

Міністерство освіти і науки України
Рівненський державний гуманітарний університет
Психолого-природничий факультет
Кафедра загальної психології, психодіагностики та психотерапії

РОЖЕНКО ЮЛІЯ ІВАНІВНА

**КОНФЛІКТ ЯК ЗАСІБ РЕГУЛЮВАННЯ МІЖСОБИСТІСНИХ
СТОСУНКІВ У ДОРОСЛИХ**

Освітня програма «Психологія»
Спеціальність 053 Психологія
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня магістра

Науковий керівник:
старший викладач
Олена Богданівна Демянюк

Рівне, 2025

РЕЗЮМЕ

Структура роботи. Наукова робота складається із вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 55 найменування та 8 додатків. Основний зміст роботи викладений на 61 сторінці друкованого тексту і включає 6 рисунків і 2 таблиці. Повний обсяг наукової роботи складає 117 сторінок.

Об'єкт дослідження: особливості розвитку міжособистісних стосунків у дорослих. **Предмет дослідження:** конфлікт як засіб регулювання міжособистісних стосунків у дорослих

Мета дослідження: теоретично вивчити і емпірично дослідити конфлікт як засіб регулювання міжособистісних стосунків у дорослих. Відповідно до мети дослідження ми визначили такі **завдання:** 1. Розглянути теоретичні засади дослідження психологічних особливостей конфлікту як засобу регулювання міжособистісних стосунків у дорослих. 2. Дослідити рівень прояву конфлікту і міжособистісних стосунків у дорослих. 3. Виявити взаємозв'язок між показниками конфлікту і показниками міжособистісних стосунків у дорослих. 4. Розробити і впровадити психологічну програму регулювання міжособистісних стосунків у дорослому віці за допомогою конструктивного вирішення конфліктів.

Для розв'язання поставлених завдань ми застосували комплекс *методів:* *теоретичні* – аналіз, синтез, індукція, узагальнення, конструювання, структурування, моделювання; *емпіричні* – тестування: 1. Методика «Особистісна агресивність і конфліктність», 2. Методика дослідження стилю поведінки, особистісної схильності до конфліктної поведінки К. Томаса, 3. Тест «Оцінка рівня конфліктності особистості» 4. Методика діагностики міжособистісних стосунків Т. Лірі, 5. Методика діагностики Q-сортування В. Стефансона; *статистичні* – метод лінійного кореляційного аналізу К. Пірсона і Т – критерій Вілкоксона з наступною якісною інтерпретацією та змістовим аналізом.

Теоретична та практична значимість роботи полягає в: уточненні сутності понять «конфлікт», «міжособистісні стосунки» та їх особливості, ознаки і види; впровадженні результатів дослідження у організаційний і навчальний процес РДГУ з ціллю застосування психологічної програми регулювання міжособистісних стосунків у дорослому віці за допомогою конструктивного вирішення конфліктів.

Прогнозовані припущення про організацію подальших досліджень об'єкта. Корекція конфліктів і розвиток конструктивних міжособистісних стосунків у дорослих є основною задачею наукових досліджень для психологічного супроводу населення в складних життєвих обставинах.

Ключові слова: конфлікт, міжособистісні стосунки, агресія, співробітництво, уникнення, компроміс, пристосування, домінування, дружелюбність, позитивна і негативна агресія, конфліктність, залежність-незалежність, товарицькість-нетоварицькість, прийняття «боротьби»-уникнення «боротьби».

RESUME

Structure of the work. The scientific work consists of an introduction, three sections, general conclusions, a list of sources used, which includes 55 titles and 8 appendices. The main content of the work is set out on 61 pages of printed text and includes 6 figures and 2 tables. The full volume of the scientific work is 117 pages.

Object of research: features of the development of interpersonal relationships in adults. Subject of research: conflict as a means of regulating interpersonal relationships in adults

Purpose of research: to theoretically study and empirically investigate conflict as a means of regulating interpersonal relationships in adults. In accordance with the purpose of the research, we have identified the following tasks: 1. To consider the theoretical foundations of the study of the psychological features of conflict as a means of regulating interpersonal relationships in adults. 2. To investigate the level of manifestation of conflict and interpersonal relationships in adults. 3. To identify the relationship between conflict indicators and indicators of interpersonal relationships in adults. 4. Develop and implement a psychological program for regulating interpersonal relationships in adulthood through constructive conflict resolution.

