

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ»
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ
Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ

завідувач кафедри ПП та М

д.е.н., доцент

Юлія ГЕРАСИМЕНКО

«12» травня 2025 р.

ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ УЧНІВ
ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В ЗАКЛАДІ ПРОФЕСІЙНОЇ
(ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня «магістр»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність: 053 Психологія
Освітньо-професійна програма «Психологія»

Здобувачка вищої освіти
групи ПС-23-11-зМ

ВАЛЕНКЕВИЧ Ніна Іванівна

(підпис)

Науковий керівник:
докторка педагогічних наук, професорка

СИДОРЕНКО Вікторія Вікторівна

(підпис)

Біла Церква 2025

Протокол аналізу звіту подібності

Заявляю, що я ознайомився (-лась) з Повним звітом подібності, який був згенерований Системою виявлення і запобігання щодо роботи:

Автор: Валенкевич Ніна Іванівна, група ПС-23-11-ЗМ

Назва: Психологічна корекція девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладі професійної (професійно-технічної) освіти

Керівник: Сидоренко Вікторія Вікторівна

Підрозділ: кафедра педагогіки, психології та менеджменту

Коефіцієнт подібності 1: 9.7%

Мікропробіли: 14

Заміна букв: 116

Інтервали: 0

Після аналізу Звіту подібності констатую наступне:

☒ Запозичення, виявлені в роботі є законними і не є плагіатом. Рівень подібності не перевищує допустимої межі. Таким чином робота незалежна і приймається.

☐ Запозичення не є плагіатом, але перевищено граничне значення рівня подібностей. Таким чином робота повертається на доопрацювання.

☐ Виявлено запозичення і плагіат або навмисні текстові спотворення (маніпуляції), як передбачувані спроби укриття плагіату, які роблять роботу невідповідною вимогам законодавства (Ст. 26. ЗУ Про фахову передвищу освіту, пункт 3.1, Ст. 42. ЗУ Про освіту) та вимог НАЗЯВО (Критерій 5), а також кодексу етики і процедур. Таким чином робота не приймається.

Висновок:

Виконана робота Валенкевич Н.І. має високий рівень філікальності щодо вжитого тексту, має результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідні джерела.

Дата 10.05.2025р.

Відповідальний за антиплагіатну технічну експертизу у Білоцерківському інституті неперервної професійної освіти
ДЗВО «Університет менеджменту освіти»
НАПН України:

Підпис _____



БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ
ОСВІТИ

Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

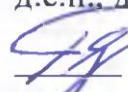
Рівень вищої освіти магістр

Спеціальність 053 Психологія, освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

завідувач кафедри ПП та М

д.е.н., доцент

 **Юлія ГЕРАСИМЕНКО**

«3» січня 2025 р.

ЗАВДАННЯ

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧЕВІ ОСВІТИ

Валенкевич Ніні Іванівні

1. Тема роботи Психологічна корекція девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладі професійної (професійно-технічної) освіти, керівник роботи Сидоренко Вікторія Вікторівна, професорка затверджені наказом БІНПО від 03 січня 2025 року № 01-06/03
2. Строк подання здобувачем освіти роботи 02 травня 2025 року
3. Вихідні дані до роботи: аналіз психолого-педагогічної літератури, емпіричне дослідження під час проходження переддипломної практики.
4. Перелік питань, які потрібно розробити:
 - 1) проаналізувати наукову літературу з проблематики дослідження;
 - 2) проаналізувати результати емпіричного дослідження;
 - 3) розглянути методи психологічної корекції девіантної поведінки підлітків;
 - 4) представити впроваджену психокорекційну програму;
 - 5) розробити рекомендації для психологів, батьків, викладачів.

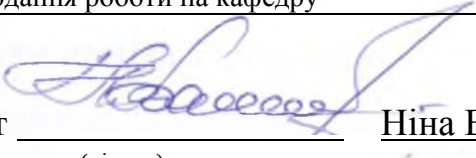
5. Консультанти розділів роботи

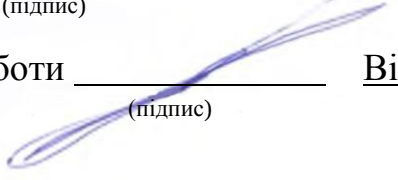
Розділ	Прізвище, ім'я та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
1	Сидоренко Вікторія Вікторівна, директорка БІНПО, професорка	09.02.2025	21.02.2025
2	Сидоренко Вікторія Вікторівна, директорка БІНПО, професорка	24.02.2025	17.03.2025
3	Сидоренко Вікторія Вікторівна, директорка БІНПО, професорка	18.03.2025	14.04.2025

6. Дата видачі завдання 05.01.2025 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Узгодження теми, складання змісту	13.01.2025	Виконано
2	Вивчення літературних джерел	20.01.2025	Виконано
3	Збирання матеріалу	27.01.2025	Виконано
4	Обробка матеріалу	9.02.2025	Виконано
5	Виконання розділу 1	21.02.2025	Виконано
6	Виконання розділу 2	17.03.2025	Виконано
7	Виконання розділу 3	14.03.2025	Виконано
8	Формулювання висновків	01.04.2025	Виконано
9	Оформлення роботи, одержання відгуку та рецензії перевірка на плагіат.	25.04.2025	Виконано
10	Подання роботи на кафедру	02.05.2025	Виконано

Студент  Ніна ВАЛЕНКЕВИЧ
(підпис)

Керівник роботи  Вікторія СИДОРЕНКО
(підпис)

ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ»
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ
 Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

В І Д Г У К

керівника на кваліфікаційну роботу здобувача освіти другого (магістерського) рівня
 вищої освіти заочної форми навчання ПС-23-11-зМ спеціальності 053 Психологія

ВАЛЕНКЕВИЧ Ніни Іванівни

на тему: **«Психологічна корекція девіантної поведінки учнів підліткового віку в
 закладі професійної (професійно-технічної) освіти»**

Загальна характеристика кваліфікаційної роботи магістра. Кризова ситуація у багатьох сферах суспільного життя неминуче приводить до зростання девіацій, які проявляються у поведінкових формах, що відхиляються від норм. Під девіантною поведінкою розуміють систему вчинків, які відхиляються від прийнятих у суспільстві правових і моральних норм, які проявляються у вигляді незбалансованості психічних процесів, неадаптивності, порушенні процесу само оактуалізації, в ухиленні від морального контролю за власною поведінкою. Для підліткового віку притаманні різні прояви девіантної поведінки: ухилення від навчальної і трудової діяльності, втечі з дому, крайня неслухняність, ворожість до вчителів і батьків, схильність до обману та вживання нецензурних слів, агресивність, насильницькі дії, жорстокість, а також у крадіжках, вимаганні, дрібній спекуляції, зловживанні алкоголем, наркотичними і токсичними речовинами, азартними іграми тощо. Психологічна корекція девіантної поведінки підлітків має певні особливості. Така робота буде мати стійкий ефект, коли вона буде тривалою, системною і з залученням небайдужих осіб, насамперед батьків. Тому кваліфікаційна робота магістра на тему: **«Психологічна корекція девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладі професійної (професійно-технічної) освіти»** характеризується актуальністю.

Об'єкт дослідження: девіантна поведінка учнів підліткового віку.

Предмет дослідження: психологічні методи та техніки корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладах професійної (професійно-технічної) освіти.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективні методи і техніки психологічної корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладах професійної (професійно-технічної) освіти, а також оцінити їх вплив на покращення соціальної адаптації та навчальних досягнень здобувачів освіти.

Відповідно до об'єкта і предмета визначено мету і завдання дослідження повністю реалізовано авторкою.

Обґрунтовано теоретичні засади дослідження девіантної поведінки учнів підліткового віку. Схарактеризовано психологічні особливості учнів підліткового віку, які навчаються в умовах професійної (професійно-технічної) освіти. Визначено основні чинники, що зумовлюють виникнення девіантної поведінки у підлітків в умовах закладу професійної (професійно-технічної) освіти. Розроблено та апробовано консультативно-тренінгову програму корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладі професійної (професійно-технічної) освіти, що дозволяє зменшити рівень девіацій та покращити соціальну адаптацію.

Кваліфікаційна робота магістра складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків.

Висновки, оцінка кваліфікаційної роботи магістра та пропозиції. Під час виконання кваліфікаційної роботи магістра Валенкевич Н.І. проявила себе

кваліфікованим фахівцем, здатним приймати самостійно складні рішення. В цілому проведене авторкою дослідження достатньо повно розкриває поставлені завдання. Робота відповідає вимогам щодо написання кваліфікаційних робіт магістра.

Проте потребує корекції висновки роботи відповідно до завдань дослідження.

Рівень самостійності виконання роботи автором, відсоток оригінальності роботи за допомогою комплексу StrikePlagiarism становить **90,3 % - високий рівень** (відсоток текстових запозичень 9,67 %).

Теоретична і практична значущість роботи, обґрунтування висновків переконують, що **за умови успішного захисту кваліфікаційна робота магістра Валенкевич Н.І. «Психологічна корекція девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладі професійної (професійно-технічної) освіти» заслуговує на оцінку «відмінно» (91 б, за шкалою ЄКТС – А).**

09.05.2025

Науковий керівник:
докторка педагогічних наук, професорка,
професорка кафедри
педагогіки, психології
та менеджменту БІНПО



Вікторія СИДОРЕНКО

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 155 сторінок, 6 рисунків, 5 таблиць, 5 додатків, 57 літературних джерел.

Мета кваліфікаційної роботи: теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективні методи і техніки психологічної корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладах професійної (професійно-технічної) освіти, а також оцінити їх вплив на покращення соціальної адаптації та навчальних досягнень здобувачів освіти.

Об'єкт дослідження: девіантна поведінка учнів підліткового віку.

Предмет дослідження: психологічні методи та техніки корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладах професійної (професійно-технічної) освіти.

Основні методи дослідження. У дослідженні було застосовано комплекс взаємопов'язаних методів, що дозволили всебічно охарактеризувати особистісні особливості підлітків, виявити прояви девіантної поведінки та оцінити ефективність запропонованої корекційної програми. Зокрема, використано:

теоретичні методи - аналіз і узагальнення наукової літератури з вікової психології, девіантної поведінки та психокорекції;

емпіричні методи - спостереження, анкетування, психодіагностичні методики (опитувальник акцентуацій К. Леонгарда і Х. Смішека, методика виявлення «групи ризику» М. Рожкова і М. Ковальчука, тест адаптованості А. Фурмана, опитувальник самоуправління Н. Пейсахової);

методи математичної обробки - розрахунок відсоткових показників, побудова таблиць, графіків, аналіз динаміки змін.

Наукова новизна дослідження:

вперше розроблено, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено ефективність методів і технік психологічної корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладах професійної (професійно-технічної) освіти;

визначено основні чинники, що зумовлюють виникнення девіантної поведінки у підлітків, які навчаються в закладах професійної (професійно-технічної) освіти;

розроблено та апробовано комплексну психокорекційну програму, адаптовану до потреб учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти, що дозволяє зменшити рівень девіацій та покращити соціальну адаптацію.

Практичне значення одержаних результатів. Результати дослідження можуть сприяти розробці та впровадженню ефективних психологічних програм і методів для корекції девіантної поведінки учнів в умовах закладу професійної (професійно-технічної) освіти. Застосування результатів дослідження сприятиме кращій соціалізації учнів, адже корекція девіантної поведінки позитивно впливає на здатність підлітків адаптуватися до соціальних умов як в межах навчального закладу, так і за його межами.

Апробація результатів дослідження: висвітлено у тезах «Підвищення мотивації здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти до навчання як профілактика девіантної поведінки», поданих на науково-практичний семінар «Психолого-педагогічні аспекти формування сучасних навичок у кваліфікованих робітників для повоєнного відновлення України» в рамках XVI Міжнародної виставки «Сучасні заклади освіти - 2025», 27 березня 2025 року.

Ключові слова: девіантна поведінка, підлітковий вік, психологічна корекція, професійна освіта, соціальна адаптація, психопрофілактика, педагогічна взаємодія.

ABSTRACT

Qualification Thesis: 147 pages, 6 figures, 5 tables, 5 appendices, 57 references.

Purpose of the qualification paper: To theoretically substantiate and experimentally verify effective methods and techniques of psychological correction of deviant behavior in adolescent students of vocational (vocational-technical) education institutions, as well as to assess their impact on improving students' social adaptation and academic performance.

Object of the Study: Deviant behavior of adolescent students.

Subject of the Study: Psychological methods and techniques for correcting deviant behavior among adolescent students in vocational education institutions.

Main Research Methods: The study employed a set of interrelated methods that allowed for a comprehensive analysis of adolescents' personality traits, identification of manifestations of deviant behavior, and evaluation of the effectiveness of the proposed correctional program. In particular, the following methods were used:

theoretical methods - analysis and synthesis of scientific literature on developmental psychology, deviant behavior, and psychocorrection;

empirical methods – observation, questionnaires, psychodiagnostic techniques (Leonhard–Schmieschek accentuation questionnaire, the "Risk Group" method by M. Rozhkov and M. Kovalchuk, A. Furman's adaptation test, and N. Peysakhova's self-regulation questionnaire);

mathematical methods - calculation of percentage indicators, construction of tables and graphs, analysis of change dynamics.

Scientific Novelty of the Study:

For the first time, the effectiveness of psychological methods and techniques for correcting deviant behavior in adolescent students in vocational education institutions has been developed, theoretically substantiated, and experimentally verified.

The main factors contributing to the emergence of deviant behavior in adolescents studying in vocational education institutions have been identified.

A comprehensive psychocorrectional program has been developed and tested, adapted to the needs of students in vocational education institutions, which enables a reduction in deviant behavior and improves social adaptation.

Practical Significance of the Research Results: The research results may contribute to the development and implementation of effective psychological programs and methods for correcting deviant behavior among students in vocational education settings. The application of these results will promote better socialization of students, as the correction of deviant behavior positively influences adolescents' ability to adapt to social environments both within and beyond the educational institution.

Research validation: The results were presented in the abstract titled «Enhancing the Motivation of Vocational Education Students as a Preventive Measure Against Deviant Behavior», submitted to the scientific-practical seminar «Psychological and Pedagogical Aspects of Forming Modern Skills in Qualified Workers for the Post-War Recovery of Ukraine», held within the framework of the XVI International Exhibition «Modern Educational Institutions – 2025», on March 27, 2025.

Keywords: deviant behavior, adolescence, psychological correction, vocational education, social adaptation, psychoprevention, pedagogical interaction.

ЗМІСТ

ВСТУП	12
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В ЗАКЛАДІ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ	18
1.1. Поняття девіантної поведінки та її види.....	18
1.2. Психологічні чинники, що впливають на девіантну поведінку учнів підліткового віку	29
1.3. Особливості психологічної корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладі професійної (професійно-технічної) освіти	38
Висновки до розділу 1	48
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО- ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ	49
2.1. Методика дослідження девіантної поведінки учнів підліткового віку	49
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження проявів девіантної поведінки учнів підліткового віку	60
2.3. Оцінка проявів девіантної поведінки за результатами емпіричного дослідження	70
Висновки до розділу 2	73
РОЗДІЛ 3 РЕАЛІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ	75
3.1. Проєктування та організація реалізації консультативно-	75

тренінгової програми з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку	
3.2. Модель консультативно-тренінгової програма з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку	85
3.3. Ефективність впровадження консультативно-тренінгової програми з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку ...	116
Висновки до розділу 3	125
ВИСНОВКИ	127
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	131
ДОДАТКИ	137

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У сучасному соціокультурному середовищі підлітки постійно перебувають у пошуку шляхів самовираження та самореалізації, проте не всі з них мають конструктивний характер. Підлітковий вік є одним із найважливіших періодів у становленні особистості, адже саме в цей час відбуваються суттєві трансформації у психологічній структурі особистості: змінюються риси характеру, моделі поведінки, система моральних переконань і світогляд. Ці психологічні зміни супроводжуються активними процесами фізичного дозрівання, що істотно впливають на емоційний стан і соціальну поведінку підлітка.

Враховуючи характерні для цього вікового етапу новоутворення - зокрема, зростання почуття дорослості, критичності, потреби в самоствердженні, - підлітковий період є складним і критичним у плані психосоціального розвитку. Внаслідок поєднання внутрішніх змін та зовнішніх викликів у поведінці підлітків нерідко проявляються реакції, дії та вчинки, що суперечать усталеним соціальним нормам і правилам.

У закладах професійної освіти ця проблема ускладнюється тим, що більшість учнів приходять туди вже з певними ознаками девіацій, мають знижену мотивацію до навчання, низьку самооцінку та сформовані негативні установки на майбутнє. Тому постає потреба не лише в навчанні професійним навичкам, а й у цілеспрямованій психолого-педагогічній роботі, що має на меті подолання деструктивних моделей поведінки, формування позитивної «Я-концепції» та розвиток навичок соціальної взаємодії.

Незважаючи на наявність певного досвіду психокорекційної роботи з підлітками, в українських реаліях відчувається нестача адаптованих до умов закладів професійної (професійно-технічної) освіти програм та

моделей корекції девіантної поведінки. Це обумовлює наукову і практичну значущість дослідження, спрямованого на пошук ефективних методів психокорекції з урахуванням специфіки освітнього середовища закладів професійної освіти.

Хоча в Україні й за кордоном конкретно в контексті професійної освіти ця проблема не є надмірно широко дослідженою, однак багато науковців працювали над питаннями девіантної поведінки та її корекції серед підлітків і молоді загалом. Вивченням девіантної поведінки займалися такі науковці як А. Н. Леонтьєв, К. К. Платонов, І. С. Кон, А. В. Петровський, Д. П. Блонський, Л. І. Божович, Л. С. Виготський, В. В. Давидов, Д. Б. Ельконін та ін. У міжнародному науковому просторі значний внесок у дослідження девіацій серед підлітків і методів корекції такої поведінки зробили вчені: Emory L. Cowen - його дослідження стосуються розробки програм соціальної підтримки і психологічної корекції для молоді, в тому числі в освітніх установах; Jerald G. Bachman - проводив дослідження впливу різних соціальних програм на зменшення девіантної поведінки серед молоді, включаючи підлітків у професійно-технічних закладах; John M. Briere - вивчав корекцію девіантної поведінки серед молоді, зокрема за допомогою терапевтичних і психологічних методів.

Сучасна психологічна наука активно розвивається в напрямку не лише поглибленого вивчення особливостей підліткового віку, а й пошуку ефективних засобів зменшення та профілактики девіантної поведінки. У цьому контексті діяльність практичного психолога має носити комплексний характер, охоплюючи коректну діагностику, індивідуальну та групову психокорекційну роботу, а також залучення підлітка до різноманітних форм психологічної підтримки.

Важливою умовою успішної реалізації психокорекційної діяльності є активна участь не лише фахівців, а й педагогів та батьків, які мають

бути включеними у спільний процес подолання девіантних проявів у поведінці підлітків.

Наукові дослідження засвідчують, що девіантна поведінка є наслідком сукупного впливу низки факторів, серед яких - соціальне середовище, біологічна спадковість, особистісні психологічні особливості та система засвоєних цінностей. Ґрунтовне розуміння цих чинників є ключовим для розробки ефективних стратегій психопрофілактики та корекції.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості їх застосування у професійній діяльності фахівців психологічної служби, зокрема під час індивідуального консультування та проведення тренінгових занять із підлітками, які мають схильність до девіантної поведінки.

Водночас теоретико-методологічний аналіз наукових джерел свідчить про недостатній рівень опрацювання теми девіацій серед підлітків. Це актуалізує потребу в розробці комплексних психокорекційних програм, що спрямовані не лише на зменшення проявів девіантної поведінки, а й на пошук ефективних шляхів її попередження.

Отже, актуальність дослідження зумовлена зростанням проявів девіантної поведінки серед учнів підліткового віку, зокрема в умовах закладів професійної (професійно-технічної) освіти, де накопичуються негативні соціально-психологічні чинники: низька навчальна мотивація, знижена самооцінка, відсутність позитивних життєвих орієнтирів. Потреба в ефективних психокорекційних програмах, адаптованих до специфіки професійного освітнього середовища, обумовлює необхідність поглибленого вивчення чинників девіантної поведінки, а також розробки та впровадження комплексних психологічних методів корекції та профілактики. Незважаючи на наявність певного наукового і практичного досвіду, ця проблематика недостатньо опрацьована саме в контексті

професійної освіти, що підсилює наукову й прикладну значущість обраної теми.

Об'єкт дослідження: девіантна поведінка учнів підліткового віку.

Предмет дослідження: психологічні методи та техніки корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладі професійної (професійно-технічної) освіти.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективні методи і техніки психологічної корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладах професійної (професійно-технічної) освіти, а також оцінити їх вплив на покращення соціальної адаптації та навчальних досягнень здобувачів освіти.

Відповідно до об'єкта, предмета, мети визначено наступні **завдання дослідження:**

1. Обґрунтувати теоретичні засади дослідження девіантної поведінки підлітків в умовах закладу професійної (професійно-технічної) освіти
2. Схарактеризувати психологічні особливості учнів підліткового віку, які навчаються в умовах професійної (професійно-технічної) освіти.
3. Визначити основні чинники, що зумовлюють виникнення девіантної поведінки у підлітків, які навчаються в закладах професійної (професійно-технічної) освіти.
4. Провести емпіричне дослідження ефективності психологічної корекції девіантної поведінки підлітків в закладі професійної (професійно-технічної) освіти.
5. Розробити та апробувати комплексну програму з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладі професійної (професійно-технічної) освіти, що дозволяє зменшити рівень девіацій та покращити соціальну адаптацію.

Методи дослідження. У дослідженні було застосовано комплекс взаємопов'язаних методів, що дозволили всебічно охарактеризувати

особистісні особливості підлітків, виявити прояви девіантної поведінки та оцінити ефективність запропонованої корекційної програми. Зокрема, використано:

теоретичні методи - аналіз і узагальнення наукової літератури з вікової психології, девіантної поведінки та психокорекції;

емпіричні методи - спостереження, анкетування, психодіагностичні методики (опитувальник акцентуацій К. Леонгарда і Х. Смішека, методика виявлення «групи ризику» М. Рожкова і М. Ковальчука, тест адаптованості А. Фурмана, опитувальник самоуправління Н. Пейсахова);

методи математичної обробки - розрахунок відсоткових показників, побудова таблиць, графіків, аналіз динаміки змін.

Експериментальна база дослідження: Державний професійно-технічний навчальний заклад «Володарський професійний аграрний ліцей» (ідентифікаційний код юридичної особи 02544655) - державний професійно-технічний навчальний заклад другого атестаційного рівня, що забезпечує реалізацію права громадян на здобуття професійно-технічної та повної загальної середньої освіти.

Наукова новизна дослідження:

вперше розроблено, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено ефективність методів і технік психологічної корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладах професійної (професійно-технічної) освіти;

визначено основні чинники, що зумовлюють виникнення девіантної поведінки у підлітків, які навчаються в закладах професійної (професійно-технічної) освіти;

розроблено та апробовано консультативно-тренінгову програму з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку, адаптовану до потреб учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти, що дозволяє зменшити рівень девіацій та покращити соціальну адаптацію.

Практичне значення одержаних результатів. Результати дослідження можуть сприяти розробці та впровадженню ефективних психологічних програм і методів для корекції девіантної поведінки учнів в умовах закладу професійної (професійно-технічної) освіти. Застосування результатів дослідження сприятиме кращій соціалізації учнів, адже корекція девіантної поведінки позитивно впливає на здатність підлітків адаптуватися до соціальних умов як в межах навчального закладу, так і за його межами.

Апробація результатів дослідження: висвітлено у тезах «Підвищення мотивації здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти до навчання як профілактика девіантної поведінки», поданих на науково-практичний семінар «Психолого-педагогічні аспекти формування сучасних навичок у кваліфікованих робітників для повоєнного відновлення України» в рамках XVI Міжнародної виставки «Сучасні заклади освіти - 2025», 27 березня 2025 року.

Структура кваліфікаційної роботи магістра. Кваліфікаційна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел (57 найменувань), додатків. Робота містить 6 рисунків та 5 таблиць.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В ЗАКЛАДІ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ

1.1. Поняття девіантної поведінки та її види

Аналіз сучасної наукової літератури свідчить про те, що питання сутності девіантної поведінки неповнолітніх отримало достатнє теоретичне обґрунтування. Водночас залишається відкритим і недостатньо визначеним критерій віднесення поведінкових проявів підлітків до девіацій у сучасному суспільстві. На нашу думку, чітке окреслення такого критерію є важливим для здійснення своєчасної діагностики відхилень у поведінці неповнолітніх, а також для визначення ефективних шляхів профілактики та попередження негативних проявів. Це зумовлює актуальність подальшого комплексного вивчення проблеми девіантної поведінки серед підлітків у різних аспектах.

Сучасні наукові джерела подають різноманітні інтерпретації поняття «девіантна поведінка». Згідно з визначенням, поданим в енциклопедії, девіантна поведінка (від лат. Deviation - відхилення) розглядається як форма соціальної поведінки, що суперечить чинним у конкретному суспільстві правовим, моральним і соціальним нормам та усталеним стереотипам. Вона передбачає наявність свідомого вибору індивіда щодо дотримання або ігнорування соціальних приписів, що обмежують прояви індивідуальної сваволі. Зміни у соціальних нормах і законодавчих актах, зумовлені історичними трансформаціями, спричиняють появу нових форм девіантності. Відтак оцінювання девіантної поведінки має історично детермінований і контекстуально зумовлений характер [12, 48].

У наукових працях із психології девіантної поведінки Л. М. Вольнова намагалася систематизувати та описати різні форми девіацій. Класифікація видів девіантної поведінки за Л. М. Вольновою є однією з основних робіт у сфері соціальної психології та кримінології. Л. М. Вольнова розглядає девіантну поведінку як відхилення від прийнятих соціальних норм і стандартів, що виникають внаслідок різних психосоціальних факторів [10].

Згідно з класифікацією, запропонованою Л. М. Вольновою, девіантна поведінка може бути розподілена за різними критеріями - зокрема, за її соціальною значущістю, чинниками виникнення та формами прояву. До основних типів, що виділяє дослідниця, належать:

1. Кримінальна поведінка - порушення законодавчих норм, вчинення протиправних дій, таких як крадіжки, насильство, шахрайство, що передбачають кримінальну відповідальність.

2. Психопатична поведінка - соціальні відхилення, обумовлені патологічними змінами особистості або психічними порушеннями, які проявляються через агресивність, деструктивність і неадекватність у міжособистісній взаємодії.

3. Асоціальна поведінка - відмова від виконання соціальних ролей і зобов'язань, нехтування нормами суспільства, що виявляється у порушенні громадського порядку, самоізоляції та соціальній відчуженості.

4. Форми залежної поведінки (алкоголізм, наркоманія) - девіації, пов'язані з фізіологічною та психологічною залежністю, які мають негативні наслідки як для особистості, так і для її соціального оточення.

5. Неадекватна поведінка - відхилення у сприйнятті та реагуванні на соціальні ситуації, які суперечать нормам і зазвичай зумовлені психічними розладами або сильними психотравмівними впливами.

6. Екстравагантна поведінка - радикальні й демонстративні відхилення від соціальних стандартів, що часто супроводжуються

викликаючою зовнішністю, поведінкою або стилем життя, що порушує традиційні норми і сприймається суспільством як девіація [10].

Л. М. Вольнова розглядала девіантну поведінку як багатфакторне явище, зумовлене взаємодією психологічних, соціальних та біологічних чинників. У своїх працях вона запропонувала типологічну класифікацію девіантної поведінки, яка дозволяє глибше осмислити природу поведінкових відхилень, виявити їх витоки та визначити потенційні наслідки як для окремої особистості, так і для соціального середовища загалом [10].

У навчальному посібнику «Девіантологія» О. В. Змановська подає класифікацію видів девіантної поведінки, засновану на критеріях порушення певного типу соціальних норм та характеру негативних наслідків. Вона виокремлює три основні групи девіантної поведінки: антисоціальну, асоціальну та аутодеструктивну [48].

Антисоціальна поведінка охоплює групу видів девіантної поведінки, що суперечать чинним правовим нормам і становлять загрозу для соціального порядку та безпеки інших членів суспільства. До цієї групи належать, зокрема, делінквентна та кримінальна поведінка.

Делінквентна поведінка полягає у вчиненні особистістю дрібних правопорушень, за які не передбачено кримінальної відповідальності. Її характерною рисою є демонстрація соціально неприйнятної активності (наприклад, хуліганство, бешкетування), що зазвичай зумовлена дефіцитом виховного впливу та соціального контролю. У певних випадках до делінквентної поведінки відносять і вандалізм, що проявляється як руйнування культурних і матеріальних цінностей без очевидної практичної мети.

Спираючись на типологію Д. Кантера, розрізняють декілька видів вандалізму:

- вандалізм як спосіб отримання вигоди;
- як форма помсти за реальні чи уявні образи;

як емоційна реакція на фрустрацію та спроба подолати внутрішнє напруження;

як результат нудьги чи пошуку нових вражень;

як спроба самоствердження;

як елемент дитячої пізнавальної активності, зокрема бажання зрозуміти, як функціонують об'єкти;

як засіб комунікації у формі графіті, що уникає соціального контролю завдяки анонімності.

Кримінальна поведінка передбачає вчинення особою дій, які прямо суперечать нормам кримінального законодавства й тягнуть за собою кримінальну відповідальність. Це найрадикальніша форма антисоціальної девіації.

Асоціальна поведінка, яку також визначають як аморальну, включає відхилення від усталених моральних і етичних норм, що не обов'язково мають юридичні наслідки, але деструктивно впливають на міжособистісні відносини та соціальне функціонування індивіда. До цього різновиду поведінки відносять такі явища, як сексуальні девіації, проституція, агресивні прояви, соціальний паразитизм (бродяжництво, ухилення від праці). Регуляція таких форм поведінки здебільшого здійснюється через релігійні, етичні та професійні норми.

Аутодеструктивна поведінка становить собою групу поведінкових відхилень, що не лише порушують психологічні та в окремих випадках медичні норми, а й становлять загрозу цілісності особистості та її подальшому розвитку. До аутодеструктивної поведінки відносять:

суїцидальні дії, що мають на меті самознищення;

віктимну поведінку, пов'язану з внутрішньою готовністю стати об'єктом насильства;

адиктивну поведінку, тобто схильність до залежностей, перш за все хімічного характеру (вживання алкоголю, наркотиків, тютюну);

фанатичну поведінку, що характеризується сліпим дотриманням ідеологічних або релігійних переконань, іноді деструктивного спрямування.

У сучасній науковій літературі адиктивну поведінку (від англ. addiction - залежність) розглядають як психологічну стратегію уникнення дійсності через штучну зміну свого психоемоційного стану. Сформованість такої поведінки зумовлюється комплексом особистісних факторів, серед яких домінують: низький рівень самоконтролю, неадекватна самооцінка, фрустрація життєвих потреб, неготовність до подолання труднощів, дефіцит соціальних навичок і схильність до ескапізму. Крім хімічних залежностей, дослідники виокремлюють поведінкові адикції: харчову, сексуальну, ігрову, релігійну тощо [48].

Залежність релігійного характеру формується, як правило, на тлі фрустрації базових потреб, особливо в ситуаціях екзистенційної кризи, гіпертрофованого почуття провини, відчуття втрати сенсу існування. У такому випадку індивід звертається до релігійної спільноти як до засобу духовного очищення, переосмислення свого життєвого досвіду або уникнення внутрішньої відповідальності. Однак тривале перебування в подібних об'єднаннях може призвести до деструктивних змін у психіці, зокрема:

- формування психологічної залежності від лідера або ідеології культу;

- зростання емоційної відчуженості від соціального середовища поза межами спільноти;

- звуження кола спілкування і сфери діяльності;

- наростання фанатичної впевненості у винятковій істинності власного світогляду;

- знецінення загальнолюдських норм і альтернативних точок зору.

Ці особливості потребують уважного вивчення в межах психологічної практики, зокрема у процесі профілактики та корекції адиктивної поведінки в підлітковому середовищі [11, 48].

Суїцидальна поведінка (від лат. *sui* - само, *caedere* - вбивати), трактується як свідоме вчинення самогубства або спроба його реалізації з метою виходу з кризової ситуації, яка суб'єктивно сприймається особистістю як нестерпна та безвихідна, незважаючи на можливу наявність альтернативних способів її подолання. Така поведінка зазвичай зумовлена фрустрацією життєво важливих екзистенційних потреб і супроводжується переживаннями безнадії, внутрішньої порожнечі, почуття безпорадності. Через звуження поля свідомості мислення людини підпорядковується дихотомічному принципу: «або негайне вирішення проблеми, або смерть».

Суїцидальна поведінка часто характеризується амбівалентністю - співіснуванням суперечливих імпульсів, таких як прагнення до смерті і водночас сподівання на підтримку оточення. Це виявляється у так званих «сигналах допомоги»: написання прощальних записок, впорядкування особистих справ, вербальні або поведінкові натяки на наміри покінчити з життям.

