

Міністерство освіти і науки України
Сумський державний університет
Факультет іноземної філології та соціальних комунікацій
Кафедра психології, політології та соціокультурних технологій

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
здобувача ступеня бакалавра психології

Максимовича Романа Олександровича

за темою

«Конформність і незалежність у студентів з різними груповими ролями»

(галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»,
Спеціальність 053 «Психологія»)

Науковий керівник:

Кандидат психологічних наук,
доцент кафедри ППСТ, доцент
Тарасова Тетяна Борисівна

(науковий ступінь, посада, вчене звання,
прізвище, ім'я, по батькові)

Суми 2022

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ КОНФОРМНОСТІ, НЕЗАЛЕЖНОСТІ ТА ГРУПОВИХ РОЛЕЙ У СТУДЕНТІВ	9
1.1. Поняття конформності та незалежності у психологічній літературі	9
1.2. Поняття групових ролей у психологічній літературі.....	18
1.3. Умови виникнення та прояви конформності і незалежності у студентів ...	28
Висновки до розділу 1.....	34
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОНФОРМНОСТІ ТА НЕЗАЛЕЖНОСТІ У СТУДЕНТІВ З РІЗНИМИ ГРУПОВИМИ РОЛЯМИ	36
2.1. Організація та методи емпіричного дослідження конформності і незалежності у студентів з різними груповими ролями.....	36
2.2 Аналіз результатів дослідження конформності і незалежності у студентів з різними груповими ролями.....	38
Висновки до розділу 2.....	44
РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ ВИСОКОГО РІВНЯ КОНФОРМНОСТІ СТУДЕНТІВ.....	46
3.1. Особливості корекції високого рівня конформності методами когнітивно- поведінкової та арт терапії	46
3.2. Програма корекції високого рівня конформності студентів	49
3.3. Апробація програми корекції високого рівня конформності студентів	73
Висновки до розділу 3.....	76
ВИСНОВКИ	77
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	79

Анотація

Кваліфікаційна робота здобувача ступеня бакалавра включає в себе теоретичне дослідження науково-психологічної літератури та попередньо проведених досліджень на тему конформності і незалежності у студентів з різними груповими ролями.

Підібрано методики для дослідження рівня конформності і незалежності особистості та визначення притаманних групових ролей. Було проведено й проаналізовано результати дослідження рівнів конформності і незалежності та групових ролей, у якому взяла участь збірна група студентів. Підібрано ефективні напрямки психотерапії для корекції високого рівня конформності. Аргументовано використання когнітивно-поведінкового і арт-терапевтичного напрямків психології для корекції високого рівня конформності.

Розроблено програму корекції високого рівня конформності студентів за допомогою методів когнітивно-поведінкового та арт-терапевтичного напрямків психології.

Ключові слова: конформність, незалежність, групові ролі, навіюваність, конформізм, студенти, тенденція поведінки, психологічний тренінг, когнітивно-поведінкова терапія, арт-терапія.

Abstract

The qualifying work of the bachelor's degree includes a theoretical study of scientific and psychological literature and previous research on the topic of conformity and independence of students from the higher educational institutions with different group roles.

Methods for studying the level of conformity and independence of the individual and determining the inherent group roles are selected. The results of the study of the

levels of conformity and independence and group roles, in which a group of students from the higher educational institutions took part, were conducted and analyzed. Effective directions of psychotherapy for correction of a high level of conformity are selected. The use of cognitive-behavioral direction of psychology for the correction of a high level of conformity is argued.

The correction program of student's high level conformity of higher educational institutions by means of cognitive-behavioral and art-therapeutic directions of psychology is developed.

Key words: conformity, independence, group roles, suggestion, conformism, students, tendency of behavior, psychological training, cognitive-behavioral therapy, art therapy.

ВСТУП

Актуальність дослідження: велика роль у житті людини належить її здатності набувати знань та ставлень завдяки власному дослідженню реальності. Проте феномен конформізму, що постійно нагадує про себе властивою людині конформністю, перешкоджає активному засвоєнню життєвого досвіду замінюючи його пасивним, значно легшим. Іноді помітити власну конформність легко, проте як тільки вона перетворюється на стійку рису особистості, то непомітно для людини, стає невід'ємною частиною її життя. Також важливою частиною життя особистості є соціальні контакти, які зазвичай відбуваються у невеликих групах, в яких людям природньо займати певні ролі, кількість яких обмежена. Оскільки найбільш функціональні групи складаються з людей що виконують різні ролі, стає важливим прагнути потрапити в групу з найбільшою кількістю різноманітних ролей, чому і заважає конформність. Тож аби розуміти, з чим кожен з нас вимушений стикатися у соціумі і чого саме слід остерігатися, а що піде на користь, була обрана дана тема дослідження.

Мета дослідження: визначення конформності та незалежності як соціально психологічних властивостей особистості, їх зв'язку з груповими ролями студентів, на основі чого обґрунтування та розробка програми корекції високого рівня конформності.

Об'єкт дослідження: конформність і незалежність як соціально психологічні властивості особистості студентів.

Предмет дослідження: конформність і незалежність у студентів з різними груповими ролями.

Завдання дослідження:

1. Визначити теоретичні засади вивчення незалежності, конформності та групових ролей у студентів.

2. Емпірично дослідити прояви у студентів конформності і незалежності та встановити їх зв'язок з груповими ролями.

3. Обґрунтувати, розробити та апробувати програму корекції підвищеного рівня конформності студентів.

Гіпотеза дослідження: студентам з різним рівнем конформності та незалежності будуть притаманні різні групові ролі, а групова роль «Голови» (за тестом «Групові ролі» Р.М. Белбіна) буде притаманна студентам з сильним і слабким конформізмом, високим рівнем незалежності.

Методи дослідження. Теоретичні методи дослідження: аналіз, синтез і порівняння літератури на тему конформності, незалежності та групових ролей.

Емпіричні методи дослідження: опитувальник та тести. Зокрема - психодіагностичні методики: особистісний опитувальник «Конформність-навіюваність» В. Клаучека та В. Деларю 1997 р.; тест «Q-сортування: діагностика основних тенденцій поведінки у реальній групі» В. Стефансона 1958 р.; тест «Групові ролі» Р.М. Белбіна 1993 р.

Математико-статистичні методи: методи описової статистики, абсолютні та відносні частоти; коефіцієнти зв'язку: кореляційний аналіз.

Методи активного психологічного впливу: психологічна корекція у тренінговій групі спрямована на розвиток перцептивних, інтеракційних здібностей, що поліпшують здатність людини до внутрішньогрупової комунікації, забезпечує її особистісне зростання та передбачають подолання певних відхилень у поведінці та діяльності людини засобами вивчення індивідуальних особливостей особистості, їх відповідності вимогам навколишнього соціального середовища, виявлення і подолання існуючих суперечностей, розробки програми зміни способу життя, перетворення в ході самопізнання і самовиховання, розвитку здатності до саморегуляції.

Теоретична значущість дослідження: узагальнення й розширення уявлень щодо конформності, незалежності та групових ролей, які найчастіше зустрічаються у студентів.

Практична значущість дослідження: використання результатів даного дослідження в інших наукових роботах, використання програми корекції високого рівня конформності студентів в практичній діяльності психологів.

Апробація програми корекції: усього було проведено 5 тренінгових занять, учасниками виступали студенти різних курсів навчання. Апробацію проведено з урахуванням попередньо сформованої програми, вправи було адаптовано до скороченого тренінгового формату.

Структура та обсяг роботи: вступ, три розділи, висновки до розділів, загальний висновок, список використаних джерел із 52 найменувань. Основний текст викладений на 74 сторінках.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ КОНФОРМНОСТІ, НЕЗАЛЕЖНОСТІ ТА ГРУПОВИХ РОЛЕЙ УСТУДЕНТІВ

1.1. Поняття конформності та незалежності у психологічній літературі

Процес розвитку малої групи супроводжується рядом проявів соціально-психологічних феноменів, які виступають характеристиками функціонування малої групи, один із них феномен конформізму. Конформізм – це феномен, що описує поведінку людини, що характеризується пристосуванням, догодженням, зміною своєї позиції на думку більшості. Явище конформізму було відкрито американським психологом С. Ашем в 1951р. [13]. До теперішнього часу дослідження з конформізму далеко вийшли за рамки простого опису експериментально отриманих фактів, займаючи проміжне положення на стику трьох дисциплін: психології особистості, соціальної психології та соціології [20].

Дієвість групових норм обумовлена такою психологічною властивістю особистості, як конформність. Конформність – це схильність особистості до конформізму, психологічна характеристика позиції і поглядів людини щодо позиції і поглядів групи, тобто міра її підпорядкування груповому тиску [24].

У повсякденному житті, ми дуже часто стикаємося з очевидними проявами конформізму. Так казка Г. Х. Андерсена «Нове вбрання короля» яку усі ми знаємо з дитинства, в усіх барвах на побутовому рівні демонструє нам, що являє собою конформність. Також досліджуваний феномен, можна спостерігати на концертах, футбольних матчах інших масових виступах, тобто під час таких подій, коли особа знаходиться в оточенні великої кількості інших людей і піддається впливу натовпу. Однак аби людина відмовилася від своєї позиції і прийняла іншу, натовп, який буде впливати на неї, потрібен зовсім не обов'язково, досить і впливу малочисельної групи. Останнім часом таке поняття як «конформність»

набуває негативного забарвлення, хоча невелику кількість років назад не було настільки уживаним, а тим паче не мало негативної конотації. Останнім часом серед соціальних психологів ведеться дискусія що до подвійності конформізму [22]. Одним з припущень є те, що людина змінює свою точку зору і піддається впливу думки більшості через те, що боїться бути відкинутою, осміяною групою, перестати бути її частиною, або навіть стати в ній ізолянтном. З одного боку, ця позиція може здаватися смішною та абсурдною, адже психічно зрілій людині не мають бути страшні такі моменти [23].

З протилежного ж боку, якщо людина має намір домогтися кар'єрних успіхів або вражаючих результатів в структурі якоїсь організації, то вона необхідно повинна дотримуватися правил цієї групи, підкоритися її законам і принципам. Отже, буде правильніше сказати, що якщо індивід має намір стати лідером будь-якої групи, то у першу чергу він має навчитися бути як мінімум її звичайним членом. Власне у цьому і полягає подвійність цього феномена – людина, маючи свої власні ставлення і думки що до будь-якого явища, свої бажання і прагнення, повинна порівнювати і зіставляти з думкою групи, а в переважній більшості випадків навіть змінювати їх на більш соціально схвальні, заради того щоб у майбутньому досягти поставлених перед собою цілей.

Суперечка про те що в даному феномені переважає ведеться по обидві сторони конформності десятиліттями. Прихильники однієї вважають, що бути «конформістом» занадто низько для людини, негідно для її буття і не відповідає призначенню життя. Інші стверджують протилежно зворотне посилаючись на те що, якщо ми подивимося на світ навколо нас, то ми розгледимо, що цей феномен практично усебічно охопив нас: ми спостерігаємо його прояви в спорті, літературі, моді, музиці, кінематографі, політиці тощо. Розбиратися в полярності даного феномена, здається безглуздом, тому залишимо оціночні ставлення

майбутнім поколінням, а поставимося до цього феномена, як до даності [10]. Присутність конформності в житті майже кожної людини цілком очевидна, навіть у поведінці тих людей, які радикально заперечують вплив цієї властивості на їхнє життя або про нього навіть не здогадуються. З усього зазначеного вище, стає зрозуміло, що конформізм як феномен завжди пов'язаний з групою, а саме з тим, як ця група може впливати на окремо узятого індивіда [19]. Отже, якщо індивід погоджується з думкою більшості, тобто підтримує групу і її позицію, то він, зазвичай, отримує не лише схвалення, а й підтримку цієї групи. Проте не кожна людина пригнічує свою позицію на користь групової, деякі індивіди навпаки йдуть проти загальноприйнятої думки – вони відстоюють власну точку зору, і як відповідь на це отримують невдоволення, неприйняття і неприязнь з боку групи. Люди, які ведуть себе подібним чином, називаються нонконформістами. Нонконформізм – це прагнення індивіда не дотримуватися установок і відстоювати власні думки, результати сприйняття, поведінку, які прямо суперечать тим, що панують в даному суспільстві або групі. Група необхідно потребує нонконформістів, так як саме вони є тими людьми які вносять щось нове в життя групи, є генераторами ідей у тій чи іншій справі. Саме завдяки ним у житті групи з'являються нові ідеї, які ймовірно спочатку нікому не подобаються чи навіть висміюються, але згодом, приносять групі користь яку складно переоцінити. Впродовж усього свого соціального життя нонконформіст завжди стикається з неприязню, невдоволенням, а деколи і ненавистю на початку, але часто це згодом змінюється на похвалу, захват і шанування. Наш світ так влаштований, що людині значно легше бути конформістом, аніж доносити і доказувати свою точку зору всім і кожному, адже це є морально набагато складнішим завданням. Саме через це, людина часто стикаємося з великою

кількістю тих, хто піддається груповому тиску, і зустрічає так мало нонконформістів [21].

Ознайомившись з конформністю, слід сказати і про її різновиди. В основному в літературі виділяють два види конформності – внутрішню (особистісну) і зовнішню (публічну).

