

ОРГАНІЗАЦІЯ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ ЩОДО КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

Бабина Віталіна

Актуальність дослідження зумовлена зростанням рівня конфліктності серед підлітків, що пов'язано з віковими психологічними особливостями, емоційною нестабільністю, прагненням до самоствердження та впливом соціального середовища. У сучасних умовах освітнього простору конфлікти стають невід'ємною частиною міжособистісної взаємодії підлітків, однак їх деструктивні прояви можуть негативно впливати на особистісний розвиток, навчальну діяльність і соціалізацію.

Особливу значущість проблема набуває у зв'язку з недостатнім рівнем сформованості навичок емоційної саморегуляції, комунікативної компетентності та конструктивного розв'язання конфліктів у підлітковому віці, що зумовлює необхідність цілеспрямованого психологічного впливу, спрямованого на зниження агресивності, розвиток емпатії та формування ефективних стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях. Організація психокорекційної роботи виступає важливим напрямом діяльності практичного психолога, оскільки дозволяє не лише коригувати деструктивні прояви поведінки, а й сприяти гармонійному розвитку особистості підлітка. Розробка та впровадження ефективних психокорекційних програм забезпечує створення сприятливого психологічного середовища, попередження конфліктів і підвищення рівня соціальної адаптації учнів [1–2].

Саме тому, актуальність теми визначається потребою у науковому обґрунтуванні та практичній реалізації психокорекційних підходів до зниження конфліктності підлітків і формування конструктивних моделей їхньої поведінки в умовах сучасного освітнього середовища.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та практична розробка психокорекційної роботи, спрямованої на зниження рівня конфліктної поведінки підлітків шляхом розвитку емоційної саморегуляції, комунікативної компетентності та формування конструктивних стратегій взаємодії у конфліктних ситуаціях.

Після первинної діагностики було сформовано групу з 70 підлітків із

підвищеним рівнем конфліктності, які потребували розвитку комунікативних навичок. На цій основі розроблено програму психологічного впливу, спрямовану на зниження агресії, формування суб'єкт-суб'єктних відносин та розвиток конструктивної поведінки у конфліктних ситуаціях.

Ціллю програми є зниження рівня конфліктності та перехід від стратегії суперництва до співробітництва. Завдання передбачали розвиток емоційної саморегуляції, зниження тривожності, формування навичок безконфліктного спілкування та співпраці. Програма реалізовувалась у позаурочний час з учнями 8 класу (14–15 років) і включала 10 занять тривалістю 15 годин. Використовувалися інтерактивні методи: рольові ігри, дискусії, «мозковий штурм», психогімнастика. Зміст занять охоплював формування групової взаємодії, розвиток емпатії, комунікативних умінь і навичок конструктивного вирішення конфліктів.

Експеримент проводився у двох групах: експериментальній (35 осіб) і контрольній (35 осіб). Результати показали позитивну динаміку: зниження рівня конфліктності, агресивності, покращення емоційного стану та міжособистісних відносин підлітків, що підтверджує ефективність програми та доцільність її використання у практиці психологічної роботи.

Загальна тенденція показує (рис. 1), що учасники експериментальної групи після програми продемонстрували позитивні зміни у всіх ключових психологічних показниках, тоді як у контрольній групі покращення були менш вираженими або мали регресивний характер, що свідчить про ефективність запропонованої програми у формуванні адаптивної поведінки, стабілізації емоційного стану та покращенні соціальних навичок підлітків. Після програми в обох групах покращилась емоційна стійкість (зростання високого рівня, у контрольній – зниження середнього). У спілкуванні зафіксовано зниження середнього рівня в обох групах, при цьому в експериментальній високий рівень залишився стабільним. Самоконтроль зріс в експериментальній групі, тоді як у контрольній – знизився.

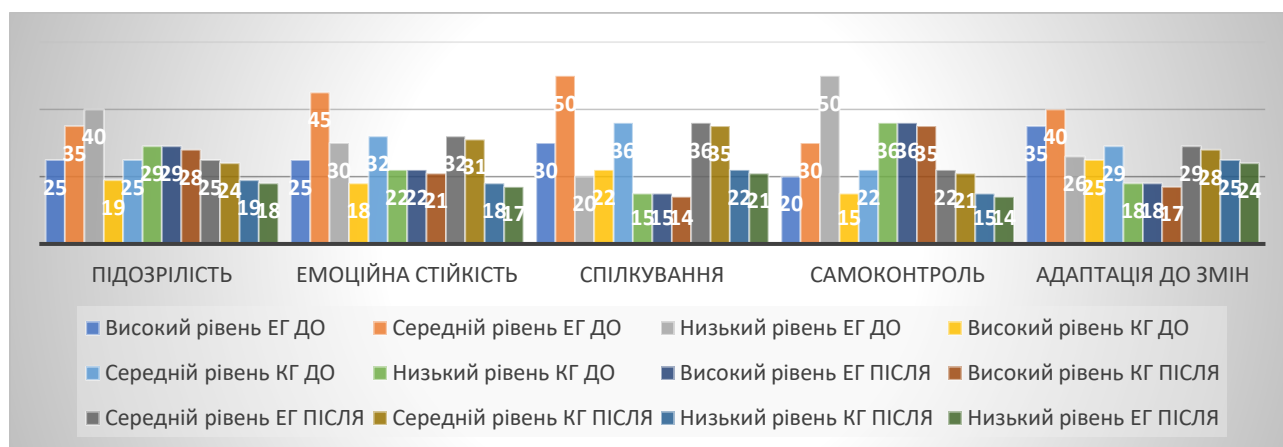


Рис.1. Результати дослідження адаптивності в конфлікті за методиками

Запропонована програма психологічного впливу є ефективним методом корекції конфліктної поведінки підлітків. Вона сприяє розвитку самоконтролю, конструктивного мислення та соціальної адаптації, що допомагає зменшити кількість конфліктних ситуацій у підлітковому середовищі. Отримані результати дають можливість використати програму в освітньому середовищі для покращення комунікації підлітків та запобігання негативним наслідкам конфліктів.

Отже, під час дослідження було теоретично обґрунтовано та практично реалізовано психокорекційну роботу, спрямовану на зниження рівня конфліктної поведінки підлітків. Отримані результати підтвердили, що розвиток емоційної саморегуляції, комунікативної компетентності та формування конструктивних стратегій взаємодії є ефективними засобами зниження конфліктності. Впровадження програми сприяло зменшенню агресивних і деструктивних проявів поведінки, підвищенню рівня самоконтролю та покращенню міжособистісної взаємодії підлітків. Таким чином, поставлена мета дослідження досягнута, а розроблена психокорекційна програма довела свою ефективність і може бути рекомендована для використання у практиці в освітньому середовищі.

Список використаних джерел

1. Гаркуша С. В. Вплив психологічних чинників на конфліктну поведінку у підлітків. Психологія і особистість, 2023. Р. 45–52.
2. Гарькавець С. О. Психологія конфліктів у школі. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2020. 180 с.
3. Візнюк І. М. та ін. Ментальне здоров'я волонтерів: генезис психосоматичних порушень в умовах ПТСР. Медицина невідкладних станів. Т. 20, № 8. 2024. С. 56–64. DOI: <https://doi.org/10.22141/2224-0586.20.8.2024.1807>