

Міністерство освіти і науки України
Національний університет «Острозька академія»
Навчально-науковий інститут соціально-гуманітарного менеджменту
Кафедра психології

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня магістра
на тему: «Психологічна допомога підліткам у складних життєвих ситуаціях з
урахуванням їх особистісної акцентуації характеру»

Виконала студентка 2 курсу, другого (магістерського) рівня,
групи ЗМПс-21

Напряму підготовки 053 «Психологія»
Радисюк Яна Анатоліївна

Керівник:
кандидат психологічних наук,
доцент
Шугай Марія Анатоліївна

Рецензент:

Допущено до захисту
Завідувач кафедри
О. МАТЛАСЕВИЧ

Острог - 2023

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПІДЛІТКАМ УСКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ З УРАХУВАННЯМ АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	6
1.1. Психологічні особливості розвитку особистості в підлітковому віці.....	6
1.2. Акцентуації характеру як об'єкт наукового дослідження.....	16
1.3. Визначення складної життєвої ситуації та її характерні особливості.....	21
Висновки до розділу 1.....	27
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ АКЦЕНТУЦІЙ ХАРАКТЕРУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	28
2.1. Організація емпіричного дослідження.....	28
2.2. Обґрунтування методів дослідження.....	31
2.3. Аналіз результатів дослідження особливостей проявів акцентуацій характеру у підлітковому віці.....	35
Висновки до розділу 2.....	48
РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПІДЛІТКАМ У СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ З УРАХУВАННЯМ ЇХ АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ	49
3.1. Зміст програми психологічної допомоги.....	49
3.2. Аналіз ефективності реалізації психологічної допомоги.....	62
Висновки до розділу 3.....	66
ВИСНОВКИ.....	67
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	71
ДОДАТКИ.....	76

ВСТУП

Актуальність дослідження. Розвиток сучасного українського суспільства характеризується воєнним станом, динамічними економічними перетвореннями, науково-технічним прогресом, високою інформативною насиченістю соціального середовища. Суспільне буття сучасної людини вимагає її адаптації до нових умов життєдіяльності. Особливо це стосується підлітків, життя яких у теперішніх соціальних умовах має насичене психогенне середовище, адже саме цей період становлення їх особистості характеризується наявністю різноманітних психологічних проблем та труднощів, викликаних протиріччями їх розвитку та кризовими явищами суспільних процесів. Перехід від дитинства до дорослості на етапі підліткового віку супроводжується якісною перебудовою всіх сторін розвитку особистості. Формування особистості підлітків відбувається в умовах їх прискореного статевого дозрівання, зниження навчальної мотивації, відсутності переконливих зразків для наслідування, що позначається на становленні «образу Я». Разом з тим, актуальною проблемою сьогодення стало порушення поведінки підлітків. Серед чинників, які впливають на це, відносяться проблеми спілкування у сім'ї, адикції, криза самоідентичності, негативний вплив соціальних мереж, прояв акцентуацій характеру. У процесі становлення особистості у характері підлітків все частіше проявляються акцентуації, які впливають не лише на їх поведінку, але й негативно позначаються на психіці особистості та на її адаптаційні можливості до політичних та соціально-економічних змін у суспільстві.

У вивченні проблематики складної життєвої ситуації варто відзначити таких вітчизняних науковців як І. Ващенко, С. Горбач, Е. Грішин, Т. Кириченко, А. Коваленкову, Т. Мазур, В. Предко, Ю. Швалб тощо [6; 9; 10; 17; 18; 25; 34; 44].

Дослідженням акцентуацій характеру підлітків займалися такі сучасні українські вчені як Н. Бочаріна, М. Глушман, О. Запужляк, К. Мелен,

У. Михайлишин, Н. Русіна, А. Самохвалова, О. Чайковська та інші [4; 8; 13; 27; 29; 36; 37; 41].

У контексті нашого дослідження варто також виділити наукові розвідки, присвячені питанням психологічного аналізу розвитку особистості підлітків (І. Булах, Н. Жук, Т. Комар, О. Краєва, Н. Панасенко, Т. Свіденська [5; 12; 19; 21; 31; 38]).

Проте, не дивлячись на існуючий на сьогоднішній день помітний науковий доробок з теми дослідження, проблема організації та надання психологічної допомоги підліткам не втрачає своєї актуальності та загострюється в епоху політичних змін та кризових моментів суспільних відносин. Це й обумовило вибір теми нашого дослідження *«Психологічна допомога підліткам у складних життєвих ситуаціях з урахуванням їх акцентуації характеру»*.

Мета роботи – на підставі теоретичного дослідження та емпіричного аналізу визначити особливості психологічної допомоги підліткам у складних життєвих ситуаціях з урахуванням їх особистісної акцентуації характеру.

Згідно з метою дипломної роботи нами було поставлено такі **завдання дослідження**:

- 1) з'ясувати специфіку психологічних особливостей розвитку особистості в підлітковому віці;
- 2) висвітлити проблему акцентуацій характеру як об'єкта наукового дослідження;
- 3) здійснити аналіз складної життєвої ситуації у психолого-педагогічних дослідженнях;
- 4) емпірично дослідити особливості проявів акцентуацій характеру у підлітковому віці;
- 5) розробити та реалізувати програму психологічної допомоги підліткам у складних життєвих ситуаціях з урахуванням їх акцентуації характеру.

Об'єкт дослідження – акцентуації характеру підлітків.

Предмет дослідження – специфіка психологічної допомоги підліткам у складних життєвих ситуаціях з урахуванням їх акцентуації характеру.

Методи дослідження. Для розв'язання поставленої мети і завдань застосовувався комплекс теоретичних та емпіричних методів дослідження:

- *теоретичні*: аналіз та узагальнення – для з'ясування стану розробленості предмета дослідження; систематизація та інтерпретація досліджуваної проблеми;

- *емпіричні*: бесіда; анкетування; спостереження; психодіагностичні методики: опитувальник ICAS-T-C, характерологічний опитувальник К. Леонгарда, методики «Визначення особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна та «Стратегії та тактики поведінки в конфліктній ситуації» К. Томаса.

- *математико-статистичні*: обробка результатів дослідження відбувалась за допомогою математико-статистичного методу кількісного аналізу; критерій Спірмена.

Узагальнення результатів здійснено з використанням *інтерпретаційних* методів (класифікація й узагальнення емпіричних даних).

Практична значущість дослідження полягає в тому, що розроблена програма соціально-психологічного супроводу підлітків з різними проявами акцентуацій характеру у важких життєвих ситуаціях може бути використана при реалізації освітньо-виховного процесу. Результати дослідження дозволяють звернути увагу фахівців на розробку та вдосконалення методів психологічного впливу для створення індивідуальних програм психологічного супроводу.

Структура та обсяг роботи. Дипломна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 44 найменувань та 3 додатків. Повний обсяг роботи становить 87 сторінок. Робота містить 7 таблиць та 5 рисунків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПІДЛІТКАМ У СЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ З УРАХУВАННЯМ АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

1.1. Психологічні особливості розвитку особистості в підлітковому віці

Підлітковий вік – це зовсім особливий динамічний період розвитку людини, і від того, як він розвиватиметься, залежить подальший розвиток наступного вікового етапу. Тому цей період вважається переломним, перехідним, сенситивним та критичним. У зв'язку з цим, підлітковий вік має особливі характеристики, що описують цей етап розвитку. Це вік фізичних та особистісних, а також соціальних та психічних змін.

Центральне особистісне новоутворення цього періоду – становлення нового рівня самосвідомості, Я-концепції, прагнення зрозуміти себе, свої можливості та особливості, свою схожість з іншими людьми та свою відмінність – унікальність і неповторність. Джерелами виникнення відчуття дорослості є зрушення фізичного розвитку, початок статевого дозрівання та соціальних джерел, а також їхнє усвідомлення самим підлітком [3, с. 27].

Сферою дослідження багатьох психологічних наукових шкіл є проблема формування образу «Я» у підлітковому віці». Так, Ф. Райс говорить про те, що стійка «Я-концепція», елементом якої є образ «Я», є центральним новоутворенням підліткового віку. Саме тому, цьому питанню присвячено дуже велику кількість досліджень у психології, психіатрії, а також у біохімії, фізіології, філософії та соціології [15].

Підлітковий вік – особливий етап переходу до дорослого життя. Він має ряд специфічних, лише для нього особливостей та свої хронологічні рамки. Так, Д. Ельконін виділяє підлітковий вік у період з 12 до 17 років. При цьому епоха підліткового віку у нього поділяється на два етапи. Перший етап

посідає вік 12–14 років і називається молодший підлітковий вік, провідною діяльністю якого є інтимно-особистісне спілкування. Другий етап охоплює хронологічний період з 15 до 17 років. Це період ранньої юності, коли на перший план виходить навчально-професійна діяльність [31, с. 379].

Кожен із цих етапів має свої особливості, проте їх поєднує те, що весь підлітковий вік – це період початку дорослого життя, особистісного самовизначення, ідентичності та формування характеру та цілісного образу «Я». Л. Божович відзначає, що протягом підліткового віку змінюється ставлення дитини і до навколишнього світу, і до себе, крім того, активно розвиваються процеси самосвідомості та самовизначення. Тож ключове новоутворення у підлітковому віці – почуття дорослості. Саме собою почуття дорослості – ніщо інше, як особлива форма суб'єктивного уявлення себе як про людину, яка зараховується до світу дорослих [20, с. 60].

Г. Салліван зазначає, що саме у дитинстві формується характер, відбувається закріплення системи «Я», формуються соціальні патерни поведінки. Автор стверджує, що в ранньому підлітковому віці проходить період соціалізації, формуються певні стереотипи та настанови, що впливають на становлення відносин із оточуючими. Він вважав, що особистісний розвиток відбувається лише в соціумі, а без інших людей ми були б позбавлені особистості. Особистість може бути ізольована від комплексу міжособистісних відносин, у яких людина існує. В основі здорового психічного розвитку людини лежить здатність встановлювати близькі стосунки з іншими людьми. Перешкодою задовільним міжособистісним стосункам може стати тривога. Можливо, найбільш критичним періодом розвитку людини є підлітковий період – час, коли діти вперше набувають здатності встановлювати близькі відносини з іншими людьми, але ще не досягли віку, коли ці відносини ускладнюються сексуальним інтересом. Г. Салліван вважав, що показником здорового розвитку є здатність людини відчувати дружні почуття та сексуальний інтерес до тієї ж особи [32, с. 421].

Е. Еріксон, який вважав підлітковий вік найважливішим і найважчим періодом людського життя, наголошував, що психологічна напруженість залежить не тільки від фізіологічного дозрівання, особистої біографії, а й від духовної атмосфери суспільства, в якому людина живе, від внутрішньої суперечливості суспільної ідеології.

Під ідеологією Еріксон розумів несвідому тенденцію, властиву людині, підганяти у певний час факти до ідей та ідеї до фактів, щоб створити картину світу, досить переконливу для підтримки почуття колективної та індивідуальної ідентичності. Ідентичність – це почуття внутрішньої наступності, константності самотності у потоці постійних тимчасових змін, метаморфоз особистісного розвитку. Це суб'єктивне переживання: «Я той самий» [19].

По відношенню до психології підлітка поняття «ідентичність» включає такі характерні риси цього віку, як відкриття, знаходження і підкреслення свого «Я», самооформлення, самозображення, самооцінка, самоспостереження, які були виявлені і описані дослідниками ще в першій половині ХХ століття.

Таким чином, згідно з епігенетичною концепцією Е. Еріксона, головним завданням підліткового періоду є формування почуття особистої ідентичності та уникнення небезпеки виникнення рольової невизначеності.

На думку вченого, завданнями розвитку в індивіда для досягнення ідентичності є:

- набуття почуття часу та безперервності життя;
- розвиток впевненості у собі;
- прийняття відповідної своєї статі ролі;
- експериментування з різними ролями;
- вибір професії;
- формування особистої системи цінностей та пріоритетів;
- пошук своєї ідеології [12, с. 47].

До найважливіших конфліктів у підлітків належать такі:

– дифузія ідентичності: короткочасна чи тривала нездатність Я-системи сформувати ідентичність;

– дифузія часу: порушення відчуття часу, нерідко з дифузією пов'язаний страх чи бажання смерті;

– застій у роботі: порушення природної працездатності, здебільшого супроводжується дифузією ідентичності;

– негативна ідентичність проявляється, насамперед, у запереченні всіх властивостей і ролей, які у нормі сприяють формуванню ідентичності (сімейні ролі та звички, статевозрілі стереотипи тощо);

– конфліктні відносини підлітків ґрунтуються на боротьбі за лідерство [12, с. 47].

Розвиваючи ідеї Е. Еріксона, американський психолог Дж. Марсія (Марша) виділив чотири варіанти розвитку ідентичності у підлітковому віці:

– невизначена ідентичність характеризується тим, що людина ще не набула чітких переконань і не пережила кризи ідентичності;

– наперед вирішена ідентичність характеризується тим, що підліток вибирає свій життєвий шлях не самостійно, а під впливом інших людей, найчастіше батьків;

– психосоціальний мораторій у тому, що підліток переживає кризу самовизначення і вибирає з численних варіантів розвитку свій шлях;

– зріла ідентичність означає, що криза завершена і людина з повною відповідальністю переходить до самореалізації у практичній діяльності [3, с. 38].

Розвиток самосвідомості – як один із центральних напрямів діяльності підлітка доведено багатьма дослідженнями. Самопізнання є винятковою особливістю особи, яка усвідомлює себе частиною суспільства, але не ототожнює себе з іншими людьми. Продуктом процесу самопізнання є цілісний образ «Я».

Вивчення особливостей формування образу «Я» у підлітковому віці набуває особливої значущості у зв'язку з тим, що змінюються цінності та

установки, змінюються умови життя сучасного підлітка, що значною мірою визначає зміни в особистості та поведінці підлітка.

У підлітковому віці дитина починає усвідомлювати свою індивідуальність та неповторність, а в її свідомості відбувається переорієнтація з переважно зовнішніх оцінок на внутрішні. В образі «Я» підлітка вибудовується його ставлення до себе і ставлення інших щодо нього. При цьому підліток може ставитись до себе так само, як до іншого, а може поважати чи зневажати, любити чи ненавидіти себе. Таким чином, образ «Я» постає як особливо міцна установка по відношенню до самого себе [21, с. 311].

Образ «Я» пов'язаний із суб'єктивним переживанням підлітка наявності власного «Я» і виявляється у розумінні людиною своєї тотожності самому собі і в теперішньому, і в минулому, і в майбутньому. У дитини в підлітковому віці суттєво збільшується обсяг та глибина сприйняття не лише себе, а й іншої людини. Одночасно на перший план розвитку психіки виходить самосвідомість і рефлексія свого «Я». Образ «Я» підлітка зазвичай включає три компоненти, які, варто зауважити, безпосередньо не пов'язані між собою, але разом складаються в ідеальне уявлення про себе – образ «ідеального Я» [3, с. 35].

Перший компонент – *когнітивний*. Це уявлення про себе, свою зовнішність і здібності. У цьому аспекті підліток може висувати на перший план як зовнішність, так і досягнення чи професійну майстерність у позитивному ключі, тобто радіти чи виносити з чогось урок. Але бувають і випадки, коли підліток на перший план у формуванні образу «Я» висуває поразки та невдачі.

Другий компонент – *емоційний*. Це емоційна оцінка себе та своїх дій. Сюди відноситься рівень самокритичності, любові до себе або навпаки, самоприниження.

Третій компонент – *поведінковий*. Відповідно до цього, компонентом оцінюється прагнення бути прийнятим, позитивно оціненим значущою

особистістю, підвищити свій соціальний статус. При цьому в позитивному ключі підліток прагне показати себе справжнім, а ось у негативному – залишитися непомітним або бути першим навіть там, де це не так, відбуваються спроби приховати свої недоліки, щоб здаватися ідеальним [12, с. 47].

Уявлення підлітка про себе, що формуються, є динамічними та нестабільними, тому підлітки чутливі до слів і дій. Підліток перебуває в фазі формування особистості. Окремі риси особистості переважають, інші йдуть далеко на задній план, а поєднання різних образів «Я» може відбуватися негармонійно. Нерідко у підлітків спостерігається дисбаланс між зовнішніми проявами образу «Я» та внутрішнім бажанням здатися добрим. Іноді випадково кинута фраза призводить до суттєвого зрушення у самосвідомості підлітка і помітно змінює його образ «Я». Ступінь адекватності та відповідності «Я-образу» тісно пов'язаний із самооцінкою особистості. Самооцінка – компонент самосвідомості, який включає знання підлітка про себе, оцінку своїх фізичних та розумових характеристик, моральності та вчинків [43, с. 144].

У випадку, коли у підлітка досить високий рівень домагань, але усвідомлення своїх можливостей знаходиться на недостатньому рівні, «ідеальне Я» може помітно відрізнятись від «реального Я». Підлітком переживається розрив між ідеальним «Я» і справжнім становищем, що призводить до невпевненості в собі та може виражатися в уразливості, впертості та агресії. Між «Я реальним» і «Я ідеальним» підлітка має бути оптимальний розрив, що розуміється ним як стимул до самовдосконалення [22, с. 201]. Однак, якщо у підлітка вже є ряд негативних установок, низька самооцінка або завищені вимоги до себе, то чим більше розрив, тим глибше він йде в прийняття власної нікчемності або абсолютної ідеальності. Це призводить до конфліктів із оточуючими людьми, які адекватно оцінюють підлітка. Нерідко він знаходить середовище, де його приймуть таким, яким він бачить себе сам, але таке середовище лише посилює негатив до самого

себе. Тому дуже важливо допомогти підлітку на цьому етапі повірити у свої сили та правильно їх оцінювати. Крім того, на даному етапі підліток особливо потребує активної рефлексії. Чим якісніше підліток аналізує себе, тим вищий і стабільніший у нього рівень розвитку образу «Я». Коли образ «Я» досить стабільний, а оцінка значимої особистості чи оцінка самого підлітка йому суперечать, включаються механізми психологічного захисту [22, с. 204].

Для підліткового та раннього юнацького віку більшою мірою властиві акцентуації характеру, однак, у юнацькому віці вони стають яскраво вираженою рисою характеру. Стійко закріплюючись у структурі особистості, ці особливості характеру стають причинами дезадаптації, що впливають на особистісну ідентичність.