To solve the tasks set, we used a set of methods: theoretical – analysis, synthesis, induction, generalization, construction, structuring, modeling; empirical - testing: 1. Methodology «Personal aggressiveness and conflict», 2. Methodology for studying behavioral style, personal tendency to conflict behavior by K. Thomas, 3. Test «Assessment of the level of conflict of personality» 4. Methodology for diagnosing interpersonal relationships by T. Leary, 5. Methodology for diagnosing Q-sorting by V. Stefanson; statistical – method of linear correlation analysis by K. Pearson and T - Wilcoxon test with subsequent qualitative interpretation and content analysis.

The theoretical and practical significance of the work lies in: clarifying the essence of the concepts of «conflict», «interpersonal relations» and their features, signs and types; implementing the results of the study into the organizational and educational process of the Russian State University of Humanities and Social Sciences with the aim of applying the psychological program for regulating interpersonal relations in adulthood through constructive conflict resolution.

Projected assumptions about the organization of further research on the object. Conflict correction and the development of constructive interpersonal relations in adults are the main task of scientific research for psychological support of the population in difficult life circumstances.

Keywords: conflict, interpersonal relations, aggression, cooperation, avoidance, compromise, adaptation, dominance, friendliness, positive and negative aggression, conflict, dependence-independence, sociability-unsociability, acceptance of «struggle»-avoidance of «struggle».

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ КОНФЛІКТУ ЯК ЗАСОБУ РЕГУЛЮВАННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ДОРΟΣЛИХ	Error! Bookmark not defined.
1.1. Аналіз поняття «конфлікт» та конфліктної поведінки вітчизняними та зарубіжними вченими	Error! Bookmark not defined.
1.2. Особливості вивчення міжособистісних стосунків у сучасній психології	Error! Bookmark not defined.
1.3. Психологічна характеристика дорослого віку	Error! Bookmark not defined.
1.4. Роль конфліктів у регулюванні міжособистісних стосунків у дорослому віці	Error! Bookmark not defined.
Висновки до першого розділу	Error! Bookmark not defined.
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОНФЛІКТУ ЯК ЗАСОБУ РЕГУЛЮВАННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ	Error! Bookmark not defined.
2.1. Методика, організація та процедура дослідження	Error! Bookmark not defined.
2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів	Error! Bookmark not defined.
Висновки до другого розділу	Error! Bookmark not defined.
РОЗДІЛ 3. РЕГУЛЮВАННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ ЗА ДОПОМОГОЮ КОНСТРУКТИВНОГО ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ	Error! Bookmark not defined.
3.1. Методика, завдання та організація впровадження програми регулювання міжособистісних стосунків у дорослому віці за допомогою конструктивного вирішення конфліктів	Error! Bookmark not defined.
3.2. Результати ефективності впровадження психологічної програми	Error! Bookmark not defined.
Висновки до третього розділу	Error! Bookmark not defined.

ВИСНОВКИ	10
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	Error! Bookmark not defined.
ДОДАТКИ	Error! Bookmark not defined.

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Зростання соціальної напруги, яке спровоковане війною в Україні, зумовлює посилення конфліктів у суспільстві та потребує їх комплексного наукового аналізу.

Очевидно, що конфлікти є невід’ємною складовою людського буття, виступаючи рушійною силою розвитку особистості та суспільства загалом. Вони сприяють самопізнанню, формуванню ціннісних орієнтирів і соціального досвіду, але, водночас можуть стати джерелом емоційної напруги та деструктивної поведінки. Для зменшення руйнівних наслідків таких ситуацій важливо глибоко розуміти природу конфлікту, його структуру, динаміку та детермінанти.

В свою чергу, міжособистісний конфлікт постає як складний соціально-психологічний феномен, що виникає у процесі безпосередньої взаємодії людей, коли їхні погляди, інтереси чи цінності вступають у протиріччя. Його сутність полягає у зіткненні позицій та способів самоствердження, яке виникає через різницю життєвого досвіду, емоційного сприйняття та індивідуальних установок.

