

## ТЕХНОЛОГІЇ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ

### ФОРМУВАННЯ КОНСТРУКТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ

Гаврилук Ірина Анатоліївна  
Житомирський державний університет  
імені Івана Франка, м. Житомир  
Науковий керівник – кандидат психол. наук,  
доц. Котлова Людмила Олександрівна

Здатність конструктивно діяти у вирішенні конфліктних ситуацій дозволяє раціонально вирішувати конфлікти, враховуючи позицію обох сторін.

Конструктивна взаємодія – це цілеспрямована, побудована на гнучких установках і поглядах, на розумінні індивідуальних особливостей партнера спільна діяльність зацікавлених один в одному особистостей, що прагнуть до самовдосконалення, самоактуалізації, продуктивного вирішення виникаючих протиріч і до соціально значимого результату (О.А. Чебикіна).

Отже, конструктивна взаємодія є багатовимірним процесом, який впливає на весь життєвий шлях особистості.

Проблеми конструктивної взаємодії, її теоретичні та практичні аспекти досліджували в своїх працях С.А. Котловий, С.В. Кривцова, Є.А. Мухаматуліна, Л.М. Рудіна, В.С. Смірнов, Б.І. Хасан, О.А. Чебикіна та інші.

На формування конструктивної поведінки підлітків впливає безліч факторів, які порівнювано представлені в ситуаціях розвитку підлітків.

Наше дослідження було організоване з врахуванням особливостей роботи практичного психолога з підлітками. Вибірка дослідження склала 100 підлітків (50 дівчат та 50 хлопців).

Етапи нашого дослідження:

I етап – Створення ситуації співробітництва та налаштування кожного особисто на роботу.

II етап – Проведення дослідження за допомогою методики діагностики комунікативної толерантності В.В. Бойка, експрес-опитувальника «Індекс толерантності» (Г.У. Солдатова, О.А. Кравцова, О.Є. Хухлаєв, Л.А. Шайгерова) та методики виявлення стратегії поведінки у конфлікті К. Томаса.

III етап – Проведення тренінгової роботи з підлітками з метою формування конструктивної взаємодії підлітків.

Структура тренінгової роботи:

- створення ситуації співробітництва та налаштування кожного на роботу. Знайомство; оголошення теми тренінгу; визначення очікувань учасників від тренінгу; встановлення правил у групі; визначення понять змісту «спілкування», «конструктивне спілкування»; визначення якостей та вмінь, важливих для конструктивного спілкування;

- підвищення психоемоційного тону групи, привітання; формування навичок невербального спілкування; визначення комунікативної, інтерактивної та перцептивної сторони спілкування; вираження підлітками власних почуттів без оцінок, невдоволення та образ; формування навичок активного слухання та без оціночного сприйняття взаємодії; аналіз важливості відсутності бар'єрів спілкування;

- формування почуття дружби, товаришкості; формування вмінь називати власні емоції та розуміти емоції інших; інформування про значення толерантності у міжособистісних стосунках; формування відповідальності; закріплення отриманих комунікативних знань і навичок в реальних життєвих ситуаціях; формування навичок гідно відмовляти; закріплення

знання про важливість бути толерантним та любити своїх близьких; рефлексія тренінгової роботи.

IV етап – Проведення повторного дослідження за допомогою методики діагностики комунікативної толерантності В.В. Бойка, експрес-опитувальника «Індекс толерантності» (Г.У. Солдатова, О.А. Кравцова, О.Є. Хухлаєв, Л.А. Шайгерова) та методики виявлення стратегії поведінки у конфлікті К. Томаса.

V етап – Порівняльний аналіз результатів дослідження до та після впровадження тренінгової програми.

VI етап – Повідомлення результатів дослідження підліткам та класному керівнику.

За результатами дослідження, ми прийшли наступних висновків:

- за методикою В. В. Бойка до впровадження тренінгової програми: у більшості хлопців та дівчат домінує показник середнього рівня толерантності по всім шкалам, крім I та III, після впровадження тренінгової програми – по всім шкалам досліджувані мають показники високого рівня толерантності;

- до впровадження тренінгової програми: у більшості хлопців та дівчат є домінуючою «конкуренція» як стратегія поведінки у конфліктних ситуаціях, а після впровадження програми – стратегія «співпраці».

- до впровадження тренінгової програми більшість хлопців та дівчат мають високий рівень етнічної толерантності, середній рівень соціальної толерантності та толерантності, як риси особистості. Після впровадження тренінгової програми більшість хлопців та дівчат мають високий рівень всіх видів толерантності за експрес-опитувальником Г. У. Солдатової, О. А. Кравцової, О. Е. Хухлаєвої, Л. А. Шайгерова.

Ефективність тренінгової програми доведено – соціально-психологічний тренінг сприяє формуванню конструктивної взаємодії підлітків. Таким чином, гіпотезу, яку ми ставили на початку дослідження, – ми підтвердили.

Перспектива подальшого дослідження полягає в дослідженні детермінантів формування прив'язаності матері до дитини у пренатальному періоді.

#### **Література**

1. Конструктивная психология конфликта / Б. И. Хасан. – СПб. : Питер, 2003. – 250 с.
2. Чебыкина О. А. Немного о конструктивном взаимодействии // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2014. – Т. 20. – С. 296-300.
3. Ягоднікова В. В. Як підготувати тренінг [Текст] / В. В. Ягоднікова // Шкільному психологу. Усе для роботи : наук.-метод. журн. – 2010. – №8. – С. 21-23.
4. Heider F. The Psychology of interpersonal relations. – N. Y., 1988. – P. 24-36.
5. Jones E.E., Thibaut J.W. Interaction goals as bases of inference in interpersonal behavior perception // Person perception and interpersonal behavior. Tagiuri R., Petrullo L. (eds.). – Stanford, 1988. – P. 112-113.

### **ОСОБЛИВОСТІ ПРИВ'ЯЗАНІСТІ ДО БАТЬКІВ ЯК ЧИННИК ПОДРУЖНІХ СТОСУНКІВ**

Ганошина Альона Іванівна  
Житомирський державний університет  
імені Івана Франка м. Житомир.  
Науковий керівник – канд. психол. наук.  
доцент кафедри психології розвитку та консультування  
Коломієць Тетяна Володимирівна

Особистість людини формується під безперервним впливом безлічі факторів,