Аналіз літератури з досліджуваної проблеми показує, що підлітки набагато швидше, ніж дорослі, приходять до психічної деградації, що пов'язано з інтенсивним фізіологічним розвитком у цьому віці, гормональною перебудовою організму, високою швидкістю перебігу фізіологічних процесів в організмі, з незрілістю систем організму та незрілістю психіки. Тож можна виділити такі особливості підліткового віку, як фактори формування акцентуації характеру:

- підвищений рівень егоцентризму;
- негативізм, опір, упертість, протест, боротьба проти авторитетів, дорослих;
- нестійкість та протилежність у характері;
- прагнення до невідомості та ризику;
- бажання швидше подорослішати;
- бажання отримати швидше незалежність та відірватися від сім'ї;
- неспроможність моральних переконань;
- нестійке емоційне реагування на вікові зміни та події;
- неможливість прийняття своєї сексуальності, що формується;
- сприйняття всіх проблем, як складних та нерозв'язних;

- криза ідентичності;
- деперсоналізація та дереалізація у сприйнятті себе та навколишнього світу;
- негативна або несформована Я-концепція;
- перебільшені поведінкові реакції: емансипації, групування, захоплення, сексуальні, дитячі (відмова від контактів, ігор, їжі, імітація, компенсація та гіперкомпенсація);
- висока фрустрація при зустрічі з труднощами [15; 19; 38].

Отже, можна виділити кілька ключових факторів, що негативно впливають на розвиток особистості підлітка, зокрема його характер та форми поведінки: неконтрольований потік як позитивної, так і негативної інформації через різні ЗМІ, дегуманізація, наслідком якої є зростання байдужості багатьох підлітків до соціальних проблем, спустошення внутрішнього духовного світу, розмитість моральних цінностей, відносна концепція зла, добра і справедливості, сучасна політична й економічна ситуація в країні. Відсутність у сім'ях атмосфери теплоти й підтримки розвиває у підлітків почуття знедоленості з боку батьків. Неприятливі соціальні умови, спотворена чи недостатня сформованість ієрархії цінностей, криза підліткового віку можуть сприяти неадекватному сприйняттю світу, внаслідок чого у підлітків формуються тенденції до негативної поведінки як засобу вирішення проблем. Тож проблеми підліткового віку створюють уразливість для появи та розвитку різних форм і видів девіантної поведінки, але водночас цей вік є сенситивним для формування соціально прийнятних цінностей та норм.

У підлітковому та ранньому юнацькому віці, як вважає Ю. Железнякова, виникає протистояння між потребами, які постійно збільшуються та неповноцінними можливостями їх задоволення. Наприклад, бажання утвердитися у дорослому світі стикається з відсутністю життєвого досвіду та соціальною незрілістю [39, с. 191]. Коли незадоволених потреб багато, наростає внутрішнє напруження, дискомфорт, виникає загроза

невротичного зриву, підліток інстинктивно шукає вихід і нерідко знаходить їх у вживанні психотропних речовин чи комп'ютерному світі.

Т. Андреева, у своїх дослідженнях стверджує, що проблеми соціальної адаптації у підлітків виникають тоді, коли не вироблені стратегії поведінки й спілкування з дорослими й однолітками. Підлітки мають гостру потребу зрозуміти себе, свою індивідуальну особливість, свої можливості. Вони порівнюють себе з іншими людьми, відчуваючи потребу у прийнятті, відчутті власної значущості та захищеності. Коли вони не знаходять цього у своєму найближчому мікросоціумі, вони включаються до девіантних груп або уникають реальності, тікаючи у віртуальний світ [19].

Джерелом конфлікту та емоційної напруги можуть бути конфлікти у спілкуванні з однолітками. Т. Бордюженко відзначає, що коли підлітки переоцінюють себе та свої можливості, це завжди супроводжує завищена самооцінка. Навколишні не підтримують необгрунтовані претензії підлітків. Після цього у підлітків формуються адикції, вони уникають реальності, замикаються в собі і руйнують сформовані міжособистісні відносини. На цьому фоні посилюється і суперечливість відносин із батьками, оскільки підліток, з одного боку, прагне відокремлення від батьків і самостійності, з іншого, у ранній юності «дорослі діти» потребують батьківської любові не менше, ніж на попередніх етапах розвитку [32, с. 423].

Динаміка зміни рівня ціннісних орієнтацій підлітків з девіантною поведінкою досліджені Н. Максимовою. Результати дослідження полягають у тому, що підліток втрачає сенс життя, у нього не формується здатність бути суб'єктом відповідальної поведінки, він не може жити в гармонії із самим собою, у нього відсутні ціннісні орієнтації [3, с. 36].

Т. Вакуліч до індивідуально-психологічних факторів, що призводять до особистісної деформації, відносить: підліткові комплекси, агресивне реагування, конформну поведінку, тривожність, фрустрованість, неадекватну самооцінку, порушення ціннісних орієнтацій, наявність зразків віктимної поведінки [43, с. 22].

О. Яременко вважає, що акцентуації характеру, підліткові поведінкові реакції, групування, емансипація, нонконформізм та конформізм, неадекватна самооцінка, висока особистісна тривожність, низький рівень соціального інтелекту, конформність у спілкуванні є факторами, що провокують адиктивну поведінку [36, с. 138].

На думку А. Самохвалова, підлітки з девіантною поведінкою схильні до дратівливості, запальності, злобності, депресивності, похмурості, тривожності, нічних кошмарів і страхів, галюцинацій, панічних атак, проблемам у сфері спілкування, вони не вміють співпрацювати з іншими людьми. У цих підлітків, в контакті з об'єктом залежності, формуються розлади інтелекту і працездатності, їх мислення стає неглибоким, нелогічним, непослідовним, втрачається багатство асоціацій, інтелектуальний розвиток значно відстає від вікових норм, знижується концентрація уваги, не засвоюється новий матеріал, з'являється байдужість, порушується пам'ять. Вони відстають у фізичному розвитку, у них неправильна постава, човгаюча хода, вони не витримують тривалих фізичних навантажень. Самопізнання та самоствердження вони реалізують, перш за все, у своїй адиктивній поведінці [37, с. 46].

Л. Корсун вважає, що у підлітків з адиктивною поведінкою поступово відбувається деградація особи. Вона поділяється на емоційну, вольову та інтелектуальну деградацію. Підлітки з подібною поведінкою не можуть позитивно сприймати своє майбутнє, а лише негативно оцінюють своє минуле. Вони негативно ставляться до свого оточення: батьків, родичів, друзів, нереалізованих можливостей. Ці підлітки відрізняються проявами тривоги, похмурості, депресії, суїцидальними намірами, агресивністю, конфліктністю, дратівливістю, імпульсивністю, нерозвиненою самосвідомістю, нерозвиненими вольовими якостями, слабкістю самоконтролю. Підлітки не здатні знайти спосіб задовольнити свої важливі та актуальні життєві потреби. У них є способи психологічного захисту, але вони не сформовані і неефективні, не можуть зняти емоційну напругу. Усе

це, на думку автора, характеризує підлітків, які вживають або мають схильність до вживання психотропних речовин [2, с. 203].

Таким чином, при збалансованому формуванні «образу Я» підліток розвивається як гармонійна особистість. В іншому випадку виникають такі прояви невдоволення собою, як агресія на товаришів, а частіше на тих, хто слабший, неприйняття свого тіла та активні спроби його змінити, страхи. «Образ Я» є мінливим та схильним до зовнішніх впливів, однак, до юнацького віку всі компоненти образу «Я» об'єднуються в єдине ціле, утворюючи «Я-концепцію», яку вважають центральним новоутворенням всього підліткового періоду.

1.2. Акцентуації характеру як об'єкт наукового дослідження

У низці життєвих ситуацій нам доводиться встановлювати ступінь адекватної реакції оточуючих нас людей на різні явища навколишньої дійсності. У цих випадках ми намагаємося зрозуміти, де саме проходить межа між загальноприйнятим шаблоном поведінки та безперечною патологією психіки тієї чи іншої людини. В цьому випадку ми апелюємо до питання акцентуації конкретного характеру особистості, яка розуміється як «крайній ступінь клінічної норми на кордоні з патологією» [24, с. 18].

В науковій літературі спеціальний психологічний термін «акцентуація» (від лат. «accentus» – наголос) та похідні від нього терміни, такі як «акцентуація характеру» та «акцентуована риса особистості», застосовуються до оцінки поведінки людини, яка (поведінка) передбачає своє знаходження у форматі клінічної норми та свідчить про деякі яскраво виражені риси характеру людини. Не ставлячись до розряду психічного розладу особистості, акцентуація свідчить про прояв деяких прикордонних з розладом психіки властивостей особистості.

Термін «акцентуована особистість» у науковий обіг вперше ввів німецький психіатр Карл Леонгард (1904 – 1988 рр.), який відзначив, що

«акцентуація – це, по суті, ті ж індивідуальні риси, але такі, що мають тенденцію до переходу в патологічний стан». Разом з тим, вчений зауважив наступне: «Особи, що позначаються нами як акцентуйовані, не є патологічними» [23, с. 27].

На думку А.Лічко, «акцентуації характеру – це крайні варіанти його норми, у яких окремі риси характеру надмірно посилені, від чого виявляється виборча вразливість щодо певного роду психогенних впливів за хорошої та навіть підвищеної стійкості до інших» [24, с. 5]. У своїй теорії А. Лічко зробив акцент на тому, що акцентуації характеру найбільш яскраво проявляються в підлітковому віці. Він описує нестійкий та конформний типи, а також астено-невротичний тип.

Одним із провідних фахівців у області дослідження акцентуацій характеру є німецький психіатр Е. Кречмер. У його дослідженнях прослідковується думка, що тип характеру напряму залежить від структури особистості. Однією з позицій автора є теза про те, що те поєднання рис, що у подальшому формують структуру характеру окремої людини є закономірним, а не випадковим. Ці риси формують чітко виділені типи, які стають сигналами, що дають можливість виявити та будувати відповідну типологію характеру [40, с. 253].

Американський психолог Л. Кольберг вважав, що акцентуації характеру в юнацькому віці виявляються в емоційній сфері, а саме інтенсивності почуттів та емоцій. Також дослідник зазначав, що певні риси характеру впливають на ефективність виконання ними різних видів діяльності. Таким чином вчений робить висновок, що акцентуації характеру, можуть бути корисними або шкідливими у процесі самореалізації особистості в межах професійної діяльності [11, с. 29].

Українські вчені Ю. Гільбух та С. Подмазін відзначають, що акцентуації характеру – це природне явище, яке спостерігається у підлітковому та ранньому юнацькому віці. А отже, на їх думку, акцентуації характеру не мають значного впливу на процес самореалізації особистості

[33, с. 11]. С. Дружилов емпірично виявив, що акцентуації впливають на виникнення негативних психічних станів та несприятливо відображаються на процесі самореалізації. Акцентуйовані риси характеру є високо інтегральним феноменом, який впливає на появу як і негативного, так і позитивного психічного стану [27, с. 112].

Отже, за усталеної наукової традиції, акцентуацію характеру розглядають як надмірне вираження окремих рис особистості, розуміючи під акцентуацією ознаки дисгармонії та неврівноваженості внутрішньої гармонії людини. Проводячи умовний «вододіл» між акцентуацією особистості та особистісним розладом, варто звернути увагу на деякі відмінності між зазначеними явищами психічної властивості:

- по-перше, щодо впливу на певну сферу життя, акцентуація проявляється у специфічних стресових і кризових ситуаціях, які зачіпають одну сферу життя, тоді як розлад особистості зачіпає всі сфери життя;

- по-друге, стосовно фактору тимчасового порядку, акцентуації характеру найчастіше виявляються в підлітковому та зрідка в зрілому віці, а розвиток серйозних психічних розладів, як правило, може виявлятися в подальшому дорослому житті людини;

- по-третє, стосовно питання соціальної адаптації, при особистісному розладі проявляється ефект соціальної дезадаптації, тобто часткової або повної втрати індивідом здатності адаптуватися до умов соціального середовища, в той час як акцентуація, на відміну від розладу особистості, не заважає людині адаптуватися в соціумі і бути його повноправним членом, а якщо і «вибиває» його зі звичайного способу життя, то на короткий період.

Підсумовуючи вищесказане, варто відзначити, що акцентуації характеру можуть бути поштовхом до формування психопатії лише у тому випадку, коли травмуючі чинники та вплив занадто сильні і тривалі. Більше того, зазначений негативний вплив може спровокувати різкі емоційні реакції особистості та її нервозність.

При розгляді видових характеристик акцентуації характеру особистості варто звернутися до типології характерів, запропонованої вже згадуваним ученим К. Леонгардом і яка базується на оцінці стилю спілкування індивіда з оточуючими його людьми. Розглянемо детальніше дванадцять типів акцентуацій за К. Леонгардом:

1. *Гіпертимний тип особистості* (англ. «Hypertension»): тип акцентуації, обумовлений хронічним порушенням роботи серцево-судинної системи, що характеризується підвищенням артеріального тиску людини (від 5 до 10% всіх випадків гіпертензій – вторинні, викликані ускладненнями інших захворювань; інші є первинними, у вигляді есенціальної (суттєвої) форми гіпертензії). Для цього типу акцентуації особистості характерні такі риси, як активність, товарицькість, ініціативність, конфліктність і дратівливість.

2. *Лабільний тип особистості* (англ. «Distantist»): цей тип акцентуації, зазвичай, серйозний, сумлінний, справедливий, пасивний, повільний, песимістичний.

3. *Циклоїдний тип особистості* (англ. «Cycloid»): для цього типу акцентуації характерні різкі і циклічні перепади настрою: від пригніченості до стану душевного піднесення. При спаді настрою такі люди виявляють підвищену чутливість до критики, погано переносять публічні приниження та схильні до прокрастинації. Однак у період підйому вони ініціативні, життєрадісні та товариські.

4. *Збудливий тип особистості* (англ. «Anexcitable»): це тип акцентуації, основними психологічними параметрами якого є сумлінність, турботливість, неквапливість, владність, дратівливість, запальність, орієнтація на інстинкти.

5. *Ригідний тип особистості* (англ. «Stringing»): тип акцентуації з такими ознаками як цілеспрямованість, вимогливість, підозрілість, уразливість, мстивість, ревнивість.

6. *Педантичний тип особистості* (англ. «Pedantic»): тип акцентуації, що характеризується як неконфліктний, акуратний, сумлінний, надійний, нудний, нерішучий, формаліст.

7. *Тривожний тип особистості* (англ. «Anxious»): тип акцентуації, найбільш вираженими ознаками якої є дружелюбність, старанність, самокритичність, боязкість, скромність.

8. *Емоційний тип особистості* (англ. «Emotive»): тип акцентуації, що характеризується зовнішнім проявом таких властивостей як доброта, співчуття, справедливість, плаксивість, надмірна вразливість, м'якосердечність.

9. *Демонстративний тип особистості* (англ. «Demonstrative»): тип акцентуації, наділений проявом таких властивостей як свідомість, неординарність, харизматичність, впевненість у собі, егоїзм, марнославство, хвалькуватість, лицемірство, схильність до обману.

10. *Екзальтований тип особистості* (англ. «Exalted»): тип акцентуації, для якої найбільш характерні емоційність, альтруїзм, мінливість, схильність до паніки та перебільшення.

11. *Екстравертний тип особистості* (англ. «Extraverted»): тип акцентуації, відмінними властивостями якої є активність, товарицькість, дружелюбність, легковажність, схильність до впливу ззовні.

12. *Інтровертний тип особистості* (англ. «Introverted»): тип акцентуації, що характеризується стриманістю, принциповістю, неконфліктністю, розважливістю, малою схильністю до зовнішнього впливу, замкнутістю, упертістю.

Виникнення акцентуацій характеру, прояви специфічної для них поведінки є наслідком впливу комплексу спадкових, психологічних і соціальних факторів. Зазвичай акцентуації розвиваються в період становлення характеру у підлітковому віці і, за словами А. Лічко, з дорослішанням повинні зникнути або перетворитися на психопатії [24, с. 8].

Таким чином, акцентуація характеру – це специфічність характеру, яка, з однієї сторони, знаходиться в межах клінічної норми, а з іншої сторони, при якій окремі риси занадто посилені, що призводить до вибіркової уразливості щодо одних психогенних впливів при збереженні достатньої стійкості до інших. При цьому, варто підкреслити, що акцентуація характеру, хоч і є крайнім варіантом норми, однак за деякими ознаками схожа на розлади особистості та розглядається як дисгармонійність розвитку особистості.

1.3. Визначення складної життєвої ситуації та її характерні особливості

У практиці сучасної соціально-психологічної роботи з молоддю особлива увагу приділяється питанням надання допомоги та підтримки молодим людям, які опинилися у важкій життєвій ситуації. Це не випадково, оскільки молодь частіше потрапляє в такі ситуації, і цьому зазвичай сприяє одночасно кілька факторів: поведінковий (відсутність у молодих людей сформованих моделей поведінки у тій чи іншій проблемній ситуації); когнітивний (нестача у молоді знань, умінь та навичок для нормальної життєдіяльності за нових для них обставин, зокрема кризових); вітальний (суб'єктивне відчуття перелому і неможливості існувати в нових травмуючих обставинах); екзистенційний (переживання у складних ситуаціях стану «екзистенційного вакууму», що вимагає ревізії всієї колишньої системи ціннісних орієнтацій та подолання дискретності образу «Я»); ймовірно-прогностичний (складності в адекватній оцінці ймовірності результату важкої життєвої ситуації) [6, с. 59]. Усі перелічені чинники зумовлюють те, що молодь не завжди соціально і психологічно готова пережити важку життєву ситуацію, вийти з неї без серйозних життєвих втрат. Саме це актуалізує необхідність вивчення цієї проблеми та надання професійної соціально-психологічної допомоги тим, хто опинився у складній життєвій ситуації.

Однак, при цьому варто відзначити, що, хоча в сучасних гуманітарних науках різноманітні складні, кризові та проблемні життєві ситуації, що виникають у молодіжному середовищі, є частим об'єктом наукового аналізу, поняття «складна життєва ситуація» у змістовному відношенні є недостатньо опрацьованим. Тож насамперед необхідно розглянути близькі щодо нього за змістом поняття.

Насамперед варто звернутися до терміну «ситуація», яке є ключовим для розуміння особливостей поняття «складна життєва ситуація».

Поняття «ситуація» використовується досить широко, як щодо обставин життя людини, так і щодо різних соціальних явищ та обставин. Основу сенсового навантаження слова «ситуація» становлять концепти «обстановка», «становище». Виходячи з цього, можна відзначити, що будь-яка ситуація – це деякий досить стійкий стан речей, статус-кво, що сформувався в певному місці, сфері діяльності на певний період. Будь-якій ситуації властива певна внутрішня цілісність [25, с. 41].

