

**Міністерство освіти і науки України
Західноукраїнський національний університет
Навчально-науковий інститут новітніх освітніх технологій
Кафедра психології та соціальної роботи**

Наталія СОЛТИС

**Особливості психологічної корекції поведінки старших підлітків з різними
акцентуаціями характеру / Peculiarities of psychological correction of
behaviour of older adolescents with different character accentuations**

спеціальність: 053 Психологія
освітньо-професійна програма «Психологія»
Кваліфікаційна робота

Виконала
студентка групи ПСЗм-21
Н.О. Солтис

підпис

Науковий керівник:
професор
Мартін Тарай

підпис

Випускну кваліфікаційну роботу
допущено до захисту
«____» _____ 2024 р.

підпис

Тернопіль – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ З РІЗНИМИ АКЦЕНТУАЦІЯМИ ХАРАКТЕРУ	7
1.1. Психологічні особливості старших підлітків	7
1.2. Проблема акцентуації характеру старших підлітків	17
Висновки до першого розділу	27
РОЗДІЛ 2. КОРЕКЦІЯ ПОВЕДІНКИ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ, З РІЗНИМИ АКЦЕНТУАЦІЯМИ ХАРАКТЕРУ: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ	29
2.1. Психологічна корекція поведінки особистості: основні підходи та методи	29
2.2. Методи та підходи психологічної корекції поведінки старших підлітків, що мають різні типи акцентуації характеру	33
2.3. Форми психологічної корекції поведінки старших підлітків з різними акцентуаціями характеру	42
Висновки до другого розділу	53
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ПОВЕДІНКИ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ, ЩО МАЮТЬ РІЗНІ ТИПИ АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ: ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ	55
Висновки до третього розділу	62
ВИСНОВКИ	64
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	68
ДОДАТКИ	75

ВСТУП

Актуальність теми. Проблема корекції поведінки старших підлітків з акцентуаціями характеру є архіважливою в сучасних українських реаліях. Старший підлітковий вік характеризується інтенсивними психологічними змінами, формуванням самосвідомості та системи цінностей, а також складнощами у взаємодії з соціальним середовищем.

Акцентуації характеру, як крайні варіанти норми, можуть проявлятися у поведінкових проблемах, таких як агресивність, замкнутість, імпульсивність або надмірна емоційність. Ці прояви не лише ускладнюють міжособистісні стосунки підлітків, а й можуть завадити їхньому особистісному розвитку та адаптації в соціумі. Водночас корекційна робота з акцентуаціями характеру дає можливість знизити інтенсивність таких проявів, сприяючи гармонізації особистості та розвитку соціальних навичок.

Корекція поведінки підлітків з вираженими акцентуаціями характеру є важливим аспектом профілактики девіантної поведінки, яка може призвести до правопорушень, залежностей чи інших форм соціальної дезадаптації. Своєчасна корекція дозволяє мінімізувати ризики негативних наслідків у майбутньому.

Дослідження особливостей психологічної корекції поведінки старших підлітків з різними акцентуаціями характеру дає можливість розробити науково обґрунтовані методи та рекомендації для практичної роботи з цією категорією осіб.

Мета дослідження – вивчення особливостей психологічної корекції поведінки старших підлітків, що мають акцентуації характеру.

Досягненню мети сприяло вирішення наступних **завдань**:

- 1) проаналізувати психологічні особливості старших підлітків;
- 2) дослідити проблему акцентуації характеру старших підлітків;
- 3) розкрити основні підходи та методи психологічної корекції поведінки особистості;
- 4) розкрити методи та підходи психологічної корекції поведінки старших підлітків, що мають різні типи акцентуації характеру;

5) дослідити основні форми психологічної корекції поведінки старших підлітків з різними акцентуаціями характеру;

6) розкрити практичний аспект психологічної корекції поведінки старших підлітків, що мають різні типи акцентуації характеру.

Об'єктом дослідження є поведінка старших підлітків з різними акцентуаціями характеру, зокрема їхні емоційні, когнітивні та соціальні особливості, які впливають на взаємодію з навколишнім середовищем, міжособистісні стосунки, а також на їх адаптацію в суспільстві.

Предметом дослідження є особливості психологічної корекції поведінки старших підлітків з різними акцентуаціями характеру.

Методи дослідження. Дослідження проводилося за допомогою *теоретичних* (аналізу, синтезу, систематизації, класифікації, порівняння, історичного, індукції, дедукції, узагальнення та ін., які допомогли дослідити різні психологічні аспекти заявленої проблематики) та *емпіричних* (зокрема проведення опитування за допомогою патохарактерологічного діагностичного опитувальника, розробленого А. Личком; а також «Опитувальник для самооцінки терплячості», «Опитувальник для оцінки завзятості», «Опитувальник для оцінки наполегливості» Є. Ільїна та Є. Фещенко, «Самооцінка вольових якостей» Н. Стамбулово; спостереження за поведінкою підлітків у різних соціальних ситуаціях).

Наукова новизна магістерської роботи полягає у наступному:

- удосконалено положення про специфічні особливості поведінки підлітків з різними акцентуаціями характеру (проаналізовано вплив акцентуаційного характеру на поведінку старших підлітків, зокрема в контексті їх соціальної адаптації, емоційного самопочуття, взаємодії з однолітками та дорослими). Підкреслено важливість урахування індивідуальних типів акцентуацій при корекції поведінкових порушень;

- розвинуто положення про індивідуалізовані підходи до психологічної корекції, шляхом пропонування сучасних методів та підходів психологічної

корекції для підлітків з різними типами акцентуацій характеру, що враховують їх специфічні психоемоційні потреби та проблеми;

- розширено теоретичні положення про корекцію поведінки підлітків (на основі емпіричних даних і теоретичного аналізу тощо розширено уявлення про механізми поведінкових порушень і способи їх корекції в підлітковому віці).

Практичне значення одержаних результатів. Результати дослідження можуть бути використані психологами, психотерапевтами та педагогами для розробки індивідуальних програм корекції поведінки старших підлітків з різними акцентуаціями характеру. Розроблені в дослідженні методи і підходи до корекції поведінки підлітків з різними акцентуаціями характеру можуть бути впроваджені в практику психологічних центрів, консультувальних служб, а також у роботу соціальних працівників, які займаються підтримкою молоді.

Одержані результати можуть бути використані для профілактики девіантної поведінки та проблем у розвитку підлітків, таких як агресія, вживання психоактивних речовин, правопорушень тощо. Застосування ефективних корекційних підходів дозволяє своєчасно мінімізувати ризики і допомогти підліткам правильно реагувати на стресові ситуації.

Одержані результати також можуть стати основою для подальших досліджень у сфері психології підлітків, особливо щодо впливу акцентуацій характеру на їх соціальну адаптацію та розвиток.

Апробація результатів наукового дослідження. Окремі положення та висновки магістерського дослідження було озвучено на міжнародно-науковій конференції: Міжнародна науково-практична конференція: «Психосоціальні ресурси особистісного та соціального розвитку в епоху глобалізації» (м. Тернопіль, Західноукраїнський національний університет, 1 листопада 2024 р., назва тез: «Особливості психологічної корекції поведінки старших підлітків з різними акцентуаціями характеру»).

Структура магістерської роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, які містять п'ять підрозділів, висновків, списку використаних джерел (56 найменувань) і додатків. Загальний обсяг

магістерської роботи становить 81 сторінок, із них основний текст – 67 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ З РІЗНИМИ АКЦЕНТУАЦІЯМИ ХАРАКТЕРУ

1.1. Психологічні особливості старших підлітків

Підлітковий вік є одним з найскладніших і водночас найбільш важливих періодів у розвитку людини. Всі психічні, емоційні, фізіологічні та соціальні процеси, що відбуваються в цей період, складають основу для формування особистості та її адаптації в дорослому житті. Старші підлітки — це особлива група людей, яка перебуває на межі двох етапів: дитинства та дорослості. Вони вже не діти, але ще й не зовсім дорослі. Цей вік відзначається інтенсивними змінами, як внутрішніми, так і зовнішніми, що відображаються на їх психологічному розвитку.

Підлітковий вік, зокрема його пізня стадія, є часом закінчення фізичного розвитку. Тіло вже переходить до дорослої форми, а гормональні зміни, що відбуваються, можуть викликати різні емоційні реакції. Важливим аспектом психологічних особливостей є те, що на фоні фізичних змін виникає період інтенсивної когнітивної реорганізації. Старші підлітки починають краще осмислювати свою особистість, а також розвивається здатність до абстрактного мислення. Вони здатні оцінювати не тільки конкретні факти, а й можливо майбутнє, уявляти різні сценарії розвитку подій. Це дозволяє підліткам ставити перед собою мету та визначати життєві пріоритети, хоча ці пріоритети можуть змінюватися з часом через нестабільність емоційного стану.

Незважаючи на те, що старші підлітки вже здатні до складних когнітивних операцій, їх емоційний стан часто нестабільний. Причина цього - гормональні зміни, які впливають на поведінку та сприйняття. Підлітки можуть бути надзвичайно чутливими до критики, переживати складнощі з самооцінкою та ідентичністю. Вони часто задаються питаннями про своє місце в житті, своє призначення, шукають відповіді на питання «хто я?» і «як я хочу жити?». Ці

внутрішні пошуки можуть супроводжуватися відчуттям невизначеності та тривоги [2].

Особливо важливою є проблема емоційної лабільності - зміни настрою можуть бути різкими та важкими для самоконтролю. Зокрема, це може проявлятися у вигляді гнівних спалахів, депресії або емоційного виснаження. Ці перепади можуть бути викликані як зовнішніми факторами (конфлікти з однолітками, батьками чи вчителями), так і внутрішніми, психологічними конфліктами, які часто є невидимими для оточуючих.

Старші підлітки намагаються знайти своє місце в соціумі, де значну роль відіграють однолітки. У цей період підлітки сильно орієнтуються на свою соціальну групу, починають відчувати важливість колективу і схильні до наслідування поведінки старших або популярних однолітків. Важливою стає ідентифікація себе як частини певної групи або субкультури. Вони намагаються визначити свою приналежність до певного соціального кола, будь то інтереси, стиль одягу, музичні вподобання чи навіть політичні погляди.

Одночасно цей процес супроводжується появою бажання до незалежності від батьків, що часто призводить до конфліктів з родиною. Старші підлітки часто вступають у боротьбу за свою автономію і самостійність, намагаючись довести свою зрілість і здатність приймати власні рішення. Це може стати причиною розриву в стосунках з батьками, але в той же час це є частиною нормального процесу становлення дорослої особистості.

Однією з основних психологічних проблем старших підлітків є пошук власної ідентичності. Цей процес дуже важливий для становлення самосвідомості та самоповаги. Підлітки вивчають різні ролі в соціумі, експериментують з різними способами самовираження, шукаючи найбільш підходящий для себе. Цей процес може бути супроводжений кризами і спробами зрозуміти, ким вони хочуть бути. Іноколи цей пошук приводить до того, що підлітки можуть відкинути певні соціальні норми чи традиції, прагнучи створити свою власну ідентичність, іноколи на шкоду соціальним зв'язкам.

Саме в цей період багато підлітків мають сильну потребу у визнанні, в пошуках уваги з боку оточуючих, що може приводити до певних ексцентричних вчинків або вибору незвичних хобі. Вони часто експериментують з образом, способом життя, а також зі своїми емоціями та ставленням до інших людей.

У сучасному світі особливу роль у психології старших підлітків відіграють технології. Інтернет, соціальні мережі, відеоігри та інші цифрові платформи стають основними засобами комунікації та самовираження. Підлітки використовують ці платформи для побудови своєї ідентичності, взаємодії з іншими людьми, а також для пошуку підтвердження своїх переконань і почуттів. Водночас існують і негативні аспекти: постійний доступ до інформації та комунікаційний потік можуть викликати стрес, тривожність або залежність від соцмереж [24].

Підлітковий вік – критичний період у житті кожної людини, коли відбувається психологічна зміна парадигми, що відповідає мріям та ідеалам, а попередня система поступово змінюється, переходячи від дитячих, фантастичних уявлень до реалістичних. Водночас підлітки переживають цей період з відповідними віковими особливостями та психологічними кризами. Ці події пов'язані з розвитком і подоланням психологічних конфліктів і криз у взаєминах з однолітками, з самим собою, із сім'єю. Поглиблюється розуміння підлітками значення субкультур та їхніх цінностей. Водночас у підлітків з'являється незадоволеність собою, своєю зовнішністю, світоглядом, рівнем досягнень і місцем проживання. Поряд з цими психологічними явищами, в процесі перебудови «Я» - концепції у підлітків з'являється почуття самотності, відчуття безцільності свого життя або бажання досягти статусу серед однолітків і особливо авторитетних осіб (лідерів думок). Це випадок, коли молодь досягає статусу дорослої людини без належних на те підстав [11].

Вікові психологи вважають, що юність триває з 17 до 19 років або навіть пізніше. Саме в цей період відбувається навчання у вищих навчальних закладах. Особливої різниці у поглядах науковців на початок цього віку та його

трактування, як і у випадку з середньою юністю, немає. Останній загалом триває від 13-14 до 17 років. Одним із способів оцінки тривалості підліткового віку було і залишається визначення його як вступу в доросле життя, коли підліток досяг відповідного стану. Таким чином, закінчення підліткового віку в індивіда визначається, оскільки не існує чітких та узагальнених наукових критеріїв досягнення дорослого статусу [3].

На думку психологів, підлітковий стиль життя формується на ранніх стадіях статевого дозрівання і вважається завершеним лише тоді, коли підліток стає незалежним і відповідальним за власну поведінку. У цей період підлітки стають «емоційно та соціально зрілими», а також «готовими виконувати дорослі ролі за нормальних та екстремальних умов» [8]. За несприятливих умов життя цей період може значно скоротитися до двох-трьох років або значно продовжитися до п'яти, семи і більше років. Підлітковий вік не вважається завершеним і зазвичай призводить до конфліктів між молодого людиною та дорослим світом. Тому пізню юність прийнято вважати періодом зростання від 16-17 до 19 років, хоча в сучасних умовах вона може сягати 21-25 років. У фаховій літературі цей період називають «критичним періодом», «катастрофічним періодом» або навіть «перехідним періодом» від стану повної незрілості до повної зрілості особистості [9].

Це не стосується психопатологічних станів, зокрема підліткових психічних захворювань. Старші підлітки мають пройти довгий шлях у своєму духовному розвитку, перш ніж досягти дорослості. При цьому відбуваються важливі процеси у внутрішній перебудові особистості та вирішуються конфлікти з однолітками і дорослими (переважно родичами і батьками) [10]. Процес дорослішання в підлітковому віці відбувається під час «сходження» до подолання психологічних зривів і набуття почуття власної гідності через багато досягнень і втрат. Продовжуючи цю тему, слід зазначити, що в підлітковому віці певна послідовність «падінь» і «досягнень» супроводжується появою значних суб'єктивних проблем і труднощів. З іншого боку, існують об'єктивні чинники та перешкоди, які необхідно долати при взаємодії підлітків з

«дорослим світом» та його вимогами. Це характеризує підлітків (у тому числі пізнього підліткового віку) не тільки як мінливих, але й як нестабільних особистостей з розвитком психологічної амбівалентності, характерної для цієї вікової групи. Про це свідчать швидкі переходи в підлітковому віці від високої фізичної активності до втоми, від радості до смутку, від надмірної впевненості в собі до повної її втрати, від егоїзму до альтруїзму, від спілкування до ізоляції.

Старший підлітковий вік є досить суперечливим. Цей період супроводжується як значною кількістю досягнень, так і значними втратами в різних сферах життєдіяльності людини. Розглядаючи питання психологічних досягнень, слід зазначити, що вони, насамперед, пов'язані з набуттям у підлітковому віці значного обсягу знань, умінь і навичок та поступовим формуванням (позитивних чи негативних) моральних якостей в особистості. Цей аспект також стосується не лише індивідуальної частини, а й загальної системи особистості, усвідомлення власного «Я», а також відкриття поступового набуття власного соціального статусу, який за своєю структурою та психологічною основою наближається до дорослого [14]. Водночас старший підлітковий вік супроводжується поступовим, а іноді й раптовим руйнуванням або втратою попередньої дитячої системи світогляду. Це стосується насамперед поверхневого та безвідповідального життя дитини в сім'ї та суспільстві.

