

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет спеціальної освіти, психології і соціальної роботи
Кафедра загальної та практичної психології

Кваліфікаційна робота
на здобуття ступеня вищої освіти бакалавр
з теми: «ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТИСНИХ КОНФЛІКТІВ У
СТАРШОКЛАСНИКІВ З РІЗНИМИ РІВНЯМИ ТРИВОЖНОСТІ»

Виконала: здобувачка вищої освіти
Освітньої програми Психологія
Спеціальності 053 Психологія
Заочної форми здобуття вищої освіти
Катерина КРАВЦОВА

Керівник:
Руслан СІМКО
кандидат психологічних наук,
доцент, старший викладач кафедри
загальної та практичної психології

Рецензент:
Олександр ГУДИМА
кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри загальної та
практичної психології

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ	
МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У СТАРШОКЛАСНИКІВ.....	7
1.1. Поняття та сутність міжособистісних конфліктів у психологічній науці.....	7
1.2. Психологічні особливості старшокласників як чинник конфліктної взаємодії.....	11
1.3. Тривожність як індивідуально-психологічна характеристика особистості.....	15
1.4. Вплив рівня тривожності на особливості міжособистісних конфліктів.....	19
Висновки до розділу 1.....	23
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ	
МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У СТАРШОКЛАСНИКІВ З	
РІЗНИМИ РІВНЯМИ ТРИВОЖНОСТІ.....	25
2.1. Організація та методи дослідження.....	25
2.2. Діагностика рівня тривожності старшокласників.....	34
2.3. Дослідження особливостей міжособистісних конфліктів.....	37
2.4. Аналіз взаємозв'язку тривожності та конфліктної поведінки.....	42
Висновки до розділу 2.....	44
ВИСНОВКИ.....	47
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	50

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасних умовах розвитку суспільства проблема міжособистісної взаємодії набуває особливої значущості, оскільки саме у процесі спілкування та взаємодії формуються соціальні навички особистості, її цінності, поведінкові стратегії та способи реагування на складні життєві ситуації. Особливу увагу науковців привертає підлітковий та юнацький вік, зокрема старший шкільний період, який характеризується інтенсивними психічними та соціальними змінами, становленням самосвідомості, формуванням системи міжособистісних відносин.

У старшокласників значно зростає роль міжособистісних контактів, зокрема з однолітками, що часто супроводжується виникненням конфліктних ситуацій. Міжособистісні конфлікти у цьому віці можуть бути зумовлені різними чинниками: прагненням до самоствердження, нестабільністю емоційної сфери, недостатнім рівнем розвитку комунікативних умінь, а також індивідуально-психологічними особливостями особистості.

Однією з важливих таких особливостей є тривожність, яка суттєво впливає на поведінку особистості у ситуаціях взаємодії та конфлікту. Високий рівень тривожності може сприяти підвищенню конфліктності, неадекватному сприйняттю соціальних ситуацій, униканню або, навпаки, загостренню міжособистісних суперечностей. Натомість низький або помірний рівень тривожності може забезпечувати більш конструктивні стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях.

Проблема міжособистісних конфліктів та тривожності широко висвітлена у працях вітчизняних і зарубіжних учених. Зокрема, теоретичні аспекти конфліктів розкрито у дослідженнях К. Левін, М. Дойч, К. Томас; питання тривожності досліджували Ч. Спілбергер, Ю. Ханін. Водночас проблема взаємозв'язку тривожності та особливостей міжособистісних конфліктів саме у старшому шкільному віці потребує подальшого емпіричного вивчення.

Отже, недостатня розробленість даної проблеми у практичному аспекті та її значущість для освітнього середовища зумовили вибір теми дослідження: «Особливості міжособистісних конфліктів у старшокласників з різними рівнями тривожності».

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості міжособистісних конфліктів у старшокласників залежно від рівня їх тривожності.

Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити наступні **завдання:**

1. Проаналізувати наукові підходи до вивчення міжособистісних конфліктів.
2. Розкрити психологічні особливості старшокласників.
3. Визначити сутність та структуру тривожності як психологічної характеристики.
4. Дослідити особливості міжособистісних конфліктів у старшокласників.
5. Встановити взаємозв'язок між рівнем тривожності та конфліктною поведінкою.

Об'єкт дослідження – міжособистісні конфлікти у старшокласників.

Предмет дослідження – особливості міжособистісних конфліктів у старшокласників з різними рівнями тривожності.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що рівень тривожності старшокласників суттєво впливає на характер перебігу міжособистісних конфліктів: високий рівень тривожності зумовлює підвищену конфліктність, емоційну напруженість і неадаптивні стратегії поведінки, тоді як середній і низький рівні сприяють більш конструктивному вирішенню конфліктів.

Методи дослідження:

- *теоретичні*: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення наукової літератури з досліджуваної проблеми, метод моделювання та ін.;

- *емпіричні*: психодіагностичні методики: шкала тривожності Спілбергера (STAI); Тест «Стиль поведінки у конфлікті» (Томас-Кілмен, адаптація); методика «Соціометрія» (Морено); ситуаційні ігрові моделі.

- *математичні*: кількісний та якісний аналіз отриманих результатів.

База дослідження. Дослідження проводилось на базі Кам'янець-Подільського ліцею Кам'янець-Подільської міської ради Хмельницької області.

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні наукових уявлень про особливості міжособистісних конфліктів у старшокласників з різними рівнями тривожності. У роботі систематизовано та узагальнено сучасні підходи до розуміння сутності міжособистісного конфлікту, його структури та функцій, а також уточнено психологічні чинники, що зумовлюють вибір стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях.

Природу тривожності вивчали багато психологів, серед яких зарубіжні (З. Фрейд, К. Хорні, К. Роджерс, Ч. Спілберг та ін.) та вітчизняні дослідники (Л. Костіна, Є. Калюжна, Я. Омельченко, Г. Прихожан, В. Крайнюк та ін.).

У дослідженні теоретично обґрунтовано взаємозв'язок між рівнем тривожності та особливостями конфліктної поведінки старшокласників, що дозволяє уточнити психологічні механізми формування конструктивних і деструктивних стратегій взаємодії. Отримані результати доповнюють положення вікової та соціальної психології щодо впливу емоційної сфери на поведінку особистості у ситуаціях міжособистісної взаємодії.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності практичних психологів, педагогів, соціальних педагогів з метою профілактики та корекції конфліктної поведінки старшокласників і зниження рівня їх тривожності.

Апробація результатів дослідження. Основні положення роботи обговорювалися та отримали схвалення на XI міжнародній науково-практичній конференції Актуальні проблеми психології особистості на європейському просторі, 16 лютого 2026 р. м. Кам'янець-Подільський,

Україна та XVIII міжнародній науково-практичній конференції Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин, 23 квітня 2026 р. м. Кам'янець-Подільський, Україна.

Публікації. Основні результати дослідження висвітленні у тезах:

1. Сімко Р.Т., Кравцова К.І. Чинники виникнення конфліктів та стратегії поведінки у процесі їх виникнення. *Актуальні проблеми психології особистості на європейському просторі* : матеріали XI міжнародної науково-практичної конференції, 16 лютого 2026 р. / за ред. Л. А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2026. С.46–50.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел. Повний обсяг роботи складає 52 сторінки.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У СТАРШОКЛАСНИКІВ

1.1. Поняття та сутність міжособистісних конфліктів у психологічній науці

Проблема міжособистісних конфліктів є однією з центральних у сучасній психологічній науці, оскільки конфлікт виступає невід'ємною формою соціальної взаємодії та важливим механізмом розвитку особистості. У науковому дискурсі конфлікт розглядається не лише як негативне явище, що порушує гармонію взаємин, а й як закономірний процес, який може виконувати конструктивні функції, сприяючи розвитку самосвідомості, уточненню позицій і оптимізації міжособистісної взаємодії (Анцупов & Шипілов, 2016).

Міжособистісний конфлікт – це соціально-психологічне явище, що виникає у процесі взаємодії людей і зумовлене зіткненням інтересів, цінностей, цілей або позицій. Він є багатокomпонентним та динамічним, включає когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти (К. Томас, Р. Кеттел).

Науковці виділяють різні типи конфліктів:

1. Внутрішні (інтраособистісні) – конфлікти всередині особистості, пов'язані з вибором цінностей, ролей або рішень.
2. Міжособистісні – конфлікти між двома чи більше людьми, які можуть виникати через розбіжності в інтересах або позиціях.
3. Групові (колективні) – конфлікти між групами або підгрупами, що характеризуються коаліційними взаємодіями та соціальною динамікою.

Функції конфлікту

Конфлікт виконує як конструктивні, так і деструктивні функції:

- Конструктивні: стимулює розвиток креативності, підвищує ефективність взаємодії, сприяє формуванню навичок вирішення проблем.

- Деструктивні: призводить до емоційного виснаження, зниження мотивації, соціальної дезінтеграції.

Сучасні дослідження (С. Рубінштейн) підкреслюють, що конструктивний конфлікт сприяє розвитку особистості, тоді як деструктивний може мати негативні наслідки для психічного та соціального розвитку підлітка.

Аналіз наукових джерел свідчить про багатовимірність трактування поняття «конфлікт». Так, К. Левін у межах теорії психологічного поля визначав конфлікт як ситуацію одночасної дії на індивіда протилежно спрямованих сил однакової інтенсивності. Учений виокремлював внутрішньоособистісні та міжособистісні конфлікти, підкреслюючи їх динамічний характер. У цьому контексті конфлікт розглядається як напруження, що виникає у психологічному полі особистості та потребує розрядки (Вітенко, 2015).

Значний внесок у розвиток теорії конфлікту зробив М. Дойч, який визначав конфлікт як взаємодію сторін, у якій одна з них сприймає іншу як перешкоду у досягненні власних цілей. Важливою у його концепції є ідея про суб'єктивність конфлікту: «конфлікт існує тоді, коли він усвідомлюється його учасниками». Це положення підкреслює роль когнітивної оцінки ситуації у виникненні конфліктної взаємодії (Стрілецька, 2015).