Отже, поняття «ситуація» універсальне та застосовується до різних об'єктів. Коли ж йдеться про стан справ у житті людини, зазвичай, використовується словосполучення «життєва ситуація», тобто ситуація, що виникла під час життя, певному етапі її розвитку. Дослідники зазначають, що поняття «життєва ситуація» в термінологічному ключі стало використовуватися в гуманітарних науках, насамперед у психології та соціальній роботі досить пізно, з початку ХХ століття [26, с. 75]. При цьому згодом воно розширило сферу свого вживання і до теперішнього часу застосовується в різних соціальних науках – скрізь, де доводиться мати справу з тими чи іншими обставинами життя людей. Наприклад, співробітники податкових органів під час обробки електронних звернень громадян оперують поняттям «типова життєва ситуація» [1, с. 16].

Оскільки термін почав використовуватися широко в науці, сформувалося й безліч його трактувань.

На думку С. Духновського, життєва ситуація – це результат активної взаємодії суб'єкта із середовищем, що призводить до виокремлення із об'єктивної реальності сукупності явищ, які організуються в цілісне утворення лише у зв'язку із актуальною позицією самого суб'єкта в оточуючому світі. Лише відображена психікою сукупність умов та обставин – потенційна ситуація – стає значущою для суб'єкта, набуваючи для нього цілком конкретного особистісного сенсу. Означений процес переходу потенційної ситуації в розряд актуальних, значущих для особистості, позначається на детермінації її активності. Таким чином, лише коли ситуація сприймається особистістю як актуальна, можна говорити про її взаємодію з життєвою ситуацією [35, с. 70].

С. Трошина характеризує життєву ситуацію як «певні щодо конкретної людини умови, обставини, потреби, цінності та уявлення, що сукупно впливають на поведінку і світогляд людини на цьому конкретному етапі її життя» [17, с. 52]. З цього формулювання можна виділити такі основні ознаки життєвих ситуацій:

- по-перше, кожна життєва ситуація пов'язана з певним етапом особистої біографії людини, у цьому сенсі вона історична та біографічна;
- по-друге, життєва ситуація в силу сукупності обставин, що її утворюють, здатна впливати на особистість людини, тобто на її установки, думки, ідеали, цінності, з однієї сторони, та їх прояв у поведінці, з іншої.

Життєва ситуація містить зовнішні – об'єктивні умови життєдіяльності особистості та внутрішні – суб'єктивні умови життєдіяльності. Вона функціонує на усвідомлюваному рівні та неусвідомлюваному, який існує об'єктивно, проте не помічається особистістю. Життєва ситуація, з одного боку визначається попередніми подіями життя особистості, а з іншого боку, стабільними умовами, які характерні для актуального періоду її життя. Життєва ситуація обумовлює процес усвідомлення особистістю значення своєї життєдіяльності («інсайт», «акт об'єктивації», «просвітління»). Так, життєвий шлях особистості пов'язаний з проходженням різних критичних

ситуацій, які можуть змінити життя, надати йому сенс, зробити його більш повним і змістовним. Напрямок цих змін буде залежати від особистісних особливостей особистості та її спроможності інтегрувати психотравмуючий досвід у подальший розвиток [44, с. 158].

Отже, всі перелічені вище загальні риси життєвих ситуацій притаманні і так званим «складним життєвим ситуаціям», які також:

- історично конкретні;
- життєво-біографічні;
- відносно стійкі, константні за своїм змістом, структурою та спрямованістю процесів на певному етапі життя людини;
- процесуальні, тобто мають певну тимчасову тривалість, протяжність, в ході якої процеси, що утворюють важку життєву ситуацію, розвиваються, видозмінюються, слабшають або, навпаки, набувають сили;
- здатні впливати на світогляд, встановлення та поведінку особистості.

Однак у порівнянні з безліччю нейтральних за своїм характером життєвих ситуацій, важкі життєві ситуації мають низку особливих рис, які дозволяють виділяти їх як самостійний об'єкт аналізу. Щоб охарактеризувати ці особливі риси, варто детальніше розглянути визначення поняття «складна життєва ситуація».

Наприклад, Н. Соколенко характеризує важку життєву ситуацію як «обставини, що погіршують умови життєдіяльності людини, наслідки яких вона не може подолати самостійно» [9, с. 104].

Ю. Беспалов визначає складну життєву ситуацію як «сукупність взаємопов'язаних життєвих обставин, які склалася у конкретної людини, що свідчить про її нездатність самостійно і повноцінно існувати, здійснювати якусь діяльність, відновити нормальну життєдіяльність» [14, с. 32]. На думку вченого, ключовим показником важкої життєвої ситуації є залежність людини, її життєдіяльності від інших осіб та суспільства. Крім цього, до ознак складної життєвої ситуації автор відносить:

– наявність певних об'єктивних обставин негативного роду, що склалися навколо людини та які не дозволяють їй благополучно розвиватися, перешкоджають забезпеченню її повноцінної життєдіяльності;

– потреба особистості, яка перебуває у важкій життєвій ситуації, у підтримці з боку суспільства.

Значну роль у вирішенні складної життєвої ситуації відіграє її сприйняття. Якщо складна життєва ситуація сприймається особистістю як перешкода до досягнення мети й може викликати почуття дистресу, то вона характеризується почуттям тривоги, активацією психологічного захисту, фрустрацією, дезорієнтацією, а інколи і нервово-психологічним стресом. Надзвичайні складні ситуації, небезпечні для життя людини (наприклад, повені або землетруси) можуть викликати посттравматичний стресовий розлад [34, с. 84]. У людини, яка опинилася в об'єктивно або суб'єктивно складній життєвій ситуації, у зв'язку з сильними переживаннями та стражданням можуть виникати різні специфічні реакції – неадекватне сприйняття дійсності й поведінки, психосоматичні захворювання, невротичні розлади. Вони виникають в умовах нереалізованості призначення та характеризуються втратою сенсу життя, прийняттям патогенних цінностей і установок, трансльованих суспільством [35, с. 71]. Згідно з Н. Осуховою складна життєва ситуація, у результаті зовнішніх впливів, порушує адаптацію людини до життя та перешкоджає задоволенню основних її життєвих потреб [6, с. 63].

Складні життєві ситуації унеможливають вирішення проблем за допомогою звичних моделей поведінки, обумовлюючи необхідність змін задля повноцінної функціонування. Це вимагає, своєю чергою, підвищеної соціальної активності та вибору нових стратегій її подолання. Особистість здійснює активну діяльність задля пошуку оптимальних засобів, спрямованих на досягнення продуктивного результату [42, с. 291]. Так, значна кількість складних життєвих ситуацій, в яких опиняється людина,

веде до того, що вони перестають бути чимось надзвичайним, перетворюючись на постійний супутник життєдіяльності.

Таким чином, серед безлічі ситуацій особливо виділяються ті, які можна позначити як складні життєві ситуації. Під ними науковці зазвичай розуміють значимі проблемні або важкі ситуації, які склалися у людини, та які потребують вирішення, зокрема за допомогою сторонньої допомоги, для відновлення нормальної життєдіяльності й гармонійного розвитку особистості.

Висновки до розділу 1

В першому розділі здійснено аналіз науково-теоретичних засад дослідження проблеми складних життєвих ситуацій з урахуванням акцентуації характеру у підлітковому віці.

На підставі аналізу наукової літератури нами було з'ясовано, що складна життєва ситуація – це ситуація, де вимоги до особистості та групи виходять за межі «норми». Залежно від змістовної специфіки ситуацій (характеру та співвідношення об'єктивних та суб'єктивних елементів), вони можуть класифікуватися як критичні, надзвичайні, несприятливі, екстремальні, проблемні тощо.

Визначено, що одним з найбільш поширених та важливих компонентів досліджень у психології особистості є характер. Під характером розуміється впорядкована та ієрархізована сукупність індивідуально-психологічних особливостей особистості, які формуються у процесі життєдіяльності та виявляються у діяльності, поведінці та спілкуванні як способи типового реагування. У процесі формування характеру спостерігається дисгармонійний розвиток окремих його рис, що виявляється у надмірній вираженості, «загостренні» одних, і слабкому прояві інших. Це явище названо «акцентуацією характеру».

З'ясовано, що підлітковий вік є «кризовим» періодом людини. Центральне особистісне новоутворення підліткового періоду – становлення нового рівня самосвідомості, Я-концепції, прагнення зрозуміти себе, свої можливості та особливості. Джерелами виникнення відчуття дорослості є зрушення фізичного розвитку, початок статевого дозрівання та соціальних джерел, а також їхнє усвідомлення самим підлітком.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ АКЦЕНТУЦІЙ ХАРАКТЕРУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІСІ

2.1. Організація емпіричного дослідження

Мета нашого емпіричного дослідження полягала у визначенні та аналізі проявів акцентуцій характеру підлітків, які опинилися у складних життєвих ситуаціях.

Для реалізації поставленої мети в рамках емпіричного дослідження нами вирішувалися такі *завдання*:

- 1) ознайомитися з діяльністю центра соціальної служби;
- 2) підібрати експериментальну групу досліджуваних;
- 3) обрати адекватний психодіагностичний інструментарій;
- 4) провести діагностику із застосуванням обраних методик;
- 5) розробити та реалізувати програму психологічної допомоги підліткам у складних життєвих ситуаціях з урахуванням їх акцентуації характеру;
- 6) порівняти результати констатуючого та формуючого експериментів, зробити висновки.

Отже, наше емпіричне дослідження включало такі послідовні етапи (табл. 2.1):

Таблиця 2.1

Етапи проведення емпіричного дослідження

Етап	Завдання	Методи діагностики
<i>Організаційно-підготовчий</i>	Знайомство з діяльністю Центра, спеціалістами, підлітками, проведення інструктажу щодо специфіки дослідження та процесу тестування	<ul style="list-style-type: none"> • знайомство • бесіда • інструктаж

Продовження табл. 2.1

<i>Діагностичний (констатуючий етап)</i>	Проведення тестування серед досліджуваних підлітків	<ul style="list-style-type: none"> • Опитувальник ICASST-C • Характерологічний опитувальник К. Леонгарда • Методика «Визначення особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна • Методика «Стратегії та тактики поведінки в конфліктній ситуації» К. Томаса
<i>Аналітичний</i>	Аналіз отриманих в ході проведеного дослідження результатів	математико-статистичний метод кількісного аналізу
<i>Корекційна робота (формулюючий етап)</i>	Розробка та реалізація програми психологічної допомоги підліткам у складних життєвих ситуаціях з урахуванням їх акцентуації характеру	Аналіз ефективності програми (контрольний етап)

На *організаційно-підготовчому етапі* відбулося знайомство з діяльністю бази дослідження, а саме Острозьким міським центром соціальним служб, специфікою його роботи та власне досліджуваними підлітками, а також проведено інструктаж щодо мети та етапів дослідження.

Відзначимо, що одним з пріоритетних напрямів Центру є робота Консультативної служби, яка реалізує заходи у сфері надання допомоги особам, які опинилися у складних життєвих ситуаціях.

Основні повноваження Консультативної служби:

- прийом і розгляд заяв від постраждалих осіб або їхніх представників про отримання допомоги, зокрема соціальних послуг для осіб, які перебувають у складних життєвих обставинах;
- інформування місцевих державних адміністрацій, органів місцевого самоврядування, уповноважених підрозділів органів Національної поліції України про виявлення фактів домашнього насильства за наявності добровільної поінформованої згоди постраждалих осіб, крім випадків вчинення насильства стосовно дітей та недієздатних осіб або виявлення актів насильства кримінального характеру, коли така згода не вимагається; у разі виявлення факту домашнього насильства стосовно дитини – інформування не пізніше однієї доби служби у справах дітей та уповноважених підрозділів органів Національної поліції України;
- оцінку потреб постраждалих осіб;
- надання постраждалим особам повної та вичерпної інформації про їхні права і можливості отримання ними дієвої допомоги;
- надання відповідно до компетенції постраждалим особам соціальних послуг, соціальної, психологічної допомоги на безоплатній основі, сприяння наданню правової допомоги, а також забезпечення тимчасового притулку для таких осіб та їхніх дітей у порядку, передбаченому законодавством;
- інформування в установленому законодавством порядку місцевих державних адміністрацій та органів місцевого самоврядування про осіб, яким надавалася допомога, та про результати її надання.

Отже, в Центрі працюють фахівці з соціально-психологічної роботи, а також проводяться консультації щодо прав, заходів та соціальних послуг для осіб, які опинилися в складних життєвих ситуаціях.

Формування вибірки для емпіричного дослідження здійснювалося відповідно до теми, заявленої в нашій роботі. В експерименті взяли участь 38 учнів-підлітків, віком від 12 до 16 років, які знаходяться в складних життєвих

обставинах. Фахівці Центру зауважили, що в основному це діти, які постраждали від насильства у сім'ї.

На *діагностичному етапі* було проведено дослідження з метою визначення психологічних особливостей, зокрема акцентуацій характеру підлітків. Діагностика проводилася протягом дня в спокійній та доброзичливій обстановці, що дозволило досягти мети експерименту. Був знайдений контакт з кожною дитиною, здійснений індивідуальний і диференційований підхід до кожного підлітка.

Варто відзначити, що у проведенні діагностичних заходів сприяли фахівці Центру.

На наступному *аналітичному етапі* дослідження був здійснений кількісний аналіз по всіх методиках, який відбувався шляхом обчислення відсоткових розподілів отриманих результатів.

Узагальнення результатів здійснено з використанням інтерпретаційних методів (класифікація й узагальнення емпіричних даних).

Відзначимо, що тестування проводилося дозовано та з перервами, а різні методики проводилися у різні дні з урахуванням роботи Центру та вікових особливостей дітей, щоб не допустити їх навантаження та зберегти об'єктивність результатів.

2.2. Обґрунтування методів дослідження

Для розв'язання поставленої мети і завдань застосовувався комплекс теоретичних та емпіричних методів дослідження:

- *теоретичні*: аналіз та узагальнення – для з'ясування стану розробленості предмета дослідження; систематизація та інтерпретація досліджуваної проблеми;

- *емпіричні*: спостереження; бесіда; анкетування; психодіагностичні методики;

- *математико-статистичні*: обробка результатів дослідження відбувалась за допомогою математико-статистичного методу кількісного аналізу.

В ході нашого дослідження було використано комплекс психодіагностичних методик, а саме:

- 1) опитувальник ICAS^T-C;
- 2) характерологічний опитувальник К. Леонгарда;
- 3) методика «Шкала особистісної тривожності» Спілбергера-Ханіна;
- 4) методика «Стратегії та тактики поведінки в конфліктній ситуації» К. Томаса.

Розглянемо детальніше особливості обраних методик для дослідження.

Опитувальник ICAS^T-C (ISPCAN ChildAbuseScreening Tool Children'sVersion). За допомогою цього опитувальника можна дослідити поширеність насильства серед дітей віком 11–18 років.

Опитувальник включає 88 питань, об'єднаних у такі шкали: соціально-демографічні дані про дитину, середовище оточення дитини, нехтування потребами дитини, фізичне насильство, сексуальне насильство, психологічне насильство.

Шкали, що описують основні види насильства, розбиті на детальні підшкали, що описують окремі форми насильства.

Так, серед форм фізичного насильства виділяють заподіяння прямої шкоди здоров'ю дитини та жорстокі впливи дисциплінарного характеру. До завдання шкоди здоров'ю відносяться дії, спрямовані на те, щоб поранити дитину зброєю, побити рукою, обпалити, утопити, задушити. Різновидами неадекватно жорсткої дисципліни вважаються обмеження волі, викручування вуха, протягування за волосся – дії, які не такі болючі фізично, але націлені на те, щоб дати дитині усвідомити владу того, хто намагається її карати.

Емоційне насильство включає загрозу благополуччю дитини і приниження. До загроз відносяться будь-які форми залякування, загрози заподіяти фізичну шкоду або кинути. Висміювання, обзивання, спроби

присоромити дитину на підставі її сімейної ситуації, стану здоров'я чи національності вважаються формами приниження.

Серед форм нехтування потребами дитини (цей вид насильства розглядається тільки стосовно сімейної ситуації) виділяються: нехтування фізичними потребами та психологічна зневага. Нехтування фізичними потребами – це відмова батьків одягати дитину, годувати і напувати її, давати ліки, тобто дії, які можуть зашкодити фізичному здоров'ю дитини. Психологічна зневага передбачає відсутність турботи, уваги, емоційного тепла та підтримки з боку батьків.

У шкалу сексуального насильства потрапляють форми контактного, неконтактного насильства та зґвалтування. Контактним сексуальним насильством вважаються всі форми небажаних дотиків до статевих органів дитини чи гвалтівника, а також небажані поцілунки чи погладжування. До неконтактних форм відносяться спроби змусити дитину дивитися відверті фільми або фотографії, роздягнутися або дивитися на роздягнену людину, фотографування оголеної дитини тощо.

Характерологічний опитувальник К. Леонгарда. Тест призначений для виявлення акцентуації характеру.

Опитувальник включає 88 тверджень, які досліджуваний відносно себе повинен або прийняти (поставити знак «+»), або відкинути (знак «-»). При підрахунку балів за кожною шкалою опитувальника для стандартизації результатів значення кожної шкали множиться на певне число (це вказано в «ключі» до методики).

Застосування опитувальника (в цілях консультації, професійного відбору і профорієнтації) можливе як в групі, так і індивідуальному порядку, у тому числі і із залученням експертів.

Методика «Шкала особистісної та ситуативної тривожності» Спілберґера-Ханіна. Для визначення рівня тривожності (високий, середній, низький) в психології часто застосовують методику діагностики Спілберґера-

Ханіна, яка дозволяє дослідити якість інтегральної самооцінки людини, тобто визначити наскільки самооцінка є нестабільною, ситуативною чи постійною.

Бланк шкал самооцінки включає інструкцію і 40 питань, 20 з яких призначені для оцінки рівня ситуативної тривожності і 20 – для оцінки рівня особистісної тривожності. Як вже зазначалося, Ю. Ханін адаптував, модифікував і стандартизував методику, а також отримав орієнтовні нормативи рівневої вираженості тривожності:

- від 20 до 34 балів – низький рівень тривожності;
- від 35 до 44 балів – середній рівень тривожності;
- вище 46 балів – високий рівень тривожності.
- Опитувальник допускає індивідуальне та групове використання.

Відзначається, що дані методики дозволяють прослідити не лише динаміку психічних особливостей індивіда, але й загальну проблему формування зв'язку між параметрами активності й ситуативності людини, особливостей її характеру і темпераменту.

Методика «Стратегії та тактики поведінки в конфліктній ситуації» К. Томаса. Опитувальник складається з 30 запитань, на які респондентам потрібно вибрати відповідь «А» або «Б».