При зовнішній конформності думка групи сприймається індивідом лише зовні, а насправді він продовжує чинити їй опір. Зовнішня конформність являє собою демонстративне підпорядкування, нав'язаної думки групи з єдиною метою якою може бути схвалення чи уникнення осуду, чи можливо, більш жорстких санкцій з боку осіб що входять до групи [14].

Зовнішня конформність може називатися і ідентифікуватися обивателем як поступливість. Люди які у тій чи іншій мірі поступаються вимогам оточуючих, придушуються думкою більшості. Провокувати прояви зовнішньої конформності можуть найрізноманітніші обставини: деякі індивіди таким чином пробують заробити заохочення і схвалення, а деякі, навпаки, просто не бажають зазіхати на свободу чи конфліктувати з оточуючими, або наділеними владою людьми, а інколи що значно банальніше, намагаються уникнути покарання. Однак якщо людина беззаперечно поступається у відповідь на наказ, то це вже можна назвати підпорядкуванням, а не поступливістю [3].

Проте є ще й такі люди, які починають щиро вірити в те, що нав'язує їм група. У них природньо змінюються цілі, думки та напрям їх діяльності. Така поведінка називається проявом внутрішньої конформності, або схвалення.

Щодо внутрішньої конформності, то її вираження знаходиться в тому, що індивід дійсно засвоює думку більшості. Це являє собою правдиве перетворення індивідуальних установок у результаті внутрішнього прийняття позиції оточуючих, оцінюваних як більш обґрунтовані та об'єктивні, ніж власна точка

зору. Враховуючи всі відмінності обидві форми конформності близькі у тому, що слугують специфічним способом вирішення усвідомленого конфлікту між особистою і домінуючою в групі думкою на користь останньої: залежність людини від групи змушує її шукати дійсної або уявної згоди з нею, підлаштовувати свою поведінку під чужу або її незвичні еталони [29].

Згадуючи зовнішню і внутрішню конформність, варто пам'ятати також про типи соціального впливу, висунуті Г. Джерардом і М. Дойчем. [42] Абсолютна більшість оточення тисне на індивіда, буквально в наказовому порядку каже йому прийняти ту чи іншу позицію. Людина в таких умовах схильна міняти свою поведінку і демонструвати у групі, що вона погодилася з нею, хоча глибоко всередині вона продовжує лишатися при власній думці. Як ми вже зазначали вище, саме це і мають на увазі під зовнішньою конформністю [43].

Однак у дослідженнях конформності виділяють ще одну можливу позицію, яку на експериментальному рівні вдалося зафіксувати завдяки соціальним експериментам С. Аша. Це – позиція негативізму. У даному випадку, коли група починає чинити тиск на особистість, то він починає у всьому чинити опір цьому тиску, ставлячи за мету, у що б то не стало, робити усе всупереч панівної позиції більшості, за всяку ціну і в усіх випадках наполягати на протилежній точці зору. Слід також згадати про інші різновиди конформності. У деяких джерелах, згадується такий розподіл конформності де вона ділиться на пасивну і активну, а також на усвідомлену і неусвідомлену (бездумну). Пасивна конформність – виражається в підтриманні чужої думки і здійснюється під впливом інших людей. Помітно як людина піддається тиску під час прийняття якогось рішення і в кінцевому результаті займає позицію більшості. Активна конформність – виникає як власне бажанням самої людини: індивіду ніхто насильно не нав'язує і не оголошує якусь переважаючу позицію, але він сам намагається збагнути якою

вона повинна бути і починає міняти себе у відповідності до соціальної атмосфери і знакам, які, як йому здається, він помічає.

Переходячи до розгляду конформності за ознакою обдуманості ми виділяємо згадані вище полюси. Існує конформність яка зустрічається вкрай рідко – усвідомлена, і в основному така форма конформності є захисним механізмом від будь-якого негативного досвіду людини, який був отриманий раніше – раціоналізацією. Але в більшості випадків, конформність – це абсолютно нелогічна та бездумна згода людини з думкою групи, ця думка базується на страху стати «білою вороною», виключеним із суспільства членом [31]. Бездумна конформність – у цю категорію відносять усі види патології. Оскільки в абсолютній більшості випадків люди не помічають у своїх вчинках нічого поганого. Індивід знаходиться в ілюзії, що підтримати це рішення є найраціональніший дією. Вкрай рідкісним є ситуація коли за бездумної конформності людина може самостійно перестати зловживати нею.

Також варто згадати про рівні конформної поведінки. М. Шеріфа і С. Аша. які в ряді своїх експериментів встановили три різні рівні конформності.

Рівень перший – це підпорядкування, коли вплив групи має зовнішній характер, тривалість конформної поведінки обмежується конкретною ситуацією.

Рівень другий – підпорядкування на рівні оцінки. Даний рівень існує в двох формах: людина може повністю чи частково уподібнювати себе іншим членам групи, або ж учасники взаємодії очікують один від одного певної поведінки, намагаючись виправдати ці взаємні очікування.

Рівень третій – це підпорядкування на рівні дії. Цей рівень проявляється тоді, коли людина усвідомлює неправильність думки групи, але через небажання вступати в конфлікти або через страх стати ізолянтном, погоджується з ним [10].

Зазначені вище види і рівні конформного поведінки, дозволяють більш детально зрозуміти, що з себе представляє досліджуваний феномен. Але тепер слід більш детально зупинитися на умовах, які передують виникненню конформного поведінки людини.

У сучасних умовах глобалізації культури, економічної інтеграції та масовізації висока конформність все частіше набуває негативних рис та загрозливих масштабів свого ймовірного впливу. Тенденції негласного прояву конформізму, публічної згоди з популярними і прийнятими думками, сліпої віри у гасла і некритичного слідування за новими закликами стають сьогодні нормою соціального життя. Конформність перетворюється на необхідну умову та стиль сучасного існування. Всі фактори, які в тій чи іншій мірі впливають на ступінь і спрямованість конформності в поведінці, діяльності людини або групи, можна умовно поділити на шість груп: індивідуально-особистісні, групові, ситуативні, соціально-економічні, політичні та національно-культурні.

Індивідуально-особистісні: до цієї групи належать психологічні особливості особистості та її демографічні характеристики. Серед найбільш суттєвих психологічних факторів, що впливають на конформність, можна виділити рівень самоповаги та впевненості в собі, ступінь навіювання, самооцінку людини, рівень її інтелектуального розвитку, виразність потреб у соціальній ідентифікації, схваленні та приналежності до групи, а також існуючі страхи. С. Аш провів ряд експериментів на кількох групах дітей та підлітків та виявив, що у осіб жіночої статі конформна поведінка спостерігається частіше в середньому на 10%. Крім того, він зазначив, що у молодшому віці конформність вища, ніж у старшому. З віком вона знижується, причому відбувається це приблизно до 15-16 років, після чого закріплюється її постійний рівень, характерний для подальшого життя людини [34].

Групові: до цієї сукупності факторів відносяться характеристики самої групи, а також становище індивідів у її структурі та їхнє ставлення до неї. Серед першої підгрупи факторів, що впливають на конформність серед членів колективу, можна виділити кількісний склад групи, її згуртованість, однорідність, наявність спільної мети та спільної діяльності, рівень розвитку групи, її структуру. На думку М. Дойча та Г. Джерарда, саме почуття приналежності у групі, соціальна взаємозалежність та вантаж взаємної відповідальності її членів також посилюють конформістську складову у їхній поведінці. Особливо яскраво це проявляється у ситуаціях наявності спільної мети, коли перед групою ставиться певне завдання, успішне вирішення якого залежить від внеску кожної конкретної людини [37].

Ситуативні: фактори цієї групи характеризують специфіку та особливості безпосередньої ситуації та обставин, опиняючись у яких індивід виявляє конформність більшою чи меншою мірою. Певну роль відіграють і умови, в яких людині доводиться приймати рішення, висловлювати свою думку: обмеженість у часі та засобах, швидше за все, призведе до найчастішого вияву конформності. М. Дойч і Г. Джерард підкреслили важливість наявності соціальної відповідальності, зазначивши, що у випадку, якщо в даній ситуації у людини існують якісь зобов'язання не тільки перед собою, а й перед групою, вона буде більш критично і сміливо підходити до вирішення суперечок, а отже, меншою мірою проявляти конформність [37].

Соціально-економічні: дана група поєднує фактори, пов'язані з особливостями соціальної структури, діяльністю соціальних інститутів, економічними та соціальними процесами, соціально-економічними загрозами, а також загальними умовами соціального життя. У концепції Е. Дюркгейма конформність залежить від рівня розвитку суспільства: у суспільствах із

примітивною соціальною структурою даний феномен, як правило, є головною рисою всього суспільного життя і знаходить відображення на рівні дій та поведінки. Е. Фромм відзначав роль соціального статусу, і навіть професійної власності людини. На його думку, найбільш схильні до конформізму молоді «конторські службовці», що належать до середнього класу і прагнуть просунути вгору кар'єрними сходами [45].

Політичні: дана група поєднує фактори, пов'язані з політичним устроєм суспільства, панівними режимами, взаємовідносинами влади та особистості. Х. Аренд зазначала, що деструктивні форми конформності характерні тоталітарним країнам, де з метою підтримки правлячої влади та підвищення рівня конформності, застосовуються такі засоби впливу на маси, як пропаганда, засоби масової інформації, різні інші масові впливи [4].

У державах з демократичним устроєм конформність очевидно не має тотального контрольованого характеру. І проявляється більшою мірою у прихованих формах, найчастіше на рівні поведінки окремих людей, носить фрагментарний характер і є формою поведінки, яку людина обирає самостійно з огляду на сформовані обставини. На прикладі фашистської Німеччини негативні прояви масового конформізму аналізував Е. Фромм [45].

Національно-культурні: до цієї групи входять фактори, що визначаються культурними особливостями, специфікою менталітету, національними відмінностями, традиціями, цінностями, а також віросповіданням. Дж. Тернер зазначав, що історичні, культурні, соціальні традиції виявляються суттєвими чинниками, які впливають на конформність, різниця у даних категоріях між групами чи індивідами може стати причиною конформної поведінки, і навіть сприяти розвитку її окремих форм у певних ситуаціях.

Мета-аналіз експериментів, проведених за методикою С. Аша, встановили, що тип культури виявляється одним з вирішальних чинників конформності: у суспільствах з колективістським типом культури даний феномен є традицією і нормою життя, тоді як у суспільствах з визнаними індивідуалістичними установками всіляко підтримується воля і незалежність поглядів і поведінки. На основі отриманих результатів вчені прийшли до висновку про те, що представники східних країн прагнуть підтримки групової єдності, що закладено в їх традиціях і уявлення про нормальний устрій суспільства [2].

Всі фактори взаємопов'язані і взаємообумовлені: впливаючи на основні сфери суспільного життя, вони створюють умови, сприяють розвитку аналізованого феномену. Безумовно, на особливу увагу заслуговують ті, що виявляються вирішальними при прояві деструктивних і небезпечних форм конформності, які загрожують соціальній стабільності та призводять до війн, масових репресій, геноциду, проявів расизму та екстремізму, національної нетерпимості, ескалації соціальних конфліктів, нівелювання прав і свобод злочинам проти особи.

1.2. Поняття групових ролей у психологічній літературі

Незалежно від віку людини та особливостей групи, вона поставлена перед неминучою необхідністю проходити визначені фази встановлення відносин з усіма членами групи. На всіх етапах свого життя індивід зазнає впливу різних соціалізуючих факторів. А вони, у свою черга, впливають на загальну та локальну обстановку у власному середовищі. Поняття «соціалізація» було запроваджено у середині ХХ століття у зв'язку з роботами А. Бандури та Дж. Кольмана [6]. Це крок самореалізації, утвердження себе як особистості через залучення індивіда до соціуму, включення у суспільне життя. У ході спілкування відпрацьовуються

соціально прийнятні навички та стереотипи, засвоюються прийняті суспільством норми та форми поведінки. Індивід розвивається як особистість у міру соціалізації у сім'ї, школі, трудових та інших колективах. Під час періоду розвитку, що настає одразу після утворення групи, її члени шукають кожен своє місце у групі, визначаючи своє положення по відношенню до інших, поведінкові настанови. Ця стадія грає ключову роль у пізньому функціонуванні групи з двох основних причин. По-перше, на цій стадії встановлюються стереотипи поведінки для подальшої життєдіяльності групи. По-друге, це робить подальшу взаємодію набагато легшою. Проте соціалізація не обмежується вихованням та навчанням. Вона включає також ненавмисні, спонтанні впливи, завдяки яким індивід долучається до інтегральних цінностей та культури що надана йому соціумом.

Група – це об'єднання людей у процесі спільної соціальної діяльності [30]. Група як мікросоціум створює своєму учаснику достатній комфорт і безконфліктність на міжособистісному рівні, якщо забезпечує відповідність своїх групових очікувань та вимог до можливостей особистості. Так людина поступово стає повноцінним та досвідченим членом групи, здатним з мінімальними втратами адаптуватися до майбутніх, нових для себе колективів чи груп і виконання в них групах властивої групової ролі. Неможливо очікувати, що члени групи розуміють ролі, які їм доводиться виконувати виходячи з структури групи та поточного моменту. Ще менш імовірно, щоб члени групи усвідомлювали внутрішню логіку розвитку групи, якщо вони, звичайно, не є сферою їх компетентності. Не усвідомлюють вони також зміни власної ідентичності та динаміки інших процесів взаємозалежності в групі. Проте, внутрішньогрупові процеси проходять незалежно від того, усвідомлюються вони чи ні. Адже це неспецифічна діяльність групи, яка проявляється у будь-якій групі, що розвивається. А з розвитком групи з'являються і різні групові ролі, що характерні

для кожного з учасників у реальному житті і виявляються на ранніх стадіях розвитку групи.