Оскільки людина є соціальним творінням, то її потреба у взаємодії, прийнятті та самореалізації нерозривно пов’язана з колом оточення. Проте, у спілкуванні неминуче виникають розбіжності у світогляді, моральних орієнтирах і поведінкових стандартах, що створює ґрунт для суперечностей. У таких ситуаціях особистість, спираючись на власний життєвий досвід і внутрішні переконання, обирає певну стратегію поведінки: компромісну, пристосувальну чи конфронтаційну. Вибір цієї стратегії визначає, чи конфлікт трансформується у конструктивну взаємодію, чи переростає у деструктивне

протистояння, яке порушує психологічну рівновагу учасників і впливає на їх подальші міжособистісні стосунки.

Вагомий внесок у розкриття передумов, динаміки та особистісних чинників конфліктної поведінки зробили такі науковці, як Н. Абрамян, Н. Буняк, М. Дойч, Л. Долинська, Л. Ємельяненко, Л. Котлова, І. Кошова, А. Лагута, Г. Ложкін, Л. Матяш-Заяц, М. Пірен, Н. Пов'якель, які визначили закономірності формування конфліктності на різних вікових етапах і окреслили психологічні умови її подолання.

Розгляд основних наукових підходів до вивчення міжособистісних стосунків у сучасній психології здійснювали такі вчені як: О. Біла, Л. Коберник, К. Лисенко-Гелемб'юк, Н. Макарчук, Л. Матяш-Заяц, Т. Осипова, Ж. Савич, І. Худолій та інші.

Питання міжособистісних конфліктів у віковому вимірі розглядали у своїх працях Р. Кілмен, А. Лагута, Р. Павелків, Л. Романкова, М. Савчин, Т. Ткачук, К. Томас, М. Якимович та інші дослідники, які окреслили закономірності становлення конфліктної поведінки на різних етапах онтогенезу.

На сучасному етапі розвитку психологічної науки особливу увагу привертають передумови виникнення конфліктів, що досліджуються українськими науковцями, зокрема, І. Бартенева, О. Біла, Л. Коберник, К. Лисенко-Гелемб'юк, Н. Макарчук, Л. Матяш-Заяц, Т. Осипова, Ж. Савич, І. Худолій, О. Чала та інші

Сучасні наукові напрацювання у напрямку дослідження дорослого віку посилаються на доробки: О. Видри, Т. Дзюби, Е. Еріксона, М. Заброцького, О. Коваленко, В. Кутішенка, Р. Павелківа, М. Савчина, Г. Терлецької, Т. Ткача, В. Чумака та інші.

Проблематика конфлікту як засобу регулювання міжособистісних стосунків майже залишається поза фокусом уваги сучасних дослідників, що й зумовлює вагому значущість та актуальність обраної теми наукового дослідження: *«Конфлікт як засіб регулювання міжособистісних стосунків у дорослих»*.

Об'єкт дослідження: особливості розвитку міжособистісних стосунків у дорослих.

Предмет дослідження: конфлікт як засіб регулювання міжособистісних стосунків у дорослих.

Мета дослідження: теоретично вивчити і емпірично дослідити конфлікт як засіб регулювання міжособистісних стосунків у дорослих.

Відповідно до мети дослідження ми визначили такі **завдання:**

1. Розглянути теоретичні засади дослідження психологічних особливостей конфлікту як засобу регулювання міжособистісних стосунків у дорослих.

2. Дослідити рівень прояву конфлікту і міжособистісних стосунків у дорослих.

3. Виявити взаємозв'язок між показниками конфлікту і показниками міжособистісних стосунків у дорослих.

4. Розробити і впровадити психологічну програму регулювання міжособистісних стосунків у дорослому віці за допомогою конструктивного вирішення конфліктів.

Для розв'язання поставлених завдань ми застосували комплекс *методів*: *теоретичні* – аналіз, синтез, індукція, узагальнення, конструювання, структурування, моделювання; *емпіричні* – тестування: 1. Методика «Особистісна агресивність і конфліктність», адаптація О. Дроздов, Л. Живолуп, О. Ніжинська, Я. Сухенко, 2. Методика дослідження стилю поведінки, особистісної схильності до конфліктної поведінки К. Томаса, адаптація Н. Гришиної, 3. Тест «Оцінка рівня конфліктності особистості» (Г. Ложкін, Н. Пов'якель), 4. Методика діагностики міжособистісних стосунків Т. Лірі, 5. Методика діагностики Q-сортування В. Стефансона; *статистичні* – метод лінійного кореляційного аналізу К. Пірсона і непараметричний статистичний метод відмінностей для залежних вибірок Т – критерій Вілкоксона з наступною якісною інтерпретацією та змістовим аналізом.

