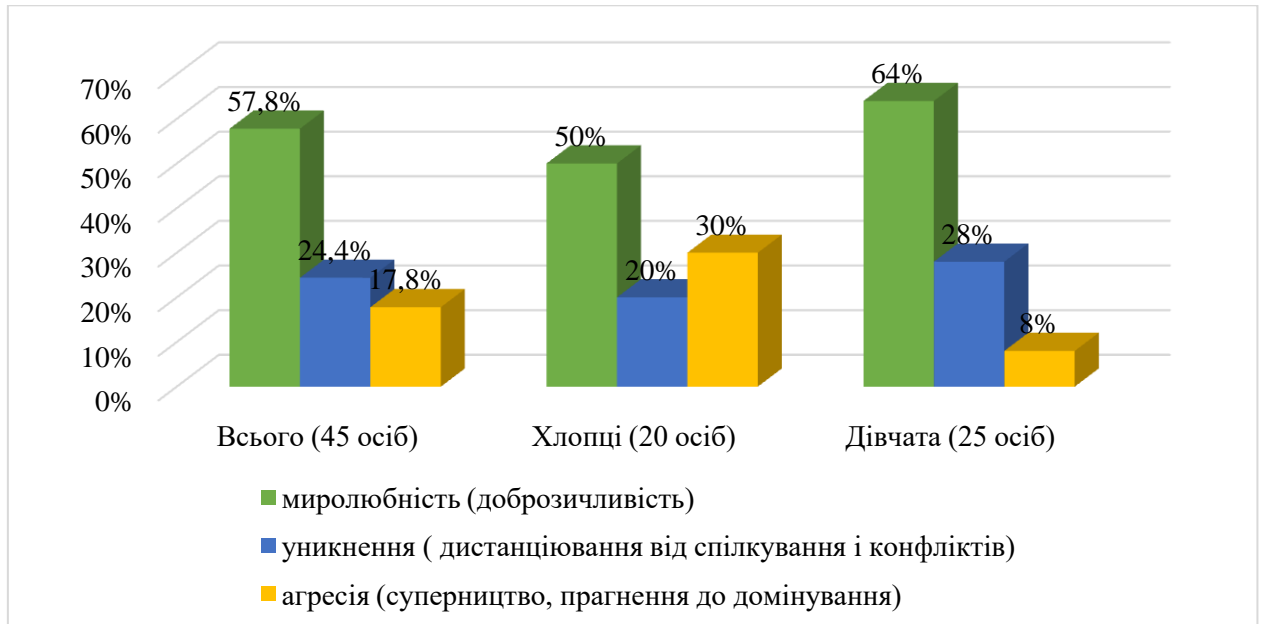


Рис. 2.2. Домінуючі стратегії психологічного захисту юнаків у спілкуванні (за методикою В. Бойка)

Серед опитаних юнаків переважна більшість (57,8%) мають схильність до миролюбності як стратегії психологічного захисту в спілкуванні. Вони надають перевагу доброзичливості у взаємодії з іншими, налаштовані на гармонійне спілкування. Серед хлопців до миролюбності схильні 50%, а серед дівчат таких осіб 64%. Отже, особи раннього юнацького віку переважно схильні до миролюбності та оптимального вирішення виникаючих конфліктів, готові адекватно поводитися у суперечливих ситуаціях, поступатися своїми інтересами, де треба, і відстоювати власні думки, щоб досягти справедливості у відносинах.

У 24,4% респондентів виявлено схильність до уникнення як стратегії захисту в спілкуванні, вони надають перевагу фізичному чи психічному

дистанціюванню від спілкування, від конфліктів із іншими. Серед хлопців до уникнення схильні 20%, а серед дівчат – 28%.

Агресія як наступна стратегія захисту в спілкуванні, навпаки, більш властива для хлопців (30%), ніж для дівчат (8%), а загалом проявляється 17,8% опитуваних. Ці студенти готові до суперництва, змагання, прагнуть до домінування, насаджують власні думки іншим, агресивно домагаються реалізації своїх цілей будь-якою ціною.

Отже, серед осіб раннього юнацького віку переважає миролюбність у спілкуванні, однак значна частина опитаних мають як схильність до уникнення, так і до агресії як стратегії захисту у комунікативній взаємодії.

Використовуючи методику «Оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів» (П. Хеппнер, І. Петерсен), отримали наступні дані (рис. 2.3., табл. А.3.(у додатку А)).

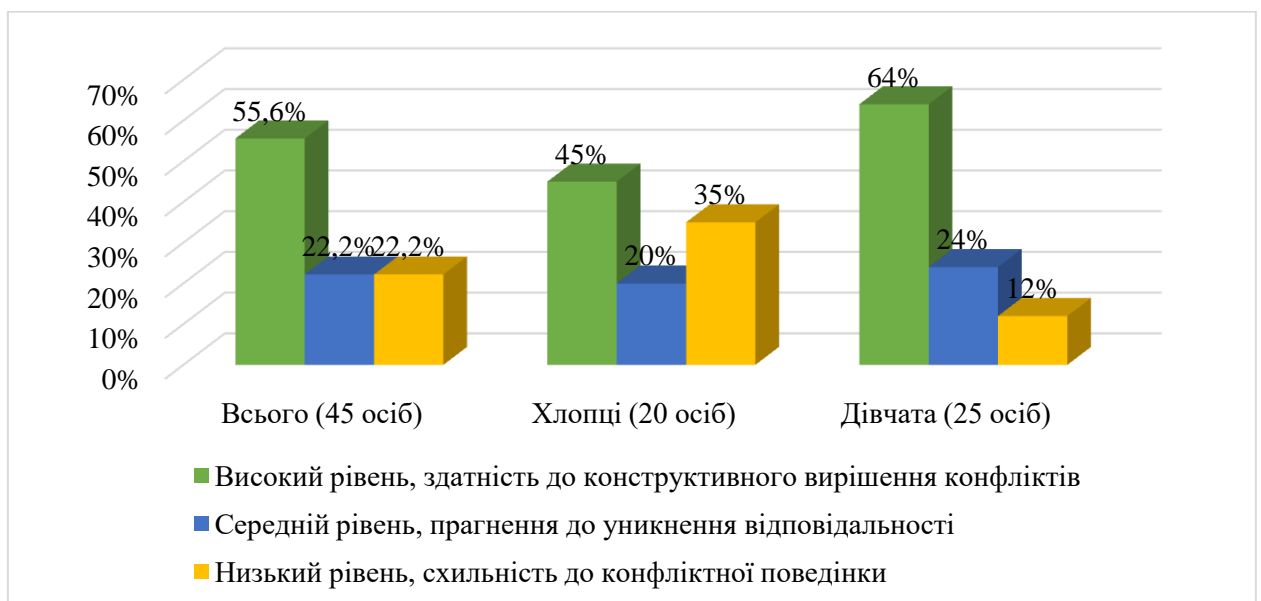


Рис. 2.3. Рівні конфліктологічної компетентності юнаків (за методикою П. Хеппнера, І. Петерсена)

Переважає більшість осіб раннього юнацького віку мають високий рівень компетентності у подоланні конфліктів, вони здатні до їх вирішення конструктивним шляхом (55,6% від загальної кількості респондентів, 45% хлопців і 64% дівчат).

Ще по 22,2% респондентів мають середній та низький рівні конфліктологічної компетентності. При цьому середній рівень компетентності у вирішенні конфліктів властивий для 20% хлопців і 24% дівчат (подібні прояви), ці опитувані мають часткові прагнення до уникнення відповідальності, можуть застосовувати стратегії компромісу і пристосування, однак найчастіше надають перевагу дистанціюванню від конфліктів, уникненню відповідальності за їх вирішення.

А низький рівень конфліктологічної компетентності – більш властивий для хлопців (35%), ніж для дівчат (12%). У них респондентів виявляється схильність до конфліктної поведінки, не вміння мирного вирішення суперечностей. Навпаки, вони готові до активного відстоювання власних інтересів, досягнення задоволення своїх бажань будь-якою ціною.

Відповідно до отриманих результатів спостерігаємо перевагу позитивних високих проявів конфліктологічної компетентності у 55,6% осіб раннього юнацького віку. Однак у решти студентів виявляється середній і низький рівень, що вказує на потребу проведення з ними розвивально-корекційної роботи, спрямованої на налагодження їх міжособистісних стосунків та навчання способам і прийомам конструктивного вирішення конфліктів.

За методикою «Оцінка рівня конфліктності особистості» (Є. Рогов) отримано наступні результати опитування юнаків (рис. 2.4., табл. А.4. (у додатку А).

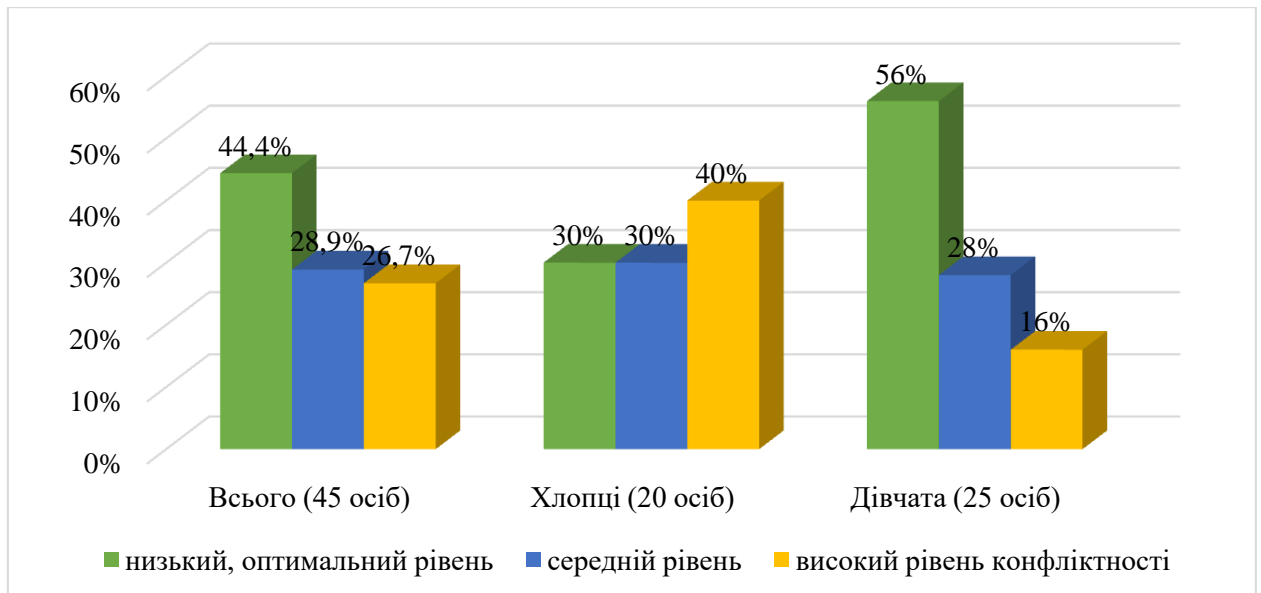


Рис. 2.4. Рівні конфліктності юнаків (за методикою Є. Рогова)

Вважаємо, що серед психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів вагоме місце займає особистісна конфліктність, що впливає на вибір стратегії поведінки в стосунках, і відповідно на вибір шляху вирішення конфліктів. Більшості опитаних характерний низький рівень конфліктності, що є оптимальним, і вказує на схильність до тактовності і миролюбності, бажання мирно вирішувати конфлікти (44,4%). Цей низький рівень конфліктності властивий для 30% хлопців та 56% дівчат раннього юнацького віку.

Середній рівень конфліктності виявлено у 28,9% респондентів, які схильні до аргументованої позиції в конфлікті, можуть поступитися своїми інтересами лише за наявності вагомих аргументів протилежної сторони, переважно налаштовані на справедливе розв'язання конфлікту. Готові до компромісу або свідомого уникнення конфлікту, дистанціювання від ситуації необхідності прийняття складних рішень. Цей рівень конфліктності властивий для 30% хлопців і 28% дівчат.

Високий рівень конфліктності, який не є оптимальним, і перешкоджає встановленню взаєморозуміння між співрозмовниками у комунікативній діяльності, виявлено у 26,7% респондентів, вони відрізняються надмірною

емоційністю, імпульсивністю, самі надмірно критикують інших, але не вміють приймати критики з боку оточуючих, бурхливо реагують на зауваження. Серед хлопців таких осіб 40%, а серед дівчат – 16%, ці опитувані володіють високим рівнем особистісної конфліктності, яка накладає відбиток на їх поведінку та взаємини з іншими.

Крім того, до соціально-психологічних чинників виникнення конфліктів у взаємодії юнаків відноситься й тип їх міжособистісних відносин, до проявляється через схильність до домінування чи доброзичливості, прагнення співпрацювати, альтруїстично допомагати іншим чи навпаки, відстоювати свої думки і цінності навіть на шкоду іншим. Використовуючи «Методику діагностики міжособистісних відносин (Т. Лірі, в адаптації Л. Собчик) в опитуванні осіб раннього юнацького віку, ми отримали наступні дані (рис. 2.5., табл. А.5.(у додатку А).

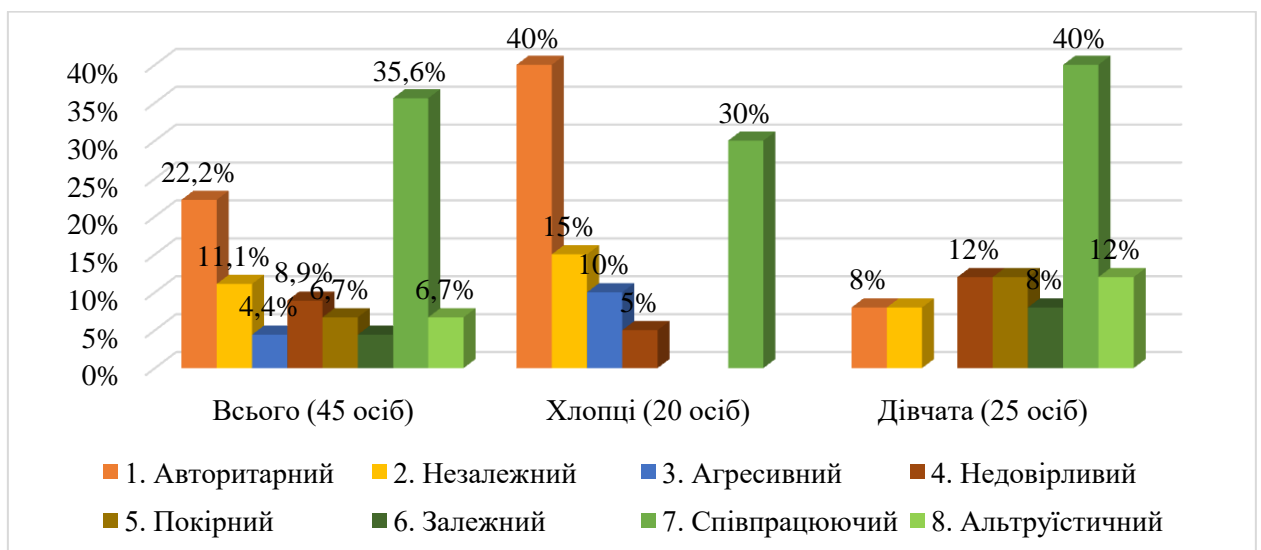


Рис. 2.5. Домінуючі типи міжособистісних відносин юнаків  
(за методикою Т. Лірі)

Переважає більшість респондентів мають співпрацюючий тип особистості, що визначає їх поведінку в міжособистісних відносинах (35,6%). Ці респонденти готові до співробітництва, можуть надати підтримку, співчувають і допомагають іншим. Серед опитаних до співробітництва готові 30% хлопців і 40% дівчат.

Також виразним є авторитарний тип, який відрізняє прагнення до домінування, доведення власної позиції, зверхнє ставлення до інших (22,2%). Ці респонденти надають перевагу владній позиції на слабшими, відчувають задоволення від свого авторитарного впливу на членів колективу – 40% хлопців і 8% дівчат.

Також досить виразно виявляється у хлопців незалежно-домінуючий тип (15%), що значно менше виявляється у дівчат (8%) (це 11,1% від загальної кількості респондентів). Ці респонденти впевнені в собі, незалежні, орієнтовані на свої інтереси і готові до суперництва.

Недовірливо-скептичний тип виявлено у 8,9% респондентів (переважно у дівчат – 12%), ніж у хлопців (5%). Ці респонденти реалістичні в судженнях, критичні у ставленні до інших, не довіряють їм. Відчувають труднощі у міжособистісних контактах через підозрілість до людей.

Покірно-сором'язливий тип мають 6,7% опитаних (виявлено тільки серед 12% дівчат). Вони скромні, покірні, емоційно стримані, часто не мають власної думки, і готові підкоритися думці більш авторитетної особи.

Так само 6,7% респондентів мають альтруїстичний тип, який ще називається «відповідально-великодушним» (так само у 12% дівчат, і не виявлено серед хлопців). Ці опитувані відрізняються відповідальністю у ставленні до людей, делікатністю, вони добрі, проявляють симпатію, доброзичливість, турботу, вміють підбадьорити і заспокоїти оточуючих. Чуйні та доброзичливі, безкорисливі у стосунках з іншими людьми.

По 4,4% респондентів мають прямолінійно-агресивний і залежно-слухняний типи, однак вони по-різному проявляються серед хлопців та дівчат. Прямолінійно-агресивний тип властивий тільки для хлопців (10% від їх кількості), які відрізняються впертістю, наполегливістю у досягненні мети, енергійністю, безпосередністю у відстоюванні своїх інтересів.

