

**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: «ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВПЛИВУ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ
ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ НА ВЗАЄМИНИ ІЗ РОВЕСНИКАМИ»**

Виконала: студентка 3 курсу
Psms1-B23z групи
спеціальності 053 Психологія
(заочна форма навчання)
Рибка Ірина Василівна

Керівник:
Співак Віталій Іванович,
кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри
загальної та практичної психології

Рецензент:
Гуляс Інеса Антонівна,
доктор психологічних наук,
професор, професор кафедри
практичної психології
Чернівецького національного
університету
імені Юрія Федьковича

Кам'янець-Подільський – 2026 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ І. ПСИХОЛИЧНІ ОСНОВИ ПОВЕДІНКИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	7
1.1. Характерні риси підліткового вікового етапу.....	7
1.2. Особливості міжособистісної взаємодії в підлітковому віці	16
1.3. Вплив сімейного виховання на становлення поведінкового компонента Я-концепції підлітків	25
Висновки до першого розділу	36
РОЗДІЛ ІІ. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСНОВ ВПЛИВУ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ НА СТОСУНКИ З РОВЕСНИКАМИ.....	38
2.1. Програма та побудова дослідження	38
2.2. Опрацювання одержаних результатів	41
Висновки до другого розділу.....	57
ВИСНОВКИ	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	61
ДОДАТКИ	69

ВСТУП

Актуальність дослідження. Підлітковий період вважається одним із найскладніших серед усіх вікових етапів людського життя. Це зумовлено тим, що саме в цей час відбувається перехід від дитячого стану до дорослого життя. Розвиток підлітка відзначається високою динамікою під впливом двох провідних психологічних чинників: біологічного та соціального.

Перший із них спричиняє помітні тілесні й анатомічні зміни: збільшується зріст, формуються вторинні статеві ознаки, зазнає змін функціонування внутрішніх органів. Такі перетворення привертають увагу підлітка до самого себе й спонукають до осмислення власних змін. Саме вони часто стають підґрунтям для виникнення відчуття дорослості, оскільки фізичний розвиток і процеси, що відбуваються в організмі, ніби підтверджують це. Спираючись на такі відчуття, підліток очікує іншого ставлення з боку дорослих, адже його зовнішній вигляд і фізіологічні прояви дедалі більше наближаються до дорослих.

У соціальному вимірі також простежуються зміни, що виникають під впливом фізіологічного дозрівання. Вони пов'язані з тим, що молода людина часто не відчуває належного розуміння та підтримки з боку дорослих. Дорослі не завжди готові прийняти підлітка до свого соціального середовища як рівного, оскільки він залишається матеріально залежним від батьків і змушений дотримуватися їхніх вимог та вказівок. Реагуючи на таке нерозуміння, підлітки починають шукати тих, хто має схожі труднощі, аби разом обговорювати спільні переживання. Найчастіше таку роль виконують ровесники, адже вони також стикаються з подібними суперечностями й конфліктами у взаємодії з дорослими. Унаслідок цього значущість однолітків істотно зростає, а їхні оцінки та погляди стають важливими орієнтирами. Саме вони значною мірою впливають на формування поведінкової стратегії неповнолітнього, який прагне не лише зберегти своє місце у комфортній соціальній групі, а й підвищити власний престиж і статус.

Проблематика підліткового віку та пов'язаних із ним труднощів

висвітлена в численних наукових працях як вітчизняних, так і зарубіжних дослідників: Алексєєва М.І., Апетик Н.М., Бех І.Д., Бондарчук О.І., Гошовська Д.Т., Гошовський Я.О., Костюк Г.С., Куниця Т.Ю., Максименко С.Д., Максимова Н.Ю., Мачуська І., Піроженко Т.О., Походенко С.В., М.М. Заброцький, Р.В. Павелків, Е. Еріксон, З. Фрейд, Ф. Райс, Г. Крайг та ін. Попри значний обсяг наукових напрацювань щодо різноманітних аспектів життя підлітків, окремі питання й далі залишаються актуальними, зокрема вплив особливостей індивідуальної поведінки на взаємини з ровесниками.

Мета дослідження – з’ясувати, яким чином особливості індивідуальної поведінки підлітка впливають на взаємини та психологічний клімат у групі.

Для реалізації поставленої мети передбачалося виконання **таких завдань дослідження:**

1. Провести теоретичний аналіз проблеми міжособистісної взаємодії у підлітковому віці.
2. Розробити програму дослідження впливу особливостей індивідуальної поведінки підлітка на взаємини та клімат у групі.
3. Дослідити вплив особливостей індивідуальної поведінки підлітка на взаємини та клімат у групі однолітків.

Об’єкт дослідження – взаємовідносини осіб підліткового віку.

Предмет дослідження – вплив особливостей поведінки на характер групових взаємин підлітків.

Методи дослідження: спостереження, бесіда, тести: «Методика діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі, «Типи поведінки у конфлікті» Т. Томаса, «Методика вивчення психологічного клімату колективу».

Практична значущість. Розроблену програму дослідження можна використовувати у професійній діяльності практичного психолога під час роботи з підлітками.

База дослідження. Дослідження здійснювалося упродовж 2025-2026 навчального року. В емпіричному етапі взяли участь 50 підлітків віком 14-15 років, які навчаються у Комунальному закладі загальної середньої освіти Ліцей

№17 Хмельницької міської ради Хмельницької області.

Апробація та впровадження результатів. Результати проведеного дослідження доповідалися здобувачем та отримали схвалення на таких міжнародних конференціях: на XI Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми експериментальної психології: досвід та перспективи» на пошану професора А.І. Шинкарюка (26 жовтня 2025 р., м. Кам'янець-Подільський), XII Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми експериментальної психології: досвід та перспективи» на пошану професора А.І. Шинкарюка (23 жовтня 2026 р., м. Кам'янець-Подільський), на XI Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців» (Кам'янець-Подільський, 17 листопада 2025 р.), на XII Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців» (Кам'янець-Подільський, 17 листопада 2026 р.), на XI Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості на європейському просторі» (Кам'янець-Подільський, 16 лютого 2026 р.), на XVIII Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин» (Кам'янець-Подільський, 23 квітня 2026 р.) та знайшли своє відображення у публікації автора.

Публікації. Рибка І.В. Психологічні засади впливу індивідуальної поведінки підлітків на взаємини із ровесниками. *Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин*: Матеріали XVIII Міжнародної науково-практичної конференції, 23 квітня 2026 р. / за ред. Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2026. С.138–141. URI : <http://elar.kpnu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/10072>

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, додатків.

РОЗДІЛ І. ПСИХОЛИЧНІ ОСНОВИ ПОВЕДІНКИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

1.1. Характерні риси підліткового вікового етапу

Більшість науковців поділяють підлітковий період на два відрізки: ранній підлітковий вік (переважно від 11 до 14 років) і середній або старший підлітковий вік (від 15 до 19 років). Так, Г.С. Костюк у своїх працях зазначав, що дітей віком 11-15 років слід відносити до підлітків, тоді як особи 15-18 років є старшокласниками, які перебувають на етапі ранньої юності.

Поряд із цим існують різні концептуальні підходи до осмислення підліткового віку. Перший із них пов'язаний із біологічним аспектом, у межах якого ключове місце відводиться статевому дозріванню та фізичному зростанню, що особливо інтенсивно проявляються саме в цей період (пубертат). На думку З. Фрейда, саме ці процеси суттєво позначаються на всьому спектрі поведінкових проявів незрілої особистості (Максименко, 2006).

Другий підхід – когнітивний – охоплює два основні напрями наукового аналізу: 1) якісні зміни у мисленні підлітків; 2) трансформації, що відбуваються у сфері інтелектуальної переробки інформації. Ж. Піаже розглядав стадії інтелектуального розвитку як чинники, що визначають специфіку кожного рівня. Зокрема, на стадії формальних операцій (від 11 до 15 років) особистість уже здатна оперувати абстрактними знаннями, формулами та спиратися на власний досвід. Інший дослідник, Валон, акцентував увагу на перебігу психологічних процесів, таких як пам'ять, відчуття та мислення. Особливого значення набуває з'ясування того, як трансформації мислення позначаються на особистості підлітка і його поведінці (Максименко, 2006).

Третій підхід до вивчення підліткового віку орієнтований на розвиток емоційної та особистісної сфер, зокрема на формування самосвідомості, самоповаги, прийняття власної статевої належності та індивідуальності. До кола наукового інтересу входять також питання психічного здоров'я,

емоційних переживань, наслідків стресу, а також проблеми, пов'язані із сексуальними потягами, сексуальною поведінкою та статевим вихованням (Ващенко, & Кляп, 2013).

Четвертий підхід – соціальний. Він є досить багатовимірним і охоплює вивчення проблем соціального становлення, взаємин неповнолітніх у безпосередній взаємодії з оточенням, а також особливостей формування моральних установок, рис характеру, життєвих цінностей, переконань і моделей поведінки. Центральне місце у таких дослідженнях посідає підліткове середовище, його культура та субкультура. Окрема увага приділяється тому, як сучасне суспільство та реальні соціальні сили впливають на життя підлітка і, зокрема, на його поведінкові прояви, а також на витоки й причини таких негативних явищ, як психосоціальні труднощі, правопорушення неповнолітніх, втечі з дому, самогубства та різні форми адиктивної поведінки (Ващенко, & Кляп, 2013).

П'ятий підхід – еkleктичний – до дослідження поведінки підлітків. Його сутність полягає у комплексному розгляді підліткового періоду, адже він охоплює не окремий аспект розвитку, а всю сукупність чинників і проявів у їхній взаємодії (Ващенко, & Кляп, 2013).

Підлітковий період є перехідним етапом між дитинством і зрілістю. Зазвичай його розглядають як проміжну ланку між дитячими роками та дорослим життям. Водночас цей процес не має універсального характеру, а відбувається індивідуально: кожна людина проходить його по-своєму і в різний час. Проте для більшості підлітків підсумком такого періоду стає входження у світ дорослих і засвоєння його цінностей. У цьому сенсі підлітковий вік можна образно тлумачити як своєрідний міст між дитинством і зрілим, відповідальним життям.

Зрілість є тим періодом, коли людина досягає повноцінного розвитку у фізичному, емоційному, соціальному, інтелектуальному та духовному вимірах. Однак ці складові особистісної структури не завжди розвиваються рівномірно й гармонійно. Іноді спостерігається певна диспропорція: фізично розвинена

людина може мати труднощі в емоційній сфері, а інтелектуально зріла особистість може відставати в анатомо-фізіологічному розвитку.

Для підліткового віку характерні глибокі зміни в усіх сферах особистості, причому відбуваються вони дуже інтенсивно. Це стосується і анатомо-фізіологічного розвитку. Активна робота залоз внутрішньої секреції, яку нерідко називають «гормональною бурею», зумовлює суттєву перебудову всього організму. Тіло досить швидко росте в довжину, відбувається пубертатний розвиток у дівчат (дещо раніше) і хлопців (дещо пізніше), змінюється тембр голосу.

Підлітки нерідко виявляють негативне ставлення до загальновизнаних стандартів, зокрема щодо зовнішності, рис обличчя, статури, повноти або, навпаки, надмірної худорлявості. Вони усвідомлюють існування певних ідеалів людського тіла, які сприяють популярності в суспільстві, а отже, впливають на престиж і статус людини. Хлопці добре розуміють значення фізичної сили для утвердження власної позиції, поглядів і намірів у спілкуванні з ровесниками. Саме тому вони часто записуються до секцій, у яких популяризуються силові види спорту, зокрема бокс чи боротьба, де можна не лише набути відповідних умінь, а й розвинути мускулатуру та фізичну витривалість (Гольдштейн, 2002).

На відміну від хлопців, у дівчат тілесні зміни починаються помітно раніше. Їх також хвилює власна зовнішність: зачіска, відтінок волосся, риси обличчя, повнота чи худорлявість. Вони добре усвідомлюють, що привабливий зовнішній вигляд може полегшувати спілкування з протилежною статтю, а отже, підсилювати престиж і підвищувати статус серед ровесниць.

Анатомо-фізіологічне дозрівання має індивідуальні темпи, тому й позначається на свідомості підлітка по-різному. Одні неповнолітні в цьому аспекті випереджають своїх однолітків, інші, навпаки, відстають. Через це вони нерідко стають мішенню для глузувань і безпідставних зауважень з боку соціального оточення та шукають різні шляхи, щоб уникнути несправедливої критики або послабити її вплив: переходять до іншої школи чи класу або ж

намагаються силою відповісти кривднику. Це властиво не лише хлопцям, а й дівчатам, які також можуть постояти за себе й захистити власну репутацію. У такий спосіб підлітки прагнуть посісти гідне місце серед ровесників і довести свою значущість та принциповість (Гольдштейн, 2002).

У цілому всі анатомо-фізіологічні зміни спонукають ще незрілу особистість уважніше придивитися до себе, відчутти себе в новій якості, яку в науковому світі окреслюють як «відчуття дорослості». Саме воно стає своєрідним пусковим механізмом переосмислення як зовнішнього, так і внутрішнього світу. Останнє виявляється у зверненні до власного Я через запитання на кшталт: «Хто Я», «Який Я», «Як мене сприймають інші».

Отже, фізіологічні трансформації запускають перебудову особистісної сфери. Підліток досить виразно помічає всі зміни власного тіла, співвідносить їх із зовнішніми ознаками дорослої людини. Виявляючи чимало спільного, він поступово переживає зародження і зміцнення відчуття «дорослості». Згодом це переживання починає посідати центральне місце в його роздумах і впливати на формування думок, намірів та поведінки загалом. Саме тому підліток нерідко ставить себе на один рівень із дорослими та вимагає відповідних прав. Так виникають численні конфлікти, які в науковій літературі відомі під назвою «криза підліткового віку». Протистояння між світом дорослих і світом дітей часто буває гострим і тривалим. Саме через це підлітковий вік нерідко визначають як «важкий» (Лановенко, 2004).

У підлітковому віці помітно змінюється самосвідомість, що проявляється в самооцінці та в оцінюванні власної спроможності у взаємодії з дорослими й ровесниками. Поштовхом до розвитку самосвідомості виступає рефлексія, завдяки якій підлітки починають краще усвідомлювати причини своїх суперечок, труднощів або, навпаки, успіхів у спілкуванні з однолітками.

Самооцінка в цей віковий період набуває для підлітка більшого значення, ніж оцінювання його поведінки з боку дорослих. Вона стає важливим регулятором його вчинків. Орієнтація на власну оцінку пов'язана з прагненням до самостійності, емансипації, самоповаги та підвищеною вимогливістю до

себе. Оцінка підлітком своїх успіхів у навчанні та взаєминах може вступати в суперечність із його домаганнями, якщо він не спроможний їх реалізувати. За таких умов виникають різноманітні афективні переживання (Дзюбко, & Панок, 2001; Піроженко, 2006; Степанов, 2006).

Підліток аналізує власні вчинки, намагаючись зрозуміти їхні можливі наслідки в майбутньому. Він прагне пізнати свої особливості, усвідомити характерні недоліки, оскільки має потребу будувати чіткі взаємини з дорослими й однолітками, відповідати очікуванням інших та власним вимогам. Це, своєю чергою, зумовлює переважну орієнтацію неповнолітнього на позитивні риси в іншій людині та готовність сприймати її як зразок. Спрямованість на певні взірці значною мірою визначає нову систему життєвих цінностей і загальну налаштованість особистості підлітка (Дзюбко, & Панок, 2001; Піроженко, 2006; Степанов, 2006).

Цей віковий період вирізняється емоційною нестійкістю та імпульсивністю поведінки. Підлітки нерідко спочатку діють, а вже потім осмислюють наслідки, хоча добре розуміють, що правильніше було б чинити навпаки.

У цей час стають виразнішими такі вольові якості, як наполегливість, цілеспрямованість, уміння долати труднощі та перешкоди.

Підлітки орієнтовані не лише на окремі вольові дії, а й на вольову активність загалом. Вони здатні самостійно визначати мету й будувати план її досягнення. Водночас нестача волі виявляється в тому, що, демонструючи значне завзяття в одному виді діяльності, вони можуть не виявляти його в інших. Найчастіше в підлітковому віці спостерігається не безволля як таке, а слабкість намірів, коли підлітку просто нецікаво, заради чого варто долати труднощі, і тоді з'являються лінощі.

Інтенсивно перебудовується й емоційна сфера, що виявляється в частих коливаннях активності: від надмірної жвавості до інертності, від захоплення до апатії. У цьому віці триває подальший розвиток почуттів як узагальнених і відносно стійких переживань (інтелектуальних, моральних, естетичних та ін.).

За тривалістю прояву почуття стають більш стійкими, що посилює їхній вплив на різні аспекти життя підлітка. Особливо активно формуються моральні почуття, завдяки чому неповнолітній краще розуміє норми поведінки, точніше визначає, що варто робити, а від чого слід відмовитися. Проте вчинки підлітка не завжди узгоджуються з його словами, почуттями і намірами. Багато хто з них ще не досить чітко усвідомлює зв'язок між суспільними нормами та власною поведінкою в конкретній ситуації. Водночас у неповнолітніх удосконалюються й естетичні почуття. Вони поступово переходять від ситуативного переживання краси навколишнього світу, музики, літературних творів і живопису до більш стійких естетичних почуттів, що формуються як результат цілеспрямованого виховання (Белякова, & Шовкова, 2018; Бікус, & Волошина, 2015; Булах, 2003, 2016; Василенко, & Савчин, 2017; Дзюбко, & Панок, 2001; Піроженко, 2006; Степанов, 2006).

Характеризуючи інтереси підлітка, передусім слід зазначити, що вони є різноплановими й водночас вибірковыми, набувають більшої цілеспрямованості, активності та глибини. Їх приваблює все нове, ще не пізнане й особисто не пережите. Ознайомитися з цим вони прагнуть через книги, досліді, екскурсії, твори мистецтва (Деркаченко, 2016; Зеленська, 2019; Касьянова, 2011; Корніяка, 2006; Лавріненко, 2015; Мачуська, 2007; Товпій, 2009 та ін.).

Перехідний вік є надзвичайно важливим етапом у формуванні ідеалів особистості. Для його представників ідеалами стають не просто образи окремих людей, а узагальнені уявлення про тих, чиї якості викликають у них симпатію (подвиги, мужність, сильна воля, честь). Такі ідеали набувають синтетичного характеру, а підлітки особливо цінують їхню діяльнісну сторону. Для них важливо, щоб проголошений публічно ідеал підтверджувався реальними вчинками, і саме цього вони особливо очікують. Ідеал перетворюється для них на взірець для наслідування, норму поведінки, відповідно до якої вони вибудовують власну стратегію дій (Дзюбко, & Панок, 2001; Кузьменко, & Міськова, 2012; Лавріненко, 2013; Піроженко, 2006;

Степанов, 2006; Skulovatova, & Verbytska, 2018).

Підлітковий вік є надзвичайно непростим етапом психічного становлення. З одного боку, за рівнем і специфікою психічного розвитку підлітки ще не повністю вийшли з дитинства, а з іншого – уже наближаються до дорослого життя.

Суперечності виникають майже в усіх сферах, де підліток взаємодіє з дорослими й стикається з нерозумінням: у сім'ї, школі, на вулиці та в інших соціальних просторах. Значна частина дорослих займає хибну позицію, стереотипно вважаючи, що сучасні підлітки є «важкими», некерованими й болісно реагують на критичні зауваження. Водночас самі дорослі нерідко стають джерелом або каталізатором конфліктів, оскільки не помічають змін, що відбуваються з дитиною, або свідомо їх ігнорують. Вони й надалі намагаються впливати звичними методами, не усвідомлюючи, що підліток уже змінився і це слід враховувати для досягнення взаєморозуміння. У тих родинах, класах та інших соціальних групах, де дорослі виявляють таке розуміння, конфлікти трапляються значно рідше. Сам підліток зазвичай ставиться до таких дорослих прихильніше, а інколи навіть сприймає їх як авторитет. Саме тому важливо вчасно усвідомити, що у взаємодії з підлітком слід змінювати стратегію поведінки та добирати інші способи впливу, насамперед ті, що ґрунтуються на взаємоповазі й взаєморозумінні. Проте частіше переважає протилежна тактика, яка й породжує численні суперечки. Через це страждає шкільна успішність, а сама школа втрачає привабливість, оскільки починає сприйматися як простір примусу, де неможливо повною мірою проявити емансипацію, бо педагогічний колектив висуває власні вимоги й нав'язує свою волю. Дорослі родичі також часто вважають підлітка залежним від себе в багатьох питаннях, тому нав'язують йому власні погляди та нерідко втручаються у сферу його особистих інтересів і життя (Дзюбко, & Панок, 2001; Довгопол, 2012; Кіясь, 2009; Кузьменко, & Міськова, 2012; Лавріненко, 2013; Мойсєєва, 2015; An, Sun, Wan, Chen, Wang, & Tao, 2014 та ін.).

За таких умов неповнолітній починає шукати людей, які здатні його

зрозуміти, підтримати та, за потреби, порадити, як діяти в тій чи іншій ситуації.