Статистичний аналіз даних та графічна презентація результатів

здійснюється за допомогою комп'ютерного пакету статистичних програм SPSS (версія 22.0) for Windows та пакета програм Microsoft Office for Windows.

Методологічною та теоретичною основою дослідження стали загальні принципи психологічної науки. У розкритті поняття «конфлікт» та конфліктної поведінки вітчизняними та зарубіжними вченими ми спиралися на праці таких вчених як: Н. Буняк, М. Дойч, Л. Долинська, Л. Ємельяненко, Л. Котлова, І. Кошова, Г. Ложкін, Л. Матяш-Заяц, М. Пірен та інші.

Розгляд основних наукових підходів до вивчення міжособистісних стосунків у сучасній психології здійснювали такі вчені як: О. Біла, Л. Коберник, К. Лисенко-Гелемб'юк, Н. Макарчук, Л. Матяш-Заяц, Т. Осипова, Ж. Савич, І. Худолій та інші.

Психологічну характеристику дорослого віку вивчали наступні вчені: Т. Дзюби, Е. Еріксона, М. Заброцького, О. Коваленко, В. Кутішенка, Р. Павелківа, М. Савчина, Г. Терлецької, Т. Ткача та інші.

У вивченні ролі конфліктів в регулюванні міжособистісних стосунків у дорослому віці стали роботи таких вчених як: Р. Кілмен, А. Лагута, Л. Романкова, М. Савчин, Т. Ткачук, К. Тома та інші.

Організація та емпірична база дослідження: Емпіричне дослідження конфлікту як засобу регулювання міжособистісних стосунків у дорослому віці проводилося на базі психолого-природничого факультету Рівненського державного гуманітарного університету. У науково-практичному дослідженні брали участь 93 здобувача вищої освіти, віком від 21 до 50 років, як денної, так і заочної форми навчання, освітнього ступеня «магістр» зі спеціальності: 053 Психологія, 014.05 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини), 014.15 Середня освіта (Природничі науки), 091 Біологія та біохімія, 101 Екологія. Серед них: чоловічої статі – 24 особи; жіночої статі – 69 осіб.

У формувальному експерименті брали участь 32 особи дорослого віку з однаковими соціально-демографічними показниками: із них 15 осіб становили контрольну групу (КГ) і 17 осіб становили експериментальну групу (ЕГ).

Наукова новизна отриманих результатів виявляється: у дослідженні

психологічних особливостей конфлікту як засобу регулювання міжособистісних стосунків у дорослих; у виявленні рівня прояву конфлікту і міжособистісних стосунків у осіб дорослого віку; у виявленні взаємозв'язку між показниками конфлікту і показниками міжособистісних стосунків у дорослих; у виявленні домінуючих психологічних особливостей конфлікту як засобу регулювання міжособистісних стосунків у дорослих.

Теоретична та практична значимість роботи полягає в: уточненні сутності понять «конфлікт», «міжособистісні стосунки» та їх особливості, ознаки і види; впровадженні результатів дослідження у організаційний і навчальний процес РДГУ з ціллю застосування психологічної програми регулювання міжособистісних стосунків у дорослому віці за допомогою конструктивного вирішення конфліктів.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження були представлені на звітній науковій конференції викладачів, співробітників і здобувачів вищої освіти Рівненського державного гуманітарного університету за 2024 рік. Рівне, 15-16 травня 2025 р. Основний зміст і результати дослідження висвітлено у **публікації** автора: Роженко Ю. Основні підходи до вивчення конфлікту і конфліктної поведінки у сучасній науці. Травмоване дитинство: психологічні проблеми особистісного та соціального становлення дітей в умовах війни та поствоєнного періоду: *збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції (27-28 листопада)*. Упоряд. Р.В. Павелків, Н.В. Корчакова. Рівне, 2025. С.126-129.

