

УДК 159.944

ПОТЕНЦІАЛ ПСИХОДРАМИ У ВИРІШЕННІ КОНФЛІКТІВ У СТУДЕНСЬКОМУ ВІЦІ

Некіз Т. А.,

студентка, Інститут природничо-географічної освіти та екології НПУ
ім. М. П. Драгоманова, м. Київ, Україна

У статті висвітлено особливості застосування психодрами у процесі вирішення конфліктів у студентському віці. Обґрунтовано доцільність застосування при виникненні конфліктів у студентській групі та усвідомленні домінуючих стратегій поведінки у конфлікті студентів. Охарактеризовано стилі конфліктної поведінки та передумови створення і підтримки у відносинах між людьми високої культури спілкування, взаєморозуміння та співробітництва, функціонального і соціального партнерства. Емпіричним шляхом виявлено середній рівень конфліктності студентів I-го та III-го курсів, а також динаміку стратегій поведінки у конфлікті на різних курсах навчання. Розкрито можливості впливу на конфліктологічну компетентність студентів.

Ключові слова: *конфлікт, психодрама, стиль поведінки, групова психотерапія, студентська група.*

Актуальність дослідження. Актуальність проблеми виникнення, розвитку та розв'язання конфліктів у студентському віці визначається кардинальними змінами в політичній і соціально-економічній сферах, що впливають на характер відносин між членами малих соціальних груп, в тому числі і студентських. За допомогою психодрами у студентській групі використовуються різні техніки з подолання конфліктів. Це один з найефективніших методів у сучасній практичній психології. Психодраматичний метод не тільки допомагає вирішити проблемні ситуації у групі, а й налагодити сприятливий психологічний клімат та дає можливість побачити окремих членів групи не лише в міжособистісних взаєминах, а й у процесі виконання певної соціальної ролі. Тому на сьогоднішній день **проблема застосування методу** психодрами у вирішенні конфліктів у студентському віці займає значне місце як у вітчизняній так і у зарубіжній психології.

Метою даної статті є розглянути потенціал методу психодрами у вирішенні конфліктів у студентському віці.

Результати теоретичного аналізу проблеми. Аналіз літературних джерел показав, що вчені значну увагу приділяють вивченню потенціалу психодрами у вирішенні конфліктів у студентському віці. Над цим питанням працювали такі сучасні вітчизняні автори як: Н.В. Гришина, Э.А. Уткін, В.Н. Кудрявцев, Д.К. Захаров, О.Н. Громова, Л.А. Е.Е. Кузьміна, В.І. Брудного й В.А. Сємова, Т.Г. Стефаненко, І.Т. Андрєєва, та ін. А також таких відомих зарубіжних учених, та дослідників конфліктності як: Р. Алберті, В. Зигерта, Л. Ланга, Р. Блейка, Д. Моутона, М. Дойча,

Дж. Скотта, Ш. Фейра, К. Хорни, Г. Салливена, Э. Берна, К. Левина, Т. Сарбина, У. Мейсона, К. Томаса, У.Ф. Лінкольна, та багато інших.

Значну роль у розвитку психодрами відіграли такі вчені як: М. Кіпніс, Я. Л. Морено, Г. Лейтц, П.Ф. Келлерман, Ф. Перлз, Е. Берн та ін. Особлива увага до досліджень в сфері вивчення конфліктів намітилося в другій половині ХХ в., в основному в роботах найвизначніших закордонних соціологів Т. Парсонса, Э. Мейо, Л. Коеера, Р. Дарендорфа, А. Голднера, психологів і фахівців з управління Дж. Г. Скотта, Р. Фішера, У. Юри й ін.