Залежно-слухняний тип виявляється тільки у дівчат (12% від їх кількості). Вони конформні, м'які у спілкуванні, ввічливі, слухняні, часто

безпорадні, потребують допомоги і порад, не вміють проявляти опір несправедливим діям інших.

Отже, більшість опитаних юнаків мають співпрацюючий тип міжособистісних відносин, що характеризує їх як готовий до співпраці, мирного вирішення конфліктів. Водночас серед хлопців виразна схильність до авторитарності, незалежності, агресивного відстоювання своїх інтересів, а для дівчат – покірність, залежність, слухняність.

За результатами опитування респондентів раннього юнацького віку виявлено, що переважна більшість мають схильність до співробітництва, мирного вирішення конфліктів. Однак також є частина юнаків і дівчат, які схильні до агресії, суперництва, змагання у складних ситуаціях, що загострює відносини між ними, провокуючи виникнення конфліктів.

### **2.3. Встановлення та аналіз впливу соціально-психологічних чинників на виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці**

Для встановлення соціально-психологічних чинників, що впливають на виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці, ми проаналізували та порівняли всі результати опитування юнаків за використаними методиками, використали методи кореляційного аналізу для встановлення зв'язків.

Аналізуючи результати опитування юнаків, ми порівняли їх відповіді за всіма методиками і встановили певні закономірності. Зокрема, виявили, що для осіб із вибором способу поведінки суперництво однозначно властива схильність до агресії як стратегії захисту в спілкуванні (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Способи поведінки юнаків у конфліктних ситуаціях та їх переважні стратегії захисту в спілкуванні

Способи поведінки в конфліктній ситуації / всього (45 осіб)	Мироловність (26 осіб)		Уникнення (11 осіб)		Агресія (8 осіб)	
	n	%	n	%	n	%

Суперництво (8 осіб)					8	100%
Співробітництво (15 осіб)	15	57,7%				
Компроміс (11 осіб)	11	42,3%				
Уникнення (8 осіб)			8	72,7%		
Пристосування (3 особи)			3	27,3%		

Для студентів із виборами співробітництва і компромісу характерна схильність до миролюбності. Студентам із прагненням до уникнення і пристосування як поведінки в конфлікті, характерний вибір уникнення як стратегії захисту в спілкуванні з іншими.

Також ми проаналізували рівні конфліктологічної компетентності студентів коледжу з різними виборами способів поведінки в конфліктах (табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Способи поведінки юнаків у конфліктних ситуаціях та рівні їх  
конфліктологічної компетентності

Способи поведінки в конфліктній ситуації / всього (45 осіб)	Високий рівень (25 осіб)		Середній рівень (10 осіб)		Низький рівень (10 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
Суперництво (8 осіб)					8	80%
Співробітництво (15 осіб)	15	60%				
Компроміс (11 осіб)	10	40%	1	10%		
Уникнення (8 осіб)			8	80%		
Пристосування (3 особи)			1	10%	2	20%

Встановили, що для осіб із вибором суперництва властивий низький рівень конфліктологічної компетентності, ці особи не вміють мирно вирішувати конфлікти, не знають, як залагодити суперечності у відносинах з іншими.

Для юнаків, які схильні до співробітництва і компромісу, властивий високий рівень конфліктологічної компетентності, вони володіють достатнім рівнем знань та вмінь для попередження і вирішення конфліктів у міжособистісних відносинах.

Середній рівень конфліктологічної компетентності переважно виявлено у респондентів, які схильні до уникнення як способу вирішення конфліктів. Очевидно, що не знаючи, як правильно вирішити суперечку, вони надають перевагу фізичному чи психічному дистанціюванню.

Щодо закономірних впливів конфліктності на виникнення та успішність вирішення конфліктів, встановлено, що в осіб з високим рівнем особистісної конфліктності переважає вибір способу суперництва та конкуренції в конфлікті (табл. 2.3). Ті, хто обирають співробітництво і компроміс, майже всі мають низький, оптимальний рівень конфліктності.

Таблиця 2.3

## Способи поведінки юнаків у конфліктних ситуаціях та рівні їх конфліктності

Способи поведінки в конфліктній ситуації / всього (45 осіб)	Високий рівень, конфліктність (12 осіб)		Середній рівень (13 осіб)		Низький, оптимальний рівень (20 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
Суперництво (8 осіб)	8	66,7%				
Співробітництво (15 осіб)					15	75%
Компромiс (11 осіб)	4	33,3%	2	15,4%	5	25%
Уникнення (8 осіб)			8	61,5%		
Пристосування (3 особи)			3	23,1%		

А для студентів із середнім рівнем конфліктності переважно властивий вибір способів уникнення і пристосування, що характеризує їх як таких, що не вміють мирно вирішувати конфлікти, а тому свідомо намагаються перекласти відповідальність на інших за прийняття складних рішень.

Також ми проаналізували зв'язок між вибором способу поведінки в конфліктах та типом міжособистісних відносин юнаків (табл. 2.4).

Таблиця 2.4

## Способи поведінки юнаків у конфліктних ситуаціях та їх домінуючі типи міжособистісних відносин

Способи поведінки в конфліктній ситуації / всього (45 осіб)	1. Авторитар н. (10)		2. Незалежн. (5)		3. Агресивн. (2)		4. Недовірлив. (4)		5. Покірний (3)		6. Залежний (2)		7. Співпрац. (16)		8. Альтруїст. (3)	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Суперництво (8 осіб)	6	60%	2	40%												
Співробітництво (15 осіб)												1	93,8%			
Компромiс (11 осіб)	3	30%			2	100%			3	100%			1	6,2%	2	66,7%
Уникнення (8 осіб)	1	10%	3	60%			4	100%								
Пристосування (3 особи)											2	100%			1	33,3%

Для юнаків, які обирають суперництво, характерні авторитарний і незалежний типи міжособистісних відносин. Ці опитувані не вміють

вирішувати конфлікти, навпаки, тільки загострюють відносини з іншими, адже намагаються досягти своїх інтересів будь-якою ціною.

Для осіб із вибором співробітництва, однозначно властивий співробітницький тип. Саме ці респонденти є найбільш гуманними, налаштованими на доброзичливе спілкування з оточуючими, мирне вирішення виникаючих конфліктів.

До компромісу схильні багато студентів з різними типами міжособистісних відносин – авторитарного, агресивного, покірного, альтруїстичного, що вказує на власні інтереси юнаків, які приходять до компромісу з примусу інших, через власні переконання задля збереження гарних відносин з оточуючими, через особисту доброту тощо.

До уникнення як способу поведінки в конфлікті схильні студенти із незалежним і недовірливим типами. Очевидно, що мотивація вибору цього способу вирішення конфлікту в них різна. Недовірливий тип не хоче вступати в конфлікт, оскільки остерігається втрати своїх позицій і не справедливої поведінки з боку опонентів. А незалежний тип не вважає за потрібне приймати участь в конфлікті, оскільки сам впевнений у правоті, і не вважає за потрібне псувати відносини і нервувати, щоб довести це.

До пристосування готові юнаки із залежним та альтруїстичним типами. Залежний тип готовий пристосовуватися до думки інших, підкорятися авторитетним особам, адже сам не впевнений у своїх переконаннях. Альтруїст же хоче зберегти гарні відносини з іншими, вважає свої інтереси не настільки важливими.

Для перевірки зроблених висновків та дослідження існуючих зв'язків між соціально-психологічними чинниками та особливостями виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці нами застосовано методи математичної статистики і проведено кореляційний аналіз за допомогою критерію Спірмена (додаток Б).

На першому етапі ми проаналізували кореляційні зв'язки між способами поведінки юнаків у конфліктних ситуаціях та стратегіями їх захисту у спілкуванні (табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Результати кореляційного аналізу між способами поведінки юнаків у конфліктних ситуаціях та стратегіями їх захисту в спілкуванні

Способи поведінки в конфлікті	Стратегії захисту в спілкуванні		
	Миролобність	Уникнення	Агресія
Суперництво			0,89
Співробітництво	0,57		
Компроміс	0,52		
Уникнення		0,67	
Пристосування		0,53	

\*в таблиці зазначені значущі кореляційні зв'язки, при  $p > 0,5$

За отриманими результатами спосіб поведінки у конфлікті «суперництво» має значущий кореляційний зв'язок лише зі стратегією захисту в спілкуванні «агресія» (0,89). Таким чином, суперництво зумовлено активною поведінкою юнаків у конфлікті зі зростаючою агресією у ставленні до опонента під час спілкування. Спосіб поведінки «співробітництво» має позитивний кореляційний зв'язок зі стратегією захисту «миролюбність» (0,57), що свідчить про бажання юнаків співпрацювати в конфліктній ситуації, враховувати інтереси іншої людини, а під час спілкування проявляти спокій, врівноваженість та прагнення зберігати гідність. Зі стратегією захисту «миролюбність» також був виявлений позитивний кореляційний зв'язок способу поведінки у конфлікті «компроміс» (0,52). Взаємозв'язок є логічним, оскільки при використанні стилю компромісу обидві сторони дещо поступаються в своїх інтересах, і при миролобності проявляється прагнення поступатися натиску партнера, не загострювати відносини. Два способи поведінки у конфлікті – «уникнення» та «пристосування» мають значущі позитивні кореляційні зв'язки зі стратегією захисту у спілкуванні «уникнення» (0,67 та 0,53 відповідно). Ці показники свідчать про те що, при під час спілкування юнаки знаходяться в режимі

економії інтелектуальних і емоційних ресурсів, а під час конфлікту або діють спільно з іншою людиною без спроби відстоювати власні інтереси, або зовсім ухиляються від вирішення конфлікту. Слід зазначити, що усі значущі кореляційні показники свідчать, що стратегії поведінки у конфлікті та стратегії захисту у спілкуванні юнаків доповнюють одна одну.

Далі ми проаналізували кореляційні зв'язки між рівнями конфліктологічної компетентності юнаків та різними виборами способів поведінки в конфліктах (табл. 2.6).

Таблиця 2.6

Результати кореляційного аналізу між способами поведінки юнаків у конфліктних ситуаціях та рівнями їх конфліктологічної компетентності

Способи поведінки в конфлікті	Рівні конфліктологічної компетентності		
	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Суперництво			0,79
Співробітництво	0,61		
Компроміс	0,55	0,51	
Уникнення		0,68	
Пристосування			0,49

\*в таблиці зазначені значущі кореляційні зв'язки, при  $p > 0,5$

Встановлено, що низький рівень конфліктологічної компетентності має сильний позитивний кореляційний зв'язок зі способом поведінки у конфлікті «суперництво» (0,79), а також прикордонний зв'язок зі способом поведінки «пристосування» (0,49). В цілому таким показником можна знехтувати, однак ми вважаємо важливим звернути на нього увагу і проаналізувати.

Низький рівень конфліктологічної компетентності характеризує юнака як такого, що спирається на емоції, а не на свідомість, тобто він під час конфліктної взаємодії віддає перевагу моделі поведінки, відштовхуючись від свого емоційного стану в цей час. Юнак з низьким рівнем конфліктологічної компетентності апелює до повсякденної свідомості, а моделі поведінки вибирає інтуїтивно, керуючись миттєвим настроєм. Саме цим пояснюються суперечливі результати кореляційного аналізу стосовно одночасної наявності

взаємозв'язку зі стратегією, спрямованою на суперництво, або, навпаки, спрямованою на пристосування.

Середній рівень конфліктологічної компетентності має сильні позитивні кореляційні зв'язки зі способами поведінки у конфлікті «компроміс» (0,51) та «уникнення» (0,68). Слід зазначити, що при середньому рівні конфліктологічної компетентності юнак вибирає одну з моделей поведінки в конфліктній ситуації, а під час зміни умов конфліктної взаємодії він вже не може обрати іншу модель поведінки. За отриманими результатами, людина зі середнім рівнем конфліктологічної компетентності діє або за стратегією компромісу або уникнення. Тобто вона може уникати конфліктів і боятися їх виникнення, або шукати компромісні рішення та відстоювати власні інтереси. Можливо вибір стратегії пов'язаний з рівнем впевненості в собі, але вивчення цього питання може стати перспективою подальшого дослідження.

Високий рівень конфліктологічної компетентності має сильні позитивні кореляційні зв'язки з двома способами поведінки у конфлікті: «співробітництво» (0,61) та «компроміс» (0,55). Тобто у таких людей відсутня боязнь конфлікту, вони з радістю включаються в процес вирішення конфлікту, можуть брати на себе роль посередника, попереджати конфлікт на початковій стадії його виникнення.

У таблиці 2.7 подані кореляційні зв'язки між показниками рівнів особистісної конфліктності та способів поведінки в конфлікті. Високий рівень особистісної конфліктності має сильний позитивний кореляційний зв'язок зі способом поведінки у конфлікті «суперництво» (0,66), який свідчить про те, що використовуючи суперницьку стратегію, юнак реалізує свою потребу у конфліктах, він проявляє нестриманість, грубість і бажання бути в процесі з'ясування стосунків.

Таблиця 2.7

Результати кореляційного аналізу між способами поведінки юнаків  
у конфлікті та рівнями їх особистісної конфліктності

Способи поведінки в конфлікті	Рівні особистісної конфліктності		
	Високий рівень, конфліктність	Середній рівень	Низький рівень, оптимальний
Суперництво	0,66		
Співробітництво			0,75
Компроміс	0,53	0,54	0,50
Уникнення		0,61	
Пристосування			

\*в таблиці зазначені значущі кореляційні зв'язки, при  $r > 0,5$

Також високий рівень особистісної конфліктності має кореляційний зв'язок зі способом поведінки «компроміс» (0,53), але між компромісним способом участі у конфлікті та середнім (0,54) і низьким (0,50) рівнями особистісної конфліктності виявлені значущі кореляційні зв'язки. Таким чином, можна припустити, що вибір компромісного способу поведінки у конфлікті взаємозв'язаний не з силою прояву особистісної конфліктності, а з деякими іншими особистісними характеристиками та з навколишньою ситуацією й особливостями саме конфліктної ситуації. Тобто обрати компромісну стратегію поведінки у конфлікті здатна як миролюбна, так і доволі конфліктна людина.

Середній рівень особистісної конфліктності має позитивний кореляційний зв'язок із уникаючою поведінкою у конфліктній ситуації (0,61). На наш погляд, це доволі незвичайний зв'язок, оскільки середній рівень особистісної конфліктності характеризує людину як доволі конфліктну, але тільки коли немає іншого виходу. В свою чергу стратегія уникнення передбачає, що людина не відстоює свої права, а ухиляється від вирішення конфлікту. Можна припустити, що в даному випадку, це може бути особливостями саме юнацького віку або захисною поведінкою юнаків. Тобто під час конфлікту, наприклад, при недостатньому обґрунтуванні власної позиції, юнаки використовують відхід від проблеми, її ігнорування з метою перекладання відповідальності за рішення проблеми на іншу людину.

Низький рівень особистісної конфліктності має сильний позитивний кореляційний зв'язок зі способом поведінки у конфлікті «співпраця» (0,75). Таким чином, при вирішенні критичної ситуації юнаки беруть активну участь у відстоюванні власних інтересів, але при цьому поважають та співпрацюють з опонентами. Тобто така особистість не уникає конфлікту та здатна до переговорів, обґрунтування власної позиції, аналізу та прийняття інформації від іншої людини, при цьому зберігаючи миролюбність та гідність. Це найважчий, але найбільш ефективний спосіб поведінки в складних і важливих конфліктних ситуаціях, який вимагає від особистості інтелектуальної, емоціональної зрілості та оптимального рівня особистісної конфліктності.

Кореляційний аналіз між показниками способів поведінки в конфліктах та типами міжособистісних відносин дозволив виявити сильні взаємозв'язки (табл. 2.8).

Таблиця 2.8

Результати кореляційного аналізу між способами поведінки юнаків у конфлікті та домінуючими типами їх міжособистісних відносин

Способи поведінки в конфлікті	Типи міжособистісних відносин							
	1. Авторитарний	2. Незалежний	3. Агресивний	4. Недовірливий	5. Покірний	6. Залежний	7. Співпраця	8. Альтруїстичний
Суперництво	0,66	0,54	0,60		-0,52			
Співробітництво							0,86	
Компроміс	0,50				0,53		0,62	0,66
Уникнення		0,62		0,57				
Прийняття		-0,51				0,61		

\*в таблиці зазначені значущі кореляційні зв'язки, при  $p > 0,5$

Спосіб поведінки в конфлікті «суперництво» має три значущих позитивних кореляційних зв'язки з типами міжособистісних відносин, а саме: з авторитарним типом (0,66), незалежним типом (0,54) та агресивним типом

(0,60). Тобто при використанні домінуючої та агресивної стратегій поведінки у конфлікті, в міжособистісних відносинах людина також проявляє себе як впевнена в собі, наполеглива, орієнтована на себе, прямолінійна та енергійна особистість. До того ж, був отриманий один негативний кореляційний зв'язок з типом міжособистісних відносин «покірний» (-0,52). Негативний зв'язок свідчить, що при використанні суперницького способу поведінки у конфлікті людині не властиві прояви покірності, слабковільності та схильності поступатися. Взагалі для суперницького способу поведінки у конфлікті притаманний незалежно-домінуючий та владно-лідуючий стиль поведінки в міжособистісних стосунках.