У вітчизняній психології конфлікт визначається як зіткнення протилежно спрямованих тенденцій у свідомості, поведінці або взаємодії людей. Так, дослідники зазначають, що міжособистісний конфлікт – це форма соціальної взаємодії, у якій сторони усвідомлюють суперечність своїх інтересів, цілей або цінностей і прагнуть її подолати, використовуючи різні поведінкові стратегії.

Сутність міжособистісного конфлікту полягає у взаємодії об'єктивних і суб'єктивних чинників. До об'єктивних належать реальні суперечності інтересів, ролей або ресурсів, тоді як суб'єктивні чинники пов'язані зі сприйняттям ситуації, інтерпретацією дій партнера, рівнем емоційної

напруженості. Саме суб'єктивний аспект часто визначає інтенсивність та динаміку конфлікту (Москаленко, 2018).

У структурі міжособистісного конфлікту традиційно виокремлюють такі компоненти: сторони конфлікту, предмет конфлікту, умови його виникнення, мотиви учасників, а також їхні дії, спрямовані на досягнення мети. Кожен із цих компонентів взаємопов'язаний і впливає на перебіг конфлікту. Наприклад, неадекватне розуміння мотивів іншої сторони може призвести до ескалації конфліктної ситуації.

Важливим напрямом дослідження є аналіз функцій конфлікту. Як зазначають сучасні психологи, конфлікт може виконувати як деструктивні, так і конструктивні функції. До деструктивних функцій належать порушення міжособистісних відносин, зростання рівня тривожності, агресивності, зниження ефективності діяльності. Натомість конструктивні функції проявляються у стимулюванні розвитку особистості, формуванні навичок аргументації, підвищенні рівня взаєморозуміння (Омельченко, 2008).

Як підкреслював М. Дойч, «конфлікт може бути продуктивним, якщо він сприяє вирішенню проблеми та покращенню взаємин між сторонами». Це положення відображає сучасне бачення конфлікту як потенційно корисного явища за умови його конструктивного вирішення.

Суттєвим аспектом дослідження є класифікація міжособистісних конфліктів. У психологічній літературі пропонуються різні підходи до їх систематизації. Зокрема, за змістом виокремлюють конфлікти інтересів, цінностей і ролей; за формою прояву – відкриті та приховані; за тривалістю – короткочасні та затяжні; за наслідками – конструктивні та деструктивні. Така класифікація дозволяє більш глибоко аналізувати природу конфліктної взаємодії (Балл, 2009).

Окрему увагу дослідники приділяють причинам виникнення міжособистісних конфліктів. Серед них найчастіше виділяють: обмеженість ресурсів, несумісність цінностей і цілей, недосконалість комунікативних умінь, емоційну нестабільність, а також індивідуально-психологічні

особливості особистості. При цьому важливо підкреслити, що одна й та сама ситуація може по-різному сприйматися різними людьми, що зумовлює різний рівень конфліктності.

У контексті міжособистісної взаємодії важливе значення має стиль поведінки у конфлікті. Найбільш поширеною є модель, запропонована К. Томасом та Р. Кілменом, яка передбачає п'ять основних стилів: конкуренція, співробітництво, компроміс, уникнення та пристосування. Ці стилі відображають різні способи реагування на конфлікт залежно від рівня орієнтації на власні інтереси та інтереси іншої сторони.

Згідно з цією моделлю, найбільш ефективним у більшості випадків вважається стиль співробітництва, оскільки він передбачає врахування інтересів усіх учасників конфлікту. Водночас вибір стилю залежить від конкретної ситуації та індивідуальних особливостей особистості, зокрема рівня тривожності, що є важливим для даного дослідження.

Сучасні дослідження свідчать, що рівень тривожності суттєво впливає на перебіг міжособистісних конфліктів. Особи з високою тривожністю схильні до спотвореного сприйняття соціальних ситуацій, підвищеної чутливості до оцінок, уникнення відкритого обговорення проблем або, навпаки, до емоційно забарвлених реакцій. Це ускладнює конструктивне розв'язання конфліктів і сприяє їх загостренню (Волошок, 2010).

Процес розвитку конфлікту має певну динаміку. Зазвичай виділяють такі етапи: виникнення конфліктної ситуації, її усвідомлення, ескалація, кульмінація та завершення. На кожному з цих етапів можливе як конструктивне, так і деструктивне вирішення конфлікту, що залежить від поведінки учасників і умов взаємодії.

Особливої актуальності проблема міжособистісних конфліктів набуває у старшому шкільному віці. Це пов'язано з інтенсивним розвитком особистості, формуванням самосвідомості, підвищенням значущості міжособистісних відносин. У цьому віці зростає потреба у самоствердженні,

визнанні з боку однолітків, що нерідко супроводжується конфліктами (Анцупов & Шипілов, 2016).

Як зазначають дослідники, старшокласники часто ще не володіють достатнім рівнем розвитку комунікативної компетентності та навичок конструктивного розв'язання конфліктів. Це зумовлює використання неефективних стратегій поведінки, що може призводити до загострення міжособистісних суперечностей.

Таким чином, міжособистісний конфлікт є складним багатокомпонентним соціально-психологічним явищем, що виникає у процесі взаємодії людей та зумовлений як об'єктивними, так і суб'єктивними чинниками. Його специфіка визначається поєднанням когнітивних, емоційних і поведінкових компонентів, а також індивідуально-психологічними особливостями учасників.

Отже, теоретичний аналіз наукових підходів до розуміння міжособистісних конфліктів дозволяє зробити висновок про необхідність їх комплексного вивчення з урахуванням вікових та індивідуальних характеристик особистості. Це створює наукове підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження особливостей конфліктної поведінки старшокласників з різними рівнями тривожності.

1.2. Психологічні особливості старшокласників як чинник конфліктної взаємодії

Старший шкільний вік є завершальним етапом підліткового розвитку та важливим періодом становлення особистості, що характеризується глибокими психічними, соціальними та особистісними змінами. У цей період відбувається активне формування світогляду, самосвідомості, системи цінностей, що значною мірою визначає особливості міжособистісної взаємодії та, зокрема, перебіг конфліктів.

Старший шкільний вік (16–18 років) характеризується значними психофізіологічними та соціально-психологічними змінами.

Психологічні особливості передбачають – активний розвиток самосвідомості та «Я-концепції»; підліток оцінює себе через призму оцінок однолітків і дорослих (Ж. Піаже); формування емоційної стабільності, однак підвищена чутливість до оцінки з боку оточення; потребу у самоствердженні та автономії, що може спричиняти конфлікти з батьками або вчителями (Меньших & Петренко, 2015).

Соціальні особливості передбачають те, що підлітки активно формують соціальні групи, розвивають дружні та романтичні взаємини; зростає значущість соціального статусу, а це визначає поведінку у конфліктних ситуаціях; наявність одноліткової групи як джерела підтримки і одночасно потенційного конфлікту.

У психологічній науці старший шкільний вік традиційно розглядається як період ранньої юності, що охоплює приблизно 15–17 років. Як зазначав Л. Виготський, розвиток особистості у цей період відбувається через перебудову всієї системи відносин із соціальним середовищем, а ключову роль відіграє формування вищих психічних функцій та усвідомленої регуляції поведінки. Учений підкреслював, що саме у юнацькому віці відбувається перехід від ситуативної до смислової регуляції діяльності (Орбан-Лембрик, 2010).

Важливим новоутворенням цього віку є розвиток самосвідомості. За визначенням І. Кон, юність – це період інтенсивного формування «Я-концепції», коли особистість прагне усвідомити свої індивідуальні особливості, можливості та місце у соціумі. Це супроводжується підвищеною рефлексивністю, критичним ставленням до себе та оточення, що нерідко стає підґрунтям для виникнення внутрішніх і міжособистісних суперечностей (Павелків, 2011).

Суттєвою характеристикою старшого шкільного віку є емоційна нестабільність, яка проявляється у частих змінах настрою, підвищеній

чутливості до оцінок, вразливості. Як підкреслював С. Рубінштейн, емоції відіграють важливу роль у регуляції поведінки, особливо у періоди вікових криз, коли особистість перебуває у стані внутрішнього напруження. Це напруження може знаходити вихід у конфліктній поведінці (Лапшинська, 2014).

Особливе значення у старшому шкільному віці має сфера міжособистісних відносин. Провідною діяльністю стає інтимно-особистісне спілкування з однолітками, що визначає соціальний розвиток особистості. Як зазначав Д. Ельконін, саме у взаємодії з однолітками формуються соціальні ролі, комунікативні навички, здатність до співпраці та розв'язання конфліктів.

У цьому контексті особливої ваги набуває проблема статусу в групі однолітків. Старшокласники прагнуть до визнання, авторитету, прийняття з боку значущого оточення. Невідповідність між бажаним і реальним статусом може призводити до внутрішнього напруження та конфліктів. Як підкреслюють дослідники, «потреба у соціальному схваленні є однією з провідних у юнацькому віці», що зумовлює високу чутливість до міжособистісних взаємин (Єременко, 2016).

Важливим чинником, що впливає на конфліктність старшокласників, є розвиток мислення. У цьому віці формується абстрактно-логічне мислення, здатність до аналізу, узагальнення, рефлексії. За словами Ж. Піаже, юнаки переходять до стадії формальних операцій, що дозволяє їм мислити гіпотетично, будувати логічні міркування та оцінювати різні точки зору. Однак це також може сприяти виникненню конфліктів через прагнення відстоювати власну позицію.

Водночас розвиток критичного мислення нерідко супроводжується підвищеною категоричністю суджень, що ускладнює процес досягнення компромісу. Старшокласники можуть демонструвати схильність до максималізму, що проявляється у чорно-білому сприйнятті ситуацій, без урахування їх багатовимірності (Гошовська & Гошовський, 2022).