Історія людства із давніх часів дотепер показала, що конфлікти неминучі, існували завжди й будуть існувати стільки, скільки існує взаємодія людей між собою. Конфлікти в житті окремих людей і суспільства в цілому відіграють значну роль, зазвичай призводять до значних витрат емоцій, енергії, різноманітних ресурсів. Для зниження негативних наслідків конфліктів необхідно вміти правильно виявляти їх причини, керувати їх протіканням і розв'язанням, знижувати рівень конфліктного протистояння. Нерідко конфлікт виявляється не тільки неминучим, але й прийнятним «виходом» із проблемної ситуації, чи не єдиним способом відновити порушену рівновагу у взаєминах людей що дозволяє їм прийти до згоди й до спільних справ, спільних інтересів, норм поведінки. У зв'язку з цим перед лідерами груп будь-якого рівня повинно ставитися таке завдання, як оволодіння мистецтвом керування конфліктами, а також вміння дотримуватися належних заходів для їх профілактики й розв'язання, щоб у найбільшій мірі використовувати позитивний потенціал конфліктів, і разом із тим зводити до мінімуму їх негативні наслідки, краще орієнтуватися в конфліктних ситуаціях, знаходити найбільш ефективні рішення в конфліктних ситуаціях, знаходити найбільш ефективні способи впливу на поведінку людей, так чи інакше залучених до конфліктного протистояння.

Відомі спеціалісти в галузі управлінської психології К. Томас та Р. Кілмен виділяють п'ять основних стилів поведінки в конфліктних ситуаціях, що спираються на власний стиль, стиль інших учасників конфлікту, а також на тип самого конфлікту. Це такі як конкуренція, уникнення, співробітництво, пристосування та компроміс. Стиль поведінки в кожному конкретному конфлікті визначається ступенем прагнення задовольнити власні інтереси (діючи пасивно чи активно) та інтереси протилежної сторони учасників конфлікту (діючи спільно або індивідуально).

Що ж до застосування психодрами, то це один із найпоширеніших та сучасних методів у розв'язанні конфліктів у малій групі. Саме психодрама є першим методом групової психотерапії, розробленим для вивчення особистісних проблем, конфліктів, мрій, страхів і

фантазій. Психодрама не передбачає відтворення лише минулих подій. Великий терапевтичний ефект, справжню глибину катарсису дає програвання і проживання в умовному просторі драми тих ролей, взаємин, подій зовнішньої і внутрішньої реальності, яким життя не дозволило, не могло дозволити і, можливо, ніколи не дозволить здійснитися. Сьогодні психодраматичні техніки успішно використовуються у медицині: всі рольові тренінги, всі ігрові підходи в педагогіці виростили з класичної психодрами. Правильно використовуючи її елементи, можна лікувати, вчити, виховувати і стимулювати особистісне зростання. Можна виявляти внутрішні конфлікти і одразу працювати із ними, моделювати майбутнє, оплакувати втрати і відкривати у собі нові можливості.

Психодрама в основному відома як специфічний психотерапевтичний метод, створений професійним лікарем-психіатром Я. Л. Морено. Але психодраматичний підхід виходить за межі психотерапії. Це ще й великий набір ідей та технік, які можуть бути ефективно застосовані при різних формах індивідуальної та групової роботи і в даний час широко використовуються в інших напрямках психотерапії і рольового тренінгу, в освіті та навчанні, бізнесі та управлінні, а також в наукових дослідженнях. Між тим важливою перевагою психодрами як унікального цілісного методу є поєднання детальної технологічної опрацьованості з філософською та екзистенціальною глибиною розуміння сутності людини і її взаємодії зі світом.

Психодраматичний метод інтегрує в собі засоби когнітивного аналізу з активною участю в драматичній дії і груповому процесі. Морено вірив, що саме життя походить від дії і взаємодії, тому переважна орієнтація на них притаманна створеному ним методу. Дія, фізичний рух, на яких побудована психодрама, підвищують можливість використання такого важливого джерела пізнання себе та інших, як сигнали невербальної поведінки. У процесі програвання знижується вплив звичних вербальних захисних реакцій, тому психодрама є досить ефективною у роботі з клієнтами, схильними до інтелектуалізації своїх переживань або ж до пасивності, що виражається в труднощах переходу від розмов до активних дій.

