МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

бакалавра

на тему: **«СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА КОНФЛІКТІВ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ У ШКІЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ»**

Виконала: студентка 4 курсу, групи 6.2311-сп
спеціальності 231 «Соціальна робота»
освітньої програми «Соціальна педагогіка»
Головань Валерія Дмитрівна

Керівник: доцент кафедри соціальної педагогіки та спеціальної освіти, доцент, к. пед. н. _____ О.Г. Лещенко

Рецензент: доцент кафедри соціальної педагогіки та спеціальної освіти, доцент, к. пед. н. _____ Ю.Р. Мацкевіч

Запоріжжя
2025

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра соціальної педагогіки та спеціальної освіти
Рівень вищої освіти бакалавр
Спеціальність 231 «Соціальна робота»
Освітня програма «Соціальна педагогіка»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри _____
«____» _____ 20__ року

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Головань Валерії Дмитрівні

1. Тема роботи: «Соціально-педагогічна профілактика конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі»

керівник роботи: Лещенко Олена Геннадіївна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної педагогіки та спеціальної освіти.
затверджені наказом ЗНУ від «27» січня 2025 року № 134-с

2. Строк подання студентом роботи: 25 травня 2025 року.

3. Вихідні дані до роботи: наукова та науково-методична література, матеріали науково-практичних конференцій з досліджуваних питань, а також матеріали практики.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): 1) визначити сутність та зміст конфліктів у шкільному середовищі; 2) проаналізувати закордонний досвід профілактики серед підлітків у школі; 3) розкрити особливості вікового розвитку дітей підліткового віку; 4) розглянути сутність соціально-педагогічної профілактики конфліктів у підлітків.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) таблиця 2.1 – «Групи рівнів конфліктності», табл. 2.2 – 2.4. з результатми діагностики

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
Вступ	Лещенко О.Г.	30.01.2025	24.02.2025
Розділ 1	Лещенко О.Г.	24.02.2025	14.03.2025
Розділ 2	Лещенко О.Г.	17.03.2025	08.04.2025
Висновки	Лещенко О.Г.	10.04.2025	23.04.2025
Додатки	Лещенко О.Г.	24.04.2025	30.04.2025

7. Дата видачі завдання 29 січня 2025 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Опрацювання, добір та систематизація інформаційних джерел	січень	виконав
2	Створення вступної частини	січень	виконав
3	Написання першого розділу	лютий-березень	виконав
4	Написання другого розділу	березень	виконав
5	Формулювання загальних висновків	квітень	виконав
6	Підготовка додаткових матеріалів (додатків)	квітень	виконав
7	Оформлення роботи та проходження рецензування	травень	виконав
8	Захист кваліфікаційної роботи	червень	виконав

Студент _____ Головань В.Д.
(підпис) (прізвище та ініціали)

Керівник роботи _____ Лещенко О.Г.
(підпис) (прізвище та ініціали)

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ Мацкевіч Ю.Р.
(підпис) (прізвище та ініціали)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 54 с., 30 джерел, 4 додатки.

Об’єкт дослідження – процес соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі.

Предмет дослідження – зміст, форми та методи соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати програму соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків шкільного середовища.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел, наукових статей щодо конфліктів серед підлітків, узагальнення, порівняння, тренінг, бесіди, опитування, тестування.

Теоретичне значення роботи полягає у поглибленні наукового уявлення про природу та особливості конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі; систематизовано підходи до соціально-педагогічної профілактики на основі теорій соціального навчання, комунікативної компетентності, емоційного інтелекту та медіації. Уточнено поняття: «шкільний конфлікт», «соціально-педагогічна профілактика», «медіація», «конфліктна компетентність підлітків».

Практичне значення роботи полягає у розробці програми соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків шкільного середовища та методичних рекомендацій для профілактики конфліктів у школі.

Галузь використання: заклади загальної середньої, позашкільної освіти, шкільні служби медіації, громадські організації, служби у справах дітей, служби пробації.

ПІДЛІТКИ, ШКІЛЬНИЙ КОНФЛІКТ, СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА, КОНФЛІКТНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ, СОЦІАЛЬНА ПЕДАГОГІКА, МЕДІАЦІЯ.

SUMMARY

Holovan V.D. Social and Pedagogical Prevention of Conflicts Among Adolescents in the School Environment.

The qualification work consists of an introduction, 2 parts, conclusions, a list of references (30 items). The qualifying volume is 86 pages long, 54 of them – main text.

Object of the research – the process of socio-pedagogical prevention of conflicts among adolescents in the school environment.

Subject of the research – the content, forms, and methods of socio-pedagogical prevention of conflicts among adolescents in the school environment.

The aim of the study is to theoretically substantiate a program for the socio-pedagogical prevention of conflicts among adolescents in the school environment.

Research Methods: analysis of literary sources and scientific articles on adolescent conflicts, generalization, comparison, training, interviews, surveys, testing (test "Assessment of the Level of Personal Conflict"; method for determining conflict behavior style by K. Thomas and R. Kilmann; aggression tendency assessment method by A. Bass and A. Darki).

The first chapter "Theoretical basis of social-pedagogical prevention of conflict among adolescents in the school environment" presents a theoretical analysis of conflict prevention among adolescents in the school environment. The concept of conflict is clarified, its types and causes are defined, and the age-related characteristics of adolescents are considered. Effective foreign approaches to prevention are described, including mediation, social-emotional learning, training sessions, and school-based peer mediation programs.

The second chapter "Conflict prevention among adolescents in the school environment as a socio-pedagogical issue" examines the level of conflict, behavior styles, and aggression among of high school students in general secondary education institutions. Most have a moderate or low level of conflict, though some require

corrective support. A conflict prevention program was developed to enhance emotional self-regulation, communication skills, and constructive conflict resolution strategies. The program includes training sessions, group work, art techniques, individual tasks, and reflective discussions. Its implementation contributes to reducing conflict levels and improving the psychological climate in the school.

Theoretical significance of the work lies in deepening the scientific understanding of the nature and characteristics of adolescent conflicts in the school environment. It systematizes approaches to socio-pedagogical prevention based on the theories of social learning, communicative competence, emotional intelligence, and mediation. The following concepts were clarified: “school conflict”, “socio-pedagogical prevention”, “mediation” and “adolescents conflict competence”.

Practical significance of the work lies in the development of a socio-pedagogical conflict prevention program among adolescents in the school environment, as well as methodological recommendations for conflict prevention in schools.

Field of application: general secondary and extracurricular educational institutions, school mediation services, public organizations, child welfare services, probation services.

Key words: adolescents, school conflict, socio-pedagogical prevention, conflict competence, social pedagogy, mediation.

ЗМІСТ

Вступ 8
Розділ 1. Теоретичні основи соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі 14
1.1. Поняття про конфлікти між підлітками у шкільному середовищі 14
1.2. Вікові особливості розвитку дітей підліткового віку 22
1.3. Закордонний досвід соціальних педагогів у профілактиці конфліктів між підлітками у школі 29
Розділ 2. Профілактика конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі як соціально-педагогічна проблема 35
2.1. Методика дослідження вихідного рівня схильності до конфліктів у підлітків у шкільному середовищі 35
2.2. Програма соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі 46
Висновки 51
Список використаних джерел 55
Додатки 59

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасному світі проблема конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі є надзвичайно актуальною. Підлітковий вік характеризується емоційною нестабільністю, пошуком власної ідентичності, розвитком автономії та формуванням соціальних зв’язків. Саме в цей період підлітки стикаються з різними видами конфліктів, які можуть виникати на міжособистісному, груповому чи навіть загальношкільному рівнях.

Поширення булінгу, агресії, непорозумінь між учнями, а також між учнями та педагогами вимагає впровадження ефективних соціально-педагогічних заходів профілактики. Конфлікти, якщо їх не вирішувати вчасно, можуть мати серйозні наслідки, зокрема погіршення психологічного клімату в школі, зниження навчальної мотивації, підвищення рівня тривожності та стресу у дітей.

Значущість профілактичної роботи також посилюється в контексті сучасних освітніх реформ, що передбачають створення безпечного й інклюзивного середовища для всіх учнів. Особливо важливу роль відіграють соціальні педагоги, які сприяють формуванню в учнів навичок ненасильницького спілкування, емоційної саморегуляції та конструктивного вирішення конфліктів.

Актуальність дослідження обумовлена необхідністю розробки та впровадження комплексних підходів до соціально-педагогічної профілактики конфліктів, що ґрунтуються на сучасних наукових підходах, практичних методиках медіації та розвитку соціально-емоційної компетентності підлітків.

Таким чином, дана тема має не лише науково-теоретичне, але й вагоме практичне значення для підвищення ефективності виховної роботи у школах та гармонізації взаємовідносин у підлітковому середовищі.

Теоретичні аспекти конфліктної поведінки підлітків із соціально-педагогічної позиції досліджували науковці І. Гайдамашко, А. Капська,

В. Ролінський, Н. Заверико, О. Беспалько та інші. Причинно-наслідкові зв’язки між різними факторами та проявами конфліктної поведінки в підлітковому віці розглядали у своїх працях Н. Білик, І. Сопівник, Т. Дуткевич, М. Рибакова, Н. Мойсова, О. Ярків та ін. Питання сутності конфлікту, його класифікації, природи та особливостей перебігу висвітлювали Л. Волченко, Н. Савінова, Т. Іванова, М. Берегова, О. Гарькавець та інші. Проте, як свідчить практика, конфлікти у підлітковому середовищі залишаються актуальною проблемою, що зумовлює подальші наукові пошуки ефективних шляхів їх подолання.

Конфлікти серед підлітків у шкільному середовищі є серйозною проблемою, що вимагає комплексного підходу до їх вирішення. Для ефективної профілактики та корекції конфліктних ситуацій у школах залучаються різні фахівці та організації. Основними з них є шкільні психологи, соціальні педагоги, вчителі та класні керівники. Шкільні психологи займаються психологічним консультуванням учнів, корекцією їх поведінки та емоційного стану, проводять тренінги з розвитку навичок комунікації та саморегуляції. Соціальні педагоги сприяють подоланню соціальних труднощів, працюють з родинами та здійснюють профілактику булінгу, надаючи допомогу у вирішенні сімейних проблем, які можуть впливати на поведінку дітей. Вчителі та класні керівники організовують виховні години, формують у школярів толерантність і взаємоповагу, а також своєчасно реагують на конфлікти в класі.

Вирішення конфліктів у шкільному середовищі також забезпечується через структури на рівні освітніх установ. Психологічні служби загальноосвітніх навчальних закладів займаються не лише кризовим консультуванням, а й організовують профілактичні програми. У випадках серйозних конфліктів до розв’язання можуть бути залучені міжвідомчі комісії, поліція та органи соціального захисту.

Соціальні педагоги, які працюють у школах, є ключовими фахівцями для профілактики конфліктів. Вони допомагають учням розвивати емоційну стійкість, навички співпраці та вирішення проблем, що дозволяє знижувати рівень конфліктів і сприяти гармонійним стосункам серед школярів.

Одним із основних міжнародних документів, який визначає права дітей та сприяє їх захисту від насильства, є Конвенція ООН про права дитини (1989 р.). Зокрема, стаття 19 цієї Конвенції встановлює, що держави-учасниці повинні вжити всіх необхідних заходів для забезпечення захисту дітей від насильства, зловживань, нехтування, експлуатації, включаючи сексуальне насильство. Крім того, стаття 29 Конвенції підкреслює, що освіта повинна сприяти розвитку особистості, а також вихованню в дусі розуміння, терпимості, дружби та миру між усіма народами, що є важливим для формування безпечного та толерантного середовища в школах.

Національне законодавство України також сприяє вирішенню питань, пов’язаних із профілактикою конфліктів та створенням здорового середовища для дітей. Зокрема, Закон України «Про освіту» (2017 р.) визначає основні принципи освіти, серед яких особливу увагу приділено повазі до гідності кожної особи та неприпустимості дискримінації. Стаття 53 цього закону зазначає, що учасники освітнього процесу мають право на безпечне освітнє середовище, що безпосередньо впливає на процес профілактики конфліктів у шкільному середовищі.

Крім того, Закон України «Про повну загальну середню освіту» (2020 р.) визначає поняття безпечного освітнього середовища як сукупність умов у закладі освіти, що унеможливлюють заподіяння учасникам освітнього процесу фізичної, майнової та/або моральної шкоди, зокрема внаслідок недотримання вимог санітарних, протипожежних та/або будівельних норм і правил, законодавства щодо кібербезпеки, захисту персональних даних, безпеки харчових продуктів та/або надання неякісних послуг з харчування, шляхом фізичного та/або психологічного насильства, експлуатації, дискримінації за будь-якою ознакою, приниження честі, гідності, ділової репутації (булінг (цькування), поширення неправдивих відомостей тощо), пропаганди та/або агітації, у тому числі з використанням кіберпростору, а також унеможливлюють вживання на території закладу освіти алкогольних напоїв, тютюнових виробів, наркотичних засобів, психотропних речовин.

Також важливими є Закон України «Про протидію булінгу» (2019 р.), який чітко визначає поняття булінгу та передбачає заходи щодо його профілактики і боротьби з ним у шкільному середовищі. Цей закон вимагає від навчальних закладів створення спеціальних механізмів для виявлення та реагування на випадки булінгу серед учнів, що сприяє не лише попередженню конфліктів, а й створенню умов для здорового психологічного клімату в школах.

Законодавство України також регулює права дітей через Закон України «Про охорону дитинства» (2001 р.), який підкреслює важливість створення безпечного середовища для дітей, що включає профілактику будь-яких форм насильства та агресії в шкільному середовищі. Ці правові акти визначають обов'язок педагогів, соціальних працівників і органів освіти сприяти створенню такої атмосфери, яка запобігає виникненню конфліктів і сприяє розвитку взаємоповаги та взаєморозуміння серед учнів.

Отже, правова база, що включає міжнародні та національні нормативно-правові акти, створює основу для впровадження ефективних соціально-педагогічних заходів щодо профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі. Педагоги та соціальні працівники, працюючи в межах цих норм, мають можливість впроваджувати стратегії, які забезпечують безпеку, розвиток толерантності та формування позитивних міжособистісних відносин серед учнів.

Об'єкт дослідження – процес соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі.

Предмет дослідження – зміст, форми та методи соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати програму соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків шкільного середовища.

Завдання дослідження:

1) визначити сутність та зміст конфліктів у шкільному середовищі;

2) проаналізувати закордонний досвід профілактики серед підлітків у

школі;

3) розкрити особливості вікового розвитку дітей підліткового віку;

4) розглянути сутність соціально-педагогічної профілактики конфліктів у підлітків.

Методи дослідження:

- теоретичні методи: аналіз літературних джерел; дослідження наукових статей поширеної проблеми конфліктів серед підлітків;

- емпіричні методи: тренінги, бесіди, опитування з соціальними педагогами та психологами; тест «Оцінка рівня конфліктності особистості» дає змогу оцінити загальний рівень конфліктності особистості, тобто наскільки людина схильна до виникнення та загострення конфліктів; методика визначення стилю поведінки у конфліктній ситуації (К. Томас, Р. Кілмен) допомагає визначити, який саме стиль реагування на конфлікти характерний для підлітка (співпраця, компроміс, ухиляння, пристосування чи суперництво); методика оцінки схильності до агресивної поведінки (А. Басс, А. Даркі) дозволяє визначити рівень агресивності та ймовірність прояву агресивних реакцій у конфліктних ситуаціях.

Теоретичне значення роботи полягає у поглибленні наукових уявлень про природу конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі, їхні причини, особливості прояву та наслідки. У дослідженні систематизовано та проаналізовано сучасні підходи до соціально-педагогічної профілактики конфліктів, що базуються на теоріях соціального навчання, комунікативної компетентності, емоційного інтелекту та медіації.

Окрім того, у роботі обґрунтовано та уточнено понятійний апарат досліджуваної проблеми, зокрема такі поняття, як «конфлікт у шкільному середовищі», «соціально-педагогічна профілактика», «медіація у школі», «конфліктна компетентність підлітків». Отримані результати можуть бути використані для подальших наукових досліджень у сфері соціальної педагогіки, психології конфліктів та педагогічної профілактики.