У психологічній літературі виділяють такі форми суїцидальної поведінки:

істинний суїцид - зумовлений глибоким екзистенційним відчаєм та втратою сенсу життя;

демонстративний суїцид - виконує функцію заклику до допомоги або спроби впливу на соціальне оточення в умовах життєвих труднощів;

прихований суїцид - дії з високим рівнем ризику для життя, які не мають безпосередньо заявленого наміру самогубства, однак містять потенційну загрозу життю (наприклад, ходіння по карнизу, самотійне удушення, небезпечні трюки).

Особливої уваги потребує так звана парасуїцидальна поведінка, за якої особистість не має прямого наміру померти, але здійснює дії, що можуть призвести до тяжких тілесних ушкоджень або летального наслідку. У таких випадках поведінкові акти супроводжуються афективними спалахами, метою яких є подолання психоемоційного напруження.

Поряд із цим варто розглядати і віктимну поведінку, яка, хоч і не є прямим різновидом суїциду, має аутодеструктивну природу. Вона проявляється в такому способі життєдіяльності, за якого особа несвідомо або свідомо провокує на собі негативні дії з боку інших (наприклад, злочинні напади, насильство). Це супроводжується ігноруванням заходів безпеки, перебуванням у небезпечних середовищах і ситуаціях [11, 48].

Однією з відомих класифікацій девіантної поведінки є класифікація, запропонована В. Д. Менделевичем, у центрі якої - оцінка способів взаємодії особистості з реальністю як ключового критерію адаптивності. Автор виходить із розуміння того, що норма поведінки визначається рівнем адаптації індивіда до соціального середовища, тобто його здатністю адекватно функціонувати в межах соціальних норм і умов. Відповідно до цього критерію В. Д. Менделевич виділяє п'ять основних типів девіантної поведінки:

1. Делінквентна поведінка - характеризується свідомим порушенням соціально-правових норм і регламентів, здебільшого у формі правопорушень, що можуть мати як кримінальний, так і адміністративний характер.

2. Адиктивна поведінка - полягає у прагненні уникнути дійсності шляхом вживання психоактивних речовин або через інші форми залежної поведінки (ігрову, харчову, релігійну, тощо).

3. Патохарактерологічна поведінка - формується на основі акцентуйованих або патологічних рис характеру, що перешкоджають конструктивній взаємодії з соціальним середовищем.

4. Психопатологічна поведінка - відображає відхилення, зумовлені наявністю психічних розладів, що порушують здатність особистості до соціальної адаптації.

5. Девіантна поведінка, зумовлена гіперздібностями - виявляється в ізоляції особистості від соціуму через надмірну зануреність у сферу власних інтересів, що відбувається за рахунок соціальної активності та порушення звичних моделей соціальної поведінки.

Відповідно до зазначеної класифікації, способи взаємодії індивіда з реальністю можуть реалізовуватися у таких формах:

протидія реальності (активне заперечення соціальних норм);

хворобливе протистояння (внутрішній конфлікт з реальністю, обумовлений психічними розладами);

втеча від реальності (використання компенсаторних стратегій уникнення проблем);

ігнорування реальності (зневажання соціальних вимог, занурення у вузькопрофільну діяльність);

пристосування до реальності (адаптація, що сприяє гармонійному розвитку особистості) [23, 48].

Однією з форм девіантної поведінки виступає протидія реальності, що реалізується через активну деструкцію соціального середовища, яке особистість сприймає як неприйнятне. У подібному типі реагування домінує намагання змінити дійсність відповідно до індивідуальних переконань, ціннісних орієнтацій та уявлень. Індивід приписує джерело власних труднощів виключно зовнішнім чинникам, вбачаючи в опорі навколишньому середовищу єдиний можливий шлях до реалізації поставлених цілей. Саме така стратегія взаємодії з дійсністю є основою формування делінквентної та кримінальної поведінки.

Окрему категорію становить патологічне протистояння реальності, зумовлене наявністю психічних захворювань або глибоких характерологічних девіацій. У таких випадках спотворене сприйняття

реальності, що набуває суб'єктивного ворожого забарвлення, слугує підґрунтям для розвитку психопатологічного або патохарактерологічного типу девіантної поведінки.

Ще однією формою девіації є втеча від реальності, яка проявляється як усвідомлене чи неусвідомлене прагнення дистанціюватися від об'єктивної соціальної дійсності, що сприймається особистістю як фруструюча, травматична або неподоланна. Усвідомлюючи власну неготовність або нездатність до ефективної адаптації, індивід активізує компенсаторні механізми психологічного захисту, що зумовлює розвиток адиктивної поведінки. У таких випадках фіксація на певних об'єктах чи діях (вживання психоактивних речовин, азартні ігри, комп'ютерна залежність тощо) виконує функцію втечі від об'єктивної реальності.

Окремо виокремлюється феномен ігнорування соціальної реальності, який виявляється у свідомому запереченні загальноприйнятих соціальних норм, моральних орієнтирів і культурних стандартів. Така форма девіантної поведінки найчастіше характерна для індивідів з високим інтелектуальним або творчим потенціалом, які демонструють схильність до самоізоляції, занурення у вузькоспеціалізовану діяльність або індивідуалізовані форми самоактуалізації. У цьому контексті девіація постає як наслідок переваги суб'єктивних смислів над домінуючими соціальними моделями поведінки [23, 48].

Здатність до адаптації та конструктивної взаємодії з навколишнім середовищем є однією з ключових характеристик гармонійно сформованої особистості, яка адекватно сприймає реальність, приймає її вимоги та здатна реалізовувати себе в соціумі через ефективні стратегії поведінки. Водночас навіть за наявності сформованих адаптивних механізмів не виключається можливість тимчасового відсторонення від реальності, що може виступати як ситуативна захисна або компенсаторна реакція на надмірне психоемоційне напруження. Такі стани не завжди є маркером стійкої девіантної поведінки, а радше свідчать про

індивідуальні особливості психічної адаптації до кризових або фруструючих обставин.

У межах сучасної наукової парадигми класифікація девіантної поведінки здійснюється відповідно до трьох концептуальних підходів – соціологічного, медичного та психологічного. Кожен із них базується на власній системі понять, акцентуючи увагу на різних аспектах девіацій: соціальному відхиленні від норм, психопатологічних чинниках або особистісних дисфункціях.

Особливого значення набуває визначення діагностичних критеріїв девіантної поведінки саме у підлітковому віці, що зумовлено специфікою цього періоду онтогенетичного розвитку. Підлітковий вік характеризується зростанням потреби в самовизначенні, схильністю до експериментування з новими соціальними ролями та моделями поведінки, що не завжди узгоджуються із соціально схваленими нормами. У зв'язку з цим структуризація ознак девіантної поведінки в підлітковому віці є пріоритетним напрямом досліджень у психології, соціології та педагогіці, оскільки дозволяє своєчасно виявляти ризики девіантного розвитку та розробляти адекватні профілактичні й корекційні заходи.

Основним критерієм девіантної поведінки є відхилення від соціальних норм і правил, що функціонують у суспільстві загалом або в межах окремих соціальних спільнот, зокрема таких як родина, навчальний заклад чи трудовий колектив. Такі порушення можуть проявлятися в ігноруванні встановлених норм поведінки в освітньому середовищі (систематичні пропуски занять, використання ненормативної лексики, прояви агресивності), а також у сімейному контексті (невиконання обов'язків перед родиною, відмова підкорятися правилам і вимогам батьків) [5, 23].

Підлітковий вік нерідко супроводжується проявами агресивної поведінки, яка може мати як вербальний, так і фізичний характер. Агресія, порушення громадського порядку, участь у бійках, булінг, а

також демонстрація насильницьких дій щодо однолітків або дорослих є характерними індикаторами девіантної поведінки.

Окрім того, серед підлітків може спостерігатися стійка апатія або ігнорування соціально значущих обов'язків, таких як участь у навчальному процесі, виконання родинних функцій чи включення в соціально-громадське життя. Зниження інтересу до навчання, систематичні пропуски занять і відсутність професійних орієнтирів також можуть розглядатися як маркери девіантної поведінки.

Особливу загрозу становить вживання психоактивних речовин (алкоголю, наркотиків), що не лише чинить деструктивний вплив на соматичний та психічний стан особистості, а й порушує морально-етичні та правові норми соціуму. Зазначені дії сприяють формуванню поведінкових патологій, соціальній ізоляції, порушенню міжособистісних зв'язків і дезадаптації в соціальному середовищі [11, 21].

Ще одним важливим критерієм девіантної поведінки є соціальне відчуження підлітка від значущих соціальних спільнот - родини, однолітків, шкільного або трудового колективу. Такий процес може проявлятися у зниженні інтенсивності міжособистісного спілкування, відмові від участі в спільних культурних, освітніх чи позашкільних заходах, емоційній ізоляції. Часто в умовах соціального відчуження підлітки шукають підтримки в альтернативному середовищі - девіантних групах, які формують у них спотворені уявлення про норми поведінки, що значно ускладнює процес їхньої соціалізації та сприяє закріпленню девіантних моделей реагування [11, 21].

У підлітковому віці спостерігається зростання ймовірності залучення до неформальних об'єднань із девіантною або антисоціальною орієнтацією, зокрема до підліткових угруповань, діяльність яких пов'язана з порушенням соціальних норм і правопорядку. Належність до таких груп значно підвищує ризик формування та закріплення

делінквентної поведінки, сприяючи стабілізації девіантних моделей соціальної взаємодії.

Окрім цього, девіантні форми поведінки часто супроводжуються емоційною дестабілізацією, імпульсивністю, схильністю до агресивних або депресивних реакцій у відповідь на стресові чинники. За умови регулярності та інтенсивності таких проявів, вони можуть слугувати надійними психологічними маркерами девіацій, що вимагають системної діагностики та індивідуалізованого психокорекційного супроводу [11].

1.2. Психологічні чинники, що впливають на девіантну поведінку учнів підліткового віку

У психологічній літературі девіантна поведінка розглядається як система або послідовність окремих вчинків, що суперечать усталеним у суспільстві нормам і правилам. Така поведінка відображає наявність незбалансованих психічних процесів, неадаптованості особистості до соціального середовища, порушення механізмів самореалізації, а також схильність до ухилення від морального, етичного та естетичного контролю над власними вчинками. Девіантна поведінка є показником певного внутрішнього дисбалансу особистості, що виявляється у способі її взаємодії з оточенням та суспільством [11, 39].

Більшість науковців серед характерних проявів девіантної поведінки неповнолітніх виокремлюють такі ознаки: по-перше, систематичні та тривалі порушення найважливіших соціальних норм, що відбуваються на певному етапі життєвого шляху особистості; по-друге, супровід подібної поведінки різноманітними формами соціальної дезадаптації, яка, своєю чергою, провокує невдоволення та негативну реакцію з боку оточення; по-третє, девіантна поведінка здебільшого обумовлена загальною особистісною спрямованістю неповнолітнього,

хоча в окремих випадках може бути реакцією на кризову чи нестандартну ситуацію.

Особливо вразливим щодо формування девіантної поведінки є підлітковий вік, що зумовлено специфічними віковими особливостями цього етапу розвитку. Ключову роль у виникненні підліткових криз відіграє біологічний фактор, насамперед - процес статевого дозрівання та нестабільність фізіологічних систем організму, зокрема центральної нервової системи.

Поєднання дисгармонійного та напруженого перебігу процесів статевого дозрівання з декомпенсацією наявних фізіологічних та психічних порушень сприяє тому, що саме в підлітковому віці, частіше, ніж на інших критичних етапах дитячого розвитку, проявляються психічні розлади, акцентуації характеру та психічні відхилення, обумовлені органічною недостатністю нервової системи. У цей період також виникають так звані «вікові синдроми», пов'язані з прискоренням або затримкою темпів статевого дозрівання, а також зростає схильність до імпульсивних реакцій на стресові фактори, що додатково ускладнює соціальну адаптацію неповнолітнього.

Моргун В. Ф., Седих К. В. у структурі патохарактерологічного розвитку особистості вирізняють два основні механізми його формування:

перший механізм полягає у закріпленні та генералізації (іррадіації) особистісних реакцій - таких як відмова, опозиція, гіперкомпенсація, імітація тощо, які виникають у відповідь на тривалу або інтенсивну психотравмуючу ситуацію. Ці реакції, з часом втрачаючи ситуативний характер, трансформуються у відносно стійкі риси поведінки;

другий механізм - це відкрита експресія окремих патологічних рис характеру, зокрема підвищеної збудливості, емоційної нестабільності, істеричності або ригідності. Такі прояви стають поведінковими

патернами, що за відсутності корекційного впливу можуть перейти у стабільні дезадаптивні форми взаємодії зі світом [39].

Попри соціальну зумовленість таких станів, їх доцільно відносити до патологічних, оскільки хронічний психотравмуючий вплив на ще незрілу нервову систему підлітка спричиняє глибокі зміни в афективно-вольовій сфері, роботі вегетативної нервової системи та структурі поведінкових реакцій. Інтенсивне фізичне і статеве дозрівання у цей період потребує підвищеної моторної активності, посилює емоційну збудливість, трансформує ієрархію потреб і потягів, формує відчуття дорослішання та прагнення до більш самостійного способу життя. Водночас підлітки з органічною недостатністю центральної нервової системи, а також ті, що зазнали соціальної або педагогічної занедбаності, нерідко виявляють ознаки психічної незрілості. За наявності прагнення до дорослого статусу такі підлітки часто не мають реалістичних уявлень і чітких планів щодо дорослого життя. Дефіцит інтелектуальних інтересів додатково загострює їхнє негативне ставлення до навчального закладу, який у їхньому сприйнятті ототожнюється з «дитячим» середовищем і обмеженням свободи. Це створює передумови для формування девіантної поведінки як способу самоствердження та протесту проти соціальних обмежень [39].

Варто враховувати також наявність характерного для підліткового віку розриву між рівнем прискореного фізичного розвитку та ступенем соціальної зрілості. Одним із наслідків цього дисбалансу є підвищений інтерес до теми сексуальності, що знаходить специфічне відображення у поведінці неповнолітніх. Зокрема у дівчат це проявляється в манерах поведінки, спрямованих на акцентуацію власної сексуальності: прагненні привернути увагу за допомогою кокетування, гіпертрофованої виразності жестів і міміки, надмірного використання косметики. У хлопців такі тенденції здебільшого реалізуються через схильність до алкоголізації, проявів агресії, бродяжництва та інших форм ризикованої поведінки.

Загалом усі ці прояви часто поєднуються з негативним ставленням до навчання, оскільки навчальний заклад сприймається як простір, що обмежує самостійність і не відповідає сформованим підлітковим уявленням про доросле життя. Подібна дисгармонія між фізичним, соціальним і психологічним розвитком створює додаткові умови для виникнення девіантної поведінки [39].

У сучасних умовах спостерігається як кількісне, так і якісне посилення явища педагогічної занедбаності, що зумовлено не лише відсутністю інтересу до навчальної діяльності, а й органічною недостатністю інтелектуальних ресурсів, зниженою працездатністю, що певною мірою обумовлюється підлітковою астеною. Такий стан сприяє переорієнтації цінностей підлітка на позашкільне середовище, що часто виступає як джерело деструктивного впливу. У поведінці підлітків формуються прояви конформізму, які супроводжуються швидким засвоєнням зовнішніх ознак протестної поведінки: імітація асоціальних моделей дорослого життя, зокрема ранні сексуальні стосунки, тютюнопаління, вживання алкоголю. Посиленню таких тенденцій сприяють несприятливі умови мікросередовища, включаючи дисфункціональні сімейні стосунки та девіантне соціальне оточення [39].

За відсутності асоціальних форм поведінки в сім'ї та оточенні важливу роль у розвитку порушень поведінки відіграє недооцінка батьками і педагогами характерологічних особливостей дитини на початку підліткового віку. Невміння правильно врахувати ці особливості, а також неефективне використання позитивних аспектів розвитку підлітка можуть призвести до проблем у поведінці. Зокрема, однією з форм прояву таких порушень є відсутність спроб компенсації шкільної неуспішності через залучення дитини до інших доступних видів діяльності, які могли б сприяти розвитку її потенціалу та самореалізації [11, 39].

Делінквентним підліткам притаманний знижений рівень особистісної зрілості, що проявляється у високій сугестивності,

схильності до засвоєння асоціальних моделей поведінки, недостатньому контролю базових бажань, а також у ситуативній залежності та неспроможності конструктивно впливати на події. Часто такі підлітки уникають складних ситуацій або демонструють пасивне підкорення їм. Їм властива нестабільна самооцінка, яка змінюється залежно від емоційного стану, соціального оточення та контексту взаємодії, зокрема залежно від того, перед ким здійснюється самооцінювання. Низький рівень рефлексивності та самокритичності може проявлятися і в тенденції до завищеної самооцінки, яка не відповідає реальному рівню розвитку особистості [39].

Недостатня адекватність також спостерігається в механізмі формування рівня домагань підлітка. Об'єктивно, досягнення в різних сферах - як у міжособистісних відносинах, так і в суспільно корисних видах діяльності (зокрема, навчальній), знаходяться на низькому рівні. Це часто супроводжується несформованістю морально-етичних уявлень, слабкою навчальною мотивацією та однобоким розвитком мотиваційно-потребової сфери. У результаті, самооцінка та рівень домагань підлітка часто виявляються завищеними, що створює додаткові труднощі в адаптації до реальності та взаємодії з оточенням [39].

Підлітки, які мають подібні особливості, зазвичай не здатні до тривалої та систематичної роботи. У них недостатньо розвинені функції прогнозування, планування та контролю за виконанням діяльності, що призводить до того, що досягнення мети часто асоціюється з пошуком легких, обхідних шляхів або з пасивним очікуванням, що мета буде досягнута кимось іншим, а підліток зможе скористатися готовими результатами. Це створює серйозні перешкоди для ефективної самореалізації та розвитку в майбутньому.

Серед провідних психологічних чинників, що зумовлюють поведінку людини загалом і делінквентну поведінку зокрема, ключове місце займають потреби й мотиви. У підлітків із девіантною поведінкою

часто фіксується недостатній рівень сформованості морально-етичних уявлень, ослаблена навчальна мотивація та дисбаланс у структурі мотиваційно-потребової сфери. Характерною є наявність завищеної самооцінки та надмірного рівня домагань, які не відповідають реальним можливостям особистості.

Делінквентна поведінка в підлітковому віці може бути зумовлена як спробами задовольнити актуальні потреби, так і як реакція на фрустрацію важливих життєвих потреб. Зокрема Д. Робінсон розглядає основним мотивом девіацій протест проти духовних і соціальних цінностей, які репрезентують батьки й суспільство. У свою чергу В. Франкл трактує девіантну поведінку як наслідок фрустрації екзистенціальних потреб, передусім втрати смислу життя. Крім того, негативна поведінка підлітків може бути спричинена хронічним незадоволенням базових потреб: фізіологічних, емоційно-соціального схвалення, прихильності, самоствердження та прагнення до життєвої значущості [11, 39].

Розташування мотиву в ієрархії мотивів особистості залежить від звичних форм поведінки, що сформувалися в дитячому віці. Спосіб утвердження того чи іншого мотиву як провідного обумовлюється домінуючими типами психологічного захисту.

У підлітковому віці відбувається своєрідний стрибок розвитку: те, що раніше засвоювалося в прихованій формі, стає новим особистісним утворенням, створюючи специфічний індивідуальний набір якостей. Однак, незважаючи на індивідуальну своєрідність кожної особи, існує тісний взаємозв'язок між характеристиками захисних механізмів і якістю домінуючих емоційних станів, а також типом характеру, що формуються в цей період [11, 39].

Для осіб, схильних до делінквентної поведінки, характерна менша різноманітність захисних форм поведінки, що знижує їхні адаптивні можливості через надмірну ригідність захисних механізмів. Епізоди крадіжок, вживання алкоголю та наркотиків, схильність до втеч та

бродяжництва часто початково мають вигляд гри в «дорослого» - імітації зовнішнього способу життя дорослих. З часом, за механізмом умовного зв'язку, ці прояви набувають стабільного характеру, поступово перетворюючись на більш сталі поведінкові стереотипи [11].

Особистісна незрілість виявляється в переважанні ігрових інтересів, невираженості реакцій на неуспіх та гіпертрофованій реактивності на успіх. Функції самоконтролю і саморегуляції, що повинні розвиватися до цього віку, виявляються слабкими і недосконалими. За таких умов у особи до підліткового віку формуються явища педагогічної занедбаності, що з часом можуть декомпенсуватися через шкільну дезадаптацію.

Недостатність волевих зусиль та невміння долати труднощі, а також слабкість у формуванні шкільних умінь і навичок, значно ускладнюють розвиток передумов для самостійної роботи, підвищення самосвідомості та розвиток пізнавальних інтересів, характерних для підліткового віку. Оцінка цієї фази розвитку у делінквентних підлітків часто вказує на виражену асинхронію, коли рівень сформованості особистості та тип реакцій зберігають допідліткові характеристики.

У той же час, середовище однолітків, психічно більш зрілих, висуває до них морально-етичні вимоги, а дорослі часто оцінюють їх уже як старшокласників. Це створює ситуацію, в якій вирішення проблем підміняється прагненням до привласнення зовнішніх атрибутів підліткового віку, що набувають часто гротескного і асоціального характеру. Наслідком цього стають конфліктні ситуації, грубі порушення дисципліни та пропуски занять, що, у свою чергу, веде до значного зниження успішності [39].

Важливу роль у формуванні девіантної поведінки відіграють оціночні судження, зумовлені індивідуальними особливостями характеру. Так, А. А. Реан у результаті експериментального дослідження встановив, що існують відмінності у сприйнятті та інтерпретації агресивної поведінки між агресивними та неагресивними дітьми. Дослідження

передбачало ознайомлення дітей із текстовим описом та відеозаписом ситуації, в якій одна дитина вчиняла негативну дію щодо іншої (наприклад, завдає удару або виключає з гри). Після перегляду учасників опитували щодо того, чи були дії порушника навмисними. Виявилося, що агресивні діти частіше приписували діям навмисність і демонстрували вищу толерантність до агресії, оцінюючи подібну поведінку як більш прийнятну. Хлопчики, зокрема виявляли тенденцію сприймати агресивні вчинки як чинник, що сприяє підвищенню особистісного статусу та самооцінки [17, 39].

Підліткові порушення, що включають емоційні розлади, поділяють на дві категорії порушень:

екстерналізовані (гнів, ворожість, агресія, злодійство, неправда);

інтерналізовані (сум і тривога, що часто супроводжуються тенденцією до відсторонення) [39].

Ознаки, за якими можна класифікувати ту чи іншу форму і ступінь тяжкості розладу, можуть бути різними. Наприклад, критерієм для визначення екстернальної девіації вважається прояв дитиною протягом шести місяців чотирьох чи більше з відзначених нижче ознак поведінки, сполучених при цьому з порушеннями в соціальній, навчальній чи міжособистісній сфері: емоційні вибухи; сварки з дорослими; ігнорування чи відмова у виконанні правил чи прохань дорослих; навмисне докучання іншим людям; обвинувачення інших у своїх помилках; крайній ступінь уразливості; гнівливість, злостивість, мстивість, злопам'ятність; часте вживання лайок і непристойних виразів [39].

У структурі підліткових поведінкових порушень, що супроводжуються емоційними розладами, дослідники виокремлюють дві основні категорії: екстерналізовані порушення, до яких належать прояви відкритої деструктивної поведінки (гнів, агресія, ворожість, брехливість, схильність до делінквентних вчинків), та інтерналізовані порушення, що характеризуються переважанням внутрішніх негативних переживань,

таких як тривога, депресивність, емоційна замкненість і тенденція до соціального відсторонення.

Крім того, доцільно підкреслити, що для неповнолітніх із стійкими формами девіантної поведінки характерні такі особистісні особливості:

1) Деформація соціальних зв'язків. У звичайних умовах для неповнолітнього характерна певна послідовність значущих соціальних зв'язків: на першому місці - сім'я, далі школа, і лише потім - неформальні групи однолітків. Проте у підлітків із девіантною поведінкою ця послідовність порушується. Для них основним джерелом норм і цінностей стають саме неформальні групи, тоді як цінності родини та школи втрачають значення або повністю витісняються зі свідомості [39].

2) Порушення процесів самоаналізу та самооцінки. Особливістю неповнолітніх із девіантною поведінкою є неадекватність самооцінки, яка може мати як завищений, так і занижений характер. Це зумовлено тим, що основою для формування самооцінки виступають не загальноприйняті соціальні норми, а критерії оцінки поведінки, прийняті у значущих для підлітка неформальних групах [39].

3) Однією з характерних рис девіантної поведінки неповнолітніх є стійкий опір будь-яким виховним впливам та педагогічним вимогам. Це обумовлено тим, що зазначені вимоги ґрунтуються на моральних, культурних, правових та інших цінностях, які свідомо або підсвідомо не сприймаються підлітком [39].

Через вікові психологічні особливості підлітки часто схильні протиставляти власні норми та цінності усталеним у суспільстві, відкидати загальноприйняті правила поведінки. Однак із дорослішанням у них поступово зменшується рівень агресивних та інших девіантних проявів, зростає прагнення до самопрезентації в позитивному контексті.

Орієнтовна модель особистості сучасного підлітка в контексті схильності до девіацій виглядає наступним чином: помірне прагнення до

демонстрації соціально схвалюваної поведінки поєднується з тенденцією протиставляти власні норми й цінності груповим. Водночас спостерігається переважно негативне ставлення до різноманітних форм залежностей та автоагресивної поведінки як способу уникнення труднощів реального життя. Характерною є також неприйнятність насильства як засобу розв'язання проблем та нетиповість використання агресії як реакції на фрустрацію.

Разом із тим простежується слабка здатність до контролю поведінкових проявів емоційних реакцій і недостатня сформованість вольового самоконтролю. Ці особливості, з віком посилюючись, зумовлюють зростання схильності до агресивності у поведінці, проявів нещирості та прагнення демонструвати реакції соціальної бажаності.

1.3. Особливості психологічної корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в закладі професійної (професійно-технічної) освіти

Кризові процеси, які охоплюють різні сфери суспільного буття, сприяють посиленню проявів девіантної поведінки, що репрезентується у формах активності, котрі не узгоджуються з усталеними соціальними нормами та цінностями.

Під девіантною поведінкою слід розуміти сукупність дій, що суперечать усталеним у суспільстві правовим і моральним вимогам, що зумовлені психічною дисгармонією, неадаптивністю, порушенням процесів самоактуалізації та ослабленням механізмів морального самоконтролю.

Підлітковий вік характеризується схильністю до різних форм девіантної поведінки, серед яких спостерігаються ухилення від навчальної або трудової діяльності, втечі з дому, демонстрація стійкої

непокори, агресивність і ворожість стосовно батьків та педагогів, брехливість, уживання ненормативної лексики. Також до типових проявів належать насильницькі дії, жорстокість, схильність до крадіжок, вимагання, дрібної спекуляції, вживання алкогольних, наркотичних і токсичних речовин, участь в азартних іграх тощо.

Поведінкові відхилення в підлітковому віці зумовлюються низкою індивідуальних, соціально-психологічних та психолого-педагогічних чинників, які слід обов'язково враховувати при організації корекційно-виховної роботи. Однією з провідних причин девіантної поведінки є неуспішна соціалізація, що відображається на внутрішній структурі особистості та сприяє формуванню девіацій. Серед соціальних чинників, які впливають на виникнення поведінкових відхилень, виокремлюють труднощі у навчанні, психотравмуючі життєві події, належність до девіантного оточення, а також несприятливі умови сімейного виховання (відсутність належного нагляду, жорстоке поводження, надмірне покарання, емоційне відчуження, гіперопіка тощо). Часто правопорушення у підлітків пов'язані з психічними порушеннями, акцентуаціями характеру, дисгармонією емоційно-вольової сфери, дефіцитами у правовій та моральній свідомості, а також із деформаціями в системі особистісних потреб. У багатьох випадках девіантна поведінка слугує для підлітків засобом самоствердження або формою протесту проти суб'єктивно сприйнятої соціальної несправедливості [7].

Психологічна корекція девіантної поведінки підлітків характеризується низкою специфічних особливостей. Її ефективність значно зростає за умови тривалого, цілісного та системного підходу, а також активної участі значущих дорослих, передусім батьків.

На початковому етапі психокорекційної роботи психологу необхідно докласти значних зусиль для встановлення доброзичливої та довірливої взаємодії з підлітком, який демонструє девіантну поведінку, оскільки такі діти зазвичай мають труднощі у спілкуванні, виявляють

недовіру або навіть ворожість до дорослих. Ефективному встановленню контакту може сприяти методика контактної взаємодії Л. Філонової, яка активізує й посилює потребу у комунікації, зменшує психологічну дистанцію між учасниками взаємодії та сприяє саморозкриттю особистості в процесі спілкування. Зазначена методика включає шість послідовних стадій (формування налаштованості на спілкування; виявлення спільних інтересів; визнання позитивних якостей; виявлення небезпечних проявів; адаптивна взаємодія партнерів; формування оптимальних міжособистісних стосунків), кожна з яких має визначену мету та специфіку реалізації [3, 7].

Практичний досвід засвідчує доцільність початку психокорекційної роботи з індивідуального формату, основним завданням якого є усвідомлення підлітком неконструктивності власної поведінки та формування внутрішньої мотивації до позитивних змін. У цьому процесі важливо, щоб висновки підліток робив самостійно, тоді як роль психолога полягає у спокійному, впевненому й послідовному консультуванні без надмірного тиску чи моралізаторства. Практика свідчить, що узагальнені настанови щодо необхідності «гарної поведінки» є малоефективними й не викликають у підлітків очікуваного внутрішнього відгуку [3, 7].

У процесі корекції девіантної поведінки підлітків важливо зосередити увагу на подоланні проблеми недисциплінованості. Формування дисциплінованості як усвідомленого позитивного ставлення до соціальних норм і дотримання встановлених правил можливе за умови чіткого, доступного для розуміння пояснення цих правил учням, а також систематичного контролю за їх виконанням.

Для того, щоб у підлітка виникло внутрішнє бажання змінитися, він з допомогою психолога, повинен усвідомити неконструктивність своєї поведінки. Для цього йому можна запропонувати детально описати ситуації, у яких проявлялася проблема, проаналізувати причини, які її

викликали. Можна попросити відтворити поведінку інших людей (яку психологу не потрібно коментувати і оцінювати). При цьому важливо, щоб дитина детально описала свої почуття. На цьому етапі психолог може задати наступні запитання: Коли, у яких випадках це відбулось? Як це проявлялося, виглядало з боку? Які почуття ти переживав при цьому? Як діяли інші - дорослі і ровесники? Як ти думаєш, що відчували і думали вони? Якщо дитині важко розповісти, можна попросити намалювати, відтворити у рольовій грі [3, 7].

Важливо, щоб підліток самостійно здійснював оцінку власної поведінки. При цьому психологу слід утримуватись від прямого оцінювання, натомість за допомогою цілеспрямованих запитань м'яко спрямовувати процес рефлексії та усвідомлення вчинків (Як зараз ти оцінюєш свою поведінку? Що ти зараз відчуваєш? Ти вважаєш, що ти правильно зробив? Що було б, якщо ти цього не зробив?) [3, 7].

На наступних етапах індивідуальної корекційної взаємодії психолог має сприяти поетапному формуванню в підлітка нових, конструктивних моделей поведінки (Розкажи, як на твою думку можна було б грамотно справитись з цією ситуацією. Яким би ти хотів бачити оптимальний вихід із даної ситуації? Як у такій ситуації діяли б значимі для тебе люди? А ти так зміг би? Який новий для тебе спосіб поведінки тобі хотілось би спробувати втілити у життя? У чому ти сумніваєшся? Яка допомога тобі потрібна?) [3, 7].

Групова корекційна робота з підлітками, схильними до порушень поведінки, передбачає застосування різноманітних психотехнік, спрямованих на розвиток навичок ефективної комунікації та взаємодії, зниження рівня психоемоційного напруження, агресивності та звільнення від деструктивних емоційних проявів. Важливе місце у такій роботі займають вправи, що сприяють формуванню емпатії та розвитку позитивних особистісних якостей.

На думку багатьох дослідників, ефективна профілактика девіантної поведінки має ґрунтуватися на формуванні в підлітків навичок конструктивної самоорганізації життєвого часу, що передбачає складний і поетапний процес актуалізації особистісного смислоутворення. Це обумовлено як труднощами підлітків в самостійному плануванні дозвілля, так і недостатньою діяльністю інституцій, які традиційно забезпечували організоване проведення вільного часу молоді.

Безперечно, що поряд із здійсненням індивідуальної та групової корекційної роботи з підлітком, практичний психолог має налагоджувати взаємодію з його найближчим соціальним оточенням - батьками, педагогами та іншими значущими дорослими. Важливо, щоб учителі та батьки трансформували своє ставлення до підлітка з девіантною поведінкою у бік підтримувального та позитивного, акцентуючи увагу на його сильних сторонах і позитивних якостях.

Корекційна робота з підлітками, які проявляють девіантну поведінку, повинна здійснюватися не у вигляді ізольованого тренування окремих умінь і навичок чи виконання вправ, спрямованих на вдосконалення психологічних процесів, а як цілісна, усвідомлена діяльність. У зв'язку з цим соціально-психологічні тренінги мають супроводжуватися ґрунтовною роботою, спрямованою на формування сфери інтересів підлітка з урахуванням індивідуальних особливостей його характеру та здібностей.