Отже, вирішити конфлікти можливо і за допомогою методу психодрами. Сучасна психодрама – це метод групової психотерапії. Психодраму використовують у індивідуальній роботі з клієнтами (монодрама), а елементи психодрами поширені у багатьох галузях індивідуальної психотерапії та груповій роботі з людьми. У психодрами є два застосування: може бути способом для вирішення особистих труднощів людини, і може бути засобом самопізнання і саморозвитку, які природно супроводжують і доповнюють одне

одного. За допомогою психодрами у студентській групі пропрацьовуються різні техніки з подолання конфліктів. Психодраматичний метод не тільки допомагає вирішити проблемні ситуації у групі, а й налагодити сприятливий психологічний клімат та дає можливість побачити окремих членів групи не лише в міжособистісних взаєминах, а й у процесі виконання певної соціальної ролі. Психодрама оптимізує взаємини в групі завдяки об'єктивуванню прихованих емоцій (особливо негативних), які гальмували інтеграційні процеси; сприяє розвитку спонтанності відносин, і кожен набуває здатності «взути чужі чоботи» й таким чином зрозуміти почуття, переживання й думки інших.

Психодрама сприяє також розвитку інтуїції й творчих здібностей у розумінні внутрішнього світу іншої людини. Учасники групи починають усвідомлювати, що у них багато спільних проблем, а це спонукає до глибшого саморозкриття й аналізу їхніх витоків і знаходження різноманітних шляхів їх вирішення. Навчальний ефект залежить від атмосфери згуртованості, емоційної близькості та психологічної захищеності в групі. Психологічна безпека, взаємопідтримка сприяють відвертому прояву почуттів, які зазвичай ховаються від оточення зі страху перед покаранням.

До основних характеристик студентського віку, що відрізняють їх від інших груп населення: високий освітній рівень, висока пізнавальна мотивація, найвища соціальна активність і досить гармонійне поєднання інтелектуальної та соціальної зрілості.

Студентська група – спільність автономна і самодостатня. Вона здатна сама вирішувати свої внутрішні проблеми, а її активність пов'язана з соціальним життям факультету, університету, вирішення проблем соціального характеру. Студентів у групі поєднує: спільна мета, спільна навчально-професійна діяльність, зв'язки ділового та особистісного характеру, однорідність складу групи за віком, висока поінформованість один про одного, високий рівень самоврядування, обмежений час існування. Усі ці особливості можуть бути пов'язані із міжособистісними конфліктами у цей період.

Методи дослідження. Мета проведення емпіричного дослідження полягала у виявленні особливостей застосування прийомів психодрами у вирішенні конфліктів у студентській групі.

Досягнення мети передбачало розв'язання наступних **завдань**: дослідити рівень конфліктності членів студентської групи; висвітлити особливості застосування психодраматичних технік при розв'язанні конфліктів у студентській групі.

Дослідження проводилось нами на базі Інституту природничо-географічної освіти та екології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. У дослідженні були задіяні

студенти першого та третього років навчання, загальною кількістю 44 студенти, а саме по 22 студенти на кожному курсі. Коротко охарактеризуємо використані методики. Для досягнення поставленої мети і розв'язання завдань дослідження нами використовувалися наступні **методики**: експрес-діагностика стійкості до конфліктів та експрес-діагностика поведінкового стилю у конфліктній ситуації.

Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження.

Коротко представимо результати проведеного дослідження конфліктів у студентських групах. Зокрема за результатами експрес-діагностики стійкості до конфліктів у студентів було виявлено наступне (Див. Рис. 1).