Практичне значення роботи полягає у розробці конкретних соціально-

педагогічних заходів та методичних рекомендацій щодо профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі. Запропоновані заходи можуть бути використані соціальними педагогами, класними керівниками, шкільними психологами та адміністрацією закладів освіти для покращення комунікативної культури учнів, формування навичок конструктивного вирішення конфліктів, розвитку емпатії та відповідальної поведінки.

Розроблені методичні матеріали можуть знайти застосування у виховній роботі шкіл, проведенні тренінгів для учнів та педагогів, організації шкільних служб медіації. Результати дослідження також можуть бути інтегровані у навчальні програми курсів з соціальної педагогіки та конфліктології для підготовки майбутніх фахівців у сфері освіти.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається з вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ КОНФЛІКТІВ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ У ШКІЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

1.1. Поняття про конфлікти між підлітками у шкільному середовищі

У сучасних підлітків конфлікти є звичним явищем, адже вони мають інші соціально-психологічні особливості, ніж їхні однолітки в минулі покоління. Вони часто конфліктують між собою, з дорослими, особливо з батьками, а також можуть виявляти девіантну поведінку. Досвід показує, що підлітки нерідко не вміють конструктивно розв’язувати конфлікти, і їхня поведінка в таких ситуаціях здебільшого є деструктивною.

Тому питання психологічних особливостей конфліктів у підлітковому віці залишається актуальним. Розуміння причин і чинників, що провокують конфліктні ситуації, є важливим для їх профілактики, діагностики та корекції [1; 2].

Конфлікт (від латинського conflictus – зіткнення) – це складне явище, яке може мати різні значення та прояви. Його визначають по-різному, адже він охоплює широкий спектр ситуацій – від особистих суперечок до масштабних суспільних протистоянь [3].

Конфлікт охоплює різні аспекти відносин між людьми та групами і може мати значні наслідки як для учасників, так і для їхнього оточення. Основними характеристиками конфлікту є зіткнення інтересів, протистояння, напруженість у взаємодії, негативні емоції та зміни в поведінці. Він виникає тоді, коли одна або обидві сторони відчувають загрозу своїм цілям, інтересам чи цінностям і реагують на неї активними діями, що призводять до конфліктного протистояння.

Конфлікти в підлітковому віці мають особливі риси:

- Вони часто виникають через розбіжності в інтересах, цілях або цінностях підлітків та їхнього оточення (однолітків або дорослих). Це можуть бути суперечки між окремими людьми, між групами або між підлітком і групою.

- Підліткові конфлікти зазвичай проявляються у формі протистояння, ворожості чи антагонізму, оскільки підлітки активно захищають свої позиції, що може загострювати ситуацію.

- Вони супроводжуються сильними емоціями, такими як гнів, образа, страх чи розчарування, що ще більше загострює конфлікт і негативно впливає на емоційний стан учасників.

- Конфлікти можуть призводити до змін у поведінці підлітків, наприклад, до проявів агресії, відмови від співпраці, саботажу чи уникнення взаємодії.

- Вони руйнують нормальні стосунки між сторонами, ускладнюють комунікацію та знижують ефективність спільної діяльності [4; 5].

Розуміння психологічних особливостей конфліктів у підлітковому віці є важливим для розробки ефективних методів їхньої профілактики та вирішення. Практичне застосування цих знань може включати:

- Впровадження програм, спрямованих на розвиток навичок конструктивного спілкування, емпатії та асертивності серед підлітків.

- Надання психологічної підтримки підліткам, які стикаються з конфліктними ситуаціями, для зменшення негативних емоцій та рівня стресу.

- Навчання батьків та педагогів методам ефективної комунікації з підлітками та способам вирішення конфліктів.

- Створення у школі атмосфери довіри та підтримки, що сприятиме зниженню рівня конфліктності серед учнів.

Комплексне дослідження підліткових конфліктів у шкільному середовищі та розробка методичних рекомендацій щодо їхньої профілактики можуть суттєво зменшити кількість і гостроту конфліктних ситуацій, покращити психоемоційний стан, соціальну адаптацію та успішність підлітків.

Таким чином, конфлікти є природною частиною соціальної взаємодії, і їхні наслідки залежать від способу їхнього вирішення. Ефективне управління конфліктами та їхнє попередження є одним із ключових завдань соціальної педагогіки, особливо в шкільному середовищі, де підлітки активно розвивають соціальні навички та формують власну особистість [6; 7].

Основними особливостями підліткових конфліктів є:

- Висока емоційність. Підлітки переживають конфлікти дуже емоційно, оскільки їхні почуття ще нестабільні. Вони можуть швидко змінювати свій настрій – від спокою до гніву або відчаю, що ускладнює врегулювання суперечок.

- Імпульсивність. Через недостатньо розвинені навички самоконтролю підлітки часто реагують на ситуації миттєво, не замислюючись про наслідки своїх дій. Це може призводити до загострення конфліктів.

- Потреба в самоствердженні. У цьому віці формується особистість, тому підлітки намагаються довести свою незалежність, силу чи вплив. Це може викликати суперечки з однолітками, батьками та вчителями.

- Важливість думки однолітків. Підлітки прагнуть зберегти свій авторитет у колективі, що може стати причиною конфліктів. Вони часто конфліктують, щоб підтримати свій статус або захистити репутацію в соціальних групах.

- Почуття нерозуміння з боку дорослих. Часто підлітки вважають, що дорослі їх не розуміють і не враховують їхніх почуттів. Це може викликати напругу у відносинах з батьками, вчителями та іншими дорослими, а також сприяти зростанню опору та ворожості.

Загалом, конфлікти в підлітковому віці є природною частиною розвитку особистості, і їхнє конструктивне вирішення допомагає формувати соціальні навички та емоційну зрілість [8].

Підліткові конфлікти мають свої особливості, які відрізняють їх від конфліктів дорослих. Основними характеристиками таких конфліктів є висока емоційність, імпульсивність, прагнення до самоствердження та сильний вплив

соціального середовища. Підлітки часто не вміють контролювати свої емоції, що призводить до різких змін у поведінці та загострення конфліктних ситуацій. Їм складно вирішувати суперечки мирним шляхом, оскільки вони ще не мають достатніх навичок саморегуляції.

Конфлікти серед підлітків можна поділити на кілька типів:

1. Міжособистісні конфлікти – виникають між двома або більше підлітками через різні інтереси, погляди чи особисті якості. Часто такі конфлікти пов’язані з боротьбою за лідерство, суперництвом або ревнощами. Вони можуть проявлятися у вигляді сварок, взаємних образ або навіть фізичних сутичок.

2. Групові конфлікти – з’являються між різними групами підлітків, наприклад, між класами, спортивними командами чи неформальними угрупованнями. Причиною таких конфліктів може бути конкуренція, різні соціальні чи культурні цінності або боротьба за авторитет.

3. Внутрішньоособистісні конфлікти – виникають, коли підліток переживає внутрішні суперечності, пов’язані з вибором між очікуваннями дорослих і власними прагненнями. Наприклад, це може бути конфлікт між бажанням самовираження та страхом осуду з боку оточення. Такі конфлікти можуть викликати стрес, невпевненість у собі та емоційне напруження.

4. Вікові конфлікти – відбуваються між підлітками та дорослими (батьками, вчителями, наставниками). Вони часто виникають через розбіжності в поглядах, рівень контролю з боку дорослих або відчуття підлітків, що їх не розуміють. Батьки та вчителі можуть вважати підлітків безвідповідальними, тоді як самі підлітки сприймають контроль як обмеження їхньої свободи.

Розуміння цих конфліктів допомагає педагогам, психологам та батькам розробляти стратегії для ефективного вирішення суперечок, запобігаючи ескалації та сприяючи конструктивному спілкуванню між усіма сторонами [9; 10; 11].

Кожен із типів конфліктів у підлітковому віці має свої особливості та потребує індивідуального підходу до вирішення. Важливо розуміти їхню

природу та причини, щоб допомогти підліткам навчитися конструктивно долати труднощі та формувати здорові соціальні навички.

Конфлікти можуть мати як негативні, так і потенційно корисні наслідки. Якщо вони не вирішуються належним чином, це може призвести до серйозних проблем:

- Погіршення емоційного стану – постійне перебування в конфліктних ситуаціях викликає стрес, що може спричинити тривожність, депресію або відчуття ізольованості.
- Проблеми з соціальною адаптацією – конфлікти з однолітками чи дорослими можуть ускладнювати комунікацію, спричиняти труднощі у налагодженні стосунків і навіть провокувати агресивну поведінку або самоізоляцію.
- Зниження успішності – підлітки, що перебувають у постійних конфліктах, можуть втрачати мотивацію до навчання, мати проблеми з концентрацією уваги, що негативно впливає на їхні академічні досягнення.
- Ризикована поведінка – деякі підлітки шукають способи впоратися зі стресом, вдаючись до небезпечних дій, таких як вживання алкоголю чи наркотиків, порушення дисципліни або навіть правопорушення.

Однак, якщо конфлікти вирішуються конструктивно, вони можуть навчити підлітків ефективної комунікації, співпраці та розвитку емоційного інтелекту. Саме тому важливо створювати в навчальному середовищі умови для мирного розв’язання суперечностей і сприяти розвитку соціальних навичок [3; 6; 26].

Конфлікти в підлітковому віці можуть не лише завдавати шкоди, а й мати позитивний вплив на розвиток особистості. Якщо підліток правильно навчається долати конфліктні ситуації, це може сприяти його зростанню та формуванню важливих навичок:

- Розвиток навичок вирішення конфліктів – через взаємодію з іншими підлітки вчаться ефективно спілкуватися, вести переговори та шукати компроміси. Це допомагає їм не лише в шкільному середовищі, а й у

майбутньому дорослому житті.

- Формування стресостійкості – успішне подолання конфліктів робить підлітків більш витривалими перед труднощами та зміцнює їхній емоційний стан. Вони набувають досвіду, який допоможе їм впоратися з майбутніми викликами.

- Вміння відстоювати свою позицію – підлітки вчаться аргументовано захищати свою точку зору, висловлювати власні думки та відстоювати свої права. Це сприяє розвитку впевненості в собі та самостійності.

- Навчання співпраці та компромісу – конфлікти можуть стати цінним уроком взаємодії з іншими. Підлітки усвідомлюють важливість конструктивного діалогу, уміння слухати та знаходити рішення, які влаштовують обидві сторони.

Отже, хоча конфлікти можуть мати негативні наслідки, вони також дають можливість для навчання та розвитку. Головне – допомогти підліткам правильно їх вирішувати.

Конфлікти серед підлітків можуть виникати з різних причин, пов’язаних як з особистісними особливостями, так і з впливом оточення. Важливо розуміти, що цей вік супроводжується значними змінами, які можуть сприяти суперечкам і напруженню у взаєминах. Основні причини підліткових конфліктів можна розділити на кілька ключових факторів:

1. Прагнення до самоствердження. У цей період підлітки активно шукають своє місце в суспільстві, намагаються заявити про себе та здобути авторитет серед однолітків. Це може провокувати суперництво, конфронтацію та навіть протистояння.

2. Емоційна нестабільність та імпульсивність. Недостатній досвід у контролі емоцій призводить до того, що підлітки часто реагують імпульсивно. Вони можуть різко висловлювати гнів, не замислюючись про наслідки, що створює напругу у відносинах із ровесниками та дорослими.

3. Пошук власної ідентичності. Підлітковий вік – це період активного формування цінностей, переконань і поглядів на життя. Це може спричиняти

конфлікти як з однолітками, так і з дорослими, особливо якщо їхні думки чи очікування не збігаються з баченням підлітка [12; 13].

Особистісні особливості підлітка можуть суттєво впливати на виникнення конфліктів. Деякі риси характеру та психологічні особливості сприяють підвищеній чутливості до стресових ситуацій і непорозумінь. Серед основних факторів можна виділити:

1. Індивідуальні психологічні риси. Деякі підлітки за своєю природою є більш емоційними, тривожними або агресивними. Це може змушувати їх гостро реагувати на критику, зауваження чи стресові ситуації, що підвищує ризик конфліктів.

2. Низька самооцінка. Підлітки, які не впевнені в собі, можуть болісно сприймати зауваження чи критику з боку оточення. Вони часто відчувають потребу доводити свою значущість, що може провокувати суперечки та напруженість у стосунках.

3. Недостатній рівень комунікативних навичок. Якщо підліток не вміє чітко висловлювати свої думки, відкрито обговорювати проблеми та знаходити компроміси, це може призводити до конфліктів. Нерозуміння між сторонами часто виникає саме через труднощі у спілкуванні [14].

Сімейне середовище може значно вплинути на розвиток конфліктів у підлітків. Якщо в родині існують певні проблеми, це може сприяти виникненню напруження та суперечок. Ось кілька основних факторів:

1. Неблагополучні стосунки в родині. Конфлікти між батьками, домашнє насильство або надмірно суворий стиль виховання можуть негативно вплинути на підлітка. Він може реагувати агресивно або ставати більш конфліктним, намагаючись таким чином справлятися зі стресом.

2. Недостатня увага з боку батьків. Підлітки, які не отримують достатньо підтримки та уваги від батьків, можуть шукати способи привернути до себе увагу, в тому числі через конфлікти. Вони можуть сприймати будь-яке ігнорування як відсутність значення їхніх потреб.

3. Надмірна батьківська опіка. Якщо батьки надмірно контролюють

кожен крок підлітка, це може позбавити його незалежності. Як результат, підліток може почати конфліктувати, коли намагається самостійно вирішувати свої проблеми або відстояти свої права [15].

Соціальні фактори також мають значний вплив на виникнення конфліктів серед підлітків. Ось кілька основних причин:

- Вплив групи однолітків. Підлітки часто звертаються до думки своїх однолітків, адже прагнуть зберегти свій авторитет або статус у групі. Це може призводити до конфліктів, якщо вони намагаються відстояти свою позицію чи довести свою значимість серед друзів.

- Соціальна нерівність. Несправедливість, дискримінація або цькування можуть стати причинами конфліктів між молодими людьми. Якщо підлітки зазнають принижень або негативного ставлення з боку однолітків, це може викликати в них агресивні або протестні реакції.

- Вплив ЗМІ. ЗМІ, які часто показують насильство чи жорстокість, можуть впливати на підлітків, формуючи у них сприйняття агресії як норми. Підлітки можуть почати бачити агресивну поведінку як спосіб вирішення проблем або як частину їхнього соціального досвіду [10].

Ось кілька важливих освітніх факторів, які можуть сприяти виникненню конфліктів серед підлітків:

- Авторитарний стиль виховання. Виховання, яке не враховує думки та потреби підлітків, може стати причиною конфліктів. Коли вчителі не можуть знайти підхід до своїх учнів або ж надмірно контролюють їх, це створює напружену атмосферу в класі і може викликати протидію з боку підлітків.

- Несприятливий психологічний клімат у навчальному закладі. Якщо в школі відбувається цькування, знущання або дискримінація з боку вчителів чи інших учнів, це може спричинити конфлікти. Несправедливе ставлення або ігнорування потреб учнів створює атмосферу недовіри і ворожості.

- Відсутність навичок вирішення конфліктів. Багато підлітків не знають, як ефективно вирішувати конфлікти мирним шляхом. Без таких навичок конфлікти можуть лише посилюватися. Важливо, щоб школи надавали

можливість учням розвивати комунікативні навички та вчити їх конструктивно вирішувати суперечності [16].

Конфлікти не завжди є чимось поганим. Вони можуть стати можливістю для розвитку особистості, якщо їх вирішувати конструктивно. Важливо, щоб дорослі – батьки, вчителі та психологи – допомагали підліткам розвивати навички ефективного спілкування, співпраці та мирного вирішення конфліктів. Таким чином, конфлікти можуть стати корисним інструментом для навчання важливих життєвих навичок і формування здорових взаємодій.