Таким своєрідним порятунком стають ровесники, які так само спостерігають власні анатомо-фізіологічні зміни, переживають цікавість, подив, збентеження та невпевненість у собі. Вони також постійно порівнюють себе з іншими й безперервно коригують власний Я-образ. Крім того, підлітки нерідко стикаються з неприйняттям і нерозумінням з боку дорослих, тому переживають конфлікти, пов'язані зі школою, навчальними досягненнями, виконанням вимог, вказівок і доручень.

Спілкування з ровесниками в цьому віці стає провідною діяльністю. Саме взаємодія з однолітками посідає центральне місце в житті підлітка. У таких контактах він не лише ділиться тим, що його турбує, а й отримує поради щодо того, як поводитися і як реагувати на претензії з боку дорослих. Водночас особливістю цього спілкування є чіткий поділ на два умовні табори за спільністю проблем: хлопців і дівчат, хоча зміст самих проблем і конфліктів із дорослими у них багато в чому збігається.

Отже, у підлітковому віці відбуваються істотні анатомо-фізіологічні зміни організму, новоутворенням яких виступає відчуття дорослості. Саме воно спонукає до глибокої перебудови основних принципів налагодження контактів як із ровесниками, так і з представниками дорослого світу. Непорозуміння з останніми підштовхує неповнолітнього до пошуку однодумців серед ровесників, чия думка стає особливо важливою й часто визначальною у формуванні власної стратегії поведінки (Забродський, 2004; Кучаковська, 2015; Лучинкіна, 2013; Островська-Бугайчук, 2015; Evans, Yare, & Mikami, 2020).

Переживання власної дорослості у тинейджерів виявляється в ідентифікації себе з людиною певної статі, у прагненні відповідати її критеріям у майбутньому, а також у бажанні розвивати в собі риси й якості справжньої, а не удаваної, жіночності чи мужності. Ознаками сформованого відчуття дорослості є не лише прагнення ставати старшим, а й намагання відповідати психологічним, соціальним і духовним критеріям зрілої особистості. Це

стосується як сформованих уявлень, так і орієнтирів власної поведінки та специфіки побудови взаємин з оточенням (Кулик, Бартош, 2010; Лавріненко, 2015; Хоменко, 2012 та ін.).

Спільне прагнення до дорослості може виявлятися в різних формах. В одних випадках підлітки перестають ділитися з батьками своїми секретами, як робили це раніше, починають говорити з ними на підвищених тонах, змінюють зачіску, гардероб або загалом різко переосмислюють власні вподобання, чим дивують старше покоління. В інших ситуаціях таке прагнення може набувати явних девіантних форм і проявлятися в аморальній поведінці: образах молодших або старших людей, які не можуть дати відсіч, епатажних учинках на вулиці чи в транспорті, грубості, невихованості та демонстративному агресивному ігноруванні. Водночас не можна стверджувати, що підлітки завжди повною мірою усвідомлюють наслідки таких дій і власну відповідальність за них. Досить часто подібна поведінка виникає раптово й спонтанно, що є характерним для цього віку (Криворучко, 2003; Куниця, 2007).

Якими б не були форми прояву «відчуття дорослості», підліток розуміє, що досягти цього непросто, тому змушений долати внутрішні суперечності, доводити ровесникам власну спроможність і прагнути отримати їхнє схвалення. Думка однолітків набуває для нього значно більшої ваги, ніж позиція родини чи тих дорослих, яких він ще зовсім недавно слухався й поважав.

Відчуття «дорослості», що проявляється у представників цього віку, спонукає їх до засвоєння нових для себе форм і видів «дорослої» взаємодії. Такому прагненню сприяють стрімкий фізичний розвиток і безпосередні контакти з ровесниками.

Зміст і форми взаємин між хлопцями та дівчатами істотно змінюються. У стосунках з'являється певне відчуження, адже представники протилежної статі мають власні проблеми та наміри (Гончаренко, 2004). Якщо врахувати, що дівчата у своєму розвитку приблизно на два роки випереджають ровесників-хлопців, причини розбіжностей в інтересах і намірах стають цілком

зрозумілими. Загалом у цьому віці між хлопцями й дівчатами часто відчуваються певний «холодок» і непорозуміння у взаєминах. Так, у формах звернення хлопців до дівчат можуть бути помітними агресивні прояви: поштовхи, образливі слова, прилюдне приниження тощо (Зимянський, 2012). Водночас дівчата також активізують захисні механізми власного «Я» і відповідають подібним чином, не зважаючи на стереотипні уявлення про те, як «повинна» поводитися дівчина. З часом дедалі помітнішою стає тенденція до взаємного ігнорування. Це проявляється в демонстративно байдужому ставленні одне до одного. Хоча симпатія до протилежної статі вже існує, вона ретельно приховується, щоб не наразитися на осуд і насмішки з боку представників свого кола (Криворучко, 2003; Куниця, 2007; Мусатов, 2003).

Згодом, ближче до раннього юнацького віку, інтерес до протилежної статі виявляється дедалі частіше, а потяг до неї посилюється разом із загальним зростанням зацікавленості. Проте навіть за наявності таких симпатій вони зазвичай не набувають відкритих форм, тому підлітки старанно їх приховують (Гоцуцова, & Харченко, 2013; Зеленська, 2019; Зимянський, 2012; Корніяка, 2006 та ін.).

1.2. Особливості міжособистісної взаємодії в підлітковому віці

Стосунки та взаємодія з іншими людьми є необхідною й значущою складовою життя людини незалежно від її віку, адже становлення особистості відбувається саме в соціальному середовищі. Включення людини в суспільне життя розпочинається з формування певного типу взаємин. Водночас важливо враховувати, що налагодження та розвиток міжособистісних зв'язків, до яких прагне людина, неможливі без процесу спілкування (Білоус, 2015; Бондарчук, 2006; Борисюк, & Гошовська, 2023; Виштеюнас, 2009; Гончаренко, 2004; Гоцуцова, & Харченко, 2013 та ін.).

Значення й цінність взаємин особливо зростають саме в підлітковому віці. Відомо, що цей період є одним із ключових етапів соціалізації особистості, її входження у світ людської культури та суспільно значущих

цінностей. Водночас така система не є сталою, оскільки вирізняється динамічністю, зокрема на рівні мікросистем, із яких вона складається.

У процесі соціалізації підлітка особливої ваги набуває група ровесників, оскільки взаємини з однолітками обох статей формують своєрідну модель дорослих стосунків, яку в майбутньому можна відтворювати в соціальному, статево-му та професійному житті. Взаємодія між членами групи однолітків сприяє виникненню нових контактів з іншими людьми, а також допомагає по-новому поглянути на себе. Перебування в таких групах дає підліткові змогу краще зрозуміти себе, усвідомити власне призначення, а також пережити відчуття ризику й перевірити себе в різних ситуаціях суперництва.

Проблематика міжособистісних взаємин підлітків з однолітками була предметом дослідження багатьох науковців, серед яких: Л. Виготський, Я. Коломинський, А. Кірічук, Д. Кун, Л. Фестінгер, Піаже, Д. Елкінд, Е. Гофман та інші. Питання особистісного розвитку в підлітковому віці висвітлювали у своїх працях Л. Божович, Л. Виготський, Д. Ельконін, І. Кон, А. Кронік, Дж. Мід, Г. Салліван; особливості впливу шкільного середовища досліджували А. Алексюк, Л. Зюбіна, О. Киричук, А. Фурман та ін.; вплив неформального оточення розглядали С. Белічева, К. Лаврова, Л. Новікова, І. Полонський, Ю. Яковенко та ін.

Опрацювання наукових праць (Г. Абрамова, Л. Долинська, В. Клочко, С. Максименко, В. Мухіна та інші) дало змогу з'ясувати типові особливості особистості підліткового віку, що, своєю чергою, допомогло глибше усвідомити значення сім'ї у розвитку дитини на цьому етапі. За твердженням Т. Вакуліч, підлітковий вік характеризується суттєвими змінами в усіх напрямках розвитку – фізичному, інтелектуальному, моральному та соціальному. У цей період формуються нові психологічні утворення, з'являються ознаки дорослості й самосвідомості, трансформуються взаємини, способи соціальної взаємодії з ровесниками, інтереси, пізнавальна й навчальна активність, а також зміст морально-етичних норм. Підлітки нерідко вибудовують уявний образ ідеальної родини, засвоюють певні теорії та

світоглядні установки, у яких переважають уявлення про гармонійне й досконале сімейне життя. Саме від якості сімейних і соціально-психологічних умов значною мірою залежить стиль життя підлітка. Коли взаємини в сім'ї ґрунтуються на взаємній повазі та довірі, а члени родини зважають на потреби й можливості підлітка, дитина легше долає труднощі у навчанні та спілкуванні, активніше засвоює соціальний досвід. Якщо ж емоційні зв'язки з близькими порушені, а сімейний мікроклімат має негативний характер, підліток може потрапити під вплив групи ровесників з адиктивними формами поведінки, засвоїти відповідний спосіб життя та набути досвіду агресивних проявів (Вакуліч, 2006).

Проблематику сімейних взаємин досліджували О. Анопрієнко, Л. Виноградова, С. Кузікова, О. Потолова, Г. Ушаков, Г. Шиханцов та інші. У своїх працях вони розкрили особливості стилів виховання крізь призму батьківського контролю, визначили взаємозв'язок між психологічним кліматом родини, психічним розвитком підлітка та його психоемоційним станом, а також підкреслили провідне значення сімейних взаємин у виникненні психічних порушень у підлітковому віці. Проблему адитивної поведінки вчені розглядали як таку, що пов'язана з періодичною або хронічною інтоксикацією, спричиненою неодноразовим уживанням природних чи синтетичних речовин, до яких формується непереборний потяг. Такий стан супроводжується тенденцією до збільшення доз, зростанням толерантності, синдромом відміни, а також психічною і фізіологічною залежністю від дії цих речовин (Апетик, 2000; Гоцуцова, & Харченко, 2013).

Науковці виокремлюють понад двісті різновидів адиктивної поведінки, серед яких називають хімічні адикції, що змінюють стан свідомості (тютюнова, алкогольна, токсикоманічна, наркотична, лікарська, кавава); емоційні адикції (трудоголізм, ургентна, спортивна, танорексія, сексуальна, комп'ютерна, телевізійна, шопінгова, релігійна); перехресшувані адикції (залежність від солодкого, що створює відчуття комфорту, породжуючи емоційну адикцію); складові адикції (кава / чай – щоб прокинутися, солодкий сніданок – щоб

підбадьорити себе, витрата грошей – щоб відчувати себе комфортніше, алкоголь, телевізор, снодійне – щоб «розвіятися», зняти стрес) (Бондарчук, 2006). У підлітковому віці адитивна поведінка трапляється досить часто й зумовлює різні форми антисоціальних проявів, серед яких агресивність посідає одне з провідних місць. Водночас проведений аналіз наукових досліджень засвідчив, що питання залежності агресивності підлітків з адиктивною поведінкою від характеру сімейних взаємин залишається складним і недостатньо опрацьованим. Особливої уваги потребує вивчення специфіки впливу сімейних стосунків на формування агресивності у підлітків з адиктивною поведінкою (Мойсєєва, 2015; Островська-Бугайчук, 2015).

Соціальна ситуація розвитку в підлітковому віці має власну специфіку, яка зумовлюється не стільки зовнішніми обставинами, скільки внутрішніми чинниками. Неповнолітній і далі навчається у школі, проте його ставлення до навчального закладу змінюється. Відтепер школа сприймається не лише як місце здобуття знань, а насамперед як простір зустрічей з ровесниками, спілкування з якими стає провідним чинником особистісного розвитку.

Основи самосвідомості підлітка формуються разом із появою нового ставлення до самого себе, прагненням і наміром поводитися так, як це роблять дорослі. Саме відчуття дорослості визначає зміст багатьох думок, породжує нові прагнення, бажання, переживання та інші почуття.

До об'єктивної дорослості підліткові ще потрібно дорости як у фізичному, так і в соціальному сенсі. На цьому віковому етапі вона виявляється в таких формах:

1. Прагнення до самостійності (емансипації) у поглядах, судженнях і вчинках. Підлітки хочуть бути незалежними в усьому: у збереженні власних таємниць, визначенні часу повернення додому, організації дозвілля, розв'язанні шкільних і навіть матеріальних питань. Проте досягти такої самостійності їм украй складно, оскільки відповідальність за їхнє благополуччя в сім'ї та поза нею все ще несуть батьки.

2. Переосмислення ставлення до навчання. Підлітки більше цінують тих учителів, які з розумінням ставляться до їхніх вікових труднощів, справедливо оцінюють знання і поведінку, добре володіють предметом та здатні зацікавити ним.
3. Прояви у зовнішності та виборі одягу. Для багатьох зразком для наслідування стають реальні чи вигадані, але популярні в суспільстві постаті. Від них запозичуються зачіска, стиль одягу, манера мовлення, а також певні корисні чи шкідливі звички. При цьому образ кумира часто є спільним як для самого підлітка, так і для його оточення. Основна небезпека полягає в тому, що суперечливість суспільного образу такого ідеалу може спричинити формування різних форм асоціальної поведінки (девіантної, деліквентної, адиктивної) (Бондарчук, 2006).

Підліток прагне наслідувати дорослого майже в усьому, а особливо в системі побудови реальних взаємин з однолітками. Такі стосунки ґрунтуються на довірі, конфіденційності та взаємній повазі. Саме ці цінності вважаються пріоритетними і в дорослому середовищі для встановлення та підтримки тривалих міжособистісних зв'язків (Бондарчук, 2006).

У процесі спілкування поступово розширюються й поглиблюються уявлення підлітка про самого себе, хоча своїх ровесників він поки що оцінює повніше й точніше, ніж себе. Особливо це стосується тих, з ким склалися дружні взаємини. Їхня думка є значущою та цінною, тому неповнолітній намагається показати свої найкращі якості, заслужити позитивну оцінку, передусім від тих ровесників, чия позиція для нього особливо важлива. Страх бути незрозумілим або неприйнятним у колі однолітків може спричинити надмірну сором'язливість і невпевненість у собі, інколи навіть набути болісного характеру (Ващенко, & Кляп, 2013).

У підлітковому віці спілкування та розмови з ровесниками посідають центральне місце. У щоденних численних контактах неповнолітні виробляють способи взаємодії, засвоюють навички встановлення контактів і підтримання

розмови так, як це роблять дорослі. Саме у спілкуванні з ровесниками тинейджери вчаться рефлексії, а через обмін досвідом краще пізнають реальність і одне одного. Тривалі бесіди настільки захоплюють їх, що вони можуть забувати про навчання й домашні обов'язки. Взаємодія з ровесниками помітно зменшує залежність від батьків, адже з'являються власні інтереси, про які, на думку підлітка, дорослі не повинні знати. У більшості випадків інтимні переживання, плани й таємниці вони довіряють уже не членам родини, а своєму колу однолітків. Водночас підліток у категоричній формі відстоює своє право на таке спілкування і часто агресивно реагує на будь-які коментарі чи обговорення не лише недоліків, а навіть позитивних рис свого товариша. Будь-яке втручання в оцінювання його друзів, навіть схвальне, сприймається як посягання на право самостійного вибору і свободу цього вибору (Ващенко, & Кляп, 2013).

Контактуючи з ровесниками, підліток прагне заявити про себе як про особистість, показати власні можливості у встановленні контактів і підтриманні розмови. Для цього йому необхідна свобода висловлювання, щоб ніхто не обмежував його в тому, про що і як говорити, як це часто роблять дорослі (Бондарчук, 2006).

У соціальних об'єднаннях, залежно від загального рівня розвитку, життєвого досвіду та кругозору, поступово формуються власні кодекси честі. Здебільшого, не до кінця розуміючи їхній глибинний зміст, підлітки запозичують норми та правила поведінки зі світу дорослих. Однак у межах їхньої групи слова і вчинки кожного перебувають під постійним прискіпливим контролем: важливо, що саме говорить ровесник, наскільки він щирий і відвертий, як захищає власну честь, чи дотримується принципу рівності та чи поважає свободу інших. Абсолютно неприйнятними вважаються зрада, невиконання даного слова, егоїзм і скупість (Апетик, 2000; Гольдштейн, 2002; Гончаренко, 2004; Гоцуцова, & Харченко, 2013; Козубовська, 2000; Куниця, 2007; Лавріненко, 2015 та ін.).

Нормативність поведінки в підлітковому середовищі складається

стихійно, а контроль за її дотриманням здійснюється постійно й у різних формах. Якщо виявляються зрада чи неправда, це одразу викликає осуд, а винуватець зазнає колективного неприйняття: йому можуть оголосити недовіру, відсторонити від спільних справ, а інколи навіть виявити фізичну агресію. Опинитися на самоті, бути ізольованим від життя групи – одне з найтяжчих покарань для підлітка. Він чітко це усвідомлює, тому намагається дотримуватися кодексу поведінки, прийнятого в групі. Не користуються повагою й ті неповнолітні, які демонструють низький рівень самоповаги, не мають або не здатні відстояти власну думку, не виявляють уміння захищати свої інтереси та переконання. Найважчим переживанням для підлітка стає відчуття самотності й непотрібності серед ровесників. За таких обставин він починає комплексувати, відчувати розгубленість і сильну тривогу. І навпаки, коли у своєму середовищі він відчуває значущість, захищеність і прийняття, тоді переживає задоволення, щастя й емоційний комфорт від перебування в такій соціальній групі (Апетик, 2000; Ващенко, & Гіренко, 2006; Гольдштейн, 2002; Гончаренко, 2004; Гоцуцова, & Харченко, 2013; Козубовська, 2000; Куниця, 2007; Лавріненко, 2015 та ін.).

Прагнучи утвердитися серед ровесників, підлітки часто виявляють надзвичайно високий рівень конформності в межах групи. Кожен із них певною мірою залежить від спільноти, тому готовий виконувати те, до чого його спонукає група. Саме так формується відчуття «Ми», яке постійно підтримує підлітка й укріплює його внутрішнє переконання в тому, що він є значущим для групи. Для посилення колективної згуртованості неповнолітні нерідко використовують різні засоби, зокрема автономну мову або специфічні невербальні сигнали, що допомагають кодувати спілкування й приховувати зміст розмов від дорослих. Також спостерігається тенденція до взаємного копіювання стилю мовлення, манери поведінки, подібного одягу, що слугує підкресленню своєї спільності та схожості один з одним.

Коло групових інтересів, які обговорюються в підлітковому середовищі, є досить широким. Їхня тематика впливає зі спільних потреб групи й

виражається через відчуття «Ми», наприклад у таких формулюваннях, як «ми так вважаємо...», «ми так вирішили...» (Гоцуцова, & Харченко, 2013; Орбан-Лембрик, 2004; Островська-Бугайчук, 2015).

У неформальних групах формується виразний специфічний сленг, або арго – слова й вислови, якими користуються окремі соціальні спільноти (наприклад, панки, готи). Така мова посилює відчуття «Ми», оскільки зменшує дистанцію між учасниками спілкування завдяки ідентифікації членів групи через спільно прийняті мовні знаки. Поряд із мовою-арго важливими є й подібні невербальні засоби спілкування, зокрема жести та пози, за допомогою яких підкреслюється своєрідність і неповторність підліткової групи. Зазвичай підлітки не замислюються над справжнім змістом таких невербальних проявів, а просто переймають ці форми пантоміміки й активно використовують їх незалежно від статі (Гоцуцова, & Харченко, 2013; Дзюбко, & Панок, 2001; Жмайло, 2012; Курдибаха, 2014; Легка, 2014; Мачуська, 2007; Товпій, 2009; Токарева, & Шамне, 2013).

Підлітки фактично не уявляють себе поза спілкуванням один з одним, адже найважливішим для них є саме взаємодія між собою, незалежно від того, відбувається вона безпосередньо чи опосередковано, головне – наявність діалогу. У таких контактах проявляється відчуття дорослості, вибудовується стратегія поведінки, знаходяться підтримка і розуміння. Усе це сприяє розвитку самосвідомості як одного з найважливіших новоутворень цього віку (Дзюбко, & Панок, 2001; Жмайло, 2012; Кіась, 2009; Курдибаха, 2014; Легка, 2014; Мачуська, 2007; Товпій, 2009; Токарева, & Шамне, 2013).

У взаємодії з ровесниками для тинейджерів важливо не лише перебувати серед однолітків, а й посісти в цьому середовищі таке місце, яке відповідало б їхнім намірам. Для одних значущою є позиція лідера, для інших – можливість бути ближче до авторитетної особи за будь-яких обставин, ще інші прагнуть знайти серед ровесників захист і комфортний простір. Водночас для всіх спільним лишається прагнення бути серед однолітків і підтримувати з ними контакти, що й виступає провідним мотивом поведінки в цьому віці (Гоцуцова,

& Харченко, 2013; Дзюбко, & Панок, 2001; Жмайло, 2012; Кіась, 2009; Корніяка, 2006; Кулик, Бартош, 2010; Курдибаха, 2014; Лавріненко, 2013, 2015; Легка, 2014; Мачуська, 2007; Немеш, 2017; Посохова, 2012; Столбов, 2014; Товпій, 2009; Токарева, & Шамне, 2013 та ін.).