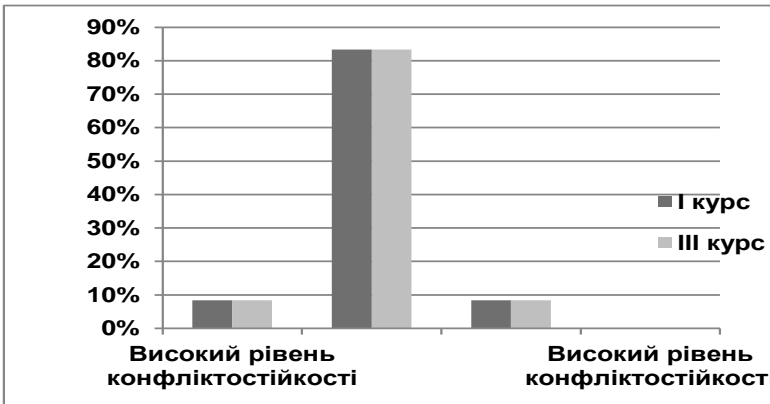


Рис. 1. Рівень конфліктності студентів

Як видно з наведених вище даних, відмінностей між показниками у студентів першого та третього року навчання не виявлено, що може бути пов'язано із відсутністю спеціальних занять впродовж навчання до третього курсу дисципліни «Конфліктологія» і відсутності цілеспрямованої діагностики рівня конфліктності та належних психологічних впливів на рівень конфліктності студентів. Водночас, слід відмітити, що переважання середнього рівня у більшості студентів (83,33% опитуваних) може пояснюватися тим, що у студентів викладають комплекс дисциплін психолого-педагогічного циклу, де передбачено проходження тренінгів та практичних, семінарських і лабораторних занять, які спрямовані на підвищення рівня комунікативної компетентності та самопізнання, що є передумовою для розвитку стійкості до конфліктів у переважній більшості досліджуваних. Виходячи з наведених вище даних, можна зробити висновок про те, що студентів із вираженою конфліктністю та високим рівнем конфліктності можна рекомендувати включити до психодраматичних груп з метою підвищення рівня стійкості до конфліктів.

Розглянемо результати дослідження вибору стратегій поведінки, до яких схильні досліджувані у конфліктних ситуаціях. Дані результати подано нижче у таблиці 1.

Таблиця 1

Стратегії поведінки у конфліктах

Стратегії поведінки	Студенти першого курсу	Студенти третього курсу
Суперництво	16,66%	0 %
Компромісний	66,66%	83,33 %
М'який	0%	0 %
Ухилення	0%	8,33 %
Співробітництво	16,66%	8,33%

Як видно з Таблиці 1, серед респондентів I-го курсу переважає компромісний стиль поведінки (66,66% досліджуваних).

Стиль компромісу полягає в розумінні учасників конфлікту, що вирішення спірного питання можливе тільки через взаємні поступки. Необхідним чинником використання даного стилю поведінки виступає не тільки можливість, але бажання кожної із сторін. Якщо вчинки носитимуть односторонній характер - це вже не буде компроміс. Тут необхідно не тільки відмовитися від частини своїх раніше заявлених вимог, але і визнати, хоч би частково, претензії іншої сторони.

Існує багато оцінок подібної поведінки, у тому числі і як поразка, що є серйозним упущенням. Найприйнятнішою оцінкою можна вважати варіант вдалого відступу або як останню можливість знайти вихід із складного становища. Даний стиль можна вважати і найбільш оптимальним у вирішенні конфліктів ще і тому, що через нього можливе, хоча і різною мірою, але задоволення обох сторін.

Однакові показники у першого курсу мають суперництво (16,66% опитуваних) та співробітництво (16,66% досліджуваних). Для стилю співробітництва характерна активна робота з вирішення проблеми, яка поєднує бажання максимально задовольнити як свої власні інтереси, так і інтереси іншої сторони. Стиль співробітництва бажано застосовувати тоді, коли обидві сторони-учасники конфлікту вважають його результат важливим для себе і не бажають ухилитися від його досягнення, коли є досить часу для роботи над проблемою, коли стосунки з іншою стороною мають тривалу попередню історію та перспективу на майбутнє, коли обидві сторони здатні до конструктивного діалогу та до спільної роботи, спрямованої на вироблення взаємоприйняттого рішення..