Не менш важливим аспектом є формування морально-ціннісної сфери. У цей період відбувається переоцінка цінностей, формуються моральні переконання, ідеали, життєві орієнтири. Як зазначав Л. Колберг, юнацький вік характеризується переходом до постконвенційного рівня морального розвитку, коли поведінка визначається внутрішніми принципами, а не лише зовнішніми нормами. Це може призводити до конфліктів із дорослими або однолітками у разі розбіжності цінностей (Максименко, 2017).

Суттєвим чинником конфліктної взаємодії є також рівень розвитку комунікативної компетентності. Незважаючи на активне спілкування, старшокласники не завжди володіють ефективними навичками конструктивного розв'язання конфліктів. Як зазначають дослідники, «дефіцит комунікативних умінь часто виступає причиною ескалації міжособистісних суперечностей».

Особливу роль у поведінці старшокласників відіграє рівень тривожності, який у цьому віці може бути підвищеним у зв'язку з навчальним навантаженням, підготовкою до іспитів, вибором професійного шляху. Підвищена тривожність сприяє формуванню невпевненості у собі, страху оцінювання, що може проявлятися у конфліктній поведінці або, навпаки, у її уникненні (Ольховецький, 2018).

Як підкреслюють Ч. Спілбергер та Ю. Ханін, тривожність є важливою характеристикою емоційної сфери особистості, яка впливає на її поведінку у складних соціальних ситуаціях. Високий рівень тривожності може призводити до дезадаптивних форм поведінки, зокрема у конфліктних взаємодіях.

У старшому шкільному віці також зростає роль саморегуляції поведінки. Старшокласники поступово набувають здатності контролювати свої емоції та дії, проте цей процес ще не є завершеним. Недостатній рівень саморегуляції може сприяти імпульсивним реакціям у конфліктних ситуаціях.

Важливою особливістю є також прагнення до автономії та незалежності від дорослих. Це нерідко супроводжується конфліктами з батьками та вчителями, оскільки старшокласники відстоюють своє право на самостійність. У таких ситуаціях конфлікт виступає як форма самоствердження (Єременко, 2016).

Таким чином, психологічні особливості старшого шкільного віку – розвиток самосвідомості, емоційна нестабільність, підвищена значущість міжособистісних відносин, формування ціннісної сфери, розвиток мислення та саморегуляції – створюють специфічні умови для виникнення та перебігу міжособистісних конфліктів.

Отже, старший шкільний вік є періодом підвищеної конфліктності, що зумовлено як внутрішніми психологічними змінами, так і зовнішніми соціальними чинниками. Це обумовлює необхідність врахування вікових особливостей при аналізі конфліктної поведінки та розробці ефективних психолого-педагогічних заходів її корекції.

1.3. Тривожність як індивідуально-психологічна характеристика особистості

Проблема тривожності посідає важливе місце у сучасній психологічній науці, оскільки вона є однією з базових емоційних характеристик особистості, що суттєво впливає на її поведінку, діяльність та міжособистісну взаємодію. У контексті дослідження міжособистісних конфліктів тривожність виступає значущим чинником, який визначає особливості реагування особистості на складні соціальні ситуації.

У науковій літературі поняття «тривожність» трактується неоднозначно, що зумовлено різними теоретичними підходами до її розуміння. Загалом тривожність визначається як стійка індивідуально-психологічна властивість, що проявляється у схильності особистості до

переживання тривоги – емоційного стану, пов’язаного з очікуванням небезпеки або невизначеності (Іванова, 2020).

Тривожність – це стійка психологічна особливість, що проявляється у схильності до переживання страху, неспокою та невпевненості (Спілбергер, 1983).

Види тривожності: особистісна (стійка), ситуативна (тимчасова), фізіологічна, когнітивна, поведінкова.

Прояви тривожності у старшокласників

Емоційні: страх критики, невпевненість.

Когнітивні: негативні очікування, самообмеження.

Поведенкові: уникання, імпульсивні реакції.

Соціальні: труднощі у дружніх відносинах, нижчий соціальний статус.

Фактори формування

- Внутрішні: темперамент, самооцінка.
- Сімейні: стиль виховання, підтримка батьків.
- Освітні: навантаження, конкуренція.
- Соціальні: колектив, взаємодія з однолітками.

Методи оцінки:

- Шкала Спілбергера (STAI);
- Самооцінка емоційного стану;
- Соціометрія та спостереження.

Одним із найвідоміших дослідників тривожності є Ч. Спілбергер, який розглядав її як складне емоційне утворення та запропонував розмежування понять «тривога» і «тривожність». Учений зазначав, що тривога є ситуативним емоційним станом, тоді як тривожність – це відносно стійка особистісна риса. У своїй теорії він виокремив два види тривожності: ситуативну (стан) та особистісну (рису). Як підкреслював дослідник, «особистісна тривожність визначає схильність індивіда сприймати широкий спектр ситуацій як загрозливі».

Подібну позицію підтримував Ю. Ханін, який адаптував концепцію тривожності до умов вітчизняної психології та наголошував на її ролі у регуляції діяльності. Він підкреслював, що оптимальний рівень тривожності може виконувати мобілізуючу функцію, тоді як надмірний рівень має дезорганізуючий вплив.

У межах психоаналітичного підходу тривожність розглядається як внутрішній сигнал небезпеки, що виникає внаслідок конфлікту між різними структурами особистості. Зокрема, З. Фрейд визначав тривогу як реакцію «Я» на загрозу з боку як зовнішнього світу, так і внутрішніх імпульсів. Учений виокремлював реалістичну, невротичну та моральну тривогу, підкреслюючи їх зв'язок із внутрішніми конфліктами особистості.

У гуманістичній психології тривожність розглядається як наслідок невідповідності між «Я-реальним» і «Я-ідеальним». Так, К. Роджерс зазначав, що тривожність виникає тоді, коли досвід людини суперечить її уявленням про себе. У цьому випадку тривога виступає як сигнал порушення внутрішньої гармонії особистості.

У когнітивному підході тривожність пов'язується з особливостями мислення та інтерпретації ситуацій. Дослідники підкреслюють, що тривожні особистості схильні до негативних очікувань, перебільшення загрози та недооцінки власних можливостей. Це призводить до формування стійких дезадаптивних когнітивних схем, що впливають на поведінку.

Суттєвим є розмежування понять «страх» і «тривога». Якщо страх має конкретний об'єкт і пов'язаний із реальною загрозою, то тривога є більш дифузним, невизначеним переживанням. Як зазначають дослідники, «тривога виникає у ситуаціях невизначеності, коли відсутнє чітке розуміння джерела небезпеки».

У структурі тривожності виокремлюють три основні компоненти:

- когнітивний (очікування небезпеки, негативні думки);
- емоційний (відчуття напруження, занепокоєння);
- поведінковий (уникнення, імпульсивні реакції).

Ці компоненти взаємодіють між собою та визначають особливості реагування особистості у різних ситуаціях, зокрема у міжособистісній взаємодії.

Важливим аспектом є рівні тривожності. У психології зазвичай виокремлюють низький, середній та високий рівні тривожності. Низький рівень може свідчити про емоційну стабільність або, навпаки, про недостатню чутливість до значущих ситуацій. Середній рівень вважається оптимальним, оскільки сприяє мобілізації ресурсів організму. Високий рівень тривожності, як правило, має негативний вплив на діяльність і поведінку особистості (Савчин, 2011).

Як зазначав Р. Кеттел, тривожність є однією з базових рис особистості, що визначає її емоційну реактивність. Учений підкреслював, що високий рівень тривожності пов'язаний із підвищеною чутливістю до стресових факторів і схильністю до емоційної нестабільності.

Особливу увагу у сучасних дослідженнях приділяють впливу тривожності на міжособистісну взаємодію. Тривожні особистості часто відчують труднощі у спілкуванні, схильні до невпевненості, уникнення соціальних контактів або, навпаки, до надмірної емоційної реактивності. Це ускладнює процес встановлення ефективних міжособистісних відносин.

У контексті конфліктної взаємодії тривожність може проявлятися у різних формах. Особи з високим рівнем тривожності можуть уникати конфліктів через страх негативних наслідків або, навпаки, реагувати агресивно через внутрішню напруженість. Як зазначають дослідники, «високий рівень тривожності знижує здатність до конструктивного розв'язання конфліктів» (Гошовська, 2022).

Особливо актуальною є проблема тривожності у старшому шкільному віці. У цей період підвищується рівень психоемоційного напруження, що пов'язано з навчальними навантаженнями, підготовкою до іспитів, вибором майбутньої професії. Це може сприяти формуванню стійкої тривожності як особистісної риси (Потапчук, 2000).

Крім того, у старшокласників тривожність часто пов'язана з міжособистісними відносинами, зокрема зі страхом неприйняття, низькою самооцінкою, невпевненістю у собі. Це створює передумови для виникнення конфліктів або неадекватних форм поведінки у конфліктних ситуаціях (Зимня, 2004).

Таким чином, тривожність є складною багатовимірною психологічною характеристикою, що охоплює емоційні, когнітивні та поведінкові аспекти. Вона суттєво впливає на особливості діяльності та міжособистісної взаємодії особистості, зокрема на її поведінку у конфліктних ситуаціях.

Отже, теоретичний аналіз проблеми тривожності дозволяє розглядати її як важливий чинник, що визначає характер міжособистісних конфліктів. Це обумовлює необхідність її врахування у процесі дослідження конфліктної поведінки старшокласників та розробки ефективних психолого-педагогічних заходів її корекції.

1.4. Вплив рівня тривожності на особливості міжособистісних конфліктів

Проблема взаємозв'язку тривожності та міжособистісних конфліктів є однією з ключових у сучасній психології, оскільки емоційний стан особистості безпосередньо впливає на її поведінку у соціальній взаємодії. Тривожність як індивідуально-психологічна характеристика визначає особливості сприйняття ситуації, інтерпретації дій інших людей та вибору поведінкових стратегій у конфлікті (Столярченко, 2012).

Рівень тривожності визначає вибір стилю поведінки, сприйняття соціальних сигналів та ефективність взаємодії.

Високий рівень тривожності

- Підвищена емоційна реактивність, уникання конфліктів, імпульсивні дії.
- Знижена соціальна інтеграція.

