

## ШЛЯХИ ОПТИМІЗАЦІЇ ВЗАЄМОДІЇ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ З БАТЬКАМИ У КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ ЗАСОБАМИ ТРЕНІНГУ

## WAYS OF OPTIMIZATION THE INTERACTION OF YOUNGER ADOLESCENTS WITH PARENTS IN CONFLICT SITUATIONS THROUGH TRAINING

У статті представлено результати теоретичного та емпіричного аналізу проблеми оптимізації взаємодії молодших підлітків з батьками у конфліктних ситуаціях засобами тренінгу. Сформульовано мету статті, яка полягає у емпіричному дослідженні ефективності використання тренінгового підходу до оптимізації взаємодії підлітків з батьками у конфліктних ситуаціях та теоретичній розробці програми налагодження їх стосунків.

Розкрито шляхи оптимізації відносин, налагодження взаєморозуміння, мотивування до вибору конструктивних способів взаємодії під час виникаючих конфліктів у системі «батьки і діти». Подано діагностичну технологію та проаналізовано результати дослідження, зокрема: визначено думки підлітків про виховні стилі своїх батьків; ставлення батьків до дітей та порівняння їх результатів із результатами опитування учнів підліткового віку; здійснено аналіз проявів конфліктності поміж молодшими підлітками та їх батьками.

Встановлено, що конфлікти підлітків та батьків обумовлені деструктивністю сімейних відносин, недоліками у вихованні; нестійкістю батьківського ставлення; неповагою прав на самостійність; надмірним батьківським контролем; індивідуально-психологічними властивостями особистості як батьків, так і дітей. Виявлено, що підліткам властиві такі особистісні характеристики як емоційна нестійкість, вибуховість, знижена контрольованість своїх дій та вчинків, що може призводити до конфліктів з батьками.

Обґрунтовано використання у тренінговій програмі методів та прийомів роботи: інформаційних повідомлень, дискусій, рольових ігор; психологічних вправ з ознайомлення і відпрацювання технік безконфліктного спілкування; вправ-активізаторів, енерджайзерів, релаксацій, вправ на рефлексію; арт-терапевтичних методів зниження емоційного напруження і вивільнення особистісної енергії. Ефективність тренінгової програми передбачає зниження конфліктності під час взаємодії батьків та їх дітей-підлітків, розвиток комунікативних навичок дорослих і підлітків, налагодження їх гармонійної взаємодії.

**Ключові слова:** конфліктні ситуації, конфлікостійкість, молодші підлітки, тренінг, тренінгові технології.

The article presents the results of theoretical and empirical analysis of the problem of optimizing the interaction between young adolescents and their parents in conflict situations through training. The purpose of the article is to conduct an empirical research of the effectiveness of a training strategy to improve adolescents' interactions with their parents in conflict situations as well as the theoretical development of a program to establish their relationship.

Ways to optimize relations, establish mutual understanding, motivation to choose constructive ways of interaction during emerging conflicts in the system "parents and children" are revealed. The diagnostic technology is presented and the results of the research are analyzed, in particular: there were determined the opinions of teenagers about the educational styles of their parents; the results of parents' attitude to children were compared with the results of the survey of adolescent students; the analysis of conflict manifestations between younger adolescents and their parents was carried out.

It is established that the conflicts between adolescents and parents are due to the destructiveness of family relationships, shortcomings in education; instability of parental attitude; disrespect for the right to independence; excessive parental control; individual psychological characteristics of both parents and children. It was found that adolescents have such personal characteristics as emotional instability, explosiveness, reduced control over their actions and deeds, which can lead to conflicts with parents.

The use of methods and techniques of work in the training program is substantiated: information messages, discussions, role-playing games; psychological exercises to get acquainted with and practice techniques of conflict-free communication; activator exercises, energizers, relaxation, reflection exercises; art-therapeutic methods to reduce emotional stress and release personal energy. The effectiveness of the training program involves reducing conflict in the interaction between parents and their adolescent children, the development of communication skills of adults and adolescents, establishment of their harmonious interaction.