При схильності до суперництва – людина максимально орієнтована на перемогу в конфлікті і мінімально зважає на потреби інших. Сторона конфлікту, що застосовує стиль суперництва, намагається нав'язати іншим свій варіант вирішення спірних питань.

Власна перемога бачиться як поразка супротивника. На переговорах застосовується тактика тиску й погроз, робляться спроби поставити під сумнів компетентність опонентів, вишукується слабке місце в їхній аргументації, як правило, спостерігається схильність до безапеляційних заяв, негативного ставлення до тих, хто має іншу думку.

Студенти третього курсу також надають перевагу компромісу (83,33% досліджуваних). Це свідчить про те, що даний поведінковий стиль вони вважають найбільш ефективним у вирішенні конфліктних ситуацій у групі. Оскільки для них дуже важливими є міжособистісні стосунки, при вирішенні конфліктів респонденти намагаються задовольнити потреби кожного учасника, не втративши при цьому повагу та довіру інших членів групи.

Частині досліджуваних III-го курсу притаманний стиль співробітництва (8,33% опитуваних), що свідчить про потребу студентів підтримувати оптимальні стосунки з групою. Студенти, дотримуючись стилю «ухилення» (8,33% досліджуваних) прагнуть піти від конфлікту, показують свою позицію «над» ситуацією, що підкреслює їхню здатність подивитися на конфлікт «очима» зовнішнього спостерігача, який здатний спрогнозувати наслідки конфлікту. Ця стратегія може бути також доречною, якщо предмет розбіжностей не представляє для людини великої цінності, якщо ситуація може розв'язатися сама собою (це буває рідко, але все-таки буває), якщо зараз немає умов для ефективного розв'язання конфлікту, але через якийсь час вони з'являться.

Ухилення як стиль поведінки в конфліктах характеризується явною відсутністю залученості в конфліктну ситуацію, бажання співпрацювати з ким-небудь і прикласти активні зусилля для здійснення власних інтересів, так само як піти назустріч опонентам; прагненням вийти з конфліктного поля, піти від конфлікту.

Ухилення буває виправданим в умовах міжособистісного конфлікту, що виникає із причин суб'єктивного, емоційного порядку. Цей стиль звичайно використовують реалісти по натурі. Люди такого складу, як правило, тверезо оцінюють переваги й слабості позицій конфліктуючих сторін. Навіть будучи зачепленими за живе, вони остерігаються безоглядного встрявання в «бійку», не поспішають приймати виклик на загострення зіткнення, розуміючи, що нерідко єдиним засобом виграшу в міжособистісній суперечці виявляється ухилення від участі в ньому. Якщо конфлікт виник на об'єктивній основі, то в такій ситуації відхилення й нейтралітет можуть виявитися неефективними, оскільки спірна проблема зберігає своє значення, причини, що її породили, самі собою не відпадають, а ще більше збільшуються.

Отже, для респондентів першого та третього курсів характерними є такі стилі поведінки у конфліктних ситуаціях, як компроміс, співробітництво, ухилення та суперництво. М'який стиль вирішення конфлікту студентам обох курсів не притаманний.

Висновки. Оскільки конфлікти завжди пов'язані із зіткненням інтересів, поглядів людей, у їхньому зародженні, розвитку й розв'язанні величезну роль відіграє психологічний фактор. Починаючи з 60-х років опубліковано досить багато робіт, присвячених психологічній проблематиці конфліктів й особливостям їхнього психологічного вивчення. За допомогою психодрами у студентській групі пропрацьовуються різні техніки з подолання конфліктів. Це один з найефективніших методів у сучасній практичній психології. Психодраматичний метод не лише допомагає вирішити проблемні ситуації у групі, а й налагодити сприятливий психологічний клімат та дає можливість побачити окремих членів групи не лише в міжособистісних стосунках, а й у процесі виконання певної соціальної ролі. Психодрама оптимізує взаємини у групі завдяки об'єктивуванню прихованих емоцій (особливо негативних), які гальмували інтеграційні процеси. Сприяє розвитку спонтанності відносин, і кожен набуває здатності «взути чужі чоботи» й таким чином зрозуміти почуття, переживання й думки інших.