Методи психологічної корекції девіантної поведінки підлітків мають бути комплексними й багатоаспектними. Вони охоплюють індивідуальні та групові форми роботи, реалізацію спеціалізованих програм психологічного втручання, а також активну участь педагогів і психологів у створенні підтримувального середовища для підлітків. Координація зусиль фахівців різного профілю сприяє результативному впливу на поведінкові установки та формуванню більш адаптивних соціальних і психологічних навичок у підлітковому віці.

Аналіз ефективності різних підходів у закладах професійної (професійно-технічної) освіти та особливості роботи з підлітками в умовах професійної освіти потребує врахування багатьох чинників: вікових особливостей, соціального контексту, специфіки навчальних дисциплін та завдань, які ставить професійна освіта [4, 6].

Ефективність застосовуваних підходів та специфіка психокорекційної роботи з підлітками в умовах закладів професійної (професійно-технічної) освіти зумовлюються низкою чинників, зокрема: особливостями контингенту учнів, обраними стратегіями взаємодії з ними, а також результатами оцінювання ефективності здійснених психолого-педагогічних впливів.

Можна виділити наступні особливості підлітків закладу професійної (професійно-технічної) освіти:

1) Вік і психологічний розвиток. Підлітки, які навчаються в закладі професійної (професійно-технічної) освіти, знаходяться в перехідному віці (14-17 років). Це період інтенсивного формування особистості, самосвідомості, соціальних ролей. У цей час багато підлітків шукають своє місце в суспільстві, визначають свої життєві орієнтири і цінності, тому до них потрібен особливий підхід [6, 9].

2) Соціальна незрілість. Багато підлітків мають труднощі з адаптацією до соціальних норм і вимог, що може проявлятися у вигляді девіантної поведінки, конфліктів з однолітками та педагогами, низької мотивації до навчання.

3) Потреба у практичних навичках. Підлітки, які навчаються в закладі професійної (професійно-технічної) освіти, зацікавлені в отриманні практичних знань, які дозволять їм стати професіоналами у своїй галузі. Важливо, щоб навчальний процес не був лише теоретичним, а включав значну кількість практичних занять, де підлітки можуть застосувати свої знання на практиці [6, 9].

Тому основними підходами до роботи з підлітками в закладі професійної (професійно-технічної) освіти на нашу думку мають бути:

1) Індивідуалізація навчання. Врахування індивідуальних особливостей учнів є ключовим у роботі з підлітками. Для цього в закладі професійної (професійно-технічної) освіти застосовуються адаптовані навчальні плани, індивідуальні консультації з педагогами та психологами, які допомагають підліткам подолати особистісні проблеми, зокрема низьку самооцінку чи проблеми з соціальною адаптацією. Індивідуальний підхід дає можливість краще виявити сильні та слабкі сторони кожного підлітка, що дозволяє працювати над конкретними проблемами і потребами.

2) Професійно орієнтоване навчання. В закладі професійної (професійно-технічної) освіти основним завданням є надання учням конкретних професійних навичок, які допоможуть їм в подальшому працевлаштуванні. Для підлітків важливо, щоб навчання поєднувалося з реальним виробничим досвідом. Це може включати:

- стажування на виробництві;
- навчання за допомогою проєктів;
- робота в майстернях та лабораторіях.

Такий підхід допомагає підліткам зрозуміти, як їхні професійні навички застосовуються на практиці, і підвищує їхню мотивацію до навчання [6, 9].

3) Групова робота та розвиток соціальних навичок. Важливим аспектом є навчання підлітків навичкам взаємодії в групі, вирішення конфліктів, роботи в колективі. Це не тільки сприяє соціальній адаптації, але й допомагає підліткам розвивати важливі соціальні та комунікативні навички, які знадобляться в їхній подальшій професійній діяльності. Тренінги з розвитку командної роботи, підтримка здорового клімату в групах та зміцнення взаємоповаги між учнями є важливими складовими ефективної роботи з підлітками [6, 9].

4) Психологічна підтримка та профілактика девіантної поведінки. Робота психологів у закладі професійної (професійно-технічної) освіти має особливу роль у корекції девіантної поведінки підлітків. Психолог може організовувати групові та індивідуальні консультації, надавати підтримку у вирішенні особистих та міжособистісних проблем. Програми профілактики девіантної поведінки включають навчання підлітків навичкам емоційної регуляції, вирішення конфліктів без насильства, розвитку самоповаги та відповідальності за свої вчинки [6, 9].

5) Співпраця з родинами. Важливим є також залучення батьків до процесу навчання та виховання підлітків. Організація зустрічей з батьками, проведення тренінгів для сімей, а також інформування батьків про прогрес їхніх дітей допомагають створити більш гармонійну атмосферу та забезпечують комплексний підхід до корекції девіантної поведінки. Підтримка батьків в навчанні та вихованні підлітків може бути вирішальним фактором у їхній адаптації до навчання і розвитку позитивних рис характеру [6, 9].

Ефективність різних підходів у роботі з підлітками у закладі професійної (професійно-технічної) освіти можна оцінити за кількома критеріями:

1) Мотивація до навчання. Рівень залученості підлітків до навчального процесу, їхня готовність до самостійного навчання і розвитку професійних навичок.

2) Соціальна адаптація. Здатність підлітків інтегруватися в соціальне середовище навчального закладу, взаємодіяти з однолітками і педагогами, вирішувати конфлікти мирним шляхом.

3) Корекція девіантної поведінки. Зниження рівня агресії, насильства, правопорушень та інших проявів девіантної поведінки серед учнів.

4) Працевлаштування. Кількість випускників закладів професійної (професійно-технічної) освіти, які знаходять роботу за отриманою

спеціальністю, і їхній рівень задоволення від професійної діяльності [6, 8].

Психологічна корекція девіантної поведінки підлітків є складним і багаторівневим процесом, що потребує комплексного підходу до розв'язання широкого спектра психологічних проблем. Підлітки з девіантною поведінкою зазвичай стикаються з численними труднощами, серед яких виявляються соціальні, емоційні, когнітивні та поведінкові порушення. Основні психологічні труднощі та виклики, з якими стикаються педагоги й психологи у процесі корекційної роботи з підлітками, що демонструють девіантну поведінку, узагальнено й систематизовано в таблиці 1.1.

Таблиця 1.1

Основні психологічні проблеми та виклики

Психологічні проблеми	Виклики
1	2
Підлітки з девіантною поведінкою часто характеризуються заниженою самооцінкою та негативним самосприйняттям. Вони можуть почуватися незрозумілими, відчуженими або неприйнятими, що спричиняє фрустрацію й сприяє розвитку деструктивних реакцій, зокрема агресії або самоізоляції.	Завдання психолога полягає у підтримці підлітка в процесі виявлення та активізації внутрішніх ресурсів, необхідних для формування самоповаги та позитивного ставлення до себе. Така робота, як правило, передбачає глибоке опрацювання самооцінки, оскільки вона нерідко ускладнюється стійкими негативними уявленнями особистості про саму себе, сформованими під впливом травматичних подій або соціального оточення.
Підвищена агресивність та імпульсивність: підлітки мають труднощі з контролем емоцій, що зумовлює конфліктність, прояви насильства та інші форми антисоціальних дій.	Корекційна робота передбачає формування в підлітка навичок емоційного самоконтролю, управління імпульсивністю та здатності конструктивно реагувати на негативні емоції. Для цього доцільним є використання технік зниження емоційної напруги, зокрема дихальних вправ, методів релаксації та елементів когнітивно-поведінкової терапії.

Продовження таблиці 1.1

1	2
Труднощі з соціальною адаптацією, що проявляються у відчуженні від однолітків, низькій комунікативній компетентності та схильності до ізоляції або агресивної взаємодії.	Завдання психолога - сприяння розвитку соціальних навичок підлітків, покращенні взаємодії з оточенням, формуванні емпатії та вмінь працювати в команді й конструктивно вирішувати конфлікти.
Відсутність мотивації до змін і скептичне ставлення до корекційного впливу з боку дорослих, зокрема психологів, ускладнює	Стимулювання мотивації до змін є складною, але ключовою складовою корекційної роботи. Психолог має знайти індивідуальний підхід

процес психопрофілактичної та психокорекційної роботи.	до кожного підлітка, враховуючи його особисті потреби та інтереси. Ефективним є застосування технік мотиваційного інтерв'ю, постановка досяжних коротко- та довгострокових цілей, що сприяють усвідомленню важливості позитивних змін і зміцненню внутрішньої мотивації.
Сімейні дисфункції - конфлікти, емоційне відчуження, насильство або гіпоопіка. У таких умовах девіантна поведінка виконує компенсаторну функцію, стаючи формою реагування на психоемоційні травми.	Психологічна корекція передбачає комплексний підхід, що включає не лише індивідуальну роботу з підлітком, а й активне залучення сімейного оточення. Робота з батьками або іншими членами родини спрямована на зміну дисфункційних моделей взаємодії, формування підтримувального середовища та покращення емоційного клімату в родині, що є важливою умовою ефективності корекційного процесу.
Систематичне ігнорування соціальних норм і правил, відмова визнавати авторитет дорослих, що проявляється у порушенні дисципліни, відкритому протистоянні та поведінкових конфліктах у навчальному середовищі.	Суттєвим елементом корекційної роботи виступає формування у підлітка розуміння соціальних норм і правил, їх значення для ефективної взаємодії в суспільстві. Для цього необхідна цілеспрямована робота над розвитком особистісної відповідальності, самодисципліни, а також здатності до критичного самоаналізу та адекватної самооцінки.
Підлітки з девіантною поведінкою нерідко демонструють підвищену вразливість до формування різного роду залежностей (алкогольної, наркотичної тощо), що слугує механізмом психологічного уникнення - способом втечі від емоційного болю, стресу чи внутрішньої порожнечі	Психологічна корекція має включати профілактичні заходи, спрямовані на формування навичок здорового подолання стресових ситуацій, управління емоціями та розвиток усвідомленого ставлення до шкідливих звичок. Зазвичай така робота є складовою комплексних програм реабілітації та соціально-психологічної підтримки.
Психологічна травма та сильні стресові переживання (зокрема досвід насильства, втрата близьких, життя в умовах соціальної нестабільності чи бідності) можуть виступати ключовими чинниками формування девіантної поведінки у підлітків. Їх наслідки часто проявляються у вигляді тривожності, депресивних станів, емоційної нестабільності чи агресії.	Психологічна корекція у таких випадках потребує глибокого опрацювання травматичного досвіду із використанням психотерапевтичних підходів. Найбільш ефективними є когнітивно-поведінкова терапія, методи арттерапії, техніки релаксації, які сприяють поступовій емоційній стабілізації та інтеграції травматичного досвіду в особистісний розвиток підлітка.

Висновки до розділу 1

У сучасній психологічній науці девіантна поведінка визначається як система дій, що порушують соціально прийнятні норми й стандарти, відображаючи дисбаланс психоемоційної сфери, труднощі адаптації, порушення процесів самореалізації та недостатню здатність до морального самоконтролю. Найпоширенішими типами девіацій у підлітковому віці, відповідно до більшості класифікацій, вважаються: антисоціальна, асоціальна та аутодеструктивна поведінка.

Антисоціальні прояви характеризуються свідомим порушенням правових та етичних норм, що часто супроводжується агресивністю, опором соціальному впливу, девіантною активністю, спрямованою проти інтересів суспільства. Асоціальна поведінка виявляється у відчуженні, слабо вираженій мотивації до соціальної взаємодії, порушенні міжособистісних контактів та ігноруванні суспільно значущих цінностей. Аутодеструктивна поведінка передбачає саморуйнівні тенденції, включаючи ризиковані дії, шкідливі звички, самопошкодження, які мають деструктивний вплив на фізичне та психічне здоров'я особистості.

З огляду на специфіку контингенту учнів професійної (професійно-технічної) освіти, психопрофілактична та психокорекційна робота повинна враховувати їхні індивідуальні психологічні особливості, освітні потреби та рівень соціалізації. Комплексний підхід, що поєднує професійне навчання з психолого-педагогічною підтримкою, сприяє формуванню цілісної особистості, здатної до саморегуляції, конструктивної поведінки та продуктивної соціальної взаємодії.

Ефективність психокорекційної діяльності визначається системністю, багатокomпонентністю впливу (емоційного, когнітивного, поведінкового), а також здатністю фахівців забезпечити емоційну підтримку, сприяти внутрішній трансформації особистості та її успішній інтеграції в соціум.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ

2.1. Методика дослідження девіантної поведінки учнів підліткового віку

Теоретичне обґрунтування положень, висвітлених у першому розділі роботи, слугувало методологічною основою для визначення стратегії та етапності емпіричного дослідження особливостей девіантної поведінки у підлітковому віці.

У рамках дослідження було розроблено програму емпіричного аналізу, яка передбачала послідовну реалізацію таких етапів:

теоретико-аналітичний етап, у межах якого, на основі аналізу наукової літератури з проблематики девіантної поведінки, були визначені мета, завдання та предмет дослідження;

організаційний етап, що охоплював добір валідних психодіагностичних методик та інструментарію для збору емпіричних даних;

етап реалізації емпіричного дослідження, в межах якого було проведено анкетування та психодіагностику учасників. Додатково використовувалася методика психологічного інтерв'ю (бесіда) з педагогами, а також первинне спілкування з учнями, які надали згоду на участь у дослідженні. Було підготовлено відповідні опитувальні бланки, інструкції для респондентів і здійснено практичне тестування.

підсумковий етап, що передбачав обробку та узагальнення отриманих результатів, інтерпретацію емпіричних даних, формулювання висновків і представлення результатів у структурованій науковій формі.

Дослідження проводилось під час проходження переддипломної практики в Державному професійно-технічному навчальному закладі «Володарський професійний аграрний ліцей» (далі - навчальний заклад). У дослідженні взяли участь 56 учнів підліткового віку, які склали вибірккову сукупність досліджуваної групи.

Емпіричне дослідження здійснювалося шляхом анкетування підлітків, які, за спостереженнями викладачів та психолога навчального закладу, виявляли ознаки девіантної поведінки, агресивності, конфліктності, емоційної нестабільності, соціальної ізольованості, а також мали низькі академічні досягнення. До вибірки увійшли 56 осіб віком від 15 до 17 років, які відповідали вищезазначеним критеріям.

Такий склад досліджуваної групи обумовлений прагненням глибше проаналізувати психологічні особливості підлітків із девіантними проявами та окреслити підходи до надання їм психологічної допомоги.

Результати, отримані в ході дослідження, мають не лише теоретичну цінність, а й практичне значення для фахівців-психологів і педагогів у роботі з цією категорією учнів. Вони сприятимуть вдосконаленню індивідуального підходу у консультуванні підлітків закладів професійної (професійно-технічної) освіти із девіантною поведінкою, забезпечуючи підґрунтя для подальших науково-практичних розробок у цьому напрямі.

З метою досягнення поставленої мети та реалізації дослідницьких завдань було обрано такі психодіагностичні методики:

методика первинної діагностики та виявлення дітей «групи ризику» (М. Рожков, М. Ковальчук) (додаток А);

методика визначення акцентуації характеру (К. Леонгард, Х. Смішек) (додаток Б);

методика визначення особистісної адаптованості школярів (А. Фурман) (додаток В);

методика «Особливості самоврядування» (Н. Пейсахов) (тест-опитувальник «Здатність до самоуправління» Н. Пейсахова) (додаток Д).

Застосовані методики є валідними для обстеження підлітків, що підтверджується вказівками авторів щодо їх вікового призначення.

На початковому етапі емпіричного дослідження було використано бесіду як допоміжний психологічний інструмент збору первинної інформації. Завдяки цьому методу вдалося встановити наявність у респондентів характерних ознак девіантної поведінки, зокрема підвищену конфліктність, агресивність та емоційну нестабільність.

З метою уточнення характеристик досліджуваної вибірки було проведено інтерв'ювання з педагогами, шкільним психологом, а також безпосереднє спілкування з підлітками, які дали згоду на участь у дослідженні. Враховуючи зібрані відомості, було обґрунтовано доцільність використання відповідного психодіагностичного інструментарію, що був попередньо представлений.

1. Методика первинної діагностики та виявлення дітей «групи ризику» (М. Рожков, М. Ковальчук) [21].

Зазначена методика містить 74 твердження, на які респондент має дати відповідь у дихотомічному форматі: «Так» або «Ні». Обробка результатів здійснюється шляхом підрахунку кількості позитивних відповідей за кожною з п'яти шкал, що визначають окремі психодіагностичні параметри. Підсумковий бал за кожною шкалою відображає рівень вираженості відповідного показника. Чим вищий бал, тим більш вираженим є певний психоемоційний або поведінковий прояв, що, своєю чергою, може вказувати на належність респондента до так званої «групи ризику». У межах методики оцінюються такі шкали:

Відносини в сім'ї. Автори запевняють, що високі кількісні показники за результатами даної шкали вказують на можливі порушення внутрішньо-сімейних взаємин, котрі часто обумовлені конфліктами, емоційною напруженістю й неприязню між членами сім'ї. Також, до дітей

батьки можуть бути надто вимогливими або ж - байдужими, без справжніх проявів батьківської любові. Такі взаємини у дітей перш за все викликають страх у контакті з батьком чи матір'ю. Отож, коли напруження, викликане незадоволеністю стосунками в сім'ї, продовжується занадто довго, воно починає чинити сильну руйнуючу дію спрямовану на дітей [21].

Агресивність. Високі кількісні показники за відповідною шкалою інтерпретуються як індикатори вираженої ворожості та грубості. У поведінці респондентів простежуються ознаки агресивності, яка може проявлятися як у відкритій, так і в латентній формі. Типовими характеристиками для таких осіб є недоброзичливість, емоційна напруженість у міжособистісних контактах та підвищена озлобленість. Згідно з авторською концепцією методики, часті агресивні прояви часто поєднуються зі схильністю до ризикованої поведінки, що є типовим для підліткового віку [21].

Недовіра до людей. Високі значення за відповідною шкалою свідчать про домінування таких рис, як недовіра, ворожість та підвищена підозрілість. Підлітки, у поведінці яких спостерігаються зазначені характеристики, зазвичай виявляють пасивність та замкненість, що, за поясненням авторів методики, може бути пов'язано з глибоким страхом бути відкинутими соціальним оточенням. Такі труднощі зумовлюють неспроможність встановлювати емоційно позитивні та довірливі взаємини, що, у свою чергу, вказує на низький рівень сформованості комунікативної компетентності [21].

Невпевненість у собі. Високі показники за відповідною шкалою свідчать про наявність у підлітків заниженої самооцінки, підвищеного рівня тривожності та сформованих комплексів. Подібні особистісні риси істотно впливають на соціальну поведінку, знижують здатність до самореалізації та ускладнюють процес відстоювання власних психологічних і особистісних меж у міжособистісній взаємодії [21].

Акцентуації характеру. Автори методики виокремлюють низку типів акцентуацій характеру, наявність яких вважається ознакою потенційного ризику розвитку девіантної поведінки у підлітковому віці. Зокрема, до них відноситься гіпертимний тип, який характеризується переважанням позитивного емоційного тла, високим рівнем активності, прагненням до домінування, частою зміною інтересів і пріоритетів, нестійкістю міжособистісних зв'язків, емоційною збудливістю та неадекватною самооцінкою [21].

Істероїдному типу властива гіпертрофована потреба у схваленні та увазі з боку оточення, що виявляється у демонстративності поведінки, нестійкості контактів і зміні соціального оточення [21].

Для шизоїдного типу характерні інтровертованість, обмеженість або повна відсутність соціальних контактів, низький рівень емоційного інтелекту та недостатня здатність до розуміння емоцій інших людей. Такі підлітки частіше віддають перевагу уявному світу над реальністю [21].

Емоційно-лабільний тип відзначається високою нестабільністю емоційної сфери, яка проявляється у різких перепадах настрою, що супроводжується порушеннями сну, апетиту та нестійкою поведінкою в міжособистісній взаємодії, яка безпосередньо залежить від емоційного стану на момент контакту [21].

2. Методика визначення акцентуації характеру (К. Леонгард та Х. Смішек).

Зазначена методика спрямована на виявлення домінуючого типу акцентуації характеру особистості. Її основою є типологічний підхід до дослідження індивідуальних особливостей характеру, що дозволяє ідентифікувати специфічні прояви, які визначають поведінкові тенденції індивіда. В межах запропонованої методики реалізовано класифікацію К. Леонгарда, згідно з якою виділяють десять основних типів акцентуацій особистості.

Гіпертимний тип. Даний тип характеризується стабільно підвищеним емоційним фоном, підвищеною енергійністю, активністю у соціальних контактах, оптимістичним світоглядом та прагненням до постійної діяльності. Особи з цим типом акцентуації, як правило, виявляють високу ініціативність, комунікативність, життєрадісність, здатність швидко адаптуватися до нових умов, проте можуть нехтувати правилами та виявляти імпульсивність у поведінці.

Застрагаючий тип. Особа даного типу характеризується підвищеною стійкістю емоційних переживань, тривалим фіксуванням на образах, конфліктах або суб'єктивно значущих подіях. Особи з цим типом демонструють схильність до ригідності мислення, надмірної підозрілості, формування надцінних ідей, що можуть набувати параноїдальних рис. Вони важко забувають образи, відзначаються підвищеним почуттям справедливості, рішучістю й наполегливістю, що в деяких випадках супроводжується конфліктністю та схильністю до мстивості.

Емотивний тип. Характеризується чутливістю й глибокими реакціями в галузі тонких емоцій. Цих людей хвилюють не грубі почуття, а те, що звичайно пов'язують з душею, з гуманністю, з чуйністю. Ці люди вразливі; такий тип подібний до афективно-екзальтованого, але на відміну від нього емоції розвиваються й проявляються менш бурхливо, не так стрімко. Патологічні прояви - реактивна депресія [21].

Педантичний тип. Особи з домінуванням цього типу часто демонструють тривале переживання психотравмівних ситуацій, труднощі у прийнятті рішень, прагнення до досконалості та надмірну відповідальність. Їхня поведінка характеризується обережністю, ретельністю у виконанні завдань і високими вимогами до себе й оточення.

Тривожно-боязливий тип. Суттєвою особливістю вважається схильність до страхів, підвищена нерішучість й похливість, настороженість [21].

Циклотимічний тип. Особи з таким типом схильні до емоційних коливань, які впливають на їхню активність, соціальну поведінку, мотивацію та працездатність. У гіпертимній фазі спостерігається енергійність, оптимізм і товариськість, тоді як у дистимній – схильність до замкненості, зниження настрою та втрати інтересу до соціальної взаємодії [21].

Демонстративний тип. Високі показники за цією шкалою свідчать про схильність до театралізованості поведінки, надмірної емоційності, а також здатності до витіснення небажаних спогадів чи переживань. Такі особи можуть демонструвати істероїдні риси, прагнуть бути в центрі уваги, що часто супроводжується маніпулятивністю, недостатньою самокритичністю та тенденцією до прикрашання власного образу [21].

Неврівноважений тип. Представники цього типу схильні до раптових афективних спалахів, діють під впливом миттєвих емоцій, що часто ускладнює адаптацію в соціальному середовищі. Їм притаманні труднощі в прогнозуванні наслідків власної поведінки, що може спричиняти дезадаптивні або девіантні вчинки..

Дистимічний тип. Особи з дистимічними рисами часто фіксуються на негативних аспектах власного життя, виявляють знижений рівень активності, замкненість, а також повільність мислення й моторики. Типовими є низька самооцінка, загальмованість емоційних реакцій та тенденція до самоізоляції. У деяких випадках може спостерігатися розвиток субдепресивних станів [21].

Афективно-екзальтований тип. У представників цього типу легко виникають як захоплення, емоційне піднесення у відповідь на позитивні події, так і глибокі переживання, відчай або тривога в ситуаціях негативного характеру. Емоційні коливання є різкими та глибокими, що

свідчить про нестійкість емоційного фону, водночас ці особистості зазвичай доброзичливі, емпатійні, схильні до альтруїзму [21].

Всі десять типів акцентуованих особистостей К. Леонгард поділяє на дві групи за принципом акцентуації темпераменту або характеру. До акцентуації рис характеру він відносить демонстративний, педантичний, застрягаючий, збуджений типи особистості. Інші типи акцентуацій відносяться К. Леонгардом до акцентуацій темпераменту (гіпертимний, дистимічний, тривожно-боязливий, циклотимічний, афективно-екзальтований та емотивний).

3. Методика визначення особистісної адаптованості школярів (А. Фурман).

Дана методика дозволяє виявити конкретний запропонований рівень ставлення підлітків до сім'ї, а саме до кожного її членів, у навчальному закладі - вчителів, однокласників, навчальної установи і її вимог, а також до навчальних предметів. Представлена шкала виявлення ставлення до вулиці, у яку входять: сусіди, близькі друзі, знайомі, батьків своїх друзів. Шкала власного «Я» характеризується ставленням до своєї поведінки та внутрішнього «Я» [21].

Рівень ставлення вимірюється такими показниками як «дуже позитивне», «позитивне», «нейтральне», «негативне», «дуже негативне». Загальний показник свідчить про дезадаптованість, адаптованість або ж неадаптованість підлітка, опираючись на сумарний бал [21].

Загальний кількісно-якісний рівень адаптованості залежить від індивідуальних особливостей особистості й характерних ознак поведінки. Зокрема, у запропонованих автором шкалах методики продемонстровано співзалежність соціального середовища й тенденцій соціалізації особистості, котрі свідчать про рівень адаптованості. Передбачається, що адаптованість є характеристикою самооцінки, оцінки навколишньої дійсності. Характеризується активністю, гнучкістю й рівнем соціальної компетентності [21].

4. Методика «Особливості самоврядування» (Н. Пейсахов) / Тест-опитувальник «Здатність до самоуправління» Н. Пейсахова є діагностичним інструментом, що дає змогу оцінити рівень сформованості в підлітків навичок саморегуляції та самоуправління в різноманітних життєвих ситуаціях. Методика складається з двох груп тверджень: перша спрямована на актуалізацію особистого досвіду респондента, тобто на виявлення частоти й характеру самоаналізу, рефлексії, оцінки власних дій; друга - відображає ставлення до соціальних норм і загальноприйнятих суджень, яке може варіюватися від згоди до незгоди.

Значущою особливістю методики є її здатність оцінювати не лише загальний рівень самоуправління, але й його окремі компоненти, до яких належать:

- аналіз протиріч;
- прогнозування ситуацій;
- цілепокладання;
- планування;
- визначення критеріїв ефективності;
- прийняття рішень;
- самоконтроль;
- коригування поведінки.

Аналіз протиріч (орієнтація в ситуації) полягає у формуванні суб'єктивної моделі ситуації через саморефлексію. Особистість ставить собі запитання, що дозволяють виявити зміни в обставинах та у власному стані: «Чому нинішній досвід відрізняється від попереднього?», «Що зумовило невдачу?», «Які зміни сталися у внутрішньому або зовнішньому середовищі?», «Що є причиною труднощів?». Такий процес сприяє більш глибокому усвідомленню реального стану справ і передумов подальших дій.

Прогнозування виступає наступним етапом самоуправління та полягає у побудові суб'єктивної моделі майбутнього. Вона формується на

основі порівняльного аналізу минулого та теперішнього, а також виявлених суперечностей між ними. Прогнозування дозволяє людині передбачити можливі наслідки своєї активності або бездіяльності, сформулювати очікування щодо розвитку подій, зокрема відповідаючи на питання: «Що зміниться за умови активного впливу?», «Що станеться, якщо залишити ситуацію без змін?».

Цілеполягання полягає у створенні внутрішньої моделі бажаного результату, яка базується на раніше сформованому прогнозі. Цей процес передбачає перехід від загального уявлення про можливість змін до конкретизації передбачуваних результатів і способів їх досягнення. Особистість прагне знайти відповіді на питання: «Яких саме змін потрібно досягти?», «Які аспекти поведінки, взаємодії чи діяльності підлягають корекції?», «Чи доцільніше змінювати зовнішні умови чи адаптувати власну поведінку до них?».

Планування передбачає конструювання особистістю внутрішньої моделі засобів досягнення поставленої мети, а також визначення логіки і послідовності їх реалізації. Залежно від характеру цілей, плани можуть мати різний рівень деталізації - стратегічний, тактичний або оперативний. На цьому етапі особистість шукає відповіді на запитання: «Які ресурси та інструменти необхідні для досягнення запланованого результату?», «У якій послідовності та на яких етапах доцільно їх застосовувати для досягнення максимальної ефективності?».

Критерії оцінки якості - людина повинна вирішити питання: «Якими повинні бути показники, які дозволяють оцінити успіхи в реалізації плану?», «Як оцінити, що із зробленого було необхідним?», «Як оцінити, що моїх вчинків та дій достатньо?», Систему оцінок бажано підготувати до початку практичних дій, а в ході роботи їх краще коригувати. Квапливе вироблення критеріїв може призвести до того, що вони виявляться недостатньо обґрунтованими або навіть помилковими, а

це в свою чергу може привести до цілком інших результатів, ніж тих, які було заплановано [21].

Загальний рівень сформованості здатності до самоуправління визначається на основі інтегрального аналізу показників усіх етапів управлінської активності. Інтерпретація результатів передбачає наступні рівні:

високий та вище середнього рівні свідчать про наявність розвиненої системи самоуправління. Водночас існує ймовірність надмірного акцентування на раціональному компоненті особистості, що може супроводжуватися недостатньою вираженістю емоційної чутливості. У такому випадку доцільним є рефлексивний аналіз власної поведінки з метою гармонізації раціонального та емоційного компонентів саморегуляції;

середній рівень вказує на загальну сформованість системи самоуправління, а також на здатність особистості адекватно оцінювати ситуацію, враховуючи як зовнішні обставини, так і власний емоційний стан;

нижчий за середній і низький рівні демонструють фрагментарність розвитку самоуправлінської діяльності. У таких випадках спостерігається відсутність цілісної системи саморегуляції, а наявні регуляторні механізми представлені лише окремими, слабо інтегрованими компонентами [21].

Таким чином, рівень самоуправління є комплексним показником, що відображає як здатність особистості до планування та реалізації поведінкових стратегій, так і її вміння балансувати між емоційними та когнітивними аспектами діяльності.

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження проявів девіантної поведінки учнів підліткового віку

У процесі реалізації емпіричного дослідження девіантної поведінки підлітків, здійсненого за допомогою комплексу психодіагностичних методик, було отримано значний обсяг даних щодо особливостей міжособистісної взаємодії підлітків з однолітками, у шкільному середовищі та в сім'ї, рівня їх соціальної адаптованості, а також характерологічних акцентуацій, які можуть вказувати на належність до групи ризику та наявність ознак девіантної поведінки.

Опис емпіричних результатів доцільно розпочати з узагальнення даних, отриманих під час проведення попередніх бесід із педагогами, практичним психологом навчального закладу, а також безпосередньо з респондентами. У процесі комунікації з працівниками освітнього середовища було з'ясовано, що значна частина учнів демонструє порушення поведінки, агресивність, конфліктність, схильність до порушення дисципліни на уроках і напружені стосунки з членами родини. У подальшому, на основі зібраної інформації, було організовано індивідуальні бесіди з учнями, під час яких фіксувалися ознаки агресії, труднощі у соціальній взаємодії, емоційна нестабільність і низький рівень групової кооперації. Водночас, попри зазначені прояви, усі учасники добровільно погодилися на участь у дослідженні, що проводилося з дотриманням принципів добровільності, інформованої згоди та конфіденційності.

Після налагодження конструктивної взаємодії з учасниками дослідження та отримання дозволу адміністрації освітнього закладу, на основі їх запиту було підібрано відповідний емпіричний інструментарій. Зокрема, застосовано методику первинної діагностики та виявлення підлітків «групи ризику» (автори: М. Рожков, М. Ковальчук), що дозволяє ідентифікувати порушення у сфері внутрішньосімейних взаємин, рівень

агресивності, недовіри до оточення, низьку самооцінку та акцентуації характеру. До «групи ризику» віднесено підлітків з асоціальними поведінковими проявами - починаючи від зухвалої поведінки щодо дорослих і систематичного порушення дисципліни, до серйозніших форм девіацій, таких як крадіжки, прогули, вживання психоактивних речовин. Зазначені показники свідчать про наявність девіантної поведінки та потребу в психологічному супроводі.

Аналіз результатів за шкалою «Відносини у сім'ї» показав, що у 32 респондентів зафіксовано високий рівень (понад 8 балів), що свідчить про наявність порушень у сімейних взаєминах, напружену атмосферу в родині та брак психологічної безпеки, що негативно впливає на емоційний стан дитини. Натомість у 24 респондентів виявлено рівень нижче 8 балів, що свідчить про довірливі та підтримуючі стосунки з близькими. Таким чином, отримані результати свідчать про те, що значна частина підлітків перебуває в умовах сімейної дезадаптації, що зумовлює дефіцит емоційної підтримки, взаєморозуміння та позитивного батьківського впливу.