Для опису типів поведінки людей в конфліктних ситуаціях, К.Томас запропонував двовимірну модель регулювання конфліктів, основними вимірами в якій є кооперація (пов'язана з увагою людини до інтересів інших людей, залучених до конфлікту) і напористість (для якої характерний акцент на захисті власних інтересів). Відповідно цим двом вимірам, автор виділяє наступні способи регулювання конфліктів:

- *змагання* (конкуренція) як прагнення досягти своїх інтересів на шкоду іншому;
- *притосування* – на протигагу суперництву, принесення в жертву власних інтересів заради іншого;
- *компроміс*;

- *уникнення* – відсутність як прагнення до кооперації, так і тенденції до досягнення власних цілей;
- *співпраця*, коли учасники ситуації приходять до альтернативи, що повністю задовольняє інтереси обох сторін.

Таким чином, завдяки обраному психодіагностичному інструментарію нам вдалося визначити акцентуації характеру та психологічні особливості досліджуваних підлітків, про що детальніше мова йтиме нижче.

2.3. Аналіз результатів дослідження особливостей проявів акцентуацій характеру у підлітковому віці

Обробка та інтерпретація одержаних даних дали змогу проаналізувати особливості психоемоційної сфери досліджуваних підлітків та визначити акцентуації їх характеру.

Враховуючи специфіку вибірки дослідження, спочатку було проведено анкетування за допомогою *опитувальника ICASST-C*, що дозволило дослідити поширеність насильства серед досліджуваних дітей та скласти загальне уявлення про експериментальну групу, яка потрапила у складну життєву ситуацію.

Розглянемо відповіді досліджуваних підлітків по кожній із виділених шкал за методикою.

Таблиця 2.2

Середовище оточення дитини

Середовище оточення дитини	Кількість опитуваних (%)
За останній рік хтось у Вас вдома вживав наркотики чи алкоголь та потім поведився так, що це вас лякало?	26%
За останній рік чи бачили Ви, щоб у вашому домі дорослі кричали (лаялися) один на одного так, що це вас лякало?	55%
За останній рік чи бачили Ви, щоб у вашому будинку дорослі били, штовхали один одного або завдавали один одному фізичний біль іншими способами?	29%

Продовження табл. 2.2

За останній рік чи бачили Ви, щоб хтось у вас дома використовував ножі, пістолети, палиці, каміння чи інші предмети з метою заподіяти комусь біль або налякати?	8%
За останній рік хтось із Ваших близьких, сім'ї, друзів чи сусідів був навмисно вбитий будь-ким у реальному житті (не по телевізору, відео або кіно) поряд із вашим будинком?	11%
За останній рік чи жили ви де-небудь, де Ви бачили, як стріляють у людей, бомблять, люди б'ються, страйкують?	8%
За останній рік хтось приходив до Вас додому і крав щось?	18%

Отже, результати дослідження показують, що поширеним явищем у сім'ях досліджуваних є те, що дорослі кричать і лаються один з одним так, що це лякає та психологічно травмує дитину (55%). Також необхідно зазначити, що у 26% сімей вживають наркотики або алкоголь, у 29% сімей дорослі схильні до фізичного насильства, у 18% сімей поширено крадіжку.

Таблиця 2.3

Нехтування потребами дитини

<i>Нехтування потребами дитини</i>	<i>Кількість опитуваних (%)</i>
Чи не відчуваєте Ви, що не отримували достатньо їжі (голодали) та/або води (відчували спрагу) незважаючи на те, що цього було достатньо для кожного?	11%
Повинні були одягати брудний, рваний одяг, який був не досить теплим/занадто теплим, взуття, яке було занадто маленьким, незважаючи на те, що була можливість отримати краще/нове взуття?	13%
Чи не дбали, коли Ви хворіли – наприклад, не водили до лікаря, коли у вас були травми або не давали вам необхідні медикаменти?	26%
Ви не відчували, що про вас дбають?	53%
Чи відчували Ви, що нікому не потрібні?	63%

Таким чином, за даними опитувальника ICAST-C серед опитаних 53% дітей не відчувають, що про них дбають, а 63% – відчувають, що нікому не

потрібні, зокрема їх ніхто не підтримував та не допомагав, коли це найбільше їм було потрібно.

Таблиця 2.4

Фізичне насильство

<i>Фізичне насильство</i>	<i>Кількість опитуваних (%)</i>
Чи загрожували Вам заподіяти біль чи убити вас?	16%
Тягнули вас за волосся, щипали вас або скручували вам вухо?	26%
Били, шльопали вас рукою?	42%
Били, шльопали вас ременем, батоном, ціпком або іншим предметом?	26%
Пхали, хапали чи штовхали вас?	31%
Погрожували вам ножом чи пістолетом?	5%

За результатами опитувальника визначено, що у сім'ях діти часто стають жертвами насильства з боку рідних та близьких. Погрожували заподіяти біль або вбити 16% опитаних учасників; «товкали, хапали або штовхали» – 26%; «били, шльопали рукою» – 42%; «били, шльопали ременем, батоном, ціпком або іншим предметом» – 26%; «тягнули вас за волосся, щипали або скручували вухо» – 26%. Тож в тій чи інші формі, всі досліджувані підлітки зазнали фізичного насильства.

Таблиця 2.5

Психологічне насильство

<i>Психологічне насильство</i>	<i>Кількість опитуваних (%)</i>
Кричали на Вас дуже голосно та агресивно?	82%
Чи погрожували Вас назавжди покинути чи кинути?	34%
Чи давали Вам прізвиська, говорили злі речі чи проклинали вас?	31%
Примушували відчувати сором / збентеження при інших людях так, що Вам тепер неприємно думати про це?	31%

Продовження табл. 2.5

За останній рік над Вами змивалися (дражнили, бентежили) так, щоб ви сумували чи відчуваєте себе погано?	63%
Говорили, що хотіли б, щоб Ви померли чи взагалі не з'являлися на світ?	21%

За результатами опитувальника у сім'ях батьки досить часто голосно й агресивно кричать на своїх дітей (82%). Окрім цього, у сім'ях дітям часто дають прізвиська, говорять злі речі або проклинають (31%). Примушують відчувати сором/збентеження за інших людей так, що було неприємно думати про це – 31%. Говорили, що хотіли б, щоби померли або взагалі не з'являлися на світ – 21% опитаних. Погрожували назавжди покинути чи кинути – 34%. Змивалися (дражнили, бентежили) так, що потім дитина відчувала себе погано в 63% випадках.

Варто відзначити, що у нашому дослідженні сексуальне насильство не оцінювалося. Це пов'язано з тим, що питання шкали «сексуальне насильство вдома» викликали негативну реакцію з боку фахівців Центру.

Таким чином, результати дослідження за опитувальником ICAST-C демонструють, що рівень поширеності насильства над підлітками у сім'ях можна охарактеризувати як високий. Тож підлітки, які опинилися в подібній складній життєвій ситуації, безумовно потребують ціленаправленої соціально-психологічної допомоги.

Наступним кроком діагностики стало визначення власне наявних акцентуацій характеру досліджуваних підлітків. З цією метою було використано *характерологічний опитувальник К. Леонгарда*.

Узагальнені результати методики графічно зображені на рис. 2.1.

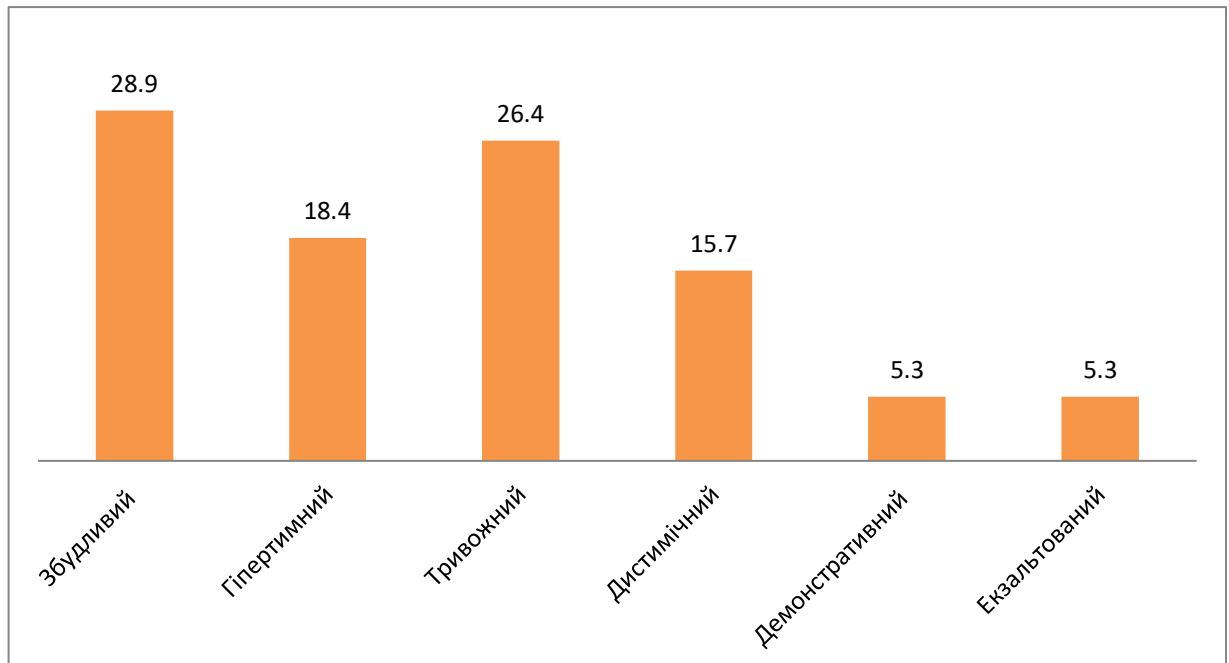


Рис. 2.1. Розподіл підлітків за типом акцентуації характеру (%)

Аналіз отриманих результатів показав, що в групі досліджуваних підлітків найбільш вираженими є риси характеру *збудливого типу*, а саме 28,9%, тобто 11 осіб. Проявами цього типу характеру є низький рівень контактності у спілкуванні з іншими, зокрема гальмування як вербальних, так і невербальних реакцій. Ці діти схильні до конфліктів, проявів хамства та сварок. В моменти збудження вони погано контролюють власну поведінку, можуть проявляти агресивність.

На другому місці (26,4% або 10 осіб) опинилася група підлітків, якій властивий *тривожний тип* акцентуації характеру. Ці діти відзначаються низькою контактністю, невпевненістю у собі, системним мінорним настроєм. Окрім цього, вони рідко вступають у конфліктні ситуації та не можуть постояти за себе.

Для 18,4% (7 осіб) досліджуваних підлітків домінуючим є *гіпертимний тип* акцентуації характеру. Специфікою цього типу є високий рівень контактності та комунікабельності з іншими, водночас у них занадто жвава жестикуляція, системно перебувають у піднесеному настрої, який може чергуватися зі спалахами агресії, яка виникає у наслідок протидії слів чи дій

оточуючих, тож вони доволі часто йдуть на конфлікти з дорослими, а також тяжіють до демонстративних вчинків. Подібна поведінка призводить до того, що вони часто стають «незручними» в педагогічних колективах, зокрема з вчителями встановлюються конфліктні відносини. Ці підлітки часто потрапляють до різних асоціальних угруповань та досить легко в них адаптуються.

Серед досліджуваних підлітків є 15,7% учнів (6 осіб) з рисами *дистимічного типу* характеру. Таким дітям властивий низький рівень контактності, помітна пасивність, загальмованість мислення, а також системне перебування у песимістичному настрої, вони ведуть доволі замкнений спосіб життя, тож високо цінують друзів, які в них є, та готові їм підпорядковуватися у своїх діях.

По дві особи (по 5,3%) належать до демонстративного та екзальтованого типів характеру.

Підліткам з *демонстративним типом* характерні легкість комунікації та встановлення контактів, вони прагнуть до влади, демонструють своє лідерство. Проте вони зазвичай роздратовують оточуючих своєю самовпевненістю, тому провокують конфлікти. Для них властивими якостями є егоцентризм, завищена увага до своєї особистості.

Підлітки з *екзальтованого типу* акцентуації характеру відзначаються високою емпатійністю та альтруїстичністю, що провокує схильність до швидкоплинних настроїв та впадання в паніку навіть при незначних ситуаціях. Вони можуть сперечатися, але зазвичай до конфліктів не доводять.

Таким чином, за результатами методики було встановлено які акцентуації характеру властиві досліджуваним підліткам. Варто відзначити, що діагностування акцентуєваних рис особистості актуальне не лише тому, що під впливом психотравмуючих факторів вони переходять у патологічний стан, а й тому, що збереження душевної рівноваги – важлива складова нормального життя людини. У цьому контексті важливо розуміти, що акцентуації характеру значною мірою впливають на психічні процеси. Тож

для встановлення особливостей, що впливають на гармонійне формування особистості важливо розуміти індивідуально-психологічну специфіку підлітків. Зокрема, важливе значення для цього вікового періоду мають такі фактори, як особистісна та ситуативна тривожність, особливості комунікації та подальша поведінка у конфліктній ситуації, на які безпосередньо впливають певні типи акцентуації характеру, що відзначає низка сучасних дослідників (М. Глушман, О. Запужляк, С. Кузікова, К. Мелен, У. Михайлишин, О. Самохвалова [8; 13; 22; 27; 29; 37]). Науковці звертають увагу, що акцентуації характеру впливають на взаємодію особистості як з оточуючими, так і на самовизначення, а рівень тривожності впливає на поведінку людини та на всю її повсякденну і професійну діяльність. Тривожність часто маскується під такі інші поведінкові прояви, як агресивність, залежність, брехливість, лінь, помилкова гіперактивність тощо. Всі ці закономірності зумовлені, в першу чергу, індивідуальними особливостями особистості підлітка та домінуванням у нього певного типу акцентуації характеру.

Отже, щоб скоригувати порушення психічної та соціальної адаптації підлітків з акцентуаціями характеру, що перебувають у складних життєвих обставинах, на нашу думку, необхідно також визначити рівень тривожності та особливості наявних комунікативних навичок. Таким чином, це дало змогу визначити подальші методики для дослідження, щоб скласти комплексне уявлення про психоемоційну сферу досліджуваних підлітків з акцентуаціями характеру.

Тож наступним кроком дослідження стало тестування за *методикою «Визначення особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна*, результати якої представлені в діаграмі нижче (рис. 2.2).

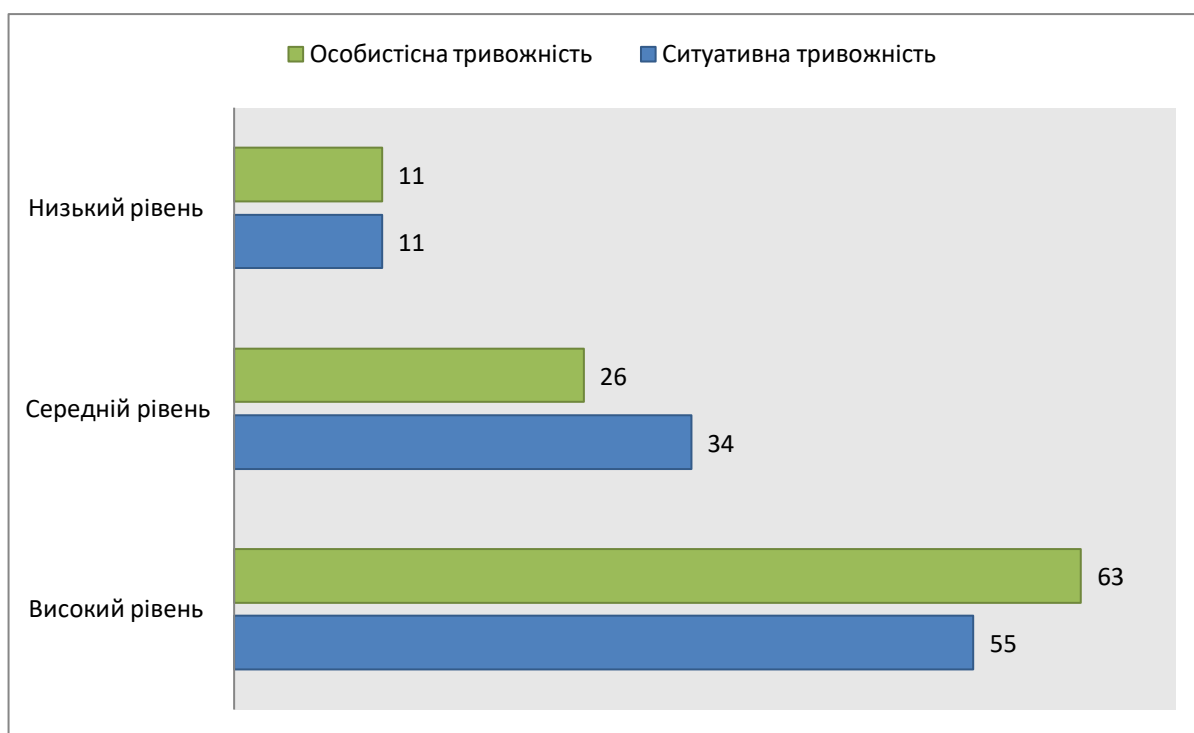


Рис. 2.2. Результати дослідження тривожності досліджуваних (%)

Так, за показниками *ситуативної тривожності* у досліджуваних підлітків було виявлено:

- *високий рівень* ситуативної тривожності відзначений у 55% досліджуваних – це свідчить про те, що діти характеризуються напругою, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю. Такі стани можуть бути результатом емоційної реакції на якусь стресову ситуацію (ситуативну нездатність людини впоратися з вимогами конкретного завдання, боязнь негативної оцінки або агресивної реакції, сприйняття несприятливого ставлення до себе). Діти з таким рівнем ситуативної тривожності схильні сприймати загрозу своїй самооцінці і життєдіяльності у великому діапазоні ситуацій і реагувати вираженим станом тривожності.

- *середній рівень* ситуативної тривожності спостерігається у 34% досліджуваних – їм притаманні незначні прояви напруги, стурбованості й нервозності, а також досить добре розвинена здатність справлятися зі стресовою ситуацією;

– *низький рівень* ситуативної тривожності відзначений у 11% досліджуваних – ці діти характеризуються низькою тривожністю, що вимагає підвищення уваги до мотивів діяльності та підвищення почуття відповідальності, так як вона може бути результатом активного витіснення особистістю високої тривоги з метою показати себе в «кращому світлі».