При взаємодії підлітків зі світом дорослих виникають і згодом формуються значні проблеми та підліткові кризи. Це пов'язано з порушенням стійкого світогляду, появою серйозних сумнівів у власних здібностях, силах, пошуком правильного вибору життєвого шляху, стосунків з іншими людьми, підлітками та дорослими тощо [15]. Метою цієї психологічної трансформації є стійке намагання підлітків середнього і особливо старшого віку самоствердитися в дорослій культурі та суспільстві [16].

Ці критичні явища поступово долаються в пізньому підлітковому віці. Це відбувається внаслідок активізації мозкової діяльності та дозрівання центральної нервової системи у хлопців і дівчат. Це супроводжується чіткою і всебічною інтелектуальною перебудовою психічних процесів та інтенсивним і

швидким розвитком мислення у старших підлітків. Слід звернути увагу на здатність активно використовувати такі навички, як гіпотетичне та абстрактне мислення. Ці елементи відіграють важливу роль у виборі правильних стратегій поведінки, когнітивних процесів та стратегічного мислення в екстремальних умовах навчання у вищому навчальному закладі.

У підлітків поступово розвиваються інші процеси та розумові операції мозку, їх раціональна послідовність та успішність виконання. У середньому та старшому підлітковому віці на тлі оптимізації психічних процесів та їх прискореного темпу закладаються передумови для посиленого інтелектуального розвитку та потужних процесів засвоєння нових і складних знань. Таким чином, для молодих людей стає можливим здобуття освіти, в тому числі вищої, та набуття професійних знань. Такі процеси відбуваються в молодіжному віці, оскільки формують стійку психологічну здатність до рефлексії та самостійного мислення, яка присутня у дорослих. Молоді люди характеризуються незалежним мисленням і поведінкою. Вони здатні обирати свої поведінкові стратегії незалежно від думки однолітків та авторитетних дорослих.

Психологів неабияк турбує питання більшої здатності молодих людей здобувати нові знання, використовувати сучасні засоби навчання та засвоювати вищий рівень знань за короткий проміжок часу. Це пов'язано з покращеною здатністю до запам'ятовування матеріалу та високою психологічною продуктивністю цієї вікової групи зокрема. Водночас вони швидше опановують нові способи управління процесом самонавчання та запам'ятовування інноваційного матеріалу [19]. Іншими словами, формування «логічних зв'язків» призводить до надзвичайно швидкого засвоєння матеріалу. Це значно підвищує ефективність інтелектуальних здібностей людини.

У цьому віці триває процес соціального становлення молоді. Як зазначалося раніше, основне місце в мотивації старшої молоді займають конструктивні та переважаючі установки, спілкування і взаємини з однолітками, студентами, співробітниками та працівниками вищих навчальних

закладів. Вони складають основу найважливіших внутрішніх інтересів підлітків у цей період. Водночас, набуття ключових психологічних новоутворень, таких як свідомість дорослості, потреба в самореалізації в особистому житті та соціальному визнанні, суттєво знижує рівень стосунків підлітків з батьками та іншими членами родини.

Водночас ці психологічні елементи вступають у конфлікт із сімейними цінностями та рольовими системами учня, сформованими в попередньому віці [47]. Завершення формування особистості «Я» полягає в усвідомленні дорослими своїх прав та обов'язків у підлітковому віці. При цьому домінуючим прагненням підлітків є набуття та відстоювання статусу дорослого. Водночас вони активно включаються в доросле життя, в суспільні інституції, клуби та об'єднання.

Характер цих взаємодій між підлітками та суспільством свідчить про домінуюче прагнення перших самоствердитися за будь-яку ціну. Так, у старшому підлітковому віці ці очікування набувають яскраво вираженого морального характеру, як і самопізнання. Водночас формується відповідна система психологічного домінування, що підпорядковує свою психологічну організацію відповідним соціальним нормам [47].

Ще однією важливою перешкодою на шляху досягнення соціальної зрілості старшими підлітками, які прагнуть до дорослості, є брак життєвого та практичного досвіду на тлі одночасного досягнення фізичної зрілості. Це відповідає відомому прислів'ю про те, що «було б краще, якби молодість знала, а старість вміла». Таким чином, головною метою юності було, є і завжди буде прагнення стати дорослим. Воно є головним чинником новоутворення для старших підлітків. Останнє тісно пов'язане із засвоєнням сучасних естетичних норм та формуванням системи моральних цінностей дітьми молодшого шкільного віку. Формування моральних цінностей визначає особливості взаємовідносин і поведінки між молодими людьми [32].

Саме на цьому етапі розвитку особистості він стає значущим у формуванні складних і важливих психологічних систем, які в кінцевому

підсумку визначають становлення пасивної чи активної життєвої та громадянської позиції, спрямованість «Я» та формування особистісних ідеалів і прагнень [33]. Підлітковий вік також важливий для формування завищеної самооцінки і навіть переоцінки власних здібностей, розвитку самосвідомості, усвідомлення власної поведінки, розумової діяльності, переживань і потреб у підлітковому віці та розвитку здатності до аналізу власних цінностей по відношенню до особистості та суспільства. Це важливо для майбутнього дорослого життя людини. Про це свідчить здатність підлітків критично оцінювати себе, не лише усвідомлюючи власні потреби, а й враховуючи оцінки авторитетних для них дорослих [34].

Свідома самооцінка стає важливим фактором контролю поведінкових реакцій підлітків середнього та старшого віку. Крім того, самооцінка підлітками своїх якостей характеру та їх оцінка іншими є важливими для розвитку зрілої особистості. Критерієм оцінки та самооцінки є зосередження уваги на певних якостях (успішність, батьківський авторитет), які переважають у молодших підлітків, але не у старших підлітків. Морально-психологічні характеристики старшої молоді поступово стають основним критерієм самооцінки. Взаємовідносини з іншими молодими людьми та їх ефективність розглядаються студентами як основні критерії оцінки власної особистості, морально-психологічних засад, думок про себе, причетності до відповідних сегментів суспільства, різних видів діяльності та спілкування [36]. Водночас, викладачам ВНЗ слід враховувати, що у студентів ще не до кінця сформовані процеси нейронної активності вищого порядку. У дорослому житті це визначатиме їхній успіх чи неуспіх у суспільстві, де індивідуальна ідентичність визначається в процесі самопізнання та соціалізації.

В умовах навчання в університеті молоді люди не лише пізнають свою унікальну індивідуальність, але й отримують визнання з боку суспільства та усвідомлюють дистанцію між справжнім образом «Я» і «Я, яким я є і хочу бути» [16]. Учні отримують суб'єктивні оцінки свого «Я» як від однолітків, так і від дорослих. Це дозволяє їм не тільки продовжити самопізнання, але й

завершити важливий етап особистісної нестабільності під час навчання в університеті та в процесі практичної діяльності, від молодшого до пізнього підліткового віку. Саме в цей період формується взаємоузгоджена система мислення, тобто Я-концепція підлітка. Ця Я-концепція формується на основі попереднього образу «Я» і необхідна випускникам вищих навчальних закладів для формування та організації своєї самосвідомості у дорослому житті [39].

Пізня юність також пов'язана із завершенням процесу формування системи соціальних зв'язків особистості, розвитком соціальної відповідальності та активності. Потреба у самовираженні власної унікальності підлітка пов'язана з максимальним розвитком соціальних зв'язків особистості в цей період. Самоідентифікація та самовиховання також характерні для цього періоду. Вони були б неможливими без вираженого прагнення підлітків до спонтанної самореалізації, саморегуляції та самостійного засвоєння важливих соціальних цінностей. Водночас учні стають дедалі більш стійкими до почуття фрустрації. Вони виявляють бажання бути незалежними, поглиблювати свою самооцінку, брати на себе відповідальність, контролювати свої мотиви і досягати більш віддалених цілей, щоб досягти певного соціального статусу, важливого для їхньої майбутньої самооцінки і самосприйняття [40].

Таким чином, підлітки не характеризуються остаточним дозріванням особистості. Вони мають як стабільні, так і нестабільні особистісні та психологічні риси. Це часто супроводжується поєднанням діаметрально протилежних психологічних проявів, тобто амбівалентністю. Про це свідчать яскраво виражені реакції вивільнення. До них відносяться прагнення за будь-яку ціну звільнитися від батьківської опіки, поява і закріплення різного роду захоплень, формування груп за інтересами (субкультур) і реакції відторгнення (опозиції) [42]. Як зазначалося вище, психологічні особливості підліткового віку, молодії та середньої дорослості поступово сповільнюються і знецінюються з віком. У пізньому юнацькому віці також відбувається процес поступової переорієнтації на спілкування з однолітками, колегами по професії та викладачами університету. Студентський статус і самооцінка сприяють

особистісному розвитку і є основними способами самоствердження особистості.

Люди цього віку також не виявляють ознак моральної незрілості, некритичного засвоєння групових чи соціальних норм, біполярності (амбівалентності) в оцінці себе та свого оточення [36]. Слід визнати, що завершальний етап розвитку саморефлексії завершується в пізньому підлітковому віці, коли остаточно формується концепція «Я» та самооцінка підлітка, визначається рівень домагань (завищений чи адекватний). У підлітків також формується ставлення до себе - від позитивного до різко негативного. Нарешті, відбувається завершальний етап - формування ціннісних орієнтацій і життєвих цілей особистості, яка вибудовує систему міжособистісних стосунків з однолітками. Найважливішими досягненнями старших підлітків вважаються значні когнітивні успіхи та досягнення [45].

Як наголошують автори підручника «Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці», підлітковий вік є етапом розвитку особистості у період їхнього віку з 11-12 до 15-17 років. Цей період ще називають кризовим, підлітковим або перехідним, і він, мабуть, є одним з найскладніших і непередбачуваних періодів. Труднощі цього періоду пов'язані з переходом від дитинства до дорослого життя. За відносно короткий проміжок часу відбувається низка якісних змін, включаючи зміну інтересів, поглядів, зразків для наслідування та життєвих цінностей. Непослух, бунтів важке виховання фактично вибухають, оскільки старі психологічні структури руйнуються - це так звана «криза переходу». Негативні суб'єктивні переживання, розрив стосунків, погана дисципліна та прояви девіантної поведінки можуть мати місце в цей періоду [37, с. 268-269]. І одним із психологічних факторів девіантної поведінки підлітків наводять адитивну поведінку.

А. Шайдуліна також розглядає інтернет-залежність як нову адиктивну поведінку молоді та називає дисгармонію у функціонуванні емоційної сфери як характеристику інтернет-залежної молоді [37, с. 134].

Відволікання від сумнівів і переживань у складних ситуаціях – це те, чого ми всі потребуємо час від часу, але у випадку з адиктивною поведінкою це стає стилем життя, замикаючи людину в пастці постійної втечі від реальності [37, с. 134].

1.2. Проблема акцентуації характеру старших підлітків

У даному підрозділі важливо зупинитися на розкритті поняття «акцентуації характеру» та критеріїв, за допомогою яких можна визначити приналежність характеру підлітка до того чи іншого типу. Проте спочатку зупинимося на з'ясуванні загалом, що таке «акцентуації»?

Психологічні теорії акцентуації характеру стали важливим етапом у розвитку психоаналітичної та психологічної науки, оскільки вони дозволяють зрозуміти, як індивідуальні особливості людини проявляються у взаємодії з оточенням, як її психічні якості впливають на поведінку, спілкування та адаптацію до соціальних умов. У цьому контексті дві найвідоміші концепції акцентуації - К. Леонгарда та А. Ейзенка - відіграють важливу роль у дослідженні особистості. Теорії цих двох авторів дозволяють зрозуміти, як різні акценти характеру можуть визначати поведінку людини та її сприйняття світу.

Теорія акцентуацій К. Леонгарда

К. Леонгард був одним з перших психологів, хто започаткував дослідження акцентуації характеру, розглядаючи їх як вищі форми нормальних варіантів розвитку особистості. Він визначав акцентуації як яскраво виражені, особливо інтенсивні форми характеру, що виникають через поєднання генетичних, біологічних та соціальних факторів. Леонгард розробив класифікацію акцентуацій характеру, розділивши їх на кілька типів:

Гіпертимний тип - особи цього типу активні, енергійні, імпульсивні, схильні до оптимістичних оцінок ситуацій. Вони часто нехтують негативними

наслідками своїх вчинків, проявляють схильність до ризику, але водночас можуть бути неуважними та неорганізованими.

Дистимний тип - відзначається схильністю до меланхолії, песимізму, низької самооцінки, відчуття смутку та депресії. Такі люди часто схильні до тривожності, сумнівів і невпевненості.

Циклотимний тип - поєднує в собі риси гіпертимії та дистимії. Люди з циклотимним типом можуть бути веселими і активними, але також часто переживають періоди апатії та суму.

Емотивний тип - акцент на емоціях, чутливості та емоційній лабільності. Люди цього типу мають схильність до яскравих емоційних переживань, можуть бути надмірно вразливими або схильними до глибоких переживань.

Невротичний тип - характеризується підвищеною тривожністю, вразливістю до стресів, схильністю до переживань та нестабільності емоцій.

Інтровертний тип - люди з інтерпретованими рисами цього типу схильні до самотності, внутрішнього життя і менше орієнтовані на соціальні зв'язки.

За словами Леонгарда, акцентуації характеру не є психічними розладами, але вони можуть призвести до певних труднощів у соціальній адаптації або до психосоматичних порушень у стресових ситуаціях. Важливою частиною теорії Леонгарда є поняття «психічної стійкості», яке вказує на те, що акцентуації можуть бути адаптивними за певних умов.

Теорія акцентуацій А. Ейзенка

А. Ейзенк, британський психолог, більш відомий своїми дослідженнями в галузі психометрії та поведінкової генетики, також розглядав питання акцентуацій характеру, але його підхід був значно більше орієнтований на біологічні та нейрофізіологічні механізми. Ейзенк запропонував дві основні осі, на яких може бути побудовано опис характеру: **екстраверсія - інтроверсія** та **невротизм - емоційна стабільність**.

Екстраверсія - інтроверсія. Ейзенк визначав екстравертів як людей, які схильні до активного взаємодії з оточенням, мають високий рівень енергії, часто шукають нові стимули і здатні легко контактувати з іншими людьми.

Інтроверти, навпаки, часто віддають перевагу самотності, менш схильні до зовнішніх впливів і можуть відчувати дискомфорт у великих компаніях.

Невротизм - емоційна стабільність. За цією шкалою люди, схильні до високого рівня невротизму, відчують сильні емоційні перепади, тривогу, стрес і переживання. Емоційно стабільні люди характеризуються внутрішньою рівноваговою поведінкою, здатні ефективно долати стресові ситуації без надмірних емоційних реакцій.

Ейзенк вважав, що ці дві осі є незалежними, але їх поєднання дозволяє описати поведінкові типи людей. Наприклад, високий рівень екстраверсії при низькому рівні невротизму утворює тип, який є оптимістичним і адаптивним. Натомість високий рівень невротизму при низькому рівні екстраверсії може створити образ інтровертного тривожного індивіда.

Ейзенк також припустив, що ці характеристики можуть мати біологічне підґрунтя, оскільки він вірив, що різниця між екстравертами та інтровертами лежить в основі діяльності центральної нервової системи, зокрема в реакціях на стимуляцію.

Порівняння теорій Леонгарда та Ейзенка

Основні відмінності між концепціями К. Леонгарда та А. Ейзенка полягають у їхньому підході до класифікації акцентуацій. Леонгард акцентував увагу на різноманітності типів характеру, пов'язаних з емоційними та психологічними відмінностями, тоді як Ейзенк зосереджувався на більш загальних, біологічних основах, визначаючи лише дві основні осі для вимірювання характеру.

Однак обидва автори сходяться в тому, що акцентуації — це варіанти нормального функціонування особистості, а не психопатології. Акцентуації можуть мати як позитивні, так і негативні прояви в залежності від контексту та середовища.

Визнаємо, що теорії акцентуацій характеру, запропоновані К. Леонгардом та А. Ейзенком, стали важливими кроками в розумінні індивідуальних психологічних відмінностей. Леонгард наголошував на різноманітності типів

особистості та їхніх емоційних рисах, тоді як Ейзенк зосереджувався на біологічних основах і вимірюванні ключових параметрів характеру. Обидва підходи підкреслюють, що акцентуації характеру є важливою складовою індивідуальності і можуть впливати на поведінку, взаємодію з оточенням і адаптацію до життєвих обставин.

Дмитро Васильович Колесов зосереджує увагу на внутрішньо сімейних детермінантах і пояснює їх більш широко. Він пропонує наступну класифікацію адиктивних рис особистості на основі стилю внутрішньо сімейного виховання підлітка:

Варіант 1: Підліток не перебуває під належним батьківським контролем. Як наслідок, таке виховання призводить до безвідповідальності. При цьому прагнення до задоволення, яке сприймається як єдиний наслідок діяльності, цілком визначається фактором простоти діяльності.