1.2. Вікові особливості розвитку дітей підліткового віку

У сучасних психолого-педагогічних дослідженнях підлітковий вік розглядається як період між дитинством і юністю, що визначає його особливості. Однак у літературі немає чітко встановлених хронологічних меж цього віку, і різні дослідники пропонують різні часові рамки: від 9-10 до 15-16 років, від 10-11 до 16-17 років, від 11-12 до 14-15 років або від 12-13 до 15-16 років. Це призводить до різних підходів у класифікації етапів розвитку підлітків [17].

Підлітковий вік – це час великих психологічних і фізіологічних змін. На цьому етапі відбувається формування особистісної ідентичності, розвиток самосвідомості та самоповаги, а також встановлення соціальних зв’язків з однолітками і дорослими. Дослідники зазначають, що підлітки стають більш віддаленими від дорослих, і часто відчувають певну дистанцію. Проте їхнє ставлення до старших є суперечливим: з одного боку, вони хочуть бути сприйняті як рівні з дорослими, але з іншого – ще потребують їхньої підтримки, захисту та допомоги [18; 19; 20; 21].

Німецький філософ і психолог Е. Спренглер виділяє три основні етапи розвитку підлітка. Перший етап – це «підліткова криза», коли підліток переживає своєрідне «друге народження». Другий етап характеризується

стабільним і поступовим зростанням, коли підліток починає брати участь у «дорослих справах» і активностях. Третій етап передбачає здатність підлітка самостійно керувати своєю особистістю, долати тривоги та кризові стани, а також глибше розуміти свою індивідуальність [22].

Р. Бернс зауважив у поведінці підлітків певний парадокс: часто їхній виражений негативізм поєднується з бажанням слідувати загальноприйнятим нормам, а прагнення до самостійності та незалежності не рідко супроводжується проханнями про підтримку і поради від дорослих [23].

М. Боришевський та Л. Долинська вважають, що підлітковий вік характеризується проявами негативізму та дисгармонії в розвитку особистості. Це період, коли значно змінюються інтереси, формується нова система цінностей, і колишні авторитети часто переглядаються та піддаються критичному оцінюванню [24].

У підлітковому віці особистість починає розуміти свою індивідуальність, усвідомлюючи свою стать, вік і унікальність. Це також період пошуку ідеалів та об’єкта любові, а також формування уявлень про героїчне безсмертя. Романтизм є характерною рисою цього віку, оскільки підлітки оцінюють реальність через свої ідеали, порівнюючи світ із тим, як вони уявляють його у своїх мріях.

Діяльність у цей період часто залишається незавершеною, оскільки важливіші за результат є наміри та очікування. Основною діяльністю стає інтимно-особистісне спілкування, участь у суспільно корисних проектах та соціальних експериментах, що допомагають підлітку визначити свою ідентичність. Це підкреслює важливість діяльності як засобу здобуття нових знань і вмінь, спілкування з однолітками, створення особистісного образу та суб’єктивного сприйняття навколишнього світу, що є основними складовими розвитку підлітка [25].

Е. Шпрангер, видатний дослідник, у своїй культурно-психологічній концепції розвитку підлітків стверджував, що цей період є входженням у культурне середовище. Він виокремив три основні типи розвитку підлітків.

Перший тип характеризується різкими кризовими змінами, які призводять до формування нового «Я», немов друге народження. Другий тип – це плавний і поступовий процес, коли підліток інтегрується в дорослий світ без значних внутрішніх потрясінь. Третій тип відзначається тим, що підліток активно працює над собою, долаючи внутрішні конфлікти та тривоги через самодисципліну й самоконтроль.

Е. Шпрангер також підкреслював, що головний зміст кризи підліткового віку полягає в відриві від дитячої залежності. За його концепцією, основними новоутвореннями є відкриття свого «Я», розвиток рефлексії та усвідомлення власної унікальності. Початкові переживання, пов’язані з цим, супроводжуються страхом перед невідомим, що викликає дискомфорт і може призвести до ворожого ставлення до оточуючих [26].

Ш. Бюлер визначала дві стадії кризи підліткового віку. Перша, негативна фаза, характеризується високою емоційною чутливістю, роздратованістю та тривожністю. Це проявляється в дратівливості та вередливості, коли підліток відчуває незадоволення собою, що переносить на навколишній світ. Це може призвести до агресивного самозахисту, пасивності, ізоляції від оточення, а також ворожості та асоціальних вчинків.

Згодом настає позитивна фаза розвитку, яка поступово відкриває нові можливості для радості, зокрема через мистецтво, науку і любов [26].

Психологічні особливості підлітка формуються під впливом як біологічних змін, так і соціокультурних факторів, які визначають його поведінку, емоційний стан та спосіб мислення.

Біологічні фактори розвитку підлітка пов’язані з фізіологічними змінами, зокрема зі статевим дозріванням, яке супроводжується гормональними змінами, що впливають на емоційний стан. Це може спричинити нестабільність настрою та підвищену чутливість до емоційних впливів. Статеве дозрівання активує ендокринну систему, що сприяє росту тканин і зміні фізичних характеристик тіла, але також може викликати швидку втому.

На цей період припадає не тільки розвиток статевих органів, але й зміни в

серцево-судинній системі, що може призвести до швидкої втоми, головного болю та задишки. Крім того, розвивається головний мозок, зокрема лобові та скроневі частини, що збільшує розумову активність.

Ці біологічні зміни також тісно взаємопов'язані з нервовою системою, що підвищує енергетичний рівень і чутливість до стресових ситуацій. Це може викликати емоційну нестабільність, роздратованість і труднощі з концентрацією. Важливою є також формація статево-рольової ідентичності, яка впливає на «Я-образ» підлітка, але залишається гнучкою і продовжує розвиватися [27].

Вчена наголошувала, що біологічні зміни в організмі підлітка не є прямими детермінантами психічного розвитку, а створюють умови для формування психологічних особливостей. Ці зміни сприяють новому ставленню до себе і навколишнього світу, розвитку самосвідомості та відчуття дорослості. Одночасно з цим виникають інтерес до протилежної статі та перші романтичні почуття.

Когнітивний розвиток підлітків на цьому етапі характеризується переходом від конкретного мислення до абстрактного. Згідно з теорією Жана Піаже, підлітки вступають у фазу формальних операцій, що дозволяє їм мислити більш логічно і системно. Вони починають аналізувати наслідки своїх дій, обмірковувати гіпотетичні ситуації та планувати своє майбутнє. Це когнітивне вдосконалення допомагає розвитку саморефлексії та формуванню моральних переконань. Розвиток абстрактного мислення та вдосконалення метакогнітивних умінь є ключовими аспектами когнітивного розвитку підлітків [28, с. 586].

У підлітковому віці з'являються перші елементи теоретичного мислення, що дозволяє переходити до більш складних форм інтелектуальної діяльності. Це означає, що підлітки не лише збирають нові знання, а й удосконалюють способи обробки та аналізу інформації, що сприяє розвитку їхніх когнітивних здібностей.

Підлітки освоюють різні схеми вирішення проблем [28, с. 589],

застосовують численні когнітивні операції та стратегії, що робить їх мислення більш гнучким та здатним враховувати різні перспективи [29].

У підлітковому віці в мисленні розвиваються важливі якості, такі як послідовність, гнучкість, точність, самостійність і критичність. Це дає змогу підліткам аргументовано висловлювати свої думки, дотримуватись логічної структури, швидко перемикатися між різними типами мислення (наприклад, від математичного до граматичного) та самостійно вирішувати завдання різного рівня складності.

Щодо соціальних та емоційних аспектів, взаємодії підлітків з однолітками набувають більшого значення, ніж у дитинстві. Вони шукають підтримки та визнання серед своїх ровесників, що іноді може призвести до впливу групи та підвищеної вразливості. Конфлікти з батьками можуть загострюватися через бажання підлітка стати більш самостійним. Як зазначає З. Карпенко, підліток інтегрується в суспільство через формування власних ціннісних орієнтацій, які визначають його погляди на духовні цінності в конкретних соціальних умовах [30].

Моральний і духовний розвиток підлітків проходить через кілька важливих етапів. Це включає перехід від залежності від зовнішнього контролю до самоконтролю, від егоїстичних мотивів до альтруїстичних, а також від прагнення уникнути покарання до внутрішнього бажання уникати докорів сумління.

Емоційна сфера підлітків також зазнає значних змін. Вони починають відчувати нові емоції, такі як закоханість, а також переживати тривогу та невпевненість. Емоційна лабільність, тобто нестабільність емоційного стану, є типовою для цього віку через гормональні зміни та соціальні стреси. Почуття підлітків стають глибшими, стійкішими та різноманітнішими, порівняно з дитячими роками.

Ключовим елементом у емоційному розвитку є «почуття дорослості», коли підліток відчуває готовність стати повноправним учасником дорослого суспільства. Вони починають розвивати інтелектуальні почуття, такі як любов,

захоплення, здивування, сумніви, впевненість і невпевненість. Зі збільшенням рівня самоконтролю та саморегуляції змінюється й спосіб вираження почуттів – основними стають слова і інтонація.

Що стосується розвитку ідентичності, це центральне завдання підліткового віку. Ерік Еріксон зазначає, що підлітки проходять через стадію «ідентичність проти рольової плутанини», де вони експериментують з різними ролями та ідентичностями. Якщо цей етап проходить успішно, підліток розвиває чітке розуміння себе, але якщо ні – може виникнути плутанина ролей і проблеми з самоідентифікацією в дорослому житті [28].

Підлітковий вік може супроводжуватися різними психологічними проблемами, такими як депресія, тривожні розлади, порушення харчової поведінки та проблеми з поведінкою. Соціальний тиск, високі вимоги в навчанні та внутрішні конфлікти можуть стати джерелами стресу для підлітків. Тому важливо своєчасно виявляти ці проблеми та надавати психологічну підтримку, щоб уникнути серйозних наслідків для психічного здоров’я.

Сучасні проблеми підліткових років активно обговорюються в журналі «Psychology Today», де виділяються три основні напрямки: розвиток особистості, формування духовного здоров’я та девіантна поведінка.

Афективна сфера підлітків часто пов’язана з депресивними проявами, які можуть виникати через невпевненість у собі та труднощі у школі. Це може призвести до ізоляції підлітка, тому важливо надавати підтримку і навчати їх здоровим способам комунікації.

Вплив ЗМІ, зокрема Інтернету та комп’ютерних ігор, може негативно позначатися на емоційному стані підлітків, особливо серед дівчат. Медикаментозне лікування зазвичай не дає значних результатів, тому важливими є психотренінги та техніки релаксації.

Харчові розлади, спричинені бажанням схуднути, часто турбують дівчат, які піддаються тиску медіа, що пропагують ідеали зовнішнього вигляду. Останнім часом поширюється концепція натуральної краси, що сприяє формуванню здорового ставлення до свого тіла.

Затримка в процесі дорослішання (інфантильність) часто обумовлена відсутністю традиційних ритуалів, що позначають перехід до дорослого життя. Важливими чинниками є фінансова незалежність та адекватна самооцінка.

Відносини між батьками та дітьми важливо будувати з урахуванням етапів відокремлення підлітка від матері. Надмірний контроль з боку батьків може призвести до бунту та протидії з боку підлітка.

Проблема раннього статевого життя не є новою і часто є результатом недостатньої обізнаності, зокрема щодо ризиків, таких як рання вагітність.

Залякування та агресивна поведінка, включаючи булінг і мобінг, зумовлені соціальним кліматом і відсутністю уваги дорослих до змін у поведінці підлітків. Особливо болісним є феномен сендвич-мобінгу, коли підлітка не приймають ні однолітки, ні дорослі.

Педагоги виокремлюють кілька основних завдань, з якими підліток стикається під час свого розвитку [31]:

1. Формування особистісної ідентичності. Підліток шукає відповіді на питання «Хто я?», випробовуючи різні способи самовираження та соціальні ролі. Він намагається зібрати всю інформацію про себе в єдину картину, що включає як минуле, так і майбутнє, і поступово будує свою власну «Я-концепцію».

2. Психосексуальна ідентифікація. Підліток починає усвідомлювати свою статеву приналежність, визначати свою сексуальну орієнтацію, а також засвоювати соціальні установки і ролі, пов’язані з маскулінністю та фемінністю. Він вивчає, якими повинні бути чоловіки і жінки в суспільстві.

3. Професійне самовизначення. Підліток задається питанням «Ким я хочу стати?», починає визначати свої професійні інтереси і замислюється над майбутньою кар’єрою, що стає важливою життєвою метою.

4. Готовність до життєвого самовизначення. Підліток формує власний світогляд і систему цінностей, спираючись на досвід попередніх поколінь. Події, які він переживає і осмислює в цей період, стають основними орієнтирами у його житті [31].

Підлітковий вік – це період значних змін, як фізіологічних, так і психологічних. У цей час підлітки активно шукають своє місце в суспільстві, формують свою ідентичність і самосвідомість. Вони задаються важливими питаннями щодо власного «Я» і майбутнього. Розвиток незалежності і самостійності часто супроводжується емоційною нестабільністю, конфліктами та змінними ставленнями до дорослих. Психологічні дослідження підкреслюють важливість цього періоду для розвитку особистості, наголошуючи на ролі емоційних переживань, інтелектуального зростання та формування ціннісних орієнтацій. Однак цей етап може також бути джерелом психологічних труднощів, таких як депресія, тривожність або проблеми з харчуванням, що вимагають своєчасної психологічної підтримки. Важливо, щоб підлітки могли подолати ці труднощі, оскільки це є важливим кроком до формування стабільної особистості в майбутньому.

1.3. Закордонний досвід соціальних педагогів у профілактиці конфліктів між підлітками у школі

Сучасний світ характеризується швидкими соціальними змінами, які впливають на поведінку підлітків та їхні взаємини у шкільному середовищі. Конфлікти між підлітками є однією з ключових проблем, з якими стикаються педагоги, зокрема соціальні педагоги, у різних країнах. Закордонний досвід у профілактиці таких конфліктів демонструє різноманітність підходів, методик і стратегій, які можуть бути адаптовані до українських реалій. Аналіз цього досвіду дозволяє не лише розширити теоретичну базу дослідження, але й запропонувати практичні рекомендації для вдосконалення роботи соціальних педагогів у школах.

Профілактика конфліктів серед підлітків у школах є важливою складовою соціально-педагогічної діяльності, адже конфлікти можуть суттєво впливати на емоційний клімат у класі, навчальний процес та психосоціальний розвиток

учнів. У зв’язку з цим, багато країн розробили ефективні методики та програми, спрямовані на зменшення кількості конфліктів і покращення взаємодії серед школярів. Міжнародний досвід соціальних педагогів у профілактиці конфліктів між підлітками дозволяє виявити ключові напрями, форми та методи роботи, які сприяють створенню безпечного і сприятливого середовища в школах.

Основними напрямами профілактики конфліктів є розвиток емоційного інтелекту, сприяння формуванню здорових міжособистісних відносин та навчання стратегій конструктивного вирішення конфліктів. Важливим є створення середовища, що підтримує співпрацю, взаєморозуміння і толерантність серед учнів. Одним з основних напрямів є профілактика агресії та насильства, що передбачає створення безпечного середовища, в якому учні можуть вільно висловлювати свої емоції без страху перед наслідками. Важливе місце також займає розвиток соціальних навичок, оскільки багато конфліктів виникають через відсутність умінь правильно комунікувати та взаємодіяти з однолітками. Навчання активному слуханню, вираженню своїх почуттів і потреб без агресії сприяє зниженню конфліктних ситуацій. Окрім цього, значну увагу приділяють участі учнів у групових дискусіях і тренінгах, де підлітки можуть обговорювати типові конфліктні ситуації і шляхи їх вирішення.

Форми роботи, що використовуються соціальними педагогами для профілактики конфліктів, є різноманітними і включають групові тренінги та семінари, індивідуальні консультації та медіацію. Групові тренінги дозволяють учням разом розглядати конфліктні ситуації, обмінюватися думками та знайомитись з різними підходами до їх вирішення. Індивідуальні консультації допомагають соціальним педагогам виявляти індивідуальні проблеми учнів та працювати над їх вирішенням в приватному порядку. Медіація є однією з найбільш ефективних форм роботи, адже спеціально підготовлений медіатор допомагає сторонам конфлікту знайти компромісне рішення, не вдаючись до крайнощів. Це дозволяє уникати ескалації агресії та створювати атмосферу співпраці серед учнів.