Дослідження оцінки рівня *особистісної тривожності* дозволило отримати наступні результати:

– *високий рівень* особистісної тривожності продемонстрували 63% досліджуваних, тобто у цих дітей може спостерігатися невротичний конфлікт, який за певних несприятливих умов може стати причиною емоційних зривів або навіть психосоматичних захворювань. Ці діти характеризуються стійкою схильністю сприймати велике коло ситуацій як загрозові, реагуючи станом тривоги;

– *середній рівень* особистісної тривожності спостерігається у 26% досліджуваних – ці діти характеризуються поміркованістю в прояві тривожності, адекватним сприйняттям навколишньої дійсності;

– *низький рівень* особистісної тривожності відзначений у 11% досліджуваних – це говорить про те, що цим дітям притаманне позитивне сприйняття себе, відсутність прагнення до високих досягнень, задоволеність цим положенням в житті, почуття комфортності.

Таким чином, отримані результати свідчать про те, що серед досліджуваних дітей виявлено значну кількість осіб, які схильні до високих рівнів як ситуативної, так і особистісної тривожності, що є негативним явищем та потребує корекції.

Використання методики «*Стратегії та тактики поведінки в конфліктній ситуації*» К. Томаса обумовлено тим, що однією з ключових умов формування емоційно-гармонійної особистості є комунікативна компетентність, тобто вміння знаходити способи спілкування в команді, колективі, групі, працюючи на загальний результат. Особливо гостро це питання стоїть для дітей з акцентуаціями характеру, оскільки для більшості з

них гармонійна комунікація та соціалізація – це найбільш складні для опанування навички.

На рис. 2.3 представлено розподіл досліджуваних підлітків за вибором стилю поведінки в комунікативних ситуаціях у взаємодії.

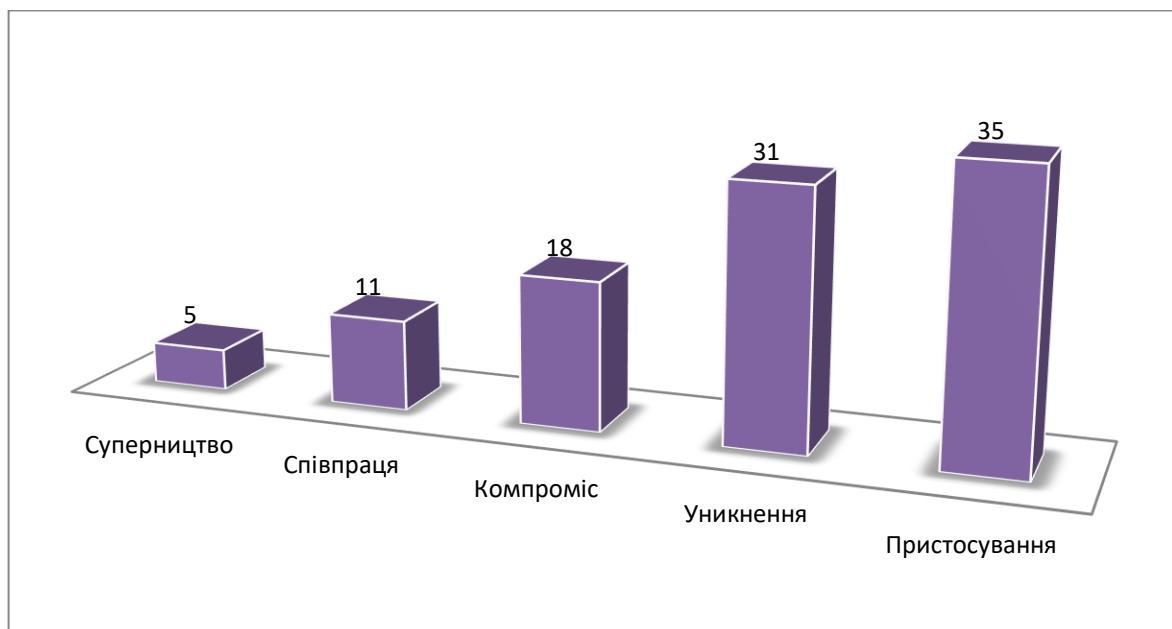


Рис. 2.3. Вибір стратегії і тактики підлітків під час конфлікту (%)

При виборі стратегії і тактики поведінки в конфліктній ситуації домінуючими стилями поведінки були обрані «пристосування» (35%) та «уникнення» (31%).

Варто відзначити, що стилі «пристосування» та «уникнення» в сукупності склали 61%, тобто більшість вибірки, що є небажаним явищем, адже ці стилі характеризуються відсутністю готовності відстоювати власні інтереси, униканням співпраці та кооперації, ігноруванням проблеми. Ці діти не вміють постояти за себе, уникають або ж пристосовуються до тих реалій, які є, без спроб змінити своє положення.

При використанні стилю «компроміс» (18%) обидві сторони трохи поступаються в своїх інтересах. На відміну від співпраці компроміс досягається на більш поверхневому рівні, передбачає відсутність пошуку прихованих інтересів, причини конфлікту не будуть зачіпатися.

Найменша кількість підлітків обирає стиль «суперництво» (5,3%). Можна припустити, що це ті підлітки, яким характерний демонстративний тип характеру, що в цілому відображається у відсотковому співвідношенні по обох методиках.

При аналізі був також виявлений незначний вибір способу «співпраця» (11%). Отже, аналіз результатів показав, що в цілому більшість дітей не використовують такі стилі поведінки, які сприяють формуванню вищевказаних компетенцій, так як тільки стиль «співпраця» передбачає активну і продуктивну взаємодію.

Для того, щоб змістовно оцінити характер взаємозв'язку типів акцентуацій характеру та тривожності і стратегій поведінки в конфлікті, ми застосували кореляційний аналіз за допомогою коефіцієнта Спірмена.

Під час проведення кореляційного аналізу щодо наявних взаємозв'язків тривожності з різними типами акцентуації характеру було визначено, що позитивна кореляція існує між міжособистісною тривожністю та акцентуацією дистимічного типу (0,335*). Отже, для підлітків з дистимічним типом акцентуації характеру характерна особистісна тривожність. У зв'язку з цим, вони небагатослівні та бувають песимістичні.

Також був виявлений прямий кореляційний зв'язок між особистісною тривожністю та екзальтованим типом акцентуації характеру (0,323*). Таким підліткам характерна велика чутливість і вразливість, вони глибоко переживають найменші неприємності, мають системний похмурий настрій.

Значима позитивна кореляція була виявлена також між особистісною тривожністю та тривожним типом акцентуації характеру (0,363*). Такі підлітки вирізняються пониженим настроєм, страхом за себе та близьких, невпевненістю у собі.

Між стратегією поведінки «співпраця» і збудливим типом акцентуації характеру виявлена сильна позитивна кореляція (,263**), тобто прямий взаємозв'язок. Це означає, що чим вище показник за акцентуацією «збудливий», тим більше підліток схильний до суперництва. Конфлікти при

збудливому типі пов'язані з такими особливостями особистості, як жорстокість, себелюбство, нестійкість, владність. Привід для гніву у таких підлітків може бути низький, але він завжди пов'язаний хоч би з незначним утиском прав та інтересів збудливого підлітка.

Між стратегією «пристосування» і тривожним типом акцентуації характеру виявлений прямий взаємозв'язок ($,310^*$). Це означає, що чим більше представлені в характері підлітка риси тривожного типу, тим сильнішою у нього є схильність до вибору стратегії поведінки «пристосування». Ця стратегія характеризується тим, що людина більше орієнтується на інтереси іншого, приносить свої інтереси в жертву інтересів інших, пристосовується до вимог інших.

Між стратегією «співпраця» і гіпертимним типом виявлено позитивну кореляцію ($,248^*$). Це означає, що чим більше в характері підлітка представлені гіпертимні риси, тим більше він схильний вибирати стратегію поведінки в конфлікті «співпраця». В силу життєрадісного характеру гіпертими вступають у конфлікти рідко, а завдяки наявності хороших комунікативних та організаторських якостей гіпертими вміють вирішувати конфліктні ситуації.

Між стратегією «співпраця» і демонстративним типом виявлена негативна кореляція ($,-284^{**}$). Це означає, чим сильніше представлені в характері підлітка такі риси, як замкнутість або егоцентризм, тим рідше вони вибирають стиль «співпраця» в конфліктній ситуації.

Спираючись на результати дослідження, можна стверджувати, що підлітки з акцентуованими рисами характеру вимагають особливого та ціле направленого відношення, що сприятиме ефективнішому вирішенню конфліктів. Врахування акцентуацій характеру підвищує можливості психологічної роботи з конфліктною поведінкою підлітків, відповідно до цього корекційна робота з поведінкою підлітка в конфліктній ситуації має будуватися залежно від наявності тієї чи іншої акцентуації.

Отже, між типами акцентуацій характеру та тривожністю й стратегіями поведінки в конфлікті існують як прямі, так і зворотні взаємозв'язки. Це означає, що одні акцентуації сприяють вибору певних стратегій поведінки у конфлікті, тобто роблять їх для підлітків більш прийнятними, інші ж акцентуації, навпаки, знижують ймовірність використання тих чи інших стратегій.

Таким чином, на підставі результатів проведеної діагностики нами було визначено акцентуації характеру та особливості психоемоційної сфери досліджуваних підлітків, що потрапили в складні життєві обставини.

Висновки до розділу 2

В другому розділі здійснено аналіз емпіричного дослідження проявів акцентуцій характеру в підлітковому віці.

Організація та реалізація емпіричного дослідження передбачала такі етапи, як організаційно-підготовчий (знайомство, інструктаж та опитування підлітків), діагностичний (констатуючий) та аналітичний. В ході експерименту були використані такі методики: опитувальник ICAST-C, характерологічний опитувальник К. Леонгарда, методики «Визначення особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна та «Стратегії та тактики поведінки в конфліктній ситуації» К. Томаса.

У результаті констатуючого етапу дослідження встановлено, що підліткам притаманні такі типи акцентуації характеру, як збудливий (28,9%), тривожний (26,4%), гіпертимний (18,4%), дистимічний (15,7%), демонстративний (5,3%) та екзальтований (5,3%). Окрім цього, переважній більшості досліджуваних властивий високий рівень особистісної (55%) і ситуативної тривожності (63%), а також неконструктивні стилі комунікативної взаємодії, а саме «пристосування» (35%) та «уникнення» (31%).

У зв'язку з цим, наступним етапом роботи з досліджуваною категорією підлітків стало здійснення психокорекції, спрямованої на розвиток гармонійної психоемоційної сфери та комунікативних навичок, з урахуванням типів акцентуації характеру.

РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПІДЛІТКАМ У СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ З УРАХУВАННЯМ ЇХ АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ

3.1. Зміст програми психологічної допомоги

За результатами теоретичного аналізу та констатувального експерименту було визначено акцентуації характеру та особливості психоемоційної сфери досліджуваних підлітків, що потрапили в складні життєві обставини. На підставі цього можна стверджувати, що підлітки з акцентуйованими рисами характеру вимагають відмінного від інших відношення, яке сприятиме більш ефективному налагодженню гармонійного розвитку особистості. Тож врахування наявних акцентуацій характеру підвищує можливості психокорекційної роботи з підлітками, зокрема вирішення проблем конфліктної поведінки підлітків, зниження їх загальної тривожності, налагодження адекватної комунікації з оточуючими та підвищення внутрішньої мотивації для досягнення позитивних життєвих цілей та саморозвитку. Все це було враховано при створенні програми психологічної допомоги підліткам та її організації.

Тож на формуючому етапі дослідно-експериментальної роботи вирішувалися наступні *завдання*:

- 1) розробити програму психологічної допомоги підліткам у складних життєвих ситуаціях з урахуванням їх акцентуації характеру;
- 2) апробувати поетапно психокорекційну програму;
- 3) здійснити психологічно-педагогічний супровід в процесі проходження досліджуваними підлітками психокорекційної програми.

Зауважимо, що реалізація програми включала в себе декілька складових. Зокрема було проведено спеціальні тренінгові заняття, а також повторну діагностику по їх закінченню.

При реалізації програми ми спиралися на такі *принципи*.

1. Уважне і терпляче ставлення до дітей.
2. Принцип врахування вікових, психологічних та індивідуальних особливостей дітей підліткового віку.
3. Принцип усвідомленості. Однією з умов корекції є здатність самої людини до усвідомлення своєї позиції, бажань тощо. Тільки усвідомивши всі ці особливості, людина зможе змінити себе, свою манеру спілкування, стиль поведінки і виробити найбільш ефективні та позитивні і соціально-корисні для себе відносини.
4. Принцип добровільності. При реалізації програми необхідно враховувати прагнення людини до змін, до придбання нового досвіду конструктивної та гармонійної взаємодії, спілкування і вирішення проблемних ситуацій; підтримувати природну зацікавленість у пошуках ефективних способів взаємодії з іншими.
5. Принцип системності і послідовності. Психологічна підтримка дітей повинна здійснюватися послідовно. Існує закономірність: при дотриманні логічних зв'язків засвоєний матеріал запам'ятовується в більшому обсязі і міцніше. Тому важливо, щоб знання та вміння освоювалися досліджуваними послідовно і в певній системі, коли кожен новий елемент засвоєного матеріалу логічно зв'язується з іншим, коли наступне спирається на попереднє і готується до засвоєння нового знання.
6. Принцип активності. Розвиток особистості не може бути забезпечений тільки впливом ззовні на особистість за рахунок створення певних умов. Системоутворюючим її елементом є внутрішня позиція особистості, яка формується в результаті її власної активності. Тому важливо створювати умови для прояву усвідомленого бажання до зміни своєї поведінки, для їх стимулювання до засвоєння нових ефективних форм відносин з урахуванням особистісних особливостей. Для цього слід продумати засоби і методи пізнавальної активності підлітків.
7. Принцип єдності теоретичних знань і практичних умінь та навичок. Для психолого-педагогічної роботи з учнями недостатньо мати наявність

певних теоретичних знань про те, як ці компетентності повинні бути сформовані, необхідно опанувати певними вміннями і навичками їх побудови.

Отже, враховуючи наявні акцентуації характеру та їх прояви у підлітків, в рамках психокорекційної роботи був розроблений тренінг «ReStart».

Програма тренінгу «ReStart»

I. Вступна частина

Мета тренінгу – розвиток мотивації для досягнення успіху та позитивних життєвих цілей; сформувати у підлітків здатність до самопізнання, саморозвитку та самореалізації; зниження тривожності та покращення комунікативних навичок.

На досягнення мети направлений **комплекс завдань**:

- 1) сприяння розвитку самосвідомості;
- 2) підвищення комунікативних навичок та впевненості;
- 3) підвищення самооцінки;
- 4) зниження емоційної напруги;
- 5) актуалізація життєвих цілей та підвищення внутрішньої мотивації для їх досягнення.

Очікувані результати:

Під час проходження тренінгу підлітки стануть більш мотивовані та впевненіші, що позитивно позначиться на їх особистісному психоемоційному фоні та гармонізації відносин з іншими.

Учасники тренінгу – педагог–психолог (організатор) та група підлітків (10–15 осіб).

В структурі занять використовувалися різноманітні **форми і методи роботи**:

- дискусія;
- робота в малих групах;

- психологічна гра;
- візуалізація;
- рольове програвання ситуацій;

На заняттях враховуються індивідуальні особливості дитини, її інтереси, бажання. Обговорення в ході заняття варіюється в залежності від відповідей та поведінки кожної окремої дитини. В процесі роботи кожна дитина безумовно приймається групою, підліткам регулярно даються завдання, що сприяють досягненню ними гарантованого успіху, тобто створюється ситуація успіху. В результаті такого підходу кожна дитина ставатиме впевненішою в собі – вона може бачити свій успіх, чути похвалу з боку дорослого та інших підлітків. Все це сприяє, на нашу думку, найбільш швидкому встановленню довірчого контакту в групі, більш продуктивній їх взаємодії, розвитку емоційної сфери та корекції психоемоційної сфери і поведінки підлітків з акцентуаціями характеру.

II. Структура і зміст програми

Зміст програми: програмою передбачено 5 занять по 1,5 години кожне.

Етапи реалізації програми:

1. Вступна частина представляє собою ритуал привітання та низку психологічних вправ, націлених на створення дружньої атмосфери в колективі й зняття особистісної емоційної напруги кожного учасника.

2. Основна частина включає використання міні-лекцій, дискусій, психологічних ігор, які комплексно націлені на формування нових знань і уявлень, побудову та реалізацію особистої стратегії поведінки, оптимізацію психоемоційного тла кожного учасника та покращення відносин в колективі.

3. Заключна частина полягає у підведення підсумків, обговоренні результатів кожного заняття та набутого досвіду, а також емоційну рефлексію та ритуал прощання.

Таблиця 3.1

Навчально-тематичний план занять

№	Мета заняття	Зміст заняття	Кількість годин
1.	Сформувати дружню колективну обстановку; обговорити правила роботи та визначити оптимальні особисті межі у вправах для кожного учасника.	<p><i>Підготовча частина.</i></p> <p>1.Ритуал вітання. 2.Прийняття правил групової роботи. 3. Вправа «Дружня рука».</p> <p><i>Основна частина.</i></p> <p>Вправа з арт-терапії «Я такий».</p> <p><i>Заклучна частина.</i></p> <p>Рефлексія заняття.</p>	1,5 години
2.	Визначити життєві цілі підлітків та віднайти ресурси внутрішньої мотивації для їх досягнення.	<p><i>Підготовча частина.</i></p> <p>1.Ритуал вітання. 2.Вправа«Дзеркало».</p> <p><i>Основна частина.</i></p> <p>1.Вправа «Кіно». 2.Вправа «Відношення до часу». 3.Вправа «Не дивлячись на...».</p> <p><i>Заклучна частина.</i></p> <p>Рефлексія заняття.</p>	1,5 години
3.	Акцентувати увагу підлітків на самосвідомості.	<p><i>Підготовча частина.</i></p> <p>1. Ритуал вітання. 2. Вправа «Закінчи речення».</p> <p><i>Основна частина.</i></p> <p>1.Вправа «Цілі і справи». 2.Вправа «Подорож у дитинство».</p> <p><i>Заклучна частина.</i></p> <p>Рефлексія заняття.</p>	1,5 години

Продовження табл. 3.1

4.	Віднайти та підвищити внутрішню впевненість для досягненні важливих життєвих цілей.	<i>Підготовча частина.</i> 1.Ритуал вітання. 2.Вправа «Я знаю, що у тебе..». <i>Основна частина.</i> 1. Вправа «Дотягнися до зірок». 2. Вправа «Мої ресурси». 3. Вправа «Мої досягнення». <i>Заклучна частина.</i> Рефлексія заняття.	1,5 години
5.	Заклучне заняття. Активізувати довготривалі ресурси внутрішньої мотивації.	<i>Підготовча частина.</i> Ритуал вітання. <i>Основна частина.</i> 1.Вправа «Ящик Пандори». 2.Робота «Талісман». 3.Вправа «Павутинка». <i>Заклучна частина.</i> 1.Рефлексія заняття. 2.Підведення підсумків.	1,5 години

Зміст занять програми

Тема 1**Підготовча частина:**

Мета: сформувати дружню колективну обстановку; обговорити правила роботи та визначити оптимальні особисті межі у вправах для кожного учасника.