Список використаних джерел:

1. Кипнис М. Драматерапия. Театр как инструмент решения конфликтов и способ самовыражения / М. Кипнис. – М.: Владос, 2002. – 216 с.
2. Лейтц Г. А. Психодрама: теория и практика. Классическая психодрама Я. Л. Морено / Г. А. Лейтц ; пер. с нем. А. М. Боковой ; общ. ред. и предисл. Е. В. Лопухиной, А. Б. Холмогоровой. – М. : «Прогресс», «Универс», 1994. – 352 с.
3. Уткин Е. А. Конфликтология. Теория и практика / Е. А. Уткин. – М. : Экмос, 1998. – 168 с.
4. Фетискин Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М. : Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490 с.

REFERENCES:

1. Kipnis, M. (2002). *Dramoterapiia. Teatr kak instrumnt reshenija konfliktov i sposob samovyrazheniia [Dramaterapiya. The theater as an instrument of conflict resolution and a way of expression]*. Moscow: Vlados [in Russian].
2. Leutz, G.A. (1994). *Psychodrama: Theory and Practice: The Classical Psychodrama According to J.L. Moreno*. E. V. Lopukhinoi & A. B. Kholmohorovoi (Ed.). (A. M. Bokovikova, Trans). Moscow: «Prohress», «Unyvers» [in Russian].
3. Utkin, E.A. (1998). *Konfliktolohiia. Teoriia i praktika [Conflictology. Theory and practice]*. Moscow: Ekmos [in Russian].

4. Fetiskin, N.P., Kozlov, V.V., & Manuilov, G.M. (2002). *Sotsialno-psihologicheskaja diahnostika razvitiia lichnosti i malyh hrupp* [Socio-psychological diagnosis development of a personality and small groups]. Moscow: Izd-vo Instituta Psihoterapii [in Russian].

Некиз Т. А. Потенциал психодрамы при решении конфликтов в студенческом возрасте. В статье освещены особенности применения психодрамы в процессе разрешения конфликтов в студенческом возрасте. Обоснованно целесообразность его применения при возникновении конфликтов в студенческой группе и осознании доминирующих стратегий поведения в конфликте студентов. Охарактеризованы стили конфликтного поведения и предпосылки создания и поддержки в отношениях между людьми высокой культуры общения, взаимопонимания и сотрудничества, функционального и социального партнерства. Эмпирическим путем выявлено средний уровень конфликтности студентов I-го и III-го курсов, а также динамику в стратегиях поведения в конфликте на различных курсах обучения. Раскрыты возможности влияния на конфликтологическую компетентность студентов.

Ключевые слова: конфликт, психодрама, стиль поведения, групповая психотерапия, студенческая группа.

Nekiz T. A. Psychodrama's power for resolving of conflicts during the student's age. The article reveals the peculiarities of psychodrama using for resolving of conflicts during the student age. The practicability of its use in the case of a conflict in a student group is substantiated and dominant behavioural strategies at conflicts between students are discussed.

Conflict behaviour styles are described as well as prerequisites for formation and support of highly cultural dialogue between people, mutual understanding and cooperation, functional and social partnership.

The average levels of student's conflicts at the first and third academic years were determined empirically, as well as the dynamics of behavioural strategies during conflicts arisen at various academic years. Interpretation of the obtained data was done in the context of capable influence of special courses taught to students-psychologists and aimed at conflict competence development. However, lack of such competence at the students - chemists, biologists, geographers, – in turn, raises the issue to introduce the special courses for students – non-psychologists to improve their conflict knowledge and communicative culture.

The article reveals the capabilities of psychodrama as one of the most powerful resource and a modern method for conflict resolving in student groups, because psychodrama is one of the first methods of group psychotherapy aimed at studying of personal problems, the nature of conflicts, dreams, fears and fantasies.

Key words: conflict, psychodrama, behavioural style, group psychotherapy, student group.