Спілкування з ровесниками поступово розширюється й виходить за межі шкільного життя та навчальної діяльності, породжуючи нові інтереси, захоплення і контакти. Унаслідок цього воно виокремлюється в самостійну й надзвичайно важливу для підлітків сферу життя (Сінельнікова, 2014; Тернопільська, 2014; Товпій, 2009; Турубарова, 2018; Хоменко, 2012 та ін.).

Розмови з товаришами в цьому віці набувають такої значущості, що нерідко відсувають на другий план інтерес до навчання і навіть взаємини з родиною. Саме це часто стає однією з головних причин зниження успішності та порушень поведінки на уроках, у школі й поза нею. Дедалі частіше виникають конфлікти підлітків із педагогами, за допомогою яких вони демонструють однокласникам власну незалежність і відсутність страху висловити щось наперекір учителеві (Петрінко, 2020; Тернопільська, 2014; Товпій, 2009; Турубарова, 2018; Хоменко, 2012; Шулигіна, 2007 та ін.).

У цей віковий період особливого значення набуває друг. Це ровесник, з яким обговорюється коло питань доволі інтимного змісту, про які не повинен знати широкий загал. Спілкування з ним стає особливою подією в житті підлітка, воно завжди є бажаним і значущим. Це однаково стосується як хлопців, так і дівчат. Взаємодія з другом або подругою займає багато часу, тому належить до категорії довготривалих стосунків. Підліткова дружба, яка зароджується в 11, 12, 13 років, поступово переходить у юнацьку, уже з іншими особливостями взаємної ідентифікації.

Часті та тривалі контакти з ровесниками сприяють виникненню дружби й формуванню кола друзів. У процесі такого спілкування з'являється можливість краще пізнати й зрозуміти одне одного, знайти спільні інтереси, тобто те, без чого тривала комунікація є неможливою. Надалі саме в ході таких взаємин виникає нагода перевірити одне одного щодо збереження

конфіденційності, вірності, готовності прийти на допомогу, а інколи навіть здатності до жертвності (Гоцуцова, & Харченко, 2013; Козубовська, 2000).

Дружні стосунки, що сформувалися у підлітковому віці, зазвичай вирізняються глибиною й стійкістю та можуть зберігатися і в наступні вікові періоди. Найчастіше причинами їх припинення стають втрата довіри через обман або зраду, тривала відсутність контактів з різних причин, а також зникнення спільних життєвих інтересів (Мачуська, 2007; Товпій, 2009)).

Отже, основними принципами підліткової дружби є взаємна повага, готовність допомогти другові, вірність, чесність і щирість, і саме цим вона нагадує стосунки між дорослими людьми. Із віком така дружба стає глибшою та міцнішою, оскільки перевіряється часом, особливо якщо в друзів продовжують виникати й існувати спільні, однаково значущі цілі щодо вибору життєвих орієнтирів. Проте, незважаючи на тривалість взаємин, вони можуть припинитися раптово, якщо зникають довіра та взаємна повага (Гоцуцова, & Харченко, 2013; Козубовська, 2000; Мачуська, 2007; Товпій, 2009 та ін.).

1.3. Вплив сімейного виховання на становлення поведінкового компонента Я-концепції підлітків

У психологічній науці значна увага зосереджується на вивченні сім'ї та особливостей виховання дитини в її межах. Проблеми сімейного неблагополуччя були предметом дослідження багатьох учених. Благополучні сім'ї, як правило, швидко пристосовуються до потреб і схильностей дитини, яка дорослішає, та успішно розв'язують основні виховні завдання (Гуменюк, 2005 : 26). Сім'ї групи ризику характеризуються наявністю певних відхилень від норми, однак ці особливості ще не дають підстав однозначно відносити їх до неблагополучних. До таких сімей можна зарахувати неповні, малозабезпечені родини, а також сім'ї з деструктивними батьківськими установками, що знижують їхні адаптаційні можливості. У таких умовах батьки змушені розв'язувати виховні завдання із значним напруженням.

Неблагополучні сім'ї вирізняються низьким соціальним статусом в одній

або відразу кількох сферах життєдіяльності. Для таких родин характерними є емоційне відчуження, дистанційованість дитини від дорослих, ізолюваність, а також часте застосування фізичних покарань.

Дорослі, які не здатні належно виконувати покладені на них сімейні функції, зазвичай мають знижений адаптаційний потенціал, тому процес виховання дитини в такій родині відбувається з великими труднощами, повільно й нерідко не дає бажаних результатів.

Асоціальні сім'ї – це родини, у яких дорослі ведуть аморальний або протиправний спосіб життя. Житлово-побутові умови в них часто не відповідають навіть елементарним епідеміологічним нормам. Вихованню дітей у таких сім'ях зазвичай не приділяють належної уваги, через що підлітки залишаються без нагляду, можуть недоїдати, демонструють затримки інтелектуального й фізичного розвитку. Нерідко діти стають жертвами насильства з боку батьків або інших осіб того самого соціального середовища (Гуменюк, 2005 : 25).

Водночас неблагополучна сім'я не завжди тотожна антисоціальній чи асоціальній. Існує чимало родин, які зовні справляють позитивне враження, однак для дитини, що в них виховується, така сім'я може бути неблагополучною. Безперечно, сім'я алкоголіка чи злочинця не може вважатися сприятливою для дитини, але в багатьох випадках поняття неблагополучної сім'ї доцільно розглядати лише стосовно конкретної дитини, на яку відповідна сімейна ситуація негативно впливає. Саме система взаємин «родина-дитина» має аналізуватися з позиції благополуччя чи неблагополуччя.

Сім'я може бути як повною, так і неповною, проте вирізнятися суперечливим, непослідовним або таким, що пригнічує дитину, стилем виховання, а це, своєю чергою, здатне спричинити появу девіантної поведінки. У деяких випадках неповна сім'я може бути більш сприятливою для дитини, ніж формально повна. Також трапляються родини, де зовні панують цілком благополучні взаємини, проте дорослі настільки зайняті розв'язанням життєвих проблем, що практично не приділяють уваги дитині. Подібна

ситуація також може стати підґрунтям для формування девіацій у поведінці підростаючої особистості (Аршава, 2011 : 11).

Науковці виокремлюють такі типи неблагополучних сімей, взаємини в яких можуть зумовлювати формування девіантної поведінки у підлітків:

- деструктивна сім'я – характеризується відчуженістю, роз'єднаністю членів родини, емоційно напруженим психологічним кліматом, підвищеною конфліктністю та браком духовної єдності;
- сім'я, що розпадається – вирізняється гострою конфронтацією між дорослими, до якої залучаються й діти; у такій родині простежується явна тенденція до розпаду;
- сім'я, що розпалася – родина, в якій один із дорослих залишив сімейну спільність;
- неповна сім'я – сім'я, у якій відсутній один із батьків;
- ригідна псевдосолідарна сім'я – сім'я, у якій домінує владний лідер, що вимагає безумовного підпорядкування. У таких родинах бракує емоційної чуйності, душевності й людяності, натомість панує деспотизм (Афанасьєва, 2021 : 48).

Особливості сімейного неблагополуччя безпосередньо впливають на вибір дорослими певного стилю виховання. Стили сімейного виховання формуються під дією як об'єктивних, так і суб'єктивних чинників. Використання батьками того чи іншого стилю зумовлюється їхніми темпераментними особливостями, а також тими умовами, у яких вони самі виховувалися. Аналіз наукової літератури свідчить, що сім'я може чинити як позитивний, так і негативний вплив, оскільки кожен із батьків насамперед акцентує увагу на тому, що виправдовує його власні взаємини з підлітком.

Однак слід брати до уваги й загальноісторичні умови розвитку суспільно-економічних відносин у соціумі, які створюють передумови для посилення або, навпаки, послаблення впливу сприятливих чи несприятливих стилів сімейного виховання.

Сучасний державно-громадський устрій суспільства, позначений

безвідповідальністю, продажністю, моральною розкутістю, розбіжністю між словами і вчинками, нехтуванням ідеєю суспільної справедливості, не може не позначатися на умовах виховання підростаючого покоління як у родині, так і в освітньому закладі (Андрійчук, 2003 : 3).

У наукових джерелах різнобічно висвітлено питання стилів сімейних взаємин. Науковці виокремлюють шість типів ставлення батьків до дітей:

1. надмірно упереджене ставлення, за якого дорослі переконані, що діти займають домінівне місце в їхньому житті;
2. байдуже ставлення до дітей, їхніх бажань і потреб;
3. егоїстичне ставлення, що проявляється в сприйнятті дитини як основної робочої сили в родині, на яку покладають велику кількість обов'язків;
4. сприйняття дитини виключно як об'єкта виховання без урахування її індивідуально-психологічних особливостей;
5. ставлення до дитини як до перешкоди для кар'єрного зростання та реалізації власних задумів;
6. шанобливе ставлення до дитини, поєднане з покладанням на неї низки сімейних обов'язків і справ (Анопрієнко, 2012 : 16).

Дослідники також розмежовують п'ять типів внутрішньосімейних взаємин: диктат, опіку, конфронтацію, мирне співіснування, що ґрунтується на невторчанні, та співробітництво. Окрім цього, ними визначено чотири типи майже нормальних сімей:

1. сім'я, зорієнтована на суспільну недовіру (недовірлива сім'я);
2. сім'я, зорієнтована на отримання задоволення від життя (легковажна сім'я);
3. сім'я, зорієнтована на авантюрний спосіб досягнення бажаного (хитра сім'я);
4. сім'я, зорієнтована на застосування сили (завзята сім'я) (Васильченко, 2012 : 8).

У наукових працях розроблено підхід до аналізу стилів сімейного

виховання з урахуванням темпераментних особливостей та ролі виховання у виникненні психоневрологічних радикалів (Гуменюк. 2005). Спираючись на три наявні в природі типи темпераменту, окрім меланхолійного, науковці доводять, що система неправильного сімейного виховання може призводити до формування психоневрологічних станів у дітей. Серед основних типів виховання вони називають «відкидаюче» виховання, або неприйняття дитини, гіперсоціалізуюче та егоцентричне (Гуменюк, 2005).

У психології відхилення у сімейному вихованні відображаються насамперед у таких проявах, як гіпо- і гіперпротекція, занедбаність, емоційна депривація та підвищена моральна відповідальність. Доцільно виокремити шість основних типів сімейного виховання:

1. Потураюча гіперпротекція. У такій сім'ї дитина перебуває в центрі загальної уваги, а дорослі максимально задовольняють її потреби. Подібний тип виховання сприяє формуванню істероїдних і гіпертимних рис характеру у дітей.
2. Домінуюча гіперпротекція. У цій сім'ї дитина також є центром уваги дорослих, які віддають їй увесь свій час і сили, але водночас позбавляють її самостійності через численні обмеження і заборони. У гіпертимних підлітків такий стиль виховання посилює реакцію емансипації. За психостенічної, сенситивної, астено-невротичної акцентуації характеру він робить астеничні риси ще більш вираженими.
3. Жорстоке поводження. Воно виявляється у великій кількості вимог до підлітка, численних заборонах на певні дії та суворих санкціях за невиконання встановлених правил. Такий тип виховання підсилює риси епілептоїдної та психоастеноїдної акцентуації характеру.
4. Емоційне відторгнення. Для нього характерне поєднання зниженої протекції, зневаги до інтересів підлітка і, нерідко, жорстокого ставлення до нього. У науковій літературі цей тип виховання часто називають вихованням за типом «попелюшки». У такому випадку

загострюються риси епілептоїдно-лабільної, сензитивної та астено-невротичної акцентуації характеру, а також можуть розвиватися процеси декомпенсації та невротичні розлади психіки.

5. Підвищена моральна відповідальність. Вона характеризується високою вимогливістю до дитини за одночасно недостатньої уваги до неї з боку дорослих і слабкої турботи про її потреби. Такий тип виховання сприяє формуванню психостенічної акцентуації темпераменту.
6. Бездоглядність. Вона визначається поєднанням зниженої протекції, підвищеного рівня задоволення потреб підростаючої особистості та мінімальної кількості заборон (Барабаш, 2017 : 12).

У таких сім'ях дитина фактично отримує повну свободу дій, тоді як дорослі мало цікавляться її життям і майже не здійснюють контролю. Подібний тип виховання вважається особливо несприятливим за наявності гіпертимних акцентуацій, а також при нестійкому й конформному типах. Розглянемо особливості формування девіантної поведінки підлітка в межах різних стилів батьківсько-дитячих взаємин.

Дорослі, починаючи з раннього дитинства, нерідко надають дитині неконтрольовану свободу вчинків через зосередженість на власних справах. Водночас вони вимагають безумовного дотримання встановлених батьками правил і вимог. Такому вихованню притаманна непослідовність: дитину можуть одночасно карати за непослух і заохочувати, аби вона не плакала. Зазвичай це відбувається тоді, коли для батьків важливо зберегти пристойний вигляд в очах оточення. У таких умовах відсутня міра між заохоченням і покаранням. Подібна непослідовність проявляється і в емоційній сфері. Найчастіше внутрішньосімейні стосунки набувають спекулятивного характеру. Батьки вважають за потрібне навчити дитину розуміти, коли їй вигідно чинити певним чином, а коли ні, і систематично демонструють підліткові зразок подвійних, нещирих взаємин з іншими людьми. Дитині дозволяється поводитися так, як зручно їй самій або вигідно батькам, за умови

формального дотримання загальноприйнятих норм пристойності на людях.

Змагальний стиль вирізняється тим, що ще змалку батьки сприймають дитину як особливу, непересічну, виняткову й навіть видатну особистість, бачачи в ній надзвичайний потенціал. Вони максимально схвалюють майже всі її вчинки. У ситуаціях успіху дитина отримує як словесне, так і матеріальне заохочення. Якщо виникає суперництво з іншими дітьми, батьки будь-яким способом підтримують її та навчають не поступатися вже здобутими позиціями. Наслідком такого виховання стає формування в підлітка переконання у власній непереможності та перевазі над іншими. У випадках поразки в нього можуть виникати депресивні стани та відмова від подальшої участі в такій діяльності. Головним методом виховання тут виступає заохочення. Проте, коли підліток порушує правила поведінки, покарання може бути надзвичайно суворим і жорстким. Особистісні якості дитини батьків цікавлять менше, ніж те, яке враження вона справляє в соціумі. У взаємодії з підлітком вони часто поводяться так, ніби він рівний їм за віком і розвитком, і висувають до нього відповідні вимоги.

Розважливий стиль характеризується тим, що дорослі надають дитині значну свободу у вчинках, аби вона через власні спроби й помилки накопичувала індивідуальний досвід. Задовольняючи базові життєві потреби підлітка в активній діяльності, батьки не стримують його постійними настановами й повчаннями. Вони виходять із того, що активність дитини має розвиватися природно. Дорослі не схильні спеціально заохочувати дитину за те, що вона і так робить охоче, вважаючи, що її діяльність не потребує додаткових стимулів. У такій родині підліток разом із батьками бере активну участь у розв'язанні сімейних питань. При цьому дорослі ніколи не принижують його гідності й не дозволяють цього іншим (Максимова, 2021).

Попереджувальний стиль формується за наявності двох умов: фізичної ослабленості дитини від народження та особливостей характеру батьків, які ґрунтуються на тривожно-недовірливому сприйнятті світу. Вважаючи, що дитина не здатна самотійно знайти вихід із ситуації, дорослі практично

позбавляють її активної діяльності, перетворюючи на пасивного спостерігача. Покарання в таких сім'ях зазвичай відсутні. Батьки відчувають провину, якщо дитина чимось незадоволена, адже не можуть повністю задовольнити її примхи. Вони часто надмірно вихваляють дитину, намагаючись зміцнити її впевненість у собі, і, крім морального схвалення, використовують також матеріальні винагороди (Максимова, 2021).

Контролюючий тип вирізняється тим, що дорослі максимально обмежують самостійність дитини й застосовують у своїй поведінці примусові способи виховання. Такому стилю властиві жорстка вимогливість і безумовне дотримання всіх моральних норм. Не надаючи дитині можливості самостійно міркувати, батьки вимагають негайного виконання всіх своїх розпоряджень. Емоційне відкидання в таких умовах нерідко супроводжується жорстоким поводженням (побиття, фізичне і моральне покарання), а зовнішня увага до дитини часто лише маскує цілковиту внутрішню байдужість (Оржеховська, 2018 : 18).

Співчутливий стиль передбачає надання підліткові майже повної свободи в діяльності. Будь-які способи впливу на дитину практично не застосовуються. Дорослі люблять свою дитину, однак не наполягають на суворому дотриманні всіх правил. Доцільно виокремити такі негативні сімейні чинники: фізичне насильство, вседозволеність, сексуальне насильство, недостатній або надмірний батьківський контроль, алкоголізм батьків, несприятливі житлові умови, неповна сім'я (Гуменюк, 2005 : 47).

Стилі сімейного ставлення формують різні типи підлітків з певними індивідуальними рисами, які можуть сприяти виникненню девіантних проявів. Підліток лицемірного типу схильний наслідувати все, що бачить навколо, прагне найпростішим шляхом досягти вигоди й уникнути діяльності, яка пов'язана з труднощами. Він легко засвоює переважно те, що справляє на нього сильне враження. Його активність має переважно практичний характер: такі підлітки нерідко вдаються до обману та удаваної привітності, щоб розв'язати складні питання, однак невдачі зазвичай не викликають у них глибоких

переживань. До моральних норм і зразків вони виявляють лише зовнішню прихильність. Вони не відзначаються сталістю прив'язаностей, легко змінюють міжособистісні зв'язки, друзів, умови проживання, якщо нові обставини відкривають більше можливостей для отримання вигоди й дають змогу хоча б на певний час відчувати себе особливо значущими (Максимова, 2021).

Честолюбний тип вирізняється добре розвинутою пам'яттю, завдяки якій відбувається активне засвоєння навколишньої дійсності. Будь-яка пізнавальна діяльність такого підлітка спрямована не лише на запам'ятовування і відтворення елементарних шаблонів та суджень, а й на засвоєння складних філософських поглядів. Він також опановує моральні засади, які згодом виявляються у його вчинках. Для нього характерне сильно розвинене почуття власної переваги над іншими. Унаслідок цього формуються самолюбство, пихатість, завищена впевненість у собі та постійне прагнення бути першим і домінувати над оточенням. Посередні заняття таких підлітків не приваблюють. Вони категоричні, сміливі, досить чутливі й швидко захоплюються тим, що сприяє їхньому звеличенню та приниженню суперників, які не визнають їхньої винятковості. Провідною життєвою настановою для них стають сила, влада і всевладдя (Максимова, 2021 : 32). Основою становлення честолюбного типу є систематичне спонукання дитини до змагальної діяльності через словесні та матеріальні винагороди.

Для добродушного типу характерні добре розвинені аналітичні здібності: підліток схильний оцінювати й аналізувати будь-яке нове явище та, поступово розвиваючись, навчається мислити абстрактно. За браку знань його пізнавальна активність може набувати форми фантазування й вигадки. Для такого типу першочергове значення має особистість, аналіз власного ставлення до вчинків і до навколишньої дійсності (Бамбурак, 2009 : 115). Тому можна стверджувати, що діяльність цих підлітків відзначається самостійністю та щирістю. Вони діють доти, доки зберігається пізнавальний інтерес або поки не буде виконано дану обіцянку.

Проблемою добродушного типу є непропорційність між інтелектуальними здібностями та фізичною працею, оскільки інтелектуальний розвиток переважає. Любов до людей, прагнення захистити слабшого є виразними рисами підлітків цього типу. Їхньому становленню сприяють такі чинники: проникливість, схильність замислюватися над явищами навколишньої дійсності, уміння встановлювати причинно-наслідкові зв'язки, поступливість, пластичність, щирість, прямолінійність у вчинках і взаєминах з іншими.

Підліток м'яко-забитого типу не має достатніх чинників, які б забезпечували його повноцінний розвиток, тому в крайніх проявах він постає як інтелектуально й морально обмежена особистість. Для нього характерні негативні риси як у розумовому, так і в моральному плані. Він діє так, як йому наказано, не виявляючи ні проникливості, ні вмінь, ні сформованих моральних засад. Його можна порівняти з автоматом, який невдало відтворює все почуте й побачене. Без чітких вказівок і зовнішнього керування він не здатний діяти самостійно. Його впертість має пасивний, бездіяльний характер, тобто він не наважується залишити звичний стан безініціативності.