За результатами шкали «Агресивність» було встановлено, що 34 респонденти отримали понад 6 балів, що відповідає високому рівню агресивності. Це вказує на наявність виражених агресивних тенденцій, схильність до конфліктної, ворожої, іноді забіякуватої поведінки. У ряді випадків агресія проявляється у латентній формі - через недоброзичливість, озлобленість або пасивно-агресивні реакції. Висока агресивність у поєднанні зі схильністю до ризикованої поведінки є типовою характеристикою підлітків, які належать до «групи ризику». Натомість 22 респонденти продемонстрували результати нижчі за 6 балів, що свідчить про невиражені або мінімальні агресивні прояви. Загалом отримані дані вказують на те, що переважна більшість учнів має підвищений рівень агресивності, включно з її прихованими формами, що потребує спеціального психокорекційного втручання.

Результати шкали «Недовіра до людей» засвідчили, що 16 респондентів отримали понад 7 балів, що свідчить про виражений рівень недовіри до соціального оточення, підозрілість, емоційну дистанційованість і потенційну ворожість у міжособистісних стосунках. Підлітки з подібними характеристиками зазвичай виявляють пасивність у спілкуванні, уникають соціальних контактів через страх відторгнення, що зумовлює порушення комунікативної компетентності та труднощі у встановленні дружніх взаємин. Водночас у 40 опитаних рівень недовіри був низьким (менше 7 балів), що свідчить про відкритість до соціальної взаємодії, позитивну установку на спілкування та готовність до налагодження міжособистісних контактів. Отже, для більшості учнів характерні конструктивні комунікативні настанови, що є сприятливим фактором соціальної адаптації.

Результати за шкалою «Невпевненість у собі» виявили, що 30 респондентів отримали понад 8 балів, що свідчить про виражену тривожність, нестійку самооцінку, схильність до самообмеження та можливу наявність комплексу неповноцінності. Такий рівень невпевненості у собі може виступати бар'єром до повноцінної соціалізації, знижуючи здатність до самореалізації та конструктивного спілкування. Натомість 26 підлітків продемонстрували нижчі показники (менше 8 балів), що інтерпретується як наявність адекватної самооцінки та відсутність істотних проявів внутрішньої тривожності. Загальний розподіл результатів вказує на домінування серед респондентів невпевненості у власних силах, що вимагає посиленої психопрофілактичної та корекційної роботи, спрямованої на розвиток позитивного Я-образу та емоційної стійкості. Кількісний розподіл проявів ризикових психологічних характеристик серед опитаних підлітків наведено у рисунку 2.1.

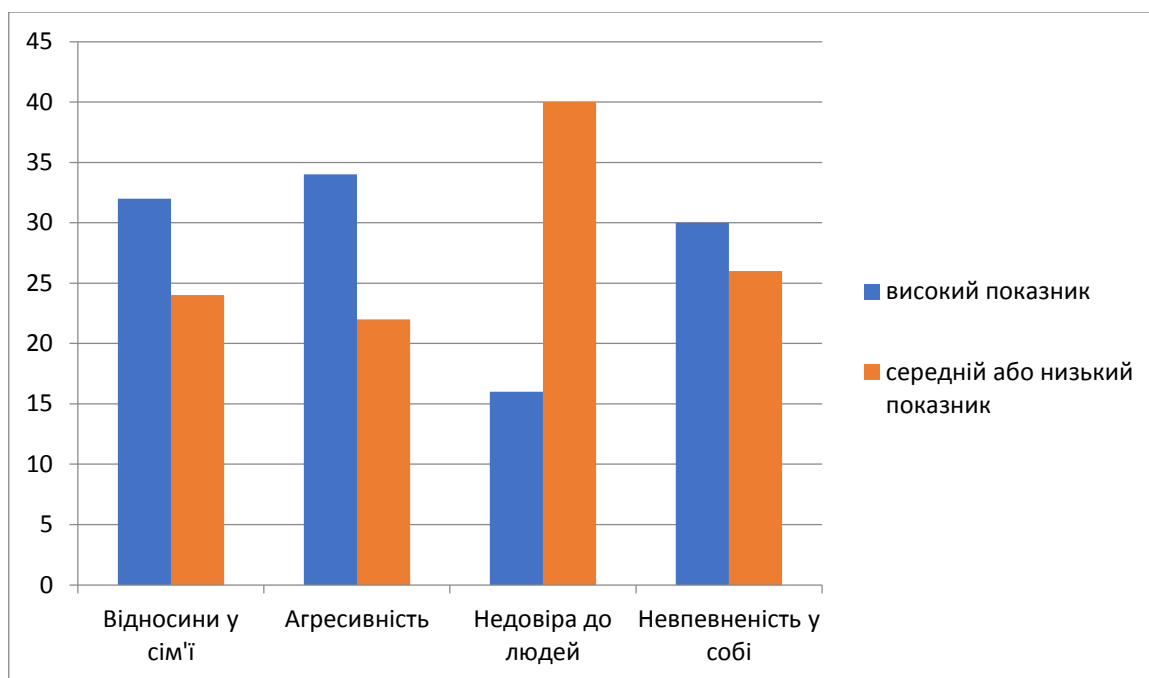


Рис. 2.1. Кількісний розподіл проявів ризикових психологічних характеристик серед опитаних підлітків

Отже, результати, отримані за методикою первинної діагностики та виявлення дітей «групи ризику» (авт. М. Рожков, М. Ковальчук), засвідчують належність більшості респондентів до означеної категорії. Це підтверджується сукупністю емпіричних показників, зокрема порушеннями сімейної взаємодії (недостатній рівень комунікації, емоційної підтримки, взаєморозуміння й батьківської уваги), підвищеним рівнем агресивності та тривожності, заниженою самооцінкою, а також переважанням типів акцентуацій характеру, що вказують на потребу у визнанні, схильність до демонстративної поведінки, прагнення до домінування та імпульсивність у міжособистісній взаємодії.

На основі результатів, отриманих за методикою визначення акцентуацій характеру К. Леонгарда та Х. Смішека, було здійснено аналіз розподілу типів акцентуацій серед досліджуваних підлітків (див. табл. 2.1). Отримані дані дали змогу охарактеризувати специфіку емоційного стану, поведінкових проявів та особистісних особливостей учнів відповідно до домінуючих типів акцентуації. Такий підхід дозволяє глибше зрозуміти індивідуально-психологічні характеристики підлітків і спрогнозувати можливі труднощі у процесі їх соціалізації.

Таблиця 2.1

**Статистична характеристика типів акцентуації характеру у підлітків
(за методикою визначення акцентуації характеру
(К. Леонгард та Х. Смішек))**

Тип акцентуації характеру	Кількість осіб
Гіпертимний	14
Застрягаючий	2
Емотивний	8
Педантичний	3
Тривожний	10
Циклотимічний	0
Демонстративний	11
Неврівноважений	6
Дистимічний	2
Екзальтований	0

Враховуючи кількісний аналіз результатів можна визначити відсотковий розподіл типів акцентуацій характеру серед опитаних підлітків. Найвищу частку становить гіпертимний тип акцентуації (25 %), що свідчить про тенденцію до підвищеного емоційного фону, оптимізму, активності. Водночас такі підлітки характеризуються імпульсивністю, недисциплінованістю, схильністю до конфліктної поведінки та незавершення розпочатих справ.

Другою за поширеністю виявлено демонстративну акцентуацію характеру (20 %), яка проявляється у виразному прагненні до уваги, визнання, домінування в соціальних взаємодіях. Такі респонденти зазвичай мають розвинені комунікативні здібності, лідерські амбіції, схильність до артистизму, але водночас можуть бути конфліктними та поверховими у міжособистісних стосунках. Значну частину також становить тривожний тип акцентуації (18 %), що характеризується низьким рівнем впевненості в собі, високою самокритичністю, униканням конфліктів та труднощами в налагодженні соціальних контактів. Така акцентуація може бути пов'язана з підвищеною чутливістю до зовнішніх оцінок і внутрішнім емоційним напруженням. У ході дослідження встановлено, що у 15 % опитаних підлітків домінує емотивний тип

акцентуації характеру, для якого притаманні підвищена чутливість, схильність до емпатії, доброзичливість, а також орієнтація на спілкування в обмеженому колі осіб. Особи з таким типом акцентуації зазвичай не схильні до конфліктної поведінки, а у разі виникнення конфліктних ситуацій, як правило, займають пасивну позицію. Натомість у 10 % респондентів виявлено неврівноважений (афективно-лабільний) тип акцентуації, який характеризується емоційною нестабільністю, схильністю до частих змін настрою з переважанням негативного емоційного фону. Представники цієї групи демонструють низький рівень самоконтролю, можуть уживати ненормативну лексику, виявляти агресивність, грубість, а в конфліктних ситуаціях часто виступають як їх ініціатори. У міжособистісних взаємодіях як у сім'ї, так і в колективі, окремі підлітки демонструють труднощі в налагодженні ефективного спілкування, що супроводжується низьким рівнем соціальної контактності та підвищеною агресивністю. У 5 % респондентів зафіксовано переважання педантичного типу акцентуації характеру, який характеризується ретельністю, відповідальністю, серйозністю у міжособистісній взаємодії та поведінці. Такі особи зазвичай пасивні у конфліктних ситуаціях і схильні поступатися ініціативою або лідерством.

Застрагаючий тип акцентуації виявлено у 4 % досліджуваних. Його носії часто демонструють схильність до повчального стилю спілкування, зайняття домінантної позиції, встановлення високих вимог до себе та оточення. Вони є вразливими, образливими, підозрілими, схильними до конфліктності та можуть проявляти мстивість. Як правило, саме ці особи ініціюють конфлікти та активно беруть у них участь. Дистимічний тип (виявлений у 3 % респондентів) характеризується сталим заниженим емоційним фоном, замкнутістю, тенденцією до самотності та обмеженою соціальною активністю. Такі індивіди рідко вступають у конфлікти, однак надають великого значення дружбі, порядності й справедливості.

Циклотимічний та екзальтований типи акцентуацій характеру серед обстежених осіб не зафіксовано.

На підставі аналізу емпіричних даних, отриманих за методикою визначення акцентуацій характеру (К. Леонгард, Х. Смішек), встановлено, що серед респондентів найбільш поширеними є гіпертимний, тривожний, демонстративний та емотивний типи акцентуацій. Зазначені типи поєднуються схильністю до конфліктної поведінки, прагненням привернути до себе увагу, домінуванням потреби у соціальному визнанні (див. табл. 2.1). Поведінкові прояви таких осіб часто супроводжуються елементами агресивності, недисциплінованістю, низькою здатністю до емпатії, ігноруванням соціальних норм та авторитетів. У взаємодії з членами родини та соціальним оточенням нерідко виникають конфліктні ситуації, які супроводжуються використанням ненормативної лексики, вербальною або поведінковою агресією.

Крім того, серед опитаних було виявлено осіб із менш поширеними, але значущими за характеристиками, типами акцентуацій - неврівноваженим, педантичним, дистимічним та застрягаючим. Хоча ці типи траплялися рідше, представники цієї групи також схильні до конфліктної поведінки, особливо в умовах фрустрації базових потреб або порушення очікувань. Для таких осіб характерна знижена контактність, емоційна вразливість, підвищені вимоги до себе та оточення, а також тенденція до домінування у міжособистісних стосунках (роль «вихователя» або «батька»). Водночас, за відсутності зовнішніх стресових чинників, ці особи здатні проявляти доброзичливість, співчутливість та емоційну стабільність.

Циклотимічні та екзальтовані типи акцентуацій, яким притаманна емоційна нестійкість, виражена балакучість, схильність до поверхових прив'язаностей та різких змін настрою, у вибірці досліджуваних не зафіксовані.

За результатами застосування методики діагностики особистісної адаптованості школярів (А. Фурман), яка спрямована на виявлення рівня інтеграції підлітків у соціальне середовище, характеру їх взаємодії із соціумом, родиною, закладом освіти та власним «Я», було отримано такі дані (див. рис. 2.2.):

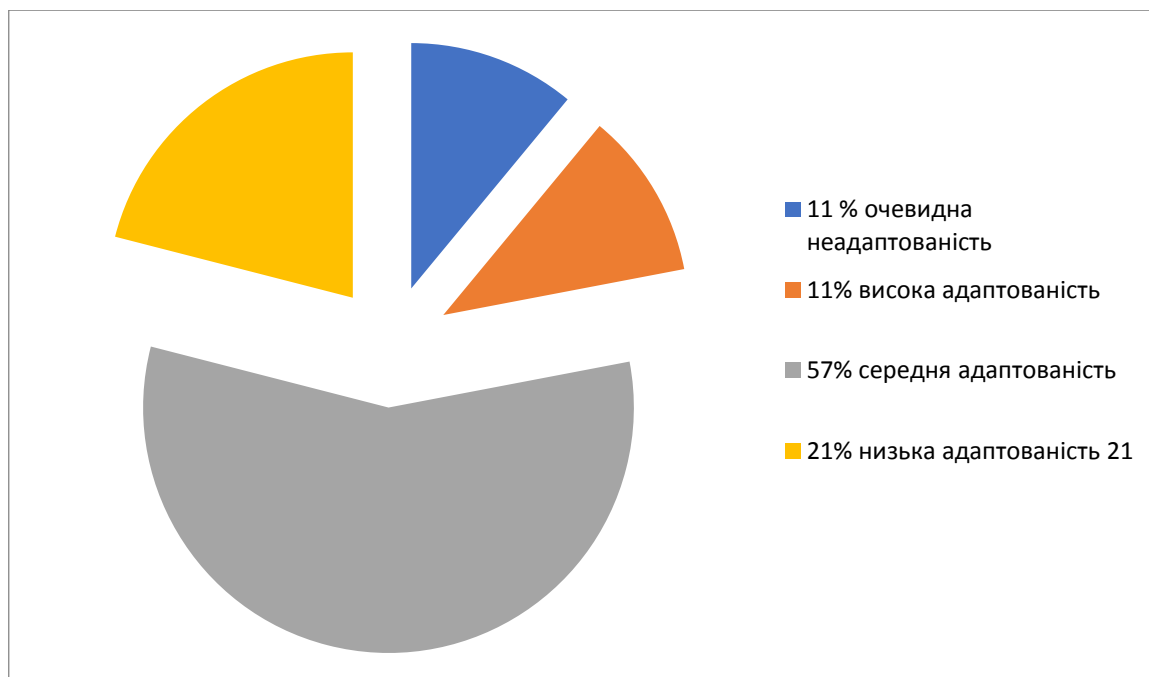


Рис. 2.2. Співвідношення рівнів особистісної адаптованості учнів за результатами методики А. Фурмана, подане у відсотковому вираженні

Очевидна неадаптованість (з діапазоном балів від 40 до 49) спостерігалася у 6 респондентів (11 % вибірки). Водночас високий рівень адаптованості (69–72 бали) також виявлено у 6 осіб (11 %). Найбільш численною є група з середнім рівнем адаптованості - 32 респонденти (57 %), які продемонстрували результати в межах 64–68 балів. Низький рівень адаптованості (57–63 бали) виявлено у 12 підлітків, що становить 21 % від загальної кількості опитаних. Таким чином, домінування середнього рівня адаптованості вказує на те, що більшість підлітків мають сформовані навички соціальної взаємодії, прийняття оточення та емоційної інтеграції на загалом задовільному рівні. Проте, попри це, частина учнів усе ж стикається з труднощами у міжособистісному

спілкуванні, що проявляється у конфліктах, емоційній напрузі та поведінкових відхиленнях. Окрему увагу заслуговують дані щодо очевидної неадаптованості у 6 (11 %) підлітків, що свідчить про істотні порушення у взаємозв'язках з оточенням. У таких випадках спостерігається низький рівень соціальної підтримки з боку родини, друзів або педагогічного середовища, що, у свою чергу, підвищує ризик розвитку конфліктної поведінки, проявів агресії та дезадаптивних реакцій.

Аналіз результатів, отриманих за методикою визначення особистісної адаптованості школярів (А. Фурман), засвідчив, що найбільша частка респондентів (57 %) має середній рівень адаптованості, що свідчить про достатню здатність до інтеграції в соціальне середовище. Такий рівень передбачає загальне прийняття соціальних норм і правил, хоча й із певними умовами або вибірковістю сприйняття. Водночас виявлено, що 11 % підлітків демонструють очевидну неадаптованість, що свідчить про виражені труднощі у встановленні конструктивної взаємодії з соціальним оточенням, схильність до конфліктів та знижену здатність до соціальної інтеграції.

Відповідно до результатів тест-опитувальника «Здатність до самоуправління» Н. Пейсахова (методика «Особливості самоврядування»), що має на меті визначення рівня сформованості в підлітків уміння контролювати власну поведінку в різних життєвих ситуаціях, встановлено розподіл показників самоуправління за п'ятьма рівнями: низький, нижчий за середній, середній, вищий за середній та високий. Оскільки дослідження не передбачає гендерного розподілу результатів, для подальшого аналізу використано усереднену шкалу оцінювання, яка базується на інтегрованому показнику, що враховує середні значення для осіб обох статей.

Кількісні результати, отримані в ході емпіричного дослідження за методикою визначення рівня здатності до самоуправління, засвідчили

такий розподіл респондентів за рівнями сформованості цієї якості: низький рівень самоуправління зафіксовано у 6 осіб, показник нижче середнього - у 10 осіб, середній рівень - у 18 респондентів, рівень вище середнього - у 16 осіб, тоді як високий рівень здатності до самоуправління виявлено також у 6 учасників дослідження (див. табл. 2.2).

Таблиця 2.2

**Розподіл респондентів за рівнями здатності до самоуправління
(за методикою Н. Пейсахова)**

Рівні здатності до самоуправління	Кількість осіб із домінуючим рівнем до самоуправління
Низький	6
Нижчий середнього	10
Середній	18
Вищий середнього	16
Високий	6

Аналізуючи дані, представлені в таблиці 2.2, слід зазначити, що серед досліджуваних переважає середній рівень здатності до самоуправління - 18 осіб із 56 (32 %). Такий рівень свідчить про наявність у підлітків відносно сформованої системи саморегуляції, що дозволяє їм об'єктивно оцінювати конкретну ситуацію з урахуванням власного емоційного стану, а також обирати відповідні способи поведінки залежно від обставин. Водночас у 16 респондентів (29 %) зафіксовано вище середній рівень здатності до самоуправління, що свідчить про високу здатність контролювати власні дії та емоції в різних ситуаціях. Однак важливо зазначити, що в осіб із таким рівнем спостерігається домінування раціонального компонента над емоційним, що вказує на схильність ігнорувати емоційні прояви у процесі прийняття рішень. Надмірне стримування емоцій, з одного боку, може сприяти конструктивній поведінці, з іншого - потенційно загрожує психологічному дисбалансу та внутрішній напрузі. Високий рівень самоуправління виявлено у 6 респондентів (11 %). Для цієї групи характерним є повне домінування раціонального контролю при

ігноруванні емоційної складової. Такі підлітки, як правило, стримують емоції навіть у критичних ситуаціях, що може свідчити про підвищену емоційну ізоляцію та ризики психоемоційного виснаження. Найменша частка респондентів продемонструвала Низький рівень здатності до самоуправління продемонстрували 6 осіб (11 %) та нижчий за середній 10 осіб (17 %). Незважаючи на близьке кількісне співвідношення, змістовні характеристики цих груп мають суттєві відмінності. У підлітків із показником нижче середнього простежується фрагментарна сформованість компонентів самоуправління: можуть бути частково розвинені здатності до планування або коригування поведінки, проте самоконтроль часто або відсутній, або недостатній. Натомість респонденти з низьким рівнем самоуправління демонструють практично повну відсутність механізмів саморегуляції. У них спостерігається неусвідомленість власних дій, імпульсивність, слабкий контроль емоцій та підвищена залежність від впливу інших осіб, зокрема у маніпулятивних ситуаціях.

2.3. Оцінка проявів девіантної поведінки за результатами емпіричного дослідження

На основі проведеного емпіричного дослідження було здійснено ґрунтовний аналіз проявів девіантної поведінки серед учнів підліткового віку, які навчаються у закладі професійної (професійно-технічної) освіти. Застосування комплексу психодіагностичних методик дозволило отримати об'єктивні кількісні та якісні показники, що відображають емоційно-вольову сферу, рівень соціальної адаптації, особистісні характеристики та ступінь схильності до поведінкових девіацій. Аналіз отриманих результатів дав змогу виявити основні форми девіантної поведінки, оцінити їхню поширеність, а також виявити взаємозв'язки між

індивідуально-психологічними особливостями підлітків і специфікою їхньої поведінки в соціальному середовищі.

Констатувальний етап емпіричного дослідження дав змогу всебічно охарактеризувати особливості прояву девіантної поведінки серед учнів підліткового віку, які навчаються у закладах професійної (професійно-технічної) освіти. Отримані результати підтверджують високий рівень поширеності девіантних форм поведінки в цій категорії підлітків та засвідчують необхідність цілеспрямованого психолого-педагогічного впливу, спрямованого на їхню корекцію.

У процесі діагностичного обстеження з використанням комплексу методик (опитувальник акцентуацій характеру К. Леонгарда і Х. Смішека, методика виявлення «групи ризику» М. Рожкова та М. Ковальчука, тест адаптованості А. Фурмана, опитувальник самоуправління Н. Пейсахова) було отримано кількісні та якісні показники, які дозволяють зробити низку важливих висновків.

По-перше, значна частина обстежуваних підлітків (понад 35 %) виявляє характерологічні особливості, що свідчать про емоційну нестабільність, імпульсивність, знижену здатність до самоконтролю. Найбільш вираженими серед досліджуваних акцентуацій виявилися збудлива, демонстративна та нестійка. Ці типи характеру є передумовою виникнення поведінкових девіацій, зокрема у вигляді агресивності, протестної поведінки, неформального лідерства та протиправних дій.

По-друге, за результатами методики виявлення «групи ризику», майже половина учасників дослідження виявили ознаки, що можуть бути маркерами девіантного розвитку. Це передусім низька навчальна мотивація, порушення дисципліни, конфліктність у стосунках з однолітками та педагогами. Частина підлітків демонструє байдужість до соціально прийнятних норм поведінки, що вказує на дефіцит внутрішніх регуляторів активності.

По-третє, виявлено недостатній рівень соціальної адаптації учнів, що підтверджується даними тесту А. Фурмана. У більшості підлітків зафіксовано труднощі у встановленні контактів з однолітками, адаптації до нових умов навчання, а також низький рівень емоційного комфорту у соціумі. Це, в свою чергу, створює передумови для розвитку захисних моделей поведінки, у тому числі й девіантних.

Крім того, результати опитувальника самоуправління (Н. Пейсахова) засвідчили низький рівень сформованості навичок самоконтролю, планування, вольового регулювання дій. Це знижує здатність підлітків до конструктивного вирішення складних ситуацій, сприяє фіксації на фрустраційних реакціях, униканню відповідальності, схильності до аутодеструктивної або соціально неприйнятної поведінки.

Узагальнюючи результати дослідження, можна стверджувати, що в умовах закладу професійної (професійно-технічної) освіти існує реальна потреба у впровадженні системної психологічної допомоги підліткам із проявами девіантної поведінки. На основі отриманих емпіричних даних сформовано уявлення про психосоціальний портрет підлітків групи ризику, що дозволяє адресно впливати на ключові механізми, які зумовлюють девіації.

Таким чином, результати емпіричного дослідження засвідчують:

високий рівень поширеності девіантної поведінки серед учнів підліткового віку;

наявність типових форм девіацій, зокрема агресивності, деструктивного лідерства, порушень дисципліни;

недостатню сформованість механізмів саморегуляції та низький рівень соціально-психологічної адаптації;

потребу в цілеспрямованій психокорекційній роботі, адаптованій до умов професійної освіти.

Усе це зумовлює розробку та впровадження комплексної психологічної програми, спрямованої на зменшення проявів девіантної

поведінки та підвищення адаптивного потенціалу учнів. У наступному розділі буде представлено зміст, організацію та результати реалізації відповідної корекційної програми.

Висновки до розділу 2

Проведене емпіричне дослідження засвідчило наявність у значної частини підлітків схильності до девіантної поведінки, що проявляється в індивідуально варіативних формах дезадаптивної активності. Загальний психосоціальний фон досліджуваної вибірки дозволяє віднести більшість респондентів до групи підвищеного ризику щодо формування стійких проявів девіантності.

Аналіз соціально-психологічного клімату в сімейному середовищі респондентів виявив недостатність емоційного контакту, підтримки та взаєморозуміння між членами родини, що є потенційним чинником фрустрації базових потреб та емоційної незадоволеності. У поведінковому аспекті домінують риси агресивності, прагнення до домінування, виражена потреба у визнанні та лідерстві.

В структурі акцентуацій характеру переважають гіпертимний, демонстративний, тривожний та емотивний типи, що супроводжуються імпульсивністю, низьким рівнем критичності, демонстративною поведінкою, конфліктністю та схильністю до емоційно насичених, але соціально неприйнятних дій.

Результати оцінювання особистісної адаптованості показали переважання середнього рівня соціальної адаптації, однак у частини досліджуваних виявлено низький рівень адаптивності, що свідчить про труднощі в ефективному соціальному функціонуванні та підвищену схильність до конфліктної взаємодії. Водночас рівень самоуправління у

вибірці варіюється від високого до низького, що вказує на значні індивідуальні відмінності у сфері емоційної регуляції та самоконтролю.

Узагальнені результати дослідження вказують на високий рівень конфліктогенності, виражену імпульсивність, порушення дисциплінарної поведінки, недостатню сформованість адаптивних стратегій взаємодії та низьку здатність до саморегуляції, що сукупно виступають як предиктори розвитку девіантної поведінки у підлітковому віці.

На основі отриманих емпіричних даних була розроблена та впроваджена консультативно-тренінгова програма з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку. Програма орієнтована на формування адаптивних моделей поведінки, розвиток навичок емоційного самоконтролю та особистісного саморозуміння, а також включає індивідуальні консультації як додатковий корекційно-розвивальний ресурс.

РОЗДІЛ 3

РЕАЛІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

3.1. Проєктування та організація реалізації психокорекційної консультативно-тренінгової програми для підлітків із девіантною поведінкою

В результаті проведеного емпіричного дослідження було отримано релевантну інформацію щодо особливостей прояву девіантної поведінки у підлітків, зокрема вивчено типологію акцентуацій характеру, рівень належності до групи ризику, ступінь соціальної адаптованості та здатність до саморегуляції в різних життєвих ситуаціях. Отримані дані стали основою для розробки психологічної програми, побудованої з урахуванням специфіки індивідуального консультування та механізмів групової взаємодії підлітків.

Реалізація психологічної допомоги була спрямована на подолання проявів девіантної поведінки шляхом зниження рівнів агресивності та конфліктності, а також через формування навичок самоконтролю, самоуправління та підвищення рівня соціальної адаптованості.

Для впровадження консультативно-тренінгової програми було сформовано вибірку з 30 підлітків, які за результатами діагностики продемонстрували низькі показники адаптованості, саморегуляції та виражені ознаки девіантної поведінки.

З метою ефективної психокорекції було розроблено тренінгову програму, яка передбачає поєднання індивідуального консультування з груповою формою роботи. Її основна мета - зниження деструктивних поведінкових проявів та розвиток навичок соціально прийнятної саморегуляції.

У межах програми було визначено такі основні завдання:

- формування позитивного емоційного стану в учасників;
- зниження рівня психологічної напруги;
- забезпечення конфіденційності під час індивідуальної роботи,
- створення атмосфери психологічної безпеки у групі;
- розвиток умінь ефективної взаємодії в груповому середовищі;
- зниження рівня агресії та конфліктності;
- вдосконалення комунікативних навичок;
- підвищення рівня соціальної адаптованості;
- формування здатності до емоційної саморегуляції та вміння виражати почуття у межах соціально прийнятних норм.

Очікується, що впровадження консультативно-тренінгової програми справить позитивний вплив на поведінкові прояви підлітків із девіантною поведінкою, а також сприятиме активізації їхнього внутрішнього ресурсу та особистісного потенціалу.

Основні методи та прийоми, що застосовуються в межах програми:

- тематичні бесіди як форма усвідомлення власного досвіду та цінностей;
- психологічне консультування з індивідуальним підходом до кожного учасника;
- елементи арттерапії як засіб вираження емоцій та зниження внутрішньої напруги;
- рольові ігри для розвитку навичок соціальної взаємодії;
- техніки візуалізації для формування позитивних установок і моделей поведінки.

З огляду на консультативно-тренінговий характер програми, її структура побудована таким чином, щоб забезпечити індивідуальний контакт із кожним учасником, що, у свою чергу, створює передумови для ефективного включення у групову діяльність. Програма поєднує індивідуальні консультаційні сесії з груповими тренінгами, що дозволяє

комплексно впливати на психологічний стан і поведінкові особливості підлітків.

Враховуючи обмеженість у проведенні тривалих і поетапних консультаційних заходів, у межах програми застосовується адаптована структура психологічного консультування, запропонована Б. Джиландом. Автор підкреслює, що консультативна допомога може мати як разовий, так і багаторазовий характер, залежно від запиту клієнта та особливостей ситуації. Структура консультативного процесу, згідно з підходом Б. Джиланда, включає такі етапи:

1. Встановлення контакту та визначення запиту. На цьому етапі встановлюється довірливий контакт між консультантом і клієнтом, уточнюється суть проблеми, яка потребує вирішення. Важливо створити безпечне середовище, в якому підліток зможе відкрито висловлювати свої думки та емоції.

2. Формулювання цілей консультування. На цьому етапі спільно з підлітком окреслюються реалістичні й досяжні цілі, які будуть основою подальшої взаємодії. Мета може стосуватися як поведінкових змін, так і розвитку особистісних ресурсів.

3. Поглиблене дослідження проблеми. Психолог-консультант допомагає підлітку краще усвідомити суть труднощів, їх причини та наслідки. Аналізуються емоційні реакції, способи поведінки та взаємодії з оточенням.

4. Пошук альтернативних рішень. Разом із підлітком визначаються можливі способи реагування на проблемні ситуації. Акцент робиться на формуванні нових моделей поведінки, підвищенні рівня саморегуляції та конструктивного спілкування.

5. Реалізація змін та підтримка позитивних результатів. Підліток поступово впроваджує обрані зміни у своє повсякденне життя. Психолог-консультант надає підтримку та зворотний зв'язок, допомагає адаптувати нові стратегії до конкретних обставин.

6. Завершення консультативного процесу та оцінка ефективності. Узагальнюються досягнуті результати, оцінюється ступінь досягнення поставлених цілей. За потреби обговорюються можливості подальшої супровідної або профілактичної роботи [21].

На нашу думку, запропонований формат консультативного процесу є найбільш доцільним для реалізації консультативно-тренінгової програми, оскільки забезпечує можливість ефективного поєднання індивідуальної психологічної роботи з груповою взаємодією в межах тренінгу. Індивідуальні консультативні бесіди дозволяють створити умови для формування внутрішньої мотивації клієнта до особистісних змін, а також слугують джерелом отримання додаткової біографічної інформації, яка може пролити світло на причини виникнення девіантної поведінки.

Щодо безпосередньої реалізації консультативного процесу, тривалість однієї індивідуальної консультації становить 60 хвилин. У межах запропонованої консультативно-тренінгової програми передбачається щонайменше одна обов'язкова сесія. Водночас допускається варіативність кількості консультацій залежно від індивідуальної динаміки роботи з кожним підлітком.

Під час консультативної взаємодії планується використання низки психологічних технік і методів, адаптованих до особливостей кожного клієнта, зокрема:

- метафоричні асоціативні карти;
- арт-терапевтичні методики;
- техніки активного слухання, невербальні засоби комунікації та візуальна діагностика;
- психоедукація.

Структура тренінгового компонента програми передбачає логічно послідовну організацію кожного заняття, що складається з таких етапів:

1. Привітання. На першому занятті передбачено встановлення контакту між учасниками та тренером. У подальших сесіях цей етап спрямовується на активізацію групової взаємодії, актуалізацію тематики зустрічі, а також визначення очікувань і побажань з боку учасників.

2. Розминка. Цей етап має на меті зниження рівня емоційної напруги, активізацію внутрішнього потенціалу учасників і створення психологічної готовності до продуктивної участі в основному блоці тренінгового заняття.

3. Основна частина. Цей етап передбачає виконання практичних завдань, вправ і обговорень, зміст яких відповідає тематиці заняття. Основний акцент робиться на розвитку навичок саморегуляції, зниженні рівня агресивних та конфліктних реакцій, а також на формуванні адаптивних моделей поведінки в соціальних взаємодіях.

4. Рефлексія. Цей етап орієнтований на вербалізацію учасниками власних думок, емоційних переживань та вражень від опрацьованого матеріалу. Для тренера він виконує функцію зворотного зв'язку, що дозволяє оцінити ступінь засвоєння змісту заняття та ефективність психокорекційного впливу. Під час першого заняття рефлексивний компонент дає змогу сформулювати очікування, а під час завершального - здійснити підсумковий аналіз отриманого досвіду та оцінити особистісні зміни учасників.

