

УДК 159.964.21

Рогаль Н.І.[°]

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, факультет психології, аспірантка

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ КОРЕКЦІЇ КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

В статті висвітлено основні принципи та особливості програми корекції та профілактики конфліктної поведінки підлітків. Наведено елементи розробленої і апробованої програми тренінгу та представлено результати оцінки її ефективності.

Ключові слова: *тренінг, групова робота, конфліктна поведінка, психологічна корекція, профілактика*

В статье отражены основные принципы и особенности программы коррекции и профилактики конфликтного поведения подростков. Приведены элементы разработанной и апробированной программы тренинга и представлены результаты оценки ее эффективности.

Ключевые слова: *тренинг, групповая работа, конфликтное поведение, психологическая коррекция, профилактика*

In the article the basic principles and characteristics of the program of correction and prevention of conflict behavior of adolescents. Elements developed and tested training program and presents the results of the evaluation of its effectiveness.

Keywords: *training, group work, conflict behavior, psychological correction and prevention*

Актуальність. На сучасному етапі розвитку суспільства діти зіштовхуються з проблемами, що виникають у різних сферах життя. Не винятком є і взаємостосунки з оточуючими людьми, що часто супроводжуються проявом ворожості, агресивності, конфліктності, нетерпимості, нестриманості, прагненням принизити співбесідника. Причинами такої поведінки часто є особистісні, ситуативні, суб'єктивні чи об'єктивні чинники. Саме тому, проблема вирішення, зниження та профілактики конфліктів та конфліктної поведінки є актуальною та потребує уваги дослідників. Для профілактики та корекції конфліктної поведінки важливим завданням є зміна характеру сприйняття ситуації, що склалася, зміна ставлень сторін один до одного (Burton J.), що є дієвою при опрацюванні на глибинному рівні особистості. Ці завдання можна реалізувати за допомогою активних методів навчання, зокрема, за допомогою соціально-психологічного тренінгу.

У розробці власної тренінгової програми ми використовували напрацювання та досвід науковців, які займалися вивчення проблем корегування, регулювання, зниження конфліктів (Г.І. Макартичова (2008), І. Авідон, О. Гончукова (2008), Н.Н. Васильєв (2007), Л.М. Семанюк (1996), В.І. Санташов (2009), Н.В. Гришина (1993), Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова, О.Д. Шарова (2000), Т.А. Колпачьова, Н.Е. Ковтун, Я. Курбанова (2010), Дж. В. Бертон та ін.

Мета статті – розробка та апробація програми з корекції та профілактики конфліктної поведінки підлітків.

Вітчизняні та зарубіжні дослідники зазначають, що тренінг є активним методом навчання, що спрямований на профілактику чи корекцію певних поведінкових проявів (агресивної, конфліктної, делінквентної, асоціальної,

адиктивної поведінки), особистісних рис (ворожості, агресивності, тривожності та ін.) під час якого відбувається активне оволодіння знаннями, уміння та навичками (І.В. Бачков, С.М. Ємельянов, О.М. Шевчук, О.В. Безпалько, Т.П. Цюмань, Дж.В. Бертон, А.Я. Анцупов, А.І. Шипілов, Ю.М. Ємельянов, Б.Д. Паригін та ін.).

У концептуальну основу тренінгу ввійшли ідеї та напрацювання, що стосуються розуміння поняття тренінгу, основних принципів тренінгу, психологічних особливостей взаємодії у тренінговій групі, розробки завдань та плану тренінгу, його компонентів, навантаження занять змістовими вправами, які б повною мірою задовольняли цілі програми та особливості групової роботи з підлітками (В.Г. Пузиков (2007), К.Л. Мілютіна (2004), І.Б. Дерманова, Е.В. Сидоренко (2003), Л.М. Кроль, Е.Л. Михайлова (2002), Л.А. Петровська (1982), І. Ялом (2000), О.В. Євтіхов (2007), А.В. Мікляєва (2006), К. Фопель (2007), Л.Анн (2003) та ін.).

У 2015 році нами було розроблено програму тренінгу основною метою якої є корекція та профілактика конфліктної поведінки підлітків та створення психолого-педагогічних умов, що сприяють гармонізації стосунків підлітків з батьками, ровесниками, з вчителями. Дана програма була розроблена з урахуванням виявлених в ході констатуючого експерименту психологічних особливостей конфліктної поведінки підлітків.