Спосіб поведінки «співробітництво» має сильний кореляційний зв'язок з типом міжособистісних відносин «співпраця» (0,86). Тобто і в конфліктних ситуаціях, і в житті така особистість схильна до співпраці, кооперації, прагне бути в гарних відносинах з оточуючими, допомагати іншим та проявляє теплоту і дружелюбність у відносинах.

Між способом поведінки у конфлікті «компроміс» та типами міжособистісних відносин виявлені чотири статистично значущих кореляційних зв'язки: з авторитарним типом (0,50), покірним типом (0,53), співпрацюючим типом (0,62) та альтруїстичним типом (0,66). Таким чином, компромісний спосіб поведінки, який передбачає бажання людини знайти рішення, що задовольняє інтереси обох сторін конфлікту, пов'язаний з різними типами поведінки в міжособистісних стосунках. З одного боку, людині, що обирає компромісну поведінку у конфлікті, притаманний авторитетний та наполегливий стиль поведінки в міжособистісних відносинах, а з іншого боку, сором'язлива, лагідна поведінка, з помітним прагненням підкорятися сильнішому. Найсильніші зв'язки виявлені з типами поведінки «співпраця» та «альтруїзм». Тобто, обираючи компромісний спосіб поведінки у конфлікті, людина схильна до співпраці, кооперації, проявляє доброзичливість, відповідальність та співчуття у ставленні до інших людей. Загалом можна говорити про домінування відповідально-

великодушного та співпрацююче-конвенціонального стилю поведінки у міжособистісних відносинах юнаків.

Зі способом поведінки у конфлікті «уникнення» виявлений кореляційний зв'язок у незалежного (0,62) та недовірливого типів (0,57) міжособистісних відносин. Тобто людина не бажає вступати в конфліктну взаємодію, оскільки є нетерпимою до критики, може відчувати перевагу над оточуючими, мати виражений скептицизм та бути розчарованою в людях. Загалом такий стиль міжособистісної взаємодії можна позначити як недовірливо-скептичний.

Між способом поведінки у конфлікті «пристосування» одночасно існує негативний, але статистично значущий кореляційний зв'язок з незалежним типом міжособистісних відносин (-0,51) та позитивний статистично значущий кореляційний зв'язок з залежним типом міжособистісних відносин (0,61). Таким чином, прагнення людини пристосуватися у конфлікті пов'язано з конформністю, м'якістю, відсутністю бажання мати перевагу над оточуючими, проявами непевності в собі, тривоги. Зазначені характеристики притаманні залежно-слухняному стилю міжособистісної взаємодії.

Між показниками конфліктності та типами міжособистісних відносин також є значущі кореляційні коефіцієнти (табл. 2.9). Зокрема, встановлено, що високий рівень конфліктності має сильний позитивний зв'язок із авторитарним типом міжособистісних відносин (0,58), що вказує на схильність юнаків із високою особистою конфліктністю до використання домінуючого, директивного стилю спілкування з іншими. Часто така поведінка й провокує виникнення конфліктів з оточуючими.

Високий рівень конфліктності також має сильний зв'язок із агресивним типом міжособистісних відносин (0,53), що вказує на тісне поєднання конфліктності та агресивності в одній особистості, яка поводить себе агресивно щодо опонентів у конфлікті, сама може провокувати загострення відносин, намагається будь-якою ціною досягти своїх інтересів.

Таблиця 2.9

Результати кореляційного аналізу між рівнями особистісної конфліктності юнаків та домінуючими типами їх міжособистісних відносин

Способи поведінки в конфлікті	Рівні особистісної конфліктності		
	Високий рівень, конфліктність	Середній рівень	Низький рівень, оптимальний
Авторитарний	<b>0,58</b>		
Незалежний			
Агресивний	<b>0,53</b>		
Недовірливий			
Покірний			
Залежний			
Співпраця		0,50	<b>0,69</b>
Альтруїстичний			<b>0,53</b>

\*в таблиці зазначені значущі кореляційні зв'язки, при  $p > 0,5$

Також встановлено значущий кореляційний зв'язок між середнім і низьким рівнями конфліктності і співпрацюючим типом міжособистісних відносин (0,50 і 0,69). Отже, можна зробити висновок, що для юнаків, які схильні до співпраці у спілкуванні, характерні як оптимальні низькі, так і середні прояви особистісної конфліктності.

Ще було виявлено сильний кореляційний зв'язок між низьким, оптимальним рівнем особистісної конфліктності та альтруїстичним типом міжособистісних відносин (0,53). Ці дані вказують на те, що юнаки, які мають низьку конфліктність, готові поступатися іншим у важливих питаннях, охоче допомагають їм, проявляють альтруїзм, часто забуваючи про себе.

Проаналізувавши статистично значущі кореляційні зв'язки, з'ясовано, що способи поведінки юнаків у міжособистісних конфліктах обумовлені такими психологічними чинниками:

– суперництво обумовлене низьким рівнем конфліктологічної компетентності, високим рівнем особистісної конфліктності, агресивною стратегією захисту в спілкуванні, а також авторитарним, незалежним та агресивним типами міжособистісної взаємодії;

– співпраця обумовлена високим рівнем конфліктологічної компетентності, оптимальним рівнем особистісної конфліктності, миролюбністю як стратегією захисту в спілкуванні, а також схильністю до співпраці під час міжособистісної взаємодії;

– компроміс обумовлений високим та середнім рівнями конфліктологічної компетентності, оптимальним рівнем особистісної конфліктності, миролюбністю як стратегією захисту в спілкуванні, а серед типів міжособистісної взаємодії домінують прояви альтруїстичного типу, співпрацюючого типу, також є прояви авторитарного та покірного типів;

– уникнення обумовлено середнім рівнем конфліктологічної компетентності, уникненням як стратегією захисту в спілкуванні, середнім рівнем особистісної конфліктності та незалежним і недовірливим типами міжособистісної взаємодії;

– пристосування обумовлено низьким рівнем конфліктологічної компетентності, уникненням як стратегією захисту в спілкуванні, а також залежним типом міжособистісної взаємодії.

Виділені психологічні чинники виникнення міжособистісних конфліктів в юнацькому віці варто враховувати при побудові психокорекційної програми з профілактики і подолання конфліктів в учнівському/студентському середовищі.

## **Висновки до розділу 2**

Для визначення соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів осіб раннього юнацького віку було організовано і проведено емпіричне дослідження. Вибірку опитуваних склали 45 студентів раннього юнацького віку (16-17 років), з них 20 хлопців та 25 дівчат, які навчаються у фазовому бізнес-коледжі Приватного вищого навчального закладу «Європейський університет».

Для проведення дослідження обрано такі психодіагностичні методики, як «Тест-опитувальник К. Томаса для діагностики поведінки в конфліктній ситуації» (адапт. Н. Гришиної); «Методика діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні» (В. Бойко); «Оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів» (П. Хеппнер, І. Петерсен); «Оцінка рівня конфліктності особистості» (Є. Рогов); «Методика діагностики міжособистісних відносин (Т. Лірі, адаптація Л. Собчик).

За результатами дослідження – третина опитаних (33,3%) мають вибір способу поведінки «співробітництво», що вважається найбільш оптимальним у вирішенні конфлікту, а компроміс властивий для 24,4% респондентів. Для 17,8% осіб характерний вибір способу суперництва, як прагнення довести власну правоту. Також у 17,8% осіб виявлено спосіб поведінки уникнення, і в решти опитаних (6,7%) виявлено прагнення до пристосування.

При цьому більшість (57,8%) мають схильність до миролюбності як стратегії психологічного захисту в спілкуванні. У 24,4% респондентів виявлено схильність до уникнення, агресія проявляється 17,8% опитуваних.

Більше половини опитуваних юнаків мають високий рівень компетентності у подоланні конфліктів (55,6%). Ще по 22,2% респондентів мають середній та низький рівні конфліктологічної компетентності.

Позитивними є результати про переважання низького рівня конфліктності у 44,4% юнаків. Середній рівень конфліктності виявлено у 28,9% респондентів, однак високий рівень конфліктності, який перешкоджає встановленню взаєморозуміння між співрозмовниками у комунікативній діяльності, виявлено у 26,7% респондентів.

Також встановлено, що більшість мають співпрацюючий тип особистості, що визначає їх поведінку в міжособистісних відносинах (35,6%). Авторитарний тип, який відрізняє прагнення до домінування, доведення власної позиції, зверхнє ставлення до інших (22,2%). Незалежно-домінуючий тип виявляється у 11,1% респондентів. Недовірливо-скептичний тип виявлено у 8,9% респондентів. По 6,7% осіб мають покірно-сором'язливий і

альтруїстичний типи. По 4,4% респондентів мають прямолінійно-агресивний і залежно- слухняний типи.

Отже, більшість респондентів раннього юнацького віку мають оптимальні способи поведінки в конфлікті (співробітництво і компроміс), схильність до миролюбності у спілкуванні з іншими, низьку конфліктність, високу компетентність у вирішенні конфліктів, а також переважний співпрацюючий тип міжособистісних відносин. Однак для значної частини опитуваних властиві готовність до суперництва, змагання, агресії, відстоювання власних інтересів будь-якою ціною. На таку поведінку впливає низька конфліктологічна компетентність юнаків та їх особистісна конфліктність, схильність до авторитарного, незалежного, агресивного типів міжособистісних відносин.

Вважаємо, що серед соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів в осіб раннього юнацького віку вагоме значення мають: індивідуальний стиль спілкування з оточуючими, на який впливає вибір стратегії поведінки в конфліктній ситуації, домінуючий механізм психологічного захисту у спілкуванні з оточуючими; а також індивідуально-психологічні особливості особистості юнаків, що мають прояви особистісної конфліктності, наявності типологічних рис характеру, що впливають на міжособистісні відносини з іншими.

На основі аналізу результатів дослідження з'ясовано, що способи поведінки юнаків у міжособистісних конфліктах обумовлені такими психологічними чинниками: суперництво обумовлене низьким рівнем конфліктологічної компетентності, високим рівнем особистісної конфліктності, агресивною стратегією захисту в спілкуванні, а також авторитарним, незалежним та агресивним типами міжособистісної взаємодії. Співпраця обумовлена високим рівнем конфліктологічної компетентності, оптимальним рівнем особистісної конфліктності, миролюбністю як стратегією захисту в спілкуванні, а також схильністю до співпраці під час міжособистісної взаємодії. Компроміс обумовлений високим та середнім

рівнями конфліктологічної компетентності, оптимальним рівнем особистісної конфліктності, миролюбністю як стратегією захисту в спілкуванні, а серед типів міжособистісної взаємодії домінують прояви альтруїстичного типу, співпрацюючого типу, також є прояви авторитарного та покірного типів. Уникнення обумовлено середнім рівнем конфліктологічної компетентності, уникненням як стратегією захисту в спілкуванні, середнім рівнем особистісної конфліктності та незалежним і недовірливим типами міжособистісної взаємодії. Пристосування обумовлено низьким рівнем конфліктологічної компетентності, уникненням як стратегією захисту в спілкуванні, а також залежним типом міжособистісної взаємодії.

## РОЗДІЛ 3

### ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ МІЖСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

#### **3.1. Засади профілактичної та корекційної роботи психолога з попередження та подолання конфліктів серед юнаків**

Проблема конфліктів у ранньому юнацькому віці, що пов'язані зі самоствердженням та самопрезентацією в групі значимих осіб, стикається із низьким досвідом вирішення суперечливих ситуацій, недостатньо сформованими і апробованими механізмами самовираження. Саме тому набуває актуальності профілактика виникнення міжособистісних конфліктів та пошук шляхів успішного їх подолання (О. Чала [50]).

Н. Абрамян вказує, що юнаки не вміють конструктивно вирішувати виникаючі конфлікти, поведуться агресивно, проявляють конфліктні риси своєї особистості, і в їх відносинах з оточуючими (ровесниками чи дорослими) переважають деструктивні тенденції. Відповідно до вказаного для зниження гостроти подібних явищ і збільшення ролі продуктивного вирішення міжособистісних конфліктів, зниження конфліктності особистості необхідно посилити в структурі педагогічного процесу психологічну роботу з юнаками [1, с. 12-13].

Першочерговим напрямком впливу соціальних інститутів на вирішення проблеми виникнення конфліктів у ранньому юнацькому віці є профілактичні заходи, спрямовані на усунення провокуючих чинників – конфліктогенів. При цьому О. Чала нагадує, що повністю уникнути конфліктів в юнацькому середовищі неможливо і непотрібно, оскільки за умови правильного їх вирішення вони несуть розвивальну, конструктивну місію [51, с. 256].

Сутністю психопрофілактики та психокорекції конфліктної поведінки юнаків, за Н. Пов'якель, Н. Макарчук, виступає набуття хлопцями і

дівчатами власного досвіду щодо упередження та розв'язання конфліктних ситуацій (який має формувати вміння приймати самостійні рішення й дії), навичок аналізу особистісних чинників, що ескалюють конфліктну взаємодію (почуття, установки, стереотипи поведінки, думки). Саме вміння самостійного пошуку розв'язання конфліктів з позицій конструктивності в подальшому буде сприяти підвищенню конфліктологічної компетентності юнаків, формуванню їх адекватного стилю поведінки в конфліктних ситуаціях [36, с. 44].

За ствердженням О. Чалої, основними завданнями профілактичної та психокорекційної роботи психолога щодо попередження і подолання конфліктів в осіб раннього юнацького віку є:

- розвиток умінь та знань осіб щодо розпізнавання основних елементів конфліктних ситуацій та ризиків їх ескалації;
- розвиток умінь юнаків розпізнавати емоції, вербальні і невербальні вияви готовності опонента до конфлікту, формування здатності осіб раннього юнацького віку до вербалізації рефлексії;
- усвідомлення загальних конфліктогенів спілкування і власних конфліктогенів;
- оволодіння вміннями запобігати ескалації конфліктогенів; позбавлення від конфліктних стереотипів поведінки.
- розвиток комунікативних установок, усвідомлення власних потреб і мотивів, що сприяють вирішенню конфліктів у юнацькому віці;
- формування вмінь, що сприяють усвідомленому вибору конструктивних стилів поведінки у конфліктних ситуаціях;
- оволодіння навичками саморегуляції у складних конфліктних ситуаціях;
- оволодіння психологічними вміннями і навичками безконфліктного спілкування [51, с. 256].

За Н. Пов'якель і Н. Макарчук, попередження конфліктів у роботі психолога з юнаками передбачає: впровадження знань про те, що необхідно

робити, як спрямовувати розвиток проблемної ситуації у конструктивний напрямок; активну діяльність учасників конфліктної взаємодії, спрямовану на усунення об'єктивних та суб'єктивних причин конфліктного зіткнення, що назріває; орієнтацію учасників взаємодії на вирішення протиріч безконфліктними й конструктивними шляхами [36, с. 47].

Психопрофілактична робота із юнаками з попередження виникнення міжособистісних конфліктів, за ствердженням І. Шама, не тільки надає змогу допомогти учням/студентам одержати знання про ефективні способи розв'язання конфліктів, але й надає їм інформацію про основні психологічні особливості, які зумовлюють виникнення конфліктів, про можливості саморегуляції у складних життєвих ситуаціях. Завдяки участі осіб раннього юнацького віку у психопрофілактичній роботі реалізується цілеспрямований вплив на їх особистість з метою гармонізації психічного та соціального життя [54, с. 95].

Слушною вважаємо позицію науковців Н. Пов'якель і Н. Макаруч, які наголошують на формуванні психологічної культури особистості у справі профілактики конфліктів. Дослідниці зазначають, що для нейтралізації конфліктогенів важливо підвищувати психологічну (конфліктологічну) культуру юнаків, адже вона сприяє: запобіганню застосування конфліктогенів в спілкуванні; оволодінню культурою спілкування та поведінки; самовдосконаленню особистості, позбавленню особистості від егоцентризму, агресивності і схильності до маніпулювання; підвищенню самооцінки, зростанню самоповаги та поваги до інших; підвищенню стресостійкості та формуванню імунітету до ситуативних та характерологічних конфліктогенів спілкування; формуванню толерантності до фрустрацій, навичок успішного подолання фруструючих емоцій; формуванню конструктивної поведінки, спрямованої на вирішення конфліктів [35, с. 44].

І. Шама також наголошує, що в процесі профілактичної та корекційної роботи з юнаками доцільно формувати їх конфліктну компетентність, що

сприяє зниженню рівня їх конфліктності, і вимагає оволодіння системою знань про закономірності сприймання людьми один одного у процесі спілкування; знань та уявлень про міжособистісні конфлікти; формування вмінь юнаків адекватно виражати власні емоції та почуття, здатності до ефективного вирішення міжособистісних конфліктів; розвиток їх гнучкості у міжособистісній взаємодії; розширення самоусвідомлення, що може бути досягнуто за допомогою активних методів навчання [54, с. 104].

Дослідниці О. Залюбівська, О. Лесько, Г. Рузакова важливим аспектом профілактики і корекції поведінки юнаків у конфліктних ситуаціях розглядають асертивність особистості, яку визначають як «неконфліктну поведінку», «вміння вирішувати конфлікти», поведінку людини (включаючи конфліктні ситуації) на основі таких якостей [11]:

1) повага до себе, почуття власної гідності, чесність, протидія маніпуляції;

2) повага до інших, дружелюбність, визнання права інших на власну точку зору, позицію, невикористання відносно інших маніпулятивних технологій;

3) використання при вирішенні конфліктних ситуацій принципу співробітництва.