Існує досить багато типологій групових ролей, у їх основі лежать відносини домінування – відторгнення чи влади – підпорядкування. Найбільш яскраве уявлення про рольовий поділ у групі дає аналіз таких груп, де є жорстка ієрархія, брак ресурсів і проблеми з їх розподілом. Важливим фактором у таких групах є низька соціальна зрілість лідера та провідних членів групи, відсутність моралі. Групові ролі такого типу легше всього виявити методом соціометрії, основоположником якого є Дж. Морено [28]. Статусно-рольовий розподіл у такій групі зазвичай визначається наступним набором ролей:

1. альфа – лідер групи, найбільш енергійний, авторитетний, має право першочергового присвоєння благ;
2. бета – друга особа у групі з відповідним правом на блага, менш енергійна, але часто більш інтелектуальна, ніж альфа; часто є зберігачем групових правил;
3. гамма-1 – наближені, опора, соратники, команда альфи;
4. гамма-2 – зазвичай численна підгрупа інертних членів групи, що підкоряються, стають жертвами маніпуляцій представників верхнього рівня;
5. гамма-3 – опозиція, підгрупа незадоволених своїм статусом, але змушених підкорятися; по відношенню до них застосовується політика батога і пряника. Причому «пряником» може бути введення до наближених (кооптація), а «батогом» – обмеження прав, одержуваної винагороди, забезпечення, вигнання з групи і навіть фізична розправа;
6. гамма-4 – блазень, що дозволяє собі (з дозволу лідера) критичні зауваження, підтримуючи видимість демократії, свободи слова тощо; за статусом може бути лише на рівні від гамма-1 до гамма-3;

7. омега – особа, яка приймає на себе групову агресію. Така роль необхідна для згуртування групи, демонстрації єдності, відчуття почуття «ми» на противагу омезі, який якраз і є «не ми». Якщо особистість у позиції омега не згодна зі своїм статусом і залишає групу, група знаходить іншу особу на цю роль [39].

На думку А. Г. Асмолова особливої уваги заслуговують групові ролі запропоновані Р. Шиндлером [5]:

1. лідер, який імponує групі, надає наснаги, складає програму та спонукає її до дій.

2. експерт, який має потрібні групі або спеціальні знання які група поважає, навички та здібності. Поведінка його раціональна, самокритична, нейтральна.

3. пасивні члени групи, пристосованці.

4. найбільш «далекій» член групи, відстає від неї через відмінність від інших або страху, іноді ототожнюється і поєднується з антогоністом, що провокує групу. Антогоніст – символічний представник протилежної, ворожої групи чи девіант.

За типологією ролей Д. Веттена та К. Камерон ролі у групах можна поділити на продуктивні, соціальні та контрпродуктивні [11]. Ці автори відзначають, що поліпшенню командних показників сприяють два типи ролей: ролі, створені задля виконання завдання, і ролі, створені задля встановлення відносин. Членам команди складно виконувати обидві ролі одночасно, і тому вони мають тенденцію робити більший внесок в якийсь один напрямок, ніж в інший. Хтось здебільшого зосереджений на виконанні завдання, хтось – на взаєминах у команді. Ролі, орієнтовані на завдання, пов'язані з виконанням завдання та досягненням поставлених перед командою цілей. А реалізація ролей,

орієнтованих на завдання, дозволяє рухатися до поставлених цілей швидко та ефективно. Ролі, орієнтовані на взаємини, сприяють підтримці гармонійних міжособистісних взаємин усередині команди. Вони допомагають членам команди почуватися добре один з одним, отримувати задоволення від роботи в команді, ефективна група потребує рівноваги позитивної поведінки, пов'язаної з функціями завдання та підтримки.

Що до непродуктивних ролей, вони перешкоджають команді або її членам досягнути успіху і можуть повністю підірвати єдність чи мораль команди, через що їх і прийнято називати блокуючими. До характерних блоків відносяться:

1. неприйняття – небажання приймати ідеї, що висловлюються певними особами;
2. використання службового положення – статусу, або посади для прийняття ідей без їх обговорення;
3. опір – блокування всіх перетворень, нововведень та прогресивних ідей;
4. ухилення – небажання залишатися в рамках теми, що обговорюється командою.

Кожна з описаних блокуючих ролей є потенційною перешкодою на шляху до ефективного та розумного виконання завдання внаслідок падіння рівня моралі, втрати взаєморозуміння, виникнення конфліктів, відсутності розвитку, прийняття хибних рішень.

За матеріалами Р. Вердбер, К. Вердбер існує чотири основні типи групових ролей:

1. Ролі що забезпечують вирішення поставленої мети та завдань групи;
2. Ролі підтримки;
3. Егоцентричні;

4. Процедурні [12].

Ролі, що забезпечують досягнення поставленої мети та вирішення завдань групи:

1. Інформуючі – від членів групи які виконують ці ролі вимагають такого типу поведінки, яка безпосередньо допомагає групі в досягненні поставленої мети, вони передають групі інформацію або висловлюють свою точку зору, займаються пошуком та аналізом думок та інформації.

2. Ті, хто сприймає інформацію або точку зору, – від членів групи, які виконують ці ролі, очікують прояснення думок і думок інших фахівців щодо проблем, що стоять перед групою, у розгляді складного випадку. Члени групи, що виконують ці ролі, постійно задають уточнюючі питання.

3. Аналітики. Від «аналітиків» очікують дослідження аргументації членів групи під час обговорення проблеми. При цьому їхня роль зводиться до постановки питань та допомоги учасникам у розумінні прихованих припущень, переносів, контрпереносів у їх висловлюваннях та групових процесах.

Ролі підтримки вимагають від членів групи такої поведінки, яка допомагає групі розвиватися та підтримувати добрі відносини між її членами, групову згуртованість та ефективний рівень вирішення конфліктів.

Ролі підтримки:

1. «Прибічник» – від нього очікують підбадьорення у групі. Коли члени групи роблять свій внесок у спільну справу, «Прибічник» демонструє схвалення своєю вербальною або невербальною поведінкою.

2. «Той, хто знімає напругу» – від нього очікують, що він визначить момент, коли члени групи перебувають у стані стресу або стомлені, і його втручання допоможе зняти напругу в групі або стимулювати роботу групи. Людина, яка здатна виконувати цю роль, може пожартувати, розповісти веселу

історію з досвіду роботи, анекдот, метафору, щоб група відновила сили, перш ніж вирішить завдання. Роль знімаючого напругу набуває особливої важливості, коли динамічний процес доходить до верхньої точки напруження, бо є член групи який може зупинити роботу групи короткою перервою. Хоча знімаючий напругу на мить відволікає людей від вирішення завдання, це допомагає групі залишатися згуртованою.

3. «Гармонізатор» – від нього очікують втручання у групову дискусію, коли загрожує конфлікт, щось шкодить згуртованості групи чи стосункам між окремими її членами. Особливо тоді, коли йдеться про прояв конкурентної динаміки. «Гармонізатор» виступає посередником у конфлікті, конкуренції та усуває надлишкове «тертя», що може виникнути між окремими членами групи.

4. «Перекладач» – ця роль необхідна тоді, коли у групі є люди з відмінностями у соціальній, національній, культурній та гендерній орієнтації. Від нього очікують знання та вміння допомогти членам групи зрозуміти один одного, враховуючи ці відмінності.

Також є процедурні ролі, які вимагають специфічної поведінки від членів групи які їх виконують.

1. Від «Диспетчера» очікують, щоб він відстежував дії групи та допомагав їй дотримуватися «порядку денного», етапів роботи групи, не відхилятися від цілей та завдань, що стоять перед групою, стежити за виконанням неформальних і формальних правил.

2. Від «Протоколістів» очікують на точний запис того, що вирішила група, на чому засноване це рішення, протоколювання ходу роботи групи.

3. «Охоронці» керують перебігом роботи чи бесіди, стежать за часом і за тим, щоб кожен учасник групи мав рівні можливості брати у них участь.

Егоцентричні ролі:

1. «Агресори» домагаються підвищення власного статусу, критикуючи майже усе, або засуджуючи інших, принижуючи особисті якості та статус оточуючих. «Агресорам» треба протистояти і спонукати їх до більш конструктивної поведінки.

2. «Жартівники» — їх рольова поведінка зводиться до того, що вони намагаються привернути увагу, до себе дуріючи, передражнюючи членів групи або взагалі перетворюючи на жарт все, що відбувається. На відміну від «знімаючих напругу», «жартівник» не концентрується на допомозі групі в знятті стресу або напруги. «Жартівник» швидше заважає роботі, коли група намагається зосередитися на задачі.

3. «Відсутні» намагаються вирішувати якісь власні проблеми за рахунок групи, шляхом ухилення від обговорення, дискусії та загалом роботи групи. Якщо група працює у міру готовності, вони можуть відсиджуватися і відмовчуватися.

4. «Монополісти» під час роботи групи багато і безперервно кажуть, коментують висловлювання інших, вони намагаються створити враження, що обізнані краще за інших та є цінними для групи.

Засвоюючи соціальні ролі, людина засвоює соціальні стандарти поведінки, вчиться оцінювати себе з боку та здійснювати самоконтроль. Людина виконує багато різних ролей, і щоразу їй потрібно бути якоюсь іншою, щоб отримувати схвалення та визнання. Однак ролі не повинні бути суперечливими, несумісними, інакше виникає конфлікт ролей, внутрішньоособистісний конфлікт. Коли людина змушена виконувати роль, уявлення про яку не відповідають її природній ролі, її індивідуальності то формується суперечлива особистість [36]. Людина починає ігнорувати якісь вимоги, правила, виконання якихось ролей групи, яка, як вона

вважає, недооцінює її, і прагне зблизитися з тими, хто її цінує. Звичайно, це призводять до певних групових процесів та впливає на ефективність групи.

Отже, в залежності від ситуації, і групи людина реалізує різну рольову поведінку, мобілізуючи ресурси свого організму та психіки, свої знання для виконання тієї чи іншої ролі. Але в чомусь людина завжди залишається собою [27]. І через те, що кожен член групи, реалізуючи ту чи іншу поведінку, є індивідуальністю, носієм власної самості, а також може паралельно бути носієм однієї з трьох ролей «Трикутника Карпмана», або займати статично одну із позицій транзакцій за Е. Берном – усе це у груповому взаємодії забезпечує потужні групові процеси.

Усі групові ролі з рештою зводяться до кількох основних вимірів. Одна з найбільш загальних класифікацій – класифікація Т.Лірі, заснована на двох ортогональних біполярних осях – «гнів-любов» та «сила – слабкість» [7]. Пізніше Дж. Келлерман виділив вісім основних типів ролей, розподілених по парам протилежностей: романтик – буквоїд, невинний – цап-відбувайло, ментор – дитина, сектант – об'єднувач.

Також не рідко зустрічається поняття ролі групового психотерапевта в групі. І. Ялом виділяє дві основні ролі групового психотерапевта – «технічного експерта» та «еталонного учасника». Виступаючи в якості експерта, психотерапевт планомірно та цілеспрямовано використовує свої знання та професійні навички для досягнення терапевтичних цілей. У якості еталонного учасника може переслідувати двояку мету, або демонструвати бажані зразки поведінки, або прискорювати процес соціального навчання шляхом децентралізації свого становища в групі. А також другорядні стереотипні ролі лідера, аналітика, коментатора, експерта, аутентичної особистості.

У науковому світі широким визнанням користується теорія групових ролей Р. М. Белбіна. На відміну від інших науковців які намагалися розділити членів групи за виділеними груповими ролями, Р. М. Белбін зробив акцент на групових ролях що неодмінно мають бути присутніми у продуктивній групі. Він поширив думку, що продуктивність групи залежить від наявності в ній виконавців восьми типів різних ролей. А також думку про те що одні й ті ж самі люди будуть сильнішими в одних ролях і більш слабкими у виконанні інших.

Белбін Р. М. припускає, що аби група функціонувала ефективно в ній неодмінно мають бути представлені такі ролі:

1. Голова уточнює цілі і просуває прийняття рішень, є хорошим комунікатором, соціальний лідер і керівник.
2. Формувач. Думки людей що виконують цю роль спрямовані на завдання, вони динамічні і стимулюють інших до дії.
3. Генератор ідей. Він пропонує оригінальні ідеї, має багату уяву і зазвичай дуже інтелігентний. Але інші члени групи можуть вважати, що він не піклується про деталі і схильний ображатися на критику.
4. Оцінювач ідей. Члени групи з цією роллю оцінюють якість ідей і пропозицій, сильні в безпристрасному критичному аналізі.
5. Організатор роботи. Сила виконавця в практичній організації та перетворенні ідей у керовані завдання. Вони вносять систему в діяльність команди.
6. Організатор групи. Такі люди відіграють важливу роль у згуртуванні команди через фокусування на процесуальній стороні завдання.
7. Дослідник ресурсів. Активно привносить ресурси та ідеї із зовнішнього середовища до групи. Оскільки їх ентузіазм швидко вичерпується, команді зазвичай доводиться частково брати їхню роль на себе.