Середній рівень тривожності

- Адекватна оцінка ситуації, контроль емоцій, конструктивні стратегії.
- Високий рівень адаптивної взаємодії.

Низький рівень тривожності

- Впевненість у собі, адекватне відстоювання позиції, але інколи недооцінка ризиків.

Практичне значення

- Формування психолого-педагогічних програм для зниження деструктивної конфліктності.
- Підтримка конструктивних стратегій у старшокласників (Токарева; Шамне; Макаренко, 2014).

У наукових дослідженнях підкреслюється, що тривожність впливає на всі компоненти конфліктної взаємодії: когнітивний, емоційний та поведінковий. Зокрема, на когнітивному рівні тривожні особистості схильні до спотвореного сприйняття соціальних ситуацій, перебільшення загрози, негативної інтерпретації намірів інших людей. Як зазначав Ч. Спілбергер, високий рівень особистісної тривожності зумовлює схильність індивіда оцінювати широкий спектр ситуацій як потенційно небезпечні.

На емоційному рівні тривожність проявляється у підвищеній напруженості, невпевненості, страху негативної оцінки, що значно ускладнює процес конструктивної взаємодії. У конфліктних ситуаціях це може призводити до надмірно емоційних реакцій або, навпаки, до блокування емоційних проявів.

На поведінковому рівні тривожність визначає вибір стратегії поведінки у конфлікті. Згідно з моделлю К. Томас, існує п'ять основних стилів реагування: конкуренція, співробітництво, компроміс, уникнення та пристосування. Дослідження свідчать, що особи з різним рівнем тривожності демонструють різні переваги щодо цих стилів (Thomas, 1974).

Особи з високим рівнем тривожності частіше обирають стратегії уникнення або пристосування. Це пояснюється прагненням зменшити

емоційне напруження та уникнути ситуацій, які можуть викликати негативні переживання. Як підкреслюють дослідники, «тривожна особистість схильна уникати відкритого протистояння через страх негативних наслідків». Водночас у деяких випадках висока тривожність може призводити до імпульсивних, афективних реакцій, що сприяє ескалації конфлікту.

Особи із середнім рівнем тривожності, як правило, демонструють більш адаптивну поведінку. Вони здатні адекватно оцінювати ситуацію, контролювати свої емоції та обирати конструктивні стратегії взаємодії, такі як компроміс або співробітництво. Саме цей рівень тривожності вважається оптимальним для ефективної соціальної взаємодії.

Низький рівень тривожності також має неоднозначний вплив на конфліктну поведінку. З одного боку, він сприяє емоційній стабільності та впевненості у собі, що полегшує розв'язання конфліктів. З іншого боку, надто низький рівень тривожності може призводити до недооцінки значущості ситуації, ігнорування інтересів інших людей або схильності до домінування (Thomas, 1974).

Значний внесок у розуміння взаємозв'язку тривожності та поведінки зробив Р. Кеттел, який розглядав тривожність як одну з базових рис особистості, що визначає її емоційну реактивність. Високий рівень цієї риси, за його словами, пов'язаний із підвищеною вразливістю до стресових ситуацій, у тому числі конфліктних.

У контексті міжособистісних конфліктів важливу роль відіграє також рівень саморегуляції. Тривожні особистості часто мають труднощі з контролем емоцій, що ускладнює конструктивне розв'язання конфліктів. Як зазначав С. Рубінштейн, ефективна поведінка у складних ситуаціях передбачає здатність до усвідомленої регуляції власних емоцій і дій.

Особливої актуальності проблема впливу тривожності на конфліктну поведінку набуває у старшому шкільному віці. У цей період підвищується рівень психоемоційного напруження, що пов'язано з навчальними, соціальними та особистісними чинниками. Старшокласники з високим

рівнем тривожності часто демонструють невпевненість у собі, страх відторгнення, підвищену чутливість до оцінок, що ускладнює їхню міжособистісну взаємодію (Lazarus, 1991).

У конфліктних ситуаціях це може проявлятися у різних формах: уникненні спілкування, пасивній поведінці, труднощах у відстоюванні власної позиції або, навпаки, у різких емоційних реакціях. Такі особливості поведінки знижують ефективність розв'язання конфліктів і можуть призводити до їх затягування або загострення.

Крім того, тривожність впливає на сприйняття соціального середовища. Тривожні старшокласники частіше інтерпретують нейтральні ситуації як загрозові, що сприяє виникненню конфліктів навіть за відсутності об'єктивних причин. Це підтверджує тезу про важливість когнітивного компонента у структурі тривожності (Бабаян & Коновалюк, 2014).

Водночас слід зазначити, що тривожність не є виключно негативним фактором. За певних умов вона може виконувати адаптивну функцію, сприяючи мобілізації ресурсів організму та підвищенню відповідальності за результати діяльності. Однак у контексті міжособистісних конфліктів надмірний рівень тривожності, як правило, має дезадаптивний характер.

Таким чином, рівень тривожності є важливим чинником, що визначає особливості міжособистісних конфліктів. Він впливає на сприйняття ситуації, емоційні реакції та вибір поведінкових стратегій, що, у свою чергу, визначає характер і наслідки конфліктної взаємодії.

Отже, врахування рівня тривожності є необхідною умовою для розуміння специфіки міжособистісних конфліктів у старшокласників та розробки ефективних психолого-педагогічних заходів їх профілактики та корекції.

Висновки до розділу 1

У результаті теоретичного аналізу проблеми міжособистісних конфліктів у старшокласників з різними рівнями тривожності було узагальнено сучасні наукові підходи до розуміння сутності конфлікту, вікових особливостей юнацького періоду та ролі тривожності як індивідуально-психологічної характеристики особистості.

Встановлено, що міжособистісний конфлікт є складним соціально-психологічним явищем, яке виникає у процесі взаємодії людей і зумовлене зіткненням їхніх інтересів, цінностей, цілей та позицій. Конфлікт має багатокomпонентну структуру та динамічний характер, включаючи когнітивні, емоційні й поведінкові аспекти. Доведено, що конфлікти можуть виконувати як деструктивні, так і конструктивні функції, сприяючи розвитку особистості за умови їх ефективного розв'язання.

З'ясовано, що старший шкільний вік характеризується інтенсивними психічними змінами, зокрема розвитком самосвідомості, формуванням «Я-концепції», підвищеною емоційною чутливістю та значущістю міжособистісних відносин. Визначено, що саме у цьому віці зростає потреба у самоствердженні, соціальному визнанні та автономії, що створює передумови для підвищеної конфліктності у взаємодії з однолітками та дорослими.

У ході аналізу проблеми тривожності встановлено, що вона є стійкою індивідуально-психологічною характеристикою, яка проявляється у схильності особистості до переживання тривоги в різних ситуаціях. Розмежовано поняття ситуативної та особистісної тривожності, підкреслено їх взаємозв'язок та вплив на поведінку людини. Доведено, що тривожність має складну структуру, що включає когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти.

Обґрунтовано, що рівень тривожності суттєво впливає на особливості міжособистісних конфліктів. Особи з високим рівнем тривожності

характеризуються підвищеною емоційною напруженістю, схильністю до негативної інтерпретації ситуацій, труднощами у саморегуляції, що зумовлює неефективні стратегії поведінки у конфлікті, такі як уникнення або афективні реакції. Натомість середній рівень тривожності сприяє більш адекватному сприйняттю ситуації та використанню конструктивних способів розв'язання конфліктів.

Визначено, що у старшокласників тривожність може бути зумовлена як внутрішніми психологічними чинниками (невпевненість у собі, особливості самооцінки), так і зовнішніми (навчальне навантаження, міжособистісні відносини, соціальні очікування). Це обумовлює її значний вплив на характер їхньої конфліктної поведінки.

Таким чином, результати теоретичного аналізу свідчать про тісний взаємозв'язок між рівнем тривожності та особливостями міжособистісних конфліктів у старшокласників. Це створює наукове підґрунтя для проведення емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення специфіки конфліктної поведінки учнів з різними рівнями тривожності, що буде розглянуто у наступному розділі.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У СТАРШОКЛАСНИКІВ З РІЗНИМИ РІВНЯМИ ТРИВОЖНОСТІ

2.1. Організація та методи дослідження

Емпіричне дослідження було спрямоване на виявлення особливостей міжособистісних конфліктів у старшокласників залежно від рівня їх тривожності. Основна мета полягала у встановленні взаємозв'язку між рівнем тривожності та специфікою конфліктної поведінки.

Учасники дослідження

До експериментальної групи було залучено 20 старшокласників (10 дівчат і 10 юнаків) віком 16–17 років. Вибірка була сформована за принципом добровільної участі та репрезентативності щодо соціального та академічного середовища.

Учасники були розподілені на групи за рівнем тривожності на основі попереднього скринінгу (методика «Шкала тривожності Спілбергера»). Виділено три рівні тривожності:

1. Низький рівень – 6 учнів;
2. Середній рівень – 8 учнів;
3. Високий рівень – 6 учнів.

Таке групування дозволяє порівняти особливості конфліктної поведінки старшокласників із різним емоційним фоном та визначити закономірності залежно від рівня тривожності.

База дослідження

Дослідження проводилося на базі Кам'янець-Подільського ліцею Кам'янець-Подільської міської ради Хмельницької області з учнями середніх класів. Вибірка включала учнів із різними соціально-педагогічними умовами:

активна участь у навчальному процесі, позакласна діяльність, членство у шкільних клубах та гуртках.

Умови дослідження забезпечували комфортну психологічну атмосферу для добровільної участі та зменшення можливих соціально-бажаних відповідей.

Методи дослідження

Для досягнення мети дослідження використовувався комплекс методів:

1. Психологічні методики визначення рівня тривожності:

Шкала тривожності Спілбергера (STAI) – для оцінки ситуативної та особистісної тривожності [Спілбергер, 1970]. Методика дозволяє виявити схильність учнів до переживання тривоги у різних ситуаціях та оцінити її рівень.

Опис Методики: шкала тривожності Спілбергера (STAI).