Експериментальна перевірка тренінгової програми з корекції конфліктної поведінки здійснювалася з підлітками дівчатами та хлопцями. До тренінгових груп ввійшли учні віком 12-14 років. Адже, за віком бажано дотримуватися достатньої однорідності і для груп підлітків є оптимальними поєднання 12-14, 15-16, 17-18 років [3, с.13]. Тренінг проводився на базі загальноосвітньої школи Сумської області.

У формуальному дослідженні взяли участь 40 підлітків (20 дівчат та 20 хлопців), які були поділені на дві експериментальні та дві контрольні групи по 10 осіб у кожній групі. Заняття проходили у формі тренінгу протягом 4 години один раз на тиждень, загальною тривалістю 24 години (6 зустрічей).

В подальшому, підлітки, що ввійшли до експериментальної групи (хлопці та дівчата) в ході формуального експерименту підлягали цілеспрямованому психолого-педагогічному впливу. Підлітки, що ввійшли до контрольної групи учасниками експериментального процесу не були і на них програма тренінгу не поширювалася.

Завданнями тренінгу з профілактики та корекції конфліктної поведінки були: ознайомлення підлітків із поняттям конфлікт, спілкування, основними стратегіями поведінки в конфлікті та бар'єрами спілкування, що виникають під час взаємодії, розширення розуміння процесу спілкування та можливих проблем, що його супроводжують; розвиток уміння контролювати та адекватно виражати свої почуття і емоції; формування уміння ефективним стратегіям виходу із конфліктних ситуацій у спілкуванні з ровесниками, батьками та вчителями; зниження відкритих та прихованих форм конфліктної поведінки, конфліктності, агресивності, ворожості та ін.

Програма тренінгу мала комплексний характер та включала три основні блоки. Діагностичний, що передбачав діагностику підлітків для виявлення особливостей конфліктної поведінки, переважаючих стратегій поведінки в конфлікті, основних конфліктних сфер у житті підлітка. Розвиваючий блок у роботі

з підлітками був спрямований на профілактику конфліктної поведінки, що проявляється у підвищеному рівні ворожості, агресивності, схильності до конфліктності та деструктивних стратегій поведінки в конфлікті, усвідомлення особливостей та бар'єрів власного спілкування та ін. Інформаційний блок був спрямований на висвітлення основних положень стосовно питань конфлікту, конфліктної поведінки, спілкування та ін.

Кожне заняття тренінгу складалося із трьох етапів: підготовчого, основного та завершального. Підготовчий етап полягав у проведенні психогімнастичних вправ, які спрямовані на згуртованість групи, створення довірчої, позитивної атмосфери, зняття емоційної напруги та плавне підведення учасників тренінгу до формування проблеми заняття. Основний етап полягав у оголошенні головної проблеми заняття, висвітленні наукової інформації, щодо даного питання та використанні вправ, які спрямовані на програвання певних ситуацій, аналізі форм поведінки, що виникають під час конфліктної взаємодії. В процесі виконання вправ та обговорення використовувалися дискусії і обмін досвідом та своїми спостереженнями. Вони контролювалися і спрямовувалися ведучим у потрібне русло для уникнення агресивних зіткнень думок і поглядів учасників тренінгу. Завершальний етап полягав в узагальненні та аналізі отриманої інформації, виділенні позитивних та негативних моментів тренінгової роботи та включав оцінку важливості отриманих навичок з точки зору їх подальшого використання у повсякденному житті. Рефлексія по закінченню заняття полягала у оцінці тренінгу з точки зору двох аспектів: емоційно-сміслового («сподобалось – не сподобалось», «рівень комфорту - дискомфорту», «цікавість – не цікавість», «тяжкість – легкість виконання вправ» та ін.) та емоційно-оціночного (оцінка свого емоційного стану, як під час виконання завдань так і після закінчення заняття).

До проведення тренінгу було здійснено порівняльний аналіз результатів контрольної та експериментальної груп, що були отримані в ході діагностичних зрізів за методиками: діагностики схильності до конфліктної поведінки К. Томаса (адаптація Н.В. Гришиної); особистісна агресивність та конфліктність (Е.І. Ільїн, П.А. Ковальов); методика діагностики показників і форм агресії А. Басса і А. Дарка; експрес-діагностика стійкості до конфліктів; опитувальник «Конфліктні ситуації в підлітковому віці» (О.А. Царьова).