До причин формування м'яко-забитого типу належать відсутність будь-якої самостійної діяльності підлітка, придушення його активності та усунення умов для розвитку інтелектуальної діяльності (Кошова, & Кресан, 2021). Злісно-забитий тип, своєю чергою, вирізняється озлобленістю, недовірою, амбітністю та різкими рефлексорними реакціями. Усвідомлена діяльність такого підлітка спрямована передусім на самозахист. Він зникає до сильних вражень, пов'язаних з образом особистості, тому постійно шукає нових емоційних подразників і гострих переживань. Порушення стають для нього способом вийти зі стану апатії, у який він був занурений під впливом насильницьких заходів. Формуванню цього типу сприяють заборона на самостійні роздуми, застосування примусових і насильницьких методів впливу, а також дефіцит доброзичливого ставлення й любові. Для злісно-забитих підлітків властиві недовірливість, жорстка проникливість, потреба в

систематичних надсильних стимулах (бойовики, комп'ютерні ігри, зміна місць перебування, азартні ігри та інше) (Кошова, & Кресан, 2021). Такі діти легко пристосовуються до асоціального середовища та можуть набувати різних форм девіантної поведінки. Водночас злісно-забитий тип є не лише наслідком браку турботи в родині, а й інколи результатом надмірної любові з боку матері чи іншої людини, яка виховує дитину.

Пригнічений тип характеризується переважанням фізичної праці над інтелектуальною активністю, а також слабко вираженим прагненням до абстрактного мислення й світоглядних роздумів (Кошова, & Кресан, 2021). Особи цього типу настільки звикають до праці й постійної потреби діяти, що навіть не схильні оцінювати власну роботу, натомість вирізняються підвищеною лагідністю, терплячістю й поблажливістю до навколишньої дійсності.

Нормальний тип (ідеальний) повинен характеризуватися гармонійним поєднанням інтелектуального та фізичного розвитку. Виявляючи повну сприйнятливність до навколишньої дійсності, підліток такого типу навчається осмислювати набуті враження, послідовно розвиває інтелектуальні й фізичні здібності, оскільки звикає досягати необхідного завдяки власним можливостям (Кошова, & Кресан, 2021 : 42). Ідеальний підліток є діяльним, зважає на потреби інших, не протиставляє власні інтереси інтересам оточення. Його інтелектуальні зусилля спрямовані на виявлення закономірностей між отриманими знаннями, розвиток аналітичних умінь та абстрактного мислення. Нормальний тип має поєднувати в собі позитивні риси добродушного та пригніченого типів.

Отже, стиль виховання і тип батьківського ставлення зумовлюють істотні зміни в особистісному розвитку підлітка, а також можуть сприяти виникненню тих чи інших девіацій у його поведінці.

Висновки до першого розділу

Для підліткового віку властиве виразне посилення потреби в особистій дружбі та щирому дружньому спілкуванні. Самі підлітки нерідко наголошують: «Не уявляю собі життя без дружби»; «Дружба – це найкраще, що може бути в людини». Мотиви дружніх взаємин у цей період стають значно глибшими. Дружба виникає вже не лише тому, що діти сидять за однією партою чи мешкають в одному будинку, як це часто буває у молодшому шкільному віці, а на основі спільних інтересів, захоплень, спільної діяльності, взаємної поваги й симпатії, довіри, розуміння, близькості поглядів і смаків. Якщо для дітей молодшого віку самотність є досить звичним явищем, то підліток не схильний пасивно очікувати появи дружби. Він активно шукає близького товариша або друга серед ровесників і ніби перевіряє інших на здатність бути справжнім другом.

Формування Я-концепції, зокрема її поведінкового компонента у підлітків, значною мірою визначається також особливостями стилю виховання та характером взаємин з батьками. Сім'я, як і будь-яка соціальна система, може мати різні відхилення у своєму функціонуванні, що безпосередньо позначаються на особистості дитини, яка дорослішає.

Девіантну поведінку розглядають як таку, що відхиляється від соціальних норм і стандартів, однак не в усіх випадках має кримінальний зміст. Вона може виявлятися у різних формах, зокрема в агресії, залежностях або інших діях, що суперечать загальноприйнятим суспільним очікуванням.

Серед основних ознак девіантної поведінки виокремлюють труднощі самоконтролю емоційних проявів, соціальну дезадаптацію та схильність до повторення подібних учинків. Деліквентна поведінка, своєю чергою, є різновидом девіантної поведінки, що охоплює правопорушення або злочинні дії. Це така форма поведінки, яка порушує норми кримінального права і може спричиняти юридичні наслідки. Деліквентність нерідко пов'язують із соціальною маргіналізацією та несприятливим впливом оточення. Девіантна й деліквентна поведінка є складними феноменами, які потребують комплексного

підходу до їх осмислення та корекції. Важливо брати до уваги як індивідуально-психологічні чинники, так і соціальні умови, що впливають на формування таких моделей поведінки. Психологічна підтримка та корекційна робота можуть бути дієвими засобами подолання девіантних проявів і профілактики деліквентності, особливо в молодіжному середовищі.

На відміну від молодших школярів, підлітки не лише більш серйозно й усвідомлено ставляться до встановлення та підтримки дружніх взаємин, а й мають значно вищу мотивацію до таких контактів, виявляють більшу обачність і розсудливість у виборі товариша чи друга. Неповнолітні найчастіше взаємодіють з особами своєї статі через спільність проблем, інтересів та уподобань. Представники протилежної статі зазвичай не залучаються до такого близького спілкування, оскільки часто сприймаються як ті, хто не здатен повною мірою зрозуміти наміри й думки ровесника.

РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСНОВ ВПЛИВУ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ НА СТОСУНКИ З РОВЕСНИКАМИ

2.1. Програма та побудова дослідження

Для досягнення поставленої мети та виконання визначених завдань було застосовано три методики: «Методика діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі, «Методика діагностики поведінки особистості в конфліктних ситуаціях» К. Томаса та «Методика вивчення психологічного клімату у колективі».

1. Методика діагностики міжособистісних відносин була розроблена Т. Лірі, Г. Лефоржем, Р. Сазаном у 1954 р. Т. Лірі запропонував використовувати її для оцінювання спостережуваної поведінки людей, тобто поведінки в інтерпретації оточуючих (“зі сторони”), а також для самооцінки, оцінювання близьких людей і характеристики ідеального «Я». Залежно від рівня діагностики змінюється і зміст інструкції для відповідей.

Тест включає 128 оціночних суджень, з яких у кожному з 8 типів ставлення міститься по 16 пунктів, упорядкованих за зростанням інтенсивності. Під час обробки результатів дослідник підраховує кількість виявів кожного типу ставлення.

Найвищий показник становить 16 балів, однак він поділяється на 4 ступені вираженості ставлення:

- 0-4 бали – низька адаптивна поведінка
- 5-8 балів – помірна
- 9-12 балів – висока – екстремальна поведінка
- 13-16 балів – екстремальна до патології.

Якісний аналіз отриманих результатів здійснюється шляхом зіставлення дискограм, які відображають відмінності між уявленнями різних людей. С.В. Максимовим запропоновано індекси точності рефлексії, рівня усвідомлення

особистістю думки групи, а також значущості групи для особистості.

Результати кількісного підрахунку балів дають змогу охарактеризувати якісні прояви за такими октантами:

I - Авторитарність; II – Егоїстичність

III - Агресивність; IV – Недовірливість

V - Підкореність; VI – Залежність

VII – Дружелюбність; VIII – Альтруїстичність.

Саме за цими показниками описуються особливості взаємин з оточуючими.

2. Методика Томаса. К. Томас і Ф. Кімен виокремлюють п'ять основних стилів поведінки в конфліктних ситуаціях, які ґрунтуються на власному стилі особистості, стилі інших учасників конфлікту, а також на характері самого конфлікту. Базові стилі поведінки в конфліктній ситуації пов'язані зі спільним джерелом будь-якого конфлікту – розбіжністю інтересів двох або більше сторін.

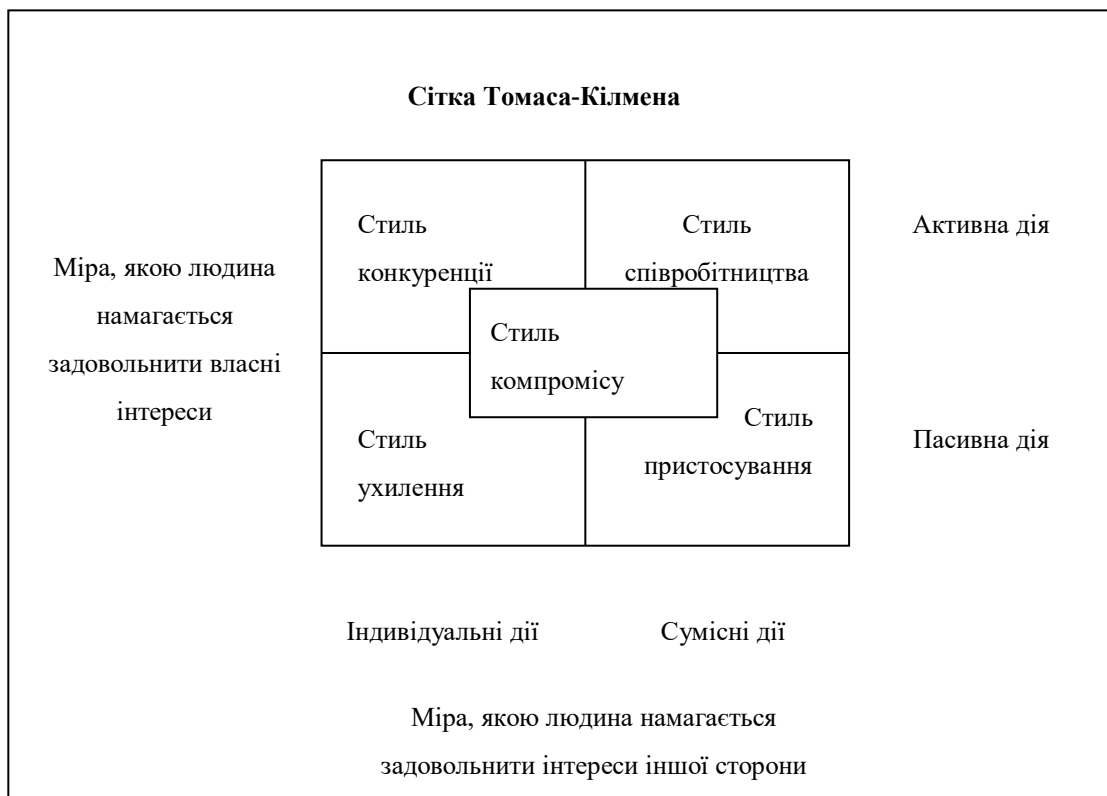


Рис. 2.1.1. Стилi поведінки за методикою Томаса.

Верхня частина сітки відображає спільні дії. Якщо людина надає перевагу саме їм, то в конфліктній ситуації вона прагнучиме розв'язати проблему разом з іншою особою або групою людей, які беруть участь у конфлікті. Якщо ж перевага віддається індивідуальним діям, тоді людина шукатиме власний спосіб вирішення проблеми або намагатиметься уникнути її розв'язання.

Поєднання цих двох частин сітки утворює матрицю з п'яти стилів.

Тест налічує 30 запитань. У кожному з них потрібно обрати той варіант поведінки, який є для Вас найбільш характерним, і зазначити у відповідях відповідну букву (а або б).

За кожним із п'яти розділів опитувальника (співпраця, компроміс, ухилення, конкуренція, пристосування) визначається кількість відповідей, що збігаються з ключем. Отримані кількісні показники зіставляються між собою з метою виявлення найбільш типової форми соціальної поведінки досліджуваного в конфліктній ситуації, а також тенденцій його взаємин у складних умовах.

3. «Методика вивчення психологічного клімату колективу» дає змогу встановити, який саме психологічний клімат переважає в конкретній групі.

Інструкція: «Вам пропонується оцінити, як проявляються якості психологічного клімату у вашій групі, виставте ту оцінку, яка, на вашу думку, є насправді». Тест містить 13 запитань.

Оцінювання:

- 3 - якість виявляється в групі постійно;
- 2 - якість спостерігається у більшості випадків;
- 1 - якість проявляється нечасто;
- 0 - обидві якості проявляються однаковою мірою.

Підрахунок балів. Необхідно підсумувати бали лівої сторони в запитаннях 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13 – це сума А; далі підрахувати бали правої сторони в усіх запитаннях – це сума В; після цього визначити різницю

за формулою $C = A - B$.

Якщо C дорівнює нулю або має від'ємне значення, то це свідчить про яскраво виражений неблагополучний клімат на думку респондента; якщо C перевищує 25, психологічний клімат оцінюється як благополучний; якщо C менше 25, клімат визначається як нестійко благополучний. Середньогрупову оцінку психологічного клімату обчислюють за формулою $C = C/M$, де M – кількість членів групи.

Відсоток осіб, які оцінюють клімат як неблагополучний, визначається за формулою $n(C-)/M \cdot 100\%$, де $n(C-)$ – кількість осіб, які оцінюють клімат як неблагополучний, M – кількість членів групи.

Наше дослідження здійснювалося впродовж 2025-2026 навчального року. Програму дослідження було апробовано на підлітках віком 14-15 років, які навчаються у восьми класах «Комунального закладу загальної середньої освіти Ліцей №17 Хмельницької міської ради Хмельницької області». У дослідженні взяли участь 50 учнів.

2.2. Опрацювання одержаних результатів

Інтерпретація результатів за методикою Т. Лірі здійснювалася окремо за чотири чинниками, кожен з яких охоплює по два октанти.

До чинника домінування належать авторитарність та егоїстичність, за якими було отримано такі результати.

Авторитарний октант:

- у 3 учнів виявлено високий рівень авторитарності, що вказує на диктаторські, владні, деспотичні риси, властиві сильній особистості, яка прагне лідирувати в усіх видах групової діяльності. Такі підлітки схильні повчати, давати настанови, в усьому спиратися на власну думку, не вміють або не хочуть дослухатися до порад інших. Оточення помічає цю владність і визнає її;
- 24 учням притаманний середній рівень авторитарності, що дає підстави характеризувати їх як домінантних, енергійних,

компетентних, схильних до лідерства осіб, які успішно діють у справах, люблять радити та очікують поваги до себе;

- у 23 учнів зафіксовано низький рівень авторитарності, що свідчить про впевненість у собі, хоча не обов'язково про лідерські якості; їм властиві наполегливість, упертість, здатність досягати свого, відстоювати власну позицію й водночас брати відповідальність за спільні рішення.

Егоїстичний октант:

- 30 учням властивий низький рівень егоїстичності, для якого характерна наявність окремих егоїстичних рис, орієнтація на власні інтереси та схильність до суперництва. Вони не надто зацікавлені у співпраці з іншими, проте здатні приймати вольові рішення й насамперед прагнуть реалізувати власні інтереси, інколи нав'язуючи іншим свої способи розв'язання ситуацій.

За даними чинника агресивності, який охоплює октанти агресивності та недовірливості, встановлено таке.

Агресивний октант:

- у 15 учнів виявлено середній рівень агресивності, що проявляється у вимогливості, прямолінійності, відкритості, суворості, різкості в оцінюванні інших, непримиренності, схильності звинувачувати оточення, саркастичності, іронічності та дратівливості;
- 35 учням притаманний низький рівень агресивності, який виявляється в упертості, настирливості, енергійності, незначній імпульсивності, умінні повноцінно виражати своє "Я", демонструвати власні інтереси, заперечення, бажання, погляди та захищати їх. Однак це не завжди має позитивний характер, адже можливе прагнення долати перешкоди на шляху реалізації власних інтересів шляхом обмеження інтересів інших.

Недовірливий октант:

- у 11 учнів виявлено високий рівень недовірливості, що свідчить про

відокремленість, сприйняття світу як ворожого і злого, підозрілість, схильність сумніватися в усьому, злопам'ятність, постійні скарги на інших (шизоїдний тип характеру);

- 12 учням властивий середній рівень недовірливості, що проявляється у критичності, труднощах в інтерперсональних контактах через підозрілість і страх негативного ставлення, замкненості, скептицизмі, розчарованості в людях; їхній негативізм нерідко виявляється у вербальній агресії;
- у 27 учнів зафіксовано низький рівень недовірливості, який засвідчує критичне ставлення до соціальних явищ та оточення, прагматичність, цинізм, а також здатність до об'єктивного оцінювання себе та інших.

За показниками чинника підкореності, який охоплює октанти підкореності та залежності, було виявлено такі результати.

Октант підкорення:

- 12 підліткам притаманний середній рівень підкорення, що характеризується сором'язливістю, схильністю підпорядковуватися сильнішому без урахування конкретної ситуації та нерішучістю;
- 38 підліткам властивий низький рівень підкорення, що виявляється у сором'язливості, поступливості, емоційній стриманості, схильності підпорядковуватися, відсутності вираженої власної думки, сумлінному виконанні обов'язків та педантичності.

Октант залежності:

- у 17 підлітків виявлено середній рівень залежності, що характеризується слухняністю, безпорадністю, боязливістю, нездатністю до самозахисту, а також щирим переконанням, що інші завжди мають рацію;
- 33 підліткам притаманний низький рівень залежності, що свідчить про м'якість, конформність, очікування підтримки та допомоги, довірливість, схильність захоплюватися оточуючими, ввічливість і сором'язливість.

За результатами чинника дружелюбності, який поділяється на октанти дружелюбності та альтруїстичності, було встановлено таке.

Октант дружелюбності:

- 26 підлітків мають високий рівень дружелюбності, що вказує на дружнє ставлення до всіх, орієнтацію на прийняття та соціальне схвалення, прагнення відповідати очікуванням усіх і “бути хорошим” для кожного без урахування ситуації, намагання досягати цілей мікрогрупи, наявність розвинених механізмів витіснення, а також емоційну лабільність (істероїдний тип характеру);
- 24 підлітки, навпаки, характеризуються низьким рівнем дружелюбності, що виявляється у схильності до співпраці, кооперації, готовності до компромісу в проблемних та конфліктних ситуаціях, прагненні узгоджуватися з думкою оточення, дотримуватися правил і принципів “хорошого тону” у взаєминах, ініціативності, ентузіазмі у досягненні групових цілей, бажанні допомагати, потребі у визнанні й любові, комунікативності, теплоті та дружності у ставленні до людей.

Октант альтруїстичності:

- 22 неповнолітнім притаманний високий рівень альтруїстичності, що свідчить про гіпервідповідальність, готовність жертвувати власними інтересами, прагнення допомагати й співчувати всім, надмірну активність щодо оточення та навіть нав’язливість у наданні допомоги, а також схильність неадекватно брати на себе відповідальність за інших (це може бути лише зовнішня “маска”, що приховує особистість протилежного типу);
- 28 неповнолітнім властивий низький рівень альтруїстичності, що проявляється у відповідальному ставленні до людей, м’якості, доброти, емоційному ставленні до інших через співчуття, симпатію, турботу, умінні підтримати та заспокоїти, а також безкорисливості.

Як видно з Рис. 2.2.2., у досліджуваній вибірці найбільш вираженими

типами взаємостосунків у групі підлітків є авторитарність (8,6), егоїстичність (6,6), залежність (6,5), дружелюбність (7,9) та альтруїстичність (9,5). Таку контрастність можна пояснити тим, що частина підлітків демонструє виражене прагнення керувати, підпорядковувати інших і вказувати їм, як діяти. Інша частина, навпаки, налаштована більш мирнолюбно, тому намагається уникати непорозумінь через вияв дружелюбності та альтруїстичності.

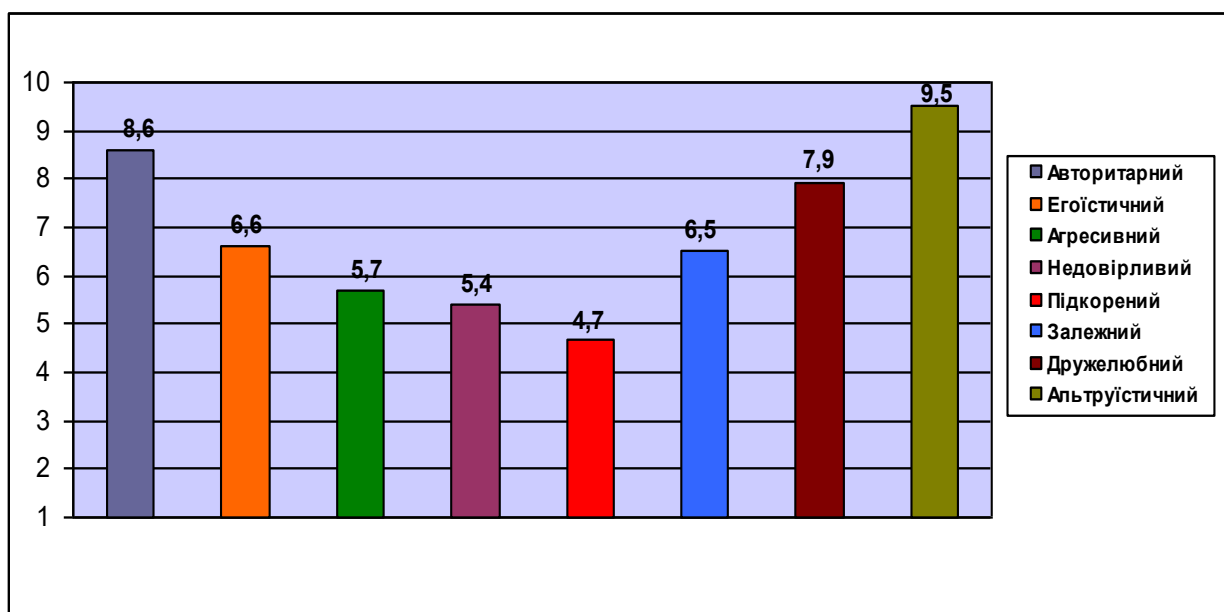


Рис. 2.2.2. Прояв типів міжособистісних відносин в групі.