5. Завершення (прощання). Завершальний етап передбачає символічне підбиття підсумків групової взаємодії. Учасники разом із тренером здійснюють аналіз проведеного заняття, оцінюють досягнення поставлених цілей, що сприяє завершенню роботи в конструктивному ключі, формуванню позитивного емоційного досвіду та збереженню мотивації до подальшого особистісного зростання.

Реалізація тренінгової програми сприятиме розвитку в учасників навичок ефективної взаємодії в груповому середовищі, формуванню

уміння уникати конфліктних ситуацій, адаптації до різних соціальних умов, а також підвищенню рівня самоконтролю.

Тренінгова частина консультативно-тренінгової програми реалізується у груповій формі (до 10 осіб). Тривалість одного заняття становить 60 хвилин.

Консультативно-тренінгова програма з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку розроблена на основі інтеграції методичних підходів і практичних напрацювань низки фахівців, зокрема: Л. Магдисюк, Г. Абрамової, Л. Вольнової, С. Немченко, Н. Сиско, І. Смілянець, Н. Шелеп'юк [21, 52].

У таблиці 3.1 представлено загальну структуру консультативно-тренінгової програми. Програма передбачає два основні компоненти. Перша частина має консультативну спрямованість і включає індивідуальні сесії з підлітками. На цьому етапі здійснюється поглиблене вивчення особистісної ситуації клієнта, його соціального середовища, а також оцінка потенціалу до подолання девіантної поведінки. У разі необхідності проводиться додаткова діагностика, визначаються шляхи корекції проблемної поведінки. Особливий акцент робиться на усвідомленні підлітком причин та наслідків власних вчинків, а також на формуванні внутрішньої мотивації до змін (див. додаток Е) [21, 52].

На другому етапі реалізації програми передбачається залучення підлітків до групової взаємодії у форматі психологічного тренінгу. Така форма роботи створює умови для формування відчуття підтримки та психологічної безпеки, що, у свою чергу, підвищує мотивацію учасників до особистісних змін. Тренінгові заняття сприяють розвитку навичок ефективної групової взаємодії, покращенню комунікативної компетентності, усвідомленню власних емоційних станів, подоланню внутрішніх переживань, страхів та інших психологічних бар'єрів.

Зміст консультативно-тренінгової програми охоплює десять тематичних занять, кожне з яких має чітко визначену мету та

психокорекційне спрямування, адаптоване до потреб підлітків із проявами девіантної поведінки (див. табл. 3.1).

Перше заняття спрямоване на розвиток культури міжособистісного спілкування, зокрема - на формування навичок ефективної комунікації та оволодіння елементами невербальної взаємодії.

Метою другого заняття є формування в учасників усвідомлення власної поведінки, а також її впливу на особисте життя й взаємодію з соціальним оточенням.

Третє заняття передбачає аналіз негативістської поведінки, її оцінку та переосмислення з метою формування більш конструктивних моделей реагування.

Четверте заняття присвячене роботі з проявами агресивності: підлітки навчаються розпізнавати агресію, як спрямовану на себе, так і на інших, а також оцінюють власні реакції в конфліктних ситуаціях.

П'яте заняття має на меті розвиток навичок самоконтролю, що є важливою умовою подолання імпульсивної та девіантної поведінки.

Під час шостого заняття учасники засвоюють ефективні стратегії подолання конфліктів, спрямовані на їх конструктивне вирішення без застосування насильства.

Сьоме заняття передбачає вивільнення накопичених негативних емоцій шляхом використання соціально прийнятних способів емоційної розрядки.

Восьме заняття спрямоване на поглиблення самопізнання та розвиток вміння контролювати власну поведінку в умовах групової взаємодії.

Метою дев'ятого заняття є розвиток комунікативних умінь, подолання страху говоріння в аудиторії, формування впевненості у спілкуванні.

Завершальне, десяте заняття покликане узагальнити результати консультативно-тренінгової роботи, активізувати рефлексію щодо змін,

що відбулися, а також допомогти підліткам осмислити власні бажання, сформулювати життєві цілі та спланувати кроки до їх реалізації.

Таблиця 3.1

**Тематичний план реалізації консультативно-тренінгової програми
для підлітків із проявами девіантної поведінки**

Частина I		
1	2	3
Консультативний прийом	I етап: - зустріч; - формування первинної комунікації.	Тривалість 60 хв
	II етап: - збір анамнестичних даних; - ідентифікація проблеми; - поглиблена діагностика (за необхідності); - аналіз попереднього досвіду; - оцінка ресурсного потенціалу клієнта.	
	III етап: - оцінка можливих варіантів вирішення проблеми; - розроблення індивідуального плану дій; - впровадження клієнтом запланованих змін у практичну діяльність; - усвідомлення змін і підбиття підсумків (рефлексія).	
Частина II		
Тема тренінгу	Зміст	Тривалість
1	2	3
1. Міжособистісна комунікація та соціальна взаємодія	- вступна вправа «Привітання і знайомство»; - правила роботи групи під час тренінгу; - психотехнічна вправа «Письмо на руці»; - інформаційне повідомлення; - активізуюча соціометрична вправа «День народження»; - рефлексія заняття.	60 хв
2. Які особливості має моя поведінка та як вона проявляється у взаємодії з іншими людьми?	- рефлексивна вправа «Ваш настрій та побажання»; - вправа «Лінія життя»; - розвивальна вправа «Надбудова»; - вправа «Відсутні ключі»; - комунікативна вправа «Приємний співрозмовник»; - рефлексивна вправа «Зворотній зв'язок».	60 хв

Продовження таблиці 3.1

1	2	3
3. Поведінкові порушення та суб'єктивне сприйняття покарання	- вступна вправа «Привітання і обговорення попереднього заняття»; - мозковий штурм: що таке жорстокість і як вона виникає?; - вправа «Мій світ»; - вправа-дискусія «За що карають і як?» - вправа «Найстрашнішим покаранням для	60 хв

	мене було...»; • вправа «Шикуйся за зростом»; • вправа «Я обожаю...»; • вправа «Вміння вибачати»; • вправа «Скажи комплімент».	
4. Роздуми про роль агресії у власному житті	• вправа «Привітання та обговорення змісту попереднього заняття»; • практична вправа «Моделювання спілкування з агресивною особою»; • вправа на усвідомлення тригерів «Я не приймаю...»; • релаксаційна техніка «Образ водоспаду: зняття емоційної напруги»; • аналітична вправа «Емоційні реакції в соціальних ситуаціях»; • проєктивна вправа «Картонний замок як символ емоційного захисту»; • вправа на рефлексію цінностей «Аукціон життєвих установок»; • завершальна активність «Прощання та побажання на наступне заняття».	60 хв
5. Формування навичок самоконтролю	• вступна вправа «Привітання частинами тсла»; • вправа «Спокійні та агресивні відповіді»; • вправа «Я тобі вибачаю»; • вправа «Вогонь-лід»; • завершальна активність «Прощання, зворотній зв'язок»	60 хв
6. Формування навичок подолання конфліктів	• вправа «Ознайомлення та формулювання очікувань»; • короткий теоретичний блок «Поняття конфлікту та його особливості»; • вправа на позитивне налаштування «Сонячний промінь»; • вправа на побудову взаєморозуміння «Створення моста»; • вправа на усвідомлення конфліктних позицій «Суперечливий стілець»; • заключна вправа «Обмін враженнями та рефлексія».	60 хв

Продовження таблиці 3.1

1	2	3
7. Емоційне розвантаження та регуляція негативних станів	• вступна вправа «Привітання і мої побажання»; • вправа «Зображення емоцій»; • вправа на усвідомлення внутрішньої напруги «Незручність у собі»; • вправа на тілесне розслаблення та зменшення напруження; • вправа на регульоване вивільнення негативних емоцій; • завершальний етап - рефлексія та обговорення емоційних вражень.	60 хв
8. Розвиток умінь	• інтерактивна вправа на знайомство «Що	

керувати власними емоціями та поведінкою	нас об'єднує»; • вправа на формулювання групових норм поведінки; • комунікативна вправа на розвиток рефлексії та самовираження; • вправа на усвідомлення бар'єрів і готовності до вибачення; • соціально-психологічна вправа на розвиток відкритості у спілкуванні. • завершальна активність «Добрі побажання».	60 хв
9. Комунікація як складова особистісного іміджу	• вправа-привітання «Впізнай себе»; • творча вправа «Рекламний ролик»; • вправа «Кажу, що бачу»; • інформаційний блок «Толерантна особистість»; • вправа «Шість або дев'ять»; • завершальна активність «Зворотній зв'язок»	60 хв
10. Моє майбутнє - результат моїх рішень і дій	• вступна активність «Обмін враженнями щодо попередніх занять»; • рефлексивна вправа «Особистісні роздуми»; • морально-етична вправа «Приклад шляхетної поведінки»; • вправа на формування майбутньої орієнтації «Погляд у перспективу»; • рефлексивна вправа «Я вчора, сьогодні, завтра»; • динамічна вправа-руханка «Потяг у майбутнє»; • візуалізаційна вправа «Мандрівка у майбутнє»; • заключна інтеграційна вправа «Відбитки долонь»	60 хв

3.2. Модель консультативно-тренінгової програми з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку

Актуальність розробки та впровадження консультативно-тренінгової програми з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку зумовлена необхідністю цілеспрямованого психокорекційного впливу, спрямованого на подолання деструктивних форм поведінки, розвиток емоційного самоконтролю, підвищення рівня соціальної адаптації та формування навичок конструктивної взаємодії. Запропонована програма поєднує індивідуальну психологічну допомогу

та групову роботу в межах тренінгу, що дозволяє комплексно впливати на основні чинники, які зумовлюють девіантну поведінку. Її зміст, структура та методичне забезпечення адаптовані до особливостей підліткового віку, а також побудовані з урахуванням результатів попереднього емпіричного дослідження.

Частина I

Схема проведення психологічної консультації

I ЕТАП

1. Зустріч з клієнтом.
2. Налагодження конструктивної емоційної взаємодії та створення атмосфери психологічної безпеки.

II ЕТАП

1. Отримання первинної інформації шляхом індивідуального консультативного інтерв'ю з клієнтом.
2. Проведення повторної або уточнювальної психодіагностики; аналіз даних попереднього діагностичного обстеження.
3. Виявлення ключових аспектів проблемної ситуації та ідентифікація внутрішніх і зовнішніх ресурсів клієнта для її подолання.
4. Актуалізація особистого досвіду клієнта як основи для пошуку шляхів вирішення наявної проблеми.

III ЕТАП

1. Ідентифікація та аналітичне опрацювання можливих стратегій розв'язання проблемної ситуації клієнта.
2. Побудова індивідуального плану дій із урахуванням особистісного потенціалу, внутрішніх ресурсів та позитивного досвіду клієнта; за активної участі клієнта у прийнятті рішень, за підтримувальної ролі психолога.
3. Визначення критеріїв контролю та моніторингу ефективності впровадження заходів щодо подолання проблеми.

4. Реалізація клієнтом узгоджених кроків відповідно до розробленого плану.

5. Завершальний етап взаємодії, що передбачає рефлексію, підбиття підсумків та визначення потреби у подальших консультативних зустрічах.

Примітка: У процесі консультування за необхідності застосовуються додаткові діагностичні методики, арттерапевтичні техніки та МАК, вибір яких визначається індивідуальними потребами клієнта. Кількість консультацій також варіюється залежно від стану, запиту та мотивації підлітка [21, 52].

Тривалість одного консультативного сеансу становить 60 хвилин.

Загальна кількість зустрічей варіюється від однієї до десяти, залежно від індивідуальних потреб клієнта та динаміки вирішення проблемної ситуації.

Частина II

Тренінгове заняття 1

Міжособистісна комунікація та соціальна взаємодія

Мета: Дослідити особливості різних стилів спілкування, сформувані практичні навички невербальної взаємодії та сприяти розвитку культури комунікації в підлітковому віці.

Завдання: ознайомити учасників з основними принципами культурного спілкування; сприяти розвитку навичок конструктивної комунікації; активізувати усвідомлення впливу невербальних засобів у процесі міжособистісної взаємодії.

Матеріально-технічне забезпечення: аркуші формату А4, письмове приладдя (олівці, маркери), роздаткові картки з ігровими або рольовими інструкціями.

Хід заняття:

1. Вступна вправа «Привітання і знайомство».

Мета: Сформувати сприятливий соціально-психологічний клімат у групі, активізувати процес згуртування учасників і підвищити рівень взаємної довіри.

Інструкція до виконання: учасникам пропонується вільно пересуватися приміщенням та по черзі вітатися один з одним, використовуючи лише фразу: «Привіт, як твої справи?». Контакт відбувається через рукостискання. Після встановлення контакту з одним учасником, можна переходити до іншого, залишаючи руку попереднього партнера лише після початку нового рукостискання. Завдання полягає в тому, щоб підтримувати безперервний фізичний контакт щонайменше з одним із учасників групи протягом усієї вправи.

Учасники повинні всі привітатися один з одним [21, 52].

2. Правила роботи групи під час тренінгу (груповий статут):

З метою забезпечення ефективної групової динаміки, психологічної безпеки та конструктивної участі всіх учасників, пропонується дотримуватися таких узгоджених правил взаємодії:

бути активним учасником процесу, виявляти зацікавленість і включеність у групову роботу;

поважати позицію, досвід і думку кожного учасника;

дотримуватись принципу черговості у висловлюваннях (говорити по черзі);

вимикати або переводити мобільні телефони у беззвучний режим під час занять;

дотримуватись «правила піднятої руки» при бажанні висловитись;

звертатись один до одного по імені, що сприяє встановленню особистісного контакту;

брати участь у вправах добровільно, але з максимальною відкритістю та щирістю;

дотримуватись принципу «тут і тепер» - зосереджувати увагу на актуальних переживаннях та ситуаціях;

проявляти толерантність, уникати осуду чи критики під час обговорень;

гарантувати конфіденційність сказаного у групі (правило «групової довіри»).

3. Психотехнічна вправа «Письмо на руці».

Мета: розвиток сенсомоторної координації та здатності до трансформації тактильних відчуттів у візуально-символічну інформацію.

Опис вправи. Учасники об'єднуються в пари та розміщуються по колу. Один із партнерів - умовно позначений як «Ніч» - закриває очі. Інший - «День» - залишає очі відкритими та бере праву руку партнера в свою ліву (долонею вгору). Завдання полягає в тому, щоб за допомогою пальця «написати» на долоні партнера окремі друковані літери, які «Ніч» повинен тактильно розпізнати й озвучити. Перед кожним новим написанням попередній символ «стирається» рухом долоні. Після опанування простих символів учасники переходять до складів і незначних слів. Завершується вправа написанням на долоні партнера позитивного або підтримувального слова.

Після завершення першого раунду учасники змінюються ролями

4. Інформаційне повідомлення. Як навчитися говорити? Як виробити відчуття слова? Як зробити, щоб вміння говорити допомогло тобі у житті?

Для того щоб ефективно й змістовно висловлювати власні думки, необхідно постійно вдосконалювати мовлення та розвивати комунікативні навички. Французький письменник-мораліст Ф. де Ларошфуко зазначав, що справжнє красномовство полягає не в багатослівності, а у вмінні висловити все необхідне - без зайвого. Це підкреслює, що велика кількість сказаного не завжди свідчить про глибину змісту.

Мистецтво красномовства є важливим фактором у формуванні суспільного визнання та досягненні успіху. Водночас ефективний

публічний виступ потребує ретельної підготовки, яка передбачає дотримання кількох ключових етапів:

I етап - організація логічної канви;

II етап - пошук форми повідомлення;

III етап - репетиція-перевірка результату.

Корисні рекомендації для ефективного мовлення:

усвідомлюй зміст власного висловлювання - завжди пам'ятай, що саме ти хочеш донести;

досконало володй темою виступу, щоб упевнено відповідати на можливі запитання;

завчасно структуруй повідомлення: визнач мету, основні тези й підсумок;

подавай матеріал послідовно, логічно, чітко та доступно для аудиторії;

слідкуй за мовленнєвою культурою - уникай мовних штамів, слів-паразитів і надмірної емоційності;

використовуй жести помірно - як підсилення, а не заміну слів;

враховуй психологічний стан та реакцію слухачів під час спілкування;

обов'язково проведь репетиції виступу, щоб почуватися впевнено та зменшити хвилювання.

5. Активізуюча соціометрична вправа «День народження».

Мета: розвиток комунікативної компетентності, спостережливості, вміння розпізнавати та аналізувати різноманітні стилі міжособистісного спілкування.

Опис вправи. Учасникам пропонується імітаційна рольова гра з моделюванням ситуації святкового спілкування. На початку кожному учаснику індивідуально присвоюється одна з ролей, пов'язаних із різними стилями поведінки в комунікативному процесі. Усі ролі залишаються конфіденційними до завершення вправи. Завдання учасника - вільно

взаємодіяти в заданій соціальній ситуації, демонструючи характерні ознаки своєї ролі.

Перелік можливих ролей:

Іменинник - ініціює загальну бесіду, підтримує невимушену атмосферу.

Тамада - допомагає створювати святковий настрій, підхоплює розмову.

Всезнайко - прагне коментувати всі висловлювання, домінує в комунікації.

Суперечник - схильний вступати в дискусії, оскаржує висловлювання інших.

Миротворець - намагається розв'язувати суперечки, згладжувати конфлікти.

Незадоволена особа - висловлює критику, демонструє роздратування.

Оригінал - зумисне змінює тему розмови, привносить нестандартні погляди.

Безтактна особа - не дотримується норм ввічливості, робить недоречні зауваження.

Проведення. Ведучий описує ситуацію - святкування дня народження. Після розподілу ролей учасники починають спілкування, відповідно до заданої ролі. Завершенням вправи є рефлексивне обговорення, у якому учасники намагаються ідентифікувати ролі одне одного та проаналізувати особливості різних комунікативних стилів.

6. Рефлексія заняття (підсумкова вправа).

З метою отримання якісного зворотного зв'язку від учасників щодо перебігу тренінгового заняття ведучий пропонує рефлексивну активність, аналогічну до гри «Шпаргалка».

По обидва боки групи передаються два аркуші паперу:

на першому учасники коротко зазначають, що саме їм найбільше сподобалося під час заняття;

на другому – які зміни або доповнення, на їхню думку, варто внести у формат чи зміст групової роботи.

Кожен учасник після внесення власної відповіді згинає аркуш і передає його далі по колу. Таким чином, формується анонімна колективна «шпаргалка» вражень і пропозицій, яка дозволяє тренеру оцінити ефективність зустрічі та врахувати побажання учасників у подальшій роботі.

Тренінгове заняття 2

Які особливості моєї поведінки та як вона проявляється у взаємодії з іншими людьми?

Мета: формування усвідомленого ставлення до власної поведінки та її впливу на якість міжособистісного спілкування; стимулювання мотивації до особистісних змін.

Завдання: сприяти рефлексії поведінкових моделей у соціальних ситуаціях; поглибити розуміння причин власних вчинків; розвивати навички прийняття відповідальних рішень у процесі взаємодії.

Матеріали та технічне забезпечення: аркуші формату А4, інструменти для малювання (олівці, фломастери, маркери), підготовлені таблиці для заповнення учасниками.

Хід заняття:

1. Рефлексивна вправа «Ваш настрій та побажання».

Мета: формування позитивного емоційного фону та налагодження емоційного контакту між учасниками.

Опис вправи. Учасники розміщуються в колі, беруться за руки. По черзі кожен учасник висловлює позитивну емоцію, яку він переживає в даний момент, та адресується з побажанням добробуту або підтримки до інших учасників групи. Така форма взаємодії сприяє створенню

сприятливої психологічної атмосфери, розвитку емпатії та згуртованості колективу.

2. Вправа «Лінія життя».

Мета: розвиток усвідомлення причинно-наслідкових зв'язків власних дій та формування навичок відповідальної поведінки.

Опис вправи. Учасникам пропонується візуалізувати свій життєвий шлях у вигляді лінії - від моменту народження до уявної точки завершення життя. На лінії учні розміщують картки з ключовими подіями свого минулого, теперішнього та бажаного майбутнього. Далі тренер моделює ситуацію ризику (наприклад, вживання алкоголю або наркотиків) і просить учасників осмислити, як це може змінити траєкторію їхнього життя. Вправа сприяє формуванню відповідальності за прийняті рішення та критичного ставлення до ризикованої поведінки.

3. Розвивальна вправа «Надбудова».

Мета: формування та вдосконалення навичок адаптивного спілкування шляхом практичного моделювання різних комунікативних стилів.

Опис вправи. В основі вправи - опрацювання трьох комунікативних «надбудов», що використовуються в театральному мистецтві для відображення позиції особистості у взаємодії (надбудова «зверху» - поза та невербальна поведінка сигналізують про зверхність, домінування, зневагу до оточення; надбудова «знизу» - поведінка відображає невпевненість, почуття меншовартості, підкреслену підлеглість у взаємодії; надбудова «на рівні» - характеризується відкритістю, партнерським ставленням, доброзичливістю та рівноправною позицією в спілкуванні).

Інструкція до виконання. Учасникам пропонується вільно пересуватись по кімнаті, послідовно відтворюючи кожен з трьох надбудов через міміку, поставу, ходу та манеру руху.

Після виконання вправи проводиться обговорення пережитих відчуттів, труднощів та рефлексія щодо особистісних комунікативних установок.

4. Вправа «Відсутні ключі».

Мета: розвиток у підлітків навичок відповідального прийняття рішень, усвідомлення себе як активного суб'єкта власної життєдіяльності.

Опис вправи. Учасники отримують опис проблемної ситуації, яка потребує аналітичного підходу. Завдання полягає у виокремленні ключової інформації, необхідної для прийняття виваженого рішення. Тренер пропонує ситуацію для групового аналізу (проблемна ситуація): «Як досягти успіху в житті?»

Хід роботи. Після ознайомлення з умовами завдання, група формує перелік відомостей, які є критично необхідними для ефективного вирішення проблеми. Учасники здійснюють відбір релевантної інформації та обґрунтовують свій вибір.

Вправа завершується колективним обговоренням процесу прийняття рішень, оцінкою власної активності та рефлексією.

5. Комунікативна вправа «Приємний співрозмовник».

Мета: формування уявлення про комунікативні якості, що сприяють ефективній взаємодії в процесі спілкування.

Опис вправи. Учасникам пропонується обговорити значення поняття «приємний співрозмовник», а також визначити риси характеру, комунікативні навички та соціально-психологічні вміння, які, на їхню думку, цьому сприяють. Серед можливих варіантів – уміння уважно слухати, толерантність, доброзичливість, доречне почуття гумору, змістовність висловлювань тощо.

Результати обговорення фіксуються у вигляді узагальненої таблиці:

Таблиця 3.2

Бланк для роботи у вправі «Приємний співрозмовник»

№	Перелік рис	1	2	3	4	5	
---	-------------	---	---	---	---	---	-------

п/п							
1	Вміння слухати						
2	Тактовність						
3	Змістовність						
4	Ім'я						
5							
№							

Кожен учасник самостійно здійснює первинне самооцінювання за визначеними критеріями, використовуючи 10-бальну шкалу. Відповідні бали фіксуються у першій колонці таблиці.

Далі, перебуваючи в загальному колі, учасники по черзі передають свої таблиці праворуч. Кожен учасник, отримавши таблицю сусіда, здійснює зовнішнє оцінювання за тими ж критеріями та фіксує результат у другій колонці. Цей процес повторюється, доки таблиця не повернеться до її власника.

На завершення організовується обговорення, під час якого учасники аналізують розбіжності між самооцінкою та оцінками інших, а також роблять висновки щодо ефективності власного стилю спілкування.

6. Рефлексивна вправа «Зворотній зв'язок».

Учасники діляться власними враженнями щодо участі в програмі, висловлюють, чи були реалізовані їхні початкові очікування, які внутрішні зміни відбулися та який особистісний досвід був набутий у процесі роботи.

Тренінгове заняття 3

Поверінкові порушення та суб'єктивне сприйняття покарання

Мета: виявлення схильності особистості до негативізму у поведінкових реакціях, розвиток здатності адекватно сприймати конструктивну критику та об'єктивні зауваження.

Завдання: формування навичок емоційного самоконтролю, розвиток толерантного ставлення до критичних висловлювань.

Матеріально-технічне забезпечення: аркуші формату А4, кольорові олівці, фломастери.

Хід заняття:

1. Вступна вправа «Привітання і обговорення попереднього заняття».

Учасники по черзі озвучують власні враження, суб'єктивні оцінки та рефлексивні судження щодо змісту й організації попереднього заняття.

2. Мозковий штурм що таке жорстокість і як вона виникає?

Мета: здійснення аналізу соціально-психологічних передумов виникнення жорстокості в міжособистісних взаємодіях.

Хід вправи. Учасники по черзі формулюють власне визначення поняття «жорстокість» та висловлюють бачення причин її виникнення.

Рефлексивна частина: узагальнюються спільні та відмінні позиції учасників, акцентується увага на ключових факторах, що сприяють формуванню жорстокої поведінки.

3. Вправа «Мій світ».

Мета: здійснення саморефлексії та аналізу мікросоціального оточення особистості.

Хід вправи. Учасникам пропонується створити графічну репрезентацію власного соціального середовища, зобразивши себе, близьке оточення (родину, друзів, опонентів), а також символічно відтворити свій актуальний життєвий стан. Після завершення роботи кожен учасник презентує свій малюнок, здійснюючи інтерпретацію соціальних зв'язків та особистісного ставлення до них.

Рефлексивна частина: обговорення змін, які учасники хотіли б реалізувати у власному соціальному просторі для покращення психологічного комфорту та емоційного добробуту.

4. Вправа-дискусія «За що карають і як?»

Мета: критичне осмислення явища покарання, його функцій, наслідків та ефективності у міжособистісних стосунках.

Хід роботи. Учасникам пропонується висловити власне ставлення до покарань як соціального та виховного явища. Обговорення охоплює питання доцільності, конструктивності чи деструктивності покарань, а також аналіз їх впливу на поведінку, мотивацію та емоційний стан особистості.

5. Вправа «Найстрашнішим покаранням для мене було...»

Мета: розвиток навичок відвертого емоційного самовираження та конструктивного спілкування в умовах психологічної безпеки.

Опис активності: Учасникам пропонується пригадати та обговорити ситуації з особистого досвіду, пов'язані з пережитим покаранням. Розповідь починається з фрази: «Найболючішим покаранням для мене було...».

Після обміну історіями учасники спільно аналізують почуття, що виникли в таких ситуаціях, їхній вплив на подальшу поведінку та міжособистісні стосунки.

6. Вправа «Шикуйся за зростом».

Мета: зниження рівня емоційної напруги та створення умов для психологічного розвантаження.

Опис активності. Учасники розташовуються в колі, заплющують очі й, не відкриваючи їх, мають вишикуватися за зростом. Дозволено кілька спроб, що сприяє розвитку невербальної комунікації та командної взаємодії в умовах сенсорного обмеження.

7. Вправа «Я обожнюю...»

Мета: актуалізація позитивного досвіду та ресурсного потенціалу підлітків.

Опис активності: учасникам пропонується пригадати та назвати те, що викликає в них позитивні емоції, задоволення чи захоплення у повсякденному житті.

Після індивідуального висловлювання проводиться обговорення в групі з акцентом на виявлення спільних цінностей і позитивних переживань.

8. Вправа «Вміння вибачати».

Мета: розвиток навичок конструктивної соціальної взаємодії, формування навичок емпатії, толерантності та усвідомленого ставлення до понять прощення й відповідальності.

Форма роботи: дискусійне обговорення.

Зміст активності: учасники групи беруть участь у дискусії на тему: «Чи всі вчинки заслуговують на прощення і за яких умов?». Здійснюється аналіз особистих і суспільних уявлень про межі прощення, відмінності в контекстах «кого» і «за що» можна або не можна пробачити. Обговорення спрямоване на усвідомлення важливості морального вибору, самоповаги та поваги до інших.

9. Вправа «Скажи комплімент». Зворотній зв'язок.

Мета: сприяти налагодженню емоційно позитивних міжособистісних зв'язків у групі; виявити динаміку змін у ставленні учасників один до одного після проходження попередніх етапів програми.

Опис: кожен учасник звертається до іншого з щирим компліментом або позитивною характеристикою. Вправа завершується колом зворотного зв'язку, під час якого учасники діляться своїми відчуттями та спостереженнями щодо змін у взаємному сприйнятті впродовж тренінгового процесу.

Тренінгове заняття 4

Роздуми про роль агресії у власному житті

Мета: здійснити рефлексивний аналіз причин агресивної поведінки в особистому та соціальному контексті; стимулювати критичне осмислення доцільності використання агресії як засобу взаємодії.

Завдання: формувати навички саморегуляції та подолання агресивних імпульсів, розвивати альтернативні стратегії конструктивного реагування.

Необхідне обладнання: аркуші паперу, кольоровий картон, канцелярський скотч, фломастери, аудіозапис із фоновою релаксаційною музикою.

Хід заняття:

1. Привітання та обговорення змісту попереднього заняття.

Учасники посергово висловлюють свою думки стосовно попереднього заняття.

2. Практична вправа «Моделювання спілкування з агресивною особою».

Мета: здійснити аналіз проявів агресивної поведінки в міжособистісній взаємодії; стимулювати учасників до усвідомлення важливості конструктивного спілкування та уникнення негативізму.

Форма роботи: учасники працюють у парах, по черзі виконуючи ролі агресивного та ввічливого співрозмовника з метою дослідити особистісні реакції в умовах комунікативної напруги.

Рефлексивне обговорення:

Наскільки легко було виконувати завдання?

Які емоції виникали у відповідь на агресивну поведінку партнера?

Які висновки можна зробити щодо впливу агресивної взаємодії на якість спілкування?

3. Вправа на усвідомлення тригерів «Я не приймаю...»

Мета: здійснити рефлексивний аналіз внутрішніх і зовнішніх установок, сформованих у підлітків у процесі соціалізації; активізувати здатність до усвідомленого вираження особистих почуттів, потреб і меж; сприяти розвитку навичок конструктивної комунікації та взаємодії в групі.

Форма реалізації: кожен учасник має змогу вербалізувати свої емоційні реакції шляхом завершення фрази «Я не терплю...», що сприяє формуванню навичок емоційного самовираження та підвищенню рівня самопізнання.

4. Релаксаційна техніка «Образ водоспаду: зняття емоційної напруги».

Мета: розвиток навичок саморегуляції та психоемоційного розвантаження засобами візуалізації.

Сядьте зручніше і закрийте очі. Два-три рази глибоко вдихніть і видихніть. Уявіть собі, що ви стоїте біля водоспаду. Але це не зовсім звичайний водоспад. Замість води в ньому падає вниз м'яке біле світло. Тепер уявіть себе під цим водоспадом і відчуйте, як це прекрасне біле світло струменіє по вашій голові... Ви почувєте, як розслабляється ваше чоло, м'язи ший. Біле світло тече по ваших плечах, потилиці і допомагає їм стати м'якими і розслабленими. Біле світло стікає з вашої спини, і ви відчуваєте, як в спині зникає напруга, і вона теж стає м'якою і розслабленою. А світло тече по ваших грудях, по животі. Ви відчуваєте, як вони розслаблюються і ви самі собою, без усякого зусилля, можете глибше вдихати і видихати. Це дозволяє вам відчувати себе дуже розслаблено і приємно [21, 52].

Нехай світло тече також по ваших руках, по долонях, по пальцях. Ви відчуваєте, як руки і долоні стають м'якше. Світло тече по ногах. Спускається до ваших ступнів. Ви відчуваєте, що і вони розслаблюються і стають м'якими. Цей дивний водоспад з білим світлом обтікає все ваше тіло. Ви відчуваєте себе зовсім спокійно і безтурботно, і з кожним вдихом і видихом ви все глибше розслаблюєтесь і наповняєтесь свіжими силами... (30 секунд) [21, 52].

Тепер подякуйте цьому водоспадові світла за те, що він вас так чудово розслабив... трохи потягніться, випряміться і відкрийте очі [21, 52].

5. Аналітична вправа «Емоційні реакції в соціальних ситуаціях».

Мета: створення умов для спільного емоційного досвіду, розвитку уяви та емпатії через моделювання ситуаційної взаємодії.

Опис вправи: учасники вільно пересуваються простором. Психолог послідовно звертається до учасників, називаючи їхні імена, та пропонує кожному продовжити уявну ситуацію (наприклад, «ми опинилися в лісі...»). Через кожні 20–30 секунд ініціатива передається наступному учаснику.

Рефлексія: після завершення вправи учасники обговорюють свої емоційні переживання, зосереджуючись на почуттях, що виникли під час колективної уявної взаємодії.

6. Проєктивна вправа «Картонний замок як символ емоційного захисту».

Мета: розвиток навичок командної взаємодії та невербальної комунікації в умовах обмеження вербального спілкування.

Опис вправи: учасники поділяються на дві підгрупи. Кожна команда отримує 20 аркушів картону та скотч із завданням побудувати «замок». Особливістю завдання є заборона на вербальне спілкування між учасниками під час виконання роботи. Тривалість виконання – 20 хвилин. Після завершення представники кожної команди презентують результат.

Рефлексія:

Як відбувалася взаємодія у групі?

Чи вистачило матеріалів для реалізації задуму?