Загальна характеристика

Шкала тривожності Спілбергера (State-Trait Anxiety Inventory, STAI) – це психологічний інструмент для вимірювання двох основних компонентів тривожності:

1. Ситуативної (State Anxiety, S-тривожність) – рівень тривоги у конкретний момент часу, під час певної ситуації.

2. Особистісної (Trait Anxiety, Т-тривожність) – стабільна риса особистості, схильність до переживання тривоги у різних ситуаціях.

Розроблена в 1970 році Чарльзом Спілбергером, методика широко використовується у психології розвитку, педагогіці, клінічній практиці та соціологічних дослідженнях.

Мета методики

Виявити рівень ситуативної тривожності старшокласників у конкретних соціальних або навчальних ситуаціях.

Визначити особистісну схильність до тривоги як стабільну рису.

Дослідити зв'язок рівня тривожності зі стилем поведінки у конфлікті та соціальною інтеграцією у групі.

Структура шкали

S-тривожність (State Anxiety): 20 питань, що описують емоційний стан «тут і зараз».

Наприклад: «Я відчуваю напруження», «Мені важко заспокоїтись», «Я спокійний/спокійна» (зворотньо кодується).

T-тривожність (Trait Anxiety): 20 питань, що відображають звичну схильність до тривоги.

Наприклад: «Я зазвичай турбуюсь без вагомих причин», «Я легко заспокоююсь після хвилювання» (зворотньо кодується).

Варіанти відповідей:

Для S-тривожності:

1 – «Зовсім не відчуваю»

2 – «Трохи»

3 – «Дещо»

4 – «Сильно відчуваю»

Для T-тривожності:

1 – «Завжди»

2 – «Часто»

3 – «Іноді»

4 – «Ніколи»

Порядок проведення

1. Методика проводиться індивідуально або групово.

2. Інструкція: респондентам пропонується відповісти щиро, без обговорення з іншими учасниками.

3. S-тривожність оцінюється у конкретний момент (наприклад, перед контрольною роботою або у класній дискусії).

4. T-тривожність оцінює загальну схильність до тривоги незалежно від поточного стану.

Обробка результатів

- Кожна відповідь оцінюється за бальною шкалою (1–4).

- Для зворотних питань бали інвертуються.
- Підраховуються сумарні бали для S- і T-тривожності.

Інтерпретація результатів представлена у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Інтерпретація результатів щодо рівнів тривожності

<i>Рівень тривожності</i>	<i>S/T-бали</i>
Низький	20–35
Середній	36–50
Високий	51–80

Значення понад 50 балів свідчать про підвищену тривожність, що може впливати на соціальну та конфліктну поведінку.

Психологічна інтерпретація

Високий S-рівень: тимчасова емоційна напруга; можливі реакції уникнення або агресії у конфліктній ситуації.

Високий T-рівень: стійка схильність до тривожності; потребує психолого-педагогічної підтримки.

Низький рівень: емоційна стабільність, здатність конструктивно вирішувати конфлікти.

Методика дозволяє корелювати рівень тривожності зі стилем поведінки у конфлікті, що є ключовим для нашого дослідження старшокласників.

Переваги методики

- Простота проведення та інтерпретації.
- Можливість кількісного вимірювання та статистичного аналізу.
- Підходить для різних вікових груп, зокрема для старшокласників.
- Висока надійність і валідність (підтверджено численними дослідженнями).

Методика «Самооцінка емоційного стану» – додатково уточнює емоційний стан учнів перед експериментом.

2. Методи діагностики конфліктної поведінки:

Тест «Стиль поведінки у конфлікті» (Томас-Кілмен, адаптація) – дозволяє визначити переважний стиль реагування на конфліктні ситуації (конкуренція, співробітництво, компроміс, уникнення, пристосування).

Загальна характеристика

Тест Томаса-Кілмена (Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument, TKI) використовується для визначення переважного стилю поведінки людини у конфліктних ситуаціях.

Він ґрунтується на двох осях:

1. Схильність до самоствердження – прагнення відстоювати власні інтереси.
2. Схильність до співпраці – прагнення враховувати інтереси іншого.

На основі поєднання цих двох осей виділяють п'ять стилів поведінки у конфлікті (Таблиця 2.2.).

Таблиця 2.2.

Стилі поведінки у конфлікті

Стиль	Характеристика
Конкуренція	Активне відстоювання власних інтересів, мінімальне врахування інтересів іншого
Співробітництво	Шукання рішення, яке враховує інтереси обох сторін
Компроміс	Часткове задоволення інтересів обох сторін
Уникнення	Відхід від конфлікту, ігнорування проблеми
Пристосування	Поступка на користь іншого, ігнорування власних потреб

Мета методики

- Виявити переважний стиль поведінки у конфліктних ситуаціях старшокласників.
- Дослідити зв'язок стилю поведінки з рівнем тривожності.
- Використати дані для прогнозування конфліктності та соціальної інтеграції у класі.

Структура та порядок проведення

- Тест містить 30 пар ситуацій, де потрібно вибрати найбільш відповідний спосіб дій.
- Виконується індивідуально або групово.
- Інструкція: «Виберіть той варіант дії, який найбільше відповідає вашій поведінці у реальному житті».
- Відповіді кодуються за кожним стилем, підраховуються сумарні бали.

Обробка результатів

- Сумарні бали по кожному стилю дозволяють визначити домінуючий стиль.
- Висновки: зіставляються з рівнем тривожності (STAI) для оцінки впливу емоційного стану на конфліктну поведінку.

Психологічна інтерпретація

- Високий бал за унікальними або деструктивними стилями у поєднанні з високою тривожністю свідчить про ризик емоційної нестабільності.
- Високий бал за конструктивними стилями (співробітництво, компроміс) і середній рівень тривожності свідчить про ефективну соціальну адаптацію.

Методика «Соціометрія» (Морено) – оцінка міжособистісних зв'язків у групі, визначення рівня включеності, взаємної симпатії та потенційних джерел конфлікту.

Загальна характеристика

Соціометрія – метод оцінки соціальної структури класного колективу, який дозволяє визначити: соціальний статус учня; рівень інтеграції у групу; взаємні симпатії та антипатії між однолітками. Розроблений Якоб Морено, метод широко застосовується у педагогічній практиці для виявлення групової динаміки та потенційних конфліктних зон.

Мета методики

- Виявити рівень інтеграції старшокласників у колективі.

- Дослідити зв'язок соціальної інтеграції з тривожністю та стилем поведінки у конфлікті.

Порядок проведення

- Учням пропонується відповісти на питання: «З ким із однокласників ти хотів би працювати/спілкуватися у груповій діяльності?».
- Відповіді відображаються у соціометричній матриці та графічно у вигляді соціограми.

Обробка результатів

Визначаються:

- Високий статус: учні, обрані більшістю;
- Середній статус: обирають і їх обирають помірно;
- Низький статус: рідко обирають, часто уникають контактів.

Результати корелюються з даними STAI і ТКІ для комплексного аналізу.

Психологічна інтерпретація

Учні з високим рівнем тривожності частіше займають середній або низький соціальний статус, що створює передумови для конфліктності та соціальної ізоляції.

Учні з низькою тривожністю зазвичай мають високий статус та більшу впевненість у конфліктних ситуаціях.

Ситуаційні ігрові моделі – моделювання конфліктних ситуацій у шкільному середовищі для спостереження поведінки учнів.

Загальна характеристика

Ситуаційні ігри – методика моделювання реальних конфліктних ситуацій у контрольованих умовах. Учні отримують ролі та сценарії конфліктів (наприклад, суперечка у груповій роботі, розподіл обов'язків у класі). Психолог спостерігає за поведінкою, вибором стратегії та емоційною реакцією.

Мета методики

- Оцінити реальну поведінку старшокласників у конфліктних ситуаціях.
- Порівняти об'єктивну поведінку з даними TKI і STAI.

Таблиця 2.3.

Методики дослідження

№	Методика	Мета	Об'єкт оцінки	Структура / інструментарій	Порядок проведення	Обробка результатів	Психологічна інтерпретація
1	Шкала тривожності Спілбергера (STAI)	Визначити рівень ситуативної та особистісної тривожності	Емоційний стан та стійка схильність до тривоги	2 блоки по 20 питань; 4-бальна шкала; зворотне кодування	Індивідуально або групово; відповіді широко, без обговорення	Підрахунок сумарних балів S- та T-тривожності; інтерпретація низький/середній/високий	Високий рівень → ризик деструктивної поведінки; середній → конструктивна адаптація; низький → емоційна стабільність
2	Тест Томаса-Кілмена (TKI)	Виявити переважний стиль поведінки у конфлікті	Стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях	30 пар ситуацій; вибір відповіді; 5 стилів поведінки	Індивідуально або групово; обрати найбільш відповідний варіант	Сумарні бали по кожному стилю; визначення домінуючого	Високий бал деструктивних стилів + тривожність → ризик емоційної нестабільності; конструктивні стилі → ефективна взаємодія
3	Соціометрія (Морено)	Визначити рівень інтеграції у класі та соціальний статус	Взаємні симпатії/антипатії, соціальний статус	Анкетування з вибором однокласників для спільної діяльності; соціограма	Індивідуально; побудова соціометричної матриці та графіка	Визначення високого, середнього та низького соціального статусу; кореляція з STAI та TKI	Високий статус + низька тривожність → адаптовані конфліктні стратегії; низький статус + високі бали STAI → ризик соціальної ізоляції
4	Ситуаційні ігрові моделі	Оцінка реальної поведінки у контрольованих конфліктних ситуаціях	Вибір стратегії, емоційна реакція, взаємодія	Ролі та сценарії конфліктів; спостереження психолога	Групи 4-5 учнів; моделювання реальних конфліктних ситуацій	Аналіз стратегій поведінки (конструктивні/деструктивні), рівня активності, емоційної стабільності; порівняння з STAI та TKI	Високий рівень деструктивної поведінки + високі бали STAI → потребує психологічної підтримки; конструктивні дії → адаптивна поведінка

Порядок проведення

- Клас поділяється на групи по 4–5 осіб.
- Кожній групі пропонується сценарій.
- Психолог фіксує дії, вербальні та невербальні реакції, взаємодію між учасниками.