Методи, що застосовуються для профілактики конфліктів, включають

метод «відкритих дверей», який сприяє відкритому спілкуванню між учнями та соціальним педагогом. Цей метод дозволяє створити атмосферу довіри, коли учні можуть звернутися за допомогою у разі потреби. Програми розвитку емоційної грамотності є важливою частиною роботи соціальних педагогів, адже вони допомагають підліткам краще розуміти свої емоції і правильно їх виражати, що знижує ризик виникнення конфліктів. Робота з сім'єю є ще одним важливим напрямом, оскільки участь батьків у процесі профілактики конфліктів дозволяє створити єдину стратегію для вирішення проблем у школі та вдома. Крім того, програми розвитку толерантності сприяють формуванню у підлітків поваги до різноманітності, що допомагає знижувати рівень дискримінації та конфліктних ситуацій.

Міжнародний досвід показує, що ефективними є програми, які сприяють розвитку соціальних навичок і взаєморозуміння серед підлітків. Наприклад, у США широко використовуються програми медіації, такі як «Peer Mediation», коли спеціально підготовлені учні або соціальні педагоги допомагають своїм одноліткам вирішувати конфлікти мирним шляхом. Такий підхід розвиває у молоді відповідальність і навички конструктивного вирішення проблем. У Великобританії програма «Emotional Literacy Support Assistants (ELSA)» сприяє розвитку емоційної грамотності учнів, що дозволяє їм краще усвідомлювати свої почуття та знаходити ефективні способи реагування на стресові ситуації. У скандинавських країнах, таких як Швеція та Норвегія, активно впроваджуються програми, орієнтовані на інклюзивність і толерантність, що допомагає створювати у школах атмосферу підтримки і взаємодопомоги серед учнів.

Для ефективної профілактики конфліктів серед підлітків важливими є комплексні підходи, що поєднують різні методи і форми роботи. Підтримка розвитку соціальних навичок, емоційної грамотності та толерантності, а також активна участь батьків і медіація допомагають створити в школах здорову атмосферу, де учні можуть вчитися вирішувати конфлікти мирним шляхом і будувати здорові міжособистісні відносини.

Одним із лідерів у сфері профілактики конфліктів між підлітками є

Сполучені Штати Америки, де значна увага приділяється програмам соціально-емоційного навчання (Social-Emotional Learning, SEL) [32].

Вони спрямовані на розвиток у підлітків навичок самосвідомості, саморегуляції, соціальної відповідальності, емпатії та прийняття рішень. Соціальні педагоги в американських школах активно залучаються до реалізації SEL, виступаючи координаторами між учителями, учнями та батьками. Наприклад, програма «Second Step», яка є частиною SEL, охоплює учнів середньої школи і включає заняття з управління емоціями та вирішення конфліктів. Соціальні педагоги проводять тренінги, де підлітки вчаться розпізнавати причини конфліктів, аналізувати власні почуття та шукати конструктивні шляхи їх розв’язання.

Дослідження, доступні через Casel показують, що участь у таких програмах знижує рівень агресії серед учнів на 20-30%, що свідчить про їхню ефективність. Важливим аспектом американського досвіду є інтеграція батьків у процес профілактики: соціальні педагоги регулярно проводять семінари для сімей, допомагаючи їм зрозуміти особливості підліткового віку та підтримувати діалог із дітьми.

У країнах Західної Європи, зокрема у Німеччині, акцент у роботі соціальних педагогів робиться на медіацію як інструменті профілактики та розв’язання конфліктів. Медіація передбачає залучення нейтрального посередника, яким часто виступає соціальний педагог, для facilitation діалогу між сторонами конфлікту.

У німецьких школах поширені так звані «конфліктні офіси» (Konfliktbüro), де підлітки можуть звернутися за допомогою у вирішенні суперечок. Соціальні педагоги проходять спеціальну підготовку з медіації, що включає вивчення технік активного слухання, невербальної комунікації та управління емоціями. Цей підхід дозволяє не лише вирішувати наявні конфлікти, але й запобігати їх ескалації у майбутньому.

Наприклад, у Баварії діє програма «Schulsozialarbeit», у рамках якої соціальні педагоги співпрацюють із психологами та вчителями, створюючи

безпечне середовище для учнів. Такий комплексний підхід сприяє формуванню у підлітків толерантності та навичок мирного співіснування [33].

Ще одним цікавим прикладом є досвід Фінляндії, яка славиться своєю інноваційною системою освіти. У фінських школах профілактика конфліктів між підлітками базується на принципах інклюзивності та командної роботи. Соціальні педагоги тут відіграють роль фасилітаторів, які допомагають учням розвивати почуття спільноти через групові проєкти та дискусії. Програма «KiVa» (проти булінгу), є одним із найвідоміших інструментів, що використовуються у Фінляндії. Вона включає заняття з розвитку емпатії, а також чіткі протоколи реагування на конфліктні ситуації. Соціальні педагоги активно співпрацюють із класними керівниками, щоб виявляти потенційні конфлікти на ранніх стадіях і працювати з групами ризику. Важливою особливістю фінського підходу, як зазначається на KiVa Program, є акцент на превентивних заходах: замість того, щоб реагувати на конфлікти постфактум, педагоги прагнуть створити атмосферу взаємоповаги, яка мінімізує їх виникнення [34].

У країнах Азії, наприклад у Японії, профілактика конфліктів між підлітками має свої культурні особливості. Японські соціальні педагоги (яких часто називають «шкільними консультантами») зосереджуються на формуванні групової гармонії, що є ключовим елементом японської культури

У школах широко застосовуються методики «хансеї» (саморефлексії), коли учні після конфлікту аналізують свою поведінку та її вплив на інших. Соціальні педагоги проводять регулярні класні години, де підлітки обговорюють етичні аспекти взаємин і вчаться брати відповідальність за свої дії. Такий підхід сприяє зниженню рівня відкритих конфліктів, хоча критики, як зазначається у статтях на J-STAGE, вказують, що він може придушувати індивідуальність учнів. Проте ефективність цього методу підтверджується низьким рівнем агресії у японських школах порівняно з іншими країнами [35].

Порівнюючи закордонний досвід, можна виділити кілька спільних рис у роботі соціальних педагогів. По-перше, у більшості країн значна увага

приділяється превентивним заходам, які включають навчання підлітків соціальним навичкам і створенню позитивного шкільного клімату, що підтверджується статтями на Taylor & Francis. По-друге, соціальні педагоги виступають не лише виконавцями, а й координаторами, які об’єднують зусилля вчителів, психологів і батьків. По-третє, у багатьох країнах використовуються спеціалізовані програми, які адаптовані до культурних і соціальних особливостей суспільства [36].

Водночас є й відмінності: якщо у США акцент робиться на індивідуальному розвитку учнів (CASEL), то в Японії пріоритетом є групова гармонія (J-STAGE), а у Фінляндії – інклюзивність (KiVa Program).

Аналіз закордонного досвіду дозволяє зробити висновок, що профілактика конфліктів між підлітками у школі є комплексним процесом, який вимагає від соціальних педагогів не лише професійних знань, але й гнучкості у застосуванні методик. Для України цей досвід може стати основою для розробки власних програм, які враховуватимуть національні особливості та потреби сучасної школи. Зокрема, доцільно звернути увагу на інтеграцію соціально-емоційного навчання, медіацію та інклюзивні підходи, які вже довели свою ефективність у світі, як зазначається у дослідженнях на Taylor & Francis.

РОЗДІЛ 2
ПРОФІЛАКТИКА КОНФЛІКТІВ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ У ШКІЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

2.1. Методика дослідження вихідного рівня схильності до конфліктів у підлітків у шкільному середовищі

Для нашого дослідження було обрано групу учнів 10-го класу Запорізької загальноосвітньої школи І-ІІІ ст. № 76, що налічувала 30 учасників віком від 15 до 16 років, що є типовим для підліткового віку, коли конфліктність може бути особливо виражена. Діагностика проводилася через онлайн опитування.

Психодіагностичний інструментарій був ретельно підібраний відповідно до завдань дослідження, з урахуванням теоретичного аналізу проблеми конфліктів у підлітковому віці. Використовувалися такі методики:

Тест «Оцінка рівня конфліктності особистості» дає змогу оцінити загальний рівень конфліктності особистості, тобто наскільки людина схильна до виникнення та загострення конфліктів.

Методика визначення стилю поведінки у конфліктній ситуації (К. Томас, Р. Кілмен) допомагає визначити, який саме стиль реагування на конфлікти характерний для підлітка (співпраця, компроміс, ухиляння, пристосування чи суперництво).

Методика оцінки схильності до агресивної поведінки (А. Басс, А. Даркі) дозволяє визначити рівень агресивності та ймовірність прояву агресивних реакцій у конфліктних ситуаціях.

Застосування цих методик дозволило отримати комплексну картину особливостей конфліктної поведінки підлітків.

Для дослідження схильності особистості підлітків до конфліктної поведінки, ми використали методику на визначення рівня конфліктності (додаток А). Суть методики полягає у тому, що учням пропонується тест, який

налічує 14 питань. Кожне питання має три варіанти відповіді. Учневі пропонується обрати один з них, який йому найближчий. Кожна позиція відповіді оцінюється визначеною авторами кількістю балів. Визначені рівні конфліктності мають бальний діапазон та словесну характеристику.

Так, зокрема, низький рівень конфліктності (14-20 балів), за визначенням авторів: «Ви тактовні й миротворчі, вміло уникаєте суперечок, конфліктів та критичних ситуацій. Вислів: «Платон мені друг, та істина дорожча» ніколи не був Вашим девізом, саме тому Вас іноді називають конформістом. Про людей як відсутніх, так і присутніх Ви говорите по-доброму, схильні їх захищати, аніж звинувачувати. Негативні емоції швидко зникають і Ви спокійно, без образи встановлюєте контакт з людиною, яка Вас образила. Знайдіть у собі сміливість і, якщо вимагатимуть обставини, принципово висловіть свою думку».

Середній рівень конфліктності (21-34 бали). Він поділяється на три підрівні, представлені у таблиці: рівень конфліктності нижчий за середній (21-24 бали), середній рівень конфліктності (25-29 балів) рівень конфліктності вищий за середній (30-34 бали). Характеристика цього рівня, за авторським формулюванням: «Ви людина конфліктна. Але насправді конфліктуєте лише в тому випадку, якщо немає іншого виходу, а інші засоби вичерпані. Ви досить гнучка людина у взаємовідносинах, але важко змінюєте думку про людину. Перш ніж перейти до дружніх стосунків, Ви деякий час вивчаєте людину, тому Ви схильні змінювати думку про людину в кращий бік, аніж в гірший. Ви відкриті до компромісних рішень, Ви твердо відстоюєте свою думку, не думаючи про те, яким чином це позначиться на Вашій професійній кар’єрі або приятельських стосунках. Та це не дозволяє Вам виходити за межі коректності й принижуватись. Навпаки, це викликає повагу до Вас з боку оточення, через це конфліктні стосунки для Вас є швидше тактикою, чим образом життя». Отже, схильність до конфліктності для підлітків, які відносяться до цього рівня є поміркованою, вони готові йти на компроміс, схильні до пошуку шляхів подолання конфліктної ситуації чи конфлікту. Мають власну думку, але не насаджують її іншим насильницькими методами.

Високий рівень конфліктності (35-42): «Суперечки та конфлікти – це повітря, без якого Ви не можете існувати. Ви завжди готові до боротьби, живете в очікуванні конфлікту й тим самим провокуєте його. Вам відомі прийоми «супротивників», вмієте управляти оточуючими, досягати власної мети за допомогою психології людей і погано орієнтуєтеся в знаннях їх особливостей, не приймаєте до уваги внутрішній світ людини, коли вступаєте з нею в ділові стосунки. Полюбляєте критикувати інших, для особистої вигоди. Якщо чуєте зауваження на Вашу адресу, можете «з'їсти живцем» людину, котра Вас критикує. Ваша критика – заради критики, а не для користі справи. Дуже важко тим, хто поряд із Вами на роботі чи вдома. Ваша нестриманість, грубість, нетактовність відштовхує людей. Чи не через це у Вас немає друзів? Спробуйте змінити Ваш складний характер».

Дослідження особливостей конфліктної поведінки у підлітковому віці за допомогою методики Томаса-Кілмена є важливим кроком у розумінні та аналізі динаміки міжособистісних відносин у цьому віковому періоді. Цей діагностичний інструментарій дозволяє виявити типові підходи особистості до розв'язання конфліктних ситуацій та визначити її стиль взаємодії в умовах протистояння інтересів.

Наше емпіричне дослідження передбачає проведення тестування підлітків за допомогою тесту Томаса-Кілмена, який включає в себе набір ситуаційних інструкцій та дві альтернативні відповіді на кожне з них (додаток Б).

Для опису типів поведінки людей у конфліктних ситуаціях К. Томас запропонував двомірну модель регулювання конфліктів, базовими вимірами в якій є кооперація (пов'язана з увагою людини до інтересів інших людей, які залучені до конфлікту) та настирливість (для якої притаманним є акцентування на захисті власних інтересів).

Відповідно до цих двох вимірів автор виділяє такі способи регулювання конфліктів: конкуренція, компроміс, колаборація, унікальна (відмова від конфлікту), акомодація.

Результати психологічної діагностики включають виявлення різних типів

конфліктних поведінкових стратегій у підлітків, що дозволить зрозуміти, як вони впораються з конфліктами та як це впливає на їхні соціальні взаємини. Очікується, що дослідження дозволить виявити переважання деяких стилів взаємодії над іншими серед підлітків, а також з'ясувати, як це може корелювати з їхнім соціальним статусом, самооцінкою та іншими особистісними характеристиками.

Визначення стратегій поведінки у конфліктній ситуації, на наш погляд, має значний потенціал для відкриття нових знань у сфері психології підліткового віку та розвитку стратегій психологічної підтримки для молоді в умовах конфліктних ситуацій. Результати дослідження можуть бути корисними для широкого кола фахівців, що працюють у сфері психології, освіти та соціальної роботи з підлітками.

Відомо, що у сучасному світі важко уникнути конфліктних ситуацій, адже вони є необхідною складовою взаємодії між людьми в різних соціальних сферах. Однією з ключових складових конфлікту є рівень агресивності учасників. Агресія може мати різні прояви та виявлятися в різних ситуаціях, від найбільш банальних до серйозних. Відтак, визначення рівня агресивності може бути корисним як для самопізнання, так і для формування ефективних стратегій міжособистісних взаємодій.

Отже, ще одним інструментом психологічної діагностики у нашому емпіричному дослідженні, який дозволяє визначити схильності підлітків до агресивної поведінки, був обраний опитувальник Басса-Даркі (додаток В). Даний опитувальник вже довгий час використовується в психологічних дослідженнях для визначення агресивних тенденцій у поведінці людей. Результати дослідження дають можливість виявити та проаналізувати основні тенденції та характеристики агресивності серед підлітків.

Опитувальник Басса-Дарки включає в себе 75 запитань, кожне з яких оцінює рівень агресивності особистості. Запитання охоплюють широкий спектр ситуацій та переживань, пов'язаних з агресією, дратівливістю, спроможністю до примирення та іншими аспектами. Це дозволяє отримати більш повний

образ агресивних тенденцій у людини.

Автори опитувальника Басса-Даркі визначили такі види агресії: фізична та непряма агресія, роздратування, негативізм, образа, підозрілість, вербальна агресія, почуття провини.

Опитувальник орієнтується на вибір між «так» та «ні» відповідями, що робить процес відповіді достатньо простим та швидким. Кожне запитання створює ситуацію, в якій особа може виявити агресивність або спокій, тим самим дозволяючи оцінити її загальний рівень агресивності. Після збору відповідей учасників, проводилася їх аналіз для визначення загального рівня агресивності у групі.