1. Визначення цілей тренінгу.

Психолог розповідає підліткам про мету та очікувані результати від тренінгових занять.

2. Визначення правил поведінки на заняттях.

Мета: прийняття правил роботи в групі.

Зміст. Щоб максимально продуктивно та гармонійно працювати в межах всієї групи, психолог пропонує дітям прийняти такі колективні правила роботи, які потрібно дотримуватися на всіх заняттях:

1. Всі учасники тренінгу є рівними у можливості своїх висловлювань.
2. Всі учасники однаково вільні у виборі та демонстрації своєї точки зору.
3. Всі учасники повинні поважити точку зору та вибір один одного.
4. Під час тренінгу не допускається принижувати думку чи гідність свого товариша.
5. Те, що відбувається на тренінгу, залишається в межах тренінгу. Тож учасники не повинні переносити ігрові ситуації занять в реальне життя.

3. Вправа «Дружня рука».

Мета: сформувати атмосферу довіри в групі.

Зміст. Всі підлітки сідають спинами один до одного в коло, при цьому закриваючи очі.

Основна ціль завдання – покласти на плечі руки тому, кому заманеться. Психолог обирає по черзі одного з учасників, який буде класти руки. Він, в свою чергу, за бажанням кладе руку на плечі своїм колегам. Кількісних обмежень немає. Всі учасники, які залишились сидіти, не повинні відкривати очі. В цьому завдання важливим є вміння мати терпіння.

Після закінчення вправи відбувається обговорення серед учасників на такі питання, як «Наскільки важко чи легко не відкривати свої очі?», «Чи хтось з учасників підглядав?», «Наскільки приємно чи неприємно було відчувати невідомі руки на плечах?», тощо.

Основна частина:

Вправа з арт-терапії «Я такий».

Для виконання цієї вправи використовуються різні матеріали: аркуші паперу, ватмани, різнокольорові фломастери, бісер, гуаш, маса для ліплення, кольорові нитки, пластилін тощо. Дається час, щоб підлітки познайомилися та обрали матеріали для подальшої роботи. Далі, використовуючи обрані

матеріали, потрібно зобразити свій образ. Відзначимо, що образ може бути будь-яким, головне в ньому необхідно максимально віддзеркалити свій внутрішній та зовнішній стан. По закінченню роботи всі учасники сідають в коло та показують і розповідають про те, що зробили, чому такий образ, що при цьому відчують і т.д.

Заклучна частина:

Рефлексія. Отримання зворотного зв'язку. Учасники діляться враженнями.

Тема 2

Підготовча частина:

Мета: визначити життєві цілі підлітків і віднайти ресурси внутрішньої мотивації для їх досягнення.

Вправа «Дзеркало».

Мета: створити сприятливу обстановку для найповнішого взаєморозуміння почуттів інших людей.

Зміст. Всі учасники повинні розбитися на пари. Потім один з пари приймає яку-небудь позу, а інший повинен її віддзеркалити та спробувати зрозуміти які почуття та думку намагається цією позою донести партнер. По закінченню учасники обговорюють важкість завдання, зокрема як важко зрозуміти та передати почуття іншого.

Основна частина:

1. Вправа «Кіно».

Мета: навчитися актуалізувати свої життєві цілі.

Зміст. Всі учасники закривають на 5 хвилин очі, щоб уявити, що їм виповнилося вже 100 років і про них зняли фільм. Подумки вони проглядають цей фільм і після цього повинні розповісти про себе, як вони прожили життя до цього віку.

Під час загального обговорення учасники розповідають чи сподобався їм фільм, чи хочуть вони змінити щось зараз та в найближчому майбутньому, щоб стати тим героєм з фільму.

2. Вправа «Відношення до часу».

Мета: усвідомити почуття свого внутрішнього часу.

Зміст. Всі підлітки повинні уявити час у вигляді матеріального об'єкту, щоб його взяти в руки. Потім вони його малюють, позначаючи минуле, сьогодення і майбутнє. Також на цьому об'єкті вони повинні намалювати на якому проміжку часу знаходяться самі.

Далі учасники обговорюють важливість та плинність часу, питання прокрастинації та невміння планувати час. Потім кожен робить для себе висновок, що потрібно зробити чи змінити зараз, щоб вони могли реалізувати те «кіно», яке увили про себе раніше.

3. Вправа «Махнемося не дивлячись».

Мета: зняття емоційної напруги.

Зміст. Учасникам роздаються невеликі аркуші паперу, на яких вони пишуть або малюють те, що можуть з легкістю обміняти. Потім учасники обмінюються по бажанню своїми листками. Після обміну всі діти обговорюють те, що отримав кожен та задоволеність таким обміном.

В межах вправи також обговорюється, що для кожного учасника є самим цінним (те, що ніколи б не віддали) та найменш цінним (те, з чим можна легко попрощатися).

Заклучна частина:

Рефлексія. Отримання зворотного зв'язку. Учасники діляться враженнями.

Тема 3

Підготовча частина:

Мета: акцентувати увагу дітей на самосвідомості.

Вправа «Закінчи речення».

Мета: створити дружню робочу атмосферу, позитивно налаштувати учасників для основної частини.

Зміст. Всі учасники повинні закінчити речення, які починаються так:

1. Я дуже хочу, щоб в моєму житті було...
2. Я щасливий тоді, коли...
3. Щоб бути щасливим сьогодні та в майбутньому, я (роблю)...

Основна частина:

1. Вправа «Цілі і справи».

Мета: розвинути здібності для оптимального планування своїх справ, ставлення чіткої мети і досягати її.

Зміст. Всі учасники повинні за декілька хвилин написати якомога більше різних планів на сьогоднішній вечір. Потім по черзі учасники зачитують свої варіанти та визначається найбільш частий варіант. Після цього діти мають назвати ті вчинки, які допоможуть здійснити це задумане. Список справ, що планується виконати, психолог записує на загальному ватмані. Коли список буде закінчений визначається, скільки часу кожен з учасників готовий витратити на реалізацію цих справ, і до якого конкретно часу ці справи мають бути зроблені.

На завершення завдання група обговорює наскільки планування часу може допомогти у досягненні бажаної цілі?

2. Вправа «Подорож у дитинство».

Психолог пропонує учасникам закрити очі та згадати своє дитинство, зокрема ті моменти, які запам'яталися найбільше. Відкривши очі, кожен учасник повинен намалювати найбільш яскравий дитячий спогад.

По закінченню група обговорює свої образи, зокрема чому згадався саме цей образ і які відчуття він викликав. Чи є зв'язок між цим образом і сьогоднішнім життям? Як він віддзеркалився на життя в даний момент?

Заключна частина:

Рефлексія. Отримання зворотного зв'язку. Учасники діляться враженнями.

Тема 4

Підготовча частина:

Мета:віднайти та підвищити внутрішню впевненість для досягненні важливих життєвих цілей.

Вправа «Я знаю, що у тебе...».

Мета: створити доброзичливу робочу атмосферу між учасниками групи.

Зміст. Всі учасники стають у коло та починають один одному кидати м'яч. Перед кидком іншому учасник говорить фразу: «Я знаю, що у тебе...». За правилами вправи м'яч повинен побувати у кожного учасника.

Основна частина:

1. Вправа «Дотягнися до зірок».

Мета:підвищити впевненість та особисту відповідальність в досягненні життєвих цілей.

Зміст. Ця вправа робиться під обрану психологом медитативну музику. Всі діти стають у коло і закривають очі, роблять три глибоких вдихи і видихи. Після цього потрібно уявити, що над головою нічне зоряне небо. Учасникам пропонується звернути увагу на одну з зірок, яка є містком до бажаної мрії. Тепер варто протягнути руку і спробувати дотягнутися з усіх сил до зірки. Якщо це вдалося зробити, потрібно зірвати її з неба та покласти собі до кишені.

Наприкінці вправи кожен учасник розповідає як важко дістати свою мрію та що відчуваєш, коли вдається покласти її до кишені. Робиться загальний висновок, що досягнення омріяного робить нас щасливими.

Вправа «Мої ресурси».

Мета:активізувати вміння знаходження внутрішніх ресурсів для досягнення цілей.

Зміст. Всі учасники повинні подумати про те, що їм допомагає чи може допомогти у досягненні мрій та цілей. Потрібно також подумати, що вони

вже мають сьогодні для того, щоб досягти цих цілей в майбутньому. Під тим, що мають, розуміються внутрішні особисті ресурси.

Подальше обговорення націлене на те, щоб висвітлити питання, пов'язані з пошуками в собі внутрішніх ресурсів.

2. Вправа «Мої досягнення».

Мета: підвищити самооцінку.

Зміст. Всі учасники стають у коло і по черзі передають один одному м'яч. Той, у кого опиняється м'яч розповідає про те, чого він вже досяг у житті, чим пишається і гордо може про це заявити. Коли учасник закінчує розповідь про свої досягнення інші вигукують: «І це здорово!», підбадьорюючи його.

Заключна частина:

Рефлексія. Отримання зворотного зв'язку. Учасники діляться враженнями.

Тема 5

Підготовча частина:

Мета: активізувати довготривалі ресурси внутрішньої мотивації.

Основна частина:

1. Вправа «Ящик Пандори».

Мета: актуалізувати внутрішні можливості в подоланні перешкод.

Зміст. Психолог розповідає учасникам легенду про ящик Пандори, про те, що за легендою, всі людські біди та нещастя були закриті богами в один ящик. Після цього боги заборонили людям його відкривати. Однак, Пандора не послухалася богів та відкрила ящик, тож всі біди знову обрушилися на людей.

Після розповіді учасники повинні зробити власний «ящик Пандори».

Кожен учасник повинен подумати та написати на окремих папірцях паперу все те, що заважає йому будувати бажане життя. Потім папірці кладуться в «ящик Пандори» і зачиняються. На ящику вказується спільно

обрана дата відкриття ящика. Коли вона наступить, то учасники повинні взяти свої папірці та проаналізувати свої перешкоди, зокрема чи вдалося їх позбутися або ж ще потрібно працювати над собою.

2. Робота «Талісман».

Кожен учасник з підручних матеріалів має зробити талісман, який повинен нагадувати йому, що він не самотній. І в моменти напруги, стресу, недосипання, конфліктів тощо, можна звернутися до цього талісмана, який нагадає, що життя не є статичним, але навколо нас завжди знайдуться ті, хто підтримає в важкі часи.

Обговорення проведеної роботи.

3. Вправа «Павутинка».

Учасники групи стають в коло. Береться вовняний клубок, який намотується на палець першому учаснику. Потім він говорить приємні слова побажання та передає цей клубок далі. Кожен повторює це ж саме. Вправа закінчується знову на першому учаснику, який замикає утворену «павутинку».

Заключна частина:

Рефлексія. Наприкінці тренінгу психолог дякує всім учасникам групи за проведenu результативну роботу та бажає подальших успіхів у досягненні важливих життєвих цілей.

Таким чином, реалізація розробленої нами психокорекційної програми здатна допомогти по-новому актуалізувати життєві цілі та віднайти внутрішню мотивацію для їх досягнення, а також підвищити впевненість та самооцінку. Все це, в кінцевому підсумку, знизить психоемоційну напругу, тривожність та покращить взаєморозуміння і спілкування з оточуючими.

3.2. Аналіз ефективності реалізації психологічної допомоги

Після проведення тренінгу з метою надання психологічної допомоги підліткам у складних життєвих ситуаціях з урахуванням їх акцентуації характеру було проведено повторну діагностику.

Відзначимо, що на *контрольному етапі вирішувалися такі завдання:*

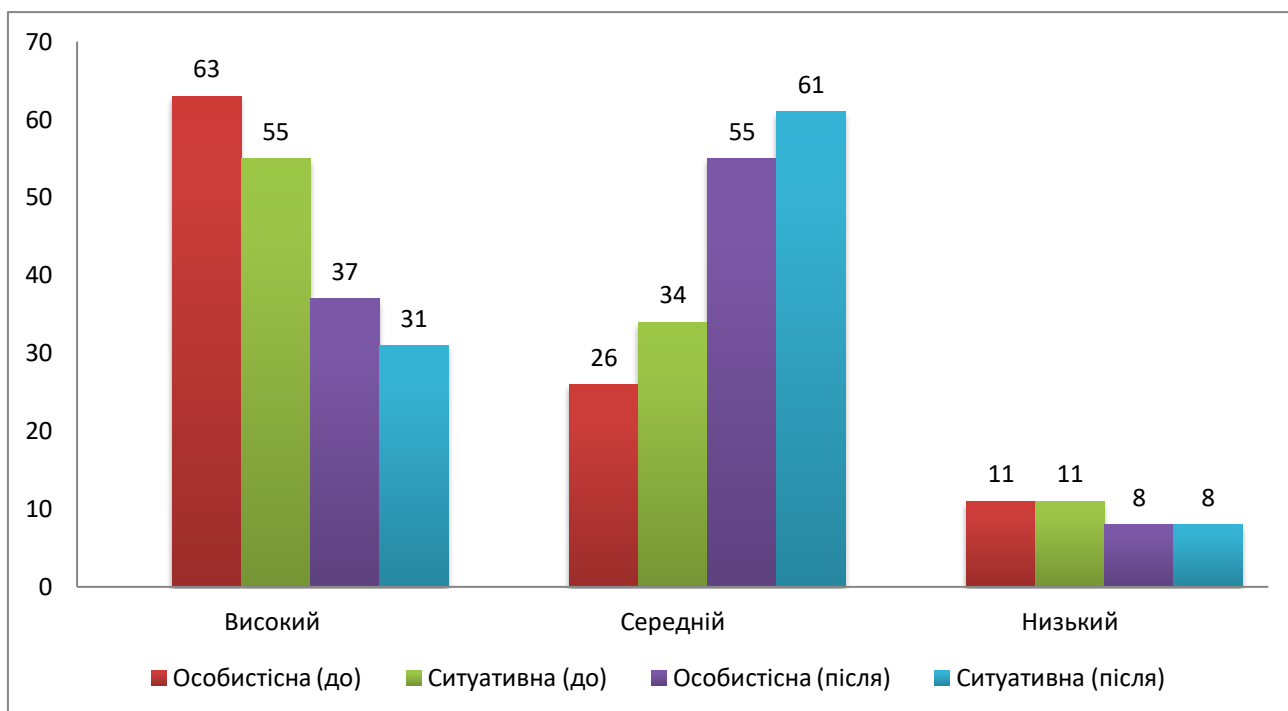
- 1) провести підсумкову діагностику досліджуваних підлітків, зробити порівняльний аналіз отриманих результатів;
- 2) уточнити ефективність експериментальної програми за допомогою кількісного і якісного аналізу.

Слід зауважити, що емпіричне дослідження проводилося лінійним методом. Аналізу піддавалися одні і ті ж групи респондентів. Контрольним результатом стала зміна показників «до» і «після» програми, що дало змогу визначити результативність психокорекційної роботи.

Для повторної діагностики були обрані такі методики:

- тест «Шкала особистісної та ситуативної тривожності Спілбергера-Ханіна»;
- опитувальник «Стратегії та тактики поведінки в конфліктній ситуації» К. Томаса.

Повторні результати за *методикою «Шкала особистісної та ситуативної тривожності Спілбергера-Ханіна»* зображені на рис. 3.1.



3.1. Порівняльні результати дослідження тривожності досліджуваних підлітків (%)

На графіку чітко бачимо, що результати помітно змінилися. Зокрема, значно збільшилася кількість досліджуваних підлітків з вираженим оптимальним середнім рівнем тривожності (з 26% до 55% – особистісна та з 34% до 61% – ситуативна), відповідно, зменшилася кількість підлітків з вираженим високим рівнем як особистісної, так і ситуативної тривожності до 37% та 31% відповідно.

Отже, за повторними результатами методики констатовано, що після проходження тренінгу серед підлітків зменшилися показники тривожності за рівнем «високий» та суттєво збільшилися показники за рівнем «середній», який свідчить про поміркованість в прояві тривожності та адекватне сприйняття навколишньої дійсності.

За результатами методики «*Стратегії та тактики поведінки в конфліктній ситуації*» К. Томаса нам вдалося проаналізувати, як змінився вибір стилю поведінки підлітків в комунікативних ситуаціях у взаємодії. Графічно результати представлені на рис. 3.2

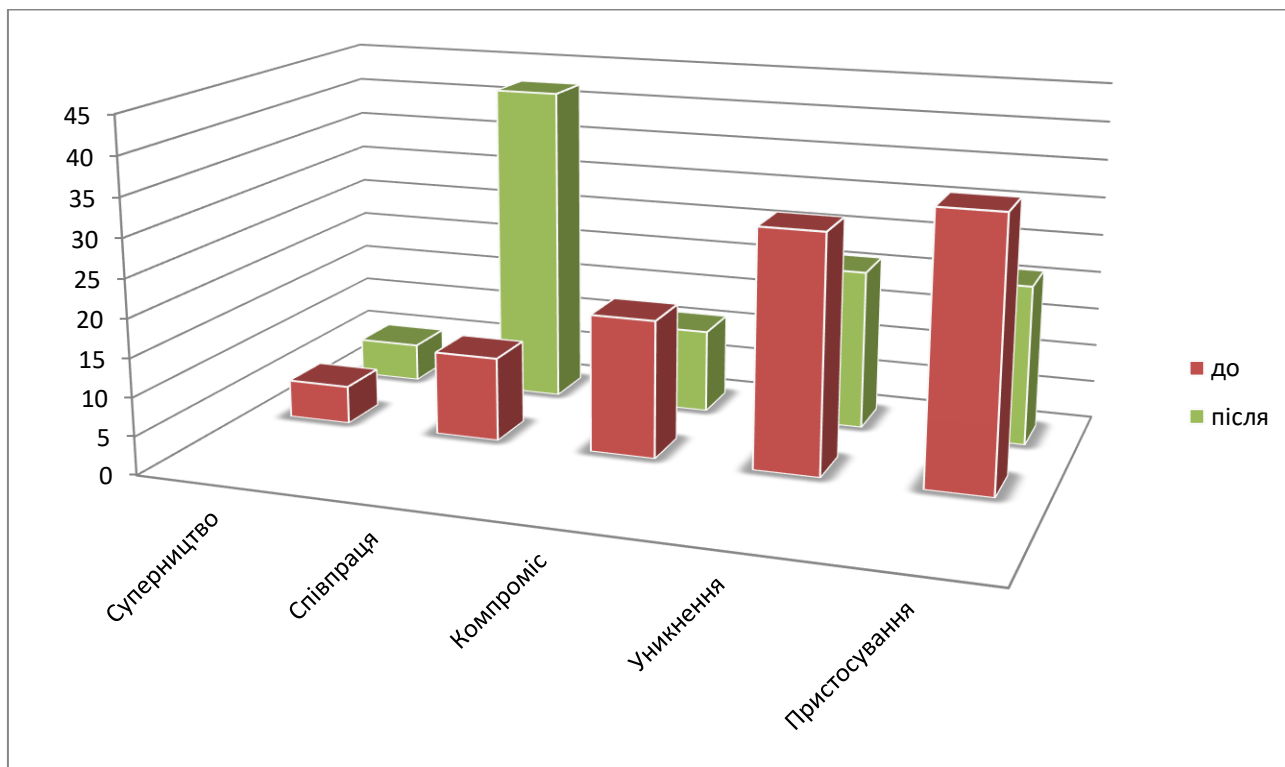


Рис. 3.2. Порівняльні результати вибору стратегії і тактики в конфліктній ситуації підлітків (%)

Як видно з наведеної діаграми, щодо стилів поведінки в конфліктній ситуації, то спостерігається абсолютне зростання показника «співпраця». У той же час відбулося зменшення стилів «компроміс», «пристосування» та «уникнення». Показники за стилем «суперництво» не змінилися.