Структура роботи. Наукова робота присвячена вивченню психологічних особливостей конфлікту як засобу регулювання міжособистісних стосунків у дорослих і складається із вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 55 найменування та 8 додатків. Основний зміст роботи викладений на 61 сторінці друкованого тексту і включає 6 рисунків і 2 таблиці. Повний обсяг наукової роботи складає 117 сторінок.

ВИСНОВКИ

У ході наукового дослідження конфлікту як засобу регулювання міжособистісних стосунків у дорослих здійснено наступне:

1. Визначено, що вибір поведінкової моделі в умовах конфлікту є ключовою умовою для припинення протистояння, а характер міжособистісних стосунків суттєво формує цей вибір. Під поведінковою моделлю розуміють усталений набір реакцій і способів взаємодії, що проявляються як на рівні усвідомлених рішень, так і імпульсивних дій. Така модель пояснюється сукупністю індивідуальних рис, які визначають здатність людини залагоджувати суперечності або відходити від зіткнення.

Підсумовано, що стратегічний вибір поведінкової моделі в умовах конфронтації стає ключовим інструментом її врегулювання, а якість міжособистісних стосунків значною мірою визначає перебіг і результат конфлікту. Психологічна сумісність учасників комунікаційної взаємодії зазвичай полегшує попередження конфліктів або пришвидшує їх розв'язання.

2. Досліджено, що показник *«агресивність і конфліктність»* у дорослих знаходиться на середньому рівні прояву з тенденцією до високого, що свідчить про їх нестабільну емоційну поведінку у конфліктних ситуаціях. Такі дорослі мають можливість контролювати власні емоції та адекватно реагувати у конфліктних ситуаціях, хоча часом демонструють схильність до агресивних і конфліктних реакцій, що підкреслює їх певну спроможність агресивно відстоювати власні інтереси і при необхідності шукати компромісні рішення. Відповідно, виявлено, що показник *«стиль поведінки у конфліктних ситуаціях»* у дорослих знаходиться на середньому рівні прояву з тенденцією до високого за показниками *«суперництво»*, *«уникнення»*, *«притосування»* та з тенденцією до низького за показниками *«компроміс»* і *«співробітництво»*, що свідчить про їх

пріоритет відстоювання власної позиції над інтересами інших учасників конфлікту та не завжди працювати на спільний результат, що може підвищувати ймовірність ескалації конфліктів.

Також, досліджено, що показник *«конфліктність особистості»* у дорослих фіксується на середньому рівні прояву, з тенденцією до високого, що свідчить про їх здатність захищати власні інтереси, особистісні та професійні принципи та комунікативні кордони. Такі дорослі у складних або критичних ситуаціях можуть ініціювати суперечки, прагнучи до справедливого та взаємовигідного вирішення обираючи компроміс.

3. Виявлено, що показник *«міжособистісні стосунки»* у дорослих знаходиться на середньому рівні прояву з тенденцією до високого за показником *«домінантність»* і з тенденцією до низького за показником *«дружелюбність»*, що свідчить про їх схильність до поєднання адаптивних і агресивних тенденцій у міжособистісній взаємодії. Однак, такі дорослі прагнуть до більш конструктивного стилю взаємодії, але здатні до співпраці з певною обережністю у контактах. Досліджено, що показник *«основні позиції міжособистісної взаємодії»* у дорослих знаходиться на середньому рівні прояву з тенденцією до високого за показником *«прийняття «боротьби»-уникнення «боротьби»»* та з тенденцією до низького за показником *«залежність-незалежність»*, що свідчить про їх виражену потребу у самостійності, прихильності до власних переконань та недостатнього рівня соціальної залученості й готовності до конструктивного співробітництва.

4. Доведено, що між показниками *конфлікту* і *міжособистісних стосунків у дорослих* існують виражені кореляційні зв'язки в межах статистичної значущості $p < 0,01$, $p < 0,05$. Отримані залежності свідчать, що агресивні способи реагування дестабілізують взаємодію та знижують її якість, тоді як адаптивні стратегії сприяють гармонізації комунікації.

5. Формувальний етап дослідження показав, що розроблена і впроваджена психологічна програма регулювання міжособистісних стосунків у дорослому віці за допомогою конструктивного вирішення конфліктів сприяла

комплексному покращенню соціальної компетентності та ефективності міжособистісної взаємодії учасників.