**Key words:** conflict situations, conflict resilience, younger teenagers, training, training technologies.

УДК 159 964.21

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.37.23>

### Ніколаєв Л.О.

к.психол.н.,  
доцент кафедри психології  
Університет Григорія Сковороди  
в Переяславі

### Чижма Д.М.

к.психол.н.,  
доцент кафедри психології  
Університет Григорія Сковороди  
в Переяславі

### Шамардак Ю.А.

старший викладач кафедри психології  
Університет Григорія Сковороди  
в Переяславі

### Актуальність проблеми дослідження.

На сучасному етапі розвитку суспільства проблема взаємодії підлітків з батьками загострюється внаслідок значного психоемоційного напруження дорослих і дітей, що виникає під дією негативних чинників середовища: світової пандемії Covid-19, зміни у соціально-економічному устрої суспільства, воєнний стан на території України. Все це змушує змінювати звичний уклад життя, пристосовуватися до

різних обмежень. Внаслідок впливу пандемії та війни і діти, і батьки мають адаптуватися до нового формату дистанційного навчання в підлітків та он-лайн роботи у батьків, необхідності знаходитися вдома, що змушує миритися із постійною присутністю відволікаючих факторів. Також внаслідок цих обмежень у багатьох сім'ях значно знизився рівень матеріального забезпечення, що провокує нестійкий емоційний стан батьків і побічно впливає на дітей-під-

літків, які відчувають депривацію через неможливість задовольнити свої потреби в спілкуванні з друзями, отримання люблячої підтримки з боку батьків, а також фрустрацію через обмеження своїх бажань і прагнень в отриманні нових речей, пристроїв тощо.

**Аналіз основних досліджень і публікацій.** Психологічні особливості взаємодії підлітків з батьками описуються у дослідженнях О. Близнюкової [2], О. Жизномірської [5], Л. Кондрацької [6], Г. Кошонько [8], Г. Лазос [9], В. Павелківа [13], В. Сутчук [16], О. Чайковської [19], Г. Шульги [20], Т. Яновської [21] та ін.

На сучасному етапі розвитку науки особистісний розвиток підлітків та їх особливості взаємодії з однолітками висвітлюються у працях І. Булах [3], Т. Титаренко [17] та ін.

Ефективність використання тренінгових технологій з метою розвитку та вдосконалення психологічних аспектів життєдіяльності особистості викладено в працях С. Алмаші [7], І. Корнієнко [7], К. Мілютіної [11], Л. Ніколаєва [12], Т. Цюман [18] та ін.

**Мета статті** полягає в емпіричному дослідженні ефективності використання тренінгового підходу до оптимізації взаємодії підлітків з батьками у конфліктних ситуаціях та теоретичній розробці програми налагодження їх стосунків.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Сьогодні існує достатній обсяг науково-психологічних досліджень, присвячених взаєминам у системі «батьки і діти». Проте хочемо зазначити, що особливого вивчення потребує методичне обґрунтування психологічної роботи з дітьми молодшого підліткового віку та їх батьками в умовах, які склалися на рубежі 2020-2022 років для оптимізації відносин, налагодження взаєморозуміння, мотивування до вибору конструктивних способів виникаючих конфліктів.

Для вивчення психологічних особливостей взаємодії молодших підлітків з батьками у конфліктних ситуаціях було проведено емпіричне дослідження. Вибірку опитуваних склали 30 учнів 6-х класів (віком від 12 до 13 років) та їх батьків (47 осіб). Використано наступні психодіагностичні методики: опитувальник «Підлітки про батьків» (Е. Шафер, модифікація З. Матейчика, П. Ржичана); «Тест батьківського ставлення» (А. Варга й В. Століна); «Методика дослідження стилю поведінки в конфлікті» (К. Томас, адаптація Н. Гришиної); «Визначення рівня конфліктостійкості» (М. Фетіскін, Г. Мануйлов).

За отриманими результатами дослідження, насамперед було визначено думку підлітків про виховні стилі своїх батьків. За оцінками 40 % молодших підлітків, в їх батьків проявляється позитивний інтерес у ставленні до дітей,

що є найбільш оптимальним і свідчить про гармонійне виховання дітей. Однак, для третини підлітків характерні оцінки таких негативних проявів батьківського ставлення, як: автономність, коли батьківські обов'язки виконуються формально і часто проявляється байдужість у ставленні до дитини (36,7 %); непослідовність, що значить використання різних стилів виховання – від гіперопіки до байдужості, від гуманного до жорстокого ставлення, застосування заборон чи покарань (33,3 %). Ще у 26,7 % батьків молодших підлітків виявлено директивність, схильність до наказів і жорстокого контролю, заборон, обмежень, покарань. У 23,3 % батьків підлітків, на думку учнів, спостерігається відкрита ворожість, агресивність, насильство у ставленні до своїх дітей.