Використання даної методики виходило з нашого припущення, що підвищений рівень агресивності підлітків буде впливати на вибір ними стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях. Буде також цікаво виявити зв’язок між рівнем агресивності та різними аспектами життя підлітків, такими як: стосунки з оточуючими, навчання та взаємодія з рідними, а також вплив рівня агресивності на успішність у різних сферах життя.

У ході емпіричного дослідження було проведено аналіз рівня конфліктності серед учнів 10-го класу Запорізької загальноосвітньої школи І-ІІІ ст. № 76, загальна кількість яких становила 30 осіб. Слід звернути увагу на гендерні та індивідуально-психологічні відмінності в проявах агресивності та конфліктності. Це дозволило виявити певні тенденції, наприклад, більшу схильність хлопців до прямих форм агресії, а дівчат – до непрямих або вербальних форм. Отримані дані стали основою для подальшого аналізу впливу рівня агресивності на стратегії поведінки в конфліктних ситуаціях і визначення потреби в психокорекційній роботі з учнями. Оцінювання здійснювалося за допомогою тесту «Оцінка рівня конфліктності особистості», що дозволило розподілити учасників дослідження за різними рівнями конфліктності відповідно до кількості набраних балів, ми отримали наступні результати, представлені у табл. 2.1.

Таблиця 2.1

Групи рівнів конфліктності

Рівень конфліктності (кількість балів)	Кількість учнів (%)
Низький рівень конфліктності (14-20)	4 (13,3%)
Рівень конфліктності нижчий за середній (21-24)	6 (20,0%)
Середній рівень конфліктності (25-29)	11 (36,7%)
Рівень конфліктності вищий за середній (30-34)	5 (16,7%)
Високий рівень конфліктності (35-42)	4 (13,3%)

Результати дослідження свідчать, що низький рівень конфліктності (14–20 балів) зафіксовано у 4 учнів, що становить 13,3% вибірки, що свідчить про те, що ці підлітки демонструють спокійний стиль поведінки, схильні уникати конфліктів або вирішувати їх мирним шляхом. Вони зазвичай відкриті до компромісів і не виявляють агресивних реакцій у взаємодії з оточенням.

Рівень конфліктності, нижчий за середній (21–24 бали), виявлено у 6 учнів (20% вибірки). Такі підлітки також мають відносно невисоку схильність до конфліктів, однак у певних ситуаціях можуть проявляти незначну напруженість чи розбіжності у взаєминах. Здебільшого вони намагаються уникати відкритої конфронтації та прагнуть підтримувати стабільні відносини з однолітками.

Найбільша кількість учасників, а саме 11 осіб (36,7% вибірки), продемонстрували середній рівень конфліктності (25–29 балів). Це свідчить про те, що для значної частини підлітків характерна помірна конфліктність, яка є типовою для цього віку. Вони можуть брати участь у конфліктних ситуаціях, відстоюючи власну точку зору, однак без надмірної агресивності або схильності до тривалих конфронтацій.

Рівень конфліктності, вищий за середній (30–34 бали), був зафіксований у 5 підлітків (16,7% вибірки) та свідчить про тенденцію до частих конфліктів, де учасники можуть виявляти підвищену емоційну напруженість, упертість або наполегливість у відстоюванні своєї позиції. Такі підлітки можуть схилятися до суперництва у взаємовідносинах і менш схильні до компромісних рішень.

Нарешті, високий рівень конфліктності (35–42 бали) виявлено у 4 учнів (13,3% вибірки). Це свідчить про значну схильність до конфліктної поведінки, яка може проявлятися у високій емоційній збудливості, наполегливості, а в окремих випадках – у ворожості та агресивності. Такі підлітки можуть мати труднощі у спілкуванні з однолітками та дорослими, оскільки схильні до суперечок і менш зацікавлені у знаходженні компромісів.

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що більшість підлітків мають середній або нижчий за середній рівень конфліктності, що є природним для цього вікового періоду. Проте помітний відсоток учнів із підвищеним рівнем конфліктності свідчить про необхідність подальшого аналізу чинників, які впливають на їхню поведінку, а також розробки заходів для навчання навичок конструктивного вирішення конфліктів. Використання психологічних тренінгів та індивідуальної роботи з підлітками, що мають високий рівень конфліктності, може сприяти гармонізації їхніх взаємин у шкільному та соціальному середовищі.

Ми досліджували особливості поведінки підлітків 10-х класів Запорізької загальноосвітньої школи І-ІІІ ст. № 76 у конфліктних ситуаціях, використовуючи методику К. Томаса і Р. Кілмена. Це дозволило визначити стилі їхньої поведінки в конфліктах та провести аналіз отриманих результатів. Узагальнені дані діагностики за тестом Томаса-Кілмена наведені в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Аналіз результатів дослідження за методикою визначення стилю поведінки особистості у конфліктних ситуаціях (тест К. Томаса – Р. Кілмена)

Стиль поведінки	Результат, %	Кількість осіб
Суперництво	27,0	8
Співпраця	22,0	7
Компроміс	17,0	5
Уникнення	12,0	4
Пристосування	22,0	6

Результати дослідження за методикою К. Томаса – Р. Кілмена дозволили визначити основні стилі поведінки учнів у конфліктних ситуаціях. Аналіз

отриманих даних свідчить про те, що серед підлітків найбільш поширеними є стратегії суперництва (27%), співпраці (22%) та пристосування (22%), тоді як компроміс (17%) і уникнення (12%) трапляються рідше.

Стиль суперництва, який передбачає наполегливе відстоювання власної позиції навіть за рахунок інтересів інших, продемонстрували 8 учнів (27%). Це свідчить про те, що значна частина підлітків схильна до домінування у конфліктах, що може проявлятися у прагненні довести свою правоту та небажанні поступатися.

Стиль співпраці показали 7 учнів (22%), що вказує на наявність групи підлітків, які прагнуть знайти взаємовигідне рішення у конфліктних ситуаціях. Ця стратегія є найбільш конструктивною, оскільки дозволяє враховувати інтереси всіх сторін та сприяє ефективному вирішенню конфліктів.

Пристосування виявили 6 учнів (22%), що свідчить про наявність серед респондентів тих, хто готовий поступитися власними інтересами заради гармонізації стосунків або зменшення напруженості в ситуаціях конфлікту.

Стратегію компромісу обрали 5 учнів (17%). Цей стиль передбачає пошук рішення, яке хоча й не задовольняє повністю жодну зі сторін, проте є прийнятним для всіх.

Найменш поширеним виявився стиль уникнення, який продемонстрували 4 учні (12%). Це свідчить про те, що порівняно невелика кількість підлітків прагне уникати конфліктних ситуацій, відкладаючи їх вирішення або ігноруючи проблему.

Загалом отримані результати вказують на те, що більшість учнів обирає активні стратегії поведінки у конфліктах (суперництво, співпраця, пристосування), тоді як уникнення і компроміс є менш популярними. Такий розподіл може бути обумовлений віковими особливостями підлітків, їхньою схильністю до самоствердження, а також рівнем сформованості комунікативних навичок та соціального інтелекту.

Було проведено оцінювання рівня агресивності підлітків як особистісної характеристики, що може впливати на їх стиль поведінки в конфліктних

ситуаціях.

Аналіз результатів діагностики за методикою Басса-Даркі дозволяє зробити висновки щодо особливостей прояву агресивності серед підлітків, її впливу на різні сфери життя, а також визначити можливі стратегії психологічної підтримки та розвитку для осіб із підвищеним рівнем агресивності (див. табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Результати дослідження за методикою Басса-Даркі

№	Тип агресії	Так	Ні
1	Фізична агресія	9	21
2	Непряма агресія	10	20
3	Роздратування	7	23
4	Негативізм	5	25
5	Образа	9	21
6	Підозрілість	7	23
7	Вербальна агресія	11	19
8	Почуття провини	12	18

Аналіз результатів дослідження рівня агресивної поведінки підлітків за методикою Басса-Даркі, проведеного серед 30 осіб, виявив певні особливості прояву агресії в різних її формах.

Зокрема, фізична агресія була зафіксована у 9 учасників, що свідчить про схильність цієї частини вибірки до відкритих проявів сили у конфліктних ситуаціях, тоді як 21 підліток не демонструє подібних тенденцій. Непряма агресія, що може включати у себе приховані або опосередковані форми агресивної поведінки (наприклад, чутки, маніпуляції), була виявлена у 10 осіб, тоді як 20 учасників не схильні до такого типу реакцій.

Рівень роздратування відзначений у 7 підлітків, що може вказувати на їхню емоційну нестабільність і швидку реакцію на подразники, тоді як 23 особи не виявляють значних проявів цього показника. Негативізм, який відображає опозиційну поведінку та неприйняття норм або вимог, виявлений лише у 5 осіб, що свідчить про низький рівень протестних настроїв серед більшості учасників (25 осіб).

Образа як форма агресивної реакції на соціальну несправедливість або суб'єктивно сприйняту кривду проявляється у 9 підлітків, тоді як 21 особа не схильна до накопичення негативних емоцій та образливості. Підозрілість, яка може бути пов'язана з недовірою до оточення, проявлена у 7 учасників, що свідчить про їхню схильність до настороженості та інтерпретації дій інших через призму загрози, тоді як 23 підлітки не виявляють такої риси.

Вербальна агресія, що включає словесні форми ворожості (суперечки, погрози, сарказм), виявлена у 11 осіб, що свідчить про відносно поширену тенденцію до конфліктної комунікації серед підлітків, тоді як 19 осіб не демонструють подібної поведінки. Останнім вимірюваним показником є почуття провини, яке було виражене у 12 учасників. Це може вказувати на наявність внутрішнього конфлікту та самозвинувачення у частини підлітків, тоді як 18 осіб не схильні до таких переживань.

Отже, результати дослідження свідчать про те, що серед підлітків найчастіше проявляється вербальна агресія, почуття провини та непряма агресія, тоді як негативізм і підозрілість мають відносно низький рівень поширеності. Це дозволяє зробити висновки про характерні форми агресивної поведінки у досліджуваній групі та визначити можливі напрямки психологічної підтримки та корекції поведінкових особливостей підлітків.

Таблиця 2.4

Співвідношення стилів поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях за методикою Томаса-Кілмена та рівень агресивної поведінки за методикою Басса-Даркі

Стиль поведінки	Поширеність стилю поведінки, %	Наявність агресивної поведінки, %	Відсутність агресивної поведінки, %
Суперництво	27,0	23,08	76,92
Співпраця	22,0	25,00	75,00
Компроміс	17,0	23,53	76,47
Уникнення	12,0	11,76	88,24
Пристосування	22,0	–	Не зафіксовано

Аналіз результатів дослідження стилів поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях за методикою Томаса-Кілмена та рівня агресивної поведінки за

методикою Басса-Даркі дозволяє визначити взаємозв’язок між цими показниками.

Найбільш поширеним стилем поведінки серед підлітків є суперництво, що спостерігається у 27% респондентів. У цій групі 23,08% учасників проявляють агресивну поведінку, що вказує на схильність до відкритої конфронтації, прагнення домінувати та відстоювати власні інтереси, навіть ціною конфліктів. Водночас 76,92% підлітків із таким стилем поведінки не демонструють високого рівня агресії, що може свідчити про наявність у них контролю над власними емоціями або використання менш агресивних стратегій суперництва.

Другим за поширеністю є стиль співпраці, який був виявлений у 22% підлітків. У цій групі агресивна поведінка проявляється у 25% учасників, що є відносно високим показником. Це може свідчити про певні труднощі у конструктивному розв’язанні конфліктів, незважаючи на намагання враховувати інтереси всіх сторін. Водночас 75% підлітків із цим стилем поведінки не демонструють значної агресивності, що вказує на їхню здатність вирішувати конфлікти мирним шляхом.

Компромісний стиль, який був притаманний 17% респондентів, характеризується середнім рівнем агресивних проявів. У цій групі 23,53% підлітків виявляють агресивну поведінку, тоді як 76,47% – ні. Це свідчить про те, що компроміс як стратегія поведінки не завжди дозволяє повністю уникати конфліктної напруги, оскільки поступки можуть супроводжуватися емоційним незадоволенням або внутрішньою фрустрацією.

Стиль уникнення, який спостерігався у 12% респондентів, має найнижчий рівень агресивності. Лише 11,76% підлітків із цієї групи демонструють агресивні реакції, тоді як 88,24% не мають виражених агресивних проявів. Це підтверджує, що уникнення конфліктів найчастіше супроводжується мінімальним рівнем агресії, хоча така поведінка може свідчити про пасивність або страх перед конфліктними ситуаціями.

Останнім є стиль пристосування, що був зафіксований у 22% підлітків. У

цій групі не було виявлено агресивної поведінки, що свідчить про високий рівень схильності до підпорядкування, уникнення протистояння та поступливості у конфліктних ситуаціях.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що стиль поведінки у конфліктних ситуаціях значною мірою впливає на рівень агресивної поведінки підлітків. Найвищий рівень агресії спостерігається серед осіб, які використовують стратегії суперництва та співпраці, тоді як уникнення та пристосування є найменш агресивними стилями. Це підкреслює необхідність розвитку навичок конструктивного вирішення конфліктів, особливо серед підлітків із високою конкурентною мотивацією, щоб знизити рівень агресивних реакцій та сприяти більш ефективній комунікації у соціальних взаємодіях.

2.2. Програма соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі

Конфлікти є природною частиною міжособистісних відносин, особливо в підлітковому віці, коли особистість активно формується, а соціальні взаємодії набувають нових форм. Виникнення конфліктів у шкільному середовищі зумовлене низкою чинників: особистісними особливостями підлітків, рівнем розвитку їхніх комунікативних навичок, особливостями виховання в сім'ї, стилем педагогічного впливу та загальною атмосферою в навчальному закладі.

Підлітковий вік характеризується емоційною нестабільністю, прагненням до самостійності, високою чутливістю до оцінки оточення та активним формуванням соціальної ідентичності. У цей період конфлікти можуть виникати як у міжособистісній взаємодії між однолітками, так і між підлітками та дорослими (вчителями, батьками). Нерідко причинами конфліктів є конкуренція за статус у групі, різні погляди на норми поведінки, нерозвиненість навичок конструктивного спілкування та управління емоціями.

Соціально-педагогічна профілактика конфліктів спрямована на створення

сприятливих умов для розвитку позитивної комунікації, підвищення рівня соціальної компетентності учнів, навчання їх ефективним стратегіям розв'язання конфліктів. Вона базується на таких принципах:

- Принцип особистісно-орієнтованого підходу – урахування індивідуальних особливостей учнів при роботі з конфліктами.
- Принцип діалогічності – розвиток навичок ефективного спілкування та вміння висловлювати свої думки без агресії.
- Принцип активної участі – залучення учнів до процесу профілактики через тренінгові вправи, групові дискусії та інтерактивні методи навчання.
- Принцип емоційної грамотності – навчання дітей розпізнавати, розуміти та контролювати власні емоції, а також емпатично ставитися до почуттів інших людей.
- Принцип соціальної підтримки – створення атмосфери взаємоповаги та довіри в колективі.

Ефективна профілактика конфліктів включає розвиток таких навичок:

- Комунікативних (активне слухання, конструктивне висловлення думок, вміння переконувати, дотримання правил спілкування).
- Емоційної саморегуляції (розпізнавання власних емоцій та керування ними в стресових ситуаціях).
- Розв'язання конфліктів (вміння визначати проблему, аналізувати причини конфлікту, знаходити взаємовигідні рішення).
- Кооперації та командної взаємодії (робота в групах, спільне вирішення проблем, розвиток довіри та взаєморозуміння).

Важливим компонентом профілактики є навчання учнів методам ненасильницького спілкування та розвитку емпатії. Це передбачає використання рольових ігор, моделювання конфліктних ситуацій, обговорення можливих варіантів виходу з конфлікту.

Педагоги та шкільні психологи відіграють ключову роль у профілактичній роботі. Вони повинні не лише навчати підлітків ефективної комунікації, а й створювати умови для безпечного вираження емоцій та

почуттів. Важливою є також робота з батьками, які можуть отримувати консультації щодо підтримки емоційного стану своїх дітей та навичок конструктивного вирішення конфліктів у родині.