Відповідно до цього, на думку вказаних науковців, психологічні знання про правила безконфліктного спілкування і поведінки допоможуть будувати конструктивні міжособистісні стосунки, сприяють психічному і фізичному здоров'ю особистості [11, с. 153-154].

На думку Л. Матяш-Заяц, необхідними умовами успішної профілактичної роботи з попередження та розв'язання міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці є: підвищення конфліктної компетентності та комунікативної культури особистості; навчання юнаків прийомам конструктивної поведінки у конфліктах; стимулювання їх до творчої самопрезентації у міжособистісному спілкуванні, до самоактуалізації особистості [26, с. 12].

Реалізувати ці умови можна за допомогою активних методів навчання, а саме у ході соціально-психологічного тренінгу конфліктної компетентності. Слушною вважаємо думку Л. Карамушки, яка рекомендує використовувати інтерактивні засоби і техніки психологічної роботи з попередження міжособистісних конфліктів у колективах. За визначенням вченої, «інтерактивні техніки (від англ. слова *interaction* – взаємодія) – це техніки, які забезпечують активну взаємодію респондентів в умовах навчальних тренінгів та семінарів, спрямованих на їх підготовку до розв’язання актуальних завдань» [44, с. 144].

Залежно від мети інтерактивні техніки соціально-психологічної роботи з попередження конфліктів у колективі можуть бути організаційно-спрямовуваними та змістовно-смісловими. Основне завдання організаційно-спрямовуваних технік роботи психолога полягає в тому, щоб задіяти учасників заняття до активного виконання поставлених цілей, забезпечити чіткий початок та кінець заняття, здійснити логічний перехід від однієї частини до іншої, створити «комфортні» умови комунікативної взаємодії учасників у ході заняття [44, с. 145].

Аналізуючи типові групові вправи на початку і наприкінці заняття з юнаками, помічаємо, що організаційно-спрямовуваними інтерактивними техніками є вправи-привітання, виявлення очікувань учасників заняття; спільну розробку правил групової роботи; вправи-«криголами» (які розбивають «лід напруженості», що іноді виникає у ході проведення занять); створення міні-груп, поділ учасників на пари тощо. Також до цих технік відноситься виготовлення візиток, карток-бейджиків, на яких учасники занять можуть вказати своє ім’я в тому варіанті, як вони того забажають. Це один із засобів, який дійсно дає можливість учасникам, по-перше, активно взаємодіяти між собою, використовуючи інформацію про ім’я кожного учасника, по-друге, враховувати певні установки інших учасників щодо взаємодії, які можна, наприклад, «зчитати» з того, в якому вигляді подане ім’я на «бейджику» (в офіційній чи неофіційній, скороченій чи розгорнутій

формі та ін.). Наприклад, невпевнений в собі учень може написати своє ім'я як «Віктор-переможець», а лідер колективу може написати на бейджіку «Сергійко», бажаючи, щоб його називали лагідно.

При цьому вагомою умовою для вибору і проведення організаційно-спрямовуючих технік є правильний вибір приміщення для заняття. Як зазначає Л. Карамушка, «передумовою використання інтерактивних технік є вибір такого приміщення, де учасники заняття могли б активно взаємодіяти між собою (працювати в групах, в парах, «в колі», вільно пересуватися територією тощо)» [44, с. 146].

Також досить важливим засобом профілактики конфліктів в учнівському колективі є використання на початку занять інтерактивної техніки, що дає інформацію про особисті очікування учасників. Ця техніка вивчає очікування учасників щодо навчання безпосередньо уже на занятті (в рамках названої психологом теми). Юнаків можна попросити відповісти на такі питання: «Чого Ви хочете навчитися на цьому занятті? Які конкретні вміння та навички Вам потрібні і Ви хочете їх засвоїти? Який у Вас емоційний стан?».

На переконання Л. Мілютіної [31], виконання цього завдання учасниками заняття є дуже важливим, оскільки:

- 1) за допомогою механізму рефлексії учні самі усвідомлюють дійсні наміри та очікування щодо тренінгу, які, можливо, вони й не усвідомлювали;
- 2) процедура визначення очікувань надає можливість створити загально-колективний психологічний портрет учасників заняття, познайомитися із запитамі всіх учасників, узагальнити характеристику групи, в якій вони будуть набувати певний комунікативний досвід;
- 3) відповіді на останнє запитання вказують на емоційний стан учасників, що значно впливає на загальну успішність проведення тренінгу, та надає змогу розвинути емпатію, доброзичливість, співчуття до учасників, які мають неоптимальні показники даного стану;

4) такий підхід дає можливість психологу дещо скоригувати свої подальші дії щодо формування психологічної готовності учнів до проведення певних вправ відповідно до урахування відповідей учасників заняття (як змістовно-сміслових, так і емоційних);

5) вказані три запитання можна використовувати як певний діагностичний інструментарій на початку і наприкінці заняття, за допомогою якого аналізувати будь-які зміни, які відбувалися в установках та емоційних станах, певних складових психологічної готовності безконфліктного спілкування з однолітками [31, с. 49].

Прийняття правил групової роботи є вагомим засобом організації учасників на занятті, а також звертання до їх установок на сприйняття інших учнів як рівноправних партнерів у ході занять. При цьому, залучаючи учнів до групового створення, прийняття та дотримання правил групової взаємодії, психолог приділяє увагу формуванню згуртованості учнівського колективу, вчить юнаків поважати один одного, бути толерантними з однолітками.

За Л. Мілютіною, правила групової взаємодії й роботи, прийняті на початку проведення групових занять, надають орієнтири щодо стратегії взаємодії, стилю поведінки в навчальних та в реальних умовах практичної діяльності. Найчастіше «до правил групової роботи відносяться: 1) не перебивати один одного; 2) не оцінювати та не засуджувати жодні висловлювання; 3) поважати думку кожного; 4) говорити від власного імені; 5) дотримуватись теми заняття; 6) дотримуватись регламенту спільної роботи; 7) не давати порад, коли цього не просять інші; 8) говорити до людини, а не проти неї; 9) дотримуватись правила конфіденційності щодо того, що може статися па занятті та ін.» [31, с. 49].

До змістовно-сміслових інтерактивних технік, за Л. Карамушкою, належать техніки, які спрямовані на «сприяння безпосередньому вирішенню цілей та завдань, поставлених перед заняттям (наприклад, проаналізувати зміст феномена «конфлікт», виділити види конфліктів, обґрунтувати позитивні та негативні функції конфліктів, проаналізувати власні

індивідуально-психологічні особливості, які можуть впливати на поведінку в конфлікті тощо)» [44, с. 147].

Основними змістовно-смісловими техніками психологічної роботи з попередження конфліктів у колективі учнів/студентів є: вправи-самоаналізи, «мозкові штурми»; дискусії з «відкритим кінцем»; рольові ігри; аналіз різних ситуацій і виконання вправ; тренінги та ін.

Вправи-самоаналізи можуть включати діагностування наявних позитивних і негативних рис характеру, дослідження власної конфліктності, звернення до своїх ресурсів для виправлення поведінки тощо. Наприклад, за Л. Карамушкою, у ході тренінгів з проблеми спілкування та конфліктів це можуть бути завдання «продовжити незакінчені речення: «Я пишаюся собою, тому що...», «Більше за все я захоплююся такими людьми...», «Одна із добрих справ, які я зробив у своєму житті, це...» та ін Також це можуть бути завдання, спрямовані на актуалізацію й аналіз учасниками занять тих понять, що становлять основу теми (наприклад, можуть бути такі запитання: «Що таке конфлікт?», «Визначте, що таке довіра», «Яка відмінність між словами «конфлікт» та «насилля?» та ін.)» [44, с. 148].

За Л. Мілютіною, мозковий штурм – це метод групового обговорення проблеми з метою її розв'язання. Мозковий штурм досить продуктивний, коли в ньому беруть участь 5–10 осіб і є людина, яка має записувати все, що відбувається під час обговорення. Учасників ділять на підгрупи. У кожній підгрупі призначають секретаря, який записує всі думки, висловлювані учасниками групи (етап «фантазер») [31, с. 50]. Коли запас ідей вичерпано (їх має бути не менше 10–15), група переходить у стан «практик». Кожну ідею обговорюють, відшуковують засоби її практичної реалізації. Результати також записують. Передостанній крок – стан «критик», коли вся група шукає негативні наслідки від реалізації кожного проекту. І нарешті, група відбирає ті варіанти проектів (не менше 3-5), які можна реалізувати, та обговорює власні можливості щодо їх втілення. Зручно записувати інформацію в спеціальні форми [31].

Л. Мілютіна вказує, якщо запитань і проблем небагато, то можна розбити групу на три підгрупи – «фантазерів», «практиків» і «критиків», які міняються ролями після завершення кожного циклу обговорення. Завдання психолога під час мозкового штурму – стежити за тим, щоб ролі не змішувалися й обговорення залишалось в межах поставленої проблеми. Бажано активізувати мовчазних учасників, спонукати їх до висловлювання власної думки [31, с. 50].

Значення мозкового штурму для оптимізації міжособистісних стосунків у колективі полягає в тому, що цей метод дозволяє висловитися кожному учаснику, відчутти себе потрібним членом колективу, залучити юнаків до спільної діяльності, оптимізувати їх взаємини, підвищуючи рівень прояву поваги до думок однолітків.

Ефективним засобом психологічної роботи з попередження конфліктів серед юнаків є рольові ігри. У дослідженні Л. Романкової обґрунтовано особливості рольової гри «як різновиду практично-дійового, рефлексивно-комунікативного моделювання конфліктних ситуацій, що здійснюється в організаційному форматі соціально-психологічного тренінгу. Гра як імітаційна діяльність в умовних ситуаціях через прийняття певної соціальної ролі та ігрових правил дозволяє виявити унікальність кожного гравця, його психічні захисти й особистісні проблеми, а також потенціал духовного зростання» [38, с. 10]. Рольові ігри, використовувані у групових тренінгах, зазвичай мають такі завдання:

- активна соціально-психологічна підготовка учасників;
- відпрацювання методів міжособистісної взаємодії, створення сприятливого психологічного клімату в конкретній групі;
- спільне вирішення психологічних проблем.

На нашу думку, найбільш ефективним є поєднання вказаних соціально-психологічних засобів впливу на осіб юнацького віку у ході тренінгових занять, спрямованій на профілактику виникнення міжособистісних конфліктів між ними.

За свідченням Л. Романкової, «соціально-психологічний тренінг з використанням рольової гри і проєктивного малювання дозволяє актуалізувати особистісно-розвивальний потенціал його учасників: емпатію, рефлексію, інтуїцію, позитивне мислення і продуктивну уяву, гармонізувати систему Я-образів і, в результаті, привести до конструктивного реагування в назрілій конфліктній ситуації» [39, с. 342].

Загальна мета соціально-психологічного тренінгу, на наше переконання, полягає в підвищенні компетентності в спілкуванні, і може бути конкретизована в ряді задач, пов'язаних з набуттям знань, формуванням умінь, навичок, установок, що зумовлюють безконфліктну поведінку в спілкуванні, перцептивних здібностей учасників, корекцію та розвиток системи відносин особистості.

Оскільки не всі конфлікти можна попередити, то важливою умовою корекційної роботи психолога з юнаками для подолання конфліктів є навчання їх ефективним технологіям управління конфліктами, що передбачає цілеспрямований вплив на перебіг конфліктної взаємодії, переведення його в раціональне русло пошуку взаємовигідних варіантів вирішення [51, с. 258].

На думку І. Садової, доцільно спрямовувати корекційну роботу з юнаками на подолання їх особистісної тривожності та агресивності, конфліктності; тренування навичок конструктивного безконфліктного спілкування; формування позитивного ставлення до себе та доброзичливого ставлення до оточуючих; розвиток самостійності у виборі адекватних стратегій вирішення конфліктів [43, с. 362].

Крім того, у роботі психолога з профілактики і подолання конфліктів у ранньому юнацькому віці важливим напрямком діяльності є робота із педагогами. Зважаючи на те, що значну частину міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці займають конфлікти із вчителями, психологу варто приділити увагу не тільки роботі з підлітками щодо зниження їх конфліктності, а й співпраці із вчителями для оптимізації їх стилю

педагогічного спілкування з учнями/студентами, аналізу тактик і стратегій поведінки дорослих у конфліктних ситуаціях із старшокласниками.

За ствердженням Н. Бісик, важливими умовами профілактики і подолання міжособистісних конфліктів між вчителями та учнями є «реалізація в освітньому процесі співробітництва, особистої співучасті та співпереживання, взаємостосунків творчості. Це значно підсилює і збагачує старшокласників в умовах актуалізації емоційного навчання. Останнє передбачає об'єктивацію вчителем ходу і логіки власного мислення та емоційно-чуттєвого переживання. У зв'язку з цим, чітко виявляється залежність навчальних здобутків учнів/студентів від рівня їх позитивних емоцій» [4].

Дослідниця І. Шама наголошує, що «гуманізація освіти на сучасному етапі потребує кардинальної зміни взаємин наставника та юнаків, переведення їх з площини підпорядкування до партнерства на основі принципу соціальної рівності, що передбачає усвідомлення ними гуманітарних знань про сутність людини, шляхи її самореалізації та про її особисту відповідальність». Гуманістична взаємодія педагогів та учнів/студентів передбачає розвиток у старшокласників адекватної рефлексії особистості, вмінь аналізу власних якостей та дій, критичного ставлення до себе як до суб'єкта праці та людини. Вказані якості формуються у навчальній діяльності за умови не лише кардинальної зміни самого його змісту, але й завдяки пошуку нових підходів у відносинах вчителя та учня [54, с. 97].

Саме тому у процесі попередження і подолання міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці психолог має проводити не тільки психопрофілактичну роботу з учнями/студентами, а й організовувати консультації і семінари, тренінгові заняття для педагогів. У ході таких заходів психолог знайомить вчителів із соціально-психологічними чинниками виникнення конфліктів у юнаків, особливостями перебігу конфліктної взаємодії з ними, ефективними тактиками поведінки, що

призведуть до їх вирішення, методами попередження назріваючих сутичок під час уроків.

Отже, профілактичні заходи з попередження виникнення міжособистісних конфліктів, мають бути спрямовані на усунення провокуючих чинників (конфліктогенів), ознайомлення юнаків із знаннями щодо конфліктів та причин їх виникнення, формування вмінь, що сприяють усвідомленому вибору конструктивних стилів поведінки у конфліктних ситуаціях. Також важливим напрямком роботи психолога з юнаками є формування у них конфліктологічної компетентності та культури спілкування, володіння ними навичками безконфліктного спілкування.

Вважаємо, що за умови залучення старшокласників та студентів коледжу до психопрофілактичної і корекційної роботи, що передбачає зниження їх конфліктності, подолання проявів конфліктної поведінки, навчання адекватним способам вирішення міжособистісних конфліктів, можна також досягти вищих результатів у напрямку оптимізації їх особистісного розвитку.

### **3.2. Програма профілактики виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці та результати її апробації**

Враховуючи вищевказані методичні особливості проведення соціально-психологічної роботи з попередження виникнення конфліктів в осіб юнацького віку, для практичної роботи психолога пропонуємо програму тренінгових занять «Профілактика міжособистісних конфліктів юнаків», що враховує досліджені соціально-психологічні чинники виникнення конфліктів в їх відносинах.

#### **Програма тренінгових занять «Профілактика міжособистісних конфліктів юнаків»**

**Мета програми:** сприяти оптимізації міжособистісної взаємодії юнаків, формуванню позитивних комунікативних установок, розвитку навичок ефективного розв’язання конфліктних ситуацій.

**Завдання програми:**

- формувати комунікативні навички, вміння успішного міжособистісного спілкування юнаків;
- визначити якості, важливі для міжособистісної комунікації, здійснити самооцінку їхнього прояву;
- надати інформацію про ймовірні причини виникнення конфліктів, вчити розпізнавати конфліктогени у спілкуванні та адекватно реагувати на них;
- вчити конструктивно вирішувати конфліктні ситуації, сприяти оптимізації установок міжособистісної взаємодії;
- сприяти згуртованості юнаків, формувати оптимальний соціально-психологічний клімат у колективі.

Структурно програма включає 4 заняття по 1 год. Кожне («Позитивні якості міжособистісного спілкування»; «Навчання безконфліктному спілкуванню»; «Незвичайна розмова»; «Владнання конфліктів»). Рекомендована кількість учасників – 10-15 осіб для забезпечення повноцінної активності всіх юнаків.