Другий варіант: батьки боготворять підлітків. Вони постійно хвалять їх безпідставно і не помічають їхніх недоліків. Від звички задовольняти будь-яке бажання незабаром формується дуже небезпечна тенденція кидати виклик усьому в житті.

Третій варіант: батьки суворо регламентують поведінку дитини, контролюючи її в малих дозах і постійно повчаючи. Дитина не є самостійною, занадто слухняною і ризикує наслідувати негативні рольові моделі [37, с. 273].

Як зазначали, поняття «акцентуація характеру» («акцентуація особистості») вперше було введено в 1964 році К. Леонгардтом, німецьким психіатром, психологом і професором неврологічної клініки Берлінського університету. Автор відійшов від уявлень психіатра П. Ганушкіна про латентну або компенсаторну психопатологію [20, с. 105].

На сьогодні існує досить багато визначень поняття «акцентуація характеру», які певною мірою відрізняються одне від одного. Переважно науковці вважають акцентуацію характеру крайнім варіантом норми. Розрізнення патологічних і нормальних особистостей, в тому числі і акцентуацій, дуже важливе. Особистості, які є предметом дослідження

психологів, знаходяться по один бік цього розмежування, а психіатрів - по інший. Так, А. Личко визначає акцентуацію особистості як крайній варіант норми. У цьому варіанті певні риси є надмірно вираженими, що призводить до вибіркової вразливості до певних психогенних впливів і хорошої або підвищеної стійкості до інших [20, с. 105].

Зупинимось на сучасному розумінні акцентуації характеру та типів.

Характер – це унікальне поєднання стійких властивостей людини, яке визначає типову для неї модель поведінки в певних життєвих умовах і ситуаціях.

Своєрідність характеру людини проявляється в системі її ставлення до дійсності:

до себе (скромність - хвалькуватість, гордість - приниженість тощо), до власності (щедрість - жадібність, ощадливість - марнотратство тощо);

до інших (товариськість - замкнутість, тактовність - грубість тощо);

до праці (відповідальність - лінощі, працьовитість - лінощі тощо).

Основні типи акцентуацій характеру (за А. Личком):

1. Гіпертимний тип

Ключові ознаки: життєрадісність, прагнення до лідерства, зміна інтересів, схильність до переоцінки можливостей, підвищена активність, мобільність, надмірна незалежність, схильність до ризику, екстраверсія, екстравертна діяльність.

Позитивні якості: підприємливість, швидкість навчання, легкість у спілкуванні, активність, енергійність, витривалість, здатність викликати довіру, винахідливість у нестандартних ситуаціях, готовність брати на себе відповідальність.

Форми дезадаптації: авантюризм, нестійкість, алкоголізм, відволікання уваги, схильність до ризику, недисциплінованість, прогули, конфліктність з дорослими. Провокуючі фактори: лінь, обмеженість вибору, самотність, суворая регламентація діяльності, емоційна відповідальність, суворий контроль.

2. Циклоїдний тип

Основними рисами є чергування гарного та поганого настрою (ейфорія-дискомфорт).

З початком статевого дозрівання настає перший субдепресивний період (легка депресія, що характеризується млявістю, апатією і відчуттям, що все розвалюється на частини). У цей період циклоїди починають відчувати себе тягарем з боку суспільства і компанії, а їхня працездатність швидко знижується. Субдепресивний період триває 2-3 тижні, після чого настрої покращується і циклоїд стає більш типовим у поведінці та починає надолужувати те, що було втрачено під час субдепресивного періоду.

Позитивні якості: ініціативність, життєрадісність, товариськість. Дезадаптивні форми: непослідовність, неврівноваженість, байдужість, спалахи дратівливості, надмірна вразливість, надання переваги іншим (у періоди підвищеного настрою). Горе, легковажність, апатія, занепад сил, труднощі в школі та житті, дратівливість у стосунках з однолітками (у періоди зниженого настрою), ризик суїцидальної поведінки.

Тригерні фактори: емоційне відторгнення з боку близьких, стрес, переслідування, несподіванка, радикальна ломка життєвих стереотипів.

3. Нестійкий тип

Основні ознаки: безвольність, неподільність, непостійність, залежність від інших, навіюваність, пасивність у діяльності, слабкість, прагнення до ледарства та поверхневих захоплень.

Позитивні якості: вміння не перевтомлюватися, отримувати сильні враження, відкритість, доброзичливість, швидкість перемикання у справах та спілкуванні.

Форми дезадаптації: хвастощі, безвідповідальність, боягузливість, пагони з дому, делінквентна поведінка (антисуспільна, протиправна), адиктивна поведінка (залежності, згубна поведінка, звикання).

Провокуючі чинники: безконтрольність, нецілеспрямоване, нестійке виховання, відсутність єдності вимог у ній.

4. Лабільний тип

Основні ознаки: рухливість, невмотивована зміна настрою, чутливість до чужої думки, ранимість, дратівливість, залежність стану від настрою, запальність, слабкий самоконтроль, конфліктність.

Позитивні якості: товариськість, добродушність, чуйність, прихильність, спілкування в компаніях з однолітками.

Форми дезадаптації: афективна поведінка (яскраві емоційні процеси вибухового характеру, що характеризуються короткочасністю та високою інтенсивністю), депресія, неврози, демонстративні пагони, ризик суїцидальної поведінки.

Провокуючі чинники: відкидання близьких, втрати.

5. Істероїдний тип

Основні ознаки: жага уваги, потреба дивувати, захоплювати, завищена самооцінка, похвальба неіснуючими досягненнями, жага постійної уваги до своєї особи, нездатність переносити удари по егоцентризму, прагнення бути «на сцені».

Позитивні якості: завзятість, ініціативність, комунікабельність, активність, організаторські здібності, активність.

Форми дезадаптації: демонстративна поведінка, егоцентризм, афективна поведінка (яскраві емоційні процеси вибухового характеру, що характеризуються короткочасністю та високою інтенсивністю).

Провокуючі чинники: публічне позбавлення ореолу, розвінчування, ізоляція, сірі будні.

6. Конформний тип

Основні ознаки: угода, підпорядкування думці групи, відсутність особистісного ставлення до світу, життя за правилом «як усі», надмірна пристосовуваність ціною особистісних жертв, некритичність поведінки, несамотійність, безвольність.

Позитивні якості: відданість групі, прагнення стійких відносин, уживливість.

Форми дезадаптації: участь у групових правопорушеннях та злочинах.

Провокуючі чинники: негативний приклад, вплив групи, зміна колективу.

7. Шизоїдний тип

Основні ознаки: замкнутість, обережність, «дивакуваті постпуки», труднощі у встановленні контактів, емоційна холодність, схильність спілкуватися з дорослими, фантазування, мала активність.

Позитивні якості: здатність до нестандартного мислення, захопленість, здатність працювати поодиноці, аналітичні здібності.

Форми дезадаптації: пагони, асоціальна поведінка борця за справедливість, адиктивна поведінка (залежність, згубна поведінка, звикання).

Провокуючі чинники: встановлення неформальних емоційних контактів, насильницьке вторгнення сторонніх у навколишній світ, насильницьке приміщення групи, критика його життя і його «системи».

8. Астеноневротичний тип

Основні ознаки: підвищена стомлюваність, іпохондрія (занепокоєння щодо можливості захворіти), дратівливість, млявість, невпевненість, тривожність, скарги, постійне невдоволення, схильність до неврозів.

Позитивні якості: здатність розраховувати свої сили, акуратність, дисциплінованість, скромність, старанність, незлопам'ятність.

Форми дезадаптації: афективна поведінка (яскраві емоційні процеси вибухового характеру, які характеризуються короткочасністю та високою інтенсивністю), шкільна тривожність, дидактогенії (негативний психічний стан учня, викликаний порушенням педагогічного такту з боку вчителя/вихователя; виражається в підвищеному нерві пригніченому настрої та негативно позначається на діяльності учня, ускладнює спілкування).

Провокуючі фактори: гіпер- та гіпоопіка, підвищена вимогливість, порівнювання з іншими дітьми, конфлікти, вислуховування негативних відгуків про себе, ситуації раптової фізичної та психічної напруги, ламання стереотипів.

9. Епілептоїдний тип

Основні ознаки: схильність до тужливо-злобного настрою, в'язкість, інертність, дбайливе дотримання своїх правил, грубість, прагнення зірвати злість на оточуючих, деспотизм, мстивість.

Позитивні якості: дисциплінованість, акуратність, завзятість у досягненні мети, пунктуальність, обов'язковість, витривалість, увага до дрібниць, надійність (виконує свої обіцянки).

Форми дезадаптації: афективна поведінка (яскраві емоційні процеси вибухового характеру, які характеризуються короткочасністю та високою інтенсивністю) але в даному випадку афекти не тільки дуже сильні, але й тривалі – епілептоїд довго не може охолонути, привід для гніву може бути малий та нікчемний, але він завжди пов'язаний хоча б із незначним утиском інтересів; схильність до азартних ігор, злочинство, схильність до алкоголю.

Провокуючі чинники: відсутність емоційного тепла, жорстокість, зауваження, що обмежують самолюбство, обмеження прав та інтересів, обіцянки, що залишаються невиконаними, обмеження можливості показати себе авторитетом.

10. Сензитивний тип

Основні ознаки: надмірна чутливість, недовірливість, полохливість, замкнутість, схильність до самобичування, підвищена вразливість, комплекс неповноцінності, надмірні прихильності до батьків та друзів.

Позитивні якості: моральність, здатність відчувати внутрішню суть, орієнтація на справжні почуття, внутрішня дисциплінованість, відповідальність, сумлінність.

Форми дезадаптації: соціальна відгородженість, пагони внаслідок психічних травм, підвищена уразливість та конфліктність на її фоні, ризик суїцидальної поведінки.

Провокуючі чинники: домашня гіперпротекція, підвищена моральна та емоційна відповідальність, глузування чи підозри у непристойних вчинках, недоброзичливу увагу чи публічні звинувачення.

11. Психастенчісекій тип.

Основні ознаки: висока тривожність, недовірливість, боязкість, страхи, педантизм, підвищена чутливість до порядку, побоювання за майбутнє своє та своїх близьких, нав'язливі ідеї, нерішучість (вибір рішення – найважче завдання для них), захисні реакції від тривоги – вигадкування спеціальних риту .

Позитивні якості: здатність брати на себе відповідальність за інших, відповідальність за справи, емоційна прихильність, серйозність, сумлінність, акуратність, розважливість.

Форми дезадаптації: чутливість до різноманітних випробувань, нерішучість, безініціативність, схильність до нескінченних міркувань, самокопання, наявність нав'язливих ідей та побоювань, можливість невротичних захворювань.

Провокуючі фактори: підвищена відповідальність, ситуація вибору (самостійне прийняття рішення), підвищена моральна відповідальність, гіперпротекція, завдання без чітких вказівок, ситуації сильного занепокоєння та страху, ситуації тривалих фізичних та психологічних навантажень, ситуації критик підлітка та його поведінки.

Жаловська Л. зауважує, що акцентуації можуть піддаватися певним динамічним змінам, що зумовлює розвиток характеру. Це і перехід від явного до латентного типу (вікова компенсація), і трансформація одного акценту в «прикордонний психопатичний», і трансформація, що виражається у додаванні іншого акценту до близького за змістом акценту (від гіперциклоїдного до циклоїдного). Водночас, як підтверджено багатьма дослідниками, майже половина людей належить до змішаних типів:

проміжних (зумовлених ендегенними факторами, наприклад, нестійкий циклоїд, конформний гіперпсихопат),

злитих (сформованих у результаті перекриття ознак одного типу ендегенним ядром іншого типу як результату перекриття рис одного типу ендегенним ядром іншого типу, наприклад, нестійкі гіперпсихопати, конформні нестійкі психопати) [20, с. 106].

Висновки до першого розділу

1. Старший підлітковий вік – це період інтенсивних змін і становлення особистості. Психологічні особливості підлітків на цьому етапі розвитку визначаються гормональними змінами, внутрішніми пошуками ідентичності, емоційною нестабільністю, прагненням до самостійності і потребою визнання від соціуму. Саме тоді підлітки починають визначати свої життєві пріоритети, емоційно дорослішають, а також розвиваються їх соціальні навички, хоча все ще триває складний процес формування психічної стабільності і зрілості. Розуміння психологічних особливостей старших підлітків є важливим для педагогів, психологів і батьків, оскільки це допомагає адекватно реагувати на їх потреби та підтримувати у важливий період розвитку

2. Теорії акцентуацій характеру, запропоновані К. Леонгардом та А. Ейзенком, стали важливими кроками в розумінні індивідуальних психологічних відмінностей. Леонгард наголошував на різноманітності типів особистості та їхніх емоційних рисах, тоді як Ейзенк зосереджувався на біологічних основах і вимірюванні ключових параметрів характеру. Обидва підходи підкреслюють, що акцентуації характеру є важливою складовою індивідуальності і можуть впливати на поведінку, взаємодію з оточенням і адаптацію до життєвих обставин.

3. Акцентуації характеру у підлітків відіграють важливу роль у формуванні особистості та її адаптації до соціального середовища. Визначення типу акцентуації у підлітків може допомогти в корекційній роботі, сприяючи кращому розумінню та підтримці їх соціальної та емоційної стабільності. Психологічна допомога та підтримка з урахуванням специфічних акцентуацій характеру можуть значно полегшити адаптацію підлітків до змін, що відбуваються в їхньому житті.

4. Підлітки можуть проявляти різні типи акцентуацій характеру, такі як гіпертимність, дистимність, циклотимність, емотивність та тривожність. Кожен тип акцентуації має свої специфічні характеристики, які можуть позитивно чи

негативно впливати на поведінку, соціальну адаптацію та емоційну стабільність підлітка.

РОЗДІЛ 2

КОРЕКЦІЯ ПОВЕДІНКИ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ, З РІЗНИМИ АКЦЕНТУАЦІЯМИ ХАРАКТЕРУ: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ

2.1. Психологічна корекція поведінки людини: основні підходи та методи

Психологічна корекція поведінки є важливою складовою психологічної допомоги, яка спрямована на зміни або поліпшення поведінкових, емоційних чи когнітивних аспектів особистості. Це процес, у якому психологи, психотерапевти або інші фахівці допомагають особі впоратися з труднощами, що виникають в результаті неправильно сформованих або негативних поведінкових патернів. Психологічна корекція необхідна для того, щоб знизити або усунути прояви дезадаптації, покращити соціальну адаптацію, емоційну стабільність та взаємодію з іншими людьми.

Основні підходи та методи психологічної корекції варіюються в залежності від теоретичних основ, з яких виходить психолог, а також від конкретних потреб клієнта. У статті розглянемо основні підходи до психологічної корекції поведінки та методи, що використовуються для цього процесу.

Основні підходи до психологічної корекції поведінки

1. Біхевіоральний підхід

Біхевіоральна терапія (або поведінкова терапія) ґрунтується на принципах навчання, які були розроблені в рамках класичного та оперантного кондиціонування. Згідно з цим підходом, поведінка людини є результатом зовнішніх впливів і може бути змінена через відповідну стимуляцію та корекцію зовнішнього середовища.

Методи біхевіоральної терапії включають:

- **Класичне кондиціонування** (створення асоціацій між нейтральними стимулами та емоційними реакціями, як це демонстрував Іван Павлов).
- **Оперантне кондиціонування** (підкріплення чи покарання для формування бажаної поведінки, концепція Б.Ф. Скіннера).
- **Метод десенсибілізації** (постепенне звикання до стресових ситуацій для зниження рівня тривоги).
- **Контроль за поведінкою через винагороди** (використання позитивних підкріплень для заохочення бажаних дій).

Цей підхід часто застосовується для роботи з фобіями, агресивною поведінкою, а також при проблемах з самооцінкою та залежностями.

2. Когнітивно-поведінковий підхід

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) фокусується на вивченні й корекції дисфункціональних переконань та когніцій (мисленнєвих процесів), які призводять до небажаної поведінки. За допомогою КПТ людина навчається змінювати неефективні патерни мислення, що стають основою її дій і емоцій. У результаті змінюються реакції на зовнішні події та поліпшується емоційний стан.