На нашу думку, подібні зміни безпосередньо пов'язані з участю підлітків у тренінгу, де вони були задіяні не лише як окремі індивіди, але й як команда, що й дозволило вивести стиль «співпраця» на перше місце та покращити загальний емоційний стан кожної дитини та групи в цілому.

Таким чином, результати констатуючого і формуючого експериментів продемонстрували свою відмінність з позитивною динамікою по всіх показниках у методиках. Отже, такі зміни вказують на те, що цілеспрямоване систематичне використання тренінгових занять є ефективним в контексті психокорекційної роботи з підлітками з акцентуаціями характеру. Окрім

цього, варто відзначити, що врахування акцентуацій характеру підвищує можливості психокрекційної роботи з різними психоемоційними проявами підлітків, зокрема знижує особистісну та ситуативну тривожність, зменшує конфліктність, вчить налагоджувати адекватні способи комунікації, а також підвищує мотиваційну сферу для особистісного саморозвитку. Все це безсумнівно позитивно впливає на формування гармонійної особистості.

Висновки до розділу 3

В цьому розділі з метою надання психологічної допомоги підліткам з акцентуаціями характеру, які опинилися в складних життєвих обставинах, нами була розроблена та реалізована психокорекційна програма. Реалізація програми включала в себе декілька складових. Зокрема було проведено спеціальний тренінг «ReStart», а також повторну діагностику по його закінченню.

Вправи, які були включені до тренінгової психокорекційної програми мали на меті: формування довірчої атмосфери в групі; покращення навичок комунікації; розвиток вміння прогнозувати і актуалізувати свої життєві цілі; зняття емоційної напруги; зниження тривожності; розвиток вміння планувати свої справи, ставити мету і досягати її; підвищення самооцінки в досягненні цілей; актуалізація можливостей в подоланні перешкод тощо.

Повторне емпіричне дослідження проводилося лінійним методом. Аналізу піддавалися одні і ті ж групи респондентів. Контрольним результатом стала зміна показників «до» і «після» програми, що дало змогу визначити результативність корекційної роботи.

Повторні результати психодіагностичних методик продемонстрували, що після проходження тренінгу у досліджуваних підлітків спостерігаються позитивні зміни по всіх показниках, що свідчить про актуальність проведення подібних занять.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження дозволило здійснити комплексний теоретичний та емпіричний аналіз проявів акцентуацій характеру у підлітковому віці, розв'язати поставлені завдання та дійти наступних висновків.

1. На підставі аналізу наукової літератури визначено, що розглядаючи різні варіанти життєвих ситуацій, вчені зазвичай поділяють їх на нормальні ситуації повсякденного життя та на важкі життєві ситуації. У нормальній ситуації встановлюється рівновага у системі завдання (мети), умов і її реалізації. Для неї характерна стабільна система внутрішнього регулювання, яка забезпечує успішне функціонування суб'єкта та досягнення поставлених їм цілей без надмірних зусиль. Складна ситуація – це ситуація, де вимоги до особи та групи виходять за межі норми. Залежно від змістовної специфіки ситуацій (характеру та співвідношення об'єктивних та суб'єктивних елементів), вони можуть класифікуватися як критичні, надзвичайні, несприятливі, екстремальні, проблемні тощо. Тож під складною життєвою ситуацією в контексті соціально-психологічної роботи з молоддю варто розуміти певні щодо конкретної людини умови або обставини її життя, для яких характерна відносна сталість структур, змісту та спрямованості руху процесів і які в сукупності негативно впливають на поведінку та світогляд людини на конкретному етапі її життя, що погіршують умови її життєдіяльності, при цьому наслідки цих умов та обставин вона не може подолати самотійно.

2. Встановлено, що акцентуації характеру – це крайні варіанти його норми, у яких окремі риси характеру надмірно посилені, через що проявляється виборча вразливість щодо певного роду психогенних впливів за хорошої та навіть підвищеної стійкості до інших. Кожен тип акцентуацій пов'язаний з певними базовими, змістовними, інструментальними та рефлексивними комунікативними труднощами, що виражається у негативному сприйнятті себе чи партнера, складностях комунікативного

планування; ускладнює координацію планів та намірів з іншими людьми, заважає взаєморозумінню; негативно позначається на процесах впливу та взаємодії, викликає бар'єри адекватного самовираження та рефлексії. На сьогоднішній день існує низка типологій акцентуації характеру. Найвідомішими з них є класифікація Карла Леонгарда та Андрія Лічко.

3. З'ясовано, що проблема акцентуацій характеру у підлітковому віці є сьогодні однією з найактуальніших у науці. Все це пов'язано з тим, що підлітковий вік є сенситивним періодом розвитку особистості людини і водночас кризовим, що зумовлено як фізіологічними особливостями розвитку організму підлітків – підвищеною стомлюваністю, так і складностями пристосування підлітків до умов зовнішнього середовища, фізичними і психологічними перевантаженнями у здійсненні навчально-пізнавальної, трудової, спортивної та інших видів діяльності, порушеннями режиму їх перебігу. Центральне особистісне новоутворення підліткового періоду – становлення нового рівня самосвідомості, Я-концепції, прагнення зрозуміти себе, свої можливості та особливості. Інтенсивний фізіологічний розвиток, початок статевого дозрівання викликають бажання відчувати себе дорослим, прагнення наслідувати патерни поведінки дорослих людей, що інколи набуває певних деструкцій. По мірі дорослішання особистості, змінюється і характер, де деякі властивості залишаються досить вираженими і з віком компенсуються життєвим досвідом, що дозволяє зробити висновок про те, що це феномен «минучих підліткових акцентуацій», саме ці механізми впливають на формування реалізації процесу спілкування в цьому підлітковому періоді. У шкільному середовищі підлітки акцентуанти, як правило, виявляють делінквентну та навіть протиправну поведінку, що впливає на темп уроку, знижуючи ефективність навчальної діяльності. Акцентуйовані риси характеру заважають школярам адаптуватися у суспільстві, колективі однолітків, що перешкоджає успішному перебігу процесу соціалізації особистості. Також акцентуація характеру негативно впливає на інтелектуальні процеси учня: на сприйняття та переробку

навчальної інформації, на формування самостійних висловлювань тощо. Тож коректне професійне відношення до таких підлітків, зокрема система соціально-психологічної роботи з ними, спрямована на гармонізацію їхнього особистісного розвитку, стають особливо значущими.

4. Проведене емпіричне дослідження констатувального характеру охопитило 38 підлітків, що потрапили в складні життєві обставини. За допомогою обраного психодіагностичного інструментарію, а саме методик – опитувальника ICAS-T-C, характерологічного опитувальника К. Леонгарда, методики «Визначення особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна та «Стратегії та тактики поведінки в конфліктній ситуації» К. Томаса – було складено загальне уявлення про досліджуваних та визначено прояви акцентуацій характеру й психоемоційної сфери підлітків, зокрема особливості комунікативної компетентності та рівень тривожності. У результаті констатуючого етапу дослідження встановлено, що рівень поширеності насильства над досліджуваними неповнолітніми дітьми у сім'ях можна охарактеризувати як високий. Зокрема за результатами опитувальника ICAS-T-C з'ясовано, що у сім'ях діти часто стають жертвами насильства саме з боку рідних та близьких. Підліткам, що опинилися в складній життєвій ситуації, притаманні такі типи акцентуації характеру, як збудливий (28,9%), тривожний (26,4%), гіпертимний (18,4%), дистимічний (15,7%), демонстративний (5,3%) та екзальтований (5,3%). Окрім цього, переважній більшості досліджуваних властивий високий рівень особистісної (55%) і ситуативної тривожності (63%), а також неконструктивні стилі комунікативної взаємодії, а саме «пристосування» (35%) та «уникнення» (31%). Все це на нашу думку потребувало корекції, зокрема ціленаправленої соціально-психологічної допомоги.

5. На підставі результатів констатувального експерименту було розроблено психокорекційну програму, націлену на надання допомоги підліткам з різними типами акцентуації характеру, які опинилися в складних життєвих обставинах. Вона охоплювала цикл спеціальних тренінгових занять,

в структурі яких використовувалися такі різноманітні форми і методи роботи як дискусія, робота в малих групах, психологічна гра, візуалізація, рольове програвання ситуацій тощо. Запропоновану психокорекційну програму було реалізовано у ході спеціально організованого формувального експерименту, який проводився лінійним методом. Аналізу піддавалися одні і ті ж групи респондентів. Контрольним результатом стала зміна показників «до» і «після» програми, що дало змогу визначити результативність корекційної роботи. Зокрема, на відмінну від попередньої діагностики, за методикою «Визначення особистісної та ситуативної тривожності» Спілбергера-Ханіна збільшилася кількість досліджуваних підлітків з вираженим оптимальним середнім рівнем тривожності (з 26% до 55% – особистісна та з 34% до 61% – ситуативна), відповідно, зменшилася кількість підлітків з вираженим високим рівнем як особистісної, так і ситуативної тривожності до 37%% та 31%% відповідно. За методикою «Стратегії та тактики поведінки в конфліктній ситуації» К. Томаса спостерігається абсолютне зростання показника «співпраця» (з 11% до 42%). Таким чином, за допомогою розробленого й апробованого діагностичного комплексу констатовано, що після проходження тренінгу у досліджуваних підлітків спостерігаються позитивні зміни, що свідчить про актуальність проведення подібних занять.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Амінева Я. Емоційна стійкість особистості як одна з детермінант ефективного подолання складних життєвих ситуацій. *Вісник Дніпропетровського університету*. 2014. Вип. 18. С. 10–16.
2. Белінська О. Інформаційна соціалізація підлітків. *Сучасні дослідження віртуальної комунікації : проблеми, гіпотези, результати*. 2017. С. 203–220.
3. Белякова Ю. Аналіз поглядів і становлення теорії Я–концепції особистості. *Проблеми загальної психології : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. Київ. 2005. Вип. 3. С. 27–43.
4. Бочаріна Н., Михайленко Н. Акцентуації характеру та їх вплив на поведінку підлітків. *Молодий вчений*. 2017. № 11. С. 785–788.
5. Булах І. Психологічні основи особистісного зростання підлітків : автореф. дис. д-ра психол. наук : спец 19.00.07 «педагогічна та вікова психологія». Київ. 2004. 42 с.
6. Ващенко І., Ананова, І. Особистість і життєві ситуації у концептуальному просторі психологічної науки. *Проблеми сучасної психології*. 2019. Вип. 46. С. 59–77.
7. Ващенко І., Іваненко Б. Психологічні ресурси особистості в подоланні складних життєвих ситуацій. *Проблеми сучасної психології*. 2019. Вип. 40. С. 35–36.
8. Глушман М. Особливості акцентуації характеру у підлітковому віці. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2021. Вип. 26. С. 51–58.
9. Горбач С. Феноменологічний аналіз категорії «складна життєва ситуація». *Теорія та методика управління освітою*. 2013. № 1. С. 94–105.

- 10.Грішин Е. Складна життєва ситуація як передумова формування резильєнтності особистості. *Вісник ХНПУ. Психологія*. 2021. Вип. 65. С. 25–41.
- 11.Жиліна О. Прояв типів акцентуацій характеру у юнаків та дівчат. *Журнал наукових публікацій аспірантів та докторантів*. URL: <http://jurnal.org/articles/2018/psih5.html> (дата звернення: 11.09.2023).
- 12.Жук Н. «Я–концепція» і самореалізація молодшого підлітка. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ. 2015. Вип. 3. С. 46–48.
- 13.Запхляк О.Особливості агресії акцентуєваних підлітків. *Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.Костюка АПН України*. Київ. 2014. Вип. 1. С. 152–157.
- 14.Зливков В., Лукомська С., Федан О. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
- 15.Ічанська О. Становлення особистісної ідентичності в ранньому юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. К., 2002. 230 с.
- 16.Кампі О. Деякі особливості формування уявлень про ідентичність особистості. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. Костюка АПН України. Київ. 2017. 180 с.
- 17.Кириченко Т. Провідні детермінанти саморегуляції поведінки особистості у складних життєвих ситуаціях. *Габітус. Вікова та педагогічна психологія*. Одеса. 2022. Вип. 43. URL:[https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-11\(29\)-455-472](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-11(29)-455-472)
- 18.Коваленкова А. Теоретичний аналіз проблеми визначення складної життєвої ситуації та її характерні особливості. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2023. Вип. 21. С. 26–37.
- 19.Комар Т. Особистісна рефлексія як чинник соціального становлення підлітків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 “педагогічна та вікова психологія”. К., 2003. 18 с.

20. Корчевина О. Проблема становлення, розвитку, формування та змін «Я-концепції» особистості. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами* : зб. наукових праць. К. : Університет «Україна», 2014. С. 59–62.
21. Краєва О. Криза ідентичності підліткового віку та її роль у становленні зрілої особистості. *Проблеми сучасної психології* : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Київ. 2012. Вип. VII. С. 310–321.
22. Кузікова С. Можливість зниження конфліктності у підлітків шляхом корекцій їх Я-концепції. *Психологія. Збірник наукових праць НПУ ім. М.П. Драгоманова*. Київ. 2020. Вип. 2(9). С. 200–205.
23. Леонгард К. Акцентуйовані особистості. Київ. 2001. 375 с.
24. Лічко А. Типи акцентуацій характеру та психопатій у підлітків. *Медицина*. 1999. 416 с.
25. Мазур Т. Інтегральна характеристика психологічної стійкості особистості у важких життєвих ситуаціях. *Проблеми соціальної роботи : філософія, психологія, соціологія*. 2017. № 1 (9). С. 40–45.
26. Маннапова К. Роль життєстійкості в подоланні складних життєвих ситуацій. *Збірник наукових праць. Теорія і практика сучасної психології*. 2019. Вип. 1. С. 75–78 .
27. Мелен К. Особливості акцентуацій характеру сучасних українських підлітків. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2019. Вип. 9. С. 112–117.
28. Мельник Л. Насильство над дітьми як соціально-педагогічна проблема. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. 2013. Вип. 22 (2). С. 135–143.
29. Михайлишин У., Ільїна В. Вплив акцентуацій характеру на агресивну поведінку підлітків. *Теоретичні і практичні проблеми психології та соціальної роботи*. 2021. Вип. 2(55). С. 83–100.

30. Овсяннікова Я. Форми і методи роботи з дітьми і підлітками, які пережили насильство. *Вісник Національного університету оборони України*. 2012. Вип. 4. С. 217–221.
31. Панасенко Н. Психологія підлітка в сучасній ситуації соціального розвитку. *Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. Київ. 2007. Вип. 7. С. 379–384.
32. Пеньковська Н. Становлення рефлексивної свідомості у підлітковому віці. *Наукові записки ін-ту психології ім. Г. С. Костюка*. 2016. Вип. 30. С. 421–430.
33. Подмазін С. Роль установки у формуванні та виявленні акцентуйованих рис характеру у підлітків. Київ. 1994. 87 с.
34. Предко В. Складна життєва ситуація як провідна умова формування життєстійкості особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2021. Вип. 1. С. 74–91.
35. Рисинець П., Потоцька І., Лойко Л. Психологічний аналіз категорій життєвої ситуації та складної життєвої ситуації. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2016. Вип. 1. С. 69–73.
36. Русіна Н. Вплив акцентуацій характеру на поведінку підлітків. *Клінічна та експериментальна патологія*. 2016. № 2. С. 138–140.
37. Самохвалова А. Акцентуації характеру як фактор ускладненого спілкування підлітків. *Вісник КДУ. Психологія. Соціокінетика*. Київ. 2013. № 4. С. 46–53.
38. Свіденська Г. Психологічні особливості розвитку самосвідомості особистості в період підліткової кризи : дис. ...канд. психол. наук: 19.00.07. К., 2008. 217 с.
39. Сушик Н. Сутність, види, фактори виникнення насильства над дітьми в сім'ї. *Дитинство без насилля : суспільство, школа і сім'я на захисті прав дітей : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції*. Тернопіль, 2014. С. 189–193.

- 40.Сьянова В. Психологічні особливості прояву акцентуацій характеру в юнацькому віці. *Психологічні виміри культури, економіки, управління*. Львів. 2018. Т. 11. С. 253–257.
- 41.Чайковська О. Вплив акцентуацій характеру на девіантну поведінку підлітків. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. 2019. Вип. 9. С. 725–734.
- 42.Чіп Р. Психологічні особливості переживання життєвої кризи особистістю в ранньому юнацькому віці. *Актуальні проблеми психології розвитку особистості. Психологія особистості*. 2014. № 1. С. 289–296.
- 43.Шамне А. Психологія фрустраційних станів та реакцій підлітків : теорії, проблеми, діагностика : монографія. Київ. 2018. 278 с.
- 44.Швалб Ю. Складні життєві обставини як об'єкт психологічних практик. *Актуальні проблеми психології : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2017. Вип. 43. С. 158–169.