Мета програми – формування у підлітків навичок конструктивного розв'язання конфліктів, розвитку емоційної саморегуляції, комунікативних здібностей та підвищення рівня соціальної компетентності для створення позитивної атмосфери у шкільному середовищі.

Завдання програми:

1. Навчити підлітків розпізнавати конфліктні ситуації та їх причини.
2. Розвинути навички ефективного спілкування та активного слухання.
3. Сформувати стратегії конструктивного вирішення конфліктів.
4. Виховати толерантність, емпатію та взаємоповагу.
5. Ознайомити підлітків із техніками емоційної саморегуляції.
6. Навчити взаємодії у команді та розвитку навичок кооперації.

Програма тренінгу (додаток В) спрямована на розвиток конфліктологічної компетентності підлітків та формування в них позитивного ставлення до конфліктів як до потенційної точки особистісного зростання. Вона має чітку структуру, що охоплює 10 занять, кожне з яких поступово розкриває ключові аспекти теми конфлікту – від загального ознайомлення до формування практичних навичок конструктивного вирішення конфліктних ситуацій.

На першому етапі (дні 1–2) створюється сприятливий простір для самовираження, взаємодії та довіри між учасниками. Заняття знайомить підлітків із поняттям конфлікту, його причинами, типологією та стадіями. За допомогою інтерактивних методів (міні-лекцій, дискусій, вправ на асоціації та аналіз життєвих прикладів) учасники починають усвідомлювати, що конфлікт є природною складовою міжособистісної взаємодії.

Другий етап програми (дні 3–4) спрямований на дослідження емоційної складової конфліктів. Підлітки аналізують, які емоції виникають у ситуаціях напруги, вчаться розпізнавати власні емоційні реакції та їх вплив на конфліктну взаємодію. Особливий акцент зроблено на розвиток емоційного інтелекту,

зокрема на розуміння власних і чужих емоцій, управління ними та їх конструктивне вираження. Арт-методи, інсценізації та вправи на емоційне усвідомлення сприяють формуванню здатності до емоційної регуляції.

Наступний блок (дні 5–6) зосереджений на аналізі соціальних ролей, очікувань та стратегій поведінки в конфлікті. Учасники тренінгу навчаються виявляти, як стереотипні уявлення про роль у суспільстві (учня, дитини, друга) впливають на виникнення непорозумінь. У межах цього блоку підлітки ознайомлюються з основними стилями поведінки у конфлікті: суперництво, уникання, компроміс, співпраця, пристосування. Завдяки тестам, вправам на самоспостереження та груповим кейсам, учасники визначають власні домінуючі стилі реагування, вчаться аналізувати їхню доцільність та наслідки у різних ситуаціях.

На четвертому етапі (дні 7–8) програма розвиває навички взаємодії в команді та опановування медіаційних технік. У ході практичних занять учасники стикаються з ситуаціями колективного вибору, домовляння, необхідності чути інших. Тренінгові методи та моделювання конфліктних ситуацій допомагають опанувати базові принципи конструктивної комунікації, розвивати вміння бути медіатором – тобто нейтральною стороною, яка допомагає досягти згоди між іншими учасниками конфлікту.

Завершальний етап програми (дні 9–10) присвячено особистісному усвідомленню власних ресурсів і змін. Підлітки ідентифікують сильні сторони, які допомагають їм ефективно взаємодіяти у складних ситуаціях, формулюють власний план дій у конфліктній ситуації, створюють індивідуальні пам’ятки. Заняття включають арт-техніки, рефлексивні вправи, вправи на розвиток самоусвідомлення. Підсумкове коло дозволяє кожному учаснику вербалізувати зміни, які відбулися протягом тренінгу, та закріпити нові знання й навички.

Програма передбачає використання різноманітних методів активного навчання, зокрема: міні-лекцій, групових дискусій, арт-технік, рольових ігор, самодіагностики, вправ на розвиток комунікації та емоційного інтелекту. Зміст тренінгу адаптовано до вікових особливостей підлітків, що дозволяє не лише

формувати нові знання, а й активно включати учасників у процес пізнання себе та навколишнього світу через призму конфліктної взаємодії.

Таким чином, запропонована тренінгова програма сприяє не тільки зниженню деструктивних проявів конфліктності, а й розвитку важливих життєвих компетенцій – емоційного самоконтролю, емпатії, здатності до переговорів і прийняття рішень, що є необхідними для успішної соціальної адаптації підлітків.

Реалізація програми соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі дозволяє знизити рівень конфліктності в учнівських колективах, сприяти формуванню позитивного соціального клімату та розвивати важливі комунікативні й емоційні навички.

В ході виконання програми підлітки отримують практичні інструменти для конструктивного вирішення конфліктів, що зменшує кількість агресивних та деструктивних взаємодій у школі. Також учасники вдосконалюють навички емпатії, ефективного спілкування, самоконтролю та командної роботи, що позитивно позначається на їхній загальній соціальній адаптації.

Програма сприяє покращенню взаємодії не лише між самими підлітками, а й між учнями та педагогами, а також учнями та їхніми батьками. Це підвищує загальний рівень довіри, взаєморозуміння та психологічного благополуччя у шкільному середовищі. У перспективі застосування подібних профілактичних заходів може сприяти зниженню рівня булінгу, покращенню емоційного стану підлітків та підвищенню рівня їхньої соціальної компетентності.

ВИСНОВКИ

Враховуючи вищенаведене можна сформувати наступні висновки:

У першому розділі було здійснено теоретичний аналіз соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі.

Уточнено поняття конфлікту між підлітками у шкільному середовищі. Конфлікти розглядаються як неминучий соціальний феномен, що виникає внаслідок різних рівнів соціальної взаємодії та особистісних особливостей підлітків. Визначено основні види конфліктів серед учнів, зокрема міжособистісні, групові та внутрішньоособистісні. Встановлено, що серед основних причин конфліктної поведінки можна виокремити психологічні, соціальні та педагогічні чинники.

Проаналізовано вікові особливості підлітків, що впливають на їхню схильність до конфліктної поведінки. Підлітковий період характеризується активним розвитком емоційної сфери, прагненням до самостійності та соціальної самореалізації, що часто призводить до суперечностей у міжособистісних стосунках. Підкреслено, що саме в цей період важливо формувати в учнів навички ефективної комунікації, саморегуляції та вирішення конфліктних ситуацій ненасильницькими методами.

Розглянуто закордонний досвід соціальних педагогів у профілактиці конфліктів між підлітками у школі. Встановлено, що в багатьох країнах ефективно застосовуються такі підходи, як медіація, соціально-емоційне навчання, інтерактивні тренінги та створення шкільних служб примирення. Ці практики спрямовані на розвиток у підлітків навичок конструктивного вирішення суперечностей та налагодження позитивних взаємин у навчальному середовищі.

У другому розділі кваліфікаційної роботи на основі проведеного емпіричного дослідження рівня конфліктності, стилів поведінки у конфліктних ситуаціях та агресивності серед учнів 10-го класу Запорізької загальноосвітньої

школи І-ІІІ ст. № 76 (30 осіб) за допомогою методик К. Томаса – Р. Кілмена та Басса – Даркі проаналізовано комплексні результати, які дозволяють зробити висновки щодо особливостей поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях, їхньої схильності до агресії та взаємозв'язку між цими показниками.

Аналіз рівня конфліктності показав, що більшість учнів (36,7%, 11 осіб) мають середній рівень конфліктності, що свідчить про те, що такі учні можуть вступати у конфліктні ситуації, відстоюючи власну позицію, але при цьому не виявляють надмірної агресивності чи тривалої конфронтації. Низький рівень конфліктності зафіксовано у 13,3% учнів (4 особи), що вказує на їхню схильність до спокійної поведінки, уникнення конфліктів та готовність до компромісів. Рівень конфліктності, вищий за середній, виявлено у 16,7% учнів (5 осіб). Дана група характеризується частішими конфліктами, підвищеною емоційною напруженістю та меншою схильністю до компромісів. Високий рівень - 13,3% учнів (4 особи). Такі підлітки виявляють значну схильність до конфліктної поведінки, яка може проявлятися у високій емоційній збудливості, ворожості чи агресивності, що ускладнює їхнє спілкування з оточенням. Загалом результати свідчать, що більшість учнів мають середній або нижчий за середній рівень конфліктності, що є природним для підліткового віку, однак наявність груп із підвищеним та високим рівнем конфліктності вказує на потребу в додатковій психологічній підтримці та розвитку навичок конструктивного вирішення конфліктів.

Аналіз взаємозв'язку між стилями поведінки у конфліктних ситуаціях (Томас-Кілмен) та рівнем агресивності (Басс-Даркі) дозволяє зробити висновки про те, як стратегії поведінки впливають на агресивні прояви: суперництво, співпраця, пристосування. Таким чином, дослідження агресивності за методикою Басса-Даркі виявило поширення вербальної та непрямої агресії, а також почуття провини. Безпосередньо суперництво та співпраця асоціюються з вищим рівнем агресії, тоді як уникнення та пристосування є найменш агресивними стилями.

За результатами дослідження більшість підлітків 10-го класу Запорізької

загальноосвітньої школи І-ІІІ ст. № 76 мають середній або нижчий за середній рівень конфліктності. Це вказує на необхідність впровадження психологічних тренінгів із розвитку навичок конструктивного вирішення конфліктів, особливо для учнів із високим рівнем конфліктності та агресивності, щоб гармонізувати їхні взаємини у шкільному середовищі та сприяти соціальній адаптації.

Також запропоновано та обґрунтовано програму соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі.

Метою програми є формування в підлітків навичок конструктивного розв'язання конфліктів, розвиток емоційної саморегуляції, комунікативних умінь і соціальної компетентності для створення позитивного шкільного середовища.

В основних завданнях програми соціально-педагогічної профілактики конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі прописано:

- Навчити розпізнавати конфлікти та їхні причини.
- Розвивати ефективне спілкування й активне слухання.
- Сформувати конструктивні стратегії поведінки в конфліктах.
- Виховувати толерантність, емпатію, взаємоповагу.
- Ознайомити з техніками емоційної саморегуляції.
- Навчити командній взаємодії та кооперації.

Методами роботи є інтерактивні тренінги, рольові ігри, міні-лекції, арт-техніки, навчання медіації, розвиток навичок активного слухання та емпатії.

Впровадження цієї програми дозволить знизити рівень конфліктності у школі та сприятиме створенню сприятливого соціально-психологічного клімату.

Щодо форми роботи, основна увага приділяється тренінговим заняттям, які проводяться у невимушеній атмосфері взаємодії, довіри та активної участі всіх учасників. Такі заняття допомагають здобути нові знання та відпрацювати навички у практичних ситуаціях.

У груповій роботі підлітки об'єднуються у малі команди для виконання вправ, обговорень конфліктних ситуацій та пошуку спільних рішень.

Однією з найцікавіших форм є арт-техніки – малюнки, колажі, створення символічних образів. Завдяки таким методам можна краще зрозуміти свої емоції, переживання, внутрішній стан тощо.

Індивідуальні заняття – проходження тестів, рефлексія над власною поведінкою, складання особистих планів реагування на конфлікти.

Після кожного заняття проводиться колективне обговорення у формі рефлексивного кола.

Отже, проведене дослідження не претендує на остаточне розв’язання всіх питань, що пов’язані із соціально-педагогічною профілактикою конфліктів серед підлітків у шкільному середовищі. Проте можна казати, що мету нашої роботи досягнуто.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдюкова Н. В. Психологія підліткового віку : навч. посіб. Київ : Знання, 2012. 284 с.
2. Апишева А. Ш. Проблема конфліктних стосунків сучасних підлітків та юнаків з батьками. *Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут». Філософія. Психологія. Педагогіка*. 2012. № 2. С. 117–125.
3. Боротюк М., Кульчицька А. Психологічні особливості розвитку особистості сучасного підлітка: теоретичний аналіз проблеми. *Особистість і суспільство: методологія та практика сучасної психології :* матеріали XI Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. Луцьк : ФОП Мажула Ю.М., 2024. С. 30–32.
4. Вагнер М. К. Проблема виникнення девіацій в підлітковому віці. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Серія: Психологія.* 2013. Вип. 46(2). С. 44–50.
5. Видра О. Г. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. 2-ге вид. Київ : Центр учбової літератури, 2010. С. 53–58.
6. Горденкова А. О. Психологічні особливості виникнення конфліктів у підлітковому віці : монографія. Київ : Наука, 2022. 134 с.
7. Горошнікова І. Г. Психолого-педагогічні аспекти формування соціально-правової культури учнів загальноосвітньої школи-інтернату. *Актуальні питання сучасної науки :* XII Міжнар. наук. інтернет-конф. 2023. С.124–126. URL: http://intkonf.org/goroshnikova-ig-psihologopedagogichni-aspekti-formuvannya-sotsialno-pravovoyi-kulturi-uchnivzagalnoosvitnoyi-shkoli-internatu (дата звернення: 10.06.2023).
8. Гошовська Д., Гошовський Я., Фінів О. Психологічна специфіка підлітків в умовах пенітенціарної депривації. *Development of modern science: theory, methodology, practice* : матеріали XIII Міжнар. наук.-практ. конф. (18–19

берез. 2021 р., Мадрид, Іспанія). Мадрид, 2021. С. 192–197.

9. Данильченко Н. О., Сімбірьова О. О. Особливості конфліктної поведінки у підлітковому віці. *Актуальні питання сучасної психології :* матеріали І Всеукр. наук.-практ. конф. студентів, аспірантів і молодих учених (м. Суми, 15 трав. 2014 р.). Суми, 2014. С. 229–233.
10. Дурняк Л. А. Шкільна медіація як засіб вирішення конфліктів серед підлітків. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2013. № 5. С. 191–200.
11. Зак А. З. Психологічні особливості рефлексії у дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. … канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2006. 20 с.
12. Ісаченко В. В. Оптимізація соціально-психологічного клімату колективу в умовах війни. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2023. № 2(11). С. 50–57.
13. Карпенко З. С. Ціннісні виміри індивідуальної свідомості. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. 1996. № 4(2). Івано-Франківськ : Вид-во «Плай» Прикарпат. ун-т, 1996. С. 42–48.
14. Каткова Т. А., Кривицька І. С. Дослідження психологічних особливостей поведінки підлітків у конфліктній ситуації. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка.* 2014. № 1(121). С. 154–156.
15. Кондрацька Л. А. Сімейні конфлікти як фактор емоційного вигорання у підлітків : автореф. дис. … канд. психол. наук : 19.00.07 / Харківський національний педагогічний ун-т ім. Г. С. Сковороди. Київ, 2009. 19 с. URL: http://repository.khpa.edu.ua:8080/jspui/bitstream/123456789/391/1/Kondr_aref.pdf (дата звернення: 28.09.2020).
16. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / за ред. Л. М. Проколієнко. Київ : Рад. школа, 1989. 608 с.
17. Коць М. О., Онопченко І. В. Психологічні особливості делінквентної поведінки підлітків. *Наук. вісн. Херсон. держ. ун-ту.* Сер. : Психологічні науки. 2016. Вип. 2(2). С. 52–57.
18. Котлова Л. О. Особливості прояву конфліктних форм поведінки підлітків з

вираженими акцентуаціями рис характеру. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університет.* 2012. № 7. С. 162–166.