При розробці занять використано напрацювання практичних психологів, методистів та науковців К. Мілютіної [31], О. Тіунової [46], Л. Туріщевої [47] та ін. Основний зміст занять наведено у додатку В, тут представлено схематичну послідовність проведення вправ у кожному із запропонованих тренінгових занять для роботи психолога з юнаками для попередження виникнення міжособистісних конфліктів (табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Структура занять запропонованої програми тренінгів «Профілактика міжособистісних конфліктів юнаків»

Номер і назва заняття, його мета	Основна структура заняття
----------------------------------	---------------------------

1	2
<p>Заняття 1. «Позитивні якості міжособистісного спілкування»</p> <p>Мета: сприяти оптимізації міжособистісної взаємодії учасників; створити умови для швидкого знайомства учасників тренінгу, ознайомлення їх із принципами роботи групи, налаштування на безконфліктне спілкування.</p>	<p>Вправа «Знайомство»</p> <p>Прийняття правил групи</p> <p>Вправа «Відгадай, хто це?»</p> <p>Вправа «Скоромовка»</p> <p>Інформаційне повідомлення на тему «Якості, важливі для міжособистісного спілкування»</p> <p>Вправа «Емпатія»</p> <p>Підведення підсумків. Рефлексія заняття.</p>

Продовження табл. 3.1

1	2
<p>Заняття № 2. «Навчання безконфліктному спілкуванню».</p> <p>Мета: відкриття в собі сильних сторін, необхідних для гармонійного спілкування з іншими; вивчення можливостей використання своїх сильних сторін у взаєминах з оточуючими; зниження конфліктності, розвиток навичок конструктивного спілкування і вирішення конфліктів.</p>	<p>Вправа «Здрастуйте»</p> <p>Вправа «Очікування учасників»</p> <p>Вправа «Сильні сторони»</p> <p>Вправа «Вибери партнера»</p> <p>Вправа «Я в конфліктній ситуації»</p> <p>Вправа «Розв'язати проблему»</p> <p>Підведення підсумків. Рефлексія заняття.</p> <p>Вправа «Дерево очікувань».</p>
<p>Заняття № 3. «Незвичайна розмова»</p> <p>Мета: зниження конфліктності, розвиток навичок конструктивного спілкування; розвиток вміння прислуховуватися до точки зору інших, розуміння партнера; знаходження шляхів вирішення конфліктних ситуацій мирним способом.</p>	<p>Вправа «Привітання»</p> <p>Вправа «Зустріч на вузькій вулиці»</p> <p>Вправа «Незвичайна розмова»</p> <p>Вправа «Як висловити образу і незадоволеність»</p> <p>Вправа «Вирішення складних ситуацій»</p> <p>Підведення підсумків. Рефлексія заняття.</p> <p>Заклучна вправа «Сонечко».</p>
<p>Заняття № 4. «Владнання конфліктів»</p> <p>Мета: зниження конфліктності, пошук внутрішніх ресурсів для вирішення конфліктів мирними способами; закріплення придбаних комунікативних навичок безконфліктного спілкування, підвищення вмінь конструктивного розв'язання конфліктних ситуацій.</p>	<p>Вправа «Привітання»</p> <p>Вправа «Рішуча розмова»</p> <p>Вправа «Примирення з недоліками»</p> <p>Вправа «Сидячий і стоячий»</p> <p>Рольова гра «Владнання конфліктів»</p> <p>Вправа «Валіза»</p> <p>Підведення підсумків. Рефлексія заняття.</p>

Вважаємо, що розроблена програма тренінгових занять «Профілактика міжособистісних конфліктів юнаків» сприятиме оптимізації міжособистісних відносин юнаків, оскільки має у своєму складі вправи, рольові ігри, моделі створення різних конфліктних ситуацій, що мають на меті отримання навичок успішної комунікативної міжособистісної взаємодії юнаків. Рекомендуємо її до використання у роботі практичного психолога з особами раннього юнацького віку для попередження виникнення міжособистісних конфліктів.

Отже, основними напрямками психологічної роботи з профілактики виникнення міжособистісних конфліктів в осіб юнацького віку є:

- 1) вдосконалення їх навичок спілкування, розвиток соціально-перцептивних здібностей, формування комунікативної культури;
- 2) проведення з ними групової корекційної діяльності (тренінгових занять). Ефективними в цьому

процесі є інтерактивні засоби і техніки психологічної роботи з попередження міжособистісних конфліктів у колективах, що включають організаційно-спрямовуючі (привітання, вправи-криголами, визначення очікувань учасників) та змістовно-сміслові техніки (вправи-самоаналізи, мозкові штурми, дискусії, рольові ігри та ін.). Найбільш ефективною формою соціально-психологічної роботи з попередження міжособистісних конфліктів в осіб раннього юнацького віку є тренінгові заняття, які поєднують в собі логічну послідовність використання зазначених інтерактивних вправ і технік.

Після проходження програми профілактики виникнення міжособистісних конфліктів студентам було запропоновано знову пройти опитування згідно методик.

Використовуючи «Тест-опитувальник К. Томаса для діагностики поведінки в конфліктній ситуації» (в адаптації Н. Гришиної), бачимо, що зросла кількість студентів, поведінка яких тяжіє до конструктивного вирішення конфліктів. Так, 37,8% студентів стали обирати спосіб поведінки у конфліктній ситуації «співробітництво», а 26,7% – «компроміс». На 4% зменшилася кількість студентів, які обирають у конфлікті стратегію «суперництво» (табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Способи поведінки юнаків у конфліктних ситуаціях (за тестом К. Томаса) до та після проведення формувального експерименту

Способи поведінки в конфліктній ситуації	Всього (45 осіб) ДО проведення формувального експерименту		Всього (45 осіб) ПІСЛЯ проведення формувального експерименту	
	n	%	n	%
Суперництво (конкуренція)	8	17,8	6	13,3
Співробітництво	15	33,3	17	37,8
Компроміс	11	24,4	12	26,7
Уникнення	8	17,8	7	15,6
Пристосування	3	6,7	3	6,7

За «Методикою діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні» (В. Бойко) теж бачимо позитивні зміни (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Домінуючі стратегії психологічного захисту юнаків у спілкуванні  
(за методикою В. Бойка) до та після проведення формувального  
експерименту

Стратегії психологічного захисту в спілкуванні	Всього (45 осіб) ДО проведення формувального експерименту		Всього (45 осіб) ПІСЛЯ проведення формувального експерименту	
	п	%	п	%
миролюбність (доброзичливість, налаштованість на гармонійне спілкування)	26	57,8	28	62,2
уникнення (фізичне чи психічне дистанціювання від спілкування, від конфліктів із іншими)	11	24,4	13	28,9
агресія (суперництво, змагання, прагнення до домінування, насадження власної думки і домагання реалізації своїх цілей будь-якою ціною)	8	17,8	4	8,9

Так, 62,2% студентів стали схилитися до миролюбності як стратегії психологічного захисту в спілкуванні. У 28,8% респондентів виявлено схильність до уникнення як стратегії захисту в спілкуванні у порівнянні з 24,4% до проведення тренінгової програми зі студентами. Варто відмітити суттєве зменшення (на 50%) тих студентів, які обирають агресію як переважаючу стратегію захисту в спілкуванні.

Провівши повторне опитування за методикою «Оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів» (П. Хеппнер, І. Петерсен), бачимо зрушення теж. Зокрема, зменшилася кількість студентів, які мають низький рівень конфліктологічної компетентності (з 22,2% до 13,3%), зросла кількість студентів до 14 осіб, у яких рівень конфліктологічної компетентності став середнім. Незмінною залишилася кількість студентів з високим рівнем компетентності у подоланні конфліктів (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

Рівні конфліктологічної компетентності юнаків (за методикою П. Хеппнера, І. Петерсена) до та після проведення формувального експерименту

Рівні конфліктологічної компетентності	Всього (45 осіб) ДО проведення формувального експерименту		Всього (45 осіб) ПІСЛЯ проведення формувального експерименту	
	п	%	п	%
Високий рівень, здатність до вирішення конфліктів конструктивним шляхом	25	55,6	25	55,6
Середній рівень, прагнення до уникнення відповідальності, можливі застосування компромісу і пристосування	10	22,2	14	31,1
Низький рівень, схильність до конфліктної поведінки, не вміння мирного вирішення суперечностей	10	22,2	6	13,3

За методикою «Оцінка рівня конфліктності особистості» (Є. Рогов) спостерігаємо також позитивні зміни за всіма типами (табл. 3.5). Так, після прослуховування тренінгової програми зменшилася кількість студентів з високим рівнем конфліктності. Натомість зросла кількість студентів з середнім та низьким рівнем конфліктності (35,6% та 46,7% відповідно).

Таблиця 3.5

Рівні конфліктності юнаків (за методикою Є. Рогова) до та після проведення формувального експерименту

Рівні конфліктності	Всього (45 осіб) ДО проведення формувального експерименту		Всього (45 осіб) ПІСЛЯ проведення формувального експерименту	
	п	%	п	%
низький, оптимальний рівень конфліктності (тактовність і миролюбність)	20	44,4	21	46,7
середній рівень (схильність до аргументованої позиції в конфлікті)	13	28,9	16	35,6
високий рівень конфліктності (емоційність, імпульсивність, критичність)	12	26,7	8	17,8

Використовуючи «Методику діагностики міжособистісних відносин (Т. Лірі, в адаптації Л. Собчик) в повторному опитуванні осіб раннього юнацького віку, бачимо незначні, але в позитивну сторону, зміни (табл. 3.6).

Таблиця 3.6

Домінуючі типи міжособистісних відносин юнаків (за методикою Т. Лірі) до та після проведення формувального експерименту

Типи міжособистісних відносин	Всього (45 осіб) ДО проведення формувального експерименту		Всього (45 осіб) ПІСЛЯ проведення формувального експерименту	
	n	%	n	%
1. Авторитарний (владний – лідируючий).	10	22,2	9	20,0
2. Незалежний – домінуючий.	5	11,1	4	8,9
3. Прямолінійний – агресивний.	2	4,4	2	4,4
4. Недовірливий – скептичний.	4	8,9	3	6,7
5. Покірний – сором'язливий.	3	6,7	3	6,7
6. Залежний – слухняний.	2	4,4	2	4,4
7. Співпрацюючий – конвенціональний.	16	35,6	19	42,2
8. Альтруїстичний – відповідально-великодушний.	3	6,7	3	6,7

Спостерігаємо зростання співпрацюючого типу міжособистісних відносин (до 42,2% з 35,6%) поруч зі зменшенням кількості студентів з домінуючим, скептичним, авторитарним типами міжособистісних відносин. Без зміни лишилася кількість студентів, для яких характерним є залежний, покірний та агресивний типи міжособистісних відносин.

Відтак, після проведення формувального експерименту спостерігаємо позитивні зміни за всіма методиками, а тому можемо говорити про ефективність розробленої програми профілактики виникнення міжособистісних конфліктів та рекомендувати її для психологів закладів освіти. При цьому, зауважимо, що для зміни типу поведінки у конфлікті потрібно регулярно працювати над собою, відмічати зрушення та ті позитивні зміни, які вони несуть.

### **3.3. Рекомендації особам раннього юнацького віку щодо подолання конфліктів**

Для подолання конфліктів та уникнення довготривалого загострення міжособистісних відносин з однолітками варто запропонувати дієві рекомендації для осіб раннього юнацького віку.

Звертаючись до досвіду Т. Осипової, рекомендуємо юнакам дотримувати правил безконфліктного спілкування:

- не вживати слів чи дій-конфліктогенів (певних образливих слів і дій, бездіяльності., що може бути неправильно сприйнята співрозмовником, відмову від відповідей на провокації словами-конфліктогенами);

- прояв емпатії і поваги до опонента; звертання уваги на його позитивні якості і риси;

- збереження спокою і виваженості у власній поведінці; відмова від метушливості у ситуації необхідності негайної відповіді (потрібно дати собі час, щоб правильно зреагувати);

- з'ясування сутності і причин конфліктів; перш, ніж вступати до суперечок, варто намагатися з'ясувати причини виникнення розбіжності у поглядах. При виявленні дійсних причин ймовірно, що погляди співрозмовників узгодяться і не потрібно буде відстоювати свою думку;

- уникнення зіткнень з особистісно важливими принципами і переконаннями опонента. Коли особистість знає, що її погляди можуть зачіпати глибинні, особистісні цінності і принципи інших людей, не обов'язково відстоювати свої думки, провокуючи роздратування у співрозмовників, іноді дійсно достатньо обійти цю тему в розмові, щоб зберегти мир у відносинах;

- розуміння точок зору, інтересів опонента; щире прагнення до зрозуміння співрозмовника є запорукою гармонійних відносин з ним;

- відкритість до розгляду взаємних претензій і пропозицій. Коли людина готова до розгляду проблеми, адекватно ставиться на наявності

претензій до своєї поведінки чи допускає можливість різних поглядів на проблему, це вже спрямовує її до пошуку конструктивних шляхів вирішення конфліктної ситуації [32, с. 201].

Також ефективними, на нашу думку, є такі способи поведінки в конфліктних ситуаціях, що сприяють їх вирішенню:

1. Виявляйте симпатію до співрозмовника, використовуйте доброзичливі думки щодо співрозмовника, коли ви добре думаєте про іншу людину, то внутрішньо налаштовуєтесь на конструктивне вирішення проблеми.

2. Будьте мудрими, не дозволяйте втягнути себе в маніпулятивне спілкування. Вчіться розпізнавати наміри опонентів щодо ймовірної користі для них від залучення Вас у конфлікт. Проте застосовуйте тільки доброзичливі стратегії спілкування, це порушує плани опонента.

3. Здійсніть аналіз своїх сильних рис особистості, визначте слабкі моменти у поведінці, якщо знаєте, що не готові спокійно реагувати на суперечливі ситуації, не долучайтесь до їх обговорення, або ж застосовуйте техніки самопідтримки під час участі в конфлікті.

4. Вчіться технікам активного та уважного слухання, перефразування думок співрозмовника, що покращить якість вашої міжособистісної комунікації.

5. Розвивайте в собі навички комунікативної культури спілкування, вчіться аргументовано давати відповідь на питання, не поспішайте негайно реагувати на прискіпливі питання опонента, дайте собі час, щоб вибрати найбільш інтелігентну та культурну відповідь. Пам'ятайте, що стиль вашого спілкування, різкі зауваження, критика характеризують в очах оточуючих саме Вас, а не того, хто спровокував вияв Вашого гніву.

6. Вчіться технікам обґрунтованої відмови. Не на всі пропозиції співрозмовника можна погоджуватися, однак і відмовити можна так, щоб не принижувати гідності жодного із опонентів.

7. Розвивайте словниковий запас, збагачуйте своє мовлення яскравими, образними порівняннями, афоризмами. З людиною, яка багато знає, і красиво говорить, приємно спілкуватися, і недоречно конфліктувати.

8. Виберіть відому чи видатну людину, яка Вам подобається (можна із свого кола знайомих, або ж політиків, акторів, лікарів і т.д.), проаналізуйте її стиль спілкування з оточуючими, поведінку в суперечливих ситуаціях, подивіться, як вона тримається, відстоює власну гідність. Вчіться й наслідуйте кращі риси її поведінки у конфліктних ситуаціях.

9. Цікавтесь сучасною психологічною літературою, де пропонуються техніки самопомоги і самопідтримки під час перебування у конфлікті на різних його етапах (конфліктної ситуації, ескалації конфлікту, необхідності вирішення, гідного прийняття результату конфлікту як завершеного факту). Почніть використовувати набуті знання і вміння у практичній взаємодії з людьми, не залишайте їх тільки у теоретичній площині, будь-які вміння і навички потребують багаторазового повторення і відпрацювання.

10. Найкращий спосіб чомусь навчитися – навчити іншого. Об'єднуйтеся з друзями, вчіться використовувати на практиці засвоєні під час психологічних тренінгів навички і вміння безконфліктної взаємодії, розігруйте сценки, виконуйте вправи, навчайте один одного культурному спілкуванню.

11. Оволодійте техніками саморегуляції психоемоційного стану та поведінки. У випадку виникнення конфліктної ситуації вони допоможуть спокійно реагувати на провокуючі фактори, репліки опонента. А після конфлікту нададуть змогу швидко відновитися, проаналізувати власну поведінку в ході його перебігу та отримати цінний досвід.

Вважаємо, що надані рекомендації юнакам щодо подолання міжособистісних конфліктів будуть ефективними за умови їх систематичного та послідовного виконання, активної діяльності осіб раннього юнацького віку у самовдосконаленні, розвитку комунікативної культури та підвищення конфліктологічної компетентності.

### Висновки до розділу 3

Розглянуто методичні особливості проведення психологічної роботи та соціально-психологічні засоби профілактики виникнення міжособистісних конфліктів серед юнаків. Виділено основні напрямки психологічної роботи з юнаками: вдосконалення їх навичок спілкування, розвиток соціально-перцептивних здібностей, формування комунікативної культури; проведення з ними групової корекційної діяльності (тренінгових занять). Вказано на ефективність застосування інтерактивних засобів і технік психологічної роботи, що включають організаційно-спрямовуючі (привітання, вправи-криголами, визначення очікувань учасників) та змістовно-сміслові техніки (вправи-самоаналізи, мозкові штурми, дискусії, рольові ігри та ін.).

Для практичної роботи психолога з юнаками розроблено програму тренінгових занять «Профілактика міжособистісних конфліктів юнаків», що враховує досліджені соціально-психологічні чинники виникнення конфліктів в їх відносинах. Мета програми тренінгових занять «Профілактика міжособистісних конфліктів юнаків» полягає у сприянні оптимізації міжособистісної взаємодії, формуванні позитивних комунікативних установок, розвитку навичок ефективного розв'язання конфліктних ситуацій. Структурно програма включає 4 заняття по 1 год. кожне («Позитивні якості міжособистісного спілкування»; «Навчання безконфліктному спілкуванню»; «Незвичайна розмова»; «Владнання конфліктів»). Рекомендована кількість учасників – 10-15 осіб для забезпечення повноцінної активності всіх юнаків.

Провівши контрольний експеримент зі студентами, спостерігали позитивні зрушення за всіма методиками. Так, зросла кількість студентів, які тяжіють до миролюбивого, тактовного, конструктивного вирішення конфліктів поруч зі зменшенням кількості студентів, які схильні до високого рівня конфліктності, емоційності, критичності. Також надано рекомендації для осіб раннього юнацького віку щодо подолання конфліктів.