Методи КПТ включають:

- **Робота з когніціями:** аналіз та корекція негативних переконань, таких як катастрофізація, надмірна генералізація або надмірна критика себе.
- **Задачі для саморегуляції:** навчання технік самоконтролю, управління емоціями.
- **Робота з емоціями:** допомога в розпізнаванні емоцій, їхній виразності та конструктивному управлінні ними.
- **Стратегії розв'язання проблем:** навчання методам конструктивного вирішення повсякденних труднощів, що виникають у житті клієнта.

КПТ активно використовується для корекції депресії, тривожних розладів, посттравматичних стресових розладів, а також при роботі з залежностями [21, с. 10].

3. Психоаналітичний підхід

Психоаналітичний підхід, запропонований Зигмундом Фрейдом, базується на припущенні, що багато проблем у поведінці та емоціях мають коріння в підсвідомих процесах і незадоволених бажаннях, які виникають у дитинстві. Психоаналітична терапія спрямована на виявлення і розуміння цих несвідомих конфліктів, що виникають внаслідок репресованих емоцій та травм.

Методи психоаналітичної корекції включають:

- **Інтерпретація сновидінь:** аналіз снів як шляху до підсвідомих думок і конфліктів.
- **Вільне асоціювання:** клієнт говорить все, що спадає на думку, щоб виявити приховані почуття та думки.
- **Аналіз перенесення:** вивчення того, як клієнт переносить свої емоції та переконання на терапевта, що може відображати його стосунки з іншими людьми [21, с. 10].

Цей підхід застосовується для глибокої роботи з особистісними проблемами, внутрішніми конфліктами, особливо в контексті психосоматичних розладів.

4. Гуманістичний підхід

Гуманістичний підхід до психологічної корекції поведінки орієнтується на розвиток особистості, самореалізацію та самопізнання. Представники цього підходу, такі як Карл Роджерс, вважають, що людина має вроджену здатність до самозцілення та розвитку. Завдання психолога полягає в тому, щоб створити умови для вільного вираження емоцій, самоосвідомлення та прийняття своїх почуттів.

Методи гуманістичної корекції включають:

- **Роджерсівське консультування:** активне слухання, безумовне позитивне ставлення та емпатія з боку терапевта.
- **Техніки самоактуалізації:** сприяння розвитку творчого потенціалу та реалізації внутрішніх можливостей особистості.
- **Групова терапія:** використання групової підтримки для розвитку самоусвідомлення та взаємної допомоги.

Гуманістичний підхід застосовується для роботи з особистісними кризами, низькою самооцінкою, труднощами у самоактуалізації [21, с. 10].

Методи психологічної корекції поведінки

1. Робота з мотивацією

Це метод, що допомагає змінити мотиваційні орієнтири особистості, змінюючи її ставлення до певних видів діяльності чи поведінки. Використовуються різноманітні техніки, зокрема позитивне підкріплення та стимулювання особистих цілей.

2. Техніки релаксації та медитації

Ці методи використовуються для зниження рівня стресу та тривоги, допомагаючи підліткам або дорослим людям з регулюванням емоційних станів та навчанням управління стресом.

3. Ігрова терапія

Ігрові методи психологічної корекції використовуються, зокрема, для роботи з дітьми та підлітками, коли через гру можна зрозуміти та змінити негативні стереотипи або поведінкові патерни.

4. Терапія творчістю

Арт-терапія, музикотерапія, танцювальна терапія — всі ці методи дозволяють людині вийти за межі вербального вираження і знаходити нові способи самовираження через творчість.

Таким чином, психологічна корекція поведінки є важливим інструментом для змінення непотрібних чи небажаних патернів поведінки та емоційних реакцій. Вибір конкретного підходу та методу залежить від особливостей проблеми, індивідуальних потреб клієнта та професіоналізму психолога. Найбільш ефективною є комбінація різних методів і технік, що дозволяє досягти глибших та стійкіших результатів у психологічному розвитку особистості [21, с. 12].

2.2. Методи та підходи психологічної корекції поведінки старших підлітків, що мають різні типи акцентуації характеру

Плануючи психологічну допомогу молодій людині з акцентуаційним типом особистості, необхідно насамперед виявити психогенні чинники, спрямовані на «місце найменшого опору», і сприяти подоланню патогенних впливів. Психологи не повинні прагнути викорінити виділені риси, а повинні прагнути допомогти в їх адекватній компенсації. Це означає не подолання недоліків (деструктивних симптомів), а розвиток позитивних рис, формування необхідних психологічних знань про сильні, слабкі сторони та потенційні можливості підлітка, розвиток стресостійкості, адаптивної поведінки та навичок адекватного самовираження.

Тому вважаємо, що недостатньо визначити лише тип акцентуації особистості, а необхідно комплексно оцінити по точний стан справ (конкретний зміст міжособистісних стосунків підлітка з однолітками та дорослими, оволодіння різними видами діяльності, розвиток самосвідомості, сформованість механізмів психологічного захисту, способи адаптації до мікросоціального середовища), ймовірність того, що виділені характеристики виявляться скоригованими. Важливим є прогнозування та оцінка ризику дезадаптації.

При виборі системи заходів психологічної допомоги молоді з акцентуованими рисами особистості психологи можуть звернутися до наступного підходу щодо профілактики та корекції акцентуацій, зокрема у освітньо-виховному процесі.

1. *«Пристосований» підхід.* Передбачає оптимізацію освітньо-виховного процесу, а також реалізацію індивідуального підходу до молодих людей з різними типами акцентуацій (на основі допомоги усвідомленні їхніх найактуальніших потреб, пошуку адекватних шляхів їх задоволення та профілактики дезадаптивної поведінки);

2. *«Трансформаційний» підхід.* Сюди входить психоосвіта учнівської молоді (ознайомлення молодих людей з пізнавальними процесами,

особливостями психології особистості та спілкування з метою підвищення їхньої самосвідомості та допомоги у самовихованні), психологічне консультування молодих людей з особистісними проблемами та їхніх батьків, корекційні ігри (навчання новим моделям поведінки та способам емоційного реагування), тренінги, які дають змогу випробувати нові моделі поведінки та способи емоційного реагування, а також (тренінги, які дозволяють випробувати нові моделі поведінки та способи емоційного реагування).

Слід також пам'ятати, що сімейні стосунки можуть бути передумовою інконгруентного розвитку підлітків. Тому особливу увагу слід приділяти стосункам з батьками.

На практиці використовуються різні методи корекції.

Зупинимось на аналізі ефективності тих чи інших методів для окремих типів акцентуацій характеру старших підлітків.

Гіпертимні підлітки зазвичай характеризуються надмірною активністю, схильністю до підвищеної емоційної виразності та оптимізму. Вони можуть бути імпульсивними, надто енергійними і часто не звертають увагу на обмеження або наслідки своїх дій. Вони часто схильні до ризикованої поведінки, що може призводити до конфліктів, порушення правил або навіть травм.

Тому методи корекції для таких підлітків спрямовані на розвиток самоконтролю, усвідомлення наслідків своїх дій та вміння адаптуватися до соціальних норм.

Основні методи включають:

- Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ): КПТ допомагає підліткам змінювати негативні або імпульсивні думки та поведінку. Вона націлена на розвиток самоконтролю, навчання підлітка виявляти емоційні та поведінкові реакції, які можуть призвести до соціальних або особистісних труднощів.

- Техніки релаксації та усвідомленості: Вправи на розслаблення, дихальні техніки або медитація допомагають знижувати рівень стресу і тренувати підлітка зберігати спокій у напружених ситуаціях.

Оскільки підлітки з циклотимною акцентуацією мають змінний емоційний фон: їхній настрій може швидко коливатися від гіперактивного до депресивного. Через що такі підлітки можуть переживати періоди надмірної енергійності, після яких слідує дні апатії та безініціативності. Це може суттєво ускладнити їхню соціальну взаємодію, оскільки вони можуть бути не завжди передбачуваними в своїй поведінці.

Тому методи корекції для підлітків з циклотимною акцентуацією мають за мету стабілізувати емоційний стан, знижувати коливання настрою і вчити підлітків ефективно керувати своїми емоціями:

- Психотерапія: Використовуються методи, які сприяють розвитку емоційної стійкості, навчання знижувати рівень стресу, контролювати негативні емоції та знаходити шляхи виходу з кризових ситуацій.

- Техніки емоційного саморегулювання: Навчання способам виявлення емоцій, усвідомленому вираженню почуттів і контролю за емоційними реакціями допомагають знизити прояви перепадів настрою.

- Групова терапія: Підлітки з циклотимною акцентуацією можуть отримати допомогу в групових терапевтичних сеансах, де вони вчаться взаємодіяти з іншими, розвивають соціальні навички, а також вчаться підтримувати інших у складних ситуаціях.

Підлітки з демонстративною акцентуацією схильні до прагнення привертати увагу до себе, часто через надмірну театральність у поведінці, емоційну виразність і акцентування на своїх досягненнях або проблемах. Вони можуть бути схильні до маніпулювання оточенням для досягнення бажаного результату, що може викликати труднощі у їхніх стосунках з однолітками та дорослими.

Тому найбільш ефективніше застосовувати методи корекції, які спрямовані на розвиток більш реалістичних уявлень про себе та зменшення прагнення до зовнішньої уваги:

- Когнітивно-поведінкова терапія: КПТ допомагає підліткам виявляти і змінювати неправдиві переконання про себе та оточення, знижуючи потребу в постійному підкріпленні увагою інших.

- Інтегративна терапія: Включає різноманітні техніки, орієнтовані на покращення самосвідомості та розвитку внутрішніх ресурсів підлітка для зменшення потреби в зовнішньому схваленні.

Зауважимо, що підлітки з тривожною акцентуацією часто переживають занепокоєння через майбутнє, взаємини з однолітками або недостатність своїх сил і здібностей. Вони можуть уникати соціальних ситуацій або демонструвати низьку самооцінку, що заважає їм розвивати нормальні соціальні зв'язки і досягати успіху.

Методи корекції для таких підлітків спрямовані на розвиток впевненості в собі, зниження рівня тривожності і формування позитивних уявлень про себе.

Психотерапія та когнітивно-поведінкова терапія: Навчання підлітків ефективно справлятися з тривогою, розпізнавати і змінювати тривожні думки, формувати здорову самооцінку та позитивний погляд на майбутнє. Серед них релаксаційні техніки: Застосування методів релаксації та технік для зниження рівня стресу, таких як глибоке дихання, прогресивна м'язова релаксація або медитація, допомагають зменшити фізіологічні прояви тривоги.

Вибір методів корекції залежить від типу акцентуації та індивідуальних особливостей підлітка, однак ключовими залишаються підтримка, розуміння та своєчасна допомога з боку психологів, батьків і педагогів.

Інтервенції на основі когнітивно-поведінкової терапії. Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є одним із найбільш ефективних підходів до корекції поведінки та емоційних порушень у підлітків. Завдяки своїй структурованості, орієнтованості на результат і застосуванню конкретних технік для зміни деструктивних переконань та поведінкових патернів, КПТ допомагає підліткам з різними акцентуаціями характеру зрозуміти і змінити свої думки та реакції. У

цьому есе розглядаються основні інтервенції на основі когнітивно-поведінкової терапії для підлітків з різними акцентуаціями характеру.

Корекція гіпертимного типу акцентуації. Підлітки з гіпертимним типом акцентуації характеризуються надмірною активністю, оптимізмом і бажанням отримувати схвалення через позитивні емоції та враження. Вони часто імпульсивні, схильні до ризику та можуть ігнорувати соціальні норми чи обмеження.

Інтервенції КПТ для підлітків з гіпертимною акцентуацією мають на меті навчити їх самоконтролю, зниженню імпульсивності та усвідомленому плануванню своїх дій:

Модифікація поведінки: Використовуються техніки, які допомагають підліткам усвідомити наслідки своїх імпульсивних вчинків. Це може включати створення планів на майбутнє та навчання передбаченню результатів.

Техніки самоконтролю: Підлітків навчають стратегіям саморегуляції, таким як візуалізація спокійних реакцій, паузи перед прийняттям рішення, контроль емоцій через дихальні техніки.

Навчання розпізнаванню емоцій: За допомогою КПТ підлітки вчаться розпізнавати емоції та розуміти, коли їхня поведінка може бути неадекватною чи надмірно емоційною.

Циклотимний тип акцентуації. Підлітки з циклотимним типом акцентуації переживають різкі коливання настрою: від гіперактивності до апатії. Ці коливання можуть порушувати їх соціальні зв'язки та створювати труднощі в адаптації до змін.

Інтервенції КПТ для таких підлітків спрямовані на стабілізацію емоційного стану, зниження впливу перепадів настрою на поведінку:

Психоедукація: Важливим аспектом є навчання підлітків розуміти природу своїх емоційних коливань і їх вплив на поведінку. Це дозволяє краще контролювати реакції в періоди перепадів настрою.

Робота з негативними переконаннями: Підлітків вчать змінювати переконання, які посилюють депресивні або надмірно піднесені стани, а також виявляти катастрофічне мислення, яке може посилювати емоційну лабільність.

Розвиток навичок емоційної саморегуляції: КПТ допомагає підліткам визначити стратегії, що дозволяють зберігати стабільність емоційного фону, наприклад, через методи релаксації, самопідтримку, ведення журналу настроїв.

Демонстративний тип акцентуації. Підлітки з демонстративним типом акцентуації часто прагнуть привертати увагу до себе за допомогою ексцентричних вчинків, маніпуляцій або драматизації подій. Вони мають схильність до театральних проявів емоцій та поведінки.

Інтервенції КПТ для підлітків з демонстративною акцентуацією спрямовані на розвиток реалістичної самооцінки та корекцію бажання маніпулювати оточенням для привертання уваги:

Робота з самооцінкою: Підліткам допомагають усвідомити свою цінність не через зовнішнє схвалення, а через внутрішнє відчуття гідності та розвитку реалістичного уявлення про себе.

Виявлення маніпуляційних патернів: КПТ допомагає розпізнати ситуації, в яких підліток використовує маніпуляцію або драматизацію для досягнення своїх цілей, а також пропонує альтернативні стратегії взаємодії.

Техніки когнітивної реструктуризації: Підлітків навчають замінити перебільшені та ірраціональні думки більш реалістичними, допомагаючи зменшити потребу в зовнішній увазі.

Тривожний тип акцентуації. Тривожні підлітки схильні до постійних переживань, сумнівів, страху перед майбутнім. Вони часто уникають нових ситуацій через страх і переживають підвищену чутливість до критики

Інтервенції КПТ для підлітків з тривожною акцентуацією спрямовані на зниження тривожності та розвиток впевненості в собі:

Когнітивна реструктуризація: Підлітків навчають змінювати свої негативні і катастрофічні думки. Вони вчаться оцінювати реальність своїх

страхів та поступово знижувати рівень тривожності через логічний аналіз ситуацій.

Експозиційні техніки: Однією з основних технік КПТ є поступове підвищення рівня контакту з тривожними ситуаціями через контрольовану експозицію. Це допомагає підліткам подолати страхи та впоратися з ситуаціями, яких вони бояться.

Техніки релаксації та дихання: Підлітки вчаться використовувати методи глибокого дихання, релаксаційні техніки, що дозволяють знизити фізіологічні прояви тривоги та стресу.

Когнітивно-поведінкова терапія є потужним інструментом для корекції різноманітних акцентуацій характеру у підлітків. Її інтервенції дозволяють підліткам з різними типами акцентуацій змінювати свої деструктивні мисленнєві та поведінкові патерни, що сприяє поліпшенню адаптації в соціумі, зниженню емоційних труднощів та розвитку здорових соціальних взаємодій. Завдяки структурованим методам КПТ підлітки вчаться розуміти свої емоції та поведінку, керувати ними, що є важливим кроком до становлення зрілої і гармонійної особистості.

Методи арт-терапії, психодрами та інших творчих підходів. Арт-терапія, психодрама та інші творчі підходи є потужними інструментами в роботі з підлітками, які мають різні акцентуації характеру. Ці методи надають можливість підліткам виразити свої емоції, переживання і внутрішні конфлікти через творчість, що допомагає покращити їх психоемоційний стан, знизити рівень стресу та сприяти соціальній адаптації. Творчі підходи особливо ефективні для підлітків, оскільки вік характеризується пошуками ідентичності, емоційною лабільністю та складністю вербалізації власних почуттів. Розглянемо, як різні творчі методи можуть бути застосовані для корекції поведінки підлітків з різними акцентуаціями характеру.

Арт-терапія для підлітків з гіпертимним типом акцентуації. Гіпертимні підлітки часто характеризуються надмірною активністю, прагненням до

соціальних контактів, високою емоційною виразністю і оптимізмом. Вони можуть бути схильні до імпульсивної поведінки і відчувати труднощі з контролем емоцій. Арт-терапія для таких підлітків має на меті допомогти їм розвивати саморегуляцію, виражати емоції через творчість і знаходити способи конструктивної взаємодії з навколишнім світом.