Для перевірки достовірності отриманих даних було організовано тестування батьків молодших підлітків щодо проявів їх ставлення до дітей та порівняно із результатами опитування учнів. За ствердженням батьків, їх ставлення до дітей є оптимальним, переважно позитивним. Зокрема, більшість батьків мають високі показники прийняття дитини (75 %), кооперації (66,7 %), низькі показники контролю (66,7 %) та ставлення до невдач дитини (58,3 %), що є позитивною характеристикою міжособистісних відносин між ними.

Однак молодші підлітки гірше характеризують відносини зі своїми батьками. Так, вони відзначають переважання низького рівня кооперації (66,7 %), симбіозу (63,3 %), високі значення контролю (73,3 %), негативного ставлення до дитини у випадку невдач (50 %) та відкидання дитини (50 %).

При цьому, аналізуючи стилі поведінки молодших підлітків та їх батьків у конфліктних ситуаціях, ми встановили, що переважна більшість молодших підлітків обирають стратегію боротьби при вирішенні конфліктів (33,3 %). Також досить значна частина учнів мають перевагу вибору співробітництва та компромісу (по 20 %). А для батьків молодших підлітків власне переважання вибору співробітництва та компромісу (по 30 %). Однак, також досить значна частина досліджуваних даної групи обирають конкурентний стиль вирішення конфлікту (16,7 %). Виявлено закономірність, коли у дітей батьків, що обирають суперницький стиль, спостерігаються стилі боротьби і пристосування. А в дітей батьків, схильних до співробітництва і компромісу, виявлено переважні вибори компромісних рішень конфліктів.

Проаналізовано прояви конфліктостійкості молодших підлітків та їх батьків. Встановлено, що переважаюча більшість підлітків мають дуже низький рівень конфліктостійкості (33,3 %), вони не вміють опиратися конфліктам і нездатні вирішувати їх мирним шляхом. По 20 % підлітків мають низький і середній

рівні конфліктостійкості. І тільки 26,7 % учнів характеризуються високим рівнем конфліктостійкості, що вказує на їх здатність розпізнавати конфлітогени, адекватно на них реагувати, готовність до мирного розв'язання проблемних ситуацій. Серед батьків підлітків помітна переважаюча більшість, яка має високий рівень конфліктостійкості (38,3 %). Ці опитувані готові до конструктивного вирішення виникаючих проблем, здатні до швидкої мінімізації наслідків конфліктів у міжособистісних відносинах з іншими людьми. У 20 % батьків підлітків виявлено середній рівень конфліктостійкості, і ще в 21,7 % – низький. При цьому також виявлено закономірні прояви низької конфліктостійкості у підлітків, чиї батьки мають такий самий низький її рівень. А в дітей батьків, які мають високий рівень конфліктостійкості, констатовано високий і середній рівні. Таким чином, було встановлено, що якість міжособистісних відносин молодших підлітків і батьків значно залежить від особистісної конфліктостійкості дорослих та обраних ними стилів поведінки у конфліктних ситуаціях. Адже, не маючи достатнього досвіду з вирішення конфліктів, підлітки найчастіше опираються на вже засвоєні моделі поведінки, які їм демонструють батьки.

На основі отриманих результатів встановлено, що особливості взаємодії підлітків з батьками характеризуються переважанням досить гармонійного стилю спілкування з близькими і рідними, проте, в деяких випадках включають в себе незначну частку конфліктності. При цьому, психологічну розвивальну роботу з оптимізації відносин молодших підлітків з батьками доцільно проводити як з учнями, так і з їх батьками, що забезпечить комплексний підхід до вирішення цієї проблеми.

Опрацювавши дані емпіричного дослідження, було встановлено потребу проведення психологічної роботи для оптимізації взаємодії підлітків з батьками у конфліктних ситуаціях.