Хто проявив ініціативу та взяв на себе функцію координатора?

Який був емоційний клімат у групі?

Як вам вдавалося порозумітись без слів?

Які труднощі виникали через обмеження на вербальну комунікацію?

7. Вправа на рефлексію цінностей «Аукціон життєвих установок».

Мета: ознайомлення учасників з одним із способів зниження рівня емоційної напруги шляхом символічного вираження негативних переживань.

Опис вправи: учасникам пропонується за допомогою письма або малюнка на аркуші паперу передати власні негативні емоції, після чого аркуш рветься на дрібні частини як метафора позбавлення від напруження.

8. Завершальна активність «Прощання та побажання на наступне заняття».

Мета: сприяння збереженню доброзичливої, емоційно комфортної атмосфери в групі для підвищення ефективності міжособистісної взаємодії.

Тренінгове заняття 5

Формування навичок самоконтролю

Мета: формування вмінь ефективного контролю над поведінковими реакціями у складних ситуаціях.

Завдання: поглиблення обізнаності учасників щодо способів самостійного регулювання власного емоційного стану.

Матеріали: аркуші формату А4, ручки або олівці.

Хід заняття:

1. Вступна вправа «Привітання частинами тіла».
2. Вправа (рольова гра) «Спокійні та агресивні відповіді».

Мета: розвиток здатності реагувати на ситуації відповідно до соціально прийнятних норм.

Учасники мають змогу змодельовати три варіанти поведінки - спокійну, впевнену та агресивну - у заданих обставинах. Сценарії ситуацій формуються спільно з тренером, а кожен учасник працює з однією конкретною ситуацією.

3. Вправа «Я тобі вибачаю».

Мета: розвиток уміння пробачати та емоційно відпускати образи.

Учасники утворюють коло та пригадують ситуації, у яких відчували образу. Ведучий по черзі обирає учасника, який має підійти до трьох інших членів групи й символічно вибачити їм почуті образи, незалежно від того, чи стосуються вони саме цих людей. Важливо не повторювати вибачення тим, хто безпосередньо висловив згадану образу. Гра триває за принципом передавання ініціативи.

4. Вправа «Вогонь - лід».

Мета: зниження рівня психофізіологічної напруги та формування позитивного емоційного фону.

Вправа передбачає чергування активного руху та повного м'язового напруження в ігровій формі. Учасники стають у коло. Після команди «вогонь» починають рухатись довільно, обираючи власну динаміку. Команда «лід» передбачає миттєву зупинку в довільній позі з максимальною фіксацією всього тіла. Після завершення кількох циклів (5–10 хв) відбувається обговорення відчуттів та емоцій

5. Завершальна активність «Прощання, зворотній зв'язок».

Учасники діляться враженнями щодо реалізації власних очікувань та бажань, а також озвучують особисті здобутки від участі у занятті.

Тренінгове заняття 6

Формування навичок подолання конфліктів

Мета: сформувати вміння конструктивного подолання конфліктних ситуацій за допомогою позитивних методів.

Завдання: розвиток навичок взаєморозуміння, освоєння ефективних способів виходу з конфліктів; отримання зворотного зв'язку від учасників щодо поточного та попередніх занять, формулювання підсумкових висновків.

Обладнання та матеріали: аркуші формату А4, канцелярське приладдя (олівці, ручки, фломастери).

Хід заняття:

1. Вправа «Привітання та мої побажання».

Учасники формулюють власні очікування від заняття та визначають особисті цілі, яких прагнуть досягти впродовж його проведення.

2. Короткий теоретичний блок «Поняття конфлікту та його особливості».

3. Вправа на позитивне налаштування «Сонячний промінь».

Мета: розвиток здатності до самопізнання та рефлексії.

Учасникам пропонується намалювати сонце, на променях якого зазначити п'ять своїх позитивних та п'ять негативних рис характеру.

4. Вправа на побудову взаєморозуміння «Створення моста».

Мета: виявлення індивідуальних стратегій взаємодії у конфліктних ситуаціях і апробація їх через особистий досвід.

Тренер за допомогою крейди окреслює на підлозі вузький «місток», який слугуватиме метафорою простору взаємодії.

Інструкція: «Уявіть собі, що цей вузький місток пролягає високо в горах через глибоку прірву. Ви стоїте на одному кінці містка, а на іншому стоїть ваш партнер. Ви починаєте йти на зустріч одне одному і ваше головне завдання розминутися на містку так, щоб ніхто не впав у прірву». Після того як кожен учасник побував у парі з іншими, вправу вважають завершеною. Завершальний етап включає обговорення, під час якого учасники діляться труднощами, які виникли в процесі виконання завдання.

5. Вправа на усвідомлення конфліктних позицій «Суперечливий стілець».

Мета: емоційне розвантаження, моделювання проблемної ситуації та пошук шляхів її вирішення.

У центрі кімнати розміщується стілець, який символізує особисту проблему кожного учасника. По черзі учасникам пропонується взаємодіяти зі стільцем у спосіб, що відображає їхню типову поведінку в аналогічній життєвій ситуації (наприклад, накричати, вдарити, сісти, відштовхнути тощо).

6. Заключна вправа «Обмін враженнями та рефлексія».

Учасники діляться враженнями щодо реалізації власних очікувань і побажань, обговорюють особисті результати та нові усвідомлення, здобуті в ході заняття.

Тренінгове заняття 7

Емоційне розвантаження та регуляція негативних станів

Мета: створення умов для емоційного розвантаження та зниження внутрішньої напруги.

Завдання: сприяти усвідомленню власного емоційного стану та формуванню навичок конструктивного вираження негативних емоцій.

Обладнання та матеріали: аркуші формату А4, письмове приладдя.

Хід заняття:

1. Вступа вправа «Привітання і мої побажання».

Учасники формулюють власні очікування від заняття та визначають індивідуальні цілі, яких прагнуть досягти в межах навчально-тренінгової активності.

2. Вправа «Зображення емоцій».

Мета: розвиток здатності ідентифікувати тілесні сигнали та передавати їх за допомогою невербальних засобів, здійснення самооцінки внутрішнього емоційно-фізичного стану.

Учасникам пропонується зосередитися на тілесних відчуттях та виразити їх невербально у груповому колі. Під час подальшого обговорення акцентується увага на усвідомленні причин позитивного або негативного фізичного самопочуття.

3. Вправа на усвідомлення внутрішньої напруги «Незручність у собі».

Мета: актуалізація внутрішніх психологічних труднощів з метою їх подальшого опрацювання та емоційне розвантаження шляхом вивільнення накопичених негативних переживань.

Інструкція до вправи: Сформууйте загальне коло. Поміркуйте, будь ласка, що відбувається, коли у ваше взуття потрапляє дрібний камінець. Спочатку він може здаватися незначною перешкодою - ви продовжуєте рухатися, не звертаючи на нього особливої уваги. Згодом неприємні відчуття посилюються, але ви можете не одразу їх усунути. Якщо камінчик залишиться у взутті надовго, він може спричинити фізичний дискомфорт або навіть травмування стопи. Те саме відбувається і з емоційним дискомфортом: невисловлені почуття, хвилювання чи роздратування можуть накопичуватися, переростаючи в серйозні проблеми.

Саме тому важливо вчасно «помічати свої камінці» та відкрито говорити про них. Зараз кожному з вас пропонується подумати, чи є щось, що викликає внутрішню напругу або заважає зосередитись. Якщо такого немає - скажіть: «У мене немає камінчика у черевіку». Якщо є - скажіть: «У мене є камінчик у черевіку» - і, за бажанням, поділіться, що саме вас турбує.

4. Вправа на тілесне розслаблення та зменшення напруження.

Мета: розвиток здатності до контролю над негативними емоційними станами, усвідомлення тілесного напруження та вивчення методів його саморегуляції.

Опис вправи. Учасники групи розміщуються на стільцях у колі. За інструкцією ведучого кожен змінює свою зручну позу на навмисне дискомфортну (наприклад, нахилиє голову до плеча, тягнеться рукою до задньої ніжки стільця, дістає предмет із підлоги тощо). Утворене м'язове напруження або «зажим» фіксується на кілька секунд. Учасники мають усвідомити локалізацію напруження, сконцентрувати на ньому увагу та свідомо розслабити напружену ділянку тіла шляхом вольового зусилля.

Рефлексія. У процесі обговорення ведучий ставить орієнтовні запитання:

Чи виникали труднощі під час спроби зняти напруження?

Яким чином вдалося впоратись із м'язовим зажимом?

Кожен учасник має змогу поділитися власним досвідом переживання тілесного напруження та його подолання.

5. Вправа на регульоване вивільнення негативних емоцій.

Мета: формування готовності до конструктивної взаємодії в групі, вивільнення накопичених негативних емоцій шляхом їх вербалізації.

Опис вправи. Кожному учаснику надається можливість висловити іншим членам групи те, що викликає у нього роздратування, обурення або внутрішній дискомфорт, звертаючись до конкретної особи. Адресат звернення не відповідає, не заперечує і не виправдовується, а спокійно приймає висловлену інформацію, демонструючи активне слухання. Такий формат взаємодії сприяє емоційному розвантаженню, зменшенню напруги у міжособистісних стосунках і створенню безпечного простору для подальшої роботи.

6. Рефлексія та обговорення емоційних вражень

Учасники формулюють висновки щодо відповідності отриманого досвіду попереднім очікуванням, усвідомлюють особистісні здобутки та окреслюють значущі аспекти участі у занятті.

Тренінгове заняття 8

Розвиток умінь керувати власними емоціями та поведінкою

Мета: розвиток самосвідомості, навичок самоконтролю та ефективної міжособистісної взаємодії у груповому середовищі.

Завдання: сприяти усвідомленню власної поведінки в умовах групової взаємодії, формуванню здатності до самоспостереження та емоційної регуляції.

Матеріально-технічне забезпечення: аркуші формату А4, письмове приладдя, м'яч.

Хід заняття:

1. Інтерактивна вправа на знайомство «Що нас об'єднує?».

Мета: розвиток навичок групової перцепції та усвідомлення спільних рис, що об'єднують учасників.

Завдання: формування відчуття приналежності до групи, поглиблення міжособистісного сприймання через виявлення спільних характеристик та досвіду.

2. Вправа на формулювання групових норм поведінки.

Мета: актуалізувати та закріпити правила взаємодії в груповому форматі.

Зміст діяльності: учасники розподіляються на підгрупи за кількістю попередньо сформульованих правил взаємодії. Кожна підгрупа отримує одне правило і, використовуючи невербальні засоби (міміку та жести), демонструє його решті учасників. Інші члени групи мають ідентифікувати показане правило.

3. Комунікативна вправа на розвиток рефлексії та самовираження.

Мета: активізувати знання учасників щодо розпізнавання та усвідомлення емоційного стану.

Зміст діяльності: тренер розпочинає речення, яке кожен учасник по черзі завершує, демонструючи здатність ідентифікувати та вербалізувати власні емоції:

радісно - це коли...

сумно - це коли...

спокійно - це коли...

цікаво - це коли...

приємно - це коли...

тривожно - це коли...

страшно - це коли...

образливо - це коли...

обурливо - це коли...

нестерпно - це коли...

відчуваюся винуватим, коли...

відчуваю вдячність, коли...

повага - це коли...[21, 52].

4. Вправа на усвідомлення бар'єрів і готовності до вибачення.

Мета: сформувати навички усвідомлення власних помилок і готовності до вибачення.

Зміст діяльності: учасники по черзі озвучують притаманний їм стиль вибачення, після чого здійснюється рефлексивне обговорення труднощів і бар'єрів у процесі вибачення — зокрема, кому легше просити пробачення, а кому складніше.

5. Соціально-психологічна вправа на розвиток відкритості у спілкуванні.

Мета: сформувати навички адекватного емоційного вираження.

Опис: учасники поділяються на дві рівні підгрупи, які формують зовнішнє та внутрішнє коло. Після початку руху в протилежних напрямках, за сигналом тренера кола зупиняються, і кожен учасник утворює пару з тим, хто опинився навпроти. Після формування пар тренер оголошує подальші інструкції, що передбачають виконання завдань, пов'язаних із вираженням емоцій. Зокрема:

Ви зустрілися після довгої розлуки. А до цього були в добрих, але не дуже близьких стосунках.

Ви були близькими друзями в дитинстві. Одного з вас батьки на рік відвезли в інше місто. Ви зустрілися вперше після річної розлуки.

Людина, яка стоїть напроти тебе, боязка, і в неї має відбутися важлива розмова. Підбадьор її. Спочатку «боязкі» будуть стояти у внутрішньому колі, потім – у зовнішньому.

Ця людина робила для тебе щось дуже приємне і не дуже просте. Ти щойно про це довідався.

Тобі тільки нещодавно стало відомо, що ця людина зробила щось незвичайне (поставила рекорд чи завоювала призове місце, перемогла на олімпіади чи конкурсі, написала пісню тощо), і от ви зустрілися.

Йому сьогодні дуже не поталанило. Він, звичайно, не подає виду, але ти, його друг - розумієш, наскільки йому важко на душі [21, 52].

Рефлексія: кожен учасник фіксує письмово позитивні висловлювання, отримані під час заняття (наприклад, найбільш приємний комплімент, щире підбадьорення, вдячність тощо). Після збору аркушів тренер анонімно зачитує записи в групі з метою актуалізації позитивного емоційного досвіду та посилення згуртованості.

6. Завершальна активність «Добрі побажання».

Мета: підбиття підсумків групової взаємодії за день, закріплення позитивного емоційного фону.

Опис: учасники по черзі висловлюють сусіду доброзичливе побажання або приємну думку. Після завершення кола тренер узагальнює висловлені побажання, сприяючи завершенню заняття на позитивній ноті.

Тренінгове заняття 9

Комунікація як складова особистісного іміджу

Мета: розвиток комунікативних умінь, мислення (логічного та образного), а також розумових здібностей учасників.

Завдання: сприяти вдосконаленню навичок міжособистісного спілкування.

Матеріали: аркуші формату А4, письмове приладдя, матеріали для малювання.

Хід заняття:

1. Вправа - привітання «Впізнай себе».

Мета: розвиток навичок комунікації, логічного мислення та вміння формулювати запитання.

Опис вправи: кожному учаснику на спину прикріплюється картка з іменем відомої особистості (актор, політик, історичний діяч, казковий персонаж тощо). Учасник не бачить своєї картки, проте інші можуть її читати. Завдання гравця - шляхом формулювання запитань, які

передбачають відповіді «так» або «ні», з'ясувати, яке ім'я зазначено на його картці.

У процесі гри учасники взаємодіють, пересуваються по кімнаті, ставлять один одному запитання та допомагають дійти до розгадки.

2. Творча вправа «Рекламний ролик».

Мета: розвиток навичок позитивної само- і взаємопрезентації, комунікаційних здібностей, креативного мислення та командної взаємодії.

Інструкція до виконання вправи. Учасники тренінгової групи виконуватимуть завдання, пов'язане з підготовкою та демонстрацією рекламного повідомлення. Рекламний об'єкт - один із учасників групи. Кожен учасник витягує картку з іменем іншого учасника (може дістатися і власне ім'я), не показуючи її нікому.

У завданні потрібно уявити цю людину не як особу, а як товар або послугу (наприклад, технічний пристрій, засіб пересування, будівлю, вид сервісу тощо), який потрібно прорекламувати, не розкриваючи імені. Необхідно описати його/її найкращі риси через характеристики обраного товару, створити позитивний образ і вказати, на яку цільову аудиторію спрямована реклама.

Критерії виконання: тривалість виступу - до 1 хвилини; дозволяється використовувати наявні в кімнаті предмети як реквізит. можна залучати інших учасників до участі в сценці; після виступу група намагається відгадати, хто саме був об'єктом реклами.

Час на підготовку: 10 хвилин

3. Вправа «Кажу, що бачу».

Метою вправи є розвиток навичок об'єктивного спостереження та формування вміння описувати поведінку інших осіб без оціночних суджень.

Опис поведінки передбачає фіксацію конкретних зовнішніх дій, що спостерігаються, без інтерпретації мотивів, емоційних установок або

особистісних якостей. Опанування цього вміння сприяє налагодженню конструктивної комунікації та зниженню рівня міжособистісної напруги. Порівняння: висловлювання типу «Олена - ти нечепура» є оціночним і може спричинити конфлікт. Натомість висловлювання «Наталко, ти не прибрала свою постіль» - описовий коментар до конкретної поведінки. Учасники сидять у колі та по черзі формулюють нейтральні описові твердження щодо поведінки інших учасників. Приклади прийнятних висловлювань: «Микола сидить, поклавши ногу на ногу», «Катерина посміхається».

4. Інформаційне повідомлення «Толерантна людина».

Поняття толерантності вперше набуло поширення у XVIII столітті. У своєму творі «Трактат про віротерпимість» французький просвітитель Вольтер зауважував, що помилковим є переконання в необхідності однакового мислення всіх людей щодо певних питань.

Сутність толерантності інтерпретується по-різному залежно від культурно-історичного контексту тієї чи іншої нації. Так, у британській традиції вона розглядається як здатність приймати іншу людину без внутрішнього протесту; у французькій культурі - як визнання свободи особистості, її поглядів, переконань і стилю поведінки. У китайській мові бути толерантним означає виявляти великодушність до інших. В арабському світі термін асоціюється з прощенням, терпимістю і співчуттям, а в перській - додатково передбачає готовність до примирення.

У сучасному розумінні толерантність трактується як вияв поваги до інших, визнання рівності, відмова від насильства, домінування та нав'язування власних поглядів. Це також прийняття права кожної людини на власну думку, переконання та спосіб життя.

Чіткий поділ людей на толерантних і нетолерантних є доволі умовним, адже у поведінці кожної особистості можна простежити як толерантні, так і нетолерантні дії. Проте здатність діяти толерантно може

сформуватися як стійка особистісна риса та істотно підвищити ефективність соціальної взаємодії. Люди з розвиненим почуттям толерантності, як правило, об'єктивно усвідомлюють свої сильні та слабкі сторони, здатні до самокритики й не схильні перекладати відповідальність за власні труднощі на інших.

Однією з характерних ознак толерантної особистості є почуття гумору та вміння з іронією ставитися до власних недоліків. Це знижує потребу у приниженні інших та сприяє доброзичливому, рівноправному спілкуванню. Людина з розвинутою толерантністю здатна адекватно оцінювати себе, при цьому підтримуючи позитивне й поважне ставлення до оточення.

5. Вправа «Шість або дев'ять».

На аркуші паперу зображається цифра 6 або 9 так, щоб при спостереженні з різних боків вона виглядала по-різному. До участі запрошуються два добровольці або формуються дві команди, які розміщуються по обидва боки зображення. Завдання кожної сторони - переконати опонентів у правильності своєї точки зору: одна сторона стверджує, що бачить цифру 6, інша - 9.

Обговорення. Учасникам пропонується проаналізувати важливість уміння стати на позицію іншого, побачити ситуацію під його кутом зору. Робиться акцент на тому, що впевненість у винятковості власної думки, ігнорування перспективи співрозмовника є факторами, що провокують міжособистісні конфлікти.

Психолого-педагогічний висновок. Конструктивне спілкування передбачає вміння слухати, враховувати думку іншого, виявляти повагу до співрозмовника незалежно від його соціального статусу, етнічного походження чи особистісних особливостей. Таке спілкування набуває характеру толерантної взаємодії та є основою гармонійних соціальних стосунків.

6. Завершальна активність «Зворотній зв'язок».

Учасники висловлюють власні враження щодо реалізації попередніх очікувань, оцінюють здобутий досвід та визначають особистісну цінність участі в занятті.

Тренінгове заняття 10

Моє майбутнє - результат моїх рішень та дій

Мета: формування навичок саморефлексії, розвиток комунікативної компетентності та здатності до життєвого планування.

Завдання: сприяти глибшому розумінню власної особистості, опануванню навичок планування та осмисленню індивідуального життєвого шляху.

Необхідні матеріали: аркуші формату А4, фломастери, м'яка іграшка як символічний об'єкт для активізації емоційної взаємодії.

Хід заняття:

1. Вступна активність «Обмін враженнями щодо попередніх занять».

Мета: вивчення ставлення учасників до результатів занять.

2. Рефлексивна вправа «Особистісні роздуми».

Мета: сприяння формуванню конструктивних життєвих настанов, розвитку критичного мислення, самосвідомості та відповідального ставлення до власної поведінки.

Хід вправи: учасникам пропонується для осмислення вислів Й. В. Гете: «Неможливо завжди бути героєм, але завжди можна залишатися людиною».

Учасники по черзі висловлюють власне бачення змісту цитати, передаючи м'яку іграшку як символ черговості висловлювань.

3. Морально-етична вправа «Приклад шляхетної поведінки».

Мета: формування в підлітків усвідомлення значущості особистого вибору та його впливу на життєві обставини, міжособистісні стосунки й емоційний стан.

Хід вправи: підліткам пропонується згадати ситуацію, у якій їм доводилося свідомо відмовлятися від власних інтересів чи задоволень заради іншої людини. Обговорення передбачає з'ясування мотивів такої поведінки, емоційних переживань, ролі власної ініціативи чи зовнішнього впливу (прохання, тиску, звернення).

Після індивідуальних роздумів учасники діляться власними досвідами в групі.

4. Вправа на формування майбутньої орієнтації «Погляд у перспективу».

Мета: сприяти формуванню в учнів підліткового віку усвідомленого ставлення до життєвого планування, визначення особистісних цілей та орієнтації на майбутнє.

Зміст вправи: учасникам пропонується визначити та письмово зафіксувати найбільш значущі цілі, яких вони прагнуть досягти в короткостроковій перспективі. Оформлення здійснюється у вигляді таблиці довільної структури, що відображає пріоритетні напрями самореалізації.

Рефлексія: учасники аналізують власні життєві цілі, діляться думками щодо їхньої досяжності, значущості та можливих шляхів реалізації. Обговорення спрямоване на зміцнення мотивації, самоусвідомлення та розвиток відповідального ставлення до особистого майбутнього.

5. Рефлексивна вправа «Я в минулому. Я тепер. Я в майбутньому.».

Мета: сприяти формуванню позитивної життєвої перспективи та усвідомленню динаміки особистісного розвитку в контексті минулого, теперішнього й майбутнього.

Зміст завдання: учасникам пропонується графічно зобразити себе в трьох часових вимірах - минулому, теперішньому та майбутньому. Малюнки мають відображати особистісні характеристики, життєві обставини та очікування, пов'язані з кожним періодом.

Обговорення: учасники презентують власні роботи, співвідносять зображення між собою, аналізують динаміку змін та обговорюють очікування щодо майбутнього, що сприяє рефлексії, підвищенню рівня самосвідомості та формуванню позитивної установки на подальше життя.

6. Динамічна вправа-руханка «Потяг у майбуття».

Мета: сприяння згуртованості учасників групи, зниження рівня емоційної напруги, формування позитивного емоційного клімату.

Опис вправи: учасники шикуються в колону, утворюючи умовний «паровозик», при цьому кожен тримає руки на поясі учасника, який стоїть попереду. Перший у колоні (ведучий) задає темп та ритм руху, а також звуковий супровід. Інші учасники синхронізують свої дії відповідно до руху «паровозика», дотримуючись загальної динаміки групи.

7. Візуалізаційна вправа «Мандрівка у майбутнє».

Мета: сприяти формуванню навичок планування життєвих перспектив, усвідомленню особистісних цілей та ресурсів, необхідних для їх реалізації.

Опис вправи: учасникам пропонується здійснити уявну проєкцію себе в майбутнє, перемістившись на п'ять років уперед. Кожен умовний аркуш календаря символізує один рік особистісного розвитку. Опинившись у цьому гіпотетичному майбутньому, підлітки у форматі інтерв'ю відповідають на запитання, що стосуються професійної діяльності, особистісного статусу, життєвих обставин, джерел доходу та факторів, які сприяли досягненню цілей. Основна увага приділяється осмисленню шляхів реалізації поставлених цілей і внутрішніх та зовнішніх ресурсів.

Завершується вправа символічним «поверненням» у теперішній час для рефлексії.

8. Заключна інтеграційна вправа «Долоньки».

Мета: сприяння підвищенню рівня самооцінки підлітків через формування позитивного зворотного зв'язку в групі та зміцнення почуття прийняття й підтримки.

Опис вправи: кожен учасник обводить контур своєї долоні на аркуші паперу, у центрі якого вписує власне ім'я. Після цього аркуш передається по колу, щоб кожен учасник міг залишити позитивне повідомлення чи побажання адресатові. Заповнені аркуші вивішуються на дошці як символ визнання та підтримки. Підсумковий етап передбачає рефлексію: учасники висловлюють свої емоції та враження щодо вправи, а також згадують попередні заняття, що сприяє узагальненню набутого досвіду.

3.3. Ефективність впровадження консультативно-тренінгової програми з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку

З метою визначення ефективності впровадженої консультативно-тренінгової програми з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку нами було обрано метод порівняльного аналізу якісних і кількісних показників між експериментальною та контрольною групами. Було сформовано дві вибірки: до експериментальної групи увійшли підлітки, які за результатами попереднього діагностування продемонстрували високий рівень схильності до девіантної поведінки. З учасниками цієї групи проводилася безпосередня консультативно-тренінгова робота. Натомість підлітки з контрольної групи не залучалися до жодного психокорекційного впливу.

Водночас варто зазначити, що не можна повністю виключити вплив зовнішніх чинників (учителів, батьків, соціального середовища) на учасників контрольної групи, що потенційно могло вплинути на динаміку їхніх показників.

Експериментальний чинник у структурі емпіричного дослідження полягає в реалізації цілеспрямованого впливу на поведінкові характеристики підлітків шляхом впровадження розробленої психокорекційної програми, спрямованої на зниження рівня девіантної поведінки, підвищення соціальної адаптованості, розвиток навичок саморегуляції та позитивної міжособистісної взаємодії.

На відміну від констатувального етапу, який передбачав лише вивчення поточного стану (без втручання), експериментальний етап включає активне втручання в освітньо-виховний процес через застосування комплексу психолого-педагогічних засобів впливу. Таким чином, було сформовано дві умовні групи:

- експериментальну, яка брала участь у психокорекційній програмі;
- контрольну, яка навчалася в звичному режимі без додаткових психологічних інтервенцій.

Ефективність експериментального чинника оцінювалась шляхом порівняння результатів первинного (до програми) та повторного (після програми) психодіагностичного обстеження за тими самими критеріями:

- типологія характеру (за К. Леонгардом),
- рівень соціальної адаптації (тест А. Фурмана),
- рівень саморегуляції (опитувальник Н. Пейсахова),
- поведінкова схильність до девіацій (методика «групи ризику»).

Позитивні зрушення, зафіксовані у динаміці між первинним і вторинним дослідженням в експериментальній групі, є емпіричним доказом впливу експериментального чинника - психокорекційної програми.

З метою зручності аналізу результати первинної діагностики були позначені як «Експериментальна група 1» і «Контрольна група 1», а результати повторної діагностики відповідно - як «Експериментальна група 2» і «Контрольна група 2».

Після завершення програми була проведена повторна діагностика з використанням тих самих методик, що й на початковому етапі дослідження, аби оцінити наявність змін і перевірити результативність впровадженого втручання.

Відповідно до повторних результатів, отриманих за методикою первинної діагностики та виявлення дітей «групи ризику» (М. Рожков, М. Ковальчук), зафіксовано позитивну динаміку змін, що представлена на рисунку 3.1. [21]. На початковому етапі дослідження у значної частини респондентів спостерігалися високі показники (понад 8 балів), що свідчили про наявність напружених сімейних стосунків, агресивної поведінки, невпевненості у собі та підвищеного рівня недовіри до оточення.

Отже, результати повторного дослідження демонструють позитивну динаміку змін: якщо на початку більшість респондентів мали високі бали (понад 8), що вказувало на проблеми у сімейних стосунках, агресивність, недовіру до оточення та невпевненість у собі, то після проходження консультативно-тренінгової програми ці показники значно знизилися. Спостерігається переважання середнього (менше 7 балів) та низького рівнів (менше 5 балів) особистісної невпевненості, що свідчить про зниження емоційної напруги, покращення емоційного самоконтролю та зменшення агресивних проявів у підлітків. Учасники продемонстрували покращення сімейних відносин, зросла довіра до інших людей. Найбільш виражені зміни зафіксовано у зростанні впевненості у собі, підвищенні самооцінки та соціальної відкритості.

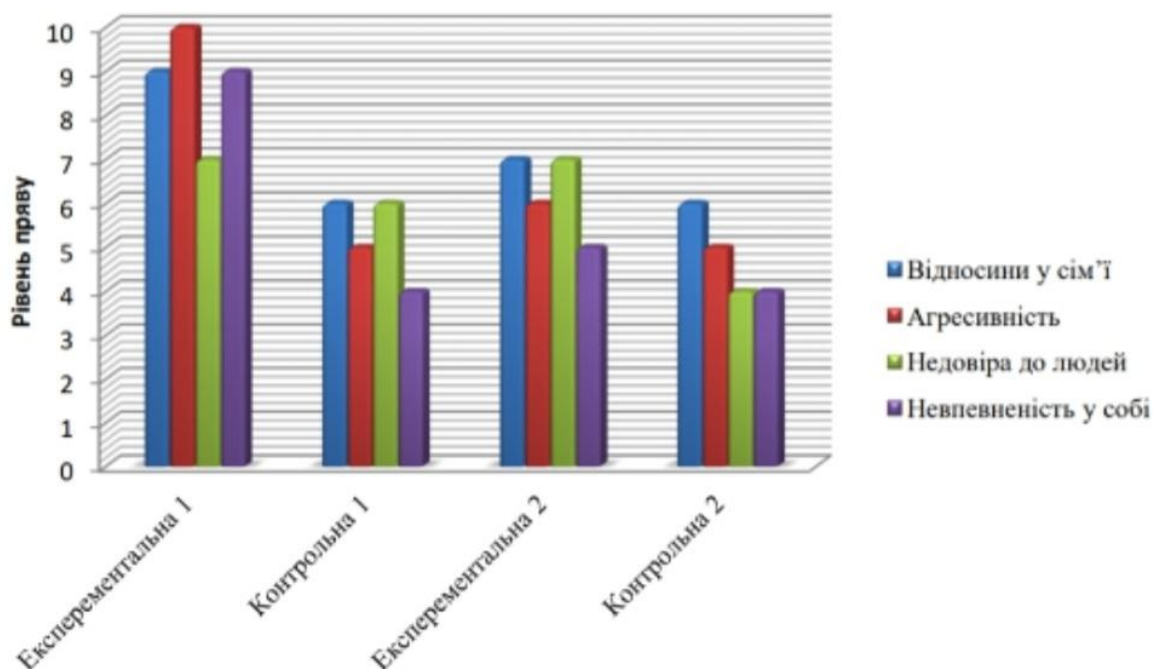


Рис. 3.1. Показники рівня прояву за шкалами методики після проходження консультативно-тренінгової програми

Важливим додатковим результатом є позитивна міжособистісна динаміка в межах групи: учасники встановили доброзичливі стосунки, активно залучалися до занять і проявляли зацікавленість у спілкуванні. Таким чином, отримані результати підтверджують ефективність впровадженої програми. Щодо шкали акцентуацій характеру, вважаємо за доцільне її аналіз подати окремо, у контексті конкретних методик.

Тобто, за результатами повторної діагностики, проведеної за методикою первинного виявлення підлітків «групи ризику» (М. Рожков, М. Ковальчук), спостерігається зниження рівня агресивності серед респондентів, покращення якості взаємин із членами сім'ї, встановлення нових соціальних контактів та зростання рівня довіри до оточуючих. Сукупність зазначених змін свідчить про зростання впевненості у собі й покращення загального емоційного стану підлітків.

З метою визначення можливих змін у структурі акцентуацій характеру підлітків після проходження консультативно-тренінгової програми нами було проведено повторне дослідження з використанням

методики К. Леонгарда та Х. Смішека. Результати вторинної діагностики дали змогу не лише повторно ідентифікувати домінуючі типи акцентуацій, а й виявити зміни у поведінкових проявах та емоційній сфері учасників. Зіставлення отриманих даних з характеристиками відповідних типів акцентуацій дозволило оцінити напрям і характер трансформацій особистості підлітків унаслідок реалізації психокорекційної програми.