Результати, отримані за двома базовими чинниками, що обчислювалися за спеціальними формулами, засвідчили незначне переважання домінування над дружелюбністю. Це вказує на близькість значень обох факторів, тобто їхні показники є майже однаковими.

Так, вибірку з 50 осіб можна умовно розмежувати на дві групи. До групи А належать 26 учнів, які більшою мірою орієнтовані на домінування. У спілкуванні з ровесниками це проявляється у схильності до конфліктності, претензійності, прагненні до лідерства, а також у недостатньому врахуванні думки інших. Групу В становлять 24 учні, яким більш притаманна дружелюбна спрямованість. У поведінці це виявляється у прагненні будувати взаємини на основі компромісу, альтруїстичних тенденцій, підпорядкування та невпевненості.

Дані, подані в таблиці 2.2.1., свідчать про те, що переважна більшість підлітків продемонструвала помірний рівень адаптивної поведінки за всіма чотирма чинниками. Водночас відносно невелика частина досліджуваних виявила низький рівень адаптивності. Ще менше учасників характеризуються високим рівнем екстремальності в поведінці.

Таблиця 2.2.1.

Рівень вираженості типів ставлення у досліджуваних

Рівень прояву ставлень	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
0–4 б. низький рівень адаптованості поведінки	4	10	13	11	11	7	4	7
5–8 б. помірний рівень адаптованості поведінки	9	12	12	16	16	16	10	11
9–12 б. високий рівень екстремальності поведінки	2	7	4	1	2	5	12	7
13–16 б. екстремальний рівень, наблизений до патологічного	3	0	0	1	0	0	0	1

Де:

I–II – домінування;

III–IV – агресивність;

V–VI – підкорення;

VII–VIII – дружелюбність.

Узагальнення результатів, отриманих після застосування методики Лірі до підлітків, дає підстави виокремити такі положення:

- для переважної частини досліджуваних (група А) характерна помірна та низька адаптивність поведінки, поєднана зі схильністю до домінування, що проявляється в межах невисоких показників авторитарності та егоїстичності;
- у другій частини вибірки (група В) зафіксовано низький рівень прояву агресивності й недовірливості;
- у цілому обом групам притаманний невисокий рівень схильності до підпорядкування та залежності;
- показники дружелюбності й альтруїстичності виявилися однаково

представленими як на низькому, так і на високому рівнях.

Усе це дає підстави стверджувати, що група неповнолітніх, які брали участь у нашому емпіричному дослідженні, переважно демонструватиме дружнє ставлення одне до одного, хоча не виключаються й окремі прояви агресивності, домінування та прагнення підпорядковувати інших власній волі, однак ці тенденції не мають високого ступеня вираженості.

Водночас слід підкреслити, що окремі представники формальних груп (учнівських класів), порівняно з іншими, виявляють вищу схильність до агресивності, домінування та підпорядкування волі інших осіб.

Рівень конфліктності серед досліджуваних підлітків перебуває в межах норми й не набуває яскраво вираженого характеру.

Результати, отримані за методикою Томаса, показали, що 18 підлітків обирають стиль поведінки, пов'язаний із конкуренцією.

Особа, яка користується стилем конкуренції, зазвичай є досить активною і здебільшого прагне розв'язати конфлікт, спираючись на власний спосіб дій. Вона не надто зорієнтована на співпрацю з іншими, проте здатна до вольових рішень. Відповідно до опису динаміки цього процесу, запропонованого Томасом і Кіменом, така людина насамперед намагається реалізувати власні інтереси, не беручи до уваги потреби інших, і схиляє їх до прийняття свого варіанта розв'язання проблеми. Для досягнення мети вона спирається на власні вольові якості, і за достатньої сили волі їй це нерідко вдається.

Прикладами ситуацій, у яких доцільно використовувати цей стиль, можуть бути такі:

- коли кінцевий результат має для людини виняткове значення, і вона цілком покладається на власний спосіб розв'язання проблеми;
- коли людина має достатній авторитет для прийняття рішення, і є очевидним, що запропонований нею варіант є найкращим;
- коли рішення потрібно ухвалити швидко, а людина має для цього належні повноваження;
- коли особа відчуває, що іншого вибору в неї немає і втрачати їй

нічого.

17 осіб обрали стиль поведінки, пов'язаний з ухиленням.

Стиль ухилення застосовується в тих випадках, коли позиція людини є нестійкою, а співпраця з іншими для розв'язання проблеми відсутня. Він доречний тоді, коли проблема не є надто значущою або коли людина усвідомлює слабкість власної позиції та правильність позиції іншої сторони конфлікту, коли сили учасників нерівні або коли опонент має більшу владу. За таких обставин простежується прагнення передусім убезпечити власні інтереси; також стають помітними тенденції дистанціювання від проблеми, перекладання відповідальності за її розв'язання на інших, намагання відкласти рішення чи скористатися іншими способами виходу із ситуації.

Нижче наведено ситуації, у яких стиль ухилення може бути ефективним:

- коли напруження є надто сильним, і людина гостро потребує його зниження;
- коли особа точно знає, що не здатна або навіть не хоче вирішувати суперечку на свою користь;
- коли людина свідомо прагне виграти час, щоб отримати додаткову важливу інформацію;
- коли ситуація є досить складною, і людина розуміє, що розв'язання суперечки вимагатиме від неї занадто великих поступок;
- коли спроба швидко владнати проблему конкретною особою може бути небезпечною, оскільки виявлення й обговорення конфлікту лише ускладнить для неї ситуацію.

Насправді відхід від конфлікту або відтермінування його розв'язання інколи може бути цілком вдалим і конструктивним способом реагування на конфліктну ситуацію.

3 підлітки визначили для себе стиль поведінки, пов'язаний із компромісом.

У такому випадку підліток частково поступається власними інтересами заради їх часткового задоволення, а інша сторона у відповідь чинить так само.

Тобто особа погоджується лише на часткову реалізацію свого наміру й одночасно на часткове задоволення бажань іншої людини. Порівняно зі співробітництвом компроміс досягається лише на поверховому рівні. Найбільш ефективним цей стиль є тоді, коли обидві сторони прагнуть одного й того самого, однак добре усвідомлюють, що повністю задовольнити інтереси кожної з них одночасно неможливо.

Стиль компромісу є доцільним і результативним у таких випадках:

- коли обидві сторони мають однакові владні можливості;
- коли інші способи розв'язання суперечностей і спірних питань виявилися неефективними;
- коли питання реалізації бажання не є для людини надто гострим, тому вона може змінити зміст поставленої мети;
- коли такий спосіб дає змогу зберегти взаємини й отримати хоча б певну вигоду замість того, щоб втратити все;
- коли компроміс можна розглядати як доречний відступ або навіть як останню можливість дійти бодай до якогось варіанта розв'язання проблеми.

б неповнолітніх обрали для себе стиль поведінки - пристосування.

Його сутність полягає в тому, що підліток взаємодіє з іншою людиною спільно, не наполягаючи при цьому на захисті власних інтересів. Автори цієї методики підкреслюють, що активність особистості в межах такого стилю проявляється саме в готовності поступитися своїми інтересами на користь іншої людини, тим самим підтримавши її позицію.

Застосовуючи таку тактику у конфлікті, підліток відсуває власні пріоритети на другий план. Вона є доречною тоді, коли внесок у спільну справу не має для нього вирішального значення або коли напруження в очікуванні позитивного розв'язання проблеми є не надто сильним.

Стиль пристосування певною мірою подібний до стилю ухилення. Проте його головна відмінність полягає в тому, що особа не просто уникає ситуації, а взаємодіє з іншим учасником, бере участь у розв'язанні суперечки й

погоджується робити те, чого від неї очікує інша сторона.

Наведемо приклади конфліктних ситуацій, у яких цей стиль є доцільним:

- людину не надто зачіпає те, що вже відбулося;
- особа прагне зберегти рівновагу та добрі взаємини з іншими;
- людина розуміє, що кінцевий результат є дуже важливим для іншої сторони суперечки;
- особа вважає, що може здобути певний позитивний досвід із ситуації, якщо погодиться на рішення іншої сторони та своєрідно «пожертвує» власними бажаннями.

Йдучи на поступки, погоджуючись або не акцентуючи уваги на власних інтересах, ми фактично діємо на користь іншої людини, прагнучи згладити суперечності та відновити гармонію у взаєминах.

6 підлітків визначили для себе стиль поведінки - співпраця.

Обираючи цю модель, підліток демонструє готовність активно долучатися до врегулювання конфлікту, не відмовляючись від власних інтересів, але водночас прагнучи до взаємодії з іншими учасниками суперечки. Така стратегія потребує значно більших внутрішніх зусиль порівняно з іншими стилями поведінки. Спочатку необхідно з'ясувати зміст прагнень, цілей та інтересів усіх сторін конфлікту, а вже потім переходити до їх обговорення. Цей стиль особливо доречний у тих випадках, коли опоненти не схильні відкрито виявляти свої наміри та прагнення. За таких умов буває складно встановити справжнє джерело суперечностей у взаєминах. На початковому етапі може складатися враження, що всі сторони прагнуть одного й того самого, хоча насправді їхні бажання суттєво різняться, що й породжує конфлікт.

Для ефективного використання стилю співпраці потрібно витратити певний час на виявлення прихованих інтересів і потреб, щоб знайти варіанти задоволення реальних бажань усіх зацікавлених сторін.

Такий стиль доцільно застосовувати в таких ситуаціях:

- остаточне вирішення проблеми є дуже важливим для всіх учасників конфлікту, і ніхто не хоче повністю усунутися від її розв'язання;

- є можливість і час для глибокого аналізу проблеми, що виникла;
- опоненти готові винести на обговорення певні ідеї та спільно шукати шляхи їх реалізації;
- сторони конфлікту мають однакові владні можливості й не акцентують на цьому уваги, щоб на рівних шукати вихід із ситуації.

Співпраця є досить виваженим і мудрим способом подолання суперечностей у спілкуванні, оскільки її результатом стає розв’язання проблеми із врахуванням інтересів обох сторін. Хоча така тактика потребує часу й зусиль, вона дає можливість учасникам чітко висловити свої бажання, окреслити потреби, вислухати одне одного, а потім виробити альтернативні шляхи подолання конфліктної ситуації.

Отже, більшість підлітків, які увійшли до нашої вибірки, обрали такі стратегії поведінки в конфліктних ситуаціях: стиль конкуренції – 18 учнів (36%), ухилення – 17 учнів (34%), пристосування – 6 учнів (12%), співпраця – 6 учнів (12%), компроміс – 3 учні (6%), див. Рис. 2.2.3.

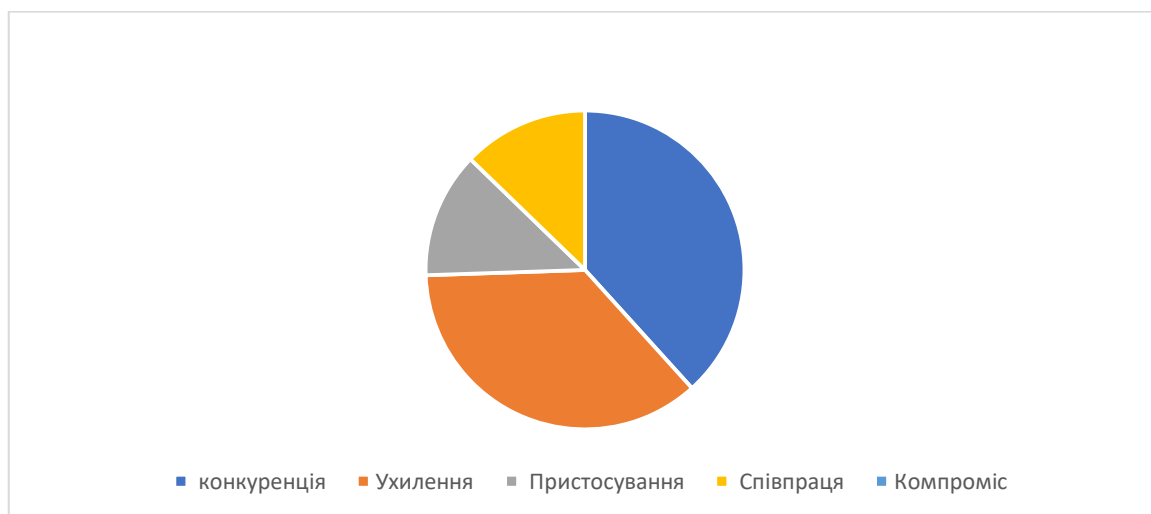


Рис. 2.2.3. Особливості стилів поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях.

Розглянемо відповіді, одержані за методикою «Вивчення психологічного клімату колективу». Вони засвідчують, що значна частина підлітків оцінює психологічний клімат свого класу як нестійко благополучний – 23 підлітки (46%). Інша частина досліджуваних вважає, що клімат у класі є благополучним

– 18 підлітків (36%). Ще 9 підлітків (18%) характеризують його як неблагополучний. (Див. Рис. 2.2.4).



Рис. 2.2.4. Типи психологічного клімату у групах підлітків у %.

У цілому більшість підлітків у своїх групах оцінили психологічний клімат як нестійко благополучний або благополучний. Це свідчить про наявність доброзичливих взаємин, взаємної симпатії, готовності підтримати у складний момент і поваги до поглядів інших. Загалом у середовищі неповнолітніх сформувалася така атмосфера, за якої їм приємно перебувати разом, вони виявляють активність у своїх намірах, сповнені енергії до спільних і рішучих дій. Членам групи подобається проводити час разом і брати участь у колективній діяльності.

Водночас було виявлено й неповнолітніх (18%), які оцінюють психологічний клімат свого класу як неблагополучний. Формуванню такої атмосфери сприяють численні конфлікти в соціальних об'єднаннях, що негативно впливають на характер взаємин між підлітками. Унаслідок цього ускладнюються процеси прийняття спільних рішень і взаємодія під час колективної діяльності.

Під час зіставлення результатів, одержаних за «Методикою діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі» та «Методикою діагностики поведінки особистості в конфліктних ситуаціях К. Томаса», було виявлено такий вплив рівня конфліктності на взаємини між підлітками:

- неповнолітні з високими та середніми показниками домінування у

більшості випадків схильні до конкуренції, тому ймовірність виникнення суперечок і непорозумінь з іншими членами групи зростає;

- у підлітків із середніми та низькими показниками агресивності простежується схильність до вибору стилів конкуренції та ухилення; при цьому вони значно рідше віддають перевагу пристосуванню і співпраці, а стиль компромісу майже не використовують;
- досліджувані підлітки із середніми й низькими показниками підкорення виявили більшу схильність до таких стилів поведінки, як конкуренція та співпраця, а меншу – до ухилення і пристосування;
- у неповнолітніх із низькими показниками дружельності виявлено схильність до вибору пристосування та конкуренції як стилів поведінки в конфліктних ситуаціях, тоді як за високих значень дружельності вони частіше обирають ухилення, співпрацю та компроміс.

Під час аналізу результатів, отриманих за «Методикою діагностики поведінки особистості в конфліктних ситуаціях К. Томаса» та «Методикою вивчення психологічного клімату колективу», було встановлено таке:

- підлітки, які у конфліктних ситуаціях обирають конкуренцію, вважають, що у класі переважає неблагополучний психологічний клімат, тобто в групі часто виникають суперечки у взаєминах, спостерігаються антипатія, егоїзм, байдужість до тіснішого спілкування та негативне ставлення до спільної діяльності;
- неповнолітні, які визначили для себе стилі уникнення, пристосування, конкуренції та компромісу, оцінюють психологічний клімат класу як нестійко благополучний; він не виступає постійним джерелом непорозумінь, тому суперечки виникають нечасто, а за їх появи досліджувані прагнуть якнайшвидше їх владнати;
- підлітки, які у конфліктах обирають співпрацю, переконані, що психологічний клімат у класі є благополучним; це проявляється у

доброзичливості в контактах, відповідальності, взаємній симпатії, підтримці у складних ситуаціях, повазі до думки інших, умінні взаємодіяти та спільно вирішувати проблеми.

Порівняння результатів, отриманих за «Методикою діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі» та «Методикою вивчення психологічного клімату колективу», дало змогу встановити, що:

- неповнолітні з середніми та високими показниками домінування вважають психологічний клімат класу неблагополучним;
- підлітки із середніми й низькими показниками агресивності та підкорення схильні оцінювати клімат у класі як нестійко благополучний, хоча менша їх частина все ж сприймає його як неблагополучний;
- підлітки з високими показниками дружельності у взаєминах переконані, що психологічний клімат у їхніх групах є благополучним.

З метою посилення згуртованості та покращення психологічного клімату в групі нами запропоновано сценарії двох тренінгових занять. Перше має назву «Згуртованість і довіра».

Мета заняття полягає у продовженні роботи над груповою згуртованістю та створенні довірливої атмосфери. На цьому етапі вже доцільно використовувати вправи, які потребують вищого рівня взаємної довіри та вміння координувати спільні дії. Це заняття розроблене в межах тілесноорієнтованого підходу.

Вправа-розминка «Скелелаз»

Опис вправи. Учасники стають у щільний ряд, утворюючи «скелю», на якій є своєрідні виступи, сформовані руками, ногами та нахиленими вперед тілами учасників. Завдання ведучого – пройти вздовж цієї «скелі», не «зірвавшись у прірву», тобто не поставивши ногу за межу лінії, утвореної ступнями інших учасників. Повний опис вправи наведено у Додатку В1.

Друге тренінгове заняття – «Вчимося взаєморозуміння» – спрямоване на

розвиток кращого розуміння одне одного в групі.

Мета заняття – розвиток соціальної спостережливості та вдосконалення вербальної взаємодії.

Вправа-розминка «Копіювання рухів»

Опис вправи.

Варіант 1. Учасники стають у коло. Обирають ведучого, який на деякий час виходить за двері. За його відсутності група визначає учасника, чий рух всі будуть повторювати. Цей учасник починає виконувати нескладну вправу (нахили, рухи руками, обертання головою тощо), а решта групи її копіює. Після повернення ведучий уважно спостерігає за діями учасників. Кожні 10–15 секунд той, чий рух копіюється, змінює вправу, і решта одразу починає відтворювати нову дію. Завдання ведучого – визначити, за ким саме група повторює рухи.

Варіант 2. Учасники стоять у колі. За умовним сигналом ведучого кожен починає виконувати будь-яку нескладну фізичну вправу на власний вибір. Через 5-10 секунд ведучий подає наступний сигнал, після якого кожен учасник починає виконувати ту вправу, яку до цього виконував його сусід ліворуч. Гра триває доти, доки кожна вправа не пройде повне коло і не повернеться до того, хто її почав, імовірно вже у дещо зміненому вигляді.

Психологічний зміст вправи. Ця гра активізує групу, пожвавлює роботу та залучає до неї всіх учасників. Крім того, вона сприяє розвитку спостережливості й посиленню групової згуртованості.

Обговорення. На які ознаки спирався ведучий, виконуючи завдання (варіант 1)? Що саме спричиняло спотворення під час передачі рухів від одного учасника до іншого (варіант 2)?

Вправа «Вавилонська вежа»

Опис вправи. Завдання виконується у підгрупах по 4–6 осіб. Кожна підгрупа отримує приблизно 100-150 аркушів паперу (можна використати папір, призначений для макулатури) або пачку газет. Завдання полягає в тому, щоб збудувати з цих аркушів якомога вищу вежу, не використовуючи жодних

скріплювальних матеріалів (див. фото нижче). Для виконання вправи зазвичай достатньо 10-15 хвилин, однак якщо робота триває активно і запас паперу ще не вичерпано, час можна збільшити до 25-30 хвилин. За бажання можна зробити акцент або на естетичному оформленні побудованої вежі, або на досягненні максимально можливої висоти споруди й організувати між підгрупами змагання.

Висновки до другого розділу

За підсумками аналізу одержаних результатів можна подати такі узагальнення:

- для більшості октантів характерними виявилися помірний і низький рівні адаптивної поведінки з наявною тенденцією до домінування, яка проявляється в межах невисоких показників авторитарності та егоїстичності; водночас зафіксовано низький рівень агресивності й недовірливості;
- рівень конфліктності в досліджуваній групі перебуває в межах норми і не набуває виразної інтенсивності;
- у досліджуваних переважають два стилі поведінки в конфліктній ситуації – конкуренція та співпраця, причому останній визначено як найбільш конструктивний;
- психологічний клімат в обох класах оцінюється як благополучний, що свідчить про доброзичливість у взаєминах, взаємну симпатію, готовність підтримати у складний момент і повагу до думки інших. Колектив вирізняється життєрадісністю, активністю та високим рівнем енергії.

ВИСНОВКИ

За підсумками теоретико-експериментального дослідження було сформовано такі узагальнення.