19. Котляр Л. І., Дмитрієва Т. І. Проблема міжособистісних конфліктів у підлітковому віці. *Студентський науковий вісник*. 2023. № 3(1). С. 275.
20. Литвинчук Н. А., Смолінчук Л. В., Дараган А. Л. Вплив психологічних чинників на конфліктну поведінку у підлітків. *Вісник Національного авіаційного університету*. 2022. № 1(20). С. 87–100.
21. Лях Т. Л., Журавель Т. В., Снітко М. А. «Будуємо майбутнє разом» : програма профілактики конфліктів та правопорушень серед учнівської молоді. Київ : ТОВ «ОБНОВА КОМПАНІ», 2016. 298 с.
22. Мащенко В. Моніторинг індивідуального розвитку особистості підлітка. *Психолог*. 2003. № 28. С. 11–15.
23. Муллер Д. Є. Заняття спортом як засіб психологічної корекції девіантної поведінки підлітків : кваліфікац. робота магістра спец. 053 «Психологія». Запоріжжя : ЗНУ, 2021. 76 с.
24. Нежута А. В., Джаббарова Л. В. Теоретичний аналіз проблеми прояву конфліктної поведінки в підлітків. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права.* 2021. № 3. С. 54-58. URL: https://chasopys-ppp.dp.ua/index.php/chasopys/article/view/79/75 (дата звернення: 15.03.2016).
25. Няньчур М. В. Конфлікт як проблема сьогодення. *Студентський науковий вісник.* 2002. № 5. С. 249.
26. Скрипченко О. В., Волинська З. В., Огороднійчук З. В. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. Київ : Просвіта, 2001. 416 с.
27. Федосеєв С. Є. Особливості динаміки домінуючої стратегії психологічного захисту підлітків у шкільних конфліктах при міжособистісній взаємодії. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти.* 2010. № 1. С. 168–175.
28. Чайковська О. М. Психологічні особливості конфліктності особистості у підлітковому віці. *Проблеми сучасної педагогічної освіти. Педагогіка і психологія.* 2013. № 38(1). С. 251–257.

29. Чайковська О. М. Складові системи чинників девіантної поведінки підлітків. *Проблеми сучасної психології :* зб. наук. праць Кам'янець-Поділ. нац. ун-ту ім. І. Огієнка, Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. 2015. Вип. 28. С. 627–637.

30. Яновська Т. А. Психологічні особливості міжособистісних конфліктів підлітків із батьками. *Багатовимірність особистості: теорія, психодіагностика, корекція :* зб. наук. праць за матеріалами Всеукр. наук.-практ. семінару з міжнар. участю (м. Полтава, 23 берез. 2017 р.). Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2017. С. 320–323. URL: http://surl.li/txvjb (дата звернення: 12.06.2010).

ДОДАТКИ

Додаток А

Тест «Оцінка рівня конфліктності особистості»

Інструкція для учасників опитування.

Приготуйте, будь ласка, бланк для методики (перелік цифр від 1 до 14). На кожне із запропонованих 14 запитань наведені три варіанти відповідей: А, Б, В. Оберіть, будь ласка, ту відповідь, яка Вас влаштовує і запишіть букву, що її позначає, біля номера відповідного запитання у бланку до методики.

Текст опитувальника

1. Чи притаманне Вам прагнення до домінування, тобто до того, щоб підкорити своїй волі інших?

А Ні.

Б Іноді.

В Так.

2. Чи є у Вашому колективі люди, які Вас побоюються, а можливо, ненавидять?

А Так.

Б Важко відповісти.

В Ні.

3. Хто Ви в більшій мірі?

А Миротворець.

Б Принциповий.

В Енергійний, діловий.

4. Як часто Вам доводиться виступати з критичними судженнями?

А Часто.

Б Періодично.

В Рідко.

5. Якби Вам випала нагода очолити колектив, щоб для Вас стало пріоритетом?

А Розробив би програму розвитку колективу на рік і переконав би колектив у доцільності її впровадження.

Б Вивчив би, хто є хто, й встановив би контакт з лідерами.

В Частіше б радився з колективом.

6. У випадку невдач який стан для Вас найбільш характерний?

А Песимізм.

Б Поганий настрій.

В Образа на самого себе.

7. Чи притаманне Вам прагнення відстоювати й дотримуватися традицій Вашого колективу?

А Так.

Б Швидше, що так.

В Ні.

8. Чи належите Ви до категорії людей, які готові почути гірку правду про себе, сказану в вічі?

А Так.

Б Швидше, що так.

В Ні.

9. Які якості Ви намагаєтеся викорінити в собі?

А Дратівливість.

Б Образливість.

В Нетерпимість до критики на свою адресу.

10. Хто Ви з професійної точки зору?

А Незалежний.

Б Лідер.

В Генератор ідей.

11. На думку Ваших друзів Ви людина?

А Екстравагантна.

Б Оптиміст.

В Наполеглива.

12. З чим Вам найчастіше доводиться боротися?

А З несправедливістю.

Б Бюрократизмом.

В Егоїзмом.

13. Що для Вас найбільше притаманне?

А Недооцінка власних здібностей.

Б Об’єктивна оцінка власних здібностей.

В Переоцінка власних здібностей.

14. Що найчастіше за все стає причиною для конфліктів з людьми?

А Надмірна ініціативність.

Б Надмірна критичність.

В Надмірна прямолінійність.

Обробка та інтерпретація результатів опитування.

У бланку для відповідей (ключ-таблиця) наведена кількість балів за кожен варіант відповіді. Обведіть, будь ласка, кружечком відповідні бали біля Ваших відповідей і підсумуйте загальний результат. Зробіть висновок про Ваш рівень конфліктності за даною методикою та надайте його інтерпретацію.

Номер запитання	**Оціночний бал за варіант відповіді**		
1.	А1	Б2	В3
2.	А3	Б2	В1
3.	А1	Б3	В2
4.	А3	Б2	В1

5.	А3	Б2	В1
6.	А2	Б3	В1
7.	А3	Б2	В1
8.	А3	Б2	В1
9.	А2	Б1	В3
10.	А3	Б1	В2
11.	А2	Б1	В3
12.	А3	Б2	В1
13.	А2	Б1	В3
14.	А1	Б2	В3

При аналізі результатів тестування варто враховувати, що загальний підсумковий показник може знаходитися в діапазоні від 14 до 42. При цьому чим вищий підсумковий показник, тим вищим є рівень конфліктності особистості, для якого характерно наявність характеру, що обумовлює продукування конфліктів, використання конфліктогенів спілкування й, безумовно, підвищення конфліктогенності стосунків у колективі.

При інтерпретації показників можна використати наступні орієнтовні оцінки конфліктності:

14-20 балів – низький рівень конфліктності; 21-24 бали – рівень конфліктності нижчий за середній; 25-29 бали – середній рівень конфліктності;

30-34 бали – рівень конфліктності вищий за середній; 35-42 бали – високий рівень конфліктності.

Характеристика рівнів конфліктності особистості 14-20 балів. Ви тактовні й миротворчі, вміло уникаєте суперечок, конфліктів та критичних ситуацій. Вислів: «Платон мені друг, та істина дорожча» ніколи не був Вашим девізом,

саме тому Вас іноді називають конформістом. Про людей як відсутніх, так і присутніх Ви говорите по-доброму, схильні їх захищати, аніж звинувачувати. Негативні емоції швидко зникають і Ви спокійно, без образи встановлюєте контакт з людиною, яка Вас образила. Знайдіть у собі сміливість і, якщо вимагатимуть обставини, принципово висловіть свою думку.

21-34 бали. Ви людина конфліктна. Але насправді конфліктуєте лише в тому випадку, якщо немає іншого виходу, а інші засоби вичерпані. Ви досить гнучка людина у взаємовідносинах, але важко змінюєте думку про людину. Перш ніж перейти до дружніх стосунків, Ви деякий час вивчаєте людину, тому Ви схильні змінювати думку про людину в кращий бік, аніж в гірший. Ви відкриті до компромісних рішень, Ви твердо відстоюєте свою думку, не думаючи про те, яким чином це позначиться на Вашій професійній кар'єрі або приятельських стосунках. Та це не дозволяє Вам виходити за межі коректності й принижуватись. Навпаки, це викликає повагу до Вас з боку оточення, через це конфліктні стосунки для Вас є швидше тактикою, чим образом життя.

35-42 бали. Суперечки та конфлікти – це повітря, без якого Ви не можете існувати. Ви завжди готові до боротьби, живете в очікуванні конфлікту й тим самим провокуєте його. Вам відомі прийоми «супротивників», вмієте управляти оточуючими, досягати власної мети за допомогою психології людей і погано орієнтуєтеся в знаннях їх особливостей, не приймаєте до уваги внутрішній світ людини, коли вступаєте з нею в ділові стосунки. Полюбляєте критикувати інших, для особистої вигоди. Якщо чуєте зауваження на Вашу адресу, можете «з'їсти живцем» людину, котра Вас критикує. Ваша критика – заради критики, а не для користі справи. Дуже важко тим, хто поряд із Вами на роботі чи вдома. Ваша нестриманість, грубість, нетактовність відштовхує людей. Чи не через це у Вас немає друзів? Спробуйте змінити Ваш складний характер.

Додаток Б

Тест за методикою К. Томаса
«Визначення стилю поведінки в конфліктній ситуації»

В опитувальнику наведено 5 можливих варіантів поведінки в конфліктній ситуації, які згруповані у 30 пар. З кожної пари оберіть те судження, яке Ви вважаєте найхарактернішим для своєї поведінки.

1.

а) Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за вирішення спірного питання.

б) Краще ніж обговорювати, в чому ми розходимося, я намагаюся звернути увагу на те, з чим ми згодні.

2.

а) Я намагаюся знайти компромісне рішення.

б) Я намагаюся залагодити справу з урахуванням усіх інтересів іншого та моїх власних.

3.

а) Зазвичай я наполегливо прагну домогтися свого.

б) Я намагаюся заспокоїти іншого та зберегти наші стосунки.

4.

а) Я намагаюся знайти компромісне рішення.

б) Іноді я жертвую своїми власними інтересами заради інтересів іншої людини.

5.

а) Улагоджуючи спірну ситуацію, я постійно намагаюся знайти підтримку в іншого.

б) Я намагаюся зробити все, щоб уникнути марної напруженості.

6.

а) Я намагаюся уникнути неприємностей для себе.

б) Я намагаюся досягти свого.

7.

а) Я намагаюся відкласти вирішення спірного питання, щоб згодом вирішити його остаточно.

б) Я вважаю за можливе в чомусь поступитися, щоб досягти бажаного.

8.

а) Зазвичай я наполегливо прагну домогтися свого.

б) Я насамперед намагаюся ясно визначити те, в чому полягають спільні інтереси.

9.

а) Думаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.

б) Я докладаю зусиль, щоб досягти свого.

10.

а) Я твердо прагну досягти свого.

б) Я намагаюся знайти компромісне рішення.

11.

а) Насамперед я намагаюся ясно визначити, у чому полягають спірні питання.

б) Я намагаюся заспокоїти іншого і, головним чином, зберегти наші стосунки.

12.

а) Найчастіше я уникаю займати позицію, яка може спричинити суперечки.

б) Я даю можливість іншим залишитись при своїй думці, якщо вони теж йдуть мені назустріч.

13.

а) Я пропоную компромісний варіант.

б) Я наполягаю, щоб було зроблено по-моєму.

14.

а) Я повідомляю іншого про свою точку зору і питаю про його думку.

б) Я намагаюся показати іншому логіку та переваги моїх поглядів.

15.

а) Я намагаюся заспокоїти іншого і, головним чином, зберегти наші стосунки.

б) Я намагаюся зробити так, щоб уникнути напруженості.

16.

а) Я намагаюся не зачепити почуттів іншого.

б) Я намагаюся переконати іншого у перевагах моєї позиції.

17.

а) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого.

б) Я намагаюся зробити все, щоб уникнути марної напруженості.

18.

а) Якщо це зробить іншого щасливим, дам йому можливість наполягти на своєму.

б) Я даю можливість іншому в чомусь залишитись при своїй думці, якщо він також йде мені назустріч.

19.

а) Насамперед я намагаюся ясно визначити те, в чому полягають усі порушені питання та інтереси.

б) Я намагаюся відкласти вирішення спірного питання для того, щоб згодом вирішити його остаточно..

20.

а) Я намагаюся негайно подолати наші розбіжності.

б) Я намагаюся знайти найкраще поєднання вигод та втрат для обох сторін.

21.

а) Ведучи переговори, я намагаюся бути уважним до бажань іншого.

б) Я завжди схиляюся до прямого обговорення проблем та їх спільного

вирішення.

22.

а) Я намагаюся знайти позицію, яка знаходиться посередині між моєю позицією та точкою зору іншої людини.

б) Я відстоюю свої бажання.

23.

а) Я майже завжди стурбований тим, щоб задовольнити бажання оточуючих.

б) Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за вирішення спірного питання.

24.

а) Якщо позиція іншого здається мені дуже важливою, я намагатимусь піти назустріч його бажанням.

б) Я намагаюся переконати іншого прийти до компромісу.

25.

а) Я намагаюся показати іншому логіку та переваги моїх поглядів.

б) Ведучи переговори, я намагаюся бути уважним до бажань іншого.

26.

а) Я пропоную компромісну позицію.

б) Я майже завжди стурбований тим, щоб задовольнити бажання оточуючих.

27.

а) Найчастіше я уникаю займати позицію, яка може спричинити суперечки.

б) Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму.

28.

а) Зазвичай я наполегливо прагну домогтися свого.

б) Улагоджуючи ситуацію, я зазвичай намагаюся знайти підтримку в іншого.

29.

а) Я пропоную компромісну позицію.

б) Думаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.

30.

а) Я намагаюся не зачепити почуттів іншого.

б) Я завжди займаю таку позицію у спірному питанні, щоб ми спільно з іншою людиною могли досягти успіху.

Опрацювання результатів

Кількість балів, яку Ви набрали за кожною шкалою, визначає тенденції дотримання відповідної поведінки в конфліктних ситуаціях. Бали підраховуються за наведеним далі ключем.

№ з/п	Суперництво	Співпраця	Компроміс	Уникнення	Пристосування
1				а	б
2		б	а		
3	а				б
4			а		б
5		а		б	
6	б			а	
7			б	а	
8	а	б			
9	б			а	
10	а		б		
11		а			б
12			б	а	
13	б		а		
14	б	а			
15				б	а
16	б				а
17	а			б	
18			б		а
19		а		б	
20		а	б		
21		б			а
22	б		а		
23		а		б	
24			б		а
25	а				б
26		б	а		
27				а	б
28	а	б			
29			а	б	
30		б			а

Інтерпретація результатів

- Стиль поведінки, що має найбільше кількісне значення, вважається домінуючим. Можливі випадки, коли людина у конфліктних ситуаціях використовує різні стилі поведінки, що є найкориснішими.

- Стиль суперництва (конкуренції). Прагнення досягти задоволення власних інтересів, незважаючи на інтереси інших. Активність дій та вольових зусиль. Орієнтація на власні ідеали та здібності. Авторитарність, яка спрацьовує в ситуаціях, коли потрібно швидко ухвалити рішення; якщо людина, яка приймає рішення – досвідчений керівник; якщо ситуація є критичною або інші люди розгубилися, комусь потрібно зрештою прийняти рішення.

- Стиль співпраці. Активна участь у розв'язанні конфлікту з відстоюванням як своїх інтересів, так і інтересів партнерів. Спільне обговорення проблем та потреб сторін спрацьовує в ситуаціях, де рішення є важливим для обох сторін; якщо стосунки з партнерами довготривалі й корисні; якщо є час і можливість попрацювати над подальшим розв'язанням складної ситуації; якщо бажання обох сторін збігаються; якщо між партнерами є статусна рівновага.

- Стиль компромісу. Здатність поступитися своїми інтересами з обох сторін, що беруть участь у конфлікті. Прагнення прийняти рішення, що задовольняє обидві сторони, спрацьовує в ситуаціях, якщо ці сторони мають однакову владу, але протилежні інтереси; якщо необхідно виграти час і Вас задовольняє часткове рішення; якщо рішення потрібно прийняти швидко, тому що це найбільш економний і ефективний шлях; інші підходи до розв'язання проблеми видаються неефективними; є бажання зберегти стосунки з протилежною стороною.

- Стиль уникнення. Відсутність прагнення до кооперації. Пасивність у відстоюванні своїх прав через неважливість для Вас розв'язання проблеми або у безвиході. Перенесення відповідальності за розв'язання проблеми на інших спрацьовує в ситуаціях, коли напруженість конфлікту досить висока і необхідно її послабити; якщо рішення настільки незначні, що не слід витрачати сили на їхню зміну; якщо потрібно виграти час на збирання доказів і підтримку іншого рішення; якщо виникає відчуття, що інші мають більше шансів на розв'язання проблеми.