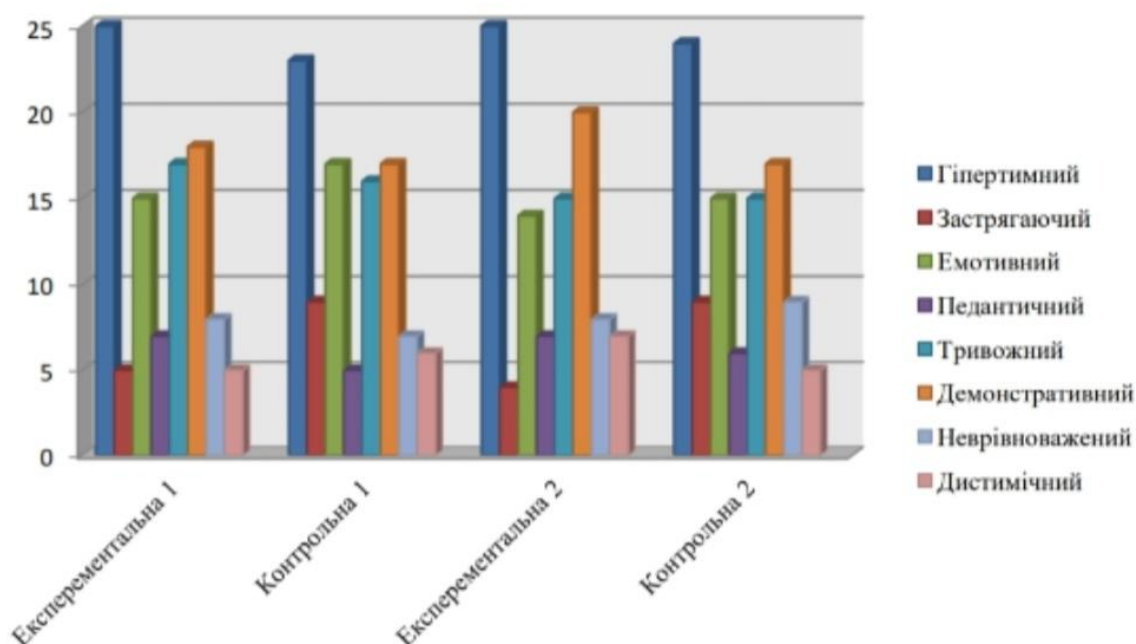


Рис. 3.2. Показники акцентуації характеру після проходження консультативно-тренінгової програми, %

При порівнянні представлені дані акцентуацій характеру підлітків виявилися майже незмінними (див. рис. 3.2.) [21]. Про це свідчать різниця в 1-2 % між типами акцентуації. Ми схилиємось до думки, що для більш глибокої зміни саме акцентуацій характеру, які були довгий час ключовими у підлітків, які добре закарбувалися та відобразилися на їх емоціях, поведінці, потрібний довготривалий вплив. Тому ми припускаємо, що через це порівняльні показники досить низькі. Хоча і різниця між первинним і вторинним дослідженнями досить низька, але все таки, акцентуації характеру підлітків змінюються повільно, але в кращу сторону - сторону спаду. Тобто, зниження емоційності, деструкцій у поведінці.

Порівняльний аналіз результатів дослідження акцентуацій характеру свідчить про незначні зміни у показниках підлітків: розбіжність між первинними та вторинними результатами коливається в межах 1-2 % для кожного типу акцентуації. Це дає підстави стверджувати, що домінуючі акцентуації, які сформувалися у підлітковому віці та тривалий час впливали на емоційно-поведінкову сферу, вимагають більш тривалого психокорекційного впливу для суттєвої трансформації.

Таким чином, хоча зафіксовані зміни є статистично незначними, вони все ж демонструють позитивну динаміку: спостерігається поступове зниження інтенсивності проявів емоційної нестабільності та деструктивної поведінки. Це дозволяє зробити висновок, що консультативно-тренінгова програма створила передумови для подальших позитивних особистісних змін.

Тобто, наразі робити остаточні висновки щодо ефективності запропонованої консультативно-тренінгової програми в аспекті трансформації акцентуацій характеру підлітків ще передчасно. Отримані результати свідчать про незначні зміни (на рівні 1-2 %), що вказує на початковий етап можливих особистісних зрушень. Суттєва модифікація акцентуацій характеру потребує тривалого часу, внутрішньої мотивації самого підлітка до самозміни, систематичної роботи над собою, а також стабільного впливу соціального середовища, у якому формується особистість.

На основі повторного застосування методики визначення особистісної адаптованості учнів (А. Фурман), яка дала змогу оцінити загальний рівень соціально-психологічної адаптації підлітків, було встановлено переважаючий рівень адаптованості у вибірці. У процесі подальшого аналізу основна увага приділятиметься не окремим шкалам, а саме загальному рівню адаптованості як інтегральному показнику адаптаційного потенціалу особистості.

Аналіз результатів повторної діагностики за методикою визначення особистісної адаптованості (А. Фурман) засвідчив наявність позитивної динаміки у структурі рівнів адаптації серед підлітків. Зокрема, спостерігається зростання показника середнього рівня адаптованості з 57 % до 66 % (див. рис. 3.3.) [21], що може свідчити про часткове зниження емоційної напруги, підвищення готовності до прийняття інших та зменшення проявів агресії. Водночас наявність конфліктних ситуацій і дефіцит підтримки з боку значущого соціального оточення залишаються актуальними для цієї групи.

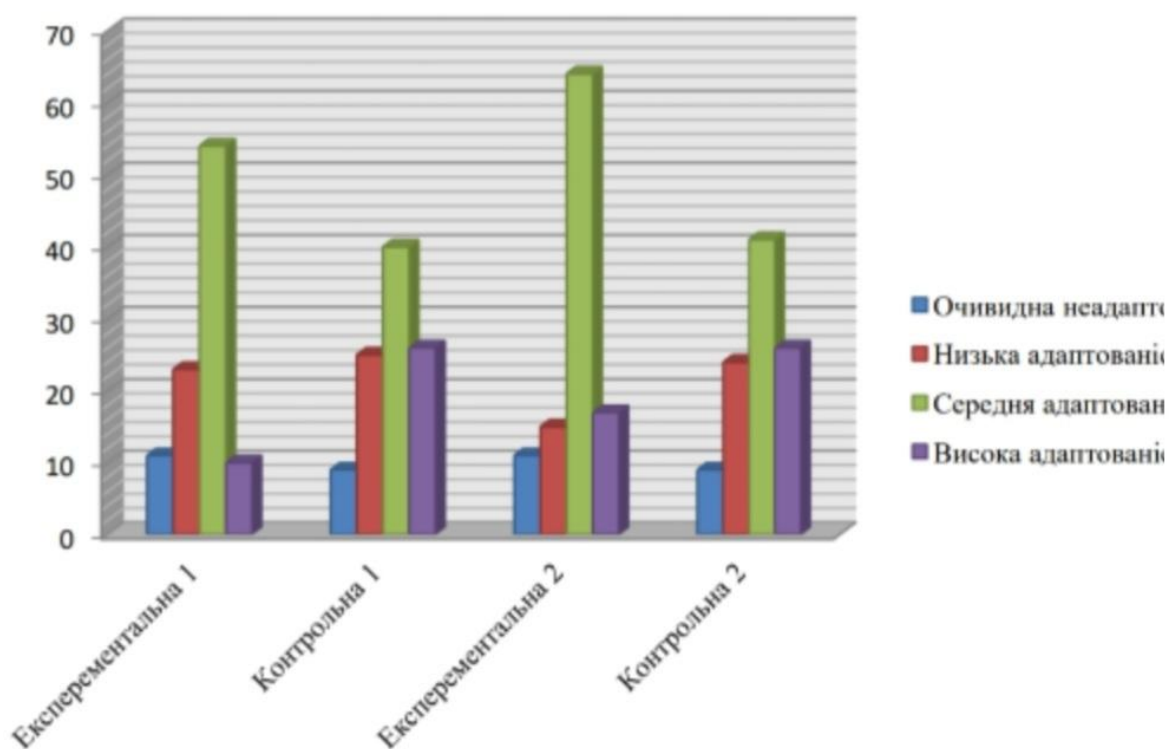


Рис. 3.3. Показники рівнів адаптованості після проходження консультативно-тренінгової програми, %

Ймовірно, зростання частки учнів із середнім рівнем адаптованості зумовлено переходом частини респондентів з групи низької адаптації, оскільки зафіксовано зменшення відповідного показника з 21 % до 12 %. Показник очевидної неадаптованості залишився практично без змін - з 11 % на первинному етапі до 8 % після завершення програми.

Відслідковується незначне зростання частки респондентів із високим рівнем адаптованості - з 11 % до 14 %, що свідчить про посилення емоційної стабільності, зниження конфліктності, покращення соціальної комунікації та здатності уникати деструктивних ситуацій. Хоча й незначні, але ці зміни свідчать про формування більш конструктивної взаємодії підлітків із соціальним середовищем.

Таким чином, можна зробити припущення, що впроваджена консультативно-тренінгова програма сприяла підвищенню загального рівня адаптованості серед підлітків, що, зокрема, відобразилося у зростанні частки респондентів із середнім рівнем адаптації. Водночас показник очевидної неадаптованості залишився практично незмінним, що свідчить про наявність глибших проблем у сфері міжособистісної взаємодії таких підлітків - передусім із батьками, педагогами, а також про їхню схильність до агресивної поведінки та ускладнене прийняття соціальним оточенням.

Подальший етап аналізу ґрунтувався на результатах застосування опитувальника «Здатність до самоуправління» (Н. Пейсахова), що дозволив оцінити рівень сформованості навичок саморегуляції у підлітків після проходження ними консультативно-тренінгової програми. Отримані дані відображають зміни у здатності респондентів до самоуправління в контексті емоційної стабільності, поведінкової самодисципліни та відповідальності за власні дії.

Аналіз динаміки змін рівнів самоуправління за результатами опитувальника Н. Пейсахова засвідчив помітні позитивні зрушення серед респондентів після проходження консультативно-тренінгової програми. Дані, представлені у вигляді відсоткового порівняння результатів первинної та вторинної діагностики, свідчать про чіткі зміни на рівні низького та середнього рівнів саморегуляції.

Рисунок 3.4. [21] ілюструє зміни у рівнях самоуправління серед респондентів за результатами первинної та повторної діагностики (у

відсотковому співвідношенні). Зокрема, спостерігається зниження частки осіб із низьким рівнем саморегуляції з 15 % до 8 %, а також зростання частки респондентів із середнім рівнем - з 34 % до 46 %. Також зменшилась кількість осіб із рівнем нижчим за середній - із 23 % до 16 %. Отримані результати свідчать про позитивну динаміку: зросла здатність підлітків до самоконтролю та раціонального оцінювання власних дій.

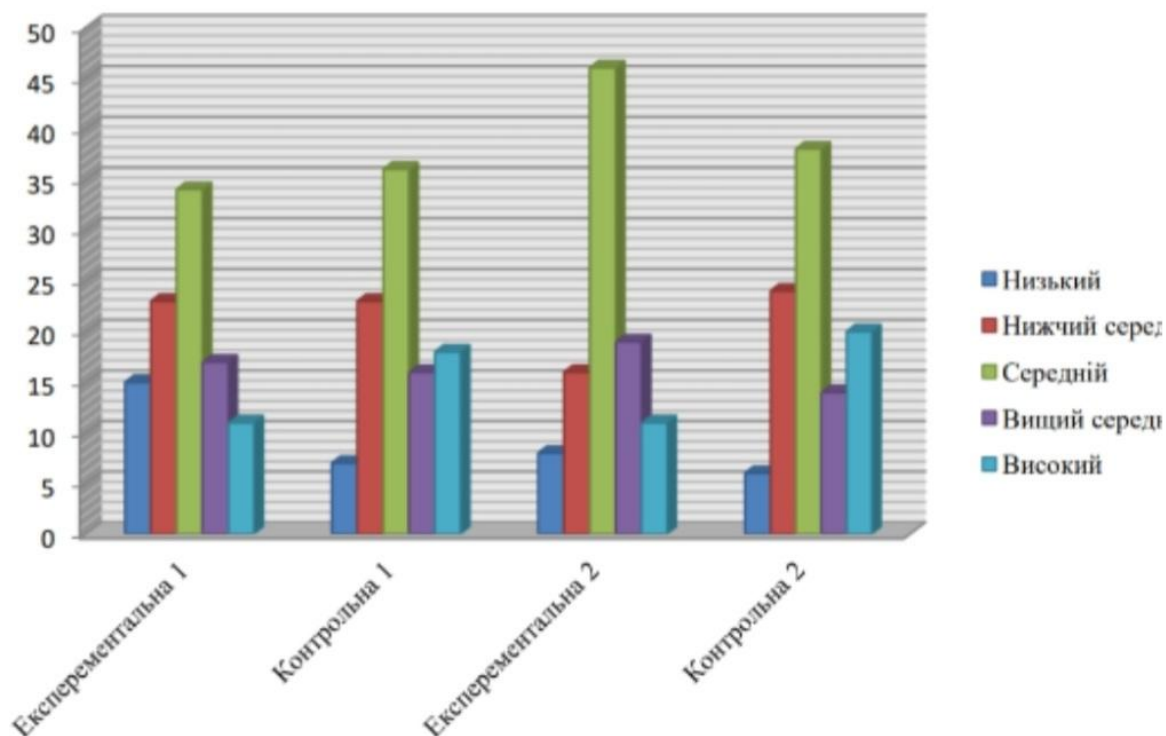


Рис. 3.4. Показники рівнів самоуправління після проходження консультативно-тренінгової програми, %

Однак результати порівняльного аналізу показників вище середнього та високого рівнів самоуправління у підлітків не виявили значних змін: рівень вище середнього підвищився лише незначно - з 17 % до 19 %, тоді як високий рівень залишився сталим - 11 %. Це свідчить про те, що найбільші зрушення відбулися у межах низького та середнього рівнів, тоді як підвищення до високих показників потребує більш тривалої або цілеспрямованої корекційної роботи.

Отже, на підставі отриманих результатів можна зробити висновок, що запропонована консультативно-тренінгова програма з психологічної корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку є ефективною. Про

це свідчать результати порівняльного аналізу, які демонструють зниження рівня агресивності, підвищення самооцінки, покращення сімейних та соціальних взаємостосунків, зростання здатності до самоконтролю й адаптації. Відтак, зафіксовано зменшення проявів девіантної поведінки, що підтверджує доцільність подальшого впровадження подібних програм у психологічну практику.

Висновки до розділу 3

За результатами повторної діагностики підтверджено ефективність запропонованої консультативно-тренінгової програми як форми цілеспрямованого психологічного впливу на підлітків із девіантною поведінкою. Реалізація програми позитивно вплинула на емоційно-вольову сферу учасників, сприяла зниженню рівня внутрішньої напруги, агресивних проявів, підвищенню рівня самооцінки, розвитку навичок самоконтролю, емоційної регуляції та здатності до конструктивної взаємодії в соціальному середовищі.

Спостерігається якісне покращення міжособистісної поведінки підлітків: вони стали більш емоційно стабільними, відкритими до спілкування, толерантнішими, що виявляється у більш гармонійній взаємодії з ровесниками та дорослими. Позитивна динаміка особливо простежується серед учасників із початково низьким і середнім рівнем самоуправління, у яких спостерігалось зростання здатності до осмислення власних дій, внутрішнього контролю та відповідальності за поведінкові реакції.

Разом з тим, результати дослідження вказують на необхідність подальшої цілеспрямованої психокорекційної роботи, зокрема з тими підлітками, у яких не зафіксовано суттєвих змін на рівнях вищого самоконтролю. Це свідчить про важливість тривалої, поетапної та

індивідуалізованої психотерапевтичної підтримки для формування стійких адаптивних моделей поведінки.

Отже, запропонована консультативно-тренінгова програма може бути розглянута як ефективний інструмент психокорекційного впливу в роботі з підлітками, які мають девіантні прояви. Її впровадження доцільно здійснювати в системі психологічного супроводу освітніх закладів, особливо професійної (професійно-технічної) освіти, де зосереджено значний контингент молоді з підвищеним ризиком дезадаптації.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження дозволило всебічно розкрити сутність, специфіку та можливості психологічної корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку в умовах закладів професійної (професійно-технічної) освіти.

Теоретичний аналіз літератури засвідчив, що девіантна поведінка розглядається як стійка система соціально неприйнятних форм поведінки, що формується під впливом сукупності біологічних, психологічних, соціальних і педагогічних факторів.

Підлітковий вік є критичним періодом у розвитку особистості, коли відбувається активне формування самооцінки, системи цінностей, норм поведінки та життєвих орієнтирів. У складних соціальних умовах, за наявності емоційно-психологічного дискомфорту, порушення взаємин із батьками, вчителями та однолітками підлітки можуть схилитися до девіантних форм поведінки.

Особливо актуальною дана проблема постає в контексті професійної (професійно-технічної) освіти, де навчається значна кількість підлітків із зниженим рівнем академічної мотивації, низьким соціальним статусом, сімейними труднощами та попереднім досвідом соціальної дезадаптації. У таких умовах підлітки часто демонструють агресивну, опозиційну, деструктивну поведінку, що ускладнює їх соціалізацію та особистісний розвиток. Це зумовлює потребу у впровадженні науково обґрунтованих, системних підходів до корекційно-психологічного супроводу таких учнів.

У процесі дослідження було розроблено, апробовано та оцінено ефективність консультативно-тренінгової програми з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку. Програма передбачала використання індивідуальних та групових форм роботи, психодіагностичних методик,

тренінгів розвитку емоційної саморегуляції, елементів когнітивно-поведінкової терапії, арттерапії, а також активну взаємодію з педагогами та батьками. Результати впровадження програми засвідчили позитивні зміни в емоційній сфері підлітків, зменшення деструктивних проявів, покращення комунікативних навичок та загальної соціальної адаптованості.

Узагальнення результатів дозволяє сформулювати такі ключові висновки:

1. У межах теоретичного аналізу було систематизовано сучасні наукові підходи до розуміння феномену девіантної поведінки підлітків. Зокрема охарактеризовано соціологічні, психологічні та медичні концепції девіацій, що дозволило виокремити основні типи девіантної поведінки (антисоціальну, асоціальну, аутодеструктивну) та визначити ключові критерії її прояву. Наголошено на важливості міждисциплінарного підходу в дослідженні цього явища, з урахуванням вікових та соціокультурних особливостей підлітків, які навчаються в закладах професійної (професійно-технічної) освіти.

2. Психологічні особливості підлітків, що здобувають освіту у закладах професійної (професійно-технічної) освіти, зумовлені специфікою підліткового віку (емоційна нестабільність, прагнення до самоствердження, соціальної належності, інтенсивний пошук ідентичності), а також чинниками освітнього середовища - зниженим рівнем академічної мотивації, деформацією ціннісних орієнтацій, ускладненою комунікативною сферою. Установлено, що підлітки цієї категорії мають підвищену вразливість до впливів девіантного мікросередовища.

3. У ході теоретико-емпіричного аналізу було виявлено основні чинники, що сприяють формуванню девіантної поведінки в учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти. Серед них: порушення соціалізації в сім'ї, емоційне відчуження, низька самооцінка, дефіцит

навичок самоконтролю, залучення до асоціальних груп. Особливу роль у цьому відіграють недовіра до дорослих, схильність до конфліктів, а також наявність акцентуацій характеру тривожного, демонстративного, емотивного типів.

4. Емпіричне дослідження довело ефективність корекційного впливу, зокрема реалізації консультативно-тренінгової програми з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку. В результаті повторної діагностики зафіксовано позитивну динаміку в зниженні рівня агресивності, зростанні здатності до самоуправління, покращенні самооцінки та підвищенні рівня соціальної адаптованості учасників дослідження.

5. Розроблена й апробована консультативно-тренінгова програма з корекції девіантної поведінки учнів підліткового віку виявилася ефективною у формуванні адаптивних стратегій поведінки, емоційної саморегуляції та розвитку соціальних компетентностей підлітків. Її впровадження сприяло зменшенню проявів девіантної поведінки, покращенню міжособистісної взаємодії та підвищенню рівня внутрішньої гармонії учнів. Програма рекомендована до подальшого впровадження у практику психологічного супроводу в системі професійної освіти.

На підставі проведеного теоретичного аналізу, емпіричного дослідження та впровадження корекційної програми були сформульовані практичні рекомендації, спрямовані на підвищення ефективності психологічної допомоги підліткам із девіантною поведінкою в умовах закладу професійної (професійно-технічної) освіти. Зазначені рекомендації орієнтовані на фахівців психологічної служби, педагогів, адміністрацію освітніх закладів, а також батьків і можуть бути використані для вдосконалення профілактичної та корекційної роботи з учнями, які входять до групи ризику.

Практичні рекомендації:

1. Психологічна служба закладу професійної (професійно-технічної) освіти має забезпечувати систематичне виявлення учнів із проявами девіантної поведінки шляхом впровадження комплексної діагностики з використанням спостереження, анкетування, психодіагностичних методик та аналізу поведінкових проявів у навчальному середовищі.

2. З метою ефективної корекції девіантної поведінки доцільним є впровадження індивідуальних і групових психокорекційних програм, що включають елементи когнітивно-поведінкової терапії, тренінги розвитку емоційного інтелекту, методи саморегуляції, арттерапію. Зміст програм має відповідати віковим, психологічним та особистісним особливостям учнів.

3. Важливим напрямом профілактичної та корекційної роботи є налагодження співпраці між психологом, педагогами та батьками учнів, що потребують допомоги. Педагогічному колективу рекомендується використовувати стратегії педагогіки партнерства, засновані на підтримці, визнанні гідності учня, стимулюванні позитивної поведінки та конструктивній взаємодії.

4. Для підвищення ефективності психокорекційної діяльності необхідно створювати в закладі підтримувальне соціально-психологічне середовище, яке передбачає безпечну атмосферу, чіткі правила поведінки, систему позитивного підкріплення, активне залучення учнів до колективної діяльності, що сприяє формуванню у них відповідальності, емпатії та соціальної активності.

Доцільним є залучення мультидисциплінарних команд фахівців (психологів, соціальних педагогів, працівників ювенальної превенції, представників служб у справах дітей) для розв'язання складних випадків девіантної поведінки та забезпечення комплексного підходу до корекції й соціальної підтримки учнів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреева Г. М. Соціальна психологія. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 416 с.
2. Байда С. П., Сафін О. Д. Психологія девіантної поведінки особистості : навч. посіб. Умань : Візаві, 2021. 202 с.
3. Бедлінський О.І. Психологічні особливості організації провідної діяльності підлітків : навч. посіб. Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2011. 136 с.
4. Бех І. Д. Особистісно орієнтоване виховання: теоретико-методологічні засади. Київ: Либідь, 2018. 280 с.
5. Білоус О. В. Вікова психологія : навч. посіб. Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка, 2015. 108 с.
6. Бойко В. В. Методика діагностики та корекції девіантної поведінки підлітків. Харків : Основа, 2019. 192 с.
7. Бондарчук О. І., Вакуліч Т.М. Психологія девіантної поведінки : навч. посіб. Київ : Науковий світ, 2010. 230 с.
8. Валенкевич Н.І. Підвищення мотивації здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти до навчання як профілактика девіантної поведінки : тези доп. учасників наук.-практ. семінару «Психолого-педагогічні аспекти формування сучасних навичок у кваліфікованих робітників для повоєнного відновлення України» в рамках XVI Міжнародної виставки «Сучасні заклади освіти - 2025», 27 бер. 2025 р. / упорядники: Ю. С. Герасименко, І. В. Пахомов. Біла Церква : БІНПО ДЗВО « УМО» НАПН України, 2025. (поданий до друку).
9. Васильєва А. А. Психокорекційна робота з підлітками: теорія та практика. Київ : Науковий світ, 2021. 220 с.

10. Вольнова Л. М. Профілактика девіантної поведінки підлітків: навч.-метод. посіб. 2-ге вид., перероб і доповн. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. 193 с.
11. Гуревич К. М. Психологія девіантної поведінки. Київ : КНТ, 2020. 310 с.
12. Енциклопедія сучасної України URL: <https://esu.com.ua/article-23844> (дата звернення: 10.01.2025).
13. Карпенко О. Г. Корекційна робота з агресивними підлітками в умовах освітнього закладу. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2020. 2(5), 112-118.
14. Конституція України : від 28.06.1996 р. : станом на 08 груд. 2004 р. Київ : Атіка, 2006. 64 с.
15. Корекція девіантної поведінки підлітків / Бочелюк В. Й. та ін. Київ : Центр учбової літератури, 2024. 442 с.
16. Корнещук В. В., Волошенко М. О., Олло В. П. Профілактика та корекція девіантної поведінки підлітків : навч. посіб. Херсон : Олді плюс, 2021. 136 с.
17. Кошова І. В., Кресан О. Д. Психологія девіантної поведінки: навч.- метод. посіб. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2021. 226 с.
18. Кочюнас Р. Основи психологічного консультування. Київ : Либідь, 2019. 376 с.
19. Кузьменко В. В., Диса О. В., Шинкаренко І. О. Психологія девіантної поведінки : навч. посіб. Дніпро : Біла К.О., 2019. 68 с.
20. Лобанова А. С., Калашнікова Л.В. Робота з підлітками-девіантами: соціологічний та психологічний аспекти: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Київ: Каравела, 2017. 468 с.
21. Магдисюк Л. І., Патута Б. В. Особливості психологічного консультування підлітків із девіантною поведінкою : монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2024. 140 с.

22. Максимова Н. Ю. Психологія девіантної поведінки : навч. посіб. Київ : Либідь, 2011. 520 с.
23. Максименко Д.С. Психологічні особливості криз підлітка. Київ : Сварог, 2020. 200 с.
24. Макаренко О. М. Поняття девіантної поведінки в соціальному та психологічному аспектах. Наукові записки. 2015. С. 61–63.
25. Мотивація до навчання студентів в умовах воєнного стану : URL: <http://habitus.od.ua/journals/2023/47-2023/5.pdf> (дата звернення: 21.03.2025).
26. Онуфрієва Л. А., Чайковська О. М. Психологія девіантної поведінки: навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2024. 172 с.
27. Оржеховська В. М. Профілактика правопорушень серед неповнолітніх. Київ. ВіАн, 1996. 347 с.
28. Остапович В. П., Барко В. І., Ярема Н. Ю. Робота з дітьми з ознаками ризикованої поведінки. Харків : Мачулін, 2017. 95 с
29. Петрунько В. Є. Психопрофілактика та психокорекція в освітньому середовищі. Київ : НаУКМА, 2019. 204 с.
30. Пихтіна Н. П., Пихтін М. П., Федорченко Т. Є. Профілактика девіантної поведінки дітей і молоді: психолого-педагогічні та соціально-правові аспекти. Київ : КНТ, 2019. 376 с.
31. Підготовка вчителів до розвитку життестійкості / стресостійкості у дітей в освітніх закладах : навч. посіб. / Богданов С.О. та ін. 2-ге вид., допов. та виправл. Київ : Пульсари, 2021. 282 с.
32. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 р. № 2145-VIII : станом на 27 бер. 2025 р. URL. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення: 28.03.2025).
33. Про професійну (професійно-технічну) освіту : Закон України від 10.02.1998 р. № 103/98-ВР : станом на 05 бер. 2025 р. URL.

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/103/98-%D0%B2%D1%80#Text> (дата звернення: 28.03.2025).

34. Профілактика деструктивної поведінки / Журавель Т. В. та ін. : навч. посіб. URL.: https://www.unicef.org/ukraine/media/21421/file/destructive_behavior.pdf (дата звернення: 02.03.2025).

35. Психологічні аспекти ювенальної юстиції: навч. посібник уклад.: Л. І. Мороз, С. І. Яковенко, Ю. В. Меркулова, О. М. Пасько. Одеса : ОДУВС, 2015. 228 с.

36. Психологічні механізми ресоціалізації осіб з девіантною поведінкою в умовах суспільних змін : монографія / Н. Ю. Максимова та ін. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2018. 272 с

37. Рибалка В. В. Психологія розвитку особистості. Харків : Основа, 2020. 384 с.

38. Рибкіна Т.О. Поняття, зміст та види девіантної поведінки підлітків. *Актуальні проблеми юриспруденції та психології*: матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф. м. Дніпро, 11 грудня 2020 р. / Дніпро: ВВПЗ "ДГУ", 2020. - С. 202-206.

39. Роль навчальної мотивації в системі професійно-технічної освіти : URL: <https://lcptodcz.lviv.ua/news/14-39-50-22-03-2019/> (дата звернення: 21.03.2025).

40. Седих К. В., Моргун В.Ф. Делінквентний підліток : навч. посіб. 2-ге вид. Київ : Слово, 2015. 270 с.

41. Сучасний тлумачний психологічний словник / за ред. В. Б. Шапар. Харків : Прапор, 2007. 240 с

42. Тарновська О. С. Девіантна поведінка підлітків і превентивна робота : навч.- метод. посіб. Чернівці : Рута, 2003. 82 с.

43. Торба Н. Г. Психологія особистості : електронний курс Біла Церква : БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2023. 48 с.

44. Торба Н. Г., Пахомов І. В., Зейналова Т. О. Психологічні засади розвитку творчих здібностей психологів закладів професійної (професійно-технічної) освіти у процесі професійної діяльності. *Науковий вісник Сіверщини*. 2024. № 2. С. 236–250.
45. Третьяков П. І. Корекція девіантної поведінки в закладах освіти. Київ : Освіта України, 2019. 256 с.
46. Турубарова А. В. Соціально-психологічні засади соціалізації неповнолітніх з особливими освітніми потребами в умовах травматогенного соціуму : дис. ...д-ра псих. наук : 19.00.05. Київ, 2024. 415 с.
47. Фельдштейн Д. І. Вікова та педагогічна психологія. Київ : Академія, 2021. 360 с.
48. Харагірло В. Є. Психолого-педагогічні аспекти корекційної роботи з підлітками девіантної поведінки : навч.-метод. посіб. вид.2, допов. Біла Церква : БІНПО, 2020. 188с.
49. Хоміч Г. О., Ткач Р. М. Основи психологічного консультування. Київ: МАУП, 2004. 152 с.
50. Христюк О. Л. Психологія девіантної поведінки : навч.- метод. посіб. Львів : ЛьвДУВС, 2014. 192 с.
51. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція: навч. посіб. Київ: Професіонал, 2007. 544 с.
52. Шелеп'юк Н. А. Програма корекційно-розвивальної роботи з дітьми з делінквентною, девіантною поведінкою. Збірник корекційних програм з профілактики девіантної поведінки учнів професійно-технічних навчальних закладів. Хмельницький : НМЦ ПТО ПК у Хмельницькій області, 2014. С. 32–50.
53. APA / Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). American Psychiatric Association, 2020. 947 p.
54. Rogers C. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston : Houghton Mifflin, 2019. 420 p.

55. Beck A. Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. New York: Penguin Books, 2020. 368 p.
56. Robbins D. Legal and ethical in terminal illness care for patients, families, care-givers, and institutions. In T. Rando (ed.), Loss and anticipatory grief. Lexington, MA: Lexington Books. 1983. P. 215-228
57. World Health Organization / Adolescent mental health. Retrieved from URL. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health> (data of access. 14.02.2025).

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика первинної діагностики та виявлення дітей «групи ризику» (М. Рожков, М. Ковальчук)

Вікові межі: учні підліткового віку.

Інструкція: Вам пропонуються питання, які стосуються різних сторін вашого життя та особливостей вашої поведінки. Якщо ви щиро відповісте на кожне питання, у вас буде можливість краще дізнатися про самого себе.

Тут немає правильних чи неправильних відповідей. Відповідайте на кожне питання наступним чином: якщо згодні, відповідайте «так», якщо не згодні - «ні».

Працуйте швидко, довго не роздумуйте.

1. Чи вважаєш ти, що людям можна довіряти?
2. Чи вважаєш ти, що єдиний спосіб досягти чогось в житті – це турбуватися насамперед про себе?
3. Чи легко ти заводиш друзів?
4. Чи важко тобі говорити людям «ні»?
5. Чи часто хтось із батьків несправедливо критикує тебе?
6. Буває так, що твої батьки неприязно ставляться до твоїх друзів, з якими ти зустрічаєшся?
7. Чи часто ти нервуєшся?
8. Чи бувають у тебе зміни настрою без причини?
9. Зазвичай ти є центром уваги в компанії однолітків?
10. Чи можеш ти бути привітним навіть з тими, кого явно не любиш?
11. Чи правда те, що ти не любиш, коли тебе критикують?

12. Чи можеш ти бути відвертим з близькими друзями?
13. Чи буває, що іноді ти дратуєшся настільки, що починаєш кидатися предметами?
14. Чи здатний ти на грубі жарти?
15. Чи часто у тебе виникає відчуття, що тебе не розуміють?
16. Буває у тебе відчуття, що за твоєю спиною люди говорять про тебе погане?
17. Чи багато в тебе близьких друзів?
18. Чи соромишся ти звертатися до людей за допомогою?
19. Тобі подобається порушувати встановлені правила?
20. Чи буває у тебе іноді бажання завдати шкоду іншим людям?
21. Чи дратують тебе батьки?
22. Чи завжди ти вдома забезпечений всім життєво необхідним (місце для сну, їжа, одяг)?
23. Ти завжди впевнений у собі?
24. Зазвичай ти здригаєшся від незвичного звуку?
25. Чи здається тобі, що твої батьки тебе не розуміють?
26. Свої невдачі ти переживаєш сам?
27. Чи буває так, що коли ти залишаєшся один, твій настрій покращується?
28. Чи здається тобі, що у твоїх друзів щасливіша сім'я, ніж у тебе?
29. Чи відчуваєш ти себе нещасним через брак грошей в сім'ї?
30. Чи буває так, що ти злишся на всіх?
31. Чи часто ти відчуваєш себе беззахисним?
32. Чи легко ти освоюєшся в новому колективі?
33. Чи важко тобі відповідати в школі перед всім класом?
34. Чи є у тебе знайомі, яких ти взагалі не можеш переносити?
35. Чи можеш ти вдарити людину?
36. Ти іноді погрожуєш людям?
37. Чи часто твої батьки наказували тебе?