## ВИСНОВКИ

На основі теоретичного і практичного вивчення соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці сформовано наступні висновки:

1. У результаті теоретичного дослідження проаналізовано сутність і причини виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці.

Міжособистісний конфлікт визначається як конфліктна ситуація у відносинах, що включає протиріччя, які виявляються в протидії співрозмовників один одному через зіткнення несумісних бажань, прагнень, настанов. Ці конфлікти обумовлюються об'єктивними і суб'єктивними причинами, можуть мати конструктивний і деструктивний вплив як на особистість, так і на її відносини з іншими людьми.

До психологічних причин міжособистісних конфліктів в ранньому юнацькому віці відносяться: проблеми соціальної адаптації, рольова невизначеність в групі, класі; не стійкість системи моральних цінностей; прагнення до особистісної неповторності, оригінальності; несприятливі стосунки з окремими хлопцями чи дівчатами; проблеми у відносинах із педагогами, не згода з їх вимогами; консервативна форма організації освітнього процесу. Крім того, до міжособистісних конфліктів юнаків призводять психологічні особливості індивідуального стилю спілкування з іншими, індивідуально-психологічні особливості особистості (конфліктність, агресивність, упередженість, наявність комунікативних установок, вибір неадекватного психологічного захисту в спілкуванні з оточуючими тощо), та соціальний статус у групі.

Ефективність вирішення конфлікту залежить від правильно обраної стратегії поведінки в конфліктній ситуації та її відповідності причинам, які її спровокували. Найбільш відомою є класифікація стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях, що включає: суперництво (конкуренцію, змагання);

уникнення (ігнорування або відхилення); пристосування (змушену поступку); компроміс; співробітництво (співпрацю). Оптимальним є вибір співпраці та компромісу, що забезпечують мирне вирішення конфлікту з досягненням згоди опонентів.

За результатами теоретичного дослідження до соціально-психологічних чинників виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці відносяться: індивідуальний стиль спілкування з оточуючими (не повага, зверхність, егоцентризм, агресивні реакції); неправильний вибір стратегії поведінки, що не відповідає конфліктній ситуації і не дозволяє вирішити її мирним шляхом (навмисна ескалація конфлікту, загострення суперечності, демонстративне уникання); індивідуально-психологічні особливості особистості юнаків (конфліктність, наявність комунікативних установок); не задоволеність соціальним статусом в групі (хлопці-юнаки дуже часто змагаються за вищий статус в групі, намагаються довести власну фізичну та інтелектуальну силу).

2. На основі аналізу отриманих результатів дослідження виділено суттєві соціально-психологічні чинники виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці.

За результатами емпіричного дослідження більшість осіб раннього юнацького віку мають оптимальні способи поведінки в конфлікті (співробітництво і компроміс), схильність до миролюбності у спілкуванні з іншими, низьку конфліктність, високу компетентність у вирішенні конфліктів, а також переважний співпрацюючий тип міжособистісних відносин. Однак для значної частини юнаків властиві готовність до суперництва, змагання, агресії, відстоювання власних інтересів будь-якою ціною. На таку поведінку впливає низька конфліктологічна компетентність юнаків та їх особистісна конфліктність, схильність до авторитарного, незалежного, агресивного типів міжособистісних відносин.

На основі аналізу статистично значущих кореляційних зв'язків з'ясовано, що способи поведінки юнаків у міжособистісних конфліктах

обумовлені такими психологічними чинниками: суперництво обумовлене низьким рівнем конфліктологічної компетентності, високим рівнем особистісної конфліктності, агресивною стратегією захисту в спілкуванні, а також авторитарним, незалежним та агресивним типами міжособистісної взаємодії. Співпраця обумовлена високим рівнем конфліктологічної компетентності, оптимальним рівнем особистісної конфліктності, миролюбністю як стратегією захисту в спілкуванні, а також схильністю до співпраці під час міжособистісної взаємодії. Компроміс обумовлений високим та середнім рівнями конфліктологічної компетентності, оптимальним рівнем особистісної конфліктності, миролюбністю як стратегією захисту в спілкуванні, а серед типів міжособистісної взаємодії домінують прояви альтруїстичного типу, співпрацюючого типу, також є прояви авторитарного та покірного типів. Також встановлено зв'язки між унікаючим і пристосувальним способами поведінки в конфлікті та середнім і низьким рівнями конфліктологічної компетентності, різними типами міжособистісних відносин (відображено в роботі). Виділені психологічні чинники виникнення міжособистісних конфліктів в юнацькому віці варто враховувати при побудові психокорекційної програми з профілактики і подолання конфліктів в учнівському/студентському середовищі.

3.3 урахуванням психологічних чинників розроблено рекомендації щодо профілактики і корекції виникнення конфліктів серед осіб раннього юнацького віку.

Висвітлено засади профілактичної та корекційної роботи психолога з попередження та подолання конфліктів юнаків. До завдань цієї роботи відносяться: розвиток знань юнаків про конфлікти, причини виникнення; усвідомлення конфліктогенів спілкування та їх відстеження у власному мовленні; розвиток комунікативних установок, що сприяють вирішенню конфліктів; формування вмінь усвідомленого вибору конструктивних стилів вирішення конфліктних ситуацій; оволодіння навичками саморегуляції у складних ситуаціях; формування навичок безконфліктного спілкування.

Основними напрямками профілактичної та психокорекційної роботи психолога з особами раннього юнацького віку є: підвищення їх конфліктологічної компетентності, зниження рівня особистісної конфліктності, формування асертивності, толерантності до думки інших людей, поваги до них; формування вмінь усвідомленого вибору конструктивних стилів вирішення конфліктних ситуацій; оволодіння навичками саморегуляції у складних ситуаціях; формування навичок безконфліктного спілкування.

Розглянуто методичні особливості проведення психологічної роботи та соціально-психологічні засоби профілактики виникнення міжособистісних конфліктів серед юнаків. Вказано на ефективність застосування інтерактивних засобів і технік психологічної роботи, що включають організаційно-спрямовуючі (привітання, вправи-криголами, визначення очікувань учасників) та змістовно-сміслові техніки (вправи-самоаналізи, мозкові штурми, дискусії, рольові ігри та ін.).

4. Для практичної роботи психолога з юнаками розроблено програму тренінгових занять «Профілактика міжособистісних конфліктів юнаків», що має на меті: сприяння оптимізації міжособистісної взаємодії юнаків, формування позитивних комунікативних установок, розвиток навичок ефективного розв'язання конфліктних ситуацій. Структурно програма включає 4 заняття по 1 год. кожне («Позитивні якості міжособистісного спілкування»; «Навчання безконфліктному спілкуванню»; «Незвичайна розмова»; «Владнання конфліктів»). Також надано рекомендації для осіб раннього юнацького віку щодо подолання конфліктів.

Провівши контрольний експеримент зі студентами, спостерігалися позитивні зрушення за всіма методиками. Так, зросла кількість студентів, які тяжіють до миролюбивого, тактовного, конструктивного вирішення конфліктів поруч зі зменшенням кількості студентів, які схильні до високого рівня конфліктності, емоційності, критичності.

Здійснене дослідження не претендує на остаточне і вичерпне вирішення зазначеної проблеми. Доцільним є подальше вивчення впливу психологічної тренінгової роботи на успішність попередження міжособистісних конфліктів серед осіб раннього юнацького віку.

## 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. Бабаян Ю. О., Скачко І. В. Гендерні особливості конфліктної поведінки в юнацькому віці. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Т. VII. Екологічна психологія. С. 39–48.
3. Барабаш О. Стратегії поведінки в конфліктній ситуації. *Теорія держави і права*. 2017. Вип. 3. С. 208–212.
4. Бісик Н. М. Підготовка майбутніх учителів до формування культури міжособистісних взаємин старших підлітків: методичний посібник / за ред. М. В. Левківського. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2005. 92 с.
5. Буняк Н. А. Психологічні детермінанти конфліктності у студентському віці. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2013. Вип. 19. С. 49–59.
6. Герасімова Н. Є. Внутрішньоособистісні конфлікти в процесі соціальної адаптації студентів до умов вищих навчальних закладів: автореф. дис. ...канд. психол. наук. Київ, 2004. 22 с.
7. Долинська Л., Матяш-Заяц Л. Уявлення сучасної молоді про особливості міжособистісних конфліктів. *Соціально-психологічний вимір демократичних перетворень в Україні / За ред. С. Д. Максименка, В. Т. Циби, Ю. Ж. Шайгородського та ін.* Київ: Український центр політичного менеджменту, 2003. С. 331–338.
8. Етика ділових відносин : навч. пос. / О. Й. Лесько, М. Д. Прищак, О. Б. Залюбівська, Г. Г. Рузакова. Вінниця: ВНТУ, 2011. 310 с.
9. Заварова Н. В., Луценко І. В. Корекційна програма подолання агресії у дітей з девіантною і делінквентною поведінкою. *Психолого-педагогічна робота з дітьми, схильними до прояву девіантної, делінквентної поведінки (з досвіду роботи спеціалістів психологічної служби системи*

освіти України) / упор.: В. Г. Панок, Ю. А. Луценко. Київ: Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2014. С. 432–455.

10. Катасанов О. М. Соціально-психологічна програма формування конфліктологічної компетентності особистості в критичні періоди її розвитку. *Теоретичні і прикладні проблеми психології* : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. Северодонецьк: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. № 3(47). С. 181–191.

11. Катасанов О. М. Соціально-психологічні особливості формування конфліктологічної компетентності особистості в критичні періоди її розвитку : автореф. ... дис. канд. психол. наук: 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи. Северодонецьк, 2018. 22 с.

12. Коберник Л. О. Ціннісні орієнтації як чинник виникнення та подолання конфліктних форм поведінки в юнацькому віці: автореф. ... дис. канд. психол. наук. Київ, 2010. 20 с.

13. Конфліктологія / Л. М. Ємельяненко, В. М. Петюх, Л. В. Торгова, А. М. Гриненко; за ред. В. М. Петюха, Л. В. Торгової. Київ: КНЕУ, 2003. 315 с.

14. Котлова Л. О. Залежність рівня міжособистісної конфліктності від розвитку комунікативних здібностей у юнацькому віці. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. Київ: Логос, 2011. С. 75–83.

15. Котлова Л. О. Психологічні особливості конфліктних форм поведінки студентів та їх особистісного статусу. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія «Педагогіка і психологія»*. Вінниця: ТОВ фірма «Планер», 2010. Вип. 32. С. 444–450.

16. Котлова Л. О. Психологія конфлікту: курс лекцій : навч. пос. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 112 с.

17. Крюкова О. В. Тренінг «Психологічні основи соціального розвитку особистості в ранньому юнацькому віці»: зміст і структура. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 24. С. 417–429.

18. Лисенко-Гелемб'юк К. Актуальні проблеми особистісного становлення в період юності. *Освітній простір України*. 2018. Вип. 12. С. 178–185.
19. Ложкін Г. В., Пов'якель Н. І. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика: навчальний посібник. Київ: ВД «Професіонал», 2006. 416 с.
20. Макарчук Н. О. Особистісні детермінанти розв'язання конфліктних ситуацій у пізньому юнацькому віці: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2005. 21 с.
21. Матяш-Заяц Л. П. Соціально-психологічні чинники виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Київ, 2005. 21 с.
22. Матяш-Заяц Л. П. Конфліктна компетентність як умова успішного попередження та розв'язання конфліктів у ранньому юнацькому віці. *Психологія: Зб. наук. пр. НПУ імені М. П. Драгоманова*. Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. Вип. 24. С. 161–165.
23. Матяш-Заяц Л. П. Природа міжособистісних та внутрішньоособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці. *Наукові записки: Зб. наук. статей Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2001. Вип. 41. С. 133–135.
24. Мельник Ю., Клім С. Енергія тренінгу. Київ: Главник, 2008. 144 с.
25. Мельничук І. Я. Організація психокорекційної роботи девіантної поведінки підлітків. *Зб. наук. пр. КПНУ ім. І. Огієнка*. 2009. Вип. 11. С. 109–113.
26. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: навч. посіб. Київ: МАУП, 2004. 192 с.

27. Осипова Т. Ю., Бартенева І. О., Біла О. О. Виховна робота із студентською молоддю: навч. пос. Одеса: Фенікс, 2006. 288 с.
28. Павелків Р. В. Вікова психологія. Вид. 2-е, стер. Київ: Кондор, 2015. 469 с.
29. Пов'якель Н. І. Психологія вирішення педагогічних конфліктів. Київ: Шк.світ, 2008. 128 с.
30. Пов'якель Н. І., Макарчук Н. А. Психологічна специфіка конфліктних ситуацій як прояву конструктивності/деструктивності інтерперсональної взаємодії в студентському віці. *Актуальні проблеми психології: Зб. наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України*. Київ: Міленіум, 2005. Т. І. Ч.10. С. 43–47.
31. Пов'якель Н. І., Макарчук Н. А. Психологічні детермінанти особистісного зростання у подоланні конфліктних ситуацій у студентському віці. *Наукові записки НаУКМА*. 2007. Т. 71: Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. С. 44–49.
32. Романкова Л. М. Моделювання конфліктних ситуацій як засіб оптимізації міжособистісних стосунків у педагогічному колективі: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Рівне, 2002. 20 с.
33. Романкова Л. М. Соціально-психологічний тренінг як засіб психокорекції конфліктної поведінки педагогів. *Психологія : Зб. наук. пр.* Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2002. Вип 15. С. 341–350.
34. Русинка І. І. Конфліктологія: Психологія технології запобігання і управління конфліктами. Київ: Професіонал, 2007. 332 с.
35. Савич Ж. В., Безпалько О. В. Спілкуємося й діємо: навч.-метод. посіб. Київ: Наш час, 2006. 120 с.
36. Савчин М. В. Василенко Л. П. Вікова психологія: навч. посібник. Київ: Академвидав, 2016. 360 с.
37. Садова І. І. Соціально-психологічні чинники виникнення конфліктів у системі «вчитель – учні» початкової школи. *Проблеми сучасної психології*. 2011. Вип. 13. С. 355–364.

38. Технології роботи організаційних психологів : навч. посібник / за наук. ред. Л. М. Карамушки. Київ: Фірма «ІНКОС», 2005. 366 с.
39. Технологія тренінгу / упоряд.: О. Главник, Г. Бевз; за заг. ред. С. Максименко. Київ: Главник, 2005. 112 с.
40. Тіунова О. В. Психологічна корекція: лекції. Тернопіль: ТДПУ, 2005. 445 с.
41. Туріщева Л. В. Робота шкільного психолога з педагогічним колективом. Харків: ВГ «Основа», 2011. 112 с.
42. Худолій І. І. Психологічні аспекти діяльності викладача у студентському середовищі: конфлікти і шляхи їх вирішення. *«Компоненти педагогічної майстерності викладача»: «Інтернет-методрада як інструмент відкритого ефективного співробітництва з проблем методики викладання у ВНЗ I-II рівнів акредитації» (травень 2015)*. URL: <http://acup.poltava.ua/wp-content/uploads/2015/03/HUDOLIY.doc.pdf>.
43. Чала О. А. Внутрішньоособистісний конфлікт як чинник деструктивних форм поведінки юнаків. *Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія / За ред. С. Д. Максименка*. Київ: Главник, 2008. Том X, Вип. 8. С. 621–626.
44. Чала О. А. Особливості деструктивної конфліктності у ранньому та пізньому юнацькому віці. *Практична психологія в системі вищої освіти: теорія, результати досліджень, технології : колективна монографія / під ред. Н. І. Пов'якель*. Київ, 2009. С. 249–260.
45. Чуловський В. Е. Вплив інтраперсональних конфліктів на формування соціальної компетентності особистості в юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи. Сєвєродонецьк, 2018. 23 с.
46. Чуловський В. Е. Соціально-психологічні детермінанти інтраперсональних конфліктів та особливості соціальної компетентності особистості в юнацькому віці. *Матеріали II міжнар. наук.-практ. конф. «Актуальні питання соціальної та практичної психології у координатах*

*сучасних парадигм» (25-26 квіт. 2014 р.).* Сєверодонецьк: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2014. С. 153–157.

47. Шама І. В. Психологічні особливості міжособистісних конфліктів серед підлітків. *Фундаментальне и прикладне исследования в практиках вєдучих научных школ.* 2015. № 3 (9). С. 95–104.

48. Шкарупа Д. Конфлікти в студентському середовищі. *Актуальні проблеми психологічного забезпечення професійної діяльності: вузівська науково-практична конференції студентів, аспірантів та молодих вчених (05 грудня 2018 р.).* Київ: КНТЕУ, 2018. С. 26–28.

## ДОДАТКИ

## Додаток А

## Результати констатувального дослідження

Таблиця А.1

## Способи поведінки юнаків у конфліктних ситуаціях (за тестом К. Томаса)

Способи поведінки в конфліктній ситуації	Всього (45 осіб)		Хлопці (20 осіб)		Дівчата (25 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
Суперництво (конкуренція)	8	17,8%	6	30%	2	8%
Співробітництво	15	33,3%	5	25%	10	40%
Компроміс	11	24,4%	5	25%	6	24%
Уникнення	8	17,8%	3	15%	5	20%
Пристосування	3	6,7%	1	5%	2	8%

Таблиця А.2.

