

2. Швалб А. Ю., Перелигіна Л. А., Дербеньова А. Життестійкість як чинник адаптації підлітків у період воєнного часу. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2022. 2(4). С. 37–45.

3. Швалб А. Ю., Перелигіна Л. А., Хорошун О. Автобіографічна пам'ять як ресурс емоційної саморегуляції підлітків у прифронтовому місті. Пам'ять і особистість: матеріали наук.-практ. конф., 29 травня 2025 р. Харків: Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна. С. 156-160.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-562-7-44>

Щербань А. М.,

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю «Психологія»

ПрАТ "ВНЗ "Міжрегіональна Академія управління персоналом"

*Науковий керівник: **Синякова В. Б.,***

доктор психологічних наук,

завідувачка кафедри психології

ПрАТ "ВНЗ "Міжрегіональна Академія управління персоналом"

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Анотація. У статті розкрито психологічні основи профілактики та корекції конфліктної поведінки підлітків. Розглянуто чинники виникнення конфліктів, механізми їх подолання, роль сім'ї, школи та психологічної підтримки у формуванні конструктивної взаємодії.

Ключові слова: підліток, конфлікт, профілактика, корекція, поведінка.

Shcherban A. PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF PREVENTION AND CORRECTION OF CONFLICT BEHAVIOR IN ADOLESCENCE

Summary. The article reveals the psychological foundations of prevention and correction of adolescents' conflict behavior. It examines causes of conflicts, coping mechanisms, and the role of family, school, and psychological support in forming constructive interaction.

Key words: adolescent, conflict, prevention, correction, behavior.

Проблематика конфліктної поведінки у підлітковому віці належить до кола ключових питань сучасної психологічної науки. Підлітковий період є критичним етапом становлення особистості, коли відбувається

інтенсивний розвиток емоційно-вольової сфери, самосвідомості та соціальної компетентності. Недостатній рівень емоційної регуляції, імпульсивність, підвищена потреба у самоствердженні та визнанні призводять до частого виникнення міжособистісних конфліктів у шкільному середовищі.

Підвищення рівня конфліктності серед підлітків негативно позначається на навчальній мотивації, комунікативній культурі, міжособистісному спілкуванні, а також на психічному благополуччі загалом. У зв'язку з цим постає необхідність у розробці системи психологічної профілактики та корекції конфліктної поведінки, орієнтованої на розвиток емоційної саморегуляції, толерантності, емпатії й навичок конструктивного вирішення конфліктів.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та експериментальна перевірка ефективності психокорекційної програми профілактики та корекції конфліктної поведінки у підлітковому віці.

Для досягнення мети було визначено такі *завдання*:

1. Здійснити теоретичний аналіз основних підходів до вивчення конфліктної поведінки у психологічній науці.
2. Визначити психологічні чинники, що детермінують конфліктну поведінку у підлітковому віці.
3. Емпірично дослідити особливості стилів поведінки у конфліктних ситуаціях та рівень конфліктостійкості підлітків.
4. Розробити, апробувати й оцінити ефективність програми психокорекційної роботи, спрямованої на зниження рівня конфліктності.

Методологічну основу дослідження становлять положення вітчизняних і зарубіжних учених про природу конфлікту (Л. Козер, М. Дойч, К. Томас), про закономірності розвитку особистості в підлітковому віці (Е. Еріксон, І. Кон, Т. Яценко, С. Максименко), про соціально-психологічні механізми поведінкової регуляції (А. Бандура, К. Роджерс, Д. Гоулман, Л. Карамушка).

Психологічна профілактика та корекція конфліктної поведінки розглядаються як система цілеспрямованих впливів, спрямованих на гармонізацію внутрішнього світу особистості, розвиток навичок самоконтролю, емпатії та конструктивного спілкування.

У дослідженні застосовано комплекс взаємодоповнюючих методів: тест «Стратегії поведінки у конфліктній ситуації» К. Томаса (адаптація Н. Гришиної); методика діагностики стійкості до конфліктів М. Рибаквої; методика І. Ладанова для виявлення поведінкового стилю у конфлікті; характерологічний опитувальник К. Леонгарда; методика самооцінки психічних станів (Г. Айзенк); методика вивчення згуртованості групи (В. Козлов).

Для обробки результатів застосовувалися методи математичної статистики, зокрема кореляційний аналіз для виявлення взаємозв'язків між досліджуваними змінними.

На констатувальному етапі дослідження виявлено, що серед підлітків домінують компромісна (26,9%) та унікальна (20,5%) стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях. Менш поширеними є співробітництво (15,8%), суперництво (19,2%) та пристосування (17,3%). Отримані результати свідчать про переважання у респондентів пасивних та ситуативних форм реагування, що ускладнює конструктивне вирішення конфліктів.

За результатами методики М. Рибаківської встановлено, що 40% підлітків мають середній рівень конфліктостійкості, 35% – схильність до конфліктності, а лише 9% демонструють високий рівень саморегуляції у конфліктних ситуаціях.

Кореляційний аналіз засвідчив наявність статистично значущих взаємозв'язків між рівнем агресивності та стратегією суперництва ($r = 0,62$), між рівнем тривожності та стратегією уникнення ($r = 0,57$), а також між конфліктостійкістю і схильністю до компромісу ($r = 0,60$). Це вказує на те, що емоційна стабільність та самоконтроль є важливими регуляторами поведінки у конфліктних ситуаціях.

На основі результатів дослідження було розроблено психокорекційну програму профілактики конфліктної поведінки у підлітків, що базується на принципах гуманістичної, когнітивно-поведінкової та особистісно-орієнтованої психотерапії.

Програма передбачала три основні етапи:

1. Діагностично-мотиваційний – усвідомлення власних емоційних реакцій, формування мотивації до самопізнання.
2. Корекційно-розвивальний – навчання навичкам емоційної саморегуляції, асертивної комунікації, розвитку емпатії.
3. Рефлексивно-оцінювальний – усвідомлення особистих змін, оцінка ефективності роботи, повторна діагностика.

Методичний інструментарій програми включав елементи соціально-психологічного тренінгу, рольових ігор, групових дискусій, вправ на розвиток емоційного інтелекту та арт-терапевтичні техніки.

Після реалізації програми зафіксовано позитивну динаміку показників: зниження рівня агресивності на 12%; підвищення конфліктостійкості на 15%; збільшення частки використання стратегії співробітництва до 28%; зменшення частки уникання до 12%.

Отже, конфліктна поведінка у підлітковому віці є наслідком взаємодії особистісних і соціально-психологічних чинників, серед яких провідну роль відіграють емоційна нестійкість, низький рівень самоконтролю та недостатня сформованість комунікативної культури. Найбільш типовими стратегіями поведінки підлітків у конфлікті є компромісна та унікальна, що свідчить про орієнтацію на короткострокове зниження напруження замість конструктивного вирішення проблеми. Розроблена психокорекційна програма виявилася ефективною для підвищення рівня конфліктостійкості, розвитку емпатії, толерантності та навичок безконфліктного спілкування.