8. Завершувач. Ретельно перевіряє всі деталі і стежить за дотриманням строків, тому вони необхідні для групової діяльності, хоча в процесі можуть самі формувати свою непопулярність.

Хоча цей список може сприйматися як перелік стереотипів, він базується на роботі Р. М. Белбіна з групами всередині організацій, і результати цієї роботи виявили, що групи, в яких були зазначені ролі, постійно працювали краще ніж групи з більшою однорідністю ролей.

1.3. Умови виникнення та прояви конформності і незалежності у студентів

Спираючись на літературу можна виділити декілька факторів виникнення і зростання рівня конформності:

Незначна соціальна підтримки здатна значно послабити прояв ситуативної конформності людини. Якщо є якась підтримка з боку будь-якого члена групи, втрата соціальної підтримки вже не сприймається настільки тривожно, як у випадку повної відсутності підтримки. Вирішальна роль нормативного впливу очевидна у деяких експериментах. Ступінь конформності значно знижується, якщо досліджувані отримують можливість відповідати у приватному порядку, тобто без будь яких контактів з більшістю під час відповіді [44;46]. З іншого боку, конформність збільшується, якщо група виявляється привабливою для індивіда [50]. Якщо особистості подобаються люди, які становлять більшість, вона просто приречена на велику конформність, оскільки хоче їм сподобатися і не виявитися знедоленим.

Також важливу роль у прояві конформності відіграє інформаційний вплив, особливо коли предметом суперечки та оцінки виявляються не прості, банальні речі, а поряд опиняються спеціалісти з даної теми. Соціальні психологи вигадали цілу низку ситуацій для виявлення конформності, які вимагають більших зусиль,

ніж оцінювання очевидної довжини ліній. Учасники експерименту, що нічого не підозрюють, прослухавши заздалегідь підготовлені реакції інших, отримують завдання: чи однакова кількість точок на стандартному екрані комп'ютерного монітора і на екрані щойно продемонстрованому. У подібних експериментах, де наявність у групі експертів грає важливу роль, однотайність більшості викликає набагато більший конформізм, якщо загальна думка сприймається як експертна оцінка. Чим більша група, тим вищий рівень конформності в ній [41]. Крім цього, справа ще й у самовпевненості. Наскільки людина довіряє собі у питаннях вибору одягу, який відповідав би конкретному випадку, і її індивідуальному стилю. Якщо цілком довіряє, тоді, можливо, її залишить байдужим вуличне опитування якоїсь телепередачі на тему «що є модним цього сезону». Проте люди, які мають меншу впевненість у власному смаку, можуть відразу ж дійти висновку, що потребують термінового оновлення гардеробу.

Почуття впевненості у собі при прояві конформності пов'язане з розбіжностями між чоловіками та жінками. Стереотипи і навіть результати найперших досліджень цього питання говорили, що жінки набагато охочіше підкоряються думці інших у тих випадках, коли опиняються на самоті проти однотайної більшості. Проте уважніші дослідження спростували цю точку зору. Ступінь конформності чоловіків чи жінок швидше буде залежати від того, яка група виявиться більш впевненою в собі. Жінки виявляють конформність частіше за чоловіків у тих випадках, коли предмет оцінки більш знайомий і цікавий чоловікам, ніж жінкам; чоловіки ж виявляють велику конформність, якщо об'єкт суперечки більш зрозумілий і цікавий жінкам [47]. Однак не тільки впевненість у собі, а й схильність до відокремлення та самовираження тісно пов'язана з різницею у проявах конформності між чоловіками та жінками. Спираючись на вище викладені факти легко переконатися в тому, що стать є менш значущим

фактором, ніж фактичні знання та почуття впевненості у собі. Однак є підстави припускати, що чоловіки загалом виявляють конформність дещо рідше, ніж жінки, оскільки вони з більшою ймовірністю розглядають інакодумство як спосіб вираження їхньої компетентності. Чоловіки схильні вважати, що для того, щоб виділятися з натовпу як компетентна і знаюча людина, вони повинні бути незалежними. Жінки, навпаки, схильні вважати ознакою компетентності вміння співпрацювати та досягати згоди з іншими членами групи. Таким чином, для жінок конформність може бути засобом здійснення позитивного самовираження [51]. Ці відмінності між статями лише усереднено справедливі і, зрозуміло, що неспроможні характеризувати всіх жінок, і всіх чоловіків. Насправді, статеві відмінності набагато менш значущі, ніж тип особистості та інтереси, з яких складаються набуті гендерні відмінності. Чоловіки, які мають особистісні якості та інтереси, які відповідають традиційним уявленням про жіночність, виявляють конформність так само часто, як і жінки з подібними якостями та інтересами. Жінки та чоловіки більш «мужнього» складу характеру виявляють конформізм рідше [48]. Дане дослідження демонструє чудовий приклад того, як особистісні чи індивідуальні відмінності можуть взаємодіяти із ситуаційними змінними, визначаючи тип реакції людини в умовах конформізму.

Також, вияв конформності помітний у тому, аби заслужити соціальне схвалення, і з метою збільшити ймовірність власної правоти у ситуаціях невизначеності. Вплив групи позначиться тим сильніше, чим сильнішою буде подібна мотивація, і чим привабливішим і «переконливішим» є сама група. Незалежно від індивідуальної реакції об'єкта впливу слід враховувати тиск групи. Так заклики до здорового способу життя і подібних речей які потребують конкретних дій чи опору оточенню, не мають серйозних результатів. Адже суспільство, яке у тому числі складається з авторитетних і значущих для індивіда

людей, і від якого надходить спокуса залишається в близькому колі спілкування і здійснюють тиск на людину.

Прагнення до того, аби чинити правильно і отримувати схвалення з боку оточуючих, не є єдиною психологічною основою конформності. У деяких випадках люди відмовляються виявляти конформність і відкрито встають в опозицію, висловлюючи власну індивідуальність. Інакшість як акт самовираження особливо характерний у тих ситуаціях соціального впливу, в яких є можливість більш гнучкого вибору лінії поведінки – не тільки згоду або незгоду з думкою більшості. За наявності варіанта запропонувати власну, третю думку, яка може частково збігатися або повністю відрізнятиметься від думок більшості, частина людей неодмінно виберуть цей варіант [52]. Іноді інакомислення є лише формою вираження незгоди, відмови йти в ногу з натовпом. В інших випадках воно виявляється більш творчим процесом. Більше того, факти дозволяють припускати, що існує окремий тип людей, схильних до «творчого інакомислення», яке дає плоди у вигляді нових варіантів відповідей. Профіль «творчого дисидента»: це людина, яка має високу самооцінку і низьку тривожність у соціальних ситуаціях, а також виражену тенденцію до незалежності [49]. Незалежність в даному контексті означає бажання діяти не так, як інші, і цим відрізнятиметься від них. Імовірно, люди з цією характеристикою відчують сильну потребу в самовираженні та використовують будь-яку можливість її реалізації.

Визначення конформності допускає внесення змін у поведінку, точку зору або те й інше. Конформність зазвичай обмежується зміною поведінки, що передбачає громадську згоду з груповий нормою у випадках, коли причиною угоди виявляється бажання домогтися соціального прийняття чи зберегти його. Однак згода з групою може відображати зміну переконань поряд зі зміною

поведінки, якщо суб'єкт оглядається на групу у пошуках необхідної інформації щодо коректності вибору. Заради соціального прийняття вона проявляється чи заради інформації, конформність може ґрунтуватися на психологічних процесах, які лежать глибше за поведінку, глибше за спроби зімітувати згоду з оточуючими. Зміни, аналогічні до зрушення сприйняття, можуть відбуватися на когнітивному рівні. В рамках одного з досліджень студентам розповіли про ставлення більшості людей до гіпотетичної ситуації яку навіть важко собі уявити не те що потрапити, тобто таку ситуації над якою вони раніше не замислювалися [40]. Результати цього дослідження свідчать, що прояв конформності ґрунтується на необхідності «когнітивної перебудови» поняття «норма» через появу незвичної групової норми. У ситуаціях, що вимагають прояву конформності, люди часто втрачають мову, намагаючись зрозуміти, яку важливу ланку розмови вони пропустили [41]. В результаті пошуків можна знайти цю ланку і потім подивитися на проблему під іншим кутом. Це може змінити як реакцію індивіда на ситуацію, а й саме її значення. Як описував це С. Аш, людина може змінити як власні судження щодо об'єкта, так і саме сприйняття об'єкта наших суджень.

Підсумовуючи вищезазначене можна сказати що в основному на виникнення конформності впливають: ступінь складності завдання для групи, тип особистості, чисельність групи, її склад і згуртованість, наявність статусного, авторитетного члена групи, наявність союзників, публічність виконуваного завдання.

Оскільки більшість досліджень були проведені на основі даних середньостатистичної людини, в літературі немає достатньої кількості відомостей про конформність і незалежність у студентів. На нашу думку справедливо буде вважати, що студенти – це найактивніша частина молоді. Саме їй відводиться провідна роль в основі інтелектуальної та продуктивної ваги суспільства. До

соціально-психологічні характеристики студентства дослідники відносять активність життєвої позиції студентства, його відкритість інноваціям, самостійність, бажання експериментувати, високий рівень готовності до плюралізму думок та здатність до визнання різних точок зору [25].

Слід зазначити, що велике значення має вектор впливу конформізму і нонконформізму на членів студентських груп. Так, за умови розбіжності цілей студентської групи із загальноприйнятими правовими та соціальними нормами, тиск конформної більшості буде розглядатися у негативному світлі, а негативісти – навпаки, ратуватимуть за збереження порядку та керуватимуться нормами соціуму. У проблемі вибору особистісної позиції у студентській групі велике значення має потреба члена групи у повазі, визнання його групою, потреба у групі, ступінь довіри групі, від яких залежить рівень конформізму/нонконформізму.

Нонконформісти з властивими їм самостійністю, наполегливістю та нестандартними підходами у вирішенні проблем можуть стати рушійною силою розвитку конструктивних взаємодій у групі. Однією конформною поведінкою не вийде виховати кадри, здатні на ризиковані та сміливі вчинки. Не вийде і добрих колективістів і з тих у кого байдуже ставлення до цінностей своєї групи, студентів які не цінують власну групу як невід'ємну частиною свого студентського життя не вийде гарних лідерів. Хоча така поведінка і може бути пов'язано з конфліктними ситуаціями у групі, чи особистісними особливостями кожного члена групи.

У будь-якому разі нонконформісти повинні об'єднувати певний відсоток однодумців, і ця категорія студентів у групі може стати значущою за чисельністю і зрештою опозиціонувати «застарілому лідеру» та його «групі підтримки». В ідеалі кожен член групи має мати певну частку схильності, як до конформної

поведінки, так і до нонконформізму, що визначається реальною самооцінкою та достатнім рівнем впевненості в собі. Головна мета кожного члена студентської групи – отримання знань, особисті досягнення та формування соціальної та громадянської відповідальності [42].

Підбиваючи підсумки, можна із впевненістю сказати, що кожна студентська група складається з особистостей всіх видів соціальних конформістів і нонконформістів, що, безумовно, неспроможна впливати на якість міжособистісних взаємодій. І конформісти, і нонконформісти виконують важливу регулятивну роль у групі. Корисність конформістів полягає у забезпеченні постійної взаємодії членів групи без обмеження своїх принципів. Нонконформісти, у свою чергу, допомагають побачити необхідність змін, по-новому поглянути на традиційні способи вирішення проблем, навчити конформістів не боятися ризикувати та відстоювати свою думку.

Висновки до розділу 1

Проведене вивчення стану проблем конформності, незалежності та групових ролей у науковій психологічній літературі показало що тенденція до конформності в нашому суспільстві настільки сильна, що цілком освічені та розумні молоді люди не задумуючись називають біле чорним. Коли бажання досягти консенсусу призводить до домінування конформності, соціальні процеси спотворюються, а індивід стає залежним від тих сил, які визначають його почуття та думки. Надмірно виражена конформність явище психологічно згубне, але часто соціально корисне і постає як механізм згуртування людських груп та передачі соціальної спадщини, культури, традицій, соціальних зразків поведінки та соціальних установок.

Ефективна робота групи заснована на розумному та усвідомленому поєднанні ієрархічної та функціональної моделей. Виявлення об'єктивних ролей дозволяє людині уникнути рольових труднощів і конфліктів у разі потреби задовольняти вимогам відразу кількох ролей. У тому числі, це важливо при зміні навколишнього середовища – зміні складу сім'ї, місця навчання, роботи. Природна соціалізація індивіда відбувається крок за кроком, при цьому корисно оптимізувати свою поведінку та ставлення до об'єктивної ролі відповідно до домінуючої ролі. Існує багато класифікацій групових ролей проте майже у всіх них можна виділити роль «лідера». Що до групової динаміки, можна сказати що, як людина, яка виконує ту чи іншу роль у групі, впливає на групу, так і група впливає на носія рольової поведінки, створюючи умови для ефективної роботи групи та групових процесів.