## Домінуючі стратегії психологічного захисту юнаків у спілкуванні (за методикою В. Бойка)

Стратегії психологічного захисту в спілкуванні	Всього (45 осіб)		Хлопці (20 осіб)		Дівчата (25 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
миролюбність (добррозичливість, налаштованість на гармонійне спілкування)	26	57,8%	10	50%	16	64%
уникнення (фізичне чи психічне дистанціювання від спілкування, від конфліктів із іншими)	11	24,4%	4	20%	7	28%
агресія (суперництво, змагання, прагнення до домінування, насадження власної думки і домагання реалізації своїх цілей будь-якою ціною)	8	17,8%	6	30%	2	8%

Таблиця А.3.

## Рівні конфліктологічної компетентності юнаків (за методикою П. Хеппнера, І. Петерсена)

Рівні конфліктологічної компетентності	Всього (45 осіб)		Хлопці (20 осіб)		Дівчата (25 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
Високий рівень, здатність до вирішення конфліктів конструктивним шляхом	25	55,6%	9	45%	16	64%
Середній рівень, прагнення до уникнення відповідальності, можливі застосування компромісу і пристосування	10	22,2%	4	20%	6	24%
Низький рівень, схильність до конфліктної поведінки, не вміння мирного вирішення суперечностей	10	22,2%	7	35%	3	12%

Таблиця А.4.

**Рівні конфліктності юнаків (за методикою Є. Рогова)**

Рівні конфліктності	Всього (45 осіб)		Хлопці (20 осіб)		Дівчата (25 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
низький, оптимальний рівень конфліктності (тактовність і миролюбність)	20	44,4%	6	30%	14	56%
середній рівень (схильність до аргументованої позиції в конфлікті)	13	28,9%	6	30%	7	28%
високий рівень конфліктності (емоційність, імпульсивність, критичність)	12	26,7%	8	40%	4	16%

Таблиця А.5.

**Домінуючі типи міжособистісних відносин юнаків (за методикою Т. Лірі)**

Типи міжособистісних відносин	Всього (45 осіб)		Хлопці (20 осіб)		Дівчата (25 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
1. Авторитарний (владний – лідируючий).	10	22,2%	8	40%	2	8%
2. Незалежний – домінуючий.	5	11,1%	3	15%	2	8%
3. Прямолінійний – агресивний.	2	4,4%	2	10%		
4. Недовірливий – скептичний.	4	8,9%	1	5%	3	12%
5. Покірний – сором'язливий.	3	6,7%			3	12%
6. Залежний – слухняний.	2	4,4%			2	8%
7. Співпрацюючий – конвенціональний.	16	35,6%	6	30%	10	40%
8. Альтруїстичний – відповідально-великодушний.	3	6,7%			3	12%

## Додаток Б

## Кореляційні зв'язки між показниками дослідження

Способи поведінки в конфлікті	Стратегії захисту в спілкуванні			Рівні особистісної конфліктності			Рівні конфліктологічної компетентності			Типи міжособистісних відносин							
	Миролобність	Уникнення	Агресія	Високий рівень, конфліктність	Середній рівень	Низький рівень, оптимальний	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень	1. Авторитарний	2. Незалежний	3. Агресивний	4. Недовірливий	5. Покірний	6. Залежний	7. Співпраця	8. Альтруїстичний
Суперництво	0,31	-0,12	<b>0,89</b>	<b>0,66</b>	0,15	-0,17	-0,47	0,11	<b>0,79</b>	<b>0,66</b>	<b>0,54</b>	<b>0,60</b>	0,17	<b>-0,52</b>	0,01	0,29	0,20
Співробітництво	<b>0,57</b>	0,25	0,11	0,24	0,48	<b>0,75</b>	<b>0,61</b>	0,03	-0,47	0,41	0,39	0,19	0,16	0,28	0,17	<b>0,86</b>	0,21
Компроміс	<b>0,52</b>	0,19	0,40	<b>0,53</b>	<b>0,54</b>	<b>0,50</b>	<b>0,55</b>	<b>0,51</b>	0,25	<b>0,50</b>	0,24	0,41	0,22	<b>0,53</b>	0,35	<b>0,62</b>	<b>0,66</b>
Уникнення	0,39	<b>0,67</b>	0,23	0,17	<b>0,61</b>	0,25	0,34	<b>0,68</b>	0,14	0,14	<b>0,62</b>	0,34	<b>0,57</b>	0,41	0,22	0,18	0,39
Пристосування	0,22	<b>0,53</b>	-0,11	0,01	0,24	0,40	0,12	0,17	<b>0,49</b>	0,22	<b>-0,51</b>	0,17	-0,28	0,38	<b>0,61</b>	0,22	0,41
Миролобність	1,00	0,24	-0,44	-0,29	0,44	<b>0,59</b>	<b>0,61</b>	0,41	0,11	0,23	0,28	0,03	0,14	0,38	0,44	<b>0,53</b>	<b>0,58</b>
Уникнення	0,24	1,00	0,24	0,41	0,29	0,39	0,24	0,02	0,29	0,26	0,11	0,28	0,31	0,49	0,46	0,22	0,27
Агресія	-0,44	0,24	1,00	<b>0,51</b>	0,21	-0,11	0,29	0,48	<b>0,53</b>	<b>0,53</b>	<b>0,52</b>	<b>0,60</b>	0,29	0,01	-0,11	0,22	0,17
Конфліктність, в.р.	-0,29	0,41	<b>0,51</b>	1,00	0,28	-0,41	<b>-0,51</b>	0,34	0,02	<b>0,58</b>	0,44	<b>0,53</b>	0,14	0,21	0,10	-0,41	0,08
С.р.	0,44	0,29	0,21	0,28	1,00	0,22	0,36	<b>0,59</b>	0,42	0,21	0,40	0,19	0,21	0,20	0,41	<b>0,50</b>	0,44
Оптимальний, н.р.	<b>0,59</b>	0,39	-0,11	-0,41	0,22	1,00	<b>0,52</b>	0,43	<b>0,63</b>	0,29	0,04	0,12	-0,31	0,03	0,19	<b>0,69</b>	<b>0,53</b>
Високий р.	<b>0,61</b>	0,24	0,29	<b>-0,51</b>	0,34	0,02	1,00	0,21	0,01	<b>0,50</b>	0,14	0,22	0,09	0,10	0,31	<b>0,59</b>	<b>0,50</b>
Середній р.	0,41	0,02	0,48	0,36	<b>0,59</b>	0,42	0,21	1,00	0,18	<b>0,54</b>	<b>0,50</b>	0,29	0,28	0,25	0,16	0,43	0,46
Низький р.	0,11	0,29	<b>0,53</b>	<b>0,52</b>	0,43	<b>0,63</b>	0,01	0,18	1,00	<b>0,69</b>	0,35	<b>0,53</b>	0,17	0,01	-0,29	0,12	0,11
Авторитарний	0,22	0,26	<b>0,53</b>	<b>0,58</b>	0,21	0,29	<b>0,50</b>	<b>0,54</b>	<b>0,69</b>	1,00	<b>0,51</b>	<b>0,52</b>	0,12	0,24	0,29	0,11	0,13
Незалежний	<b>-0,51</b>	0,11	<b>0,52</b>	0,44	0,40	0,04	0,14	<b>0,50</b>	0,35	<b>0,51</b>	1,00	<b>0,51</b>	0,44	0,21	0,01	0,22	0,19
Агресивний	0,17	0,28	<b>0,60</b>	<b>0,53</b>	0,19	0,12	0,00	0,29	<b>0,53</b>	<b>0,52</b>	<b>0,51</b>	1,00	0,11	-0,21	0,11	0,29	0,04
Недовірливий	-0,28	0,31	0,29	0,14	0,21	-0,31	0,09	0,28	0,17	0,12	0,44	0,11	1,00	0,39	0,24	0,46	0,29
Покірний	0,38	0,49	0,01	0,21	0,20	0,03	0,10	0,25	0,01	0,24	0,21	-0,21	0,39	1,00	0,49	0,47	0,46
Залежний	<b>0,61</b>	0,46	-0,11	0,10	0,41	0,19	0,31	0,16	-0,29	0,29	0,01	0,11	0,24	0,49	1,00	0,29	0,44
Співпраця	0,22	0,22	0,22	-0,41	0,50	<b>0,69</b>	0,59	0,43	0,12	0,11	0,22	0,29	0,46	0,47	0,29	1,00	0,49
Альтруїстичний	0,41	0,28	0,17	0,08	0,44	<b>0,53</b>	0,50	0,43	0,11	0,13	0,19	0,04	0,29	0,46	0,44	0,49	1,00

## Програма тренінгових занять «Профілактика міжособистісних конфліктів юнаків»

**Мета програми:** сприяти оптимізації міжособистісної взаємодії юнаків, формуванню позитивних комунікативних установок, розвитку навичок ефективного розв'язання конфліктних ситуацій.

### **Завдання програми:**

- формувати комунікативні навички, вміння успішного міжособистісного спілкування юнаків;
- визначити якості, важливі для міжособистісної комунікації, здійснити самооцінку їхнього прояву;
- надати інформацію про ймовірні причини виникнення конфліктів, вчити розпізнавати конфліктогени у спілкуванні та адекватно реагувати на них;
- вчити конструктивно вирішувати конфліктні ситуації, сприяти оптимізації установок міжособистісної взаємодії;
- сприяти згуртованості юнаків, формувати оптимальний соціально-психологічний клімат у колективі.

Структурно програма включає 4 заняття по 1 год. кожне. Рекомендована кількість учасників – 10-15 осіб для забезпечення повноцінної активності всіх юнаків.

### **Заняття 1. «Позитивні якості міжособистісного спілкування»**

**Мета:** сприяти оптимізації міжособистісної взаємодії учасників; створити умови для швидкого знайомства учасників тренінгу, ознайомлення їх із принципами роботи групи, налаштування на безконфліктне спілкування.

#### **Вправа «Знайомство» (за А. Прутченковим)**

*Призначення:* з'ясувати «комунікативне обличчя» кожного учасника групи; дати можливість відчувати всім учасникам ступінь розбіжності власного уявлення про себе з уявленнями інших учасників.

Кожний учасник називає таку рису свого характеру, що проявляється зовні, яка, на його думку, у першу чергу проявляється в спілкуванні з іншими людьми. Інші виражають власну думку з цього питання, пояснюють, як вони сприймають цю людину, яка особливість її поведінки, співрозмовників.

Відсутність предикативної емпатії обмежує комунікативні й соціально-перцептивні можливості особистості. Учасникам варто спостерігати так, щоб інтерес до обраної людини залишився непоміченим. Якщо остання помітила пильну до себе увагу й перехопила погляд, «спостерігач» виводиться із гри як переможений, оскільки в нього, очевидно, був занадто неделікатний погляд. Погляд, який відчув же на собі учасник, навпроти, володіє високою соціальною сенситивністю. Для переможеного факт відсторонення від гри повинен послужити підставою до самостійного щоденного тренінгу ненастирливого спостереження за навколишніми.

*Обговорення:* Чи вдалося виконати завдання непомітно? Як ви почували себе, коли відчули погляд іншого учасника? Як відчував себе учасник, погляд якого перехопили?

#### **Прийняття правил групи (на основі праці О. Тіунової)**

*Призначення:* прийняття загальних правил діяльності у групі, яких потрібно дотримуватися всім членам тренінгової групи під час та після занять; згуртування учасників.

1. Спілкування на основі довіри.
2. Спілкування за принципом «тут і тепер».
3. «Я-висловлювання».
4. Щирість спілкування.
5. Конфіденційність того, що відбувається в групі.
6. Визначення сильних сторін особистості.
7. Неприпустимість безпосередніх оцінок людини.

8. Активна участь у тому, що відбувається.

9. Повага до того, хто говорить.

### **Вправа «Відгадай, хто це?» (за Л. Туріщевою)**

*Призначення:* розвиток спостережливості, тренування уважності, відгадування людини за рисами її особистості.

*Зміст.* Кожний учасник складає детальну психологічну самохарактеристику, не вказуючи відмітних ознак, за якими можна відразу ж впізнати людину. У цій самохарактеристиці повинно бути десять-дванадцять речень.

Все написане віддається психологові, перемішується й по черзі зачитується. Група намагається дізнатися, де чия самохарактеристика.

*Обговорення.* Учасники відповідають на питання «Чи легко було виконувати цю вправу?», «Які почуття виникали у Вас, коли читали Вашу самохарактеристику?», «Чи вдалося іншим з першого разу вгадати за цим описом саме Вас?».

### **Вправа «Скоромовка» (за А. Головіною)**

*Призначення:* усвідомлення своїх емоцій в ситуації роздратування, а також їх наслідків для себе і інших людей.

*Зміст:* Кожен з учасників отримує картку з якою-небудь скоромовкою, після чого імітує ситуацію, в якій відчував себе роздратованим. Учасники, насупивши брови і стиснувши кулаки, ходять по кімнаті і «бурчать» собі під ніс свої скоромовки, час від часу ніби звертаючись один до одного. Під час другого етапу учасники гнівно кричать один на одного текстами скоромовок.

*Обговорення.* Після кожного етапу вправи обговорюється, які реальні емоції відображали ігрові ситуації, а також, як можна управляти подібними емоціями. Учасники обговорюють, що таке гнів (негативна емоція) і до яких небезпечних наслідків він може привести. У цій частині ведучий може продемонструвати відповідні фрагменти з кінофільмів або репродукції картин. Далі психолог відзначає, що гнів ще тому є негативною емоцією, що негативно сприймається такими, що оточують.

### **Інформаційне повідомлення на тему «Якості, важливі для міжособистісного спілкування» (за А. Головіною)**

*Призначення:* розкриття значення якостей, необхідних для міжособистісного спілкування: емпатії, доброзичливості, автентичності, конкретності, ініціативності, безпосередності, відкритості, прийняття почуттів, конфронтації, самопізнання.

Психолог ознайомлює учасників з наступною інформацією: «В психології існує безліч механізмів формування позитивних міжособистісних відносин, які мають найвищу соціальну цінність. Такі відносини позитивно впливають на мікроклімат в будь-якій групі, колективі, в спілкуванні двох осіб. Міжособистісні взаємини багато в чому залежать від того, як люди сприймають одне одного. Серед багатьох факторів, які відіграють особливу роль у процесах міжособистісного сприйняття, виділяють: наступні якості особистості, необхідних для успішного міжособистісного спілкування.

*Емпатія:* вміння бачити світ очима інших, розуміти його так само, як вони; сприймати їхні вчинки з їх же позиції й у той же час здатність сказати іншим про своє розуміння й дати можливість підтвердити або спростувати ці уявлення.

*Доброзичливість:* здатність не тільки почувати, але й показувати людям своє доброзичливе ставлення, повагу й симпатію, вміння приймати їх навіть тоді, коли не схвалюєш їхні вчинки, готовність підтримати інших.

*Автентичність:* вміння бути природним у відносинах, не ховатися за масками або ролями, відкрита демонстрація іншим свого ставлення до різних проблем і людей, здатність бути самим собою в контактах з оточуючими.

*Конкретність:* відмова від загальних міркувань, багатозначних і невиразних зауважень, вміння говорити про свої конкретні переживання, думки, дії, готовність однозначно відповідати на питання.

*Ініціативність*: схильність до діяльної позиції у відношенні з людьми, до того, щоб «іти вперед», а не тільки реагувати на те, що роблять інші, здатність встановлювати контакти, не чекаючи ініціативи з боку; готовність братися за певні справи в ситуації, що вимагає активного втручання, а не просто чекати, коли інші почнуть щось робити.

*Безпосередність*: уміння говорити й діяти прямо, чітко уявлення про ставлення інших людей і чесна демонстрація свого ставлення до них.

*Відкритість*: готовність відкрити іншим свій внутрішній світ, тверда переконаність у тому, що відкритість сприяє встановленню здорових і міцних відносин з оточуючими, щирість, еквівалентна готовності оприлюднити абсолютно всі самі інтимні секрети, оскільки сама людина, а не її таємниці цікаві людям; уміння говорити про свої думки й почуття.

*Прийняття почуттів*: відсутність страху при безпосередньому зіткненні зі своїми почуттями або почуттями інших людей, уміння не тільки відчувати будь-які почуття в спілкуванні з людьми, але й показувати й, виражати готовність приймати емоційну експресію з боку інших, але при цьому – відсутність прагнення нав'язувати навколишнім свої почуття, щоб вони усвідомлювали свою відповідальність за них.

*Конфронтація*: уміння «віч-на-віч» спілкуватися з іншими людьми з повним усвідомленням своєї відповідальності й зацікавленості; у випадку відмінності думок – готовність піти на конфронтацію, але не з метою злякати або покарати іншого, а з надією на встановлення справжніх і щирих відносин.

*Самопізнання*: дослідницьке ставлення до власного життя й поведінки, прагнення скористатися для цього допомогою з боку оточуючих, готовність приймати від них будь-яку інформацію про те, як вони сприймають тебе, але при цьому – уміння бути автором своєї самооцінки».

#### **Вправа «Емпатія» (за А. Головіною)**

*Призначення*: розвиток доброзичливого ставлення до оточуючих, тренування емпатійності, спостережливості, уважності, формування навички розпізнавати слова оточуючих, звернених до себе.

*Зміст*. Один зі членів групи виходить із кімнати. Ті, які залишилися, характеризують його, називаючи риси, властивості, звички, тобто висловлюють свою думку, причому тільки позитивну. Хтось із групи веде «протокол», записуючи автора й зміст висловлення.