38. Коли-небудь у тебе з'являлося сильне бажання втекти з дому?
39. Чи думаєш ти, що твої батьки часто поводяться з тобою як з дитиною?
40. Чи часто ти відчуваєш себе нещасним?
41. Ти легко можеш розсердитись?
42. Ризикнув би ти схопити за вуздечку коня, що біжить?
43. Чи вважаєш ти, що є багато дурнувятих моральних норм поведінки?
44. Чи страждаєш ти від нерішучості та сором'язливості?
45. Чи відчував ти, що тебе недостатньо люблять в сім'ї?
46. Чи вважаєш ти, що твої батьки живуть своїм окремим життям?
47. Чи часто ти втрачаєш впевненість у собі через зовнішній вигляд?
48. У тебе часто буває веселий та безтурботний настрій?
49. Ти рухлива людина?
50. Чи люблять тебе твої знайомі, друзі?
51. Чи буває так, що твої батьки тебе не розуміють і здаються тобі чужими?
52. При невдачах буває так, що у тебе з'являється бажання втекти кудись подалі та не повертатися?
53. Чи бувало, що хтось із батьків викликав у тебе почуття страху?
54. Твої батьки критикують твій зовнішній вигляд?
55. Чи заздриш ти іноді щастю інших?
56. Чи часто ти відчуваєш себе самотнім, навіть перебуваючи серед інших людей?
57. Чи є люди, яких ти ненавидиш по-справжньому?
58. Часто ти б'єшся?
59. Чи легко ти просиш про допомогу іншу людину?
60. Чи легко тобі всидіти на місці?
61. Ти охоче відповідаєш біля дошки у школі?
62. Буває так, що ти настільки пригнічений, що довго не можеш заснути?

63. Чи часто виявляв, що твій приятель тобі набрехав?
64. Чи часто ти сваришся, лаєшся?
65. Міг би ти без тренування керувати парусним човном?
66. Чи часто у вашій сім'ї бувають сварки?
67. Чи вважаєш ти одного зі своїх батьків дуже нервовим?
68. Чи часто ти відчуваєш себе нікчемним?
69. Чи хвилює тебе відчуття, що люди можуть відгадати твої думки?
70. Ти завжди робиш все по-своєму?
71. Чи бувають твої батьки занадто суворими до тебе?
72. Чи соромишся ти в товаристві малознайомих людей?
73. Чи часто тобі здається, що ти чимось гірший за інших?
74. Чи легко тобі вдається підняти настрій друзям?

Ключ

<i>№ п/п</i>	<i>Показник</i>	<i>№ питання</i>
1.	Відносини в сім'ї	+ : 5, 6, 21, 25, 28, 29, 37, 38, 39, 45, 46, 53, 54, 66, 67, 71 – : 22
2.	Агресивність	+ : 13, 14, 19, 20, 35, 36, 42, 57, 58, 64, 65
3.	Недовіра до людей	+ : 2, 4, 15, 16, 18, 34, 43, 44, 63, 72 – : 1, 3, 17, 59
4.	Невпевненість у собі	+ : 7, 8, 24, 30, 31, 32, 33, 40, 41, 47, 55, 56, 68, 69, 73 – : 23
5.	Акцентуації: – гіпертимний тип – істероїдний тип – шизоїдний тип – емоційно-лабільний тип	+ : 48, 49, 74 – : 60 + : 9, 10, 50, 61 + : 26, 27, 51, 70 + : 11, 12, 52, 62

Оцінка результатів

<i>№ п/п</i>	<i>Показник</i>	<i>Високі бали (група ризику)</i>
1.	Відносини в сім'ї	8 і більше
2.	Агресивність	6 і більше
3.	Недовіра до людей	7 і більше
4.	Невпевненість у собі	8 і більше
5.	Акцентуації	3–4 бала по кожному типу акцентуації

Обробка та інтерпретація результатів

Відповіді учнів порівнюються з ключем. Підраховується кількість співпадань відповідей з ключем по кожному показнику (шкалі).

Сумарний бал по кожній з п'яти шкал відображає ступінь її прояву. Чим більше сумарний бал, тим сильніше проявляється даний психологічний показник і тим вище вірогідність зарахування дитини до групи ризику.

1. Відносини в сім'ї

Високі бали по цій шкалі опитувальника свідчать про порушення внутрішньосімейних взаємин, які можуть бути обумовлені:

напруженою ситуацією в сім'ї;

неприятним ставленням;

обмеженнями та вимогами дисциплінованості без почуття батьківської любові;

страхом перед батьками та ін.

Коли напруження, викликане незадоволеністю стосунками в сім'ї, продовжується занадто довго, воно починає чинити сильну руйнуючу дію на здоров'я дітей та підлітків.

2. Агресивність

Високі бали по цій шкалі опитувальника свідчать про підвищену ворожість, грубість, забіякуватість. Агресія може виражатися і в прихованих формах - недобррозичливості та озлобленості.

Підвищена агресивність часто супроводжується підвищеною схильністю до ризику та є невід'ємною рисою характеру дітей та підлітків групи ризику.

3. Недовіра до людей

Високі бали за цією шкалою свідчать про сильно виражену недовіру до навколишніх людей, підозрілості, ворожості. Такі діти та підлітки часто бувають пасивними та сором'язливими у спілкуванні з однолітками через страх бути знехтуваними. Зазвичай це

супроводжується комунікативною некомпетентністю, невмінням встановлювати дружні взаємини з іншими людьми.

4. Невпевненість у собі

Високі бали за цією шкалою свідчать про високу тривожність, непевненість у собі, можливо, про наявність комплексу неповноцінності, низьку самооцінку. Ці якості особистості також являються сприятливим підґрунтям для різних розладів у поведінці. Діти і підлітки, які мають високі оцінки по цій шкалі, можуть бути віднесені до групи ризику.

5. Акцентуації характеру

До групи ризику відносять наступні типи акцентуації характеру:

- **гіпертимний тип.** Вирізняється завжди хорошим настроєм, високим тонусом, енергійністю, активністю, проявляє прагнення бути лідером, нестійкий в інтересах, недостатньо розбірливий у знайомствах, не любить одноманітність, дисципліни, монотонної праці, оптимістичний, переоцінює свої можливості, бурно реагує на події, дратівливий.
- **істероїдний тип.** Проявляє підвищену любов до себе, посиленої уваги до себе з боку інших, потребу у захопленості, співчуття з боку навколишніх людей, намагається показати себе у кращому світлі, демонстративний в поведінці, претендує на виключне положення серед однолітків, непостійний та ненадійний в людських стосунках.
- **шизоїдний тип.** Характеризується замкнутістю та невмінням розуміти стан інших людей, відчуває труднощі у встановленні нормальних взаємин з людьми, часто аутизується в свій недоступний іншим людям внутрішній світ, в світ фантазій і мрій.
- **емоційно-лабільний тип.** Характеризується надмірно непередбачуваною зміною настрою. Сон, апетит, працездатність та комунікабельність залежать від настрою. Високочутливий до взаємин людей.

Методика визначення акцентуації характеру

(К. Леонгард, Х. Смішек)

Опитувальник складається з 97 питань, що передбачають відповіді «так» або «ні». Заповнюючи бланк нижче, пам'ятайте, що правильних або неправильних, хороших або поганих відповідей тут немає. Відповідати потрібно швидко, не роздумуючи.

Поставте у відповідній комірці напроти питання знак +.

Так	Ні	Зміст питання
		1. Ваш настрій, зазвичай, гарний, необтяжений?
		2. Чи чутливі ви до образ і зневажень?
		3. Чи трапляється так, що у вас на очі навертаються сльози в кіно, театрі, під час розмови?
		4. Чи виникають у вас по закінченню певної роботи сумніви з приводу якості її виконання та чи перевіряєте ви, наскільки правильно все було зроблено?
		5. Чи були ви в дитинстві такими ж сміливими, як ваші однолітки?
		6. Чи часто у вас бувають різкі зміни настрою (тільки що були на «сьомому небі» від щастя, і раптом вам стає дуже сумно)?
		7. Чи буваєте ви під час веселощів (в колі друзів) у центрі уваги?
		8. Чи бувають дні, коли ви без особливих причин дратівливі і всі знають, що вас краще не зачіпати?
		9. Чи завжди ви відповідаєте на листи (повідомлення) одразу після того, як їх прочитали?
		10. Ви вважаєте себе серйозною людиною?
		11. Чи можете ви так сильно захопитися чимось, що все інше перестає бути значимим для вас?
		12. Чи можна вас назвати винахідливим?
		13. Чи швидко ви забуваєте образи і зневаги?
		14. Ви лагідна людина?
		15. Коли кидаєте лист у поштову скриньку, ви перевіряєте чи опустився він туди?
		16. У вас потреба бути одним з кращих на роботі чи у навчанні?
		17. Чи боялися ви в дитинстві грози або собак?
		18. Буває таке, що ви смієтеся над непристойними жартами?
		19. Чи є серед ваших знайомих люди, які вважають вас педантичними?
		20. Чи сильно залежить ваш настрій від зовнішніх обставин і подій?
		21. Чи подобається ви знайомим?
		22. Чи часто ви знаходитеся під впливом сильних внутрішніх поривів?
		23. Ваш настрій зазвичай трохи пригнічений?
		24. Чи траплялося вам сильно плакати, переживаючи сильне нерве

		потрясіння? Чи була у вас хоча б один раз істерика або нервовий зрив?
		25. Чи важко вам довго сидіти на одному місці?
		26. Чи відстоюєте ви свої інтереси, коли щодо вас допускається несправедливість?
		27. Ви любите хвалити себе?
		28. Чи зможете ви у разі потреби зарізати домашню тварину або птицю?
		29. Якщо скатертина або занавіска висить нерівно, чи намагаєтеся ви виправити це?
		30. Чи боялися ви в дитинстві залишатися самі вдома?
		31. Чи часто псується ваш настрій без очевидних причин?
		32. Чи траплялося вам бути одним з кращих в вашій професійній або навчальній діяльності?
		33. Вас легко розгнівити?
		34. Чи здатні ви бути розважливим?
		35. Чи бувають у вас стани, коли ви наповнені щастям?
		36. Чи змогли б ви грати роль конферансьє у веселих виставах?
		37. Чи брехали ви коли-небудь у своєму житті?
		38. Чи висловлювали ви людям свою думку про них прямо в очі?
		39. Чи можете ви спокійно дивитися на кров?
		40. Чи подобається вам робота, де тільки ви відповідальні за неї?
		41. Чи заступаєтеся ви за людей, щодо яких була допущена несправедливість?
		42. Чи турбує вас необхідність спуститись в темну комору, увійти в порожню темну кімнату?
		43. Чи надаєте перевагу діяльності, яка не потребує великої клопітливості і передбачає швидке виконання роботи?
		44. Ви компанійська людина?
		45. Чи із задоволенням у школі ви декламували вірші?
		46. Чи втікали ви в дитинстві з дому?
		47. Зазвичай, в громадському транспорті ви без коливань поступаєтеся місцем пасажиру похилого віку.
		48. Чи часто вам життя здається важким?
		49. Чи траплялося вам засмучуватись через якийсь конфлікт так, що після цього були не в змозі піти на роботу?
		50. Чи можна сказати, що у випадку невдачі ви не втрачаєте почуття гумору?
		51. Чи намагаєтеся ви помиритися, якщо кого-небудь образили або хто-небудь образив вас? Чи робити ви перші кроки до примирення?
		52. Чи дуже вам подобаються тварини?
		53. Чи траплялося вам, йдучи з дому, вертатися, щоб перевірити: чи не сталося чого-небудь?
		54. Чи турбували вас коли-небудь думки про те, що з вами або вашими родичами має щось статися?
		55. Чи суттєво залежить ваш настрій від погоди?
		56. Чи важко вам виступати перед великою аудиторією?
		57. Ви можете вдарити кривдника, якщо він вас образив?
		58. Чи дуже ви любляєте веселитись?
		59. Чи завжди ви говорите те, що думаєте?
		60. Чи можете ви під впливом розчарування впасти у відчай?
		61. Чи подобається вам роль організатора в якій-небудь справі?

		62. Чи наполегливі ви на шляху до мети, якщо зустрічаєте які-небудь перешкоди?
		63. Чи відчували ви коли-небудь задоволення при невдачах людей, які вам неприємні?
		64. Чи може трагічний фільм розхвилювати вас так, що на очах з'являться сльози?
		65. Чи часто вам заважають заснути думки про проблеми минулого або майбутньої справи?
		66. Чи властиво вам було у шкільні роки підказувати або давати списувати товаришам?
		67. Чи змогли б ви пройти в темряві один через кладовище?
		68. Ви, не роздумуючи, повернули б зайві кошти в касу, якщо б дізналися, що отримали їх занадто багато?
		69. Чи приділяєте ви велике значення тому, що кожна річ в вашому будинку повинна знаходитись на своєму місці?
		70. Чи траплялося вам, лягаючи спати в прекрасному настрої, прокидатися ранком з поганим самопочуттям, яке триває декілька годин?
		71. Чи легко ви пристосовуєтеся до нової ситуації?
		72. Чи часто у вас бувають головні болі, запаморочення?
		73. Ви часто посміхаєтесь?
		74. Чи зможете ви спілкуватися з людиною, про яку ви погані думки, так привітно, що ніхто і не здогадається про ваше реальне відношення до неї?
		75. Ви рухлива людина?
		76. Чи сильно ви страждаєте, коли вчиняється несправедливість?
		77. Чи можете ви назвати себе другом природи?
		78. Виходячи з дому або лягаючи спати, завжди перевіряєте чи закриті крани, погашене світло, зачинені двері?
		79. Ви лякливі?
		80. Чи може прийняття алкоголю змінити ваш настрій?
		81. Чи із задоволенням ви брали (чи берете) участь у гуртках художньої самодіяльності?
		82. Буває таке, що вас тягне поїхати подалі від дому?
		83. Чи дивитесь ви на майбутнє трохи песимістично?
		84. Чи бувають у вас переходи від веселого настрою до пригніченого?
		85. Чи можете розвеселити людей, бути душею компанії?
		86. Чи довго зберігаєте почуття гніву, досади?
		87. Чи переживаєте ви тривалий час негаразди інших людей?
		88. Чи завжди погоджуєтесь із зауваженнями в свою адресу, правильність яких усвідомлюєте?
		89. Чи могли ви в шкільні роки переписати через виправлення сторінку в зошиті?
		90. По відношенню до людей ви більше недовірливі і обережні, ніж довірливі?
		91. У вас часто бувають страшні сновидіння?
		92. Чи буває коли-небудь, що ви остерігаєтесь того, що кинетесь не за своєю волею під проїжджаючий поїзд або можете випасти з вікна верхнього поверху висотного будинку?
		93. Чи стає вам веселіше в оточенні веселих друзів?
		94. Чи можете ви відволікатися від складних проблем, що потребують

		швидкого вирішення?
		95. Чи можете під впливом алкогольних напоїв здійснювати раптові імпульсивні вчинки?
		96. У спілкуванні з іншими ви більше слухаєте ніж говорите.
		97. Чи можете ви, вдаючи когось-небудь, так захопитися, що на якийсь час забуваєте, хто є насправді?

Аналіз результатів

Підрахуйте кількість відповідей, що збігаються з «Ключем до опитувальника Х. Смішека, К. Леонгарда» за кожним типом акцентуації окремо, в тому числі - за показником ширості. Суму балів помножте на відповідний коефіцієнт. Якщо отриманий результат менше 8, то говорять про відсутність вираженості цієї акцентуації, значення від 8 до 12 є середніми. Якщо підсумковий показник переважає 12, то це вважається ознакою акцентуації за даним типом, а перевищення 18 (максимальне значення - 24) свідчить про яскраво виражену акцентуацію.

Максимальний бал за «шкалою ширості» складає 9. При сумі балів, яка не перевищує 3, можна вважати, що відповіді випробуваного цілком щирі, при сумі балів від 4 до 6 щирість його відповідей підлягає сумніву. При показнику 7-9 балів відповіді визнаються неправдивими, а результати тестування недостовірними.

Ключ до опитувальника

Тип акцентуації	Коефіцієнт	Питання, на які отримана відповідь «так»	Питання, на які отримана відповідь «ні»
Демонстративний	2	7, 21, 24, 32, 45, 49, 71, 74, 81, 94, 97	56
Педантичний	2	4, 15, 19, 29, 43, 53, 65, 69, 78, 89, 92	40
Гіпертимічний	3	1, 12, 25, 36, 50, 61, 75, 85	–
Дистимічний	3	10, 23, 48, 83, 96	34, 58, 73
Циклотимічний	3	6, 20, 31, 44, 55, 70, 80, 93	–
Екзальтований	6	11, 35, 60, 84	–
«Застрагаючий»	2	2, 16, 26, 38, 41, 62, 76, 86, 90	13, 51, 66
Збудливий	3	8, 22, 33, 46, 57, 72, 82, 95	–
Стурбований	3	17, 30, 42, 54, 79, 91	5, 67
Емотивний	3	3, 14, 52, 64, 77, 87	28, 39
Щирість (менше 5)	1	9, 47, 59, 68, 88	18, 27, 37, 63

Методика визначення особистісної адаптованості школярів**(А. Фурман)**

Тест-опитувальник особистісної адаптованості містить:

1. **Бланк**, що заповнюється кожним учнем індивідуально.

Тут наведений приклад заповнення даної таблиці.

У таблиці 1 дається взірць заповнення бланку. Верхня частина - дані про опитуваного учня та коротка інструкція, нижня - висновок психолога, а середня - це таблиця, що складається з одного запитання, п'ятнадцяти складових зовнішнього і внутрішнього світу школяра та п'яти можливих варіантів відповідей у кожному випадку. При цьому все поле життєдіяльності школяра розділено на **чотири сфери**: «школа», «сім'я», «вулиця», «власне Я», і в кожній із цих сфер зафіксовані найголовніші компоненти, з якими він постійно вступає у взаємодію (товариші по класі, вчителі тощо). Отож **шляхом самооцінки** опитуваний визначає своє ставлення до навколишнього світу, оточуючих його людей і самого себе.

Прізвище, ім'я

Вік (років)

Цікаві предмети

Улюблені заняття

Дата заповнення

Інструкція: Любий друже! Прочитай уважно запитання, що подані зліва, і постав навпроти нього знак «+» справа залежно від того, яке місце в твоєму житті сьогодні посідають люди, організації, події, заняття. Опитувальник допоможе визначити рівень твоєї адаптованості до життя, ступінь гармонійності у взаєминах з оточенням.

№ п/п	Спробуй реально поглянути на свої взаємини з навколишнім світом та оцінити за п'ятибальною шкалою своє ставлення до;	Дуже позитивне	Позитивне	Нейтральне, невизначене	Негативне	Вкрай негативне
	I ШКОЛА					
1	Товаришів по класу					
2	Учителів					
3	Класного керівника					
4	Навчальних предметів					
5	Школи та її вимоги в цілому					
	II СІМ'Я					
6	Матері					
7	Батька					
8	Брата, сестри					
9	Бабусі і дідуся, родичів					
	III ВУЛИЦЯ					
10	Найближчих друзів					
11	Знайомих, товаришів					
12	Батьків твоїх друзів					
13	Сусідів					
	VI ВЛАСНЕ Я					
14	Свої поведінки, своїх учинків					
15	Внутрішнього Я: Я-образу чи Я-концепції					
Бали						
Усього балів						
Висновок психолога						
Висновок психолога: ситуативна дезадаптованість						

Процедуру опитування доцільно проводити з учнями всього класу, хоч опитувальник з успіхом може використовуватися і в індивідуальній роботі з учнями. У разі необхідності вчитель пояснює зміст запитань (практика показує, що це стосується передусім пунктів 5, 14, 15). Час заповнення бланку відповідей не фіксується. Водночас учитель мусить знати, що школярі витрачають на цю роботу 10-15 хв., а за умови повторного тестування час скорочується приблизно на 5 хв.

Подані варіанти відповідей диференціюються на позитивні (дуже позитивне, позитивне) та негативні (вкрай негативне, негативне). Зрозуміло, що при обробці результатів бальні оцінки в обох випадках будуть істотно різнитися між собою, більше того, взаємо виключати одна одну. Одна, а тим більше дві-три негативних відповіді істотно знижують показник рівня особистісної адаптованості школяра. А якщо до цього додається ще кілька оцінок, які характеризують нейтральне ставлення і які цілком слушно не беруться до уваги, то загальна картина соціально-психологічної адаптації школяра набуває непривабливих обрисів. Забігаючи наперед, зауважимо, що саме з таким випадком ми маємо справу у наведеному прикладі: учениця набрала 34 бали, що відповідає рівню ситуативної дезадаптованості. І це насправді так. Незважаючи на відмінне навчання, Марійка не має надійних друзів ані в стінах школи, ані за її межами. У неї не сформований стійкий пізнавальний інтерес, Я-концепція не структурована і чітко не визначена у спрямуванні, а до школи та її вимог загалом негативне ставлення. І тільки в родинних взаєминах у неї повна гармонія, що допомагає їй розв'язувати непрості особисті проблеми.

Відзначимо також, що в разі незаповнення школярем однієї-двох позицій (скажімо, у нього немає ні батька, ні сестрички чи він виховується у неповній сім'ї), цінність оцінювання тут також нівелюється тим фактом, що відсутність хоча б одного із зазначених в опитувальнику

соціально-розвивальних чинників уже само собою якоюсь мірою позбавляє соціальне оточення школяра повноти і гармонійності.

2. *Ключ* для вчителя чи психолога

За шкалою ставлень відповідь «дуже позитивне» оцінюється 5 балами, «позитивне» - 4, «нейтральне» і за відсутності самооцінки - 0, «негативне» - - 4 (*мінус чотири*) і «вкрай негативне» - -5 (*мінус п'ять*) балами.

Процедура підрахування кінцевого результату передбачає підсумування позитивних і негативних оцінок. Отримане число є первинним результативним показником за шкалою особистісної адаптованості школяра (так звана "сира" оцінка).

Наприклад (*див. табл. 1*). $(6 \times 5) + (2 \times 4) + (-4) = 34$, що за *табл. 4* відповідає ситуативній дезадаптованості.

3. Класифікацію показників особистісної адаптованості школярів.

Вид соціально-психологічної адаптації	Рівні функціонування особистісної адаптованості	Показники адаптованості
I Адаптованість	1. А)максимальний Б)дуже високий 2. високий 3. середній 4. низький	75 73-74 69-72 64-68 57-63
II Неадаптованість	5. неочевидний 6. очевидний	50-56 40-49
III Дезадаптованість	7. ситуативний 8. стійкий очевидний 9. А)критичний Б)супер-критичний	30-39 21-29 0-20 -75 - -1

Методика «Особливості самоврядування» (Н. М. Пейсахов)
(тест-опитувальник «Здатність до самоуправління» Н. Пейсахова)

Інструкція. Перед вами твердження. Одні твердження вимагають звертання до вашого досвіду, тому якщо ви справді часто оцінюєте свої вчинки, то вашою відповіддю буде «так», якщо ви це робите рідко, то – «ні». Інші твердження характеризують ваше ставлення до загальноприйнятої думки, тому якщо ви згодні з ним, то відповідь буде «так», якщо ні, то відповідно відповідь «ні».

У бланку, біля відповідного номера, свої позитивні відповіді відзначаєте знаком «+», а негативні - «-».

Бланк

Питання						Сума «+» і «-»	Етап само управління	Рівень здатності само врядуванн я
Рахувати тільки «+»			Рахувати тільки «-»					
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	17.	33.	9.	25.	41.		Аналіз су- перечностей	
2.	18.	34.	10.	26.	42.		Прогнозу- вання	
3.	19.	35.	11.	27.	43.		Цілепокла- дання	
4.	20.	36.	12.	28.	44.		Планування	
5.	21.	37.	13.	29.	45.		Критерій оцінювання якості	
6.	22.	38.	14.	30.	46.		Ухвалення рішення	
7.	23.	39.	15.	31.	47.		Самокон- троль	
8.	24.	40.	16.	32.	48.		Корекція	
						Загаль на сума	Загальна здатність самовряду- вання	

Опитувальник

1. Практика показує, що я правильно визначаю свої можливості в будь-якій діяльності.
2. Я завбачлива людина.
3. Беруся тільки за те, що можу довести до кінця.
4. Зазвичай добре представляю, що потрібно зробити, щоб домогтися задуманого.
5. Постійно намагаюся знайти відповідь на питання «Що таке добре і що таке погано?»
6. Перш ніж зробити остаточний крок, я зважую усі «за» і «проти».
7. Завжди усвідомлюю те, що зі мною відбувається.
8. Непередбачені обставини не заважають мені довести справу до кінця.
9. У мене не вистачає терпіння довго розбиратися в тому, що не вирішується відразу.
10. У своїх вчинках і справах не люблю загадувати далеко наперед.
11. Рідко замислююся про головні цілі свого життя.
12. Відсутність продуманих планів не заважає мені досягати гарних результатів.
13. Часто важко сказати, чи я досяг того, чого хотів.
14. На вибір моїх рішень впливають не поставлені цілі, а мій настрій у даний момент.
15. Мені часто здається, що ціла година або дві зникли не відомо куди.
16. Той, хто вважає за необхідне виправляти всі допущені промахи, не помічає, як припускається нових.
17. Коли потрібно розбиратися в складній обстановці, відчуваю приплив енергії і сил.
18. Я чітко уявляю свої життєві перспективи.

19. Умію відмовлятися від усього, що відволікає мене від мети.
20. У своїх вчинках і словах дотримую прислів'я: «Сім разів відміряй, один – відріж».
21. Приділяю багато часу тому, щоб зрозуміти, з яких позицій треба оцінювати свої дії.
22. У своїх діях я успішно поєдную ризик з обачністю.
23. Необхідність перевіряти самого себе стала моєю другою натурою.
24. Коли в мене псуються відносини з людьми, можу їх змінити.
25. Як правило, мені буває важко виділити найголовніше у сформованій ситуації.
26. Життя показує, що мої прогнози рідко справджуються.
27. Люди, що завжди чітко знають, чого хочуть, здаються мені занадто раціональними.
28. Удача супроводжує того, хто не планує заздалегідь, а покладається на природний хід подій.
29. Мені не вистачає почуття міри у стосунках з близькими.
30. Мене пригнічує необхідність приймати термінові рішення.
31. Звичайно мало стежу за своєю мовою.
32. Деякі свої звички я охоче б змінив, якби знав, як це зробити.
33. Що я хочу і що повинен зробити – ось предмет моїх постійних роздумів.
34. Заздалегідь знаю, яких учинків можна чекати від людей.
35. Звичайно із самого початку чітко представляю майбутній результат.
36. Поки не склався в голові чіткий, конкретний план, не починаю серйозної розмови.
37. У мене завжди є точні орієнтири, за якими я оцінюю свою працю.
38. Я завжди враховую наслідки прийнятих мною рішень.

39. Уважно стежу за тим, чи розуміють мене під час спорів.
40. Я готовий знову і знову займатися удосконалюванням уже закінченої роботи.
41. Скільки не аналізую своїх життєвих труднощів, не можу досягти цілковитої ясності.
42. Життя таке складне, що вважаю марною витратою часу передбачати хід подій.
43. Прагнення досягти наперед визначеної мети дуже збіднює життя.
44. Вважаю, скільки не плануй, а обставини завжди сильніше.
45. Останнім часом ловлю себе на тому, що надаю великого значення дріб'язкам, забуваючи про головне.
46. Мені звичайно не вдається знайти правильне рішення через велику кількість можливих варіантів.
47. У сварках я помічаю, як «виходжу з себе».
48. Зробивши свою справу, намагаюся не виправляти навіть явні прорахунки.

Обробка результатів. Знаходимо кількість «+» (1 – 3 графи) і «–» (4 – 6 графи) у першому рядку і суму ставимо в 7 графу. І так за усіма вісьмома горизонтальними рядками. Кожне з восьми знайдених чисел установлює рівень здатності самоврядування за кожним етапом. Після цього знаходимо загальну суму всіх балів у графі 7. Ця сума показує рівень загальної здатності самоврядування. Отримані дані аналізуємо за допомогою таблиці.

Показники	Рівні здатності самоврядування				
	Низький	Нижче за середній	Середній	Вище за середній	Високий
За етапами	0–1	2	3–4	5	6
Для жінок (загальна сума)	0–11	2–21	22–30	31–39	40
Для чоловіків (загальна сума)	0–13	14–22	23–31	32–40	41

Додаток Е

Інформована згода на отримання психоконсультативної допомоги

Код клієнта ____

Дата: _____

Ім'я _____

(перші літери імені та по батькові, вік, стать (ч/ж))

контактний тел. _____

Раді вітати Вас і Ваше бажання працювати над своїми психологічними проблемами. Цей документ містить важливу інформацію про взаємини клієнта і психоконсультанта. Будь ласка, уважно прочитайте цю форму і задайте запитання. Підписавши цю форму, Ви укладаєте угоду між Вами та Вашим психоконсультантом / психотерапевтом.

Психоконсультативна допомога. Психоконсультативна допомога клієнтові полягає в усвідомленні ним проблеми та в пошукові шляхів і способів її якнайшвидшого розв'язання. 1. Предмет договору 1.1. Клієнт і психоконсультант домовляються про проведення спільних психоконсультативних зустрічей, в ході яких вони будуть домагатися наступних цілей (впишіть):

1. _____

2. _____

3. _____

2. Правила психологічного консультування

Правила, описані нижче, сприяють формуванню оптимальних умов, необхідних для досягнення цілей психоконсультативної роботи. Їх

дотримання збільшують ймовірність позитивного результату роботи поряд з професіоналізмом консультанта і активною позицією клієнта.

2.1. Час:

2.1.1. Психоконсультативні зустрічі проводяться в заздалегідь обумовлений і встановлений час. Тривалість кожної - 55–60 хвилин (інколи, при пропрацюванні важких травматичних подій, час консультації може збільшуватися до 90 хвилин).

2.1.2. У разі, якщо клієнт запізнюється - час його консультації зменшується на час запізнення.

2.1.3. Сесія може бути перенесена з обопільної згоди між клієнтом і психоконсультантом при усній домовленості про це не менше, ніж за добу.

2.2. Оплата:

2.2.1. Встановлена вартість години психоконсультативної допомоги обговорюється з клієнтом на першій зустрічі.

2.3. Початок, перебіг і завершення психологічного консультування:

2.3.1. Психологічне консультування починається за добровільною обопільною згодою клієнта і психоконсультанта після діагностичної консультації.

2.3.2. Консультування вважається успішно завершеним в разі обопільної згоди психоконсультанта і клієнта про виконання поставлених цілей.

2.3.3. При необхідності і за взаємною згодою кількість сесій на тиждень може бути переглянута спільно клієнтом і психоконсультантом після обговорення.

2.3.4. Закінчення консультування за рішенням однієї зі сторін проводиться після попереднього обговорення причин і підведення підсумків роботи.

3. Зобов'язання сторін

3.1. Психоконсультант бере на себе зобов'язання:

3.1.1. Забезпечити умови проведення кваліфікованого психологічного консультування клієнта з частотою 1 консультація в тиждень протягом тижнів.

3.1.2. Дотримуватися конфіденційності щодо інформації, отриманої від клієнта.

3.1.3. Попереджати клієнта мінімум за добу до наступної консультації про можливий пропуск сесії. Попередження клієнта можливо при безпосередньому спілкуванні або по телефону, смс, факсом, електронною поштою та ін. координатам, наданим пацієнтом для контакту.

3.2. Клієнт бере на себе зобов'язання:

3.2.1. Вчасно приходити на консультації в призначений час протягом усього періоду консультування, обумовленого цим договором.

3.2.2. Своєчасно виконувати завдання. Активно працювати під час сесії, виносити на обговорення всі проблеми, думки, почуття, переживання та побажання, пов'язані з ходом і цілями даного консультування.

3.2.3. Попередньо (мінімум за добу) повідомляти психоконсультанта про можливий пропуск сесії.

3.2.4. Бути чистим від алкоголю та інших речовин, що змінюють свідомість, під час консультування.

3.2.5. Застосовувати тільки ті медикаменти, які призначені лікарем.

4. Права сторін 4.1. Психоконсультант має право:

4.1.1. Ініціювати передачу клієнта іншому психоконсультанту.

4.1.2. У разі психотерапевтичної доцільності ініціювати перерву в консультуванні.

4.1.3. Ініціювати завершення психологічного консультування.

4.1.4. Робити фото консультації, за умов приховування обличчя клієнта.

4.2. Клієнт має право

4.2.1. Вільно говорити про свої переживання, думки, проблеми.

4.2.2. Ставити питання про припинення консультування, якщо: • вважає поставлені цілі досягнутими; • вважає, що консультант не виконує свої обов'язки. Ваш підпис внизу означає, що Ви прочитали інформацію, що міститься в цьому документі, зрозуміли її і згодні дотримуватися цих умов протягом того часу, поки Ви є клієнтом психоконсультанта.

Клієнт _____

Психоконсультант _____ //

Дата «__» _____