Ступінь вираженості конформізму зростає, якщо завдання справді складне чи випробуваний відчуває свою некомпетентність. Люди з неадекватно заниженою самооцінкою є більш схильними до групового тиску, ніж люди з адекватною самооцінкою. Найбільшу міру конформізму люди виявляють тоді, коли стикаються з одностайною думкою трьох і більше людей. Конформність підвищується, якщо, по-перше, група складається з експертів, по-друге, члени групи є значними людьми для людини, по-третє, члени групи належать до одного соціального середовища а, у ситуації вибору, часто орієнтація людей є реакцією формальної більшості референтної групи. Що більше ступінь згуртованості групи, то більше в неї влади над своїми членами.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОНФОРМНОСТІ ТА НЕЗАЛЕЖНОСТІ У СТУДЕНТІВ З РІЗНИМИ ГРУПОВИМИ РОЛЯМИ

У розділі «Емпіричне дослідження конформності та незалежності у студентів з різними груповими ролями» представлено опис обраного комплексу психодіагностичних методик та їх аналіз за допомогою описової та математичної статистики.

2.1. Організація та методи емпіричного дослідження конформності і незалежності у студентів з різними груповими ролями

Збір даних для емпіричного дослідження був проведений у Січні-Квітні 2022 року. У зв'язку з військовим станом за неможливістю провести дослідження офлайн, було запропоновано респондентам пройти методики, які були оформлені за допомогою Google Форми та поширені у чат-групах освітньої спрямованості серед студентів з міст Суми і Дніпро. Для емпіричного дослідження було використано особистісний опитувальник «Конформність-навіюваність» С.В. Клаучека та В.В. Деларю 1997 р. [18], Тест «Q-сортування: діагностика основних тенденцій поведінки у реальній групі» В. Стефансона 1958 р. [32], тест «Групові ролі» Р.М. Белбіна 1993 р. [9]. Після отримання результатів дослідження було проведено їх математичну обробку, для побудови таблиць і графіків використовувалися пакети прикладних програм (MS Excel).

Особистісний опитувальник «Конформність-навіюваність» С.В. Клаучека та В.В. Деларю складається з 20 тверджень, відібраних із відомих особистісних опитувальників, його оцінка випробуванням проводиться за дихотомічною шкалою («так», «ні»). У результаті підрахунків загальна сума балів відповідає одному з трьох рівнів конформності: слабка: 1-5 балів; помірна: 6-14 балів; сильна: 15-20 балів.

Тест «Q-сортування: діагностика основних тенденцій поведінки у реальній групі» В. Стефансона, при роботі з цією методикою досліджуваний виявляє свою індивідуальність, реальне «Я», а не «відповідність – невідповідність» статистичним нормам та результатам інших людей. Опитувальник включає в себе 60 тверджень. Варіанти відповіді: «так», якщо твердження відповідає уявленню респондента про себе як члена групи, або «ні», якщо воно суперечить його уявленню, і тільки у виняткових випадках дозволяється відповісти: «невпевнений», тобто розкласти на три групи відповідей. Відповіді у кожній парі (залежність – незалежність, комунікабельність – нетовариськість, прийняття боротьби – уникнення боротьби) підсумовуються. Заперечення однієї якості є визнанням полярної якості, кількість відповідей «так» складається з кількістю відповідей «ні» протилежних тенденцій. Також можлива нульова оцінка, коли суми відповідей «так» і «ні» збігаються, такий стан може бути джерелом внутрішнього конфлікту особистості, що стає заручником однаково виражених протилежних тенденцій.

Тест Р.М. Белбіна «Групові ролі» призначений для виявлення ролей які притаманні людині у групі. I – голова; II – формувач; III – генератор ідей; IV – оцінювач ідей (критик); V – організатор роботи; VI – організатор групи; VII – дослідник ресурсів; VIII – завершувач. Тест включає в себе всього 56 тверджень, 7 блоків по 8 тверджень у кожному блоці. У кожному із семи блоків даного тесту респонденту необхідно розподілити 10 балів між можливими відповідями відповідно до тих, які найкраще підходять їхній власній поведінці. Якщо респондент погоджується із будь-яким твердженням на 100%, то віддає йому всі 10 балів. При цьому одному твердженню можна присвоїти мінімум 2 бали. Тест дозволяє визначити природні ролі у колективі, і ті ролі, виконання яких не притаманне респонденту.

Всього респондентам було запропоновано анонімне онлайн-тестування із 139 питань, перші 3 – загальні відомості про респондентів; наступні 20 – особистісний опитувальник «Конформність-навіюваність» С.В. Клаучека та В.В. Деларю; наступні 60 – тест «Q-сортування: діагностика основних тенденцій поведінки у реальній групі» В. Стефансона; останні 56 – Тест «Групові ролі» Р.М. Белбіна. В інструкції до тестування було вказано про необхідність відповідати на запитання швидко та не роздумуючи, факт анонімності опитування мав додати респондентам впевненості та відвертості у відповідях.

Група досліджуваних: респондентами виступили студенти ЗВО міст Суми та Дніпро в Україні. Група досліджуваних включає 44 особи віком 17-22 роки. За статтю – 30 (68,2%) респондентів жіночої статі, чоловічої статі 14 (31,8%).

2.2 Аналіз результатів дослідження конформності і незалежності у студентів з різними груповими ролями

На початку дослідження було проведено обчислення показника конформність-навіюваність. За допомогою описової статистики обчислювалися показники середнього значення, моди, медіани, стандартного відхилення, коефіцієнту варіації.

Описова статистика показників за результатами особистісного опитувальника «Конформність-навіюваність» С.В. Клаучека та В.В. Деларю подані у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Описова статистика показників конформності-навіюваності студентів

	Середнє значення	Медіана	Мода	Стандартне відхилення	Коефіцієнт варіації (%)
Конформність-навіюваність	10,18±0,6	10,5	15	3,94	38,7

Оскільки з-поміж моди, медіани та середнього значення, мода це найбільш значимий показник, то маємо інтерпретувати її відповідно до рівнів конформності-навіюваності – сильний. Відомо, що середнє значення використовується для отримання узагальнюючої характеристики деякого набору даних, тобто відображає вираженість показника в групі. Було встановлено, що середнє значення за особистісним опитувальником «Конформність-навіюваність» С.В. Клаучека та В.В. Деларю – дорівнює 10,18. Це може свідчити про середній рівень конформності з можливим розкидом стандартної похибки 0,6. Показник стандартного відхилення є 3,94. Слід зазначити, що відносно середнього значення розкид показників за даною шкалою є великим та знаходиться у діапазоні від 6,24 до 14,12. Інтерпретуючи коефіцієнт варіації варто зазначити, що в даному випадку $V > 33\%$, тобто сукупність вважається неоднорідною. Також за отриманими результатами можна визначити, що середнє значення, мода та медіана не є близькими між собою за значеннями, це свідчить що розподіл не є нормальним що виключає можливість визначити конформність методами параметричної статистики.

Наступним кроком цього дослідження був проведений обрахунок показників описової статистики за шкалою «незалежність» у тесті «Q-сортування: діагностика основних тенденцій поведінки у реальній групі» В. Стефансон (табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Описова статистика показників незалежності студентів

	Середнє значення	Медіана	Мода	Стандартне відхилення	Коефіцієнт варіації (%)
Незалежність	7,02±0,6	7	7	3,93	55,9

За результатами тесту «Q сортування: діагностика основних тенденцій поведінки у реальній групі» В. Стефансона (93,2%) опитаних мають тенденцію до «незалежності» і (6,8%) опитаних мають тенденцію до залежності.

За шкалою незалежності середнє значення становить $7,02 \pm 0,6$. Це може свідчити про те, що більшість респондентів мають тенденцію до незалежності. Шкала незалежності має діапазон вираженості від 3,09 до 10,95. Значення коефіцієнту варіації свідчить про те що сукупність не є однорідною – $V > 33\%$.

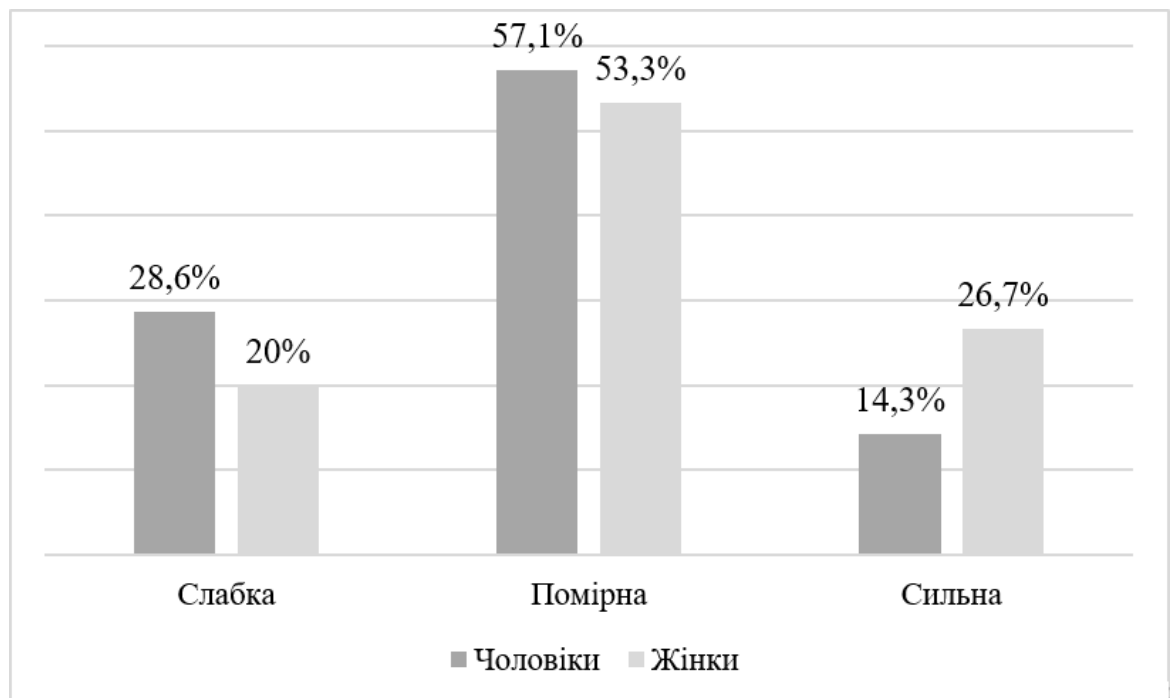


Рис. 2.1. Рівні конформності-навіюваності у студентів різної статі (%).

За особистісним опитувальником «конформність-навіюваність» С.В. Клаучека та В.В. Деларю слід зазначити слабкий, помірний та сильний рівні за статтю досліджуваних у відсотках (рис.2.1.)

Отже, відповідно до зображеної діаграми (рис.2.1.), 57,1% чоловіків та 53,3% досліджуваних жінок мають помірну конформність, 28,6% чоловіків і 20% жінок – мають слабку конформність, 14,3% і 26,7% відповідно – сильну. За відмінностями показників між шкалами статей легко можна візуально визначити

що для чоловіків більш властивою є слабка конформність і менш властива сильна конформність при чому помірна конформність знаходиться на майже однаковому рівні як для чоловіків так і для жінок, але усі ці відмінності є статистично незначимими через недостатню кількість опитаних респондентів.

Також були отримані відсоткові дані за пов'язаними шкалами залежності і незалежності у тесті «Q-сортування: діагностика основних тенденцій поведінки у реальній групі» В. Стефансона 1958 (рис.2.2.)

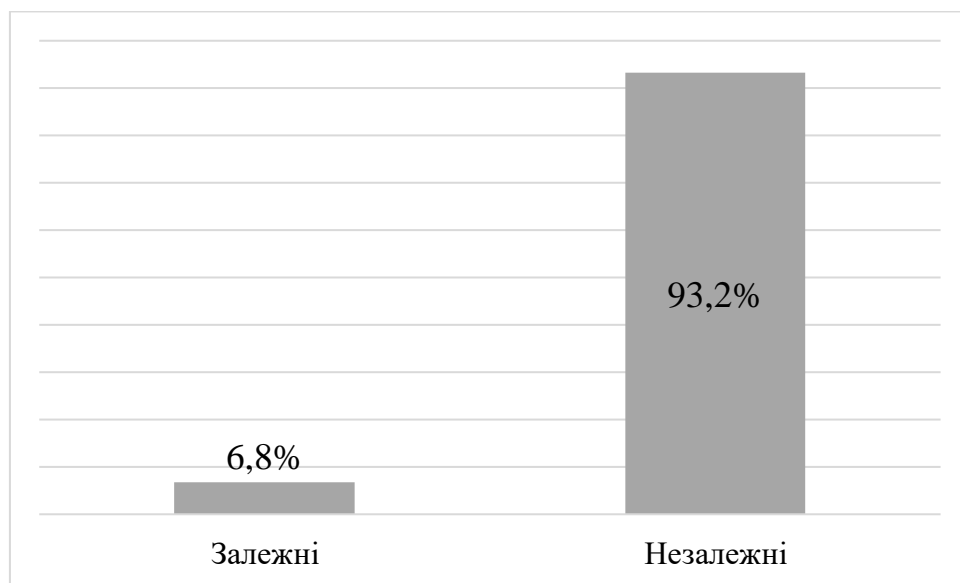


Рис. 2.2. Залежність/незалежність студентів у (%).

З представленої діаграми видно що доля респондентів з домінуючою тенденцією поведінки до незалежності складає 93,2%, а до залежності 6,8%.