ДОДАТКИ

Додаток А

ОПИТУВАЛЬНИК «SACS» (С. ХОБФОЛЛ)

Особистісний опитувальник «SACS» призначений для вивчення стратегій і моделей копінг-поведінки (стрес-долаючої поведінки), як типів реакцій особистості людини з подолання стресових ситуацій. Опитувальник включає 54 твердження, кожне з них обстежуваний повинен оцінити за 5-ти бальною шкалою. Відповідно до ключа підраховується сума балів по кожному рядку, яка відображає ступінь переваги тієї чи іншої моделі поведінки в стресовій ситуації.

Опитувальник містить дев'ять моделей поведінки (стратегії подолання): асертивні дії, вступ в соціальний контакт, пошук соціальної підтримки, обережні дії, імпульсивні дії, уникнення, маніпулятивні (непрямі) дії, асоціальні дії, агресивні дії. Обробка результатів проводиться відповідно до наведеного нижче «ключа».

Інструкція:

Вам пропонуються 54 твердження, щодо поведінки в напружених (стресових) ситуаціях. Оцініть, будь ласка, як Ви зазвичай робите в даних випадках.

Для цього в реєстраційному бланку поставте цифру від 1 до 5, яка найбільш відповідає Вашим діям. Якщо твердження повністю описує Ваші дії або переживання, то поруч з номером питання поставте - 5 (відповідь - так, цілком правильно). Якщо твердження зовсім не підходить до Вас, тоді поставте - 1 (відповідь - ні, це зовсім не так).

1 - немає, це зовсім не так 2 - скоріше ні, ніж так

3 - важко відповісти 4 - скоріше так, ніж ні

5 - так, цілком правильно.

Текст опитувальника:

1. У будь-яких складних ситуаціях Ви не здаєтесь.
2. Об'єднуєтесь з іншими людьми, щоб разом вирішити ситуацію.
3. Радитесь з друзями або близькими про те, що б вони зробили,

опинившись у Вашому положенні.

4. Ви завжди дуже ретельно зважає можливі варіанти рішень (краще бути обережним, ніж наражатися на ризик).

5. Ви покладаєтеся на свою інтуїцію.

6. Як правило, Ви відкладаєте рішення виниклої проблеми в надії, що вона вирішиться сама.

7. Чи намагаєтеся тримати все під контролем, хоча і не показуєте цього іншим.

8. Ви вважаєте, що іноді необхідно діяти настільки швидко і рішуче, щоб застати інших зненацька.

9. Вирішуючи неприємні проблеми, виходьте з себе і можете "наламати чимало дров".

10. Коли хтось з близьких надходить з Вами несправедливо, Ви намагаєтеся вести себе так, щоб вони не відчували, що Ви засмучені або ображені.

11. Чи намагаєтеся допомогти іншим при вирішенні ваших загальних проблем.

12. Чи не соромитеся при необхідності звертатися до інших людей за допомогою або підтримкою.

13. Без необхідності не "викладається" повністю, вважаючи за краще економити свої сили.

14. Ви часто дивуєтеся, що найбільш правильним є те рішення, яке першим прийшло в голову.

15. Іноді віддаєте перевагу зайняттю чим завгодно, лише б забути про неприємній справі, яке потрібно робити.

16. Для досягнення своїх цілей Вам часто доводиться "підігравати" іншим або підлаштовуватися під інших людей (кілька "кривити душею").

17. У певних ситуаціях Ви ставите свої особисті інтереси понад усе, навіть якщо це піде на шкоду іншим.

18. Як правило, перешкоди для вирішення Ваших проблем або досягнення бажаного сильно виводять Вас із себе, можна сказати, що вони просто "дратують" Вас.

19. Ви вважаєте, що в складних ситуаціях краще діяти самому, ніж чекати, коли її будуть вирішувати інші.

20. Перебуваючи у важкій ситуації, Ви роздумуєте про те, як би вчинили б в цьому випадку інші люди.

21. У важкі хвилини для Вас дуже важлива емоційна підтримка близьких людей.

22. Чи вважаєте, що у всіх випадках краще "сім і більше разів відміряти, перш ніж відрізати".
23. Ви часто програєте через те, що не покладаєтеся на свої передчуття.
24. Ви не витрачаєте свою енергію на вирішення того, що можливо саме по собі розсіється.
25. Чи дозволяєте іншим людям думати, що вони можуть вплинути на Вас, але насправді Ви - "міцний горішок", і нікому не дозволяєте маніпулювати собою.
26. Чи вважаєте, що корисно демонструвати свою владу і перевагу для зміцнення власного авторитету.
27. Вас можна назвати запальним людиною.
28. Вам буває досить важко відповісти відмовою на будь-чії вимоги або прохання.
29. Ви вважаєте, що в критичних ситуаціях краще діяти спільно з іншими.
30. Ви вважаєте, що на душі може стати легше, якщо поділитися з іншими своїми переживаннями.
31. Нічого не приймаєте на віру, так як вважаєте, що в будь-якій ситуації можуть бути "підводні камені".
32. Ваша інтуїція Вас ніколи не підводить.
33. У конфліктній ситуації переконуєте себе та інших, що проблема "не вартий і виїденого яйця".
34. Іноді Вам доводиться маніпулювати людьми (вирішувати свої проблеми, не дивлячись на інтереси інших).
35. Буває дуже вигідно поставити іншу людину в незручне та залежне становище.
36. Ви вважаєте, що краще рішуче і швидко дати відсіч тим, хто не згоден з Вашою думкою, ніж "тягнути kota за хвіст".
37. Ви легко і спокійно можете захистити себе від несправедливих дій з боку інших, в разі необхідності сказати «ні» в ситуації емоційного тиску.
38. Ви вважаєте, що спілкування з іншими людьми збагатить Ваш життєвий досвід.
39. Ви вважаєте, що підтримка інших людей дуже допомагає Вам у важких ситуаціях.
40. В складних ситуаціях Ви – спочатку заспокоїтися, а потім вже діяти.
41. У складних ситуаціях краще слідувати першому імпульсу, ніж довго

зважувати можливі варіанти.

42. По можливості втікаєте від рішучих дій, що вимагають великої напруженості і відповідальності за наслідки.
43. Для досягнення своїх заповітних цілей - не гріх і трохи полукавити.
44. Шукайте «слабкості» інших людей і використовуєте їх зі своєю вигодою.
45. Грубість і дурості інших людей часто призводять Вас в лють («виводять Вас із себе»).
46. Ви відчуваєте незручність, коли Вас хвалять або говорять компліменти.
47. Чи вважаєте, що спільні зусилля з іншими принесуть більше користі в будь-яких ситуаціях (при вирішенні будь-яких завдань).
48. Ви впевнені, що у важких ситуаціях Ви завжди знайдете розуміння і співчуття з боку близьких людей.
49. Ви вважаєте, що у всіх випадках потрібно діяти за принципом "тихіше їдеш, далі будеш".
50. Дія під впливом першого пориву завжди гірше, ніж тверезий розрахунок.
51. У конфліктних ситуаціях віддаєте перевагу знайти будь-які важливі і невідкладні справи, дозволяючи іншим зайнятися вирішенням проблеми або сподіваючись, що час все розставить на свої місця.
52. Ви вважаєте, що хитрістю можна добитися часом більше, ніж діючи безпосередньо.
53. Мета виправдовує засоби.
54. В значущих і конфліктних ситуаціях Ви буваєте агресивним.

Реєстраційний бланк тесту SACS

1 немає, це зовсім не вірно; 2 скоріше ні, ніж так; 3 не знаю; 4 скоріше так (частіше так); 5 так, цілком вірно.

1		10		19		28		37		46	
2		11		20		29		38		47	
3		12		21		30		39		48	
4		13		22		31		40		49	
5		14		23		32		41		50	
6		15		24		33		42		51	
7		16		25		34		43		52	

8		17		26		35		44		53	
9		18		27		36		45		54	

Ключ для обробки даних тесту SACS

Субшкала	номери тверджень
Асертивні дії:	1, 10, 19, 28 *, 37, 46 *
Вступ в соціальний контакт:	2, 11, 20, 29, 38, 47
Пошук соціальної підтримки:	3, 12, 21, 30, 39, 48
Обережно дії:	4, 13, 22, 31, 40, 49
Імпульсивні дії:	5, 14, 23, 32, 41, 50 *
уникнення:	6, 15, 24, 33, 42, 51
Непрямі дії:	7, 16, 25, 34, 43, 52
Асоціальні дії:	8, 17, 26, 35, 44, 53
Агресивні дії:	9, 18, 27, 36, 45, 54

* Підраховується в зворотному порядку

Показники стратегій подолання

№	стратегії подолання	Модель поведінки (дії)	ступінь вираженості долають моделей		
			низька	Середня	висока
1	активна	асертивні дії	6-17	18-22	23 -30
2	Просоціальна	Вступ в соціальний контакт	6 -21	22 -25	26 -30
3	Просоціальна	Пошук соціальної підтримки	6 -20	21 -24	25 - 30
4	пасивна	обережні дії	6 -17	18 -23	24- 30
5	пряма	імпульсивні дії	6 -15	16 - 19	20 - 30
6	пасивна	уникнення	6 - 13	14 - 17	18 - 30
7	непряма	маніпулятивні дії	6 - 17	18 - 23	24 - 30
8	асоціальна	асоціальні дії	6 - 14	15 - 19	20 - 30
9	асоціальна	агресивні дії	6 - 13	14 - 18	19 - 30

Шкала особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна

Мета: встановити рівень особистісної тривожності

Інструкція: Уважно прочитайте речення і поставте бали, що найбільше відповідають Вашому самопочуттю. («майже ніколи» – 1 бал, «інколи» – 2 бали, «часто» – 3 бали, «майже завжди» - 4 бали). Над запитаннями довго не розмірковуюйте, оскільки правильних чи неправильних відповідей не існує.

1. Я відчуваю задоволення.
2. Я швидко стомлююсь
3. Я легко можу заплакати
4. Я хотів би почуватися так само щасливим, як і інші.
5. Трапляється, я програю через те, що не досить швидко приймаю рішення,
6. Я відчуваю себе бадьорим.
7. Я спокійний, холонокровний, зібраний.
8. Очікування труднощів викликає в мене сильне занепокоєння.
9. Я надто переживаю через дрібниці. 10 Я щаслива людина.
11. Я беру все близько до серця.
12. Мені не вистачає впевненості в собі.
13. Я відчуваю себе в безпеці.
14. Я намагаюсь уникати критичних ситуацій.
15. Іноді я нудькую.
16. Трапляється, що я задоволений.
17. Всілякі дрібниці непокоять і відволікають увагу.
18. Я так сильно переймаюся своїми переживаннями, що довго потім не можу про них забути.
19. Я врівноважена людина.
20. Мене охоплює сильне хвилювання, коли я думаю про свої справи і турботи.

Обробка результатів: Підрахунок балів здійснюється таким чином: від суми балів на запитання 2, 3, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 20 віднімається сума відповідей на запитання 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19, а до одержаної різниці додається число 35.

Сумарний показник свідчить про низький рівень тривожності – до 30, середній – 31 – 45, високий – більше 45.

«Діагностика схильності до конфліктної поведінки» К. Томаса

Мета: визначення переважного способу поведінки людини в конфліктних ситуаціях.

Опис методики

На ранніх етапах вивчення конфліктів широко використовувався термін «вирішення конфліктів», який має на увазі, що конфлікт можна і необхідно розв'язувати або елімінувати. Таким чином, метою вирішення конфліктів був деякий ідеальний безконфліктний стан, де люди працюють в повній гармонії.

Однак, останнім часом ставлення фахівців до цього аспекту дослідження конфліктів істотно змінилося. Це викликано, на думку К.Томаса, двома обставинами: усвідомленням марності зусиль з повної елімінації конфліктів, а також підтвердженням наявності позитивних функцій конфліктів. Звідси, згідно з підходом К.Томаса, наголос повинен бути перенесений з елімінування конфліктів на управління ними. Тому, автор вважає за потрібне сконцентрувати увагу на таких аспектах зміни конфліктів: які форми поведінки в конфліктних ситуаціях характерні для людей, які з них є більш продуктивними або деструктивними; яким чином можна стимулювати продуктивну поведінку.

Для опису типів поведінки людей в конфліктних ситуаціях, К.Томас запропонував двовимірну модель регулювання конфліктів, основними вимірами в якій є кооперація (пов'язана з увагою людини до інтересів інших людей, залучених до конфлікту) і напористість (для якої характерний акцент на захисті власних інтересів). Відповідно цим двом вимірам, автор виділяє наступні способи регулювання конфліктів:

- 1) змагання (конкуренція) як прагнення досягти своїх інтересів на шкоду іншому;

- 2) пристосування — на протигагу суперництву, принесення в жертву власних інтересів заради іншого;
- 1) компроміс;
- 3) уникнення — відсутність як прагнення до кооперації, так і тенденції до досягнення власних цілей;
- 4) співпраця, коли учасники ситуації приходять до альтернативи, що повністю задовольняє інтереси обох сторін.



П'ять способів регулювання конфліктів за К.Томасом

К.Томас вважає, що при уникненні конфлікту жодна з сторін не досягає успіху. При таких формах поведінки, як конкуренція, пристосування і компроміс, або один з учасників виявляється у виграші, а інший програє, або вони обидва програють, оскільки йдуть на компромісні поступки. І тільки в ситуації співпраці обидві сторони виявляються у виграші. У своєму опитувальнику з виявлення типових форм поведінки К.Томас описує кожний з п'яти наведених можливих варіантів 12 судженнями про поведінку індивіда в конфліктній ситуації. У різних поєднаннях вони згруповані в 30 пап. Тест можна використати в груповому варіанті, як в поєднанні з іншими тестами, так і окремо.

Інструкція. У кожній з поданих пар виберіть те судження, яке є найбільш типовим для вашої поведінки. Відведений час — не більш 15-20 хвилин.

Типова карта методики

1. А. Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за

вирішення спірного питання.

Б. Замість того, щоб обговорювати те, в чому ми розходимося, я стараюся звернути увагу на те, з чим ми обидва не згодні.

2. А. Я стараюся знайти компромісне рішення.

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

3. А. зазвичай я настійливо прагну добитися свого.

Б. Я стараюся заспокоїти іншого і, головним чином, зберегти наші відносини.

4. А. Я намагаюся знайти компромісне рішення.

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

5. А. Улагоджуючи спірну ситуацію, я весь час стараюся знайти підтримку у іншого.

Б. Я намагаюся зробити все, щоб уникнути напруженості, від якої немає ніякої користі.

6. А. Я намагаюся уникнути виникнення прикрощів для себе.

Б. Я намагаюся добитися свого.

7. А. Я намагаюся відкласти розв'язання спірного питання з тим, щоб згодом вирішити його остаточно.

Б. Я вважаю за необхідне в чомусь поступитися, щоб домогтися іншого.

8. А. зазвичай я наполегливо прагну домогтися свого.

Б. Я насамперед стараюся ясно визначити те, в чому полягають всі порушені інтереси і питання.

9. А. Думаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.

Б. Я роблю зусилля, щоб домогтися свого.

10. А. Я твердо прагну досягнути свого.

Б. Я намагаюся знайти компромісне рішення.

11. А. Я насамперед стараюся ясно визначити те, в чому полягають всі порушені інтереси і питання.

Б. Я стараюся заспокоїти іншого, і головним чином, зберегти наші відносини.

12. А. Часто я намагаюся не займати позицію, яка може викликати суперечки.

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

13. А. Я пропоную середню позицію.
Б. Я наполягаю, щоб було зроблено по-моєму.
14. А. Я повідомляю іншому свою точку зору і питаю про його погляди.
Б. Я намагаюся показати іншому логіку і перевагу моїх поглядів.
15. А. Я стараюся заспокоїти іншого, і головним чином, зберегти наші відносини.
Б. Я стараюся зробити все необхідне, щоб уникнути напруженості.
16. А. Я стараюся не зачепити почуттів іншого.
Б. Я намагаюся переконати іншого в перевагах моєї позиції.
17. А. зазвичай я наполегливо стараюся домогтися свого.
Б. Я стараюся зробити все, щоб уникнути напруженості, від якої немає ніякої користі.
18. А. Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму.
Б. Я даю можливість іншому в чомусь залишитися при своїй думці, якщо він також іде мені назустріч.
19. А. Я, насамперед, стараюся ясно визначити те, в чому полягають всі порушені інтереси і спірні питання.
Б. Я стараюся відкласти розв'язання спірного питання з тим, щоб згодом вирішити його остаточно.
20. А. Я намагаюся негайно подолати наші розбіжності.
Б. Я стараюся знайти найкраще поєднання вигравів і втрат для нас обох.
21. А. Ведучи переговори, я стараюся бути уважним до бажань іншого.
Б. Я завжди схиляюся до прямого обговорення проблеми.
22. А. Я намагаюся знайти позицію, яка знаходиться посередині між моєю позицією і точкою зору іншої людини.
Б. Я відстоюю свої бажання.
23. А. Як правило, я заклопотаний тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас.
Б. Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за розв'язання спірного питання.
24. А. Якщо позиція іншого здається йому дуже важливою, я постараюся піти назустріч його бажанням.
Б. Я стараюся переконати іншого прийти до компромісу.

25. А. Я намагаюся показати іншому логіку і перевагу моїх поглядів.
Б. Ведучи переговори, я стараюся бути уважним до бажань іншого.
26. А. Я пропоную середню позицію.
Б. Я майже завжди заклопотаний тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас.
27. А. Часто уникаю займати позицію, яка може викликати суперечки.
Б. якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти.
28. А. зазвичай я настійно прагну добитися свого.
Б. Улагоджуючи ситуацію, я зазвичай стараюся знайти підтримку у іншого.
29. А. Я пропоную середню позицію.
Б. Думаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.
30. А. Я стараюся не зачепити почуттів іншого.
Б. Я завжди займаю таку позицію в спірному питанні, щоб ми спільно з іншою зацікавленою людиною могли домогтися успіху.

Обробка даних:

Питання	Суперництво	Співпраця	Компроміс	Уникнення	Пристосування
1				А	Б
2		Б	А		
3	А				Б
4			А		Б
5		А		Б	
6	Б			А	
7			Б	А	
8	А	Б			
9	Б			А	
10	А		Б		
11		А			Б
12			Б	А	
13	Б		А		
14	Б	А			
15				Б	А
16	Б				А
17	А			Б	
18			Б		А
19		А		Б	
20		А	Б		
21		Б			А
22	Б		А		

23		А		Б	
24			Б		А
25	А				Б
26		Б	А		
27				А	Б
28	А	Б			
29			А	Б	
30		Б			А