Підлітковий вік є надзвичайно значущим етапом психічного розвитку, у межах якого відбуваються суттєві зміни в анатомічному, соціальному та психологічному вимірах. Саме в цей період організм інтенсивно перебудовується, а внутрішні фізіологічні процеси активізуються завдяки посиленій роботі залоз внутрішньої секреції. Виразні тілесні зміни впливають на свідомість юної особистості та спонукають її порівнювати власне тіло з тілом дорослої людини. Таке зіставлення породжує «відчуття дорослості», адже неповнолітній помічає чимало подібних рис між власною тілесною будовою та зовнішністю дорослих. Цей процес підсилюється і фізіологічними змінами, що супроводжують статеве дозрівання (пубертат). Прагнення бути дорослим зумовлює трансформацію всіх структурних елементів образу «Я» – від оцінних до поведінкових. Відповідно, змінюється ставлення до себе, увага зосереджується на образі фізичного «Я», а процеси ідентифікації виходять на новий рівень. Підліток починає звертатися до себе із запитаннями: «як Я себе оцінюю», «як моє Я сприймають інші», «які Мої ідеали».

Тілесні зміни також позначаються на світосприйнятті та світогляді, оскільки «відчуття дорослості» викликає потребу перебудувати всю систему взаємин як із навколишньою дійсністю, так і з ровесниками та дорослими. Особливо відчутних трансформацій зазнають стосунки з представниками дорослого світу. Це нове переживання дорослості спонукає підлітка висувати інші вимоги до вчителів і членів родини щодо змісту й форм взаємодії. Він прагне, щоб його сприймали як рівного серед рівних. Проте дорослі здебільшого не готові до такої перебудови, оскільки й далі розглядають підлітка як дитину, яка залежить від них матеріально та духовно. Таке нерозуміння породжує численні суперечки й конфлікти, які в науковій літературі об'єднують поняттям «криза підліткового віку». Саме вона підштовхує до пошуку однодумців, здатних зрозуміти й підтримати, і таку роль

найчастіше виконують ровесники, адже їхні проблеми виявляються подібними. Думка однолітків набуває особливої ваги, а спілкування з ними стає невід'ємною складовою життя підлітка.

У межах нашого емпіричного дослідження ми ставили за мету з'ясувати, яким чином особливості індивідуальної поведінки підлітка впливають на взаємини та психологічний клімат у групі. Для досягнення цієї мети було розроблено програму, до якої увійшли три діагностичні методики: «Методика діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі, «Типи поведінки у конфлікті» Т. Томаса, «Методика вивчення психологічного клімату колективу».

Отримані результати показали, що більшість опитантів у нашій вибірці демонструють помірну адаптивну поведінку за чотирма чинниками – 32 підлітки. Водночас відносно невелика кількість досліджуваних, а саме 12 осіб, виявила низьку адаптивну поведінку. Ще менша частина вибірки – 6 піддослідних – характеризується високим рівнем екстремальності поведінки, що наближається до межі патології.

Для основної частини групи тинейджерів властиві помірний і низький рівні адаптивної поведінки з наявною тенденцією до домінування, однак ця тенденція виявляється в межах невисоких значень авторитарності та егоїстичності. Також спостерігається низька схильність до агресивності та недовіри, порівняно невисокі показники підкорення й залежності. Чинники дружелюбності та альтруїстичності мають подібний вираз як у низьких, так і у високих показниках.

Рівень конфліктності в цих групах опитантів перебуває в межах норми й не вирізняється яскравою інтенсивністю. Водночас простежується прояв домінування, агресивності та дружелюбності, які загалом розташовуються майже на одному рівні.

У двох класах підлітки найчастіше надають перевагу двом стилям поведінки в конфліктних ситуаціях – конкуренції та співпраці. Крім того, були виявлені також стилі пристосування та уникнення. Кожен учасник конфлікту обирає той чи інший тип поведінки залежно від власних індивідуально-

типологічних особливостей, конкретних обставин та очікуваного результату. При цьому важливо розуміти, що кожен із названих стилів є ефективним лише за певних умов, тому жоден із них не можна беззастережно віднести до категорії «найкращий».

Загалом психологічний клімат у двох групах визначено як благополучний, що свідчить про доброзичливість у взаєминах, взаємну симпатію, готовність підтримати у складний момент, а також поважне ставлення до думок інших. Обидва шкільні колективи можна охарактеризувати як життєрадісні, активні та дієві, а їхня атмосфера є позитивною й енергійною, тому однокласникам подобається проводити час разом і організовувати різні форми дозвілля. Водночас було виявлено й таких неповнолітніх, які переконані, що в їхніх соціальних об'єднаннях переважає неблагополучний клімат.

Для створення, підтримання та вдосконалення здорового психологічного клімату в цих класах, де немає місця постійним суперечкам, а переважають дружба, товариськість і взаємодопомога, було запропоновано дві програми тренінгових занять. Їхнє впровадження сприятиме формуванню таких умов, за яких підліток зможе не лише якісно та успішно навчатися, а й почуватиметься комфортно та в безпеці.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрійчук І.П. Формування позитивної Я-концепції особистості майбутніх практичних психологів у процесі професійної підготовки: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2003. 23с.
2. Анопрієнко О.В. Сім'я як чинник виникнення психоемоційних порушень підлітків. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2012. Вип. 37(61). С. 171–174.
3. Аршава І.Ф. Позитивність образу Я і психологічне благополуччя особистості: *монографія*. Дніпропетровськ: Інновація, 2011. 134 с.
4. Афанасьєва В.В. Характерологічні порушення девіантних підлітків. *Педагогічні науки*. 2021. № 6 (169). 15с.
5. Апетик Н.М. та ін. Психокорекційні техніки як засіб формування адекватного образу Я і саморегуляції неповнолітніх з поведінковими девіаціями. Чернівці: Рута, 2000. 41 с.
6. Бамбурак Н.М. Поняття «Я-концепції» особистості у вітчизняній і зарубіжній психологічній літературі. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : зб. наук. пр. Ін-ту психол. ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2009. № XI. Ч.6. С. 12–20.
7. Барабаш О. Поняття та види делінквентної поведінки людини. *Вісник Національного університету «Львівська політехніка»*. Серія : Юридичні науки. 2017. № 865. С. 62–66.
8. Білоус О.В. Вікова психологія: *навчальний посібник*. Чернігів : Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка, 2015. 108 с.
9. Бондарчук О.І. Психологія девіантної поведінки. Курс лекцій. Київ : МАУП, 2006, 88 с.
10. Борисюк М., Гошовська Д. Організація інклюзивної освіти під час війни в Україні. *Психогенеза особистості: норма і девіація* : збірник наукових статей і тез. Луцьк : ФОП Мажула Ю. М., 2023. С. 69–72.
11. Белякова С.М., Шовкова К.О. Соціально-психологічні особливості

- розвитку особистості сучасного підлітка. *Молодий вчений*. 2018. № 5 (57). С. 454–458.
12. Бікус О.О., Волошина В.В. Теоретичні засади формування комунікативної компетенції у підлітковому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія 12: Психологічні науки. 2015. Вип. 1(46). С. 17-23.
 13. Боровець О. Тренінг формування комунікативної компетентності підлітків. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*. 2009. Вип. 3. С. 23-29.
 14. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітка. Київ : НПУ ім. М. Драгоманова, 2003. 340 с.
 15. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи: *монографія*. Вінниця : ТОВ Нілан-ЛТД. 2016. 340 с.
 16. Вакуліч Т. М. Психологічні особливості поведінки підлітків у мережі «Internet». *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. К., 2006. Вип. 2. Т.8. С. 45–50.
 17. Василенко Л., Савчин М. Вікова психологія : навч. посіб. Львів. 2017. Вахула Б.Я. Соціальні інтернет-мережі їхні функції та роль у формуванні громадянського суспільства. *Вісник Львівського університету*. 2020. Вип. 6. С. 311–319.
 18. Васильченко О. М. Репродуктивна ідентичність у структурі Я-концепції осіб студентського віку. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2012. № 2. С. 82–89.
 19. Ващенко І.В., Гіренко С.П. Конфлікти великих соціальних груп. Харків : Бурун-Книга, 2006. 208 с.
 20. Ващенко І.В., Кляп М.І. Конфліктологія та теорія переговорів: навч. посіб. Київ : Знання, 2013. 408 с.
 21. Веретенко Т., Ярмоленко К. Соціально-педагогічна профілактика інтернет-залежності старшокласників. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2018. Вип. 19. Т. 1. С. 145–149.

22. Виштеюнас Г.В. Формування міжособистісних стосунків сучасних підлітків. *Практична психологія та соціальна робота*. 2009. №4. С. 21–22.
23. Вигонський С.В. Зворотній бік інтернету. *Психологія роботи з комп'ютером та мережею*. Київ : Фенікс, 2019. №5. С. 79–97.
24. Герасіна Л.М., Требін М.П., Воднік В.Д. та ін. Конфліктологія: навч. посіб. Харків: Право, 2012. 128 с.
25. Гірник А.М. Основи конфліктології: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2010. 222 с.
26. Гольдштейн А. Тренінг умінь спілкування: як допомогти проблемним підліткам. Київ : Либідь, 2002. 520 с.
27. Гончаренко Т. Підліток: як йому допомогти. Київ : Редакції загально-педагогічних газет, 2004. 120 с.
28. Гуменюк О. Структурно-функціональне взаємодоповнення складових Я-концепції людини. *Соціальна психологія*. 2005. № 5 (13). С. 66–75.
29. Гоцуцова Ю., Харченко К. Гендерні особливості спілкування. *Україна і світ: гуманітарно-технічна еліта та соціальний прогрес* : Міжнар. наук.-теор. конф. студ. і аспір. (2-3 квітня 2013 р.): тези доповідей: у 2 ч. Ч. 1 / редкол. Л.Л. ТОВАЖНЯНСЬКИЙ та ін. Харків: НТУ «ХПІ», 2013. 378 с.
30. Гуменюк Л.Й. Соціальна конфліктологія: підручник. Львів : ЛДУВС, 2015. 564 с.
31. Дзюбко Л., Панок В.. Діагностика становища особистості підлітка в структурі взаємин класу. *Все для вчителів*, 2001, №3-4. 30с.
32. Деркаченко Я.А. Соціальні мережі як середовище для технологій маніпулятивного впливу. *Сучасний захист інформації*. №1, 2016. С. 51–59.
33. Джонсон Д. Соціальна психологія: тренінг міжособистісного спілкування. Пер. з англ. В. Хомика. Київ : Вид. дім «КМ Академія», 2003. 288 с.
34. Довгопол Ю.В. Психофізіологічні особливості підлітків, що сприяють формуванню кримінальної поведінки. Збірник наукових праць «Проблеми

- сучасної психології». 2012. Вип. 15. С. 163–171.
35. Жмайло І. Взаємини підлітків. Психологічні особливості. *Психолог*. 2012. № 9. С. 18–20.
 36. Забродський М. Основи вікової психології: навчальний посібник. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2004. 112с.
 37. Зеленська З.П. Дослідження статевих відмінностей комунікативних умінь учнів основної школи. *Актуальні проблеми психології*. 2019. Том. VI. Психологія обдарованості. Вип. 16. С. 304–311.
 38. Зимянський А. Психологічні особливості розвитку моральної позиції підлітків. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2012. Вип. 3. С. 252–257.
 39. Зінченко О.В. Емпіричне дослідження психологічних характеристик інтернет-спілкування у підлітковому віці. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. Кам'янець-Подільський, 2015. Вип. 29. С. 251–265.
 40. Калаур С.М., Фалинська З.З. Соціальна конфліктологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Тернопіль : Астон, 2010. 360 с.
 41. Кошова І.В., Кресан О.Д. Психологія девіантної поведінки: навчально-методичний посібник. Ніжин: Видавництво НДУ ім. М. Гоголя, 2021. 226 с.
 42. Криворучко Е. Аналіз конфлікту в колективі. *Персонал*. 2003р. №4, С.20.
 43. Куниця Т.Ю. Актуальні проблеми виховання відповідальної поведінки у сучасних підлітків. *Психолог*. 2007 №10, С.1–4.
 44. Камінська О.В. Психологічні детермінанти формування інтернетзалежності. *Проблеми сучасної психології*. 2021. Вип. 22. С. 194–204.
 45. Касьянова О. В. Формування комунікативної компетентності молодших підлітків у громадських дитячих об'єднаннях : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07. К., 2011. 21 с.
 46. Кіясь А.В. Психологічний аналіз причин формування девіантної поведінки підлітків. *Проблеми загальної та педагогічної психології* :

- збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ. 2009. Т. 11, ч. 6. С. 198–205.
47. Корніяка О.М. Психологія комунікативної культури школяра. Київ : Міленіум, 2006. 336 с.
 48. Косташ В. Психологічні особливості комунікативних здібностей підлітків. *Магістерський науковий вісник Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка*. 2018. Вип. 29. С. 113–115.
 49. Кривоніс Т.Г. Теорія та практика особистісної психотерапії : монографія. Київ : Вид. Дім «Слово», 2012. 280 с.
 50. Кузьменко В., Міськова Г. Теоретичний аналіз проблеми розвитку комунікативних здібностей підлітків. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. 2012. Вип. 10. С. 95–102.
 51. Кулик Є., Бартош О. Культура віртуального спілкування. К. 2010. 65 с.
 52. Кучаковська Г.А. Роль соціальних мереж в активізації процесу навчання інформативних дисциплін майбутніх вчителів початкової школи. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2015. Т. 47. № 3. С. 136–149.
 53. Курдибаха О.М. Гендерні особливості становлення підлітків у процесі соціалізації. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. 2014. Вип. 25. С. 166–174.
 54. Лавріненко В.А. Ціннісно-сміслові засади життєвої самореалізації підлітків-неформалів. *Психологія і особистість*. 2015. № 1 (7). С. 83–96.
 55. Лавріненко В.А. Психологічні особливості становлення смислової сфери підлітків. *Психологія і особистість*. 2013. № 1. С. 59–74.
 56. Лучинкіа А.І. Психологія інтернет-соціалізації особистості : монографія. Сімферополь : АРІАЛ, 2013. 355 с.
 57. Легка Н. Проблема міжособистісних взаємовідносин підлітка. *Актуальні тенденції розвитку світової психологічної практики: Перша Міжнар.конф. молодих вчених (17-18 квітня 2014 р.): матер. доповідей та виступів*. Кривий Ріг, 2014. С.104–105.

58. Лановенко Ю. Типологія адаптаційного подолання кризи підліткового віку. *Соціальна психологія*. 2004. № 6 (8). С. 137–145.
59. Лемак М.В, Петрище В.Ю. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
60. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості : *монографія*. Київ : Видавництво ТОВ «КММ», 2006. 240 с.
61. Максимова Н.Ю. Психологія девіантної поведінки. Київ : Либідь, 2021. 520 с.
62. Мачуська І. Міжособистісне спілкування підлітків. *Шкільний світ*. 2007. № 17. С. 1–11.
63. Мойсеева О.Є. Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції. *Юридична психологія*. 2015. №1. С. 139–148.
64. Мусатов С. Психологія педагогічної комунікації: теоретико-методологічний аналіз. Київ-Рівне: Ліста-М, 2003. 176 с.
65. Немеш О.М. Психологія комунікативної діяльності в Інтернет просторі : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01. К. 2017. 40 с.
66. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія : у 2 кн. К., 2004. Кн. 1: Соціальна психологія особистості і спілкування. 576 с.
67. Островська-Бугайчук І.М. Причини формування девіантної поведінки підлітків. *Вісник Житомирського державного університету. Вип.2 (80). Педагогічні науки*. 2015. С.48–52.
68. Оржеховська В М. Профілактика девіантної поведінки неповнолітніх : навч. посіб. Черкаси : 2018. 376 с
69. Петрінко В.С. Конфліктологія: курс лекцій, енциклопедія, програма, таблиці: навчальний посібник. Ужгород : УжНУ «Говерла», 2020. 360 с.
70. Піроженко Т.О. Психологічна характеристика міжособистісних стосунків сучасних підлітків. *Українська психологія: сучасний потенціал* : матеріали Четвертих Костюківських читань : в 3–х томах. Київ : ДОК, 2006. Т.2. С. 332–338.
71. Сінельнікова Т.В. Психологічні особливості підлітків – активних

- користувачів соціальних мереж. *Наука і освіта*. 2014. №1. С. 50–55.
72. Степанов О.М. Психологічна енциклопедія. Київ : Академвидав, 2006. 424 с.
 73. Столбов Д. Особливості інтернет-діяльності сучасного підлітка. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету*. Серія «Педагогіка». 2014. № 1(12). С. 327–331.
 74. Тернопільська В. Формування комунікативної культури старшокласників засобами телекомунікаційних проєктів. Психологопедагогічні проблеми сільської школи : зб. наук. праць УДПУ ім. П. Тичини. Умань : ФОП Жовтий О.О., 2014. Вип. 49. С. 110–117.
 75. Турубарова А.В. Умови соціально-психологічного розвитку підлітків з обмеженими можливостями здоров'я. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2018. № 29. С. 85–90.
 76. Товпій Ж.І. Формування системи міжособистісних взаємин у підлітків. *Збірник наукових праць Інституту психології імені ГС.. Костюка АПН України*. Київ , 2009. Т. IV. Ч. 4. С. 73–76.
 77. Токарева Н.М., Шамне А.В. Основи вікової психології : навчально-методичний посібник. Кривий Ріг : КНУ, 2013 283 с.
 78. Христук О.Л. Психологія девіантної поведінки: навчально-методичний посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2014. 192 с.
 79. Шулигіна Р.А. Методичні рекомендації з формування культури спілкування старшокласників. Київ : КМПУ імені Б. Д. Грінченка, 2007. 42 с.
 80. Хоменко Є.Г. Психологічні особливості взаємодії вчителя з підлітками у педагогічному процесі. *Вісник Харківського національного університету*. Серія “Психологія”. 2012. № 1009. С. 238–241.
 81. An J, Sun Y, Wan Y, Chen J, Wang X, Tao F. Associations between problematic internet use and adolescents' physical and psychological symptoms: possible role of sleep quality. *J Addict Med*. 2014;8. P. 282–287.
 82. Evans M.A., Hare A.L., Mikami A.Y. Adolescent Peer Relationships and

- Behavior Problems Predict Young Adults' Communication on Social Networking Websites. *Developmental Psychology*. 2020. Vol. 46 (1). P. 46–56.
83. Skulovatova O., Verbytska L. Psychological analysis of the features of the audience. *Science and Education a New Dimension. Humanities and Social Sciences*. Budapest. 2018. P. 77–81.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі

Методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі

Методика створена Т. Лірі, Г. Лефоржем, Р. Сазек у 1954 р. і призначена для дослідження уявлень суб'єкта про себе і ідеальному «Я», а також для вивчення взаємин у малих групах. За допомогою даної методики виявляється переважаючий тип відносин до людей в самооцінці та взаємній оцінці. При дослідженні міжособистісних відносин найчастіше виділяються два чинники: домінування-підпорядкування і дружелюбність-агресивність. Саме ці чинники визначають загальне враження про людину в процесах міжособистісного сприйняття. Вони названі М. Аргайлом в числі головних компонентів при аналізі стилю міжособистісної поведінки і за змістом можуть бути співвіднесені з двома з трьох головних осей семантичного диференціала Ч. Осгуда: оцінка і сила. У багаторічному дослідженні, проведеному американськими психологами під керівництвом Б. Бейлза, поведінка члена групи оцінюється за двома змінним, аналіз яких здійснюється в тривимірному просторі, утвореному трьома осями: домінування-підпорядкування, дружелюбність-агресивність, емоційність-аналітичність.

Для представлення основних соціальних орієнтації Т. Лірі розробив умовну схему у вигляді кола, розділеного на сектори. У цьому колі по горизонтальній і вертикальній осях позначені чотири орієнтації: домінування-підпорядкування, дружелюбність-агресивність. У свою чергу ці сектори розділені на вісім-відповідно більш приватним відносинам. Для ще більш тонкого опису коло ділять на 16 секторів, але частіше використовуються октанти, певним чином орієнтовані щодо двох головних осей.

Схема Т. Лірі заснована на припущенні, що чим ближче виявляються результати випробовуваного до центру кола, тим більше взаємозв'язок цих двох змінних. Сума балів кожної орієнтації переводиться в індекс, де домінують вертикальна (домінування-підпорядкування) і горизонтальна (дружелюбність-агресивність) осі. Відстань отриманих показників від центру кола вказує на адаптивність або екстремальність інтерперсонального поведінки.

Опитувальник містить 128 оціночних суджень, з яких у кожному з 8 типів відносин утворюються 16 пунктів, упорядкованих по висхідній інтенсивності. Методика побудована так, що судження, спрямовані на з'ясування якого типу відносин, розташовані не підряд, а особливим чином: вони групуються по 4 і повторюються через рівну кількість визначень. При обробці підраховується кількість відносин кожного типу.