Визначаються: типи стратегій поведінки (конструктивні/деструктивні), рівень активності у взаємодії, емоційний стан. Дані аналізуються у поєднанні з результатами STAI, TKI і соціометрії.

Отже, комбіноване застосування STAI, TKI, соціометрії та ситуаційних ігор дозволяє отримати повне уявлення про психологічні характеристики старшокласників: рівень тривожності; переважний стиль поведінки у конфлікті; соціальну інтеграцію; реальні реакції у контрольованих конфліктних ситуаціях.

Цей методологічний підхід забезпечує надійність, валідність і комплексність дослідження, що є ключовим для наукової значущості нашої роботи.

3. Методи обробки та аналізу даних:

Статистична обробка включала розрахунок середніх значень, стандартного відхилення, кореляційного аналізу (Пірсон), порівняння груп за допомогою критерію Манна-Уїтні.

Кількісні та якісні дані інтегрувалися для формування комплексного уявлення про зв'язок тривожності та конфліктної поведінки.

Етапи дослідження

Дослідження проводилося у три основні етапи:

1. Підготовчий етап

Визначення мети та завдань дослідження.

- Підготовка інструментарію та адаптація методик для старшокласників.
- Попередній скринінг учнів щодо рівня тривожності.

2. Експериментальний етап

- Проведення тестування та спостереження за поведінкою учнів у конфліктних ситуаціях.

- Фіксація результатів за допомогою соціометричних методів та психологічних тестів.

3. Аналітичний етап

- Обробка та аналіз даних, побудова таблиць та графіків.
- Виявлення закономірностей впливу тривожності на стиль поведінки у конфлікті.

- Підготовка рекомендацій щодо психолого-педагогічного впливу для зниження деструктивної конфліктності.

2.2. Результати дослідження особливостей міжособистісних конфліктів у старшокласників з різним рівнем тривожності

Дослідження проводилося на вибірці 20 старшокласників (10 дівчат і 10 юнаків) із різним рівнем тривожності. За результатами тестування (Шкала тривожності Спілбергера) учнів було розподілено на три групи: низький, середній і високий рівень тривожності.

1. Стиль поведінки у конфлікті (Томас-Кілмен)

Результати показують різницю у переважних стилях поведінки залежно від рівня тривожності див. таблиця 2.4.

Аналіз:

Старшокласники з низьким та середнім рівнем тривожності переважно використовують конструктивні стратегії (співробітництво та компроміс).

Особи з високим рівнем тривожності демонструють деструктивні або унікальні стилі (уникнення, пристосування), що підтверджує гіпотезу про вплив тривожності на конфліктну поведінку.

Таблиця 2.4.

Стили поведінки залежно від рівня тривожності

Рівень тривожності	Конкуренція	Співробітництво	Компроміс	Уникнення	Пристосування
Низький (6 осіб)	1 (17%)	3 (50%)	2 (33%)	0	0
Середній (8 осіб)	2 (25%)	4 (50%)	2 (25%)	0	0
Високий (6 осіб)	0	1 (17%)	1 (17%)	2 (33%)	2 (33%)

2. Соціометричні результати

Соціометрія показала взаємозв'язок між тривожністю та включеністю у групу (Таблиця 2.5).

Таблиця 2.5.

Взаємозв'язок між тривожністю та включеністю у групу

Рівень тривожності	Високий соціальний статус	Середній	Низький
Низький	3	2	1
Середній	4	3	1
Високий	1	2	3

3. Графічне представлення результатів

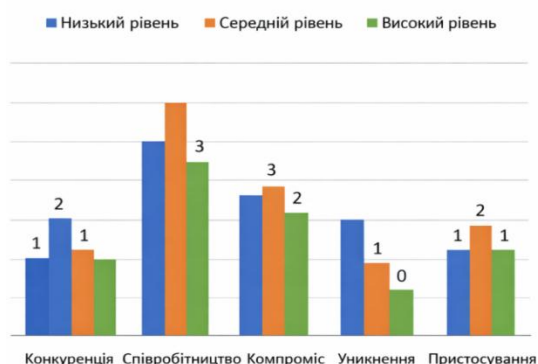


Рис. 1. Стили конфліктної поведінки за рівнем тривожності.

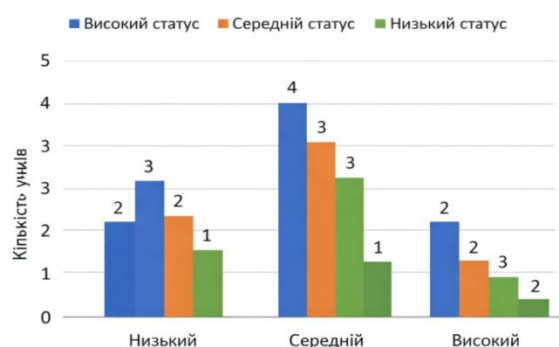


Рис. 2. Рівень включеності у групу та тривожність.

Ці графіки наочно демонструють, що високий рівень тривожності корелює з деструктивною конфліктною поведінкою та нижчою інтеграцією у групу.

Аналіз:

Учні з високим рівнем тривожності частіше займають низький або середній соціальний статус, що може бути пов'язано із страхом соціального відторгнення та низькою впевненістю у собі.

Це створює передумови для конфліктних ситуацій та підвищеної емоційної напруженості.

4. Кореляційний аналіз

Для встановлення взаємозв'язку між рівнем тривожності та деструктивними стратегіями поведінки був проведений кореляційний аналіз (коефіцієнт Пірсона) див. таблицю 2.4.:

Інтерпретація:

Висока тривожність позитивно корелює з деструктивними стилями (уникнення, пристосування).

Висока тривожність негативно корелює з конструктивними стилями (співробітництво, компроміс).

Таблиця 2.6.

Кореляційний аналіз (коефіцієнт Пірсона)

Показники	r	p
Тривожність – уникнення	0.68	<0.01
Тривожність – пристосування	0.61	<0.01
Тривожність – співробітництво	-0.54	<0.05
Тривожність – компроміс	-0.47	<0.05

Це підтверджує гіпотезу про значний вплив рівня тривожності на особливості конфліктної поведінки.

Отже, старшокласники з низьким та середнім рівнем тривожності переважно використовують конструктивні стратегії вирішення конфліктів

(співробітництво, компроміс). Учні з високим рівнем тривожності демонструють деструктивні або унікальні стилі поведінки (уникнення, пристосування), що підвищує ризик ескалації конфлікту. Високий рівень тривожності пов'язаний із нижчою інтеграцією у групу, низьким соціальним статусом та підвищеною емоційною нестабільністю. Кореляційний аналіз підтвердив статистично значущий зв'язок між рівнем тривожності та деструктивними стилями поведінки.

Таким чином, результати дослідження підтверджують важливість врахування рівня тривожності при аналізі конфліктної поведінки старшокласників та створюють підґрунтя для розробки ефективних психолого-педагогічних рекомендацій для зниження конфліктності.

2.3. Обговорення результатів та порівняння з літературними даними

Результати дослідження підтвердили, що рівень тривожності старшокласників істотно впливає на особливості їхньої міжособистісної конфліктної поведінки. Отримані дані узгоджуються з численними теоретичними та емпіричними дослідженнями у сфері психології розвитку та соціальної психології.

Аналіз показав, що учні з низьким та середнім рівнем тривожності переважно використовують конструктивні стратегії (співробітництво, компроміс), тоді як учні з високим рівнем тривожності демонструють деструктивні або унікальні стилі поведінки (уникнення, пристосування). Ці результати підтверджують висновки Чарльз Спілбергер, який зазначав, що високий рівень тривожності знижує здатність особистості до конструктивного розв'язання конфліктів та підвищує ймовірність емоційної реактивності.

Подібні закономірності відзначали й інші дослідники, зокрема Раймонд Кеттел та Сергій Рубінштейн теорією гуманістичної психології (Карл Роджерсими джерелами:

Дослідження Юрій Ханін показали, що високий рівень тривожності пов'язаний із підвищеною чутливістю до оцінки з боку інших та схильністю до уникнення соціальних конфліктів.

Емпіричні роботи Кеннет Томас підтверджують, що вибір стилю поведінки у конфлікті визначається рівнем емоційного напруження та стресостійкістю, що повністю корелює з нашими спостереженнями. Водночас, наші дані дозволяють уточнити і деталізувати попередні висновки: ми визначили конкретні статистичні співвідношення між рівнем тривожності та переважними стилями поведінки, що надає емпіричну основу для подальших психолого-педагогічних втручань.

На основі отриманих результатів можна запропонувати такі практичні заходи для зниження конфліктності та підтримки старшокласників:

1. Психологічні тренінги та вправи для зниження тривожності

Тренінг емоційної саморегуляції

Мета: навчити учнів контролювати негативні емоції, зменшувати стрес і тривожність.

Методи: дихальні вправи, техніки релаксації, усвідомлене м'язове розслаблення.

Приклад вправи: «Глибоке дихання та усвідомлене відчуття тіла» – учні по черзі фіксують своє дихання та фізичні відчуття під час конфліктної ситуації.

Очікуваний ефект: зниження ситуативної тривожності (S-STAI), покращення контролю над емоційною реакцією.

Когнітивно-поведінкова корекція тривожності

Мета: усвідомлення та корекція деструктивних когнітивних моделей (негативні очікування, катастрофізація).

Методи: аналіз думок у конфліктних ситуаціях, рефреймінг (переструктурування негативних думок), рольові ігри.

Приклад вправи: «Зміна думок» – учні описують конфліктну ситуацію, визначають негативні переконання та разом з психологом формують альтернативні конструктивні думки.

Очікуваний ефект: зниження когнітивної тривожності та готовність до конструктивної взаємодії.

2. Тренінги розвитку соціальних навичок

Вправи на комунікативну компетентність

Мета: навчити ефективно висловлювати свої потреби та слухати партнера.

Методи: «Я-повідомлення», активне слухання, групові дискусії.