За свідченням Н. Бісик, розвитку конструктивних навичок взаємодії підлітків сприяють наступні види робіт:

- розв'язування життєвих ситуацій з проблем міжособистісного спілкування (моделювання проблемних ситуацій, спостереження за взаєминами інших, аналіз ситуацій власних взаємин із іншими), вони сприяють розвитку аналітичних умінь, оцінки власної поведінки, виробленню ефективної стратегії взаємодії;

- застосування системи навчально-рольових (ділових) ігор: дискусії, учнівські наради, симпозиуми, семінари, етичні суди тощо. Гра дозволяє діагностувати стан підлітків, навчати їх творчій взаємодії, вчити розробляти і вибудовувати концепції взаємин, уживатися в різні ситуації та рольові позиції; аналізувати і зна-

ходити вихід із проблемних ситуацій; набувати навичок взаємодії з групою і в групі; розвиває почуття спільності, єдності, відповідальності, формує навички етичної взаємодії. Важливим є застосування системи спеціальних вправ на самоаналіз, самоусвідомлення підлітками своєї особистості;

- вправи-з'ясування проблеми: мозковий штурм, есе, нариси, «Акваріум»;

- творчі лабораторії: вироблення кодексів, декларацій, складання різного роду карт, правил тощо;

- вправи-тренінги, які дозволяють виробити певні навички взаємодії з іншими людьми, самоконтролю своїх емоцій, станів, поведінки [1, с. 219].

На думку Н. Бісик, обов'язковими умовами проведення занять є: атмосфера психологічного комфорту і розкутості; особистісно орієнтований підхід; включення дітей у творчий процес заняття; спонукання підлітків до самостійних пошуків нестандартних способів розв'язання проблем, які виникають у взаєминах із іншими; створення ситуації успіху для кожної дитини [1, с. 219].

Основне терапевтичне завдання полягає в емоційному переживанні конфліктних ситуацій у групі і дезактуалізації загрожуючих образів (чинників, що викликають агресію) за допомогою умовного зображення їх у грі, вправах та обговореннях. У результаті, підлітки здобувають навички адаптивної поведінки, корегуються негативні риси їх характеру, стає більш адекватною їх соціалізація.

Таким чином, для досягнення розвитку конструктивних навичок взаємодії з оточуючими із підлітками потрібно проводити психологічні заняття, залучати їх до виконання спеціальних вправ та завдань, застосовувати активні методи їх психологічного навчання.

Проаналізувавши особливості проведення психологічної роботи з підлітками для налагодження оптимальної взаємодії з іншими, вирішення конфліктних ситуацій у взаєминах з батьками, перейдемо до розробки занять. На основі аналізу практичних напрацювань методистів і психологів (Т. Воронцової [4], Г. Марасанова [10], Г. Радчук [14], Л. Скібіцької [15], Т. Яновської [21] та ін.) було складено два блоки занять даної програми.

*Програма занять для оптимізації взаємодії підлітків з батьками у конфліктних ситуаціях*

Мета: знижувати конфліктність взаємодії між батьками та їх дітьми-підлітками, оптимізувати розвиток безконфліктної поведінки особистості дорослих та підлітків; сприяти розвитку комунікативних навичок дорослих і підлітків, налагодити їх гармонійну взаємодію.

Завдання:

- знизити конфліктність особистості як дорослих, так і підлітків;

- створити умови для зниження особистісної тривожності, виявів негативної емоційності (роздратованості, агресивності) у відносинах між підлітками і їх батьками;

- сприяти встановленню гармонійних стосунків між батьками та дітьми-підлітками;

- оптимізувати уявлення підлітків про себе, про оптимальність безконфліктної поведінки у стосунках з оточуючими;

- розвивати комунікативні навички підлітків та батьків, вчити технікам активного слухання і перефразування;

- сприяти підвищенню самооцінки та впевненості в собі як у підлітків, так і в їх батьків, забезпечити умови для формування позитивного самоставлення учасників психологічної програми занять.

Структура: 6 занять, поділених на два блоки – заняття для підлітків, заняття для їх батьків.

Основні методи і прийоми роботи: інформаційні повідомлення, дискусії, рольові ігри; психологічні вправи з ознайомлення і відпрацювання технік безконфліктного спілкування; вправи-активізатори, енерджайзери, релаксації, вправи-рефлексії; арт-терапевтичні методи зниження емоційного напруження і вивільнення особистісної енергії.