За тестом «Групові ролі» Р.М. Белбіна було визначено 8 типів ролей які людина виконує в групі та їх відсоткове співвідношення серед респондентів.(рис. 2.3.)

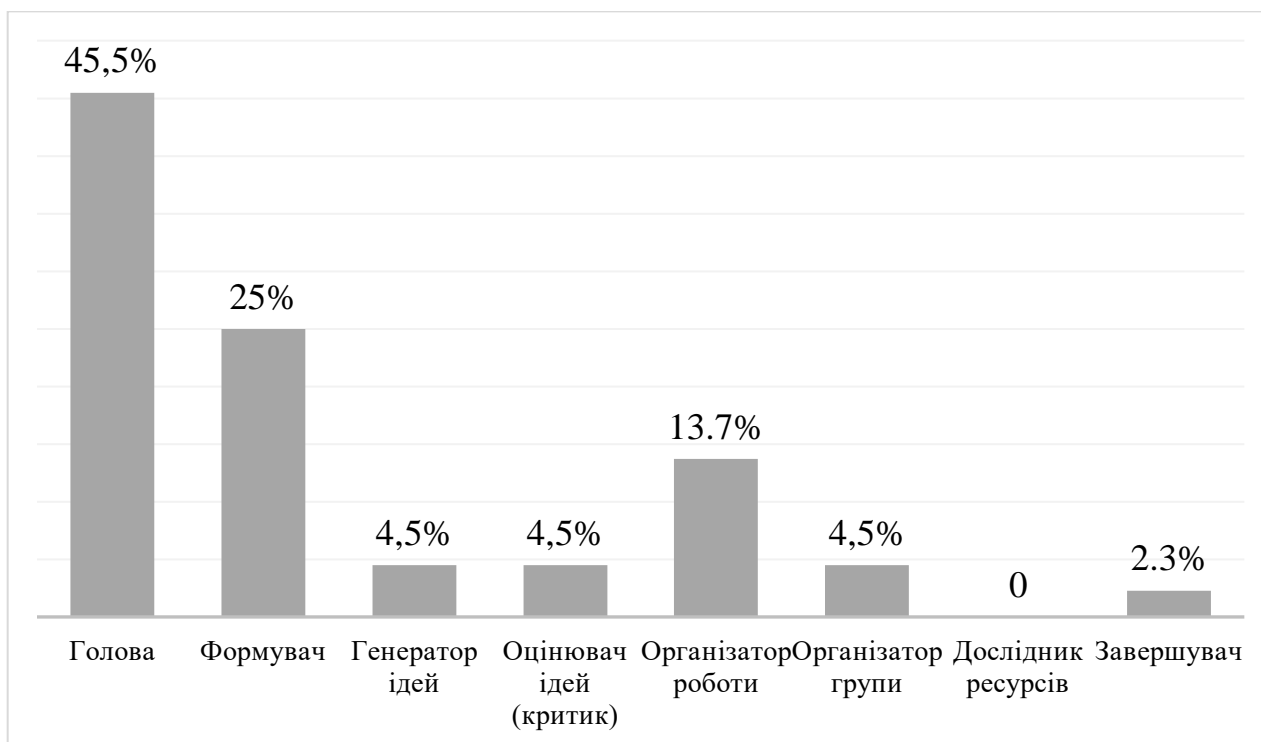


Рис. 2.3. Домінуючі групові ролі студентів у (%).

Описуючи діаграму наведену на рисунку (2.3) можна зазначити що 45,5% студентам притаманна роль голови, роль формувача 25% опитаних, третя за популярністю роль організатора роботи 13,7%. Такі ролі як генератор ідей, оцінювач ідей і організатор групи відповідають 4,5% кожна. Роль завершувача має 2,3% опитаних, а роль дослідника ресурсів не обрав жоден з респондентів.

Тест «Групові ролі» дає змогу не лише визначити притаманну роль для людини але і ті ролі які їй зовсім не підходять. (Рис. 2.4.)

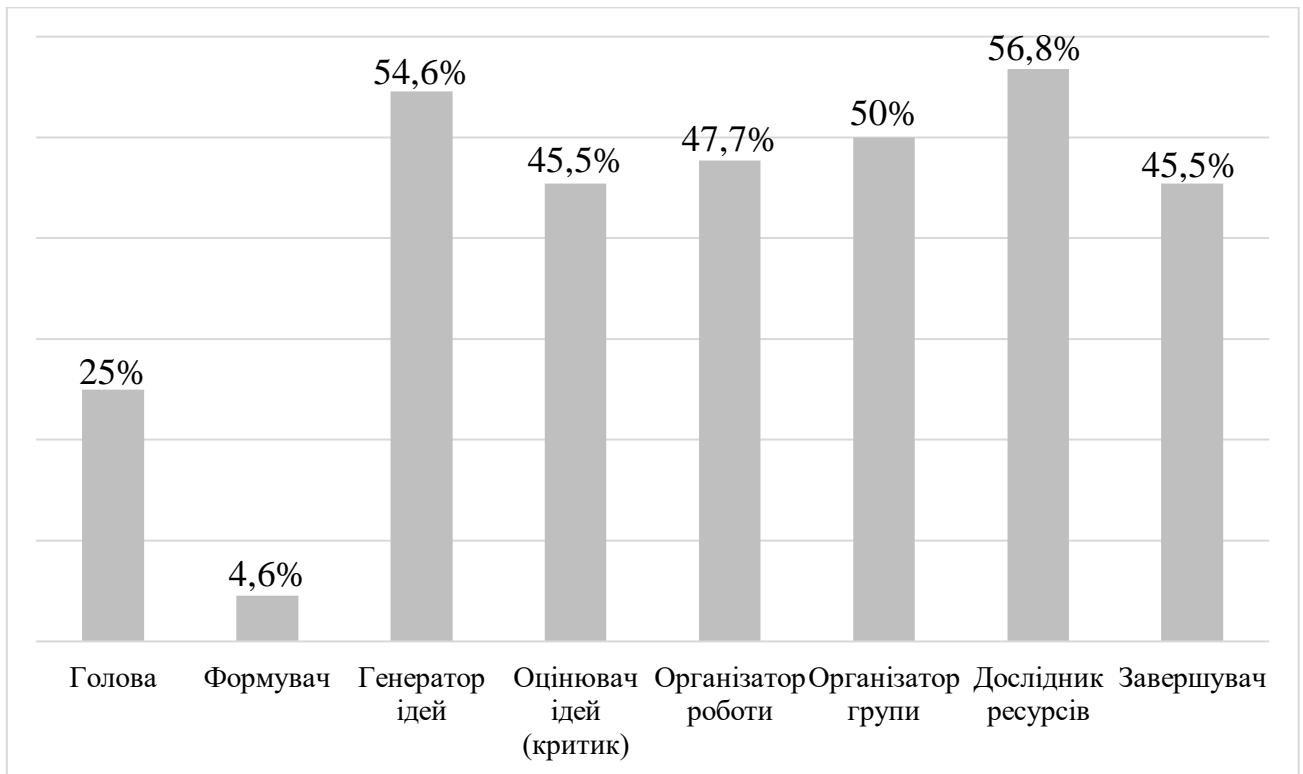


Рис. 2.4. Найменш притаманні студентам групові ролі у (%).

На діаграмі зображеній на (Рис. 2.4) ми можемо бачити якому відсотку опитаних студентів не притаманні зазначені ролі. Оскільки абсолютно непритаманних групових ролей для однієї людини може бути одразу декілька ми маємо наступні результати: голова 25%, формувач 4,6% що є найнижчим показником серед усіх інших ролей і свідчить про притаманність цієї ролі у тій чи іншій мірі абсолютній більшості опитаних студентів. Наступні 6 групових ролей непритаманні ~50% респондентів, так генератор ідей 54,6%, критик 45,5%, організатор роботи 47,7%, організатор групи 50%, дослідник ресурсів 56,8%, завершувач 45,5%.

Відповідно до завдань дослідження було проаналізовано зв'язок конформізму та незалежності з різними груповими ролями.

Таблиця 2.3

Кореляційні зв'язки між конформністю, незалежністю та груповими ролями студентів

	Конформність	Незалежність	Голова	Формувач	Генератор ідей	Критик	Орг. роботи	Орг. групи
Конформність	1							
Незалежність	0,14	1						
Голова	0,17	-0,03	1					
Формувач	0,007	0,01	-0,49	1				
Генератор ідей	-0,07	-0,18	-0,19	-0,12	1			
Оцінювач ідей (критик)	0,24	-0,08	-0,19	-0,12	-0,05	1		
Організатор роботи	-0,24	0,27	-0,35	-0,22	-0,09	-0,08	1	
Організатор групи	-0,3	-0,04	-0,19	-0,12	-0,05	-0,05	-0,08	1
Завершувач	0,07	-0,24	-0,14	-0,08	-0,03	-0,03	-0,06	-0,03

За результатами вище наведеного дослідження було виявлено достовірний взаємозв'язок між шкалою конформності і роллю організатора групи ($r=-0,3$; $p\leq 0,05$).

Висновки до розділу 2

За отриманими результатами емпіричного дослідження конформності та незалежності у студентів з різними груповими ролями впливають такі висновки:

Показники респондентів свідчать про наявність помірної конформності у більшості опитуваних, варто зауважити що представники чоловічої статі схильні до конформної поведінки меншою мірою ніж жінки проте ці відмінності не можна вважати значимими через малу кількість респондентів. Завдяки обробці результатів тестування, було виявлено що студентів з домінуючою тенденцією поведінки до незалежності абсолютна більшість. На основі результатів було

визначено, що серед досліджуваних найбільш популярною роллю є роль лідера. Що стосується ролі формувача, то ця роль є найменш непритаманною для студентів серед усіх інших, таким чином, більшість студентів (95,4%) змогли б виконувати цю роль у разі якщо їх природню роль зайняв хтось інший.

Кореляційний аналіз результатів проведених методик не підтвердив результати теоретичного дослідження. Єдиний достовірний зворотній зв'язок який ми виявили це зв'язок між шкалою конформності та груповою роллю «Організатор групи». Що стосується інших шкал, то вони між собою не зв'язані значимими зв'язками. Тобто окрім вище вказаного зв'язка конформність і незалежність не впливають на групову роль студентів.

РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ ВИСОКОГО РІВНЯ КОНФОРМНОСТІ СТУДЕНТІВ

3.1. Особливості корекції високого рівня конформності методами когнітивно-поведінкової та арт терапії

Конформізм студентів є вагомою частиною їх успішного існування у групі, але якщо його рівень вищий за оптимальний то це може мати наслідки, такі як втрата власних поглядів та принципів, що в кінцевому результаті може погано вплинути на особистість людини. Також варто зазначити, що корегування високого рівня конформізму може використовуватися не лише із студентами, а також з іншими людьми які не мають жодного відношення до навчання і без зважання на вік.

Корекція конформності передбачає комплексний підхід. Нами для досягнення цієї мети було обрано когнітивно-поведінковий напрям та методи арт-терапії. Наша мета полягає у тому, щоб розглянути видані дослідження та зробити висновки про ефекти методів арт-терапії та КПТ при високому рівні конформізму для подальшого обґрунтування їх ефективного застосування у тренінговій корекційній роботі.

На нашу думку, саме завдяки цим методам можна скорегувати рівень конформності, оскільки саме когнітивно-поведінковий напрям включає в себе багато методів та технік, які можна ефективно використовувати в корекції конформності людини.

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) – когнітивна через важливість мислення, а поведінкова через використання поведінкових технік. Рівновагу між когнітивним та поведінковим елементами варіюється між різними терапіями цього типу, але кожен з видів є під загальною назвою когнітивно-поведінкова терапія [33].

Цей напрям був обраний нами через те що у ньому майже на кожну психологічну проблему є свій «протокол». Точний порядок дій. Що і як слід робити, щоб допомогти людині, до того ж усе підкріплюється картинками та великою кількістю різноманітних когнітивних схемам, що описують процеси які відбуваються в мозку клієнта і роблять їх зрозумілими, а отже такими що легше піддаються корегуванню. До того ж КПТ є найбільш науково обґрунтованою, з найбільш доведеною ефективністю психотерапією у світі.

КПТ відрізняється від інших типів психотерапії, тому що тут заняття мають структуру. Людина не приходять і говорить усе, що спливає їй на думку, а міняє схеми власного мислення усвідомлюючи і раціоналізуючи свої думки і поведінку.

Виконання домашнього завдання між сесіями є невід'ємною частиною когнітивно-поведінкової терапії однією з її найважливіших частина. І кожного разу д/з має різну мету та значення. Наприклад, на початку терапії, терапевт може попросити клієнта писати у щоденник такі випадки, які провокують погоджуватися чи відмовлятися що до якихось речей в ситуації оточення людей. Після цього клієнт і психолог можуть разом дослідити думки, які оточують ці події завдяки тому що вони записуються в момент виникнення цих думок або одразу після.