Важливим аспектом тренінгу є критерій його ефективності. Проблемою оцінки ефективності тренінгу займалися К. Рудестам, І. Ялом, А. П. Москаленко, О. Царьова, К.Л. Мілютіна, В.Г. Пузіков та ін. Критерієм ефективності програми тренінгу з корекції конфліктної поведінки підлітків була суб'єктивна і об'єктивна оцінка тренінгу. Об'єктивним критерієм стало використання тестових завдань: психологічних тестів, спрямованих на дослідження змін у психічному стані учасників, порівняння і оцінка результатів первинної і завершальної діагностики та порівняння результатів контрольної та експериментальної групи [3, с.114]. Суб'єктивний критерій ефективності тренінгу передбачав оцінку самих підлітків. Отримання зворотного зв'язку здійснювалося під час групової роботи (після виконання завдань і по закінченню занять) та підсумкове анкетування.

Визначенням ефективності формувального експерименту є підтвердження гіпотези H1: результати тестування експериментальної групи змінилися у порівнянні з результатами контрольної групи та різняться до проведення формувального експерименту та після.

Оцінка отриманих результатів до формувального експерименту та після формувального експерименту та аналіз і порівняння даних між двома групами (експериментальною та контрольною) здійснювалися за допомогою непараметричного методу порівняння незалежних вибірок – U-критерій Манна-Уїтні [4, с. 173].

В таблиці 1. наведені статистично значущі показники попереднього та повторного зрізів контрольної та експериментальної груп за методикою А. Басса – А. Дарки.

Таблиця 1 - Порівняння середніх показників за методикою А. Басса - А. Дарки до та після формувального експерименту у експериментальній та контрольній групі

Шкали	Експериментальна група		Контрольна група	
	До експ.	Після експ.	До експ.	Після експ.
Фізична агресія	6,28	5,23**	5,92	5,81
Вербальна агресія	7,67	6,66**	7,63	7,41
Побічна агресія	5,64	5,54	5,64	5,77
Негативізм	3,45	2**	3,01	3,36
Роздратування	6,96	6,10*	6,32	5,56*
Підозрілість	6,90	5,27**	6,65	6,42
Образа	5,50	4,22**	5,40	5,52
Почуття вини	5,82	5,80**	5,69	5,74
Агресивність	21,74	19,52*	19,86	20,92
Ворожість	9,62	6,32*	8,47	7,92

Примітка: * - відмінності на рівні значущості $p \leq 0,05$;

** - відмінності на рівні значущості $p \leq 0,01$

Статистично достовірні відмінності у експериментальній групі до та після проведення формувального експерименту було виявлено між такими показниками як фізична агресія ($U=826$, $p \leq 0,01$), вербальна агресія ($U=659$; $p \leq 0,01$), негативізм ($U=377,5$; $p \leq 0,01$), роздратування ($U=927$; $p \leq 0,05$), підозрілість ($U=509$; $p \leq 0,01$), образа ($U=518$; $p \leq 0,01$), ворожість ($U=653$; $p \leq 0,01$), почуття вини ($U=812$; $p \leq 0,01$). Таким чином, після проведення тренінгу у досліджуваних з експериментальної групи відбулися певні зміни з тенденцією до зниження. У контрольній групі до та після проведення формувального експерименту значущі зміни відсутні, окрім змін, що спостерігаються за шкалою «роздратування» ($U=990,5$; $p \leq 0,05$), показник якої значущо знизився.

За методикою, що спрямована на виявлення схильності до конфліктності і агресивності як особистісних характеристик, значущі відмінності на рівні $p \leq 0,05$ чи $p \leq 0,01$ спостерігаються за шкалами: конфліктність, позитивна агресивність,

негативна агресивність, запальний характер, наполегливість, непоступливість, безкомпромісність (див. табл. 2.).