Т. Лірі пропонував використовувати методику для оцінки спостережуваного поведінки людей, тобто поведінки в оцінці оточуючих («зі сторони»), для самооцінки, оцінки близьких людей, для опису ідеального «Я». У відповідності з цими рівнями діагностики змінюється інструкція для

відповіді.

Різні напрямки діагностики дозволяють визначити тип особистості, а також зіставляти дані по окремих аспектах. Наприклад, «соціальне» Я », «реальне «Я», «мої партнери» та ін.

Методика може бути представлена респонденту або списком (за алфавітом або у випадковому порядку), або на окремих картках. Йому пропонується вказати ті твердження, які відповідають його уявленню про себе, відносяться до іншої людини або його ідеалу.

Максимальна оцінка рівня - 16 балів, але вона розділена на чотири ступені вираженості відносини:

В результаті проводиться підрахунок балів по кожній Октант за допомогою спеціального «ключа» до опитувальником. Отримані бали переносяться на діскограму, при цьому відстань від центру кола відповідає числу балів по даній Октант (від Про до 16). Кінці векторів з'єднуються і утворюють особистісний профіль.

За спеціальними формулами визначаються показники по основним чинникам: домінування і дружелюбність.

Домінування = $(I - V) + 0,7 \times (VIII + II - VI)$.

Дружелюбність = $(VII - III) + 0,7 \times (VIII - II - IV + VI)$.

Якісний аналіз отриманих даних проводиться шляхом порівняння дискограм, що демонструють відмінність між уявленнями різних людей. С.В. Максимовим наведено індекси точності рефлексії, диференційованості сприйняття, ступеня сприятливого положення особистості в групі, ступеня усвідомлення особистістю думки групи, значимості групи для особистості.

Методичний прийом дозволяє вивчати проблему психологічної сумісності і часто використовується в практиці сімейної консультації, групової психотерапії та соціально-психологічного тренінгу.

Типи ставлення до оточуючих

I. Авторитарний

13-16 - диктаторський, владний, деспотичний характер, тип сильної особистості, яка лідирує у всіх видах групової діяльності. Всіх наставляє, повчає, у всьому прагне покладатися на свою думку, не вміє приймати поради інших. Навколишні відзначають цю владність, але визнають її.

9-12 - домінуючий, енергійний, компетентний, авторитетний лідер, успішний у справах, любить давати поради, вимагає до себе поваги.

0-8 - впевнена у собі людина, але не обов'язково лідер, завзятий і наполегливий.

II. Егоїстичний

13-16 - прагне бути над усіма, але одночасно в стороні від усіх, самозакоханий, розважливий, незалежний, себелюбний. Труднощі перекладає на оточуючих, сам належить до них кілька відчужено, хвалюватий, самовдоволенний, зарозумілий.

0-12-егоїстичні риси, орієнтація на себе, схильність до суперництва.

III. Агресивний

13-16 - жорсткий і ворожий по відношенню до оточуючих, різкий,

жорсткий, агресивність може доходити до асоціальної поведінки.

9-12 - вимогливий, прямолінійний, відвертий, строгий і різкий в оцінці інших, непримиренний, схильний у всьому звинувачувати оточуючих, насмішуватий, іронічний, дратівливий.

0-8 - упертий, завзятий, наполегливий і енергійний.

IV. Підозрілий

13-16 - відчужений по відношенню до ворожого і злобному світу, підозрілий, образливий, схильний до сумніву в усьому, злопам'ятний, постійно на всіх скаржитися, всім незадоволений (шизоїдний тип характеру).

9-12 - критичний, нетовариський, відчуває труднощі в інтерперсональних контактах через невпевненість у собі, підозрілості і страху поганого ставлення, замкнутий, скептичний, розчарований в людях, потайний, свій негативізм проявляє у вербальній агресії.

0-8 - критичний по відношенню до всіх соціальних явищ і оточуючим людям.

V. Підкоряється

13-16 - покірний, схильний до самоприниження, слабовільний, схильний поступатися всім і в усьому, завжди ставить себе на останнє місце і засуджує себе, приписує собі провину, пасивний, прагне знайти опору в кому -або більш сильному.

9-12 - сором'язливий, лагідний, легко ніяковіє, схильний підкорятися сильнішому без урахування ситуації.

0-8 - скромний, боязкий, поступливий, емоційно стриманий, здатний підпорядковуватися, не має власної думки, слухняно і чесно виконує свої обов'язки.

VI. Залежний

13-16 - різко невпевнений у собі, має нав'язливі страхи, побоювання, тривожиться з приводу, тому залежимо від інших, від чужої думки.

9-12-слухняний, боязкий, безпорадний, не вміє проявити опір, щиро вважає, що інші завжди праві.

0-8 - конформний, м'який, очікує допомоги і порад, довірливий, схильний до захоплення оточуючими, ввічливий.

VII. Доброзичливий

9-16 - доброзичливий і люб'язний з усіма, орієнтований на прийняття і соціальне схвалення, прагне задовольнити вимоги всіх, «бути хорошим» для всіх без урахування ситуації, прагне до цілей мікрогруп, має розвинуті механізми витіснення і придушення, емоційно лабільний (істероїдний тип характеру).

0-8 - схильний до співпраці, кооперації, гнучкий і компромісний при вирішенні проблем і в конфліктних ситуаціях, прагне бути у згоді з думкою оточуючих, свідомо конформний, слід умовностям, правилам і принципам «хорошого тону» у відносинах з людьми, ініціативний ентузіаст в досягненні цілей групи, прагне допомагати, відчувати себе в центрі уваги, заслужити визнання і любов, товариська, проявляє теплоту і дружелюбність у відносинах.

VIII. Альтруїстичний

9-16 - гіперответственный, завжди приносить у жертву свої інтереси, прагне допомогти і співчувати всім, нав'язливий у своїй допомозі і занадто активний по відношенню до оточуючих, приймає на себе відповідальність за інших (може бути тільки зовнішня «маска», що приховує особистість протилежного типу).

0-8 - відповідальний по відношенню до людей, делікатний, м'який, добрий, емоційне ставлення до людей проявляє в співчутті, симпатії, турботі, ніжності, вміє підбадьорити і заспокоїти оточуючих, безкорисливий і чуйний.

Текст опитувальника

Поставте знак «+» проти тих визначень, які відповідають вашому уявленню про себе (якщо немає повної впевненості, знак «+» не ставте).

1. Інші думають про нього прихильно
2. Справляє враження на оточуючих
- I. 3. Вміє розпоряджатися, наказувати
4. Вміє наполягти на своєму
5. Має почуття власної гідності
6. Незалежний
- II. 7. Здатний сам подбати про себе
8. Може проявити байдужість
9. Здатний бути суворим
10. Строгий, але справедливий
- III. 11. Може бути щирим
12. Критичний до іншим
13. Любить поплакатися
14. Часто сумний
- IV. 15. Здатний виявити недовіру
16. Часто розчаровується
17. Здатний бути критичним до себе
18. Здатний визнати свою неправоту
- V. 19. Охоче підпорядковується
20. Поступливий
21. Шляхетний
22. Захоплюються і схильний до наслідування
- VI. 23. Поважний
24. Той, хто шукає схвалення
25. Здатний до співпраці
26. Прагне ужитися з іншими
- VII. 27. Доброзичливий, доброзичливий
28. Уважний і ласкавий
29. Делікатний
30. Схвалює
- VIII. 31. Чуйний до закликів про допомогу
32. Безкорисливий
33. Може викликати захоплення
34. Користується повагою в інших

- I. 35. Володіє талантом керівника 36. Любить відповідальність
- 37. Упевнений в собі
- 38. Самовпевнений і напористий
- II. 39. Діловий і практичний
- 40. Любить змагатися
- 41. Строгий і крутий, де треба
- 42. Невблаганний, але неупереджений
- III. 43. Дратівливий
- 44. Відкритий і прямолінійний
- 45. Не терпить, щоб їм командували
- 46. Скептичний
- IV. 47. На нього важко справити враження
- 48. Образливий, делікатне
- 49. Легко ніяковіє
- 50. Не впевнений в собі
- V. 51. Поступливий
- 52. Скромний
- 53. Часто вдається до допомоги інших
- 54. Дуже шанує авторитети
- VI. 55. Охоче приймає поради
- 56. Довірливий і прагне радувати інших
- 57. Завжди люб'язний в обходженні
- 58. Дорожить думкою оточуючих
- VII. 59. Товариська і пристосування
- 60. Добросердечний
- 61. Добрий, вселяє впевненість
- 62. Ніжний і м'якосердий
- VIII. 63. Любить піклуватися про інших
- 64. Безкорисливий, щедрий
- 65. Любить давати поради
- 66. Справляє враження значущості
- I. 67. Начальницькому-владний
- 68. Владний
- 69. Хвалькуватий
- 70. Гордовитий і самовдоволений
- II. 71. Думає тільки про себе
- 72. Хитрий і розважливий
- 73. Нетерпимий до помилок інших
- 74. Самокорисливий
- III. 75. Відвертий
- 76. Часто недружелюбний
- 77. Озлоблений
- 78. Скаржник
- IV. 79. Ревнивий
- 80. Довго пам'ятає образи

- 81. Схильний до самобичування
- 82. Сором'язливий
- V. 83. Безініціативний
- 84. Лагідний
- 85. Залежний, несамостійний
- 86. Любить підкорятися
- VI. 87. Надає іншим приймати рішення
- 88. Легко потрапляє в халепу
- 89. Легко потрапляє під вплив друзів
- 90. Готовий довіритися кожному
- VII. 91. Прихильний до всіх без розбору
- 92. Всім симпатизує
- 93. Прощає все
- 94. Переповнений надмірним співчуттям
- 95. Великодушний і терпимо до недоліків
- 96. Прагне протегувати
- 97. Прагне до успіху
- 98. Чекає захоплення від кожного
- I. 99. Розпоряджається іншими
- 100. Деспотичний
- 101. Сноб (судить про людей за рангом і особистим якостям)
- 102. Марнослашний
- II. 103. Егоїстичний
- 104. Холодний, черствий
- 105. Уїдлиний, глузливий
- 106. Злісний, жорстокий
- III. 107. Часто гнівливий
- 108. Бездушна, байдужий
- 109. Злопам'ятний
- 110. Проникнуть духом протиріччя
- IV. 111. Упертий
- 112. Недовірливий і підозрілий
- 113. Боязкий
- 114. Сором'язливий
- V. 115. Відрізняється надмірною готовністю
- 116. М'якотілий
- 117. Майже ніколи і нікому не заперечує
- 118. Ненав'язливий
- VI. 119. Любить, щоб його опікали
- 120. Надмірно довірливий
- 121. Прагне здобути прихильність кожного
- 122. З усіма погоджується
- VII. 123. Завжди доброзичливий
- 124. Всіх любить
- 125. Занадто поблажливий до оточуючих

126. Намагається втішити кожного

VIII. 127. Піклується про інших на шкоду собі

128. Псує людей надмірною добротою

ДОДАТОК Б

Тест Томаса

Інструкція: Перед вами низка тверджень, які допоможуть визначити деякі особливості вашої поведінки. Тут не може бути відповідей «правильних» або «неправильних». Люди різні, і кожен може висловити свою думку.

Є два варіанти А і В, з яких ви повинні вибрати один, у більшою мірою відповідає вашим поглядам, вашу думку про себе. У бланку для відповідей поставте виразний хрестик відповідно до одного з варіантів (А або В) для кожного твердження. Відповідати потрібно як можна швидше.

1.

А. Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за рішення спірного питання.

Ст. Чим обговорювати те, у чому ми розходимося, я намагаюся звернути увагу на те, з чим ми обидва згодні.

2.

А. Я намагаюся знайти компромісне рішення.

В. Я намагаюся улагодити справу з урахуванням інтересів іншого і моїх власних.

3.

А. Зазвичай я наполегливо прагну домогтися свого.

В. Я намагаюся заспокоїти іншого і головним чином зберегти наші відносини.

4.

А. Я намагаюся знайти компромісне рішення.

В. Іноді я жертвую своїми власними інтересами заради інтересів іншої людини.

5.

А. Улагоджуючи спірну ситуацію, я весь час намагаюся знайти підтримку в іншого.

В. Я намагаюся зробити все, щоб уникнути марної напруженості.

6.

А. Я намагаюся уникнути неприємностей для себе.

В. Я намагаюся домогтися свого.

7.

А. Я намагаюся відкласти рішення спірного питання з тим, щоб з часом вирішити його остаточно.

В. Я вважаю можливим у чимось поступитися, аби домогтися іншого.

8.

А. Зазвичай я наполегливо прагну домогтися свого.

В. Я першою справою намагаюся ясно визначити те, у чому складаються всі порушені інтереси.

9.

А. Думаю, що не завжди варто хвилюватися через якихось виникаючих розбіжностей.

В. Я прикладаю зусилля, щоб домогтися свого.

10.

А. Я твердо прагну досягти свого.

В. Я намагаюся знайти компромісне рішення.

11.

А. Першою справою я намагаюся ясно визначити, в чому полягають всі порушені спірні питання.

В. Я намагаюся заспокоїти іншого і головним чином зберегти наші відносини.

12.

А. Найчастіше я уникаю займати позицію, яка може викликати суперечки.

В. Я даю можливість іншому в чомусь залишитися при своїй думці, якщо він також йде мені назустріч.

13.

А. Я пропоную середню позицію.

В. Я наполягаю, щоб було зроблено по-моєму.

14.

А. Я повідомляю іншому свою точку зору і запитую про його погляди.

В. Я намагаюся показати іншому логіку і переваги моїх поглядів.

15.

А. Я намагаюся заспокоїти іншого і головним чином зберегти наші відносини.

В. Я намагаюся зробити так, щоб уникнути напруженості.

16.

А. Я намагаюся не зачепити почуттів іншого.

В. Я намагаюся переконати іншого в перевагах моєї позиції.

17.

А. Зазвичай я наполегливо намагаюся домогтися свого.

В. Я намагаюся зробити все, щоб уникнути марної напруженості.

18.

А. Якщо це зробить іншого щасливим, дам йому можливість настояти на своєму.

В. Я даю можливість іншому в чомусь залишитися при своїй думці, якщо він також йде мені назустріч.

19.

А. Першою справою я намагаюся ясно визначити те, у чому складаються всі порушені питання та інтереси.

В. Я намагаюся відкласти рішення спірного питання з тим, щоб з часом вирішити його остаточно.

20.

А. Я намагаюся негайно подолати наші розбіжності.

В. Я намагаюся знайти найкраще поєднання вигод і втрат для обох сторін.

21.

А. Ведучи переговори, я намагаюся бути уважним до бажань іншого.

В. Я завжди схильюся до прямого обговорення проблеми і їх спільним рішенням.

22.

А. Я намагаюся знайти позицію, яка знаходиться посередині між моєю позицією і точкою зору іншої людини.

В. Я відстоюю свої бажання.

23.

А. Як правило, я стурбований тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас.

В. Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за рішення спірного питання.

24.

А. Якщо позиція іншого здається мені дуже важливою, я постараюся піти назустріч його бажанням.

В. Я намагаюся переконати іншого прийти до компромісу.

25.

А. Я намагаюся показати іншому логіку і переваги моїх поглядів.

Ст. Ведучи переговори, я намагаюся бути уважним до бажань іншого.

26.

А. Я пропоную середню позицію.

В. Я майже завжди заклопотаний тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас.

27.

А. Найчастіше я уникаю займати позицію, яка може викликати суперечки.

В. Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість настояти на своєму.

28.

А. Зазвичай я наполегливо прагну домогтися свого.

Ст. Улагоджуючи ситуацію, я зазвичай намагаюся знайти підтримку в іншого.

29.

А. Я пропоную середню позицію.

Ст. Думаю, що не завжди варто хвилюватися через якихось виникаючих розбіжностей.

30.

А. Я намагаюся не зачепити почуттів іншого.

В. Я завжди займаю таку позицію в спірному питанні, щоб ми спільно з іншим людиною могли домогтися успіху.

Бланк опитувальника

№	А	В	№	А	В	№	А	В
1			11			21		
2			12			22		
3			13			23		
4			14			24		
5			15			25		
6			16			26		
7			17			27		
8			18			28		

9			19			29		
10			20			30		

Ключ до опитувальника

1. Суперництво: 3А, 6В, 8А, 9В, 10А, 13В, 14В, 16В, 17А, 22В, 25А, 28А.

2. Співпраця: 2В, 5А, 8В, 11А, 14А, 19А, 20А, 21В, 23В, 26В, 28В,

ПОКЛИК.

3. Компроміс: 2А, 4А, 7В, 10В, 12В, 13А, 18В, 22А, 23А, 24, 26А, 29А.

4. Уникнення: 1А, 5В, 6А, 7А, 9А, 12А, 15В, 17В, 19В, 20В, 27А, 29В.

5. Пристосування: 1В, 3В, 4В, 11В, 15А, 16А, 18А, 21 А, 24А, 25, 27В, 30А.

Обробка результатів

В ключі кожен відповідь А чи дає уявлення про кількісному вираженні: суперництва, співпраці, компромісу, уникнення і пристосування. Якщо відповідь співпадає з вказаним у ключі, йому присвоюється значення 1, якщо не збігається, то присвоюється значення 0. Кількість балів, набраних індивідом за кожною шкалою, дає уявлення про вираженість у нього тенденції до прояву відповідних форм поведінки в конфліктних ситуаціях. Для обробки результатів зручно використовувати маску.

ДОДАТОК В

Методика «Вивчення психологічного клімату класу»

Методика складається з 26 суджень, згрупованих у 13 пар. Учням пропонується, уважно перечитавши кожне з подвійних висловлювань, обрати те з них, яке є найбільш типовим для характеристики групи.

Інструкція: Вам пропонуються твердження, певні подвійні (протилежні) висловлювання. Уважно прочитавши кожне з них, оберіть те, яке у більшій мірі відповідає Вашій групі.

Дайте оцінку властивостям вашого колективу, використовуючи наступні оцінки:

- +3 – властивість виявляється в колективі завжди;
- +2 – властивість виявляється в більшості випадків;
- +1 – властивість виявляється досить часто;
- 0 – ні ця властивість, ні її протилежна не виявляються;
- 1 – досить часто виявляється протилежна властивість;
- 2 – в більшому ступені виявляється протилежна властивість;
- 3 – протилежна властивість виявляється завжди.

	Позитивні характеристики А	оцінка	Негативні характеристики В
1.	У колективі переважає бадьорий, життєрадісний тон.	321 0 123	Переважає пригнічений настрій, песимізм.
2.	Доброзичливість у взаєминах, симпатії один до одного.	321 0 123	Конфліктність у відносинах, агресивність, антипатія.
3.	У відносинах між угрупованнями усередині класу існує взаємне прийняття й розуміння	321 0 123	Угруповання конфліктують між собою.
4.	Членам колективу подобається бути разом, їм хочеться частіше перебувати в колективі, брати участь у спільній діяльності у вільний час.	321 0 123	Члени групи виявляють байдужість до більш тісного спілкування, виявляють негативне ставлення до спільної діяльності.
5.	Успіхи або невдачі товаришів Викликають співпереживання, щиру участь або співчуття всіх членів колективу.	321 0 123	Успіхи або невдачі залишають байдужими інших, а іноді викликають заздрість, роздратування й зловтіху.

6.	Члени колективу з повагою ставляться до думки один одного.	321 0 123	У групі багато хто вважає свою думку головною і є нетерпимим до думки інших.
7.	У важкі для колективу хвилини відбувається емоційне єднання колективу, коли «один за всіх і всі за одного». Досягнення і невдачі групи переживаються як власні.	321 0 123	У важких ситуаціях колектив "розкисає", з'являються розгубленість, сварки, взаємні обвинувачення тощо.
8.	Досягнення або невдачі колективу переживаються як власні.	321 0 123	Досягнення або невдачі всього класу мало хвилюють його учнів, не знаходять відгуку.
9.	У членів групи виявляється почуття гордості за свій колектив, якщо його відзначають керівники.	321 0 123	До похвал і заохочень групи загалом тут ставляться байдуже.
10.	Колектив дбайливо, доброзичливо ставиться до новачків, допомагає їм освоїтися й увійти у колектив.	321 0 123	Новачки почувають себе зайвими, чужими, до них часто виявляють ворожість.
11.	Колектив активний, сповнений енергії.	321 0 123	Колектив інертний, пасивний.
12.	Спільні справи захоплюють весь клас, тут велике бажання трудитися разом.	321 0 123	Групу неможливо підняти на спільну справу, кожен думає тільки про власні інтереси та справи.
13.	У колективі існує справедливе відношення до всіх членів, тут завжди підтримують слабких, виступають на їхній захист.	321 0 123	Група помітно розділяється на "привілейованих" і "знехтуваних", тут зневажливо ставляться до слабого.

Аналіз результатів:

Скласти оцінки лівої сторони у питаннях 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13 – сума А; скласти оцінки правої сторони у всіх питаннях - сума В; знайти

різницю $C = A - B$. Якщо C дорівнює 0 або має від'ємну величину, то маємо яскраво виражений несприятливий психологічний клімат з погляду індивіда. Якщо C більше 25, то психологічний клімат сприятливий. Якщо C менше 25 – клімат нестійко сприятливий.