Методи арт-терапії:

Малювання емоцій: Підлітки можуть використовувати фарби або кольорові олівці для зображення своїх емоцій або станів, що дозволяє їм усвідомлювати власні почуття та отримувати більше контролю над ними.

Колажі: Створення колажів із різноманітних матеріалів (журналів, газет, картонів) дозволяє підліткам візуально виразити свої бажання, мрії або переживання, а також допомагає виявити приховані емоційні проблеми.

Творче письмо: За допомогою письмових вправ підлітки можуть навчитися структуровано виражати свої думки і переживання, що сприяє розвитку саморефлексії та зниженню рівня емоційного хаосу.

Психодрама для підлітків з циклотимним типом акцентуації. Циклотимні підлітки схильні до емоційних коливань - від підвищеного настрою до депресивних станів. Це може призводити до труднощів у стосунках з оточенням, а також до внутрішніх конфліктів. Психодрама дозволяє підліткам через рольові ігри і театралізовані виступи досліджувати різні аспекти своєї особистості, а також навчатися ефективно управляти своїми емоціями.

Методи психодрами:

Рольові ігри: Підлітки можуть розігрувати сценарії, в яких вони переживають свої емоції або взаємодіють з іншими персонажами, що дає їм можливість досліджувати свої реакції та шукати альтернативні способи поведінки.

Експресивні техніки: У психодрамі підлітки можуть перевтілюватися в інших людей або персонажів, що дозволяє їм розуміти внутрішні конфлікти та переживання інших, а також формувати емпатію та нові стратегії взаємодії.

Перевернуті сцени: За допомогою цієї техніки підлітки можуть змінити роль у драмі, наприклад, стати тим, хто має контроль або вплив на ситуацію, що дозволяє їм підвищити свою самооцінку і відчувати більше влади над своїм життям.

Арт-терапія для підлітків з демонстративним типом акцентуації. Демонстративні підлітки мають схильність привертати увагу через надмірну театральність, емоційну виразність та поведінкові акти. Вони можуть використовувати різні способи маніпуляції для досягнення своїх цілей, що може призводити до конфліктів і труднощів у соціальних взаємодіях. Арт-терапія може допомогти таким підліткам розвивати більш здорові способи самовираження і зменшити залежність від зовнішнього схвалення.

Методи арт-терапії:

Театральні постановки: Використання театру допомагає підліткам осмислювати свою поведінку і взаємодію з іншими, даючи їм можливість виражати емоції в структурованому контексті, без потреби в постійному привертанні уваги до себе.

Колаж «Я і світ»: Створення колажів, що відображають взаємозв'язок підлітка з іншими людьми і його місце у світі, допомагає віднайти внутрішню гармонію і позбутися надмірної драматизації життя.

Використання символів і метафор: Це дозволяє підліткам краще розуміти свої почуття і стосунки з оточуючими, зменшуючи надмірну потребу в зовнішній увазі.

Арт-терапія для підлітків з тривожною акцентуацією. Тривожні підлітки часто відчувають страхи та невпевненість у собі, що обмежує їх соціальні взаємодії і може призвести до уникнення нових ситуацій. Арт-терапія в цьому випадку може допомогти підліткам зменшити рівень тривожності, підвищити самооцінку і навчитись більш конструктивно взаємодіяти з навколишнім світом.

Методи арт-терапії:

Малювання для зниження тривоги: Створення картин або малюнків за допомогою спокійних і гармонійних кольорів може допомогти знизити рівень тривоги та напруги. Це дозволяє підліткам зосередитися на своїх емоціях і виразити їх через творчість.

Виготовлення амулетів або символів захисту: Виготовлення об'єктів, які символізують безпеку та захист, допомагає підліткам знижувати почуття безпорадності і тривоги.

Метод «Карта переживань»: Підлітки можуть створювати карту або рисунок, який символізує їх страхи і тривоги, а потім за допомогою творчих технік поступово змінювати ці образи на більш позитивні і спокійні.

Методи арт-терапії, психодрами та інших творчих підходів є ефективними інструментами в роботі з підлітками з різними типами акцентуацій характеру. Вони дозволяють не лише виразити емоції, але й розвивати саморегуляцію, навички соціальної адаптації та конструктивної поведінки. Творчість в роботі з підлітками допомагає знайти здорові способи вираження внутрішніх переживань, зміцнити самооцінку та покращити психоемоційний стан, що в свою чергу сприяє гармонійнішому розвитку особистості.

2.3. Форми психологічної корекції поведінки старших підлітків з різними акцентуаціями характеру

Корекція в основному реалізовуються у наступних формах психологічної корекції поведінки старших підлітків з різними особливостями акцентуації:

- психологічне консультування учнів та батьків,
- психологічна просвіта учнів,
- спеціальні психологічні тренінги [20, с. 106].

У процесі консультування психолог робить спроби:

- розширити спектр можливих способів дій підлітка, якщо він потрапить у складні ситуації;
- розвинути у підлітка спроможність об'єктивно враховувати власних особистісних особливостей;
- допомагати напрацювати разом із підлітком для нього програму майбутнього;
- допомогти зрозуміти підлітку проблеми, які у нього можуть виникнути у складних ситуаціях, з тієї позиція, яка для нього особисто для нього може мати певний сенс.

Важливо також формувати позитивні програми для майбутнього [20, с. 107].

Різним типам акцентуацій характеру старших підлітків можуть найбільш підходити найбільш підходящі для них заходи корекції.

Вимогами до індивідуального підходу та корекції при *гіперактивних підліткових акцентуаціях* є:

- формування умов для прояву підліткової спонтанності,
- чітке обґрунтування обов'язків та меж допустимої поведінки підлітка,
- уникнення надмірної опіки,
- доброзичлива та неавторитарна позиція дорослих,
- підкреслено шанобливі форми спілкування,
- вмілий вплив через вплив через формування групової думки.

При *циклоїдному типі акцентуації характеру* важливо дотримуватися наступних вимог у корекційній роботі:

- достатній відпочинок,
- розумний розподіл сил,
- запобігання перевтомі,

○ встановлення теплих і дружніх стосунків з підлітком з боку дорослого (підтримання цікавих для підлітка розмов, «від серця до серця», тактичне підкріплення успіхів підлітка) [20, с. 107].

При *лабільному типі акцентуації характеру* підлітків важливо пам'ятати про доцільність врахування наступних умов:

- комфортна обстановка у школі, вдома,
- часте позитивне підкріплення, схвалення, без прояву найменшої неповаги, напористого ставлення,
- не можна акцентувати на негативних рисах, звинувачувати у безвідповідальності,
- уникати відвертого невербального негативного ставлення до підлітка,
- обов'язковість вияву симпатії.

При корекції поведінки *підлітків з астено-невротичним типом* важливо брати до уваги наступне:

- раціональна організація повсякденного життя,
- виховання підлітка з відчуттям того, що про нього дорослі реально турбуються, злагоди, ласки, оптимізму, а також єдності батьківських вимог щодо нього,
- забезпечення профілактики та лікування хронічних захворювань, що можуть призвести до астенопії;
- уникнення щодо підлітка застосування несмішливо-жартівливих «стимулювань» [20, с. 106].

Для *сенситивного типу акцентуацій характеру підлітка* важливо:

- встановлення з ним тактичних і довірливих відносин;
- розвиток загальних і спеціальних здібностей,
- створення умов для самореалізації в цікавих для нього видах діяльності, зокрема, художня гімнастика, музика, танці та ін.

Важливо щоб для підлітка з *тривожно-педантичним типом характеру* було враховано під час здійснення психологічних корекцій наступних умов:

- розвивання емоційності, фантазії та уяви (ефективна арт-терапія),
 - формування оптимістичних стереотипів,
 - співпраця з підлітком над формування можливостей розвитку ну нього навичок самостійної поведінки та підвищення самооцінки.
- розвивання у підлітка вміння акцентувати свою увагу на головному, а не на дріб'язкових речах (щоб зменшити у нього рівень почуття моральної відповідальності та провини).

При здійсненні психологічних корекцій в підлітків-інтровертів

- допущення їх участі у групи лише за згодою самих підлітка (пам'ятайте, що підлітки-інтроверти можуть швидше досягти своїх цілей, якщо діятимуть наодинці).
- зосередження на навчанню їх як виражати свої почуття, та і розуміти почуття і стани інших,
- навчання навичкам спілкування [20, с. 107].

Психологічна корекція поведінки *підлітка збудливого типу характеру* передбачає:

- акцентування на важливості для підлітка загальнокультурного та інтелектуального розвитку,
- розвинення навичкам саморегуляції та комунікації,
- зосередження уваги на залученні підлітка до важливих взаємодій з авторитетними для нього дорослими, щоб підліток міг завдяки цьому тягнутися до досягнення цікавих цілей (позиція дорослого - враховувати емоційні порушення, не провокуючи конфлікт),
- навчання навичкам самоконтролю,
- формування вміння відкидати ірраціональні бажання, які шкодять собі (підлітку) чи іншим.

Для психологічної корекції поведінки *підлітків з демонстративним типом характеру* важливо:

- формування відчуття залученості підлітків різного типу активностей,

- створення оптимальних умов для розвитку загальних, часткових і спеціальних здібностей,

- формування вміння підлітком об'єктивно ставитись до свого успіху.

Для корекції їх поведінки можливий наступний алгоритм:

- 1) надмірна увага (дорослі часто звертають увагу на підлітків);

- 2) вибіркова увага (дорослі підкріплюють увагою позитивні реакції на поведінку підлітків і намагаються ігнорувати рецидиви демонстративної поведінки);

- 3) шляхом збільшення кількості та спрямованості уваги дорослих у відповідь на поведінку старших підлітків, стабілізувати наслідки оперантної зумовленості [20, с. 107].

Психологічна корекція поведінки *підлітка нестійкого типу характеру* полягає у врахуванні:

- повне (але не принизливого) контролю за поведінкою та діяльністю підлітка,
- чіткість регламентування навчальної та позанавчальної діяльності, дозволя,
- важливості дотримання розпорядку дня,
- виключення можливості неструктурованого вільного часу,
- стимулювання спонтанності підлітків і надання їм простих, але різноманітних завдань,
- допомога розумінню невідворотності покарання за правопорушення.

Рекомендації щодо психологічної корекції поведінки підлітків з різними акцентуаціями характеру є важливими для батьків і педагогів, оскільки їхня підтримка і розуміння значною мірою визначають ефективність корекційного процесу. Враховуючи специфіку акцентуацій характеру, можна запропонувати наступні рекомендації для батьків і педагогів щодо роботи з підлітками.

Демонстративна акцентуація. Підлітки з демонстративним типом характеру часто прагнуть привернути увагу оточуючих, вони емоційно виразні і

схильні до драматизації ситуацій. Це може призводити до маніпуляцій та конфліктів з оточенням.

Батькам важливо уникати підкріплення маніпуляцій та емоційних перепадів підлітка. Не варто надмірно реагувати на його «великі» емоції, оскільки це може посилити потребу в увазі.

Слід підтримувати підлітка в його прагненнях до самовираження, але направляти це на конструктивні канали, наприклад, за допомогою творчих занять або спортивних активностей.

Допомагати підліткові навчитися брати відповідальність за свої вчинки, а не покладати вину на інших або на обставини.

Важливо встановити правила поведінки у школах, які не дозволяють підліткам з демонстративними акцентуаціями використовувати маніпуляції або перебільшення для привертання уваги.

Варто залучати до групової роботи: Стимулювати участь таких учнів у командних проектах, де вони можуть відчувати себе частиною колективу і не зосереджуватись лише на собі.

Надання позитивної уваги, коли підліток демонструє відповідальність і здорове ставлення до завдань, а не коли він вимагає її через драму.

Тривожна акцентуація. Підлітки з тривожною акцентуацією схильні до переживань, страхів і сумнівів. Вони часто мають низьку самооцінку та не впевнені в своїх силах.

Важливо створити безпечне середовище, де підліток може відкрито висловлювати свої страхи та переживання. Батькам слід заохочувати його говорити про свої емоції і переживання.

Потрібно залучати підлітка до діяльності, де він може досягти успіху, підкреслювати його сильні сторони, не порівнювати з іншими і не критикувати за помилки.

Можна практикувати релаксаційні техніки, такі як дихальні вправи або медитації, щоб допомогти підліткові заспокоїтися у стресових ситуаціях.

Педагоги повинні створювати атмосферу підтримки в класі, де учні можуть без страху висловлювати свої думки, не боячись засудження. Заохочувати підлітка за кожен успіх, навіть якщо він маленький. Важливо, щоб підліток відчував підтримку і розуміння з боку педагога.

Потрібно допомагати підліткові ставити досяжні цілі та працювати над їх досягненням. Залишати йому простір для помилок та навчання з них.

Педантична акцентуація. Підлітки з педантичним типом характеру схильні до перфекціонізму, надмірної уваги до деталей і порядку, що може призводити до тривоги й стресу через невідповідність реальності і їхнім вимогам.

Слід навчити підлітка бути більш гнучким у своїх вимогах і приймати, що не все можна зробити ідеально. Важливо допомогти йому зрозуміти, що помилки - це частина навчання.

Доцільно давати можливість проявляти креативність і знаходити нестандартні рішення. Це допоможе йому відчути себе більш впевнено. Потрібно уникати надмірної уваги до незначних недоліків, а також допомагати підліткові зрозуміти, що головне - це досягнення результату, а не досягнення ідеальності у всьому.

Педагоги повинні формулювати завдання таким чином, щоб вони були досяжними і не вимагали надмірних зусиль від учня. Важливо дати підліткові можливість працювати над помилками і не боятися їх.

Слід залучати підлітка до групових завдань, де важлива командна робота. Це допоможе йому розвивати здатність до співпраці і менш заціклюватися на власних вимогах.

Важливо визнавати досягнення підлітка, навіть якщо вони не відповідають його ідеальним стандартам. Це допоможе знизити рівень тривоги і збільшити впевненість у своїх силах.

Циклотимічна акцентуація. Підлітки з циклотимічним типом характеру часто мають різкі зміни настрою, які можуть проявлятися як в емоційному підйомі, так і в депресивних станах.

Важливо створювати стабільне і підтримуюче середовище вдома, де підліток відчуває себе в безпеці. Підтримка в періоди емоційного спаду і стимулювання активності в періоди підйому допомагають зменшити коливання настрою.

Слід використовувати техніки, які допомагають підлітку вчитися контролювати свої емоції, наприклад, через дихальні вправи, медитації чи інші методи релаксації.

Важливо часто спілкуватися з підлітком, щоб він відчував підтримку та розуміння, особливо в моменти емоційних коливань.

Педагоги повинні бути чутливими до змін настрою підлітка і забезпечувати підтримку в моменти спаду емоційного настрою, одночасно заохочуючи активність під час періодів підйому.

Стабільний графік, чіткі завдання та очікування допоможуть підліткові підтримувати емоційну рівновагу і не відчувати себе надто перевантаженим.

Педагоги можуть включати в навчальний процес практики, що допомагають підліткам вчитися контролювати свої емоції, наприклад, через йогу або техніки релаксації.

Важливо постійно спостерігати за поведінкою підлітка та коригувати свої методи взаємодії в залежності від зміни емоційного стану або розвитку його характеру.

Важливо співпрацювати з психологами, щоб забезпечити більш комплексний підхід до корекції поведінки підлітків з різними акцентуаціями характеру. Як батькам, так і педагогам важливо допомогти підліткам розвивати емоційну компетентність - вміння розпізнавати, розуміти і коригувати свої емоції.

Перспективи розвитку психологічної корекції поведінки старших підлітків з акцентуаціями характеру.

Перспективи розвитку психологічної корекції поведінки старших підлітків з акцентуаціями характеру є важливим напрямом у психології,

оскільки вік старших підлітків є періодом інтенсивних змін у розвитку особистості. Тому корекція акцентуацій характеру на цьому етапі може допомогти запобігти розвитку негативних патернів поведінки, знизити ризики психічних розладів та покращити соціальну адаптацію підлітків. Перспективи цього процесу можна розглянути в кількох ключових аспектах:

1. Індивідуалізація підходів у корекції

З розвитком психології, зокрема, когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) і нових методів психотерапії, виявляється потреба в індивідуальному підході до кожного підлітка, з урахуванням його типу акцентуації характеру. У майбутньому можна очікувати:

Розвиток індивідуальних планів корекції, що поєднують різні методи терапії, залежно від типу акцентуації. Це можуть бути психологічні тренінги, психотерапевтичні сесії, арт-терапія, когнітивні практики, а також використання нових технологій, таких як нейропсихологічні методи.