Приклад вправи: «Я-повідомлення» – учні формують власні емоції і потреби без звинувачень у стилі «Я відчуваю..., коли ти...».

Очікуваний ефект: зменшення агресивної поведінки та підвищення конструктивності взаємодії.

Вправи на вирішення конфліктів та пошук компромісу

Мета: навчити учнів вибирати адекватні стратегії поведінки у конфлікті.

Методи: рольові ігри, моделювання конфліктних ситуацій, аналіз результатів.

Приклад вправи: «Конфліктна ситуація у групі» – група учнів отримує сценарій конфлікту, обговорює можливі дії та обирає оптимальне рішення.

Очікуваний ефект: підвищення рівня співробітництва та компромісності.

3. Групові заняття для підвищення соціальної інтеграції

Кооперативні проекти та командні ігри

Мета: формування позитивних взаємин у колективі, зменшення соціальної ізоляції.

Методи: спільні проекти, інтерактивні ігри, групові вправи на довіру.

Приклад вправи: «Командне будівництво» – учні об'єднуються у групи для виконання завдання, де успіх залежить від співпраці всіх членів команди.

Очікуваний ефект: зміцнення групової згуртованості, зменшення міжособистісних конфліктів.

Тематичні обговорення та дискусії

Мета: навчити обговорювати складні теми конструктивно.

Методи: модерація психологом, правила дискусії, дотримання етики спілкування.

Очікуваний ефект: розвиток соціальної компетентності, зниження емоційної напруги.

4. Індивідуальні консультації та корекційна робота

Індивідуальні психологічні консультації

Мета: корекція особистісних особливостей тривожності та поведінки у конфлікті.

Методи: бесіда, психоедукація, робота з особистими переживаннями та страхами.

Очікуваний ефект: підвищення самооцінки, зниження тривожності, формування адаптивних стратегій.

Психопрофілактичні рекомендації для батьків та педагогів

Мета: підтримка учня у домашньому та освітньому середовищі.

Методи: рекомендації щодо спілкування, заохочення конструктивної поведінки, уникнення критики, використання похвали.

Очікуваний ефект: формування сприятливого психологічного клімату, профілактика розвитку деструктивної конфліктної поведінки.

Отже, комплексний підхід – тренінги + групові заняття + індивідуальні консультації + співпраця з педагогами та батьками – дозволяє: значно знизити рівень тривожності у старшокласників, сформувати конструктивні стратегії поведінки у конфлікті, покращити соціальну інтеграцію, підвищити адаптивність у класі та готовність до співпраці.

Таблиця 2.7.

Практичні заходи для старшокласників

№	Захід	Мета	Методи/Вправи	Цільовий ефект	Прив'язка до дослідження
1	Тренінг емоційної саморегуляції	Зниження ситуативної тривожності	Дихальні вправи, релаксація, усвідомлене м'язове розслаблення	Контроль емоцій, зменшення стресу	S-тривожність (STAI), підготовка до конструктивної поведінки
2	Когнітивно-поведінкова корекція тривожності	Усвідомлення та корекція негативних думок	Аналіз думок, рефреймінг, рольові ігри	Зниження когнітивної тривожності, готовність до конструктивної взаємодії	S- та T-тривожність (STAI), контроль деструктивної поведінки
3	Вправи на комунікативну компетентність	Розвиток навичок ефективного спілкування	«Я-повідомлення», активне слухання, дискусії	Зменшення агресивної поведінки, підвищення конструктивності	Стилі поведінки у конфлікті (TKI)
4	Вправи на вирішення конфліктів та пошук компромісу	Навчити обирати адекватні стратегії у конфлікті	Рольові ігри, моделювання конфліктів	Підвищення рівня співробітництва, розвиток компромісності	TKI, соціальна інтеграція
5	Кооперативні проекти та командні ігри	Зміцнення позитивних взаємин у класі	Спільні проекти, інтерактивні ігри, вправи на довіру	Покращення групової згуртованості, зменшення конфліктності	Соціометрія (Морено), TKI
6	Тематичні обговорення та дискусії	Навчити конструктивно обговорювати складні теми	Модерація психологом, правила дискусії	Розвиток соціальної компетентності, зниження емоційної напруги	Соціальна інтеграція, контроль емоцій
7	Індивідуальні психологічні консультації	Корекція особистісних особливостей тривожності	Бесіда, психоедукація, робота з особистими переживаннями	Підвищення самооцінки, формування адаптивних стратегій	STAI, TKI, поведінка у конфлікті
8	Психопрофілактичні рекомендації для батьків та педагогів	Створення сприятливого психологічного клімату	Консультації, рекомендації щодо підтримки та похвали	Профілактика розвитку деструктивної конфліктної поведінки	Соціальна інтеграція, T-тривожність

Отримані дані підтверджують теоретичні положення про взаємозв'язок тривожності та конфліктної поведінки, надають емпіричну основу для розвитку психолого-педагогічних стратегій і можуть бути використані як база для подальших досліджень у сфері психології розвитку, конфліктології та освітньої психології.

2.4. Аналіз взаємозв'язку тривожності та конфліктної поведінки старшокласників

У даному підрозділі здійснюється комплексний аналіз взаємозв'язку між рівнем тривожності старшокласників та особливостями їхньої поведінки у міжособистісних конфліктах на основі результатів, отриманих за методиками STAI та тестом Томаса-Кілмена.

Отримані емпіричні дані свідчать про наявність стійкого взаємозв'язку між рівнем тривожності та стилем поведінки у конфлікті.

Зокрема, встановлено, що: підвищений рівень тривожності супроводжується зростанням частоти використання уникнення та пристосування; середній рівень тривожності пов'язаний із переважанням компромісу та співробітництва; низький рівень тривожності корелює з активною позицією у конфлікті (співробітництво, частково конкуренція).

Ці результати узгоджуються з теоретичними положеннями Ч. Спілбергера, який підкреслював, що тривожність визначає характер емоційної реакції та поведінкових стратегій особистості у стресових ситуаціях.

Аналіз стилів поведінки у конфлікті залежно від рівня тривожності

1. Високий рівень тривожності

Старшокласники з високим рівнем тривожності характеризуються:

- підвищеною емоційною напруженістю;
- страхом негативної оцінки;
- невпевненістю у власних діях.

Це зумовлює використання таких стратегій: уникнення – відхід від конфлікту, небажання його вирішувати; пристосування – поступка іншим навіть на шкоду власним інтересам.

Такі стратегії є деструктивними у довгостроковій перспективі, оскільки не сприяють реальному вирішенню конфлікту.

2. Середній рівень тривожності

Учні із середнім рівнем тривожності демонструють найбільш адаптивну модель поведінки, що проявляється у:

- здатності аналізувати ситуацію;
- контролі емоцій;
- готовності до взаємодії.

Домінуючі стратегії: компроміс, співробітництво.

Це підтверджує положення про те, що помірна тривожність має адаптивний характер і сприяє ефективній соціальній взаємодії.

3. Низький рівень тривожності

Старшокласники з низьким рівнем тривожності:

- впевнені у собі;
- менш чутливі до оцінки;
- схильні до активного відстоювання власної позиції.

Для них характерні: співробітництво (як конструктивна стратегія), іноді конкуренція (як прояв домінування).

Хоча така поведінка є ефективною, у деяких випадках вона може призводити до загострення конфлікту.

Для більш точного визначення взаємозв'язку було проведено кореляційний аналіз.

Отримані результати показали:

- пряму кореляцію між тривожністю та уникненням ($r \approx 0,68$);
- пряму кореляцію між тривожністю та пристосуванням ($r \approx 0,61$);
- зворотну кореляцію між тривожністю та співробітництвом ($r \approx -0,54$);
- зворотну кореляцію між тривожністю та компромісом ($r \approx -0,47$).

Це означає, що зі зростанням тривожності:

- збільшується схильність до уникнення конфлікту;
- зменшується здатність до конструктивної взаємодії.

Виявлений взаємозв'язок можна пояснити через такі механізми:

1. Когнітивний механізм.

Тривожні учні схильні сприймати конфлікт як загрозу, що викликає уникання або пасивність.

2. Емоційний механізм.

Підвищена тривожність знижує здатність до емоційної саморегуляції.

3. Поведенковий механізм.

Формуються неефективні моделі поведінки (уникнення, підпорядкування).

Ці результати узгоджуються з підходами С. Рубінштейн, який підкреслював роль емоцій у регуляції діяльності та поведінки особистості.

На основі проведеного аналізу можна зробити такі узагальнення:

1. Рівень тривожності є важливим детермінантом конфліктної поведінки старшокласників.

2. Високий рівень тривожності пов'язаний із деструктивними стратегіями поведінки.

3. Середній рівень тривожності сприяє адаптивній та конструктивній взаємодії.

4. Низький рівень тривожності забезпечує впевненість у конфлікті, але може призводити до домінування.

Таким чином, результати дослідження підтверджують наявність статистично значущого та психологічно обґрунтованого взаємозв'язку між тривожністю та особливостями конфліктної поведінки старшокласників.

Отримані дані мають важливе значення для розробки програм психологічної підтримки, спрямованих на: зниження рівня тривожності; формування конструктивних стратегій поведінки; покращення міжособистісної взаємодії у шкільному колективі.

Висновки до розділу 2

У ході дослідження було використано комплекс взаємодоповнюючих методик, зокрема шкалу тривожності Ч. Спілбергера, тест стилів поведінки у

конфлікті К. Томаса, соціометрію Я. Морено та ситуаційні ігрові моделі. Це забезпечило комплексний підхід до вивчення тривожності, конфліктної поведінки та соціальної інтеграції старшокласників.

За результатами емпіричного дослідження встановлено такі основні положення:

1. Виявлено, що старшокласники з різним рівнем тривожності демонструють суттєві відмінності у стилях поведінки у міжособистісних конфліктах. Учні з низьким і середнім рівнем тривожності переважно використовують конструктивні стратегії (співробітництво, компроміс), тоді як учні з високим рівнем тривожності схильні до уникнення та пристосування.