Таблиця 2 - Порівняння середніх показників за методикою особистісна агресивність і конфліктність (Е.І. Ільїн, П.А. Ковальов) до та після проведення формувального експерименту у експериментальній та контрольній групі

Шкали	Експериментальна група		Контрольна група	
	До експ.	Після експ.	До експ.	Після експ.
Конфліктність	27,07	25,80**	27,42	26,89
Позитивна агресивність	12,68	11,33*	11,46	10,68
Негативна агресивність	9,59	7,83**	9,33	9
Запальний характер	6,04	5,31*	6,14	6,12
Наполегливість	6,40	5,68**	6,07	5,92
Образливість	6,21	5,69	5,31	5,44
Непоступливість	6,50	5,22*	5,90	6,02
Безкомпромісність	6,84	5,53*	6,23	6,08
Мстивість	5,90	4,82	5,50	5,58
Нетерпимість до думки інших	4,87	4,08*	5,38	5,89
Підозрілість	6,04	5,44	6,06	5,75

Примітка: * - відмінності на рівні значущості $p \leq 0,05$;

** - відмінності на рівні значущості $p \leq 0,01$

Значущі відмінності до та після проведення формувального експерименту у контрольній групі спостерігається за шкалою негативна агресивність ($U=1182$; $p \leq 0,01$) (показники знизилися), що свідчить про формування позитивних тенденцій у бік зниження загального рівня мстивості та формування позитивного, не критичного ставлення до думок оточуючих.

Виявлено статистично значущі відмінності у експериментальній групі до та після проведення програми тренінгу, як за середніми значеннями так і за U -критерієм Манна-Уїтні. Після проведення тренінгу у експериментальній групі спостерігається зниження конфліктності ($U=1885$; $p \leq 0,01$), наполегливості ($U=1167$; $p \leq 0,01$), непоступливості ($U=1132$; $p \leq 0,05$), зменшилися показники за шкалами: запальний характер ($U=1697$; $p \leq 0,05$), безкомпромісність ($U=1637$; $p \leq 0,05$), нетерпимість до думки інших ($U=1590$; $p \leq 0,05$).

Ми вважаємо, що зміни які відбулися за даними параметрами значущо впливають на гармонізацію поведінки та зниження конфліктності і конфліктної поведінки.

По закінченню групової роботи в експериментальній групі відбулися зміни у виборі таких стратегій поведінки, як: змагання та компроміс. Після проведення тренінгу середні показники за стратегією змагання значущо знизилися ($U=620$; $p \leq 0,01$), а за стратегією компроміс збільшилися ($U=896$; $p \leq 0,05$). Це свідчить про те, що підлітки стали більше уваги приділяти почуттям та особистості іншої людини, враховувати її думки та потреби. Але при цьому не применшувати значущість власних бажань та прагнень та у вирішенні конфліктних,

суперечливих ситуацій прагнуть зберегти із опонентом стосунки шляхом відмови від конкуренції та лише часткового задоволення власних інтересів, що підпорядковано задоволенню інтересів іншої сторони. Також, після проведення формувального експерименту у даній групі спостерігаються позитивні зміни за стратегією співпраця. Хоча вони є не значущими, але ми припускаємо, що у випадку розширення та продовження формувального впливу зміни за даною шкалою можуть бути вагомими.

У контрольній групі значущих змін до та після закінчення формувального експерименту не відбулося.

Про присутні зміни свідчать показники процентних навантажень за кожною із стратегій поведінки. До проведення формувального дослідження у експериментальній групі процентне навантаження за шкалою «пристосування» (28%) є найвищим серед зазначених величин. Другу за значущістю позицію займає змагання (26%), уникнення переважає у 22% респондентів та найнижчі показники мають стратегії: співпраця та компроміс (12%). Після проведення формувального експерименту процент респондентів, що обирають стратегію поведінки «пристосування» збільшився (35%), 21% займає показник стратегії співпраці, що порівняно із попередніми замірами значно змінився. На наступному місті вираженості знаходиться компроміс (20%), процентний показник за даною шкалою також збільшився. Стратегія «уникнення» є вираженою у 17 % досліджуваних, що порівняно з початковими замірами є дещо нижчою. Найменш вираженою після проведення формувального експерименту є стратегія «змагання» (7%), що свідчить про значне зменшення проценту респондентів, які обирають даний вид поведінки у конфліктній ситуації, порівняно із даними, що були отримані до впровадження програми тренінгу.