Гнучкість у застосуванні методів: Психологи будуть застосовувати більш гнучкі методи, адаптуючи їх до змін у розвитку підлітка та коригуючи стратегії в реальному часі.

2. Інтеграція сучасних технологій у корекційний процес

Розвиток технологій дає нові можливості для психологічної корекції:

Онлайн-консультації та мобільні додатки для роботи з підлітками, що дозволяють проводити психотерапевтичні сесії, тренінги з розвитку емоційної інтелігентності, стрес-менеджменту та соціальних навичок.

Ігрові методи та віртуальна реальність (VR): Використання віртуальних середовищ для тренування соціальних навичок, подолання фобій або розвитку емоційної стійкості стане важливою складовою корекції поведінки підлітків.

Нейронаука: Розвиток нейропсихологічних методів дозволяє впливати на поведінкові реакції через корекцію нейропсихологічних процесів, що може бути корисним для підлітків з різними акцентуаціями.

3. Підвищення ефективності групових програм

Групова терапія та тренінги можуть стати важливим напрямом розвитку корекції поведінки старших підлітків:

Робота в групах підтримки: Групові заняття, де підлітки з різними акцентуаціями характеру можуть обмінюватися досвідом та вчитися новим соціальним навичкам, сприятимуть не тільки покращенню міжособистісних взаємодій, а й розвитку співчуття та емпатії.

Програми соціальної адаптації: Програми на основі групових тренінгів можуть допомогти підліткам розвивати здорову самооцінку, покращувати навички комунікації, працювати над емоційним самоконтролем і знижувати соціальну тривожність.

4. Інтеграція підліткових та сімейних програм

Роль сім'ї в корекції поведінки підлітка з акцентуацією характеру є критично важливою. У майбутньому можна очікувати:

Програми підтримки сімей: Психологи будуть активно працювати з батьками, навчати їх правильно реагувати на прояви акцентуацій характеру у дітей, що дозволить підтримати корекційний процес на всіх рівнях.

Індивідуальні сімейні консультації: Під час консультування можна використовувати методи, що допомагають батькам і підліткам покращити комунікацію, зрозуміти емоційні потреби один одного та вирішити конфлікти без негативних наслідків для емоційного стану підлітка.

5. Психосвітні програми

Оскільки підлітки часто не усвідомлюють проблеми, що виникають через акцентуації характеру, розвиток психосвітніх програм буде важливим аспектом майбутньої корекції:

Шкільні програми психічного здоров'я: Введення програм психосвіти в шкільну програму, що сприяють розвитку емоційної грамотності, саморегуляції та навичок міжособистісного спілкування, дозволить підліткам вчасно розпізнати проблеми і звертатися за допомогою.

Інформаційні кампанії: Оскільки більшість підлітків не отримують достатньої кількості інформації про здоров'я психіки, розвиток просвітницьких

кампаній серед молоді допоможе покращити їхню обізнаність про важливість психічного здоров'я і можливості його підтримки.

6. Інтервенції на рівні освіти та кар'єрного розвитку

Підлітки з акцентуаціями характеру часто мають проблеми з адаптацією в освітньому середовищі та майбутньому кар'єрному розвитку:

Профорієнтаційні програми: Надання професійної орієнтації та підтримки на етапі вибору кар'єри може допомогти підліткам з акцентуаціями визначити свої сильні сторони і шляхи самореалізації, що сприятиме зниженню стресу та тривожності.

Програми адаптації до освітнього процесу: Підготовка педагогів до роботи з підлітками з акцентуаціями, організація інклюзивних класів і використання індивідуальних підходів дозволить знизити кількість конфліктів і підвищити рівень академічного успіху.

7. Міждисциплінарний підхід

Однією з перспектив є розвиток міждисциплінарного підходу, який об'єднує психотерапевтів, педагогів, соціальних працівників та медиків:

Командна робота: Спільна робота фахівців дозволяє забезпечити більш цілісне і комплексне вирішення проблем підлітків. Наприклад, робота з психотерапевтом і педагогом дозволяє швидше реагувати на зміни у поведінці підлітка та знаходити оптимальні шляхи корекції.

Перспективи розвитку психологічної корекції поведінки старших підлітків з акцентуаціями характеру мають великий потенціал завдяки використанню новітніх технологій, розвитку індивідуальних і групових програм, підтримці сімей і впровадженню психоосвітніх ініціатив. Це дозволить підліткам краще адаптуватися до соціуму, знизити рівень тривожності та конфліктності, а також розвинути необхідні життєві навички для подальшого розвитку та успішної соціалізації.

Висновки до другого розділу

1. Психологічна корекція поведінки є важливим інструментом для змінення. Для ефективної корекції поведінки підлітків з різними акцентуаціями характеру необхідно застосовувати індивідуальний підхід. Методики, орієнтовані на розвиток саморегуляції, емоційної компетентності, соціальних навичок і самооцінки, допомагають підліткам краще адаптуватися до соціальних і особистісних викликів.

Процес корекції поведінки підлітків потребує активної участі батьків, педагогів та психологів. Підтримка, розуміння та конструктивна взаємодія з дорослими сприяють створенню сприятливого середовища для розвитку підлітка та дозволяють зменшити негативні прояви акцентуацій.

2. Надання ефективної психологічної допомоги молодим людям з акцентуаціями можливе лише за умови використання комплексу корекційно-розвивальних методів і прийомів, у співпраці з педагогами та батьками, з метою подолання реальних проблем, з якими стикаються старші підлітки з різними типами акцентуацій, та попередження можливих труднощів.

3. Для ефективної корекції поведінки підлітків з різними акцентуаціями характеру необхідно застосовувати індивідуальний підхід. Методики, орієнтовані на розвиток саморегуляції, емоційної компетентності, соціальних навичок і самооцінки, допомагають підліткам краще адаптуватися до соціальних і особистісних викликів. Наприклад:

- Гіпертимні підлітки потребують допомоги у розвитку саморегуляції та відповідальності. Батьки і вчителі повинні створювати для них структуру і стабільність, допомагати в управлінні емоціями і активністю через творчі та структуровані методи.

- Циклотимні підлітки, які мають схильність до емоційних коливань, потребують емоційної підтримки і створення умов для емоційної стабільності. Батьки і вчителі повинні бути чутливими до їхніх перепадів настрою, надаючи ресурси для саморегуляції і підтримуючи впевненість у моменти спаду.

- Демонстративні підлітки, схильні до маніпуляцій і привертання уваги, потребують розвитку здорової самооцінки і соціальних навичок. Батьки і вчителі мають навчати їх конструктивним способам вираження емоцій, працювати над встановленням здорових соціальних зв'язків і навчати взаємоповазі.

- Тривожні підлітки, які часто переживають страхи і невпевненість у собі, потребують підтримки у подоланні цих почуттів через поступове залучення до нових ситуацій і розв'язання внутрішніх конфліктів. Батьки і вчителі повинні створювати емоційно безпечне середовище для зниження рівня стресу і розвитку впевненості.

4. Методики психологічної корекції для підлітків з різними акцентуаціями характеру включають роботу з емоціями, розвиток соціальних навичок, підвищення самооцінки та навчання саморегуляції. Кожен тип акцентуації вимагає застосування специфічних методів, таких як когнітивно-поведінкова терапія, техніки релаксації, позитивне підкріплення та розвиток емоційної компетентності.

РОЗДІЛ 3

ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ПОВЕДІНКИ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ, ЩО МАЮТЬ РІЗНІ ТИПИ АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ: ПРИКЛАДНИЙ АСПЕКТ

Термін «акцентуація» як понад міру проявлена індивідуальна риса, що має тенденцію переходити до патологічного стану, внесений Карлом Леонгардом [1, с. 75]. Психолог сформулював власне розуміння акцентуованої особистості: особистість, яку ми називаємо акцентуованою, не є патологічною. За такого тлумачення ми б мал. прийти до висновку, що нормальною можна назвати лише посередню людину, а кожні відхилення від середини мали б вважати патологією» [4, с. 75].

Особистість людини може за кожного типу акцентуації характеру може бути різною. Так, епілептоїд може бути не лише злочинцем без моралі, але й атеїстом, віруючим, борцем за свободу. Тому багато науковців та практиків пропонують розвивати ідею, що «...не цілком коректно говорити про акцентуовані особистості, а доцільно вести мову про акцентуації характеру. Особистість – доволі ширше поняття, адже поєднує здібності, інтелект, світобачення тощо. Тоді як характер є базисом особистості, його формування проходить в основному тоді, коли людина є підлітком, а особистість як ціле – вже, коли подорослішала. Тому конкретно у працях Леонардо йде не про особистість загалом, а про типи характеру. Він описує саме відмінності характеру, якими різняться один тип від іншого» [3, с. 8].

Акцентуація темпераменту – це межові варіанти його норми, де певні риси характеру понад міру підсилені, і як наслідок стає наявною виборча вразливість стосовно того чи іншого роду психогенних впливів за відмінної і навіть завищеної стійкості до інших» [3, з. 9]. Отже, критерієм діагностики акцентуації характеру виступає «місце мінімального опору» [3, с. 8], тобто така психогенна дія, що є специфічною для того чи іншого типу акцентуації

характеру, яка провокує дезадаптивну поведінку. Примітно, але підліток, що має інший тип акцентуації, може щодо даної дії проявляти підвищену стійкість.

Зазвичай виокремлюють наступні типи акцентуацій характеру у підлітків:

- 1) гіпертимний,
- 2) астено-невротичний,
- 3) психастенічний,
- 4) істероїдний,
- 5) лабільний,
- 6) епілептоїдний,
- 7) шизоїдний,
- 8) циклоїдний,
- 9) сенситивний,
- 10) нестійкий,
- 11) конформний.

Трактуючи характер як базис особистості, який у підлітковому віці формується, то з'являється запитання стосовно конкретних психічних явищ, які є компонентами характеру.

Риси характеру - це важливі властивості людини, які у відповідній логіці та внутрішній послідовності формують одну лінію поведінки, одні вчинки і які виключають інші, такі, що несумісні із нею, такі, що всупереч неї. Характер – система стійких рис особистості, в яких проявляються способи її поведінки, способи емоційно реагувати».

Характер – це стійкі способи, якими людина реагує на інших людей, перебуваючи як у ситуаціях буденного життя, так і в екстремальних ситуаціях. Переконані, що формування стійкості способів реагування відбувається під силою вольових і емоційних властивостей людини.

З квітня по вересень 2024 р. проводили дослідження, завданням якого стало конкретизувати вольові та емоційні ознаки, що визначають специфіку проявів того чи іншого типу акцентуації характеру.

- емоційна чуйність,

- експресивність,
- терплячість,
- завзятість,
- наполегливість,
- сміливість,
- рішучість,
- витримка.

Визначення ступеня виразності тих чи інших вольових і емоційних ознак акцентуованих підлітків сприяло можливості здійснити опис різних типів акцентуацій характеру.

До участі в дослідженні долучилися підлітки віком від 14 до 17 років – учні 9–11-х класів загальноосвітніх шкіл.

Нами були сформовані дві вікові групи: 25 хлопчиків та 25 дівчаток віком 14–15 років, 25 хлопчиків та 25 дівчаток віком 16–17 років, всього 100 підлітків.

Тип акцентуації характеру визначали за допомогою патохарактерологічного діагностичного опитувальника, розробленого А. Личком та його співробітниками. За допомогою комплексних методик дослідити емоційні й вольові ознаки («Опитувальник для самооцінки терплячості», «Опитувальник для оцінки завзятості», «Опитувальник для оцінки наполегливості» Є. Ільїна та Є. Фещенко, «Самооцінка вольових якостей» Н.Е. Стамбулової.

Оцінка достовірності відмінностей виразності емоційно-вольових властивостей у різних типах акцентуацій характеру здійснювалася однофакторним дисперсійним аналізом ANOVA з наступним тестом гомогенних груп Дункана. Оцінка достовірності відмінностей у вікових та ґендерних групах також проводилися даним методом. Оцінка згоди розподілу типів акцентуацій характеру щодо статі та віку здійснювалася критерієм хі-квадратів за Пірсоном.

Відсоткове співвідношення типів акцентуацій характеру у вікових та гендерних групах наведено у таблиці 1.

Таблиця 1

**Співвідношення типів акцентуацій у вікових і гендерних групах
підлітків (в %)**

№	Тип акцентуації	дівчата		хлопці	
		вік			
		14-15	16-17	14-15	16-17
1	гіпертимний	14	24	14	24
2	істероїдний	12	12	12	12
3	лабільний	22	24	22	24
4	астено-невротичний	0	0	0	0
5	нестійкий	2	2	2	2
6	психастенічний	8	16	8	16
7	сенситивний	12	6	12	6
8	шизоїдний	16	4	16	4
9	циклоїдний	4	0	4	0
10	епілептоїдний	10	10	10	10
11	конформний	0	0	0	0
Всього акцентуацій		100	98	100	98

Дослідження згоди розподілів типів акцентуацій характеру щодо статі підлітків критерієм хі-квадрат виявило значні відмінності між хлопчиками та дівчатками ($p = 0,03$). У хлопчиків-підлітків частіше діагностується епілептоїдний тип акцентуації характеру, у дівчаток-підлітків – лабільний тип акцентуації характеру. Щодо віку значних відмінностей у розподілі типів акцентуацій характеру не було виявлено.

Дослідження виразності емоційних та вольових властивостей у хлопчиків та дівчаток показало, що хлопчики-підлітки відрізняються більшою

вираженістю вольових властивостей, пов'язаних із цілеспрямованістю та самовладанням для обох вікових груп.

Для дівчаток-підлітків обох вікових груп характерна велика вираженість емоційних властивостей:

- вони більш емоційно збудливі,
- їх емоційні стани зберігаються довше,
- їх емоційні переживання відрізняються глибиною,
- для появи емоцій потрібно менше часу й сили дії емоціогенного чиннику.

Для дівчат є характерним більш оптимістичне сприйняття світу, вони вільніше висловлюють свої емоції і легко відгукуються на емоційні переживання оточуючих.

Дослідження виразності вольових і емоційних властивостей у вікових групах не виявило значних відмінностей у вираженості вольових та емоційних властивостей, таких як збудливість, лабільність, інтенсивність та стійкість. При цьому хлопчики і дівчатка підлітки у віці 14-15 років відрізняються більш песимістичними установками, у них слабше розвинена емпатія, і вони менш експресивні, ніж підлітки у віці 16-17 років.

Емоційні та вольові властивості підлітків з гіпертимним типом акцентуації характеру.

Для підлітки з гіпертимним типом акцентуації характеру характерна сильно виражена наполегливість, завзятість, рішучість, сміливість. Для того, щоб у таких підлітків відбувалося збудження емоцій, то потрібен емоціогенний подразник необхідної (достатньої сили). У таких підлітків одна емоція легко змінює іншу. На якість та ефективність спілкування негативно не впливають емоційні стани. Як і не погіршують діяльності підлітків. Їх емоційне тло переважно може бути оцінене як позитивне.

Емоційні та вольові властивості підлітків з циклоїдним типом акцентуації характеру.

Циклоїдні підлітки характеризуються терплячістю, що поєднується зі слабкою наполегливістю та завзятістю, для збудження емоційних станів необхідний відносно слабкий емоціогенний подразник, емоції легко змінюють один одного. У той же час вони чинять негативний вплив на якість та ефективність діяльності підлітків та спілкування. Емоційні стани слабо представлені в поведінці, емоційне тло переважно негативне, емпатія на низькому рівні.

Емоційні та вольові властивості підлітків з лабільним типом акцентуації характеру.

Для підлітків лабільного характеру притаманна низька переносимість несприятливих умов, проблема втримати тривалі вольові зусилля, низький рівень вольового контролю емоцій захисного характеру, а також нерішучість. Під дією слабких емоціогенних подразників з'являються емоційні стани і доволі негативно чинять вплив на ефективність комунікації та їх діяльність. У поведінці таких підлітків доволі сильно виражаються емоційні стани. Підлітки з легкістю відповідають на емоційні стани інших осіб. Їх емоційний фон доволі істотного внеску не робить. Мабуть, тому, він - нестабільний.

Емоційні та вольові властивості підлітків із психастенічним типом акцентуації характеру.