Арт терапія – у першу чергу корекція, зміна, перетворення образу, на більш урівноважений і здоровий. Все до чого звертається терапія, це образ і енергія об'єкта яка є посередником при контакті пацієнта і психолога на символічному рівні. Образи художньої творчості віддзеркалюють всі підсвідомі процеси, включаючи конфлікти, страхи, спогади. Основною метою даного методу є гармонізація розвитку особистості в результаті розвитку здатності самовираження, самопізнання через мистецтво. На сьогоднішній день арт-терапія

є технологією психічної гармонізації та розвитку людини, методом вирішення внутрішніх конфліктів особистості, використання її творчого потенціалу, засобом знаходження та активізації ресурсів і поширення діапазону саморегуляції. У нашій програмі використовується як допоміжна терапія яка допомагає налагодити атмосферу, і глибше відчувати себе в колективі завдяки груповим вправам [17].

Основними функціями арт-терапії є:

- Катарсична – звільняє від негативних станів.
- Регулятивна – полягає у знятті нервово психічної напруги.
- Комунікативно-рефлексивна – забезпечує корекцію порушень спілкування, формування адекватної міжособистісної поведінки, самооцінки.

Виходячи з існуючих функцій, арт-терапія вирішує як загальні теоретичні та організаційні завдання, так і приватні, що належать до кожного з цих напрямків. Адаптація арт-терапевтичних методик та їх використання з метою психокорекційної розробка арт-терапевтичних технологій, що забезпечують корекцію порушень у розвитку; коригує вторинні відхилення у розвитку особистості; впливає на процес гармонізації та соціальної адаптації. В арт-терапії не робиться акцент на цілеспрямоване навчання а, отже, оволодіння навичками та вміннями у будь-якому вигляді художньої діяльності.

Сучасна наукова арт-терапія при всьому своєму різноманітті її зв'язків з різноманітними культурними феноменами, найближче усього стоїть до народної художньої творчості, а отже і до студентів ця терапія дотична і їм зрозуміла. Оскільки нам підходять дві з трьох основних функцій – регулятивна і комунікативно-рефлексивна, а також терапевтичний вплив на процес гармонізації та соціальної адаптації у культурно-освітньому просторі нами було

прийнято рішення використати арт-терапію у якості допоміжного методу корекції.

Корекція підвищеного рівня конформності обрана метою нашої програми оскільки конформність визначає все різноманіття відносин індивіда з іншими і значною мірою визначає психологічне добробут індивіда, будучи показником особистісного психічного здоров'я. У даній програмі представлено базовий набір вправ, цю програму можна доповнити чи оптимізувати в залежності від групової динаміки.

3.2. Програма корекції високого рівня конформності студентів

Актуальність програми: зумовлена особливістю психології, зорієнтованість на норми поведінки, що діють у референтній групі людини заважають їй діяти самостійно і повністю проявляти себе. Студент залежить від однолітків, прагне до них і часом готовий виконати те, на що його підштовхує група [35]. Наразі багато людей не переймаються тим аби скласти власну думку стосовно подій які безпосередньо не стосуються їх повсякденного життя, а отже проявляють конформність стосовно вигаданих за них ставлень. Через це людина може втратити «себе», розчинитися у групі і не просто втратити будь який шанс стати корисним її членом, а й перетворитися на тягар.

Для зменшення рівня конформності студентів як учасників навчального процесу нами була розроблена програма навчально-психологічного тренінгу, розрахованого на 5 занять по 80 хвилин кожне.

Мета програми – зменшення підвищеного рівня конформності шляхом проведення спеціальної системи вправ у тренінговій групі студентів.

Завдання програми:

1. Набути та систематизувати знання студентів про конформізм.

2. Розвинути вміння розпізнавати власну конформну поведінку.
3. Навчитися рефлексувати і розуміти переваги і недоліки власного конформізму у різних соціальних ситуаціях.

Реалізатором програми має бути практичний психолог.

Програма розрахована на два компоненти: когнітивний та емоційний.

Програма розрахована на використання для груп студентів різних курсів навчання. Кількість учасників: 8-12 осіб юнацького віку.

Тривалість: 5 занять по 80 хвилин.

Очікувані результати:

1. Формування вмінь, які допоможуть розпізнавати і оцінювати конформну поведінку.
2. Покращення навичок продуктивного спілкування, впевненості у собі, підвищення самооцінки студентів.
3. Якісні зміни рівня конформності у студентів.

Заняття 1

Мета: Знайомство членів групи, виявлення очікувань учасників надання інформації з приводу центральної теми заняття і визначення правил проведення занять.

Тривалість заняття: 80 хв.

Вправа 1 «Знайомство» [38]

Мета: знайомство учасників групи один із одним.

Тривалість: 15 хв.

Хід виконання:

На початку роботи групи кожен учасник оформляє картку-візитку, де вказує своє «тренінгове» ім'я. При цьому він має право взяти собі будь-яке ім'я: своє справжнє, ігрове, ім'я свого друга чи знайомого, реального політичного діяча

чи літературного героя тощо. Надається повна свобода вибору. Ім'я має бути написане розбірливо і великими літерами.

Візитки кріпляться шпилькою на грудях так, щоб усі могли прочитати ім'я. Надалі протягом усього заняття учасники звертаються один до одного за цими іменами.

Ведучий надає 3-5 хвилин для того, аби усі учасники зробили свої візитки та підготувалися до їх презентації. Основне завдання презентації – підкреслити свою індивідуальність, описати себе так, щоб решта учасників відразу запам'ятали виступаючого.

Потім учасники сідають у велике коло і по черзі, представляючись, говорять про себе, підкреслюючи свої особливості (звички, якості, уміння, уподобання тощо).

Питання для обговорення:

Чи сподобалася вам вправа?

Чи запам'ятали ви імена інших учасників?

Що було запам'ятати легше – ім'я чи опис імені?

Чия характеристика вам сподобалася найбільше?

Вправа 2 «Правила»

Мета вправи: ознайомлення і спільне встановлення правил тренінгу, задля забезпечення екологічної та ефективної роботи.

Тривалість: 10 хвилин.

Матеріали: фліп-чарт, маркер.

Хід виконання:

Тренер пропонує учасникам прийняти правила взаємодії під час групової роботи та самостійно сформулювати їх.

Обговорення запропонованих ведучим та групою правил.

Можливі правила:

ДОВІРНИЙ СТИЛЬ СПІЛКУВАННЯ

СПІЛКУВАННЯ ЗА ПРИНЦИПОМ «ТУТ І ТЕПЕР»

ПЕРСОНІФІКАЦІЯ ВИСЛОВЛЮВАНЬ

ЩИРІСТЬ У СПІЛКУВАННІ

КОНФІДЕНЦІЙНІСТЬ

АКЦЕНТ НА СИЛЬНИХ СТОРОНАХ І ПОЗИТИВНИХ МОМЕНТАХ

НЕПРИПУСТИМІСТЬ БЕЗПОСЕРЕДНИХ ОЦІНОК ЛЮДИНИ

Вправа 3 **Інтерактивна лекція: «Що таке конформізм?»**

Мета: сформувати та систематизувати знання про конформізм.

Тривалість: 40 хв.

Інструкція: Слухати теоретичний матеріал, ставити запитання, наводити приклади.

Вправа 4 **«Дерево підсумків» [15]**

Мета: отримання зворотного зв'язку, рефлексія та підведення підсумків заняття.

Тривалість: 15 хвилин.

Матеріали: папір різного кольору, ручки, олівці, маркери, клей, фліп-чарт.

Хід виконання:

1. Учасникам пропонується два аркуші паперу різного кольору, наприклад, синього і рожевого.
2. Тренер пропонує написати на аркушах рожевого кольору ви напишете свої позитивні враження від тренінгу, а на аркушах синього кольору – побажання

щодо поліпшення нашої роботи, або те, що не сподобалось і чому. Не обов'язково брати і рожевий і синій аркуші. Можна обрати лише один колір.

3. Учасники розповідають про свої враження та наклеюють аркуші на намальоване на фліп-чарті дерево.

Заняття 2

Мета: сформуванню уявлення в учасників групи про конформізм, допомогти усвідомити його присутність у власному житті учасників.

Тривалість заняття: 80 хв.

Вправа 1 «Вентиляція почуттів» [38]

Мета: Пригадати імена учасників і продемонструвати різноманітність почуттів і настроїв учасників групи стосовно один одного.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання:

(З цієї вправи будуть розпочинатися всі подальші заняття)

Всі встають у коло.

Психолог піднімає ліву руку і кладе її на плече поряд.

Потім тренер говорить ім'я цього учасника групи і, дивлячись йому у вічі, говорить початок фрази (формули) і той продовжує її так, як захоче.

Початок формули має бути однаковим у всіх.

Фраза повинна висловлювати почуття, які учасник відчуває стосовно того, до кого він звертається, або вона може виражати настрій.

Далі всі учасники групи за годинниковою стрілкою звертаються до тих хто поряд.

ФОРМУЛА: «Я люблю себе за...»

Вправа 2 «Психогімнастика – За ознакою» [1]

Мета: активізувати, членів групи, створити певний емоційний настрій, зняти напруженість, що може виникнути на початкових етапах роботи групи. Посприяти проходженню фаз становлення групи.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання: Учасникам групи пропонується сісти так, щоб на стільці, на якому зазвичай сидить тренер, виявилася людина з заданою кількісною характеристикою, праворуч від неї повинен сісти наступний за цією ознакою і так далі по колу, наприклад той хто найбільш далеко живе від місця проведення тренінгу, аби самий далекий опинився на стільці, що стоїть ліворуч від психолога. Під час гри не дозволяється розмовляти. Стиль взаємовідносин виявлятиметься і в тому, як учасники без слів радяться один з одним, співпрацюють або намагаються чинити тиск тощо.

Вправа 3 «Адвокат» [26]

Мета: активізувати фантазію і продемонструвати автоматичні думки студентів зі сторони, надати можливість надати аргументи стосовно питань що виникнуть у майбутньому.

Тривалість: 25 хв.

Хід виконання: Інструкція – ви потрапили на слухання до суду: ваші автоматичні думки вже протягом кількох днів атакують вас, називаючи лінивим невдахою і некомпетентним.

Нарешті, випала можливість виступити у ролі адвоката, завдання якого – довести, що аргументи звинувачення, висунуті проти вас, неспроможні, як порушена логіка.

Процес триває вже кілька днів, тому навряд чи адвокат встане з крісла, просто відмахнеться від звинувачень («Так ні, мій клієнт добрий малий») і спокійно сяде на місце. Навпаки, він докладе безліч зусиль, приведе переконливі аргументи і знайде свідків, які виступатимуть на вашому боці.

Як адвокат, ви не повинні вірити в невинність свого клієнта (тобто себе).

Питання для обговорення:

Що ви сказали б присяжним?

Чи справедливі ці негативні думки?

Що можна сказати про них із позиції здорового глузду?

Чи можна застосувати їх до всіх присутніх?

Вправа 4 «Мотиви наших вчинків» [8]

Мета: допомогти учасникам побачити рольові взаємини у групі та вплив членів групи на індивідуальний досвід.

Тривалість: 20 хв.

Матеріали: Папір, ручки.

Хід виконання: «Наші вчинки щодо інших людей викликані різними спонукальними силами. Ми робимо щось для інших людей тому, що їм симпатизуємо, любимо їх і тому, що так належить, так прийнято в суспільстві. Важливо розуміти, що рухає нами в тому чи іншому випадку. Ось, наприклад, страх покарання іноді усвідомлюється нами так чи інакше, іноді ми робимо щось, може, не усвідомлюючи навіщо, а може, думаючи, що з кращих побажань, але в основі – страх. Згадайте два випадки – один, коли ви зробили щось для іншої людини тому, що боялися його чи чийогось гніву, засудження, покарання, хоча в той момент і не усвідомлювали цього, і інший, коли ви зробили щось для іншого з тієї ж причини, але при цьому чудово розуміючи, чому ви це робите. Учасники

групи, записавши приклади із життя, діляться ними. Потім психолог просить так само згадати два вчинки, продиктовані прагненням дотримуватися соціальної норми, «бути як усі», «не висовуватися».

Питання для обговорення:

Що було важче виконати?

Чи важко було розповісти про це?

Вправа 5 «Мої думки» [26]

Мета: з'ясувати, про що студент найчастіше думає у соціумі, скільки часу він витрачає на обмірковування цих думок, як сильно його турбують ті чи інші ідеї. Осяйнути значущість тих чи інших мотивів людини після ухвалення ним рішення.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання: Учасники заводять щоденник чи нотаток у телефоні «Мої думки» який завжди мають при собі У ньому фіксують всі цікаві випадки, що сталися з ними під час спілкування з оточуючими.

Дата	Партнери по спілкуванню	Зміст спілкування	Мої нові відчуття	Конкретні висновки	Практичні кроки
------	-------------------------	-------------------	-------------------	--------------------	-----------------

На кожному занятті охочі учасники зачитують свої записи і обговорюють їх з групою.

«Щоденник» ведеться протягом усього часу поки йде цикл тренінгів (може вестися учасниками і надалі за бажанням).

Питання для обговорення:

Аналізуйте, чи ви частіше стали спілкуватися з людьми?

Чи повторюються ваші відчуття, які виникають у процесі спілкування з різними групами?

Чи допомагають вам зроблені висновки?

Вправа 6 «Прощання» [35]

Мета: Вербальне підбиття підсумків тренінгу, вираження емоційного ставлення учасників групи один до одного та до керівника.

Тривалість: 5-10 хв.