*I блок занять – для підлітків*

*«Зниження конфліктності підлітків у взаємодії з батьками»*

*Заняття № 1. «Я особливий».*

Мета: визначення стилю реагування в конфліктних ситуаціях; зниження протиріч; навчання способам самоконтролю, прийомам психоемоційної саморегуляції; створення умов для свідомого прийняття підлітками відповідальності за розвиток свого «Я» і відносин з іншими людьми за межами групи.

*Заняття № 2. «Я ефективний».*

Мета: зниження конфліктності підлітків; навчання способам ефективного поведінки в конфліктних ситуаціях; створення умов для свідомого прийняття підлітками відповідальності за розвиток міжособистісних відносин з іншими людьми (батьками та однолітками); розвиток навичок самопізнання, уміння аналізувати себе й інших у ситуаціях спілкування; розвивати комунікативні навички підлітків.

*Заняття № 3. «Я асертивний».*

Мета: зниження внутрішньоособистісних протиріч і емоційної напруги; формування реалістичних уявлень про себе, адекватної самооцінки, уміння дивитися на себе очима інших людей; розвиток навичок самопізнання, комунікативних вмінь, здатності висловлювати свої думки; формування поваги до інших, толерантності у відносинах з оточуючими.

*II блок занять – для батьків*

*«Оптимізація безконфліктних взаємин з дітьми-підлітками»*

*Заняття № 1. «Я вмію спілкуватися з дитиною»*

Мета: виявлення ступеня авторитарності батьківського стилю спілкування; зниження емоційного напруження; розвиток навичок оптимізації емоційного стану партнера по бесіді; знайомство з основними техніками слухання і зниження напруження; формування поваги до дітей як до співрозмовників.

*Заняття № 2. «Я вчуся керувати емоціями»*

Мета: зниження емоційного напруження, конфліктності, тривожності; ознайомлення із сутністю емоційної саморегуляції; розвиток навичок безконфліктного спілкування; ознайомлення із забороненими словами у взаємодії з дітьми; формування поваги до співрозмовників.

*Заняття № 3. «Я поважаю свою дитину»*

Мета: оптимізація уявлень про особливості міжособистісних взаємовідносин батьків і дітей, налаштування на гармонійне сприйняття батьками підлітків, сприяння переоцінці своїх педагогічних здібностей; формування поваги до дітей.

Отже, для психологічної роботи розроблено та рекомендовано тренінговий курс «Програма занять для оптимізації взаємодії підлітків з батьками у конфліктних ситуаціях», що має на меті: знижувати конфліктність взаємодії між батьками та їх дітьми-підлітками, оптимізувати розвиток безконфліктної поведінки особистості дорослих та підлітків; сприяти розвитку комунікативних навичок дорослих і підлітків, налагодити їх гармонійну взаємодію.

**Висновки.** Розглянуто психологічні особливості міжособистісних конфліктів у взаєминах підлітків з батьками. Конфлікти підлітків з батьками виникають у результаті зовнішніх та внутрішніх протиріч; зіткнення протилежно спрямованих інтересів близьких людей. При цьому конфлікти підлітків та батьків обумовлені деструктивністю сімейних відносин, недоліками у вихованні; нестійкістю батьківського ставлення; неповагою прав на самостійність; надмірним батьківським контролем; індивідуально-психологічними властивостями особистості як батьків, так і дітей. Виявлено, що підліткам властиві такі особистісні характеристики, як емоційна нестійкість, вибуховість, знижена контрольованість своїх дій та вчинків, що може призводити до конфліктів з батьками.

На підлітків особливо впливає стиль їх стосунків з батьками (надмірна опіка (гіперопіка), авторитарний, ліберальний, демократичний), кожен з яких має виразний вияв у конфліктних видах взаємодії. Складним є вплив не послідовного стилю, що викликає суперечливі емоції і тенденції в поведінці дітей та загострює їх відносини з батьками.

Емпірично досліджено психологічні особливості взаємодії молодших підлітків з бать-



ками у конфліктах. У 40 % батьків, за оцінками молодших підлітків, проявляється позитивний інтерес у ставленні до дітей. Однак, для третини підлітків характерні оцінки таких негативних проявів батьківського ставлення, як: автономність, коли батьківські обов'язки виконуються формально; непослідовність; директивність, схильність до наказів і жорсткого контролю. У 23,3 % батьків підлітків, на думку учнів, спостерігається відкрита ворожість, агресивність, насильство у ставленні до своїх дітей.