Низький рівень цілеспрямованості і самовладання – характерна риса характеру психастенічних підлітків. У них легко з'являються емоційні реакції, а також інтенсивність емоційних переживань.

Такі діти доволі емоційно чуйні. Переважно позитивна тенденція емоційного тла.

Емоційні та вольові властивості підлітків з істероїдним типом акцентуації характеру.

Для істероїдного підлітка притаманна спроможність стримувати у довгостроковій перспективі вольове зусилля. Він доволі легко приймає рішення. Спроможний пригнічувати власні емоційні захисні реакції. Його емоції змінюють легко одна одну, не шкодячи ефективності комунікації та

діяльності. Емоційні стани досить сильно виражаються у поведінці. Переважно позитивним є загальне емоційне тло.

Емоційні та вольові властивості підлітків з епілептоїдним типом акцентуації характеру.

Епілептоїдні підлітки відрізняються низькою здатністю переносити несприятливі фактори, легко відмовляються від короткострокових цілей у зв'язку з труднощами, при цьому легко пригнічують імпульсивні емоційні реакції. Для того, щоб збудити емоції необхідний досить сильний подразник емоціогенний, емоції відрізняються слабкою інтенсивністю. Можна припустити, що на рівні латентної акцентуації епілептоїдного типу, підлітки практично нічим не виділяються серед однолітків. «Точка найменшого опору» (можливість прояву деспотичної влади щодо інших) таких підлітків досить рідко має місце в умовах загальноосвітньої школи. Отже, вираженість емоційних та вольових властивостей даних підлітків, отриманих в результаті дослідження, відображає особливості емоційно-вольового реагування при стабільній адаптації.

Спроможність впродовж тривалого періоду на собі переносити впливи несприятливого характеру – суттєва ознака нестійкий підлітків. Їм під силу втримувати як довгостроково, так і короткостроково вольові. Вони можуть пригнічувати і імпульсивні емоційні реакції, і захисні.

Таким чином, результатом нашого дослідження з'явилися описи змістовних характеристик взаємозв'язку типів акцентуацій характерів підлітків з емоційними та вольовими властивостями: емоційною збудливістю, інтенсивністю, емоційною стійкістю, лабільністю, оптимізмом, емоційною чуйністю, експресивністю, терплячістю, завзятістю. Ми можемо говорити, що виразність тих чи інших емоційно вольових властивостей досить стійка у певному типі акцентуації характеру і може бути підставою таксономії характерів.

Висновки до третього розділу

1. Результатом дослідження ступеню виразності тих чи інших вольових і емоційних ознак акцентуйованих підлітків сприяло формуванню описи змістовних характеристик взаємозв'язку типів акцентуацій характерів підлітків з емоційними та вольовими властивостями: емоційною збудливістю, інтенсивністю, емоційною стійкістю, лабільністю, оптимізмом, емоційною чуйністю, експресивністю, терплячістю, завзятістю, наполегливістю, сміливістю, рішучістю, витримкою.

Відповідно стверджуємо, що виразність тих чи інших емоційно-вольових властивостей досить стійка у певному типі акцентуації характеру і може спричинити таксономію характерів.

2. Дослідження виразності емоційних та вольових властивостей у хлопчиків та дівчаток показало, що хлопчики-підлітки відрізняються більшою вираженістю вольових властивостей, пов'язаних із цілеспрямованістю та самовладанням для обох вікових груп.

Для дівчаток-підлітків обох вікових груп характерна велика вираженість емоційних властивостей:

- вони більш емоційно збудливі,
- їх емоційні стани зберігаються довше,
- їх емоційні переживання відрізняються глибиною,
- для появи емоцій потрібно менше часу й сили дії емоціогенного чиннику.

Для дівчат є характерним більш оптимістичне сприйняття світу, вони вільніше висловлюють свої емоції і легко відгукуються на емоційні переживання оточуючих.

3. Дослідження виразності вольових і емоційних властивостей у вікових групах не виявило значних відмінностей у вираженості вольових та емоційних властивостей, таких як збудливість, лабільність, інтенсивність та стійкість. При цьому хлопчики і дівчатка підлітки у віці 14-15 років відрізняються більш

песимістичними установками, у них слабше розвинена емпатія, і вони менш експресивні, ніж підлітки у віці 16-17 років.

ВИСНОВКИ

Дослідження особливостей психологічної корекції поведінки старших підлітків з різними акцентуаціями дало можливість сформулювати наступні висновки:

1. Старший підлітковий вік – це період інтенсивних змін і становлення особистості. Психологічні особливості підлітків на цьому етапі розвитку визначаються гормональними змінами, внутрішніми пошуками ідентичності, емоційною нестабільністю, прагненням до самостійності і потребою визнання від соціуму. Саме тоді підлітки починають визначати свої життєві пріоритети, емоційно дорослішають, а також розвиваються їх соціальні навички, хоча все ще триває складний процес формування психічної стабільності і зрілості. Розуміння психологічних особливостей старших підлітків є важливим для педагогів, психологів і батьків, оскільки це допомагає адекватно реагувати на їх потреби та підтримувати у важливий період розвитку

2. Теорії акцентуацій характеру, запропоновані К. Леонгардом та А. Ейзенком, стали важливими кроками в розумінні індивідуальних психологічних відмінностей. Леонгард наголошував на різноманітності типів особистості та їхніх емоційних рисах, тоді як Ейзенк зосереджувався на біологічних основах і вимірюванні ключових параметрів характеру. Обидва підходи підкреслюють, що акцентуації характеру є важливою складовою індивідуальності і можуть впливати на поведінку, взаємодію з оточенням і адаптацію до життєвих обставин.

3. Акцентуації характеру у підлітків відіграють важливу роль у формуванні особистості та її адаптації до соціального середовища. Визначення типу акцентуації у підлітків може допомогти в корекційній роботі, сприяючи кращому розумінню та підтримці їх соціальної та емоційної стабільності. Психологічна допомога та підтримка з урахуванням специфічних акцентуацій характеру можуть значно полегшити адаптацію підлітків до змін, що відбуваються в їхньому житті.

Підлітки можуть проявляти різні типи акцентуацій характеру, такі як: гіпертимний, астено-невротичний, психастенічний, істероїдний, лабільний, епілептоїдний, шизоїдний, циклоїдний, сенситивний, нестійкий, конформний. Кожен тип акцентуації має свої специфічні характеристики, які можуть позитивно чи негативно впливати на поведінку, соціальну адаптацію та емоційну стабільність підлітка.

4. Психологічна корекція поведінки є важливим інструментом для змінення непотрібних чи небажаних патернів поведінки та емоційних реакцій. Вибір конкретного підходу та методу залежить від особливостей проблеми, індивідуальних потреб клієнта та професіоналізму психолога. Найбільш ефективною є комбінація різних методів і технік, що дозволяє досягти глибших та стійкіших результатів у психологічному розвитку особистості.

Основними формами психологічної корекції старших підлітків, що мають акцентуації характеру, є:

- психологічне консультування учнів та батьків,
- психологічна просвіта учнів,
- спеціальні психологічні тренінги.

Процес корекції поведінки підлітків потребує активної участі батьків, педагогів та психологів. Підтримка, розуміння та конструктивна взаємодія з дорослими сприяють створенню сприятливого середовища для розвитку підлітка та дозволяють зменшити негативні прояви акцентуацій.

5. Надання ефективної психологічної допомоги молодим людям з акцентуаціями можливе лише за умови використання комплексу корекційно-розвивальних методів і прийомів, у співпраці з педагогами та батьками, з метою подолання реальних проблем, з якими стикаються старші підлітки з різними типами акцентуацій, та попередження можливих труднощів.

6. Для ефективної корекції поведінки підлітків з різними акцентуаціями характеру необхідно застосовувати індивідуальний підхід. Методики, орієнтовані на розвиток саморегуляції, емоційної компетентності, соціальних

навичок і самооцінки, допомагають підліткам краще адаптуватися до соціальних і особистісних викликів. Наприклад:

- Гіпертимні підлітки потребують допомоги у розвитку саморегуляції та відповідальності. Батьки і вчителі повинні створювати для них структуру і стабільність, допомагати в управлінні емоціями і активністю через творчі та структуровані методи.

- Циклотимні підлітки, які мають схильність до емоційних коливань, потребують емоційної підтримки і створення умов для емоційної стабільності. Батьки і вчителі повинні бути чутливими до їхніх перепадів настрою, надаючи ресурси для саморегуляції і підтримуючи впевненість у моменти спаду.

- Демонстративні підлітки, схильні до маніпуляцій і привертання уваги, потребують розвитку здорової самооцінки і соціальних навичок. Батьки і вчителі мають навчати їх конструктивним способам вираження емоцій, працювати над встановленням здорових соціальних зв'язків і навчати взаємоповазі.

- Тривожні підлітки, які часто переживають страхи і невпевненість у собі, потребують підтримки у подоланні цих почуттів через поступове залучення до нових ситуацій і розв'язання внутрішніх конфліктів. Батьки і вчителі повинні створювати емоційно безпечне середовище для зниження рівня стресу і розвитку впевненості.

Методики психологічної корекції для підлітків з різними акцентуаціями характеру включають роботу з емоціями, розвиток соціальних навичок, підвищення самооцінки та навчання саморегуляції. Кожен тип акцентуації вимагає застосування специфічних методів, таких як когнітивно-поведінкова терапія, техніки релаксації, позитивне підкріплення та розвиток емоційної компетентності.

7. Результатом дослідження ступеню виразності тих чи інших вольових і емоційних ознак акцентуєваних підлітків сприяло формуванню описи змістовних характеристик взаємозв'язку типів акцентуацій характерів підлітків з емоційними та вольовими властивостями: емоційною збудливістю,

інтенсивністю, емоційною стійкістю, лабільністю, оптимізмом, емоційною чуйністю, експресивністю, терплячістю, завзятістю, наполегливістю, сміливістю, рішучістю, витримкою.

Відповідно стверджуємо, що виразність тих чи інших емоційно-вольових властивостей досить стійка у певному типі акцентуації характеру і може спричинити таксономію характерів.

8. Дослідження виразності емоційних та вольових властивостей у хлопчиків та дівчаток показало, що хлопчики-підлітки відрізняються більшою вираженістю вольових властивостей, пов'язаних із цілеспрямованістю та самовладанням для обох вікових груп.

Для дівчаток-підлітків обох вікових груп характерна велика вираженість емоційних властивостей:

- вони більш емоційно збудливі,
- їх емоційні стани зберігаються довше,
- їх емоційні переживання відрізняються глибиною,
- для появи емоцій потрібно менше часу й сили дії емоційного чиннику.

Для дівчат є характерним більш оптимістичне сприйняття світу, вони вільніше висловлюють свої емоції і легко відгукуються на емоційні переживання оточуючих.

9. Дослідження виразності вольових і емоційних властивостей у вікових групах не виявило значних відмінностей у вираженості вольових та емоційних властивостей, таких як збудливість, лабільність, інтенсивність та стійкість. При цьому хлопчики і дівчатка підлітки у віці 14-15 років відрізняються більш песимістичними установками, у них слабше розвинена емпатія, і вони менш експресивні, ніж підлітки у віці 16-17 років.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Акцентуації характеру особистості URL: <https://psychology.space/psypedia-post/akczentuacziya-harakteru-osobystosti/>
2. Акцентуація характеру URL: <https://www.pharmencyclopedia.com.ua/article/2690/akcentuaciya>
3. Александров Ю. В. Психологія розвитку : навч. посіб. / Александров Ю. В. ; [відп. ред. Л. О. Шевченко] ; М-во освіти і науки України, Харк. нац. ун-т внутріш. справ. Харків : Панов А. М., 2015. 335 с.
4. Алексеева Ю. А. Становлення моральної самосвідомості підлітків у процесі психологічного консультування : автореф. дис. на здоб. наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Юлія Аркадіївна Алексеева; НПУ ім. М. П. Драгоманова. – К, 2006. – 24 с.
5. Бахур О. В. Психологічна характеристика підлітків з делінквентною поведінкою. *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих учених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка* / Редактори-упорядники В. Ільницький, А. Душний, І. Зимомря. Дрогобич : Посвіт, 2012. Вип. 3. С. 220–227.
6. Белякова С., Бочаріна Н., Стеценко А. Соціально-психологічні та вікові особливості акцентуацій характеру особистості в період дорослішання. *Перспективи і новації науки*. 2022. № 7(12). С. 520-531.
7. Бондарчук Д., Проскурка Н. Вплив емоційного інтелекту на вибір стратегії поведінки в конфлікті. *Вісник НАУ*. Серія: Педагогіка. Психологія. 2022. Вип. 2(21). С. 91–96.
8. Бочаріна Н. О., Михайленко Н. К. *Акцентуації характеру та їх вплив на поведінку підлітків. Молодий вчений*. 2017. № 11 (51). С. 785–788.
9. Бочелюк В. Й. Юридична психологія: навчальний посібник / В. Й. Бойчелюк. К. : Центр учбової літератури, 2010. 336 с.
10. Бринза І. В. Психологічні особливості старших підлітків, які спряжені з труднощами спілкування. *Актуальні проблеми психології особистості* : теорія, досвід, практика : Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції

(28-29 квітня 2022 р.) / відп. ред. О. П. Саннікова; ПНПУ імені К. Д. Ушинського, каф. загальної та диференціальної психології соціально-гуманітарного факультету. Одеса : ФОП Бєлий А. Є., 2022. С. 135-141.

11. Бушай І. Особливості психокорекції «Я-образу» підлітків-акцентуантів в системі психологічної служби школи. *Психологія*. Зб. наук. праць. Вип. 3(10). (НПУ ім. М. П. Драгоманова). Київ, 2000. С. 233-238.

12. Варій М. Й. Психологія особистості : навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2016. 592 с.

13. Вікова психологія : конспект лекцій / укладачі: П. І. Сахно, Н. М. Теслик. Суми : Сумський державний університет, 2024. 190 с.

14. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. /О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчукта ін. К.: Просвіта, 2001. 416 с.

15. Гайдамашко І. А. Подолання агресії як соціально-педагогічна проблема. *Педагогічний дискурс* : зб. наук. пр. гол. ред. А. Й. Сиротенко. Хмельницький: ХГПА, 2018. Вип. 3. С. 53-55.

16. Галак Л. С. Соціально-психологічні фактори мотивації злочинної діяльності неповнолітніх. *Збірник наукових статей «Гуманітарні та соціальні науки»*. № 3 (10). 2017. С. 88-91.

17. Герасимова І. В. Мотиви скоєння злочинів неповнолітніми. *Юридична наука та практика*. № 2 (21). 2017. С. 23-26.

18. Дзюба Т. М., Коваленко О. Г. Психологія дорослості з основами геронтопсихології. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Т. М. Дзюба, О. Г. Коваленко; за ред. проф. В. Ф. Моргуна. – Полтава., 2013. С. 34-103.

19. Дуткевич Т. В. Психологічний зміст поняття конфліктності. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Вип. 20. С. 192–200.

20. Жаловська Л. Особливості психологічної корекції поведінки старших підлітків з різними акцентуаціями характеру: теоретичний аспект / наук. кер. В. Сіткар. *Магістерський науковий вісник*. Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2021. Вип. № 37. С. 104-109.

21. Запухляк О. З. Вплив акцентуацій характеру на агресивність у підлітковому віці: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Хмельницький, 2006. 20 с.
22. Запухляк О. Особливості агресії акцентуйованих підлітків. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К, 2004, т. VI, вип 1. С. 152-157.
23. Зозуля І. В. Акцентуації характеру особистості. URL: <https://conferences.vntu.edu.ua/index.php/all-hum/all-hum-2016/paper/viewFile/475/362>
24. Інтернет-мережа та її негативний вплив на особистість. URL: <http://xn--d1acjtrgde.kiev.ua/2017/08/24/internet-merezha-ta-yiyinegativniy-vpliv-na-osobistist/>
25. Кутішенко В. П. Вікова та педагогічна психологія (курс лекцій). 2-ге вид.: Навч. посіб. Київ.: Центр учбової літератури, 2010. 128 с.
26. Лисенкова І. П., Бурячок А. В. Вплив акцентуацій характеру підлітків на поведінку в конфліктних ситуаціях. *Габітус. Вікова та педагогічні психологія*. 2022. Вип. 42. С. 64–68.
27. Максимова Н. Психологія адиктивної поведінки: навч. посіб. К.: ВПУ Київ. у-нт, 2002. 308 с.
28. Малихіна Т. П., Сердюк Н.І. Технологія корекційно-розвивальної роботи з підлітками : навч. посіб. Бердянськ : БДПУ, 2015. 131 с.
29. Малихіна Т. П. Попередження аморальних вчинків підлітків : монографія / Т. П. Малихіна. – Бердянськ : БДПУ, 2012. – 167 с.
30. Мелен К. Особливості акцентуацій характеру сучасних українських підлітків.
31. Михайлишин У. Б., Юхименко І. В., Шимоняк Я. О. Акцентуації характеру та конфліктна поведінка підлітків. Науковий вісник Ужгородського національного університету. 2024. Вип. 1. С. 86-90.
32. Мороз В. М., Макаров С. Ю., Серебреннікова О. А., Сергета І. В. Навчальний стрес та психофізіологічні критерії оцінки адаптаційних

можливостей організму студентів закладів вищої медичної освіти. Вінниця : ТОВ «ТВОРИ», 2020.

33. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник / Р. В. Павелків.- Вид. 2-е, стер. Київ.: Кондор, 2015. 469 с.

34. Павелків Р. В. Загальна психологія. К. : Кондор, 2012. 570 с.

35. Полька Н. С., Сергета І. В. Актуальні проблеми психогігієни дітей і підлітків: шляхи та перспективи їх вирішення (огляд літератури і власних досліджень). *Журнал НАМН України*. 2018. т. 18. № 2. С. 223-236.

36. Психологічні особливості підлітків старшого віку – студентів вищих навчальних закладів. *Актуальні проблеми сучасної медицини*. 2024. Том 24, Вип. 2 (86). С. 170-175.

37. Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / [Н.О. Гончарова, Ю.Л. Горбенко, Ю.І. Калюжна, В.А. Лавріненко, М.М. Мельничук, О.Г. Мирошник, Н.М. Мишко, В.Ф. Моргун, Л.Г. Перетятко, М.М. Рева, К.В. Седих, М.М. Тесленко, І.Г. Тітов, Т.Є. Тітова, А.С. Харченко, Н.О. Чайкіна, Т.А. Яновська] ; за ред. К.В. Седих. Полтава : Астроя, 2018. 342 с.

38. Савчин М. В. Вікова психологія : навч. посіб. / М. В. Савчин, Л. П. Василенко. Київ.: Академвидав, 2006. 360 с.

39. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія: навч. посіб. 3-тє вид., перероб., доп. Київ. : Академія, 2017. 368 с.

40. Сахно П. І., Подолкова С. В. Соціальний інститут сім'ї в процесі навчання дітей. *Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства*: Матеріали восьмої Всеукраїнської наукової конференції студентів, аспірантів, викладачів та співробітників (Суми, 16–17 квітня 2020 р.) / уклад. М. М. Набок. Суми : Сумський державний університет, 2020. 415-420 с.

41. Сергета І. Особливості акцентуацій характеру учнів старших класів сучасних закладів середньої освіти: психогігієнічні аспекти. *Збірник наукових праць*. 26. November. 2021. Wien, Republik Österreich. С. 101-104.

42. Сергета І., Макарова О., Браткова О. Прогностична оцінка стану психічного здоров'я сучасних учнів і студентів на підставі використання процедур кластерного аналізу: закономірності та особливості URL: <https://archive.logos-science.com/index.php/conference-proceedings/article/view/98>

43. Сергеєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Вікова психологія. Навч. посіб. Київ.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с.

44. Сердюк Н. І. Визначення критеріїв прояву атракції в підлітковому віці до однолітків: матеріали Всеукр. конф. [«Навчання, виховання та розвиток»], (Бердянськ, 11-12 березня 2011 р.). Бердянськ: БДПУ, 2011. С. 144.

45. Сердюк Н. І. Гармонійне поєднання структурних компонентів атракції як показник психологічного здоров'я особистості: матеріали Міжвузівських психолого-педагогічних Демиденківських читань [«Актуальні проблеми збереження здоров'я підростаючого покоління»] (Бердянськ, 23-24 квітня 2012 р.). – Бердянськ: БДПУ, 2012. С. 49.

46. Сердюк Н. І. До питання впровадження системи психологічних заходів, щодо формування атракції до однолітків у підлітковому віці: матеріали міжнародної науковопрактичної конференції [«Актуальні проблеми педагогіки та психології»], (м. Львів, Україна, 7-8 жовтня 2011 р.). Львів: Львівська педагогічна спільнота, 2011. С. 82.

47. Сердюк Н. І. Мотиви атракційного ставлення підлітків до однолітків: матеріали Всеукр. конф. [«Навчання, виховання та розвиток»], (Бердянськ, 12 березня 2010 р.). Бердянськ: БДПУ, 2010. С. 38-39.

48. Сердюк Н. І. Особливості тренінгової роботи з формування атракції до однолітків у підлітковому віці: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції [«Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи її розвитку»] (10-12 жовтня 2012 року, м. Запоріжжя). Запорізький національний університет. Запоріжжя: ЗНУ, 2012. С. 66.

49. Сердюк Н. І. Психологічні умови формування атракції до однолітків у підлітковому віці: дис. на здоб. наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07

«Педагогічна та вікова психологія» /Наталія Іванівна Сердюк; БДПУ. Бердянськ, 2014. 228 с

50. Сердюк Н. І. Психолого-педагогічні рекомендації щодо формування атракції до однолітків у підлітковому віці: матеріали міжнародної науково-практичної конференції [«Традиції та інновації в педагогіці та психології»], (м. Львів, Україна, 6- 7 жовтня 2012 р.). Львів: Львівська педагогічна спільнота, 2012. С. 21.

51. Сердюк Н. І. Система роботи практичних психологів з формування атракції до однолітків у підлітковому віці з урахуванням здоров'я збережувальних технологій: матеріали Всеукраїнських психолого-педагогічних Демиденківських читань [«Актуальні проблеми збереження психологічного здоров'я підростаючого покоління»] (м. Бердянськ, 23-24 квітня 2013 р.) Бердянськ: БДПУ, 2013. С. 97-99.

52. Токарева Н. М. Основи вікової психології : навчально-методичний посібник / Н. М. Токарева, А. В. Шамне. Кривий Ріг, 2013. 283 с.

53. Чайковська О. М. Вплив акцентуацій характеру на девіантну поведінку підлітків. *Проблеми сучасної психології*. 2010. Вип. 9. С. 725–735.

54. Шамне А. В. Психологія фрустраційних станів та реакцій підлітків: теорії, проблеми, діагностика: монографія. А. В. Шамне, С. А. Прахова. К.: НУБіП України, 2018. 278 с. Шмішек Г. Методика визначення акцентуацій характеру / Ганс Шмішек. 2014. URL: http://psychic.at.ua/publ/psikhodiagnostyka/diagnostika_temperamentu_i_kharakteru/metodika_viznachennja_akcentuacij_kharakteru_k_leongard/13-1-0-73.

55. Шанскова Т. Аналіз причин правопорушень неповнолітніх як підґрунтя соціально-педагогічної роботи з молоддю щодо профілактики злочинності. *Вісник Житомирського державного університету ім. І. Франка*. 2006, № 30. С. 3–6.

56. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання: навч. посіб. / Т. С. Яценко. К.: Вища шк., 2004. 679 с.

**Міністерство освіти і науки України
Західноукраїнський національний університет
Соціально-гуманітарний факультет**

Солтис Наталія Олександрівна

Особливості психологічної корекції поведінки старших підлітків з різними акцентуаціями характеру

спеціальність 053 Психологія

випускна кваліфікаційна робота за освітнім ступенем «магістр»

Частина 2

ДОДАТКИ

Тернопіль – 2024

ДОДАТКИ

Додаток А

ОПИТУВАЛЬНИК ДЛЯ САМООЦІНКИ ТЕРПЛЯЧОСТІ

Методика розроблена та описана Є. Ілліним і Є. Фешенка і призначена для самодіагностики терплячості.

Інструкція: Для роботи з цією методикою (для реєстрації результатів) Вам знадобиться чистий аркуш паперу та олівець (ручка). На листку паперу проставте номери запитань від 1 до 18. Дайте відповідь, чи згодні Ви з запропонованими твердженнями. Якщо згодні, то на аркуші поруч із номером питання поставте знак «+», якщо не згодні – знак «-».

Текст опитувальника.

1. Якщо я втомлююся при виконанні важкої роботи, то одразу її кидаю.
2. У мене не вистачає терпіння дочитати до кінця нудну розповідь.
3. Я дуже не люблю стояти в довгих чергах і часто йду з них, не стоячи до кінця.
4. Я можу довго зазнавати болю, наприклад, коли болить зуб.
5. Зазвичай я можу довго переносити спрагу.
6. Я не витримав би тривалого голодування, наприклад, щоб схуднути, вилікуватися від хвороби.
7. Коли на уроці фізкультури я стомлююся, то швидко перестаю виконувати вправи.
8. Я рідко кидаю нудну роботу, не довівши її до кінця.
9. Зазвичай мені важко змусити себе працювати через не можу.
10. Я не кидаю роботу на півдорозі, незважаючи на втому.
11. Мені подобається така фізична робота, в якій я маю пересилити себе, щоб виконати завдання.
12. Я впевнено можу сказати, що я терплячий.
13. Незважаючи на втому, я намагаюся щосили підтримати при бігу високий темп.

продовження Додатку А

14. Мене дратує, коли на зупинці доводиться довго чекати на транспорт, навіть коли я не поспішаю.

15. Я нетерплячий до болю.

16. Я не хочу вважати себе слабовільним, тому щоразу намагаюся довести важку фізичну роботу до кінця.

17. Я дію за принципом: «Взявся за гуж, не кажи, що не дуж»,

18. Я не вважаю, що «терпіння та праця все перетруть»; працювати треба з розумом, а не перевтомлюватись.

Опрацювання та інтерпретація результатів:

За всі відповіді «Так» (знак «+») за позиціями: 4, 5, 8, 10, 11 12, 13, 16, 17 і всі відповіді «Ні» (знак «-») за позиціями: 1, 2, 3, 6, 7, 9, 14, 15, 18 нараховується по одному балу.

Потім підраховується загальна сума (всі відповіді разом) балів.

Якщо Ви набрали: до **6 балів включно** – Ваша терплячість низька. Ви нетерпляча людина, для Вас чекати означає мучитися. Однак, пам'ятайте про що говорить народна мудрість «Терпіння і праця – все перетруть».

7–11 балів – Ваша терплячість середня. Ви легко адаптуєтесь до справ та спілкування, проте не забувайте, що розпочату справу завжди треба доводити до кінця.

12 балів і більше – Ваша терплячість висока. Ви терпляча людина, однак, не варто даремно витрачати свою енергію.

ОПИТУВАЛЬНИК ДЛЯ ОЦІНКИ ЗАВЯТОСТІ

Автори: Є. Ільїн та Є. Фешенко.

Мета – визначити ступінь завзятості.

Інструкція: Дайте відповідь, чи згодні Ви з запропонованими твердженнями. Якщо згодні, то поруч із номером запитання поставте знак «+», якщо не згодні, то знак «-».

Текст опитувальника.

1. Якщо це потрібно, я до кінця виконую навіть нудну, однакову роботу.
2. Зазвичай я працюю, поки є бажання.
3. Мені подобається вирішувати важкі завдання, головоломки, все те, що називають «важким горішком».
4. Навіть якщо у роботі не все виходить, намагаюся продовжувати розпочату справу.
5. Я багато разів намагався планувати свій день, але не зміг виконати наміченого.
6. По можливості я уникаю важкої роботи.
7. Якщо мені щось не виходить, я роблю це ще й ще раз.
8. Встановивши розпорядок дня, я старанно його дотримуюсь, навіть коли мені цього не хочеться.
9. При скруті я часто починаю сумніватися, чи варто продовжувати розпочату роботу.
10. Якщо мені хтось не дозволяє зробити те, чого я хочу, я все одно намагаюся виконати задумане.
11. Коли щось не ладнається, я нетерплячий і готовий послати все до дідька.
12. Коли я граю в шахи або іншу гру, то я опираюсь до останньої можливості.
13. У суперечці я найчастіше не намагаюся переконати інших.

продовження Додатку Б

14. Завжди намагаюся до кінця виконати доручену мені справу, незважаючи на труднощі, що виникають.

15. Я завжди відстоюю свою думку, якщо впевнений, що має рацію.

16. При вирішенні важкого завдання я намагаюся сам розібратися в ньому, а не сподіваюся на допомогу інших.

17. У суперечці я зазвичай тушуюсь перед натиском опонента.

18. Коли я впевнений, що стою на правильному шляху, для доказу своєї правоти я можу працювати скільки завгодно, навіть якщо мені заважатимуть.

Опрацювання та інтерпретація результатів:

За всі відповіді «так» (знак «+») за позиціями: 1, 3, 4, 7, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18 і всі відповіді «ні» (знак «-») по позиціях: 2, 5, 6, 9, 11, 13, 17 нараховується по одному балу. Потім підраховується загальна сума (всі відповіді разом) балів.

Менше 7 балів: Ваша завзятість низька і Ви ненаполеглива людина. Швидше за все, Ваша сила в м'якості та поступливості. Однак пам'ятайте, що посидючість, наполегливість і цілеспрямованість суттєво допомагають навчатися. Іншими словами, завзятість – запорука успішності у навчанні та діяльності.

7-11 балів: Ваша завзятість середня. Це зовсім не означає, що Вам не під силу серйозні справи. Навпаки, зважений та збалансований підхід до навчання та справи відрізняє Вас від інших.

Більше 11 балів: Ваша завзятість висока. Ви впевнений у всіх своїх починаннях та справах. Однак не забувайте про те, що «один у полі не воїн» і не варто витрачати енергію через дрібниці.

ОПИТУВАЛЬНИК ДЛЯ ОЦІНКИ НАПОЛЕГЛИВОСТІ

Автори: П. Ільїн та Е. Фешенко.

Мета – визначити ступінь наполегливості

Інструкція: Дайте відповідь, чи згодні ви з запропонованими твердженнями.

Якщо згодні, то на аркуші поруч із номером питання поставте знак «+», якщо не згодні, то знак «-».

Текст опитувальника.

1. Я вже визначив свою мету на майбутнє і готуюся до її досягнення.
2. Я систематично прагну до наміченої мети, якою б далекою вона не була.
3. У мене зазвичай зникає бажання досягати далекої мети, якщо щось цьому перешкоджає.
4. Навіть за невдач я впевнений, що все одно доб'юся свого.
5. Я намагаюся не ставити перед собою дуже далеких цілей, бо я вважаю, що легше жити сьогоднішнім днем.
6. Я кілька разів намагався займатися самовдосконаленням, але з цього нічого не вийшло.
7. Невдачі вибивають мене з колії, і я відмовляюся від наміру досягти чогось значного.
8. Якщо я поставив перед собою важливу для мене мету, то мене важко зупинити.
9. Поразка спонукає мене діяти з подвоєною силою.
10. Я багато разів намагався спланувати свій тиждень, але так і не зміг виконати наміченого через погану самоорганізованість.
11. У разі виникнення труднощів я починаю сумніватися, чи варто продовжувати розпочате.
12. Мені часто буває важко довести справу до кінця, особливо якщо для цього потрібні тижні та місяці.
13. Мої близькі вважають мене одержимим.

продовження Додатку В

14. Я відчуваю велике задоволення, коли домагаюся наміченого всупереч наявним труднощам.

15. Я часто кидаю на півдорозі розпочаті справи, втрачаючи до них інтерес.

16. Я вмію чекати і терпіти, тож віддалені цілі мене не лякають.

17. Перешкоди лише розбурхують мене, роблять мої рішення більш жорсткими.

18. Лінощі, а не сумніви в успіху змушують мене занадто часто відмовлятися від досягнення мети.

Опрацювання та інтерпретація результатів:

За всі відповіді «так» (знак «+») за позиціями: 1, 2, 4, 8, 9, 13, 14, 16, 17 та всі відповіді «ні» (знак «-») за позиціями: 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15, 18 нараховується по одному балу. Потім підраховується загальна сума (всі відповіді разом) балів.

Менше 7 балів: у Вас низька наполегливість – Ви не наполеглива людина і це часто Вас підводить. Це легко виправити. Якщо Ви періодично ставитимете перед собою певні цілі і докладатимете зусиль для їх досягнення, то успіхи не за горами.

7-11 балів: у Вас середня наполегливість. Насамперед, Вам слід пам'ятати, що вода теж камінь точить.

Більше 11 балів: Ви маєте високу наполегливість – Ви наполеглива людина. Однак не перестарайтеся і пам'ятайте, що настирливість та набридливість є похідними від наполегливості.