Через якийсь час запрошується учасник, що вийшов з кімнати і йому зачитується все сказане, не називаючи автора. Головне завдання його – визначити, хто міг би про нього таке сказати. Потім «секретар» зачитує, всі висловлення, але вже із вказівкою авторів.

*Обговорення*. Учасники відповідають на питання «Чи легко було виконувати цю вправу?», «Як важко було визначати тільки позитивні риси людини?», «Чи вдалося вгадати всіх, хто висловився?»

#### **Підведення підсумків. Рефлексія заняття.**

Обговорення найбільш вдалих моментів і побажань на наступний раз. Оцінка учасниками свого емоційного стану після тренінгу, одержання зворотного зв'язку від кожного учасника.

### **Заняття № 2. «Навчання безконфліктному спілкуванню».**

**Мета**: відкриття в собі сильних сторін, необхідних для гармонійного спілкування з іншими; вивчення можливостей використання своїх сильних сторін у взаєминах з оточуючими; зниження конфліктності, розвиток навичок конструктивного спілкування і вирішення конфліктів.

#### **Вправа «Здрастуйте» (за Л. Тіуновою)**

*Призначення*: привітання, налаштування на групову форму роботи.

*Зміст.* Починає один з учасників заняття. Звертаючись до сусіда ліворуч, з почуттям радості від зустрічі проговорює: «Здрастуйте...», виражаючи своє ставлення до нього й голосом, і жестом, і посмішкою.

*Обговорення.* Учасники відповідають на питання «Чи сподобалося виконувати цю вправу?», «Як вона вплинула на настрій?»

### **Вправа «Очікування учасників» (авторська вправа)**

*Призначення:* виявити очікування юнаків щодо участі в тренінгу, визначили потреби юнаків у виконанні розвиваючих вправ для безконфліктного спілкування.

Психолог запитує учасників, чим би вони хотіли зайнятися на занятті у межах повідомленої теми «Навчання безконфліктному спілкуванню», пропонує обговорити і написати на листочках (роздає листочки) свої очікування. Просить прикріпити їх до дерева очікувань (на дошці).

### **Вправа «Сильні сторони» (за А. Прутченковим)**

*Призначення:* виявлення сильних сторін, складання їх списку та обговорення можливостей застосування у практичній діяльності.

*Зміст.* Кожний член групи повинен розповісти про свої сильні сторони, про те, що він любить, цінує в собі, про те, що дає йому почуття внутрішньої впевненості й довіри до себе в різних ситуаціях. Не обов'язково говорити тільки про позитивні риси характеру, важливо підкреслити те, що є або може бути точкою опори в різні моменти життя. Ця вправа спрямована не тільки на визначення своїх власних сильних сторін, але й на вміння думати про себе позитивно. Тому, виконуючи її, варто уникати будь-яких висловлень про свої недоліки, помилки. Психолог повинен припиняти подібні спроби.

Висловлюється перший бажающий. Він може говорити про свої сильні сторони 3-4 хв. і навіть якщо закінчить раніше, час, що залишився, належить йому. Це означає, що інші члени групи залишаються тільки слухачами, вони не можуть висловлюватися, уточнювати деталі, просити пояснень або доказів. Людина, що говорить про себе, не повинна виправдуватися або пояснювати, чому вона вважає ті або інші якості своєю сильною стороною.

Потім починає говорити наступний учасник, і так триває, поки не висловляться всі. Потім психолог дає кожному аркуш паперу, олівці й пропонує спробувати назвати свої сильні сторони, причому не тільки ті, які згадувалося, а й інші, які людина усвідомлює в себе.

Після цього учасники тренінгу створюють групи з 2-3 чоловік (по симпатії). Кожна з них знаходить місце, де ніхто не заважав би – адже потрібно ще обговорити, як, опираючись на свої сильні сторони, зробити щось по-справжньому цінне. На це приділяється 10-15 хв. Потім усі знову вертаються до загального кола й розповідають один одному про те, як вони збираються використовувати сильні сторони.

*Обговорення.* Учасники відповідають на питання «Чи легко було виконувати цю вправу?», «Які сфери застосування сильних сторін для Вас стали незвичними»

### **Вправа «Вибери партнера» (за Л. Туріщевою)**

*Призначення:* розвиток навичок невербального спілкування, невербального обміну інформацією.

*Зміст.* Всі члени групи сидять півколом. Один учасник вибирає собі партнера, використовуючи тільки рух очей, дає йому відчуття, що він вибрав саме його. Намагається переговорюватися очима. Після чого, як всі учасники закінчили вправу, обговорюються можливості візуальної взаємодії в спілкуванні.

*Обговорення.* Учасники відповідають на питання «Чи вдалося Вам встановити контакт, і показати партнеру, що Ви вибрали саме його?», «Чи Ви самі зрозуміли, коли Вас вибрали?», «Що саме підказало Вам, що цей партнер звертається до Вас?».

### **Вправа «Я в конфліктній ситуації» (за А. Головіною)**

*Призначення:* дати можливість побачити чи сприймають тебе інші як конфліктну людину, показати різні способи реакції на конфліктну ситуацію і підходи до неї.

*Зміст:* Один учасник виходить за двері. Група загадує конкретну людину. Складається характеристика вибраної людини за допомогою опису її поведінки в заданих умовах, в конкретній конфліктній ситуації. Учасник заходить в кімнату. Хтось з групи розповідає ситуацію і всі учасники (із загаданим) по колу висловлюють свій прогноз про поведінку оцінюваного. Основний учасник повинен відгадати кого описала група.

*Обговорення.* Аналізуються підстави і критерії на основі яких ухвалювалось рішення відгадую чого учасника. Думка групи. Думка і враження загаданого. Чим визначаються підходи до конфліктної ситуації? Які вони бувають?

#### **Вправа «Розв'язати проблему» (за А. Прутченковим)**

*Призначення:* опрацювання конструктивних стратегій виходу з конфліктних ситуацій.

*Зміст:* Ведучий ділить учасників на три групи і дає кожній з них три завдання:

- 1) визначити причини, що породжують конфліктну ситуацію;
- 2) згадати конфліктну ситуацію і програти її;
- 3) кожна група обирає одну проблему і пропонує її вирішення,

використовуючи отримані знання.

*Обговорення.* Як ви почувалися під час гри? Як почуваетесь після її завершення?

#### **Підведення підсумків. Рефлексія заняття «Дерево очікувань» (авторська вправа)**

Рефлексія емоційного стану: учасники сидять у колі й по черзі висловлюються, що вони відчувають, що їм сподобалося, а що ні, чого вони очікували, що їм було легко виконувати, де виникали труднощі й т.д. Підходять до дерева очікувань, знаходять свій листочок із записом і дописують ручкою іншого кольору «Вдалося» або «Очікую на виконання». Після завершення рефлексії психолог збирає листочки для подальшого аналізу та побудови наступного заняття із врахуванням очікувань учасників.

### **Заняття № 3. «Незвичайна розмова»**

**Мета:** зниження конфліктності, розвиток навичок конструктивного спілкування; розвиток вміння прислуховуватися до точки зору інших, розуміння партнера; знаходження шляхів вирішення конфліктних ситуацій мирним способом.

#### **Вправа «Привітання» (за К. Мілютіною)**

*Призначення:* формування ввічливості та поваги до інших.

*Зміст:* Учасники утворюють два ланцюжка. Кожен з учасників вітається з учасником іншого ланцюжка по черзі. Говорячи привітання, робить комплімент та бажає приємного заняття.

*Обговорення:* Чи легко було говорити компліменти іншим учасникам групи? Як ви зараз себе відчуваєте? Який настрій у вас переважає?

#### **Вправа «Зустріч на вузькій вулиці» (за Л. Турішевою)**

*Призначення:* згуртування групи, розвиток здатності до ефективної взаємодії в складних ситуаціях.

*Зміст:* Розподіл на дві підгрупи. Підгрупи розходяться в різні сторони обличчям один до одного.

*Інструкція.* «Ви зустрілися на вузькій гірській дорозі, якою може пройти лише одна людина. З однієї сторони скелі, з іншої – глибока прірва. Завдання – перейти на іншу сторону.

*Обговорення.* Чи вдалося вам перейти гірську дорогу? Всі перешли, хтось можливо ні? Як ви домовились між собою?

#### **Вправа «Незвичайна розмова» (за О. Тіуноюю)**

*Призначення:* визначення умов для ефективного спілкування з оточуючими.

*Зміст.* Двом учасникам пропонується поговорити на яку-небудь тему (обговорити кінофільм, обмінятися думками із приводу тієї або іншої події), при цьому їм створюються незвичайні умови для спілкування: вони сідають спиною один до одного на

відстані двох метрів. Всім іншим пропонується уважно спостерігати за розмовою й поведінкою співрозмовників. Через певний час діалог переривається, учасників просять встати, повернутися обличчям й продовжити розмову, наближаючись один до одного. Вправа припиняється, коли дистанція між співрозмовниками стає мінімальною, або коли хто-небудь із учасників висловить небажання продовжувати спілкування.

*Обговорення.* Учасники відповідають на питання «Чи легко було виконувати цю вправу?», «Наскільки важко розповідати співрозмовнику про цікаву тему, і не бачити його реакції?».

### **Вправа «Як висловити образу і незадоволеність» (за А. Головіною)**

*Призначення:* програвання різних варіантів вербального прояву своїх негативних емоцій (незадоволеності, образи, роздратування) та усвідомлення наслідків їх впливу на іншу людину.

*Зміст:* Необхідно методом «Мозкового штурму» з'ясувати слова, за допомогою яких люди висловлюють образу і незадоволеність. Потім – робота в парах. Спілкування з використанням цих слів. Обговорення почуттів та емоцій, що виникають при озвучуванні цих слів.

*Обговорення.* Аналіз почуттів та емоцій, що виникають в ході вправи. Які почуття можуть виникати у іншої людини, які висловлюється образа чи незадоволення?

### **Вправа «Вирішення складних ситуацій» (за А. Прутченковим)**

*Призначення:* відпрацювання різних способів владнання складних конфліктних ситуацій, підвищення впевненості у собі.

*Зміст:* Учасники об'єднуються в групи по 2–4 особи. Кожна підгрупа розіграє, запропоновану будь-ким з них конфліктну ситуацію, пропонуючи свій спосіб її вирішення. Інші учасники можуть запропонувати свій варіант виходу із складного положення. В результаті аналізу ситуацій і способів їх вирішення, знаходиться найбільш оптимальне її рішення.

*Обговорення.* Аналізуються найбільш типові способи поведінки в складних ситуаціях: 1) пригнічення своїх почуттів; 2) агресивний вираз почуттів; 3) мирне вирішення конфлікту. Обговорюються також найбільш оригінальні способи вирішення конфліктів, а також відбувається порівняння способів вирішення складних ситуацій в запропонованих ведучим сферах взаємин і діяльності.

### **Підведення підсумків. Рефлексія заняття.**

Обговорення найбільш вдалих моментів і побажань на наступний раз. Оцінка учасниками свого емоційного стану після тренінгу, одержання зворотного зв'язку від кожного учасника.

### **Заключна вправа «Сонечко» (авторська вправа)**

Усі учасники отримують чисті аркуші, на яких малюють на весь аркуш сонечко з кількістю променів, що дорівнює кількості учасників, крім себе. У центрі сонця пишуть своє ім'я. Потім за годинниковою стрілкою по колу передають аркуші, вписують побажання, компліменти автору малюнка. Всі учасники повинні отримати свої аркуші із гарними побажаннями назад, коли вони пройдуть повне коло учасників (разом із психологом).

## **Заняття № 4. «Владнання конфліктів»**

**Мета:** зниження конфліктності, пошук внутрішніх ресурсів для вирішення конфліктів мирними способами; закріплення придбаних комунікативних навичок безконфліктного спілкування, підвищення вмінь конструктивного розв'язання конфліктних ситуацій.

### **Вправа «Привітання» (за К. Мілютіною)**

*Призначення:* формування ввічливості та поваги до інших.

*Зміст:* Психолог вітається. Задає дружній тон у своїй бесіді, та створює позитивний настрій у групі. Своїм прикладом вчить моральних основ спілкування у колективі та ввічливості.

### **Вправа «Рішуча розмова» (за К. Мілютіною)**

*Призначення:* висловлення очікувань щодо покращення власної комунікативної поведінки.

*Зміст.* Всі по черзі висловлюються про те, від яких слів і звичок у спілкуванні з людьми вони хотіли б позбутися. Причому все треба актуалізувати, тобто проговорити й продемонструвати групі, знову таки – широко й відверто.

*Обговорення.* Учасники обговорюють питання: *Чи легко було виконати цю вправу? Чи всім учасникам вдалося відверто висловити свої наміри?*

### **Вправа «Примирення з недоліками» (за Л. Турішевою)**

*Призначення:* розвиток оптимістичного погляду на різні події життя

*Зміст.* Психолог звертається до учасників: «Згадайте про неприємну подію, яка сталася з вами в минулому або якого можна очікувати в майбутньому. Подумайте, що в цій події може бути доброго, і розкажіть нам про це. Я попрошу членів групи допомагати один одному у пошуках позитиву. Пропонуйте, будь ласка, будь-які спадають на думку варіанти».

«Чи існують ситуації, при яких неможливо знайти позитивне в небажаних подіях? Що заважає звертати увагу на позитивне?» Якщо учасники групи починають критикувати чи заперечувати знайдений «позитив», то психологу необхідно рішуче втрутитися. Суть прийому не в тому, щоб критикувати позитив, а в тому, щоб набрати якомога більше позитиву. Нереалістичний або помилковий позитив відпаде сам собою. Психологу потрібно також допомагати учасникам розповісти про позитивний у всіх подробицях і при можливості представити його максимально образно – у всіх деталях. «Якщо у вашій присутності хто-небудь буде розповідати про негативні події, то спробуйте самі знайти в них позитивне і розкажіть про це позитиві партнеру по розмові. Звичайно, партнер буде чинити опір і оскаржувати ваші слова. Будьте наполегливі і скажіть, що ви все-таки залишаєтеся при своїй думці».

### **Вправа «Сидячий і стоячий» (за О. Тіуною)**

*Призначення:* усвідомлення нерівноправності позицій співрозмовників.

*Зміст.* Один партнер сидить, інший сидить. Учасники намагаються в цьому положенні вести розмову. Через кілька хвилин міняються позиціями, щоб кожний випробував відчуття «зверху» і «знизу». Через кілька хвилин учасники обмінюються своїми почуттями.

*Обговорення.* Учасники обговорюють питання: *У якій ролі вам було краще – стоячого чи сидячого? Які почуття виникали у вас в нерівних умовах спілкування? Що ви зрозуміли з виконання даної вправи?*

### **Рольова гра «Владнання конфліктів» (за А. Прутченковим)**

*Призначення:* відпрацювання умінь і навичок згладжування конфліктів.

*Зміст:* Психолог розповідає про важливість такого уміння як уміння швидко і ефективно згладжувати конфлікти; оголошує про те, що зараз досвідченим шляхом варто спробувати з'ясувати основні методи врегулювання конфліктів. Учасники розбиваються на трійки. Впродовж 5 хвилин кожна трійка придумує сценарій, по якому двоє учасників представляють конфліктуючі сторони, а третій – грає миротворця, арбітра.

*Обговорення.* На обговорення ведучий виносить наступні питання: *Які методи згладжування конфліктів були продемонстровані? Які, на ваш погляд, цікаві знахідки використовували учасники під час гри? Як варто було поводитися тим учасникам, кому не вдалося згладити конфлікт?*

### **Вправа «Валіза» (за К. Мілютіною)**

*Призначення:* колективний збір рис, типів поведінки, особливостей спілкування, які потрібні для успішної міжособистісної взаємодії кожному учаснику.

*Зміст.* Це головна вправа заняття, остання для групи. Один з учасників виходить із кімнати, а інші починають готувати йому в далекий шлях «валізу». У цю валізу збирають те, що, на думку групи, дуже потрібно людині в спілкуванні з іншими людьми, обов'язково з огляду на її позитивні характеристики, які група особливо цінує в ній. Не забувають «зібрати» і те, що заважає цій людині, від чого їй варто позбутися. На практиці це робиться в такий спосіб. Обирається «секретар», що бере лист паперу й ділить його вертикальною лінією навпіл. На одній стороні зверху ставиться знак «+», на іншій - знак «-». Під знаком «+» група збирає все позитивне, а під знаком «-» - все негативне.

При цьому кожна характеристика повинна бути підтримана більшістю учасників групи, якщо є заперечення, сумніви, краще втриматися від категоричної оцінки. Для гарної «валізи» потрібно не менш 5-7 характеристик.

Далі учасникові, що виходив, зачитується й передається цей список. У нього є право лише на одне питання, якщо йому щось незрозуміло. Потім виходить інший учасник групи й вся процедура повторюється. Зрештою, це дає підстави для деяких висновків.

Після виконання вправи «Валіза» доцільно зробити музичну паузу.

*Обговорення.* Учасники відповідають на питання «Чи легко було виконувати цю вправу?», «Чи згодні Ви з тим набором у «валізі», який був складений для Вас?»

#### **Підведення підсумків. Рефлексія заняття.**

Обговорення найбільш вдалих моментів заняття. Оцінка учасниками свого емоційного стану після тренінгу, одержання зворотного зв'язку від кожного учасника.

Наостанок психолог звертається до членів групи: «У Вас є остання можливість сказати про те, що вас турбує найбільше. Якщо Ви хочете щось сказати, говоріть, група Вас слухає... Успіхів і щастя Вам!»