Відповідно до отриманих результатів, було встановлено потребу з проведення психологічної роботи з підлітками та їх батьками й розроблено програму спрямовану на оптимізацію міжособистісних відносин та зменшення прояву конфліктності.

Перспективи подальших науково-практичних пошуків з ефективності використання тренінгових програм у даному напрямі полягають в розробці і апробації сучасних методик задля побудови гармонійних батьківсько-дитячих стосунків.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Бісик Н. М. Інноваційні технології у вихованні культури взаємин старших підлітків. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2005. Вип. 24. С. 217-220.
2. Близнюкова О. М. Психологічний аналіз чинників кризи підліткового віку. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць КПНУ ім. І. Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. 2010. Вип. 8. С. 66-75.
3. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи: монографія. Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с.
4. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. Вчимося жити разом. Посібник для вчителя з розвитку соціальних навичок у курсі «Основні здоров'я» (основна і старша школа). Київ. Видавництво «Алатон», 2016. 376 с.
5. Жизномірська О. Я. Консультування батьків і вчителів з питання оптимізації розвитку самоствердження особистості підліткового віку. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць К-ПНУ ім. І. Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2014. Вип. 23. С. 182-192.
6. Кондрацька Л. В. Сімейні конфлікти як фактор емоційного вигорання у підлітків: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Київ, 2009. 22 с.
7. Корнієнко І.О., Алмаші С.І. Методологія проведення тренінгів: курс лекцій з дисципліни для студентів денної та заочної форми навчання спеціальності 053 «Психологія»: МДУ, 2016. 60 с.

8. Кошонько Г. А. Особливості емоційних взаємин батьків та дітей-підлітків. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Деструктивні емоційні стани учнів: генеза, психологічні механізми, профілактика та корекція» (20 листоп. 2012 р.)*. Вінниця: ВОІПОПП, 2012. С. 61-66.

9. Лазос Г. Негативні переживання підлітків у взаємостосунках із батьками: Глибини аспекти їх виникнення та принципи психокорекції. *«Освіта регіону. Політологія, психологія, комунікації» : Український науковий журнал*. 2011. № 2. С. 234-244.

10. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг. М.: Когито-Центр, 2007. 93 с.

11. Мілютіна К.Л. Теорія і практика психологічного тренінгу. Київ. МАУП, 2004, 192 с.

12. Ніколаєв Л.О. Соціально-психологічний тренінг як ефективний засіб розвитку асертивності. *Вісник Чернігівського педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка* : зб. наук. пр. : у 2-х т. Чернігів : ЧДПУ, 2009. Вип. 74. Том 2. Психологічні науки. С. 59-62

13. Павелків В. Р. Феномен підліткової агресивності як соціально-психологічна проблема. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2009. Вип. 4. С. 271-282.

14. Радчук Г.К., Тіунова О.В. Сімейне виховання. Освітній тренінг для батьків: навчально-методичний посібник. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2008. 120 с.

15. Скібіцька Л.І. Кофліктологія. Навч. пос. Київ: Центр учбової літератури, 2007. 384 с.

16. Сутчук В. Вплив сім'ї на формування особистості підлітка: Виступ на батьківських зборах. *Психолог*. 2013. Вип. 18 (522). С. 19-23.

17. Титаренко Т. Такие разные дети. Изд. 2-е, испр. и доп. Харьков, Белгород : КСД, 2016. 320 с.

18. Цюман Т. П. Формування культури життєвого самовизначення старшокласників засобами освітнього тренінгу: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05. Київ, 2008. 221 с.

19. Чайковська О. М. Психологічні особливості конфліктності особистості у підлітковому віці. *Проблеми сучасної педагогічної освіти. Педагогіка і психологія*. 2013. Вип. 38 (1). С. 251-257.

20. Шульга Г. Б. Психологічні аспекти впливу міжособистісних конфліктів на розвиток особистості підлітка. *Проблеми загальної та педагогічної психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПНУ*. 2012. Т. XIV, Ч. 1. С. 386-392.

21. Яновська Т. А. Психологічні особливості прояву конфліктів між підлітками та батьками. *Проблеми загальної та педагогічної психології: Збірник наукових праць інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПНУ*. 2017. Т. XII. Ч.5. С. 349-355.