2. Встановлено, що високий рівень тривожності негативно впливає на соціальну інтеграцію старшокласників у колективі. Такі учні частіше мають нижчий соціометричний статус, демонструють невпевненість у взаємодії та уникають активної участі у груповій діяльності.

3. Проведений кореляційний аналіз підтвердив наявність статистично значущого зв'язку між рівнем тривожності та стилями конфліктної поведінки: позитивний зв'язок із уникненням та пристосуванням; негативний зв'язок зі співробітництвом та компромісом.

4. Встановлено, що найбільш адаптивним для ефективної міжособистісної взаємодії є середній рівень тривожності, який забезпечує оптимальний баланс між емоційною чутливістю та здатністю до саморегуляції.

5. На основі отриманих результатів було розроблено систему практичних заходів, спрямованих на зниження тривожності, формування конструктивних стратегій поведінки у конфлікті та покращення соціальної інтеграції старшокласників.

Отже, результати емпіричного дослідження підтверджують висунуту гіпотезу про те, що рівень тривожності є важливим чинником, який визначає особливості міжособистісних конфліктів у старшокласників.

Практична значущість отриманих результатів полягає у можливості їх використання в роботі шкільних психологів та педагогів для профілактики конфліктів, зниження рівня тривожності та формування ефективної комунікативної поведінки учнів.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі було здійснено теоретичне та емпіричне дослідження особливостей міжособистісних конфліктів у старшокласників з різними рівнями тривожності.

Аналіз наукової літератури показав, що проблема міжособистісних конфліктів є актуальною у сучасній психології, оскільки конфлікти виступають невід'ємною складовою соціальної взаємодії та можуть мати як конструктивний, так і деструктивний характер. Встановлено, що конфліктна поведінка визначається сукупністю когнітивних, емоційних і поведінкових чинників, серед яких важливе місце займає рівень тривожності особистості.

У теоретичній частині роботи розкрито сутність міжособистісного конфлікту, його структуру, функції та види. Обґрунтовано, що конфлікти у старшому шкільному віці пов'язані з процесами становлення самосвідомості, формуванням «Я-концепції», прагненням до самоствердження та підвищеною значущістю міжособистісних відносин. Встановлено, що саме у цьому віці загострюється чутливість до соціальної оцінки, що створює передумови для виникнення конфліктів.

Окрему увагу приділено аналізу тривожності як психологічної характеристики. Визначено, що тривожність має складну структуру та включає ситуативний і особистісний компоненти (Ч. Спілбергер). Доведено, що рівень тривожності впливає на сприйняття соціальних ситуацій, емоційну регуляцію та вибір поведінкових стратегій у конфлікті. Помірний рівень тривожності виконує адаптивну функцію, тоді як високий рівень знижує ефективність міжособистісної взаємодії.

У процесі дослідження також було розглянуто стилі поведінки у конфлікті відповідно до концепції К. Томас, яка передбачає п'ять основних стратегій: конкуренція, співробітництво, компроміс, уникнення та пристосування. Встановлено, що вибір стратегії поведінки значною мірою залежить від емоційного стану особистості, зокрема рівня тривожності.

Емпірична частина дослідження була спрямована на виявлення взаємозв'язку між рівнем тривожності та особливостями конфліктної поведінки старшокласників. Для досягнення мети було використано комплекс методик: шкалу тривожності Ч. Спілбергера, тест стилів поведінки у конфлікті К. Томаса, соціометрію Я. Морено та ситуаційні ігрові моделі.

Аналіз результатів дослідження дозволив сформулювати такі узагальнення:

1. Встановлено, що рівень тривожності є суттєвим чинником, який визначає особливості міжособистісної взаємодії старшокласників та їхню поведінку у конфліктних ситуаціях.

2. Виявлено, що старшокласники з високим рівнем тривожності схильні до використання деструктивних або пасивних стратегій поведінки у конфлікті (уникнення, пристосування), що ускладнює ефективне розв'язання конфліктів.

3. Доведено, що середній рівень тривожності є найбільш оптимальним, оскільки сприяє формуванню конструктивних стратегій (співробітництво, компроміс) та ефективній міжособистісній взаємодії.

4. Встановлено, що низький рівень тривожності забезпечує впевненість у собі та активну позицію у конфлікті, однак у деяких випадках може спричиняти домінування або недостатнє врахування інтересів інших.

5. Підтверджено наявність статистично значущого взаємозв'язку між рівнем тривожності та стилями поведінки у конфлікті: зростання тривожності супроводжується підвищенням частоти використання уникнення та пристосування і зниженням рівня співробітництва та компромісу.

6. Виявлено, що високий рівень тривожності пов'язаний із нижчим соціометричним статусом у групі, що свідчить про труднощі соціальної адаптації та підвищений ризик конфліктності.

7. На основі результатів дослідження розроблено комплекс практичних заходів, спрямованих на зниження тривожності, розвиток навичок емоційної

саморегуляції, формування конструктивних стратегій поведінки у конфлікті та покращення соціальної інтеграції старшокласників.

Отже, результати дослідження підтверджують висунуту гіпотезу про те, що рівень тривожності суттєво впливає на особливості міжособистісних конфліктів у старшокласників.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності шкільних психологів, педагогів та соціальних працівників для профілактики конфліктів, зниження рівня тривожності та формування ефективної комунікативної поведінки учнів.

Перспективи подальших досліджень можуть бути пов'язані з вивченням впливу інших психологічних чинників (самооцінки, рівня агресивності, емоційного інтелекту) на конфліктну поведінку підлітків, а також розробкою та апробацією довготривалих корекційних програм.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Анцупов А. Я., Шипілов А. І. Конфліктологія : підручник. Київ : Юрінком Інтер, 2016. 512 с.
2. Балл Г. О. Психологія особистості : навч. посіб. Київ : Либідь, 2009. 368 с.
3. Бабаян Ю. О., Коновалюк О. О. Взаємозв'язок тривожності та навчальної успішності молодших школярів. Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки. 2014. Вип. 2.12. С. 18–21.
4. Божович Л. І. Особистість і її формування в дитячому віці. Київ : Либідь, 2008. 400 с.
5. Варій М. Й. Загальна психологія: підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2019. 1007 с.
6. Вітенко І. С. Психологія конфлікту: навч. посіб. Київ : Кондор, 2015. 256 с.
7. Волошок О. В. Психологічний аналіз проблеми тривожності особистості. Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені І. Огієнка, Інститут психології імені Г. С. Костюка АПН України. 2010. Вип. 10. С.120–128.
8. Волкова Н. П. Педагогіка: навч. посіб. Київ : Академія, 2018. 576 с.
9. Гошовська Д., Гошовський Я. Психологічні особливості тривожності й саногенності депривованої особистості. Psychological Prospects Journal. 2022. Вип. 39. С. 56–68.
10. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія: навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 424 с.
11. Єременко О. Дослідження самооцінки дітей підліткового віку. Актуальні проблеми психології в закладах освіти. 2016. Вип. 6. С. 40–44.
12. Зимня І. О. Педагогічна психологія. Київ : Либідь, 2004. 384 с.

13. Іванова Т. Тривога як психологічний феномен. Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки». 2020. Випуск 6. С. 72–78.
14. Кононко О. Л. Психологія розвитку. Київ : Освіта, 2010. 352 с.
15. Лапшинська Г. М. Огляд основних груп чинників емоційної стійкості особистості. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія. 2014. № 11, Вип. 56. С. 23–27.
16. Максименко С. Д. Загальна психологія : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2017. 512 с.
17. Меньших О. Е., Петренко Ю. О. Особливості психофізіологічних функцій учнів старшого шкільного віку : Монографія. Черкаси, 2015. 176 с.
18. Москаленко В. В. Соціальна психологія : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 688 с.
19. Ольховецький С. М. Психологічні чинники та засоби подолання страхів у підлітковому та молодшому юнацькому віці: Колективна монографія. Умань, 2018. 157 с.
20. Омельченко Я. Психологічна допомога дітям з тривожними станами. Київ : 2008. 112 с.
21. Орбан-Лембрик Л. Б. Соціальна психологія. Київ : Академвидав, 2010. 448 с.
22. Павелків Р. В. Вікова психологія. Київ : Кондор, 2011. 469 с.
23. Потапчук Л. В. Психологічна зрілість – основа професійного становлення старшокласників. Наукові записки. Серія : Психологія. Педагогіка. Острог, 2000. Вип 1. С. 66–70.
24. Савчин М. В. Загальна психологія. Київ : Академвидав, 2011. 344 с.
25. Столярченко Л. Д. Основи психології. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 672 с.
26. Стрілецька І. І. Тривожність як індивідуальна властивість особистості (теоретичний аспект). Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія : Психологічні науки. 2015. Вип.1 (46). С. 266–272.

27. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості. Київ : Либідь, 2003. 376 с.
28. Токарева Н. М., Шамне А. В., Макаренко Н. М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу : Монографія. Кривий Ріг, 2014. 312 с.
29. Томас Кеннет К. W., Kilmann R. H. Thomas-Kilman Conflict Mode Instrument. New York : Xicom, 1974.
30. Спілбергер Чарльз С. D. Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Palo Alto : Consulting Psychologists Press, 1983.
31. Bandura A. Social Learning Theory. New York : General Learning Press, 1977. 247 p.
32. Lazarus R. S. Psychological Stress and the Coping Process. New York: McGraw-Hill, 1966. 466 p.
33. Lazarus R. S. Emotion and Adaptation. New York: Oxford University Press, 1991. 558 p.
34. Spielberger C. D. Anxiety : Current Trends in Theory and Research. New York : Academic Press, 1972. 480 p.
35. Horney K. The Neurotic Personality of Our Time. New York : Norton, 1937. 276 p.
36. Freud S. Introductory Lectures on Psychoanalysis. New York : Norton, 1966. 512 p.
37. Shibutani T. Society and Personality. New Jersey : Prentice Hall, 1961. 576 p.
38. Festinger L. A Theory of Cognitive Dissonance. Stanford : Stanford University Press, 1957. 291 p.