Аналізуючи отримані дані, можна зробити висновок, що підлітки у більшості випадків до проведення формувального експерименту використовували деструктивні стратегії поведінки в конфлікті – пристосування, змагання та уникнення. Ці стратегії поведінки були віднесені Дж. Г. Скоттом до неефективних, адже вони не вичерпують інцидент і не сприяють розв'язанню та усуненню всіх конфліктних ситуацій, які стали підґрунтям для реального протиборства між сторонами, що може призвести до ескалації, затягування конфлікту або ж переходу його у приховану форму протікання [5]. Після проведення формувального експерименту процент використання деструктивних стратегій поведінки в конфлікті знизився за шкалами «змагання» і «уникнення» (хоча частота використання пристосування збільшилася), а конструктивних (ефективних) стратегій, таких як: компроміс і співпраця збільшився.

Особлива увага у програмі тренінгу приділялася проблемі оптимізації стосунків підлітків у системі сім'ї, школи та з ровесниками. Після закінчення групової роботи з підлітками у експериментальній групі спостерігаються зміни у двох критичних сферах життя підлітків: сім'ї ($U=896$; $p=0,013$) та з ровесниками ($U=753,5$; $p=0,002$). Згідно з результатами емпіричного дослідження після проведення формувального експерименту частота та інтенсивність конфліктних ситуацій у зазначених двох сферах значно знизилася. Але, стосунки у системі «підліток - школа» не змінилися ($U=1140$; $p=0,113$). Можливо це пов'язано із часовими межами тренінгу (24 години) та недостатньою кількістю ситуацій та

завдань, які розглядалися під час групової роботи, що безпосередньо стосувалися б даної сфери.

При порівнянні результатів експериментальної та контрольної групи значущих відмінностей не спостерігається та відсутні зміни до та після проведення тренінгу у контрольній групі (на яку не здійснювався активний вплив). Середні значення дещо змінилися, але статистично значущі зміни відсутні у всіх трьох сферах життєдіяльності підлітків (сімейна сфера ($U=1313$; $p=0,465$), школа ($U=1426$; $p=0,980$), взаємодія з ровесниками ($U=1326$; $p=0,785$)).

Протягом наступного місяця після завершення проведення програми тренінгу за хлопцями та дівчатами підліткового віку, які ввійшли до експериментальної групи відбувалося спостереження, що здійснювалося вчителями та класними керівниками підлітків. Було виявлено, що поведінка дітей із експериментальної групи стала менш агресивною, конфліктною, вони стали проявляти більшу терпимість та толерантність до інших, стали проявляти меншу ворожість до оточуючих та у своїх висловлюваннях стали менше використовувати образливих слів, які б могли принизити опонента.

Таким чином, виявлено позитивну динаміку змін у поведінці підлітків експериментальної групи, що вказує на формування гармонійних, неконфліктних форм поведінки порівняно із формами поведінки підлітків контрольної групи. Однак, деякі аспекти програми тренінгу потребують додаткової уваги. Зокрема, це стосується більш детального опрацювання проблеми вибору ефективних стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях та зниження частоти і інтенсивності конфліктів у сфері «підліток - школа».

Висновки. Тренінг з профілактики та корекції конфліктної поведінки підлітків є ефективним методом роботи, про що свідчить як суб'єктивний так і об'єктивний критерій ефективності. У підлітків знизився рівень агресивності, ворожості, конфліктності, збільшилася стійкість до конфліктів, актуалізувалося прагнення до співробітництва, поваги партнера, бажання рахуватися з його інтересами та позиціями, знизилися показники фізичної та вербальної агресії, роздратування, негативізму.

Перспективами подальшої роботи є дослідження та висвітлення особливостей профілактики конфліктної поведінки на різних вікових етапах розвитку особистості.

Список використаних джерел:

1. Анцупов А.Я. Словарь конфликтолога / А.Я. Анцупов, А.И. Шипилов. – СПб. : Питер, 2006. – 526 с.
2. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль / Л. Берковиц. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – 510 с.
3. Мілютіна К.Л. Теорія і практика психологічного тренінгу / К.Л. Мілютіна. – К. : МАУП, 2004. – 192 с.
4. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных / А.Д. Наследов. – СПб. : Речь, 2004. – 392 с.
5. Скотт Дж. Г. Способы разрешения конфликтов / Дж. Г. Скотт. – СПб. : ВИС, 1994. – 210 с.

Отримано 11.05.2015 р.