- Стиль пристосування. Здатність діяти спільно з партнером заради його інтересів. Прагнення до гармонії у стосунках, комфортності обох сторін спрацьовує в ситуаціях, коли необхідно зберегти мирні стосунки з партнерами; якщо наслідок конфлікту важливіший для партнерів, ніж для Вас; якщо у Вас замало влади або шансів на перемогу; якщо важливішими є інтереси партнера, а не власні; якщо Ви вважаєте, що для партнера таке рішення буде певним уроком, навіть якщо воно неправильне.

Додаток В

Програма тренінгу на тему: «Формування навичок конструктивної поведінки в конфліктних ситуаціях» (10 днів)

Цільова аудиторія: підлітки (13–17 років).

Мета: сформувати в учасників розуміння конфлікту як явища, розвинути навички конструктивного спілкування, саморегуляції, командної взаємодії, а також здатність до аналізу та вирішення конфліктів.

День 1: «Що таке конфлікт? »

Мета: ознайомити учасників із поняттям конфлікту, його причинами та типами.

Тривалість: 90 хвилин

Хід заняття:

Вступне коло знайомства (10 хв): учасники називають своє ім’я і очікування від тренінгу.

Міні-лекція «Поняття конфлікту» (15 хв): визначення, причини виникнення, типи конфліктів (внутрішні, міжособистісні, групові).

Вправа «Ланцюжок конфлікту» (20 хв): в групах з 4 осіб учасники складають послідовність розвитку конфлікту, починаючи з першопричини і до наслідків.

Групова дискусія «Що таке конфлікт? » (30 хв): аналіз реальних ситуацій з життя підлітків, обговорення ставлення до конфліктів.

Підсумок та рефлексія (15 хв): кожен учасник на стікері записує 1 нове знання.

Форми і методи: лекція, дискусія, групова робота, кейс-аналіз.

День 2: «Ефективне спілкування»

Мета: формування навичок активного слухання та ефективної комунікації.

Тривалість: 90 хвилин

Хід заняття:

Міні-лекція про спілкування (10 хв): вербальні і невербальні компоненти комунікації.

Вправа «Зрозумій мене» (25 хв): робота в парах – одна особа мовчки виражає емоцію, інша – намагається зрозуміти.

Тренінг «Слухаємо без оцінки» (30 хв): в парах учасники діляться історією, партнер має слухати без коментарів і зворотного зв’язку.

Обговорення в групі (15 хв): труднощі активного слухання, роль поваги.

Підсумок заняття (10 хв).

Форми і методи: рольові ігри, парами, міні-лекція.

День 3: «Емоції у конфлікті»

Мета: навчити учасників розпізнавати та регулювати свої емоції в складних ситуаціях.

Тривалість: 90 хвилин

Хід заняття:

Міні-лекція «Емоційна компетентність» (10 хв): що таке емоції, навіщо вони потрібні.

Вправа «Мій емоційний компас» (25 хв): кожен позначає на шаблоні базові емоції, які часто відчуває в конфлікті.

Дихальні техніки «Спокій у конфлікті» (20 хв): навчання 2 технік (глибоке дихання, 4-7-8 дихання).

Малювання емоції (15 хв): за допомогою кольорів зобразити конфліктну емоцію.

Обговорення та рефлексія (20 хв).

Форми і методи: індивідуальна робота, арт-техніки, дихальні практики.

День 4: «Ненасильницьке спілкування»

Мета: навчити учасників використовувати "Я-повідомлення" і уникати агресії в мові.

Тривалість: 90 хвилин

Хід заняття:

Міні-лекція «Я-повідомлення» (10 хв): структура повідомлення.

Вправа «Я – це про мене» (20 хв): учасники переформульовують типові фрази в «Я-повідомлення».

Рольова гра «Як сказати без агресії» (30 хв): в парах – ситуації на вибір (сварка з другом, непорозуміння з вчителем тощо).

Групова дискусія (20 хв): переваги ненасильницького спілкування.

Підсумок заняття (10 хв).

Форми і методи: тренінгові вправи, рольова гра, дискусія.

День 5: «Рольові очікування і конфлікти»

Мета: допомогти учасникам усвідомити, як соціальні ролі та очікування можуть впливати на конфлікти.

Тривалість: 90 хвилин

Хід заняття:

Міні-лекція «Соціальні ролі та очікування» (10 хв): приклади ролей у сім'ї, школі, серед однолітків.

Вправа «Рольовий калейдоскоп» (20 хв): кожен учасник пише свої ролі та пов'язані очікування.

Групова робота «Конфлікт через ролі» (30 хв): обговорення ситуацій, коли ролі стали джерелом конфлікту.

Рольова гра (20 хв): розігрування ситуацій із протилежними очікуваннями (наприклад, «відповідальний учень» vs «лідер класу»).

Підсумок та рефлексія (10 хв).

Форми і методи: рефлексивні техніки, рольова гра, робота в малих групах.

День 6: «Стратегії поведінки в конфлікті»

Мета: ознайомити з моделями поведінки в конфлікті та розвинути здатність обирати конструктивну стратегію.

Тривалість: 90 хвилин

Хід заняття:

Міні-лекція «Стилі поведінки у конфлікті» (15 хв): конкуренція,

уникання, співпраця, компроміс, пристосування.

Вправа «Який мій стиль? » (20 хв): заповнення короткого опитувальника з подальшим обговоренням результатів.

Групова робота «Що було б, якби... » (30 хв): в групах обирається один стиль, і прогнозуються його наслідки в заданій ситуації.

Дискусія (15 хв): коли доречно використовувати кожен стиль.

Підсумок заняття (10 хв).

Форми і методи: самодіагностика, аналіз ситуацій, дискусія.

День 7: «Конфлікт у команді»

Мета: розвинути навички конструктивної взаємодії в групі під час конфліктів.

Тривалість: 90 хвилин

Хід заняття:

Міні-лекція «Конфлікти в команді» (10 хв): причини, особливості, приклади.

Вправа «Корабель тоне» (30 хв): груповий кейс із розподілом обов’язків і прийняттям складного рішення.

Обговорення ролей і конфлікту (20 хв): як команда приймала рішення, чи були конфлікти, як їх вирішували.

Тренінг «Комунікація в команді» (20 хв): вправи на узгодження, співпрацю та зворотний зв’язок.

Підсумок (10 хв).

Форми і методи: командні ігри, кейс-методи, обговорення.

День 8: «Медіація – шлях до згоди»

Мета: ознайомити з технікою медіації як способом мирного врегулювання конфліктів.

Тривалість: 90 хвилин

Хід заняття:

Міні-лекція «Що таке медіація? » (10 хв): роль медіатора, етапи процесу.

Вправа «Трикутник конфлікту» (15 хв): учасники розігрують ситуацію

між двома сторонами й медіатором.

Моделювання медіації (30 хв): тренер демонструє приклад, потім учасники працюють у трійках.

Обговорення досвіду (20 хв): складнощі, що вдалось.

Підсумок заняття (15 хв).

Форми і методи: рольова гра, тренінг, моделювання ситуацій.

День 9: «Я і конфлікт: особисті ресурси»

Мета: допомогти учасникам усвідомити свої сильні сторони, що допомагають у вирішенні конфліктів.

Тривалість: 90 хвилин

Хід заняття:

Вправа «Мої ресурси» (15 хв): індивідуальна робота – перелік своїх рис, які допомагають долати складнощі.

Арт-вправа «Дерево сили» (30 хв): малювання дерева, де коріння – ресурси, стовбур – дії, крона – результат.

Обмін у парах (15 хв): поділитись про своє «дерево сили».

Вправа «Як я реагую на конфлікт» (20 хв): визначення реакцій, які хочеться змінити або закріпити.

Підсумок (10 хв).

Форми і методи: арт-терапія, рефлексія, коучингові питання.

День 10: «Я можу вирішувати конфлікти»

Мета: закріпити здобуті навички та підсумувати особистий досвід учасників.

Тривалість: 90 хвилин

Хід заняття:

Вправа «Конфлікт-сценарій» (30 хв): учасники в групах розігрують конфліктні ситуації з альтернативним вирішенням.

Обговорення в колі (20 хв): що було легко / складно, як змінилось ставлення до конфліктів.

Створення пам’ятки «Мій план дій у конфлікті» (20 хв): індивідуальна

робота – учасники формулюють алгоритм дій.

Підсумкове коло «Моя зміна» (15 хв): кожен ділиться тим, що дізнався про себе, що забирає із собою.

Форми і методи: практична діяльність, творчі техніки, обговорення.

Додаток Г

Опитувальник діагностики агресивних та ворожих реакцій людини Басса – Даркі

Інструкція. Уважно прочитайте кожне висловлювання. Якщо воно підходить вам, поставте поруч знак «+», якщо не підходить, то «-».

1. Іноді я не можу впоратися з бажанням заподіяти шкоду іншим.

а) так

b) ні

2. Іноді пліткую про людей, яких не люблю.

а) так

b) ні

3. Я легко дратуюсь, але швидко заспокоююсь.

а) так

b) ні

4. Якщо мене не попросять по-доброму, я не виконаю.

а) так

b) ні

5. Я не завжди отримую те, що мені належить.

а) так

b) ні

6. Я знаю, що люди говорять про мене за моєю спиною.

а) так

b) ні

7. Якщо я не схвалюю поведінку друзів, я даю їм це відчути.

а) так

b) ні

8. Коли мені доводилося обманювати когось, я відчував болючі докори совісті.

a) так

b) ні

9. Мені здається, що я не здатний вдарити людину.

a) так

b) ні

10. Я ніколи не дратуюсь настільки, щоб кидатися предметами.

a) так

b) ні

11. Я завжди поблажливий до чужих недоліків.

a) так

b) ні

12. Якщо мені не подобається встановлене правило, мені хочеться порушити його.

a) так

b) ні

13. Інші вміють майже завжди користуватися сприятливими обставинами.

a) так

b) ні

14. Я тримаюся насторожено з людьми, які ставляться до мене більш по-товариські, ніж я очікував.

a) так

b) ні

15. Я часто буваю не згоден з людьми.

a) так

b) ні

16. Іноді мені на думку спадають думки, яких я соромлюся.

a) так

b) ні

17. Якщо хтось першим ударить мене, я не відповім йому.

a) так

b) ні

18. Коли я дратуюсь, я ляскаю дверима.

a) так

b) ні

19. Я набагато дратівливіший, ніж здається.

a) так

b) ні

20. Якщо хтось уявляє себе начальником, я завжди вчиняю йому всупереч.

a) так

b) ні

21. Мене трохи засмучує моя доля.

a) так

b) ні

22. Я думаю, що багато людей не люблять мене.

a) так

b) ні

23. Я не можу втриматися від суперечки, якщо люди не згодні зі мною.

a) так

b) ні

24. Люди, які ухиляються від роботи, повинні відчувати почуття провини.

a) так

b) ні

25. Той, хто ображає мене та мою сім'ю, напрошується на бійку.

a) так

b) ні

26. Я не здатний на грубі жарти.

a) так

b) ні

27. Мене охоплює лють, коли з мене насміхаються.

a) так

b) ні

28. Коли люди вдають із себе начальників, я роблю все, щоб вони не поводилися зрозуміло.

a) так

b) ні

29. Майже щотижня я бачу когось, хто мені не подобається.

a) так

b) ні

30. Досить багато людей заздрять мені.

a) так

b) ні

31. Я вимагаю, щоб люди шанували мене.

a) так

b) ні

32. Мене пригнічує те, що я мало роблю для батьків.

a) так

b) ні

33. Люди, які постійно виводять вас, заслуговують на те, щоб їх «клацнули по носу«.

a) так

b) ні

34. Я ніколи не буваю похмурий від злості.

a) так

b) ні

35. Якщо до мене ставляться гірше, ніж я того заслуговую, я не засмучуюсь.

a) так

b) ні

36. Якщо хтось виводить мене з себе, я не звертаю уваги.

a) так

b) ні

37. Хоча я і не показую цього, іноді я відчуваю заздрість.

a) так

b) ні

38. Іноді мені здається, що з мене сміються.

a) так

b) ні

39. Навіть якщо я злюсь, я не вдаюся до «сильних» виразів.

a) так

b) ні

40. Мені хочеться, щоб мої гріхи були прощені.

a) так

b) ні

41. Я рідко даю здачі, навіть якщо хтось вдарить мене.

a) так

b) ні

42. Коли виходить не по-моєму, я іноді ображаюся.

a) так

b) ні

43. Іноді люди дратують мене однією своєю присутністю.

a) так

b) ні

44. Немає людей, яких би я по-справжньому ненавидів.

a) так

b) ні

45. Мій принцип: «Ніколи не довіряти чужинцям».

a) так

b) ні

46. Якщо хтось дратує мене, я готовий сказати, що я про нього думаю.

a) так

b) ні

47. Я роблю багато такого, про що згодом шкодую.

a) так

b) ні

48. Якщо я розлючусь, я можу вдарити кого-небудь.

a) так

b) ні

49. З дитинства я ніколи не виявляв спалахів гніву.

a) так

b) ні

50. Я часто почуваюся як порохова бочка, готовий вибухнути.

a) так

b) ні

51. Якби всі знали, що я відчуваю, мене вважали б людиною, з якою нелегко працювати.

a) так

b) ні

52. Я завжди думаю про те, які таємні причини змушують людей робити щось приємне для мене.

a) так

b) ні

53. Коли на мене кричать, я починаю кричати у відповідь.

a) так

b) ні

54. Невдачі засмучують мене.

a) так

b) ні

55. Я б’юся не рідше і не частіше ніж інші.

a) так

b) ні

56. Я можу згадати випадки, коли я був настільки злий, що хапав річ, що потрапила мені під руку, і ламав її.

a) так

b) ні

57. Іноді я відчуваю, що готовий першим розпочати бійку.

a) так

b) ні

58. Іноді я відчуваю, що життя чинить зі мною несправедливо.

a) так

b) ні

59. Раніше я думав, що більшість людей говорять правду, але тепер я не вірю в це..

a) так

b) ні

60. Я лаюся тільки зі злості.

a) так

b) ні

61. Коли я роблю неправильно, мене мучить совість.

a) так

b) ні

62. Якщо для захисту своїх прав мені потрібно застосувати фізичну силу, я застосовую її.

a) так

b) ні

63. Іноді я висловлюю свій гнів тим, що стукаю кулаком по столу.

a) так

b) ні

64. Я буваю грубуватий по відношенню до людей, які мені не подобаються.

a) так

b) ні

65. У мене немає ворогів, які хотіли б мені нашкодити.

a) так

b) ні

66. Я не вмію поставити людину на місце, навіть якщо вона на те заслуговує.

a) так

b) ні

67. Я часто думаю, що жив неправильно.

a) так

b) ні

68. Я знаю людей, які здатні довести мене до бійки.

a) так

b) ні

69. Я не засмучуюсь через дрібниці.

a) так

b) ні

70. Мені рідко спадає на думку, що люди намагаються роздратувати або образити мене.

a) так

b) ні

71. Я часто лише погрожую людям, хоч і не збираюся нічого їм робити.

a) так

b) ні

72. Останнім часом я став занудою.

a) так

b) ні

73. У суперечці я часто підвищую голос.

a) так

b) ні

74. Я намагаюся зазвичай приховувати своє погане ставлення до людей.

a) так

b) ні

75. Я краще погоджуся з чимось, ніж буду сперечатися.

a) так

b) ні

Ключ до опитувальника

Фізична агресія: «Так»: 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68. «Ні»: 9, 17, 41. Непряма агресія: «Так»: 2, 18, 34, 42, 56, 63. «Ні»: 10, 26, 49. Роздратування: «Так»: 3,

19, 27, 43, 50, 57, 64, 72. «Ні»: 11, 35, 69. Негативізм: «Так»: 4, 12, 20, 23. «Ні»:

36.

Образа: «Так»: 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58. «Ні»: 44.

Підозрілість: «Так»: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59. «Ні»: 65, 70. Вербальна агресія: «Так»: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73. «Ні»: 39, 66, 74, 75.

Почуття провини.: «Так»: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67.

Індекс ворожості: сума балів за шкалами «образа» і «підозрілість». Індекс агресивності: сума балів за шкалами «фізична агресія», «роздратування» і «вербальна агресія».