Далі розраховують середньогрупову оцінку психологічного клімату за формулою:

$$C = \sum C_i / N,$$

де N – число членів групи.

Процент людей, що оцінюють клімат як несприятливий, визначається за формулою:

де $n(C-)$ – кількість людей, що оцінюють клімат колективу як несприятливий, N – кількість членів групи.

На підставі індивідуальних таблиць кожного учня можна обчислити середньогрупові показники по кожному параметру й кожному типу оцінювання (самооцінка, оцінка свого друга й оцінка класу загалом).

Обробка даних полягає в підрахуванні оцінки, яку отримала кожна з вище перерахованих характеристик. Для цього складаються всі набрані бали по кожній характеристиці окремо, враховуючи знаки “+” та “–”.

Можна визначити середні індивідуальні індекси колективізму по кожному виду оцінки й самооцінки. Нарешті можна обчислити узагальнювальні середньогрупові показники по найбільш яскравим показникам розвитку класу. Далі будується шкала, на якій відображаються всі характеристики в порядку їх вираженості (окремо позитивні характеристики і окремо негативні). Таким чином визначаються риси найбільш характерні для психологічного клімату класного колективу.

Наступним етапом обробки даних є визначення того, скільки учнів формують думку більшості, а які учні не поділяють цю думку. Для цього визначаються типові відповіді на кожен пункт, кількість таких відповідей, а також кількість і характер відповідей, які не співпадають з типовими. Таким чином виявляються ті з учнів, які відчують себе у групі некомфортно.

ДОДАТОК В1

ТРЕНІНГ: ЗГУРТОВАНІСТЬ І ДОВІРА

Завдання заняття: продовження роботи з групового згуртування, формування довірчої обстановки. На даному етапі роботи вже можна рекомендувати включати вправи, що висувають підвищені вимоги до взаємної довіри та вміння координувати спільні дії. Це заняття побудоване в руслі тілесноорієнтованого підходу.

Вправа-розминка «Скелелаз»

Опис вправи. Учасники встають у щільну шеренгу, створюючи «скелю», на якій стирчать виступи, утворені з виставлених рук та ніг учасників, нахилених уперед тіл. Завдання ведучого – пройти вздовж цієї «скелі», не впавши в «прірву», тобто. не поставивши свою ногу межі лінії, утвореної ступнями інших учасників (див. фото).



Проведення вправи найзручніше організувати у формі ланцюжка – учасники з одного кінця «скелі» по черзі пробіраються до іншого, де знову «вбудовуються» до нього.

Психологічний зміст вправи. Розвиваються навички тілесного контакту та пластику рухів. Крім того, вправа працює на розвиток навичок невербальної комунікації та координації спільних дій.

Обговорення. Які почуття виникали у ведучих та у складових «скелю» при виконанні цієї вправи? Що допомагало, а що заважало впоратися із завданням?

Вправа «Передача рухів»

Опис вправи. Учасники встають у коло потилицями один до одного, щоб відстань між ними була 30-40 см, і заплющують очі. Ведучий починає здійснювати якийсь рух, акуратно торкаючись при цьому руками спини, плечей, голови або шиї підлітка, що стоїть попереду (масує йому плечі, постукує пальцями вздовж хребта та ін.). Той робить такий самий рух, торкаючись наступного учасника, та ін., поки рух не пройшов повне коло.

Після цього ведучим стає наступний підліток, який «запускає» по колу черговий рух. Коли в ролі ведучих вже побувала половина підлітків, ведучий тренінгу дає команду повернутися кругом, і ведучі передають рухи у зворотному напрямку. Для виконання цієї вправи краще розставити учасників таким чином, щоб чергувалися хлопчики та дівчатка.

Психологічний зміст вправи. Розвивається тілесна чутливість, відбувається згуртування групи, збільшується емпатія між учасниками.

Обговорення. Які рухи найбільше сподобалися? Наскільки спотворились ваші власні рухи, повернувшись після проходження кола? А може, комусь було неприємно? Якщо це так, то які саме рухи не сподобалися і з чим, на думку учасників, це могло бути пов'язане?

Вправа «Маятник»

Опис вправи. Учасники розбиваються на трійки. Двоє людей встають один на одного на відстані 120-150 см, тримаючи руки долонями вперед на рівні грудей. Третій учасник встає між ними, розслабляється і починає, випроставшись, вільно падати вперед чи назад на руки одного із двох. Їхнє завдання – м'яко ловити його на руки (з опорою на плечі) і легко відштовхувати від себе так, щоб він почав падати в інший бік. Таким чином, середній учасник вільно і спокійно розгойдується між двома крайніми. Бажано, щоби у ролі середнього учасника побував кожен. Ця вправа, як і наступні, залишає досить широкий простір для творчості ведучого: можна змінювати відстань між партнерами (якщо хтось боїться виконувати вправу, то спочатку відстань має бути мінімальною, потім вона збільшується), склад ловлять і т. д. Ефективність вправи підвищується, якщо воно проходить під спокійну, розслаблюючу музику, а той, хто веде доречними фразами, створює відповідний настрій.

Психологічний зміст вправи. Вправа стимулює розвиток взаємної довіри учасників. Окрім того, воно розвиває вміння розслабитись, зняти напругу, створює можливості для тактильного контакту.

Обговорення. Що ви відчуваєте, коли до вас торкаються руками? Бувають руки м'які та надійні, їх дотик приємний. Якщо ж руки жорсткі, грубі – їх дотик не тішить. А які у вас руки? До речі, а чи довіряєте ви своїм рукам?

Вправа «Коло довіри»

Опис вправи. Воно схоже на попереднє, але розгойдування відбувається не в парах, а в невеликому щільному колі. Діаметр кола близько 1,5 м, що веде в центрі. Оптимальна така ситуація, коли коло становлять 8 осіб, юнаки та дівчата стоять через одного. Враженнями обмінюються після кожного хитання.

Необхідно стежити, щоб ті хто розгойдує не застосовували зайву фізичну силу, так як це не тільки знижує ефективність вправи, але може призвести до розвалу кола. Вправа спрямовано прояв не фізичної сили, а взаємної відповідальності та емпатії.

Психологічний сенс, обговорення як у вправі «Маятник».

Вправа «Падіння в прірву»

Опис вправи. Учасник забирається на піднесення (це може бути підвіконня, предмети меблів і т. п.), стає спиною до його краю і падає на руки інших членів групи, що ловлять його. Ловлять його 7 або 9 осіб, 6 або 8 з яких

утворюють відповідно 3 або 4 пари (у парах учасники знаходяться один до одного на відстані 60-70 см), а один стоїть окремо і страхує, щоб падаючий не вдарився головою. Ловлячі витягують руки вперед, пари можуть зчепити їх. Падаючий учасник повинен обхопити себе руками за плечі (інакше він може вдарити ловлячих) і після команди ведучого «Готово» – вільно впасти на спину. За бажання учасників можна зробити модифікації вправи: падати обличчям вперед чи удвох, обнявшись.

Для виконання вправи допустима висота до 2,5 м. Бажано, щоб серед тих хто ловить була хоча б одна пара фізично міцних молодих людей, їх доцільно розмішувати в середині або ближче до голови. При малій кількості учасників ловлять може бути всього п'ятеро, але тоді допустимі тільки одиночні падіння, висота не більше 1,5 м. Слід суворо дотримуватися техніки безпеки:

- ◆ Виключити можливість пересування або перекидання предметів, з яких виробляються стрибки. Якщо для цього використовується стілець, поставлений на стіл або щось подібне, то хтось обов'язково повинен міцно тримати цю споруду.

- ◆ Стрибки робити тільки після команди ведучого про готовність.

- ◆ Потрібно стежити, щоб падали в польоті не розкидали руки вбік.

Слід уникати застосування цієї вправи у групах, учасники яких схильні до непередбачуваних дій або недостатньо підпорядковуються розпорядженням ведучого. Якщо в якості піднесення використовуються предмети меблів, потрібно заздалегідь подбати про підстилку, щоб не забруднити їх взуттям.

Під час проведення цієї вправи часом буває складно знайти першого добровольця. У таких випадках зазвичай вдається підбурити підлітків тим, що вправа описується як дуже складне і ведучий висловлює сумнів, чи вдасться його провести у цій групі. Після такого зауваження виконати вправу виходить майже завжди. Зазвичай воно викликає велику емоційну залученість, багато учасників бажають повторити його. Щоб уникнути передчасної втрати інтересу до вправи, доцільно давати кожному охочому трохи більше 2 спроб за заняття.

Психологічний зміст вправи. Воно спрямоване на розвиток взаємної довіри, розвиток навичок координації спільних дій, забезпечення емоційної залученості учасників до тренінгу, зниження інтенсивності страхів учасників.

Обговорення. Напевно, більшості учасників було страшно брати участь у цій вправі, хоча б спочатку. Як саме переживався цей страх? Що допомогло його подолати? Чи можете ви навести приклади ситуацій, у яких підлітки знаходять переживання страху приємним і спеціально «полюють» цю емоцію?

Вправа «На пальцях»

Опис вправи. Добровольець лягає спиною на парту, навколо нього встають 9-10 чоловік, які підкладають під його тіло вказівні пальці своїх рук (руки при цьому розташовані долонями вгору або в сторони, але не вниз). За командою ведучого вони піднімають руки до рівня плечей, і доброволець опиняється у повітрі, лежачи буквально на пальцях своїх товаришів. Його урочисто проносять навколо приміщення, після чого акуратно повертають на місце (простежте, щоб учасника несли вперед головою, а не ногами, оскільки це

викликає у багатьох людей неприємні переживання, асоціюючись із проводами в останній шлях). Група, що навіть складається переважно з дівчаток, без особливих зусиль піднімає таким способом людину вагою до 70–80 кг.

Психологічний зміст вправи. Воно сприяє підвищенню рівня взаємної довіри учасників і яскраво демонструє, як із зовні складним завданням вдається легко впоратися, доклавши мінімум зусиль, достатньо лише чітко скоординувати зусилля багатьох людей.

Обговорення. Відбувається обмін тими почуттями, які виникли в учасників, коли один виявився піднятим "на пальцях" (тут доречно поговорити і про те, як підлітки розуміють сенс цієї фрази). Слід звернути увагу на таке: при чіткій координації спільних зусиль часом вдається без особливих зусиль виконати й те, що зовні представляється чимось із галузі фантастики (перед початком цієї вправи підлітки, мають серйозні сумніви в його ефективності).

ДОДАТОК В 2

ВЧИМОСЯ ВЗАЄМОРОЗУМІННЯ

Завдання заняття: розвиток соціальної спостережливості, вербальної взаємодії.

Вправа-розминка «Копіювання рухів»

Опис вправи.

Варіант 1. Учасники постають у коло. Вибирається ведучий, який тимчасово виходить за двері. Без нього група визначає учасника, чиї рухи копіюватимуться. Той починає робити якусь нескладну вправу (нахили, рухи руками, обертання головою тощо), група копіює цей рух. Ведучий повертається та уважно спостерігає за діями групи. Кожні 10–15 секунд учасник, вправа якого копіюється, змінює виконуваний рух, і за ним новий рух починають відтворювати інші учасники. Завдання ведучого – зрозуміти, за ким група повторює вправи.

Варіант 2. Учасники стоять у колі. За умовним сигналом ведучого кожен із новачків починає виконувати якесь нескладне фізичне вправу на власний вибір. Через 5-10 секунд ведучий подає черговий умовний сигнал, яким кожен учасник починає виконувати ту вправу, яку до того виконував сусід зліва. Гра триває, поки кожна вправа не пройде повне коло і не повернеться до свого автора (швидше за все, у сильно перекрученому вигляді).

Психологічний зміст вправи. Ця гра вносить пожвавлення та дозволяє підключити до роботи всіх учасників. Крім того, розвивається спостережливість, зростає ступінь групового згуртування.

Обговорення. На які ознаки орієнтувався ведучий, виконуючи завдання (варіант 1)? Що призводило до спотворень під час передачі рухів від учасника до учасника (варіант 2)?

Вправа «Вавилонська вежа»

Опис вправи. Вправу виконують у підгрупах по 4–6 осіб. Кожна з підгруп видається приблизно по 100–150 аркушів паперу (можливо, призначеної в макулатуру) або пачка газет і дається завдання: побудувати з цих аркушів максимально високу вежу, не використовуючи будь-яких скріплювальних матеріалів (див. фото нижче). Для виконання цієї вправи зазвичай достатньо 10-15 хвилин, хоча якщо робота йде дуже активно і запас паперу у підгруп не закінчився, час доцільно збільшити до 25-30 хвилин. Можна зробити акцент на естетичній стороні роботи (прикраса збудованої вежі) або на максимально можливій висоті будівлі та організувати змагання між підгрупами.



Психологічний зміст вправи. Вправа призводить до підвищення групової згуртованості, дозволяє розвивати здібності висувати і відстоювати свої ідеї, викликає в учасників позитивні емоції.

Обговорення. Як розподілилася робота між учасниками у підгрупах? Кому належали ідеї щодо конструкції різних частин вежі, які психологічні якості були потрібні, щоб втілити ці ідеї в життя?

Вправа «Сніжки»

Опис вправи. Учасники поділяються на дві команди. На підлозі проводиться лінія, що ділить приміщення навпіл, кожна команда розташовується у своїй половині приміщення. Кожен учасник робить собі з паперу, що залишився від попередніх вправ,

4 «сніжки». За командою ведучого починається гра, завдання якої – перекинути якнайбільше «сніжків» на бік протилежної команди. Тривалість туру 1 хвилина, виграє та команда, на території якої після закінчення цього часу виявилось менше «сніжків». Має сенс провести 2-3 тури гри. Додаткове правило: одночасно тримати в руках більше чотирьох «сніжків» забороняється (інакше учасники почнуть вдаватися до хитрощів: збирати багато «сніжків» у руках і перекидати їх на протилежний бік в останню секунду гри).

Психологічний зміст вправи. Легка рухлива розминка, що дозволяє розрядити атмосферу після попередніх вправ.

Обговорення. Достатньо короткого обміну враженнями.

Вправа «Очі, роти, руки»

Опис вправи. Для виконання вправи буде потрібно конструктор типу «лего» або якісь схожі за розміром предмети, з яких можна побудувати невеликі споруди (кубики, коробки сірників і т. п.). Через відсутність таких предметів можна скористатися і підручними засобами. Наприклад, запропонувати використовувати як деталі «конструктора» фломастери та олівці або створювати споруди з паперу.

Учасники поділяються на міні-групи із трьох осіб кожна. Кожній трійці знадобиться невелика споруда з деталей «конструктора», що включає близько 10–15 деталей (будиночок, машинка тощо), і ще один комплект таких деталей, щоб його скопіювати. Споруди для копіювання можуть створюватися учасниками інших трійок або ведучим; Тієї трійці, якою належить його копіювати, воно не показується. Усередині кожної міні-групи між учасниками розподіляються такі ролі:

- ♦ «очі» – здатні бачити як копіюваний, так і предмет, що створюється, але не можуть говорити і самі вчиняти якісь дії з «конструктором». Їхні можливості обмежуються передачею інформації про той предмет, який копіюється, за допомогою міміки, жестів тощо;

- ♦ «роти» – здатні говорити та бачити те, що будується, але не бачать, що копіюється;

- ♦ «руки» – чують і створюють копію споруди, але нічого не бачать (їх очі заплющені або зав'язані). Вони не можуть обмацувати оригінальну споруду, а мають керуватися тим, що чують від рота.

Психологічний зміст вправи. Вправа призводить до підвищення групової згуртованості, дозволяє розвивати здібності висувати і відстоювати свої ідеї, викликає в учасників позитивні емоції.

Обговорення. Як розподілилася робота між учасниками у підгрупах? Кому належали ідеї щодо конструкції різних частин вежі, які психологічні якості були потрібні, щоб втілити ці ідеї в життя?

Вправа «Сніжки»

Опис вправи. Учасники поділяються на дві команди. На підлозі проводиться лінія, що ділить приміщення навпіл, кожна команда розташовується у своїй половині приміщення. Кожен учасник робить собі з паперу, що залишився від попередніх вправ,

4 «сніжка». За командою ведучого починається гра, завдання якої – перекинути якнайбільше «сніжків» на бік протилежної команди. Тривалість туру 1 хвилина, виграє та команда, на території якої після закінчення цього часу виявилось менше «сніжків». Має сенс провести 2-3 тури гри. Додаткове правило: одночасно тримати в руках більше чотирьох «сніжків» забороняється (інакше учасники почнуть вдаватися до хитрощів: збирати багато «сніжків» у руках і перекидати їх на протилежний бік в останню секунду гри).

Психологічний зміст вправи. Легка рухлива розминка, що дозволяє розрядити атмосферу після попередніх вправ.

Обговорення. Достатньо короткого обміну враженнями.

Вправа «Очі, роти, руки»

Опис вправи. Для виконання вправи буде потрібно конструктор типу

«лего» або якісь схожі за розміром предмети, з яких можна побудувати невеликі споруди (кубики, коробки сірників та ін.). Через відсутність таких предметів можна скористатися і підручними засобами. Наприклад, запропонувати використовувати як деталі «конструктора» фломастери та олівці або створювати споруди з паперу.

Учасники поділяються на міні-групи із трьох осіб кожна. Кожній трійці знадобиться невелика споруда з деталей «конструктора», що включає близько 10–15 деталей (будиночок, машинка тощо), і ще один комплект таких деталей, щоб його скопіювати. Споруди для копіювання можуть створювати учасники з інших трійок або ведучі; Тієї трійці, якою належить його копіювати, воно не показується. У середині кожної міні-групи між учасниками розподіляються такі ролі:

♦ «очі» – здатні бачити як копіюваний, так і предмет, що створюється, але не можуть говорити і самі робити будь-які дії з «конструктором». Їхні можливості обмежуються передачею інформації про той предмет, який копіюється, за допомогою міміки, жестів тощо;

♦ «роти» – здатні говорити та бачити те, що будується, але не бачать, що копіюється;

♦ «руки» – чують і створюють копію споруди, але нічого не бачать (їх очі заплющені або зав'язані). Вони не можуть обмацувати оригінальну споруду, а мають керуватися тим, що чують від рота.

Завдання кожної з трійок – працюючи при такому розподілі ролей, створити копію тієї споруди, яку їм запропоновано (10 хвилин).

Психологічний зміст вправи. Вправа розвиває вміння діяти у ситуаціях неповноти доступної інформації, і навіть коштів на її передачі, вчить реконструювати позицію партнерів зі спілкування з урахуванням цих неповних даних. Крім того, удосконалюються навички вербального та невербального спілкування.

Обговорення. Перша стадія обговорення проходить усередині трійок: учасники порівнюють оригінальну споруду та її копію, діляться емоціями і почуттями, що виникли в ході вправи, аналізують, що сприяло адекватній передачі інформації в таких умовах, а що їй перешкоджало (5 хвилин). На другій стадії учасники об'єднуються у три групи: «очі», «роти» та «руки», і обговорюють, які труднощі виникли у них і яким життєвим проблемам можна уподібнити ситуацію, в якій вони опинилися у цій грі (5 хвилин). На третій стадії представник від кожної з цих підгруп розповідає аудиторії, яких висновків дійшла їхня підгрупа (2–3 хвилини на підгрупу).

Гра-загадка «МПС»

Опис вправи. Вибираються 2–3 ведучі, яким дається така інструкція: «Зараз ми загадаємо якогось учасника групи.

Вам потрібно буде вгадати, хто має на увазі, ставлячи присутнім питання про цю людину. На ваші запитання буде лише три варіанти відповідей: так, ні, не знаю. Після цього ведучі виходять за двері і ведучий інструктує групу: «МПС розшифровується як Мій Правий Сусід. На всі питання ведучих ви відповідатимете від особи людини, яка сидить праворуч від вас! Пам'ятайте,

що у вашому розпорядженні лише три варіанти відповідей». Зазвичай підліткам досить складно відразу освоїтися з таким правилом відповідей, тому спочатку має сенс попрактикуватися, поставивши кожному підлітку питання і попросивши його відповісти, дотримуючись встановленого обмеження. Потім звуть першого ведучого, він починає ставити запитання. Коли він зрозуміє, що під загаданим членом групи мається на увазі сусід кожного учасника, що знаходиться праворуч, звуть і вводять у гру наступного ведучого.

Якщо ця гра сподобалася підліткам, її можна застосовувати неодноразово, але, природно, за умови, що щоразу змінюються правила генерації відповідей. Наприклад, вони можуть бути такими:

- ♦ юнаки відповідають завжди правду, а дівчата завжди брешуть (або навпаки);

- ♦ якщо питання поставлене з посмішкою – на нього, незалежно від змісту, дається відповідь «так», якщо з похмурою мімікою – «ні», якщо вираз обличчя нейтральний – «не знаю». Це правило відгадати досить складно, краще запросити для цього одразу 3-4 ведучі, які працюватимуть командою.

Психологічний зміст гри. Розвиток соціальної спостережливості.

Обговорення. Що допомагало відгадати загадку, а що перешкоджало?