Хід виконання: Учасники групи по колу мають можливість висловити думку, наскільки ефективним їм здався тренінг, наскільки він виправдав їхні очікування, що нового відкрив у галузі мотивації людської поведінки та у міжособистісних відносинах, чи вплинув на суб'єктивний рівень конформності учасника; можна також звернутися з реплікою безпосередньо до когось із групи або до її керівника.

Заняття 4

Мета: допомогти учасникам знаходити прояви конформізму, навчити розпізнавати власний конформізм та надавати йому відповідну оцінку.

Тривалість заняття: 80 хв.

Вправа 1 «Вентиляція почуттів» [38]

Мета: Пригадати імена учасників і продемонструвати різноманітність почуттів і настроїв учасників групи стосовно один одного.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання: Інструкція у Занятті 2

ФОРМУЛА: «Я очікую сьогодні від себе...»

Вправа 2 «Психогімнастика – Друкарська машинка» [1]

Мета: активізувати, членів групи, створити певний емоційний настрій, зняти напруженість. Посприяти проходженню фаз становлення групи.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання: психолог називає кожному учаснику літери алфавіту, які член групи має запам'ятати. Якщо у групі 12 осіб, кожному дається 2-3 літери. Необхідно відстукати якусь фразу, приказку, початок вірша, пісні. Замість промовляння літери відстукуються у долоні. Чим досвідченіша друкарська група, тим швидше стукають клавіші друкарської машинки.

Вправа 3 «Я – реальне; ідеальне; очима інших» [26]

Мета: продемонструвати як думка оточуючих що до особистості може на неї впливати.

Тривалість: 15 хв.

Необхідні матеріали: папір, кольорові олівці.

Хід виконання: тренер просить учасників групи намалювати себе такими, якими вони є, таким, якими хотіли б бути, і такими, якими їх бачать інші люди.

Питання для обговорення:

Чим викликані розбіжності у уявленнях про те, яким ти хотів би бути і яким тебе бачать інші, з тим, який ти є насправді?

Були б ці розбіжності сильнішими, якщо провести це завдання на початку тренінгу, і чому?

Вправа 4 «Частини мого «Я»» [33]

Мета: продемонструвати студентам що нестандартна ситуація може радикально змінити стратегію поведінки людини і слід на це зважати.

Тривалість: 25 хв.

Необхідні матеріали: папір, набори кольорових олівців.

Хід виконання: Ведучий пропонує студентам згадати, якими вони бувають у різних випадках, залежно від обставин (іноді настільки несхожими на себе самих, ніби це різні люди), як студенти, трапляється, ведуть внутрішній діалог із собою, та спробувати намалювати ці різні частини свого «Я». Це можна зробити так, як вийде, можливо, символічно. Після виконання завдання учасники, зокрема ведучий, по черзі показуючи свої малюнки групі, розповідають, що у них зображено. За згодою кожного з учасників ведучий збирає малюнки (бажаючи можуть залишити їх собі) за умови, що вони не будуть показані нікому сторонньому, але учасники можуть їх подивитися до та після тренінгу.

Питання для обговорення:

Чи важко виконувати завдання?

Чи важко розповісти?

Що зобразили?

Вправа 5 «Мої думки»

Мета: з'ясувати, про що студент міркує найчастіше у соціумі, скільки часу він витрачає на обмірковування цих думок, як сильно його турбують ті чи інші ідеї. Осаянути значущість тих чи інших мотивів людини після ухвалення нею рішення.

Тривалість: 15 хв.

Хід виконання: Інструкція у Занятті 2

Мета: Вербальне підбиття підсумків тренінгу, вираження емоційного ставлення учасників групи один до одного та до керівника.

Тривалість: 5-10 хв.

Хід виконання: Учасники групи по колу мають можливість висловити думку, наскільки ефективним їм здався тренінг, наскільки він виправдав їхні очікування, що нового відкрив у галузі мотивації людської поведінки та у міжособистісних відносинах, чи вплинув на суб'єктивний рівень конформності конкретного учасника; можна також звернутися з реплікою безпосередньо до когось із групи або до її керівника.

Заняття 5

Мета: розвинути вміння розпізнавання конформізм в груповій взаємодії і застосувати його в тренінговій групі. Навчити учасників приймати раціональні альтернативи поведінки в соціумі.

Тривалість заняття: 80 хв.

Вправа 1 «Вентиляція почуттів» [38]

Мета: Пригадати імена учасників і продемонструвати різноманітність почуттів і настроїв учасників групи стосовно один одного.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання: Інструкція у Занятті 2

ФОРМУЛА: «Мені подобається, що ти...»

Вправа 2 «Психогімнастика – Рука» [1]

Мета: активізувати, членів групи, створити певний емоційний настрій, зняти напруженість. Посприяти проходженню фаз становлення групи.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання:

Усі учасники гурту повинні мовчки, очима знайти собі пару.

Тренер дає для цього приблизно півхвилини, а потім вимовляє: «Рука».

Всі учасники повинні миттєво показати рукою на людину, яка складає з нею пару. Якщо виявляється, що кілька членів групи поклонують па одну й ту саму людину, а в інших учасників немає пари, або хтось не може знайти собі партнера, досвід повторюється.

Важливий не стільки сам результат, коли всі учасники об'єднуються в узгоджені пари, скільки процес: реакція групи на "випадання" одного або кількох учасників, яких ніхто не вибрав або які нікого не вибрали: реакція учасників, яким здавалося, що вони домовилися з партнером про взаємний вибір, а той обрав когось іншого тощо. Вищий показник згуртованості групи – миттєва її реакція на вибуття, виключення зі своїх рядів деяких членів і не чутливість до відчуття відчуженості від групи, що виникає в учасників тренінгу.

Вправа 3 «Мої проблеми» [33]

Мета: спонукнути студентів замислитися над можливими способами завоювання прихильності до себе.

Тривалість: 20 хв.

Необхідні матеріали: папір, ручки.

Хід виконання: психолог пропонує учасникам групи назвати приклади того, коли в їхньому житті виявлялися і як вдавалося: маніпулювати іншими для того, щоб домогтися їх прихильності до себе та любові; невмінням подбати про іншу людину і/або про себе; труднощами подумки поставити себе місце іншого, зрозуміти його інтереси, визнати його права і тому подібне.

Питання для обговорення:

Чи стало простіше зрозуміти свої проблеми, знайти спосіб вирішення?

Чи легше діагностувати свій конформізм дивлячись на іншого в подібній ситуації?

Вправа 4 «Кола» [17]

Мета: розвиток спонтанності, рефлексії; дозволяє прояснити особистісні особливості, цінності, претензії, характер проблем кожного учасника, його становище групи; виявляє міжособистісні та групові взаємини, їх динаміку, має потенціал для формування групової згуртованості.

Тривалість: 25 хв.

Необхідні матеріали: два рулони А1. Олівці, фломастери, гумка, клей, скоч.

Хід виконання: Група сідає навколо столу, їм надаються ватман, прості олівці, клей. Кожен із учасників малює фігуру кола, а також може домальовувати чужі малюнки, писати побажання один одному. Після закінчення роботи учасники діляться враженнями про спільну роботу, показують власні малюнки, розповідають про задум, сюжет, почуття, зачитують, за бажання, вголос добрі побажання, які їм написали інші учасники.

Замалюйте вільний простір аркуша, що залишився, візерунками, символами, значками та ін. Перш за все, домовтеся з іншими учасниками про зміст і способи створення фону для колективного малюнка.

Питання для обговорення:

Як ви себе відчуваєте?

Як ваш настрій зараз?

Розкажіть про свій малюнок?

Чи доповнювали ви роботи інших учасників?

Які проблеми виникали під час роботи?

Вправа 5 «Мої думки»

Мета: з'ясувати, про що студент міркує найчастіше у соціумі, скільки часу він витрачає на обмірковування цих думок, як сильно його турбують ті чи інші ідеї. Осягнути значущість тих чи інших мотивів людини після ухвалення ним рішення.

Тривалість: 15 хв.

Хід виконання: Інструкція у Занятті 2

Вправа 6 «Прощання» [35]

Мета: Вербальне підбиття підсумків тренінгу, вираження емоційного ставлення учасників групи один до одного та до керівника.

Тривалість: 5-10 хв.

Хід виконання: Учасники групи по колу мають можливість висловити думку, наскільки ефективним їм здався тренінг, наскільки він виправдав їхні очікування, що нового відкрив у галузі мотивації людської поведінки та у міжособистісних відносинах, чи вплинув на суб'єктивний рівень конформності конкретного учасника; можна також звернутися з реплікою безпосередньо до когось із групи або до її керівника.

Заняття 7

Мета: допомогти учасникам виявити негативні схеми поведінки та усвідомити власні позитивні якості, мотивувати групу на зміну схем соціальної взаємодії.

Тривалість заняття: 80 хв.

Вправа 1 «Вентиляція почуттів» [38]

Мета: Пригадати імена учасників і продемонструвати різноманітність почуттів і настроїв учасників групи стосовно один одного.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання: Інструкція у Занятті 2

ФОРМУЛА: «Отже, я сьогодні готовий...»

Вправа 2 «Психогімнастика – Стрибки» [1]

Мета: активізувати, членів групи, створити певний емоційний настрій, зняти напруженість. Посприяти проходженню фаз становлення групи.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання: Усім членам групи пропонується стрибнути праворуч, ліворуч, повертаючись на 90 градусів, або підстрибнути на місці. Потім психолог каже: "Стоп!" – і через кілька секунд: "Стрибок!" Продовжується це доти, поки вся група не буде виконувати один і той же рух. Завдання – якнайшвидше всім почати стрибати однаково.

Вправа 3 «Я не такий, я різний» [33]

Мета: Показати студентам що чим унікальна людина тим більш вона незамінна, різноманітний колектив краще знаходить нестандартні рішення.

Тривалість: 20 хв.

Хід виконання: Студентам пропонується протягом 5 хвилин за допомогою кольорових олівців намалювати або описати, що таке радість. Наголошується, що малюнок може бути конкретним, абстрактним, яким завгодно. Після виконання завдання всі малюнки та описи вкладаються в ящик, у якому бажано мати приблизно таку ж кількість малюнків та описів. Все перемішується, витягується велика пачка, яку учасники розглядають, передаючи листки одне одному. Ведучий просить усіх звернути увагу на відмінності у розумінні та уявленні поняття «радість». Проводиться невелике обговорення і робиться висновок про

те, як по-різному люди розуміють одні й ті ж явища. Листки знову складаються в ящик, перемішуються, витягуються і кожному пропонується знайти свій листок. Проводиться обговорення, робиться висновок про те, що кожна людина – особлива, неповторна. Тому кожна людина незамінна, і це важлива підстава для того, щоб вона відчувала свою цінність.

Питання для обговорення:

Легко чи важко знайти власний? Чому?

Що ще важливо для того, щоб мати почуття власної гідності?

Проміжна вправа – Перегляд відеоматеріалу про феномен конформізму «Чому усі конформісти, окрім мене?».

Вправа 4 «Дім в якому нам...» [16]

Мета: діагностика та корекція способів реагування людини на вплив зовнішнього середовища.

Тривалість: 30 хв.

Необхідні матеріали: вісім листів А1, з'єднані у два великі полотна, фарби, гуаш, два великі кисті з мотузками, прив'язаними до ручки довжиною 70-90 см, ємності для фарби (вісім глибоких тарілочок), два відра з водою, скоч. Листи паперу потрібно скріпити по чотири так, щоб утворилося два великі полотна. До кожного пензля прив'язати мотузку (на два більше, ніж кількість учасників). Розвести фарби в ємності по одному кольору в кожній. Ємності вишикувати в ряд на однаковій відстані від команд.

Хід виконання: учасників об'єднують у дві групи. Кожна група бере по одній кисті. Учасникам потрібно взяти по мотузці і тримати кисть за неї. Групою необхідно намалювати малюнок на тему: «Будинок, у якому нам добре». Під час

роботи слід пам'ятати про правила: не розмовляти; свої почуття та думки можна висловлювати мімікою та жестами; кисть брати в руки лише для того, щоб прополоскати у відрі.

Обговорення у групах:

Яким словом Ви визначите взаємодію в групі?

Хто був найраціональнішим?

Який корисний досвід ви набули, працюючи в команді?

Вправа 5 «Мої думки»

Мета: з'ясувати, про що студент міркує найчастіше у соціумі, скільки часу він витрачає на обмірковування цих думок, як сильно його турбують ті чи інші ідеї. Осаянути значущість тих чи інших мотивів людини після ухвалення нею рішення.

Тривалість: 15 хв.

Хід виконання: Інструкція у Занятті 2

Вправа 6 «Прощання» [35]

Мета: Вербальне підбиття підсумків тренінгу, вираження емоційного ставлення учасників групи один до одного та до керівника.

Тривалість: 5-10 хв.

Хід виконання: Учасники групи по колу мають можливість висловити думку, наскільки ефективним їм здався тренінг, наскільки він виправдав їхні очікування, що нового відкрив у галузі мотивації людської поведінки та у міжособистісних відносинах, чи вплинув на суб'єктивний рівень конформності конкретного учасника; можна також звернутися з реплікою безпосередньо до когось із групи або до її керівника.

Заняття 8

Мета: розвинути критичне ставлення до конформізму, допомогти учасникам усвідомити цінності конформізму для успішної інтеграції в групу.

Тривалість заняття: 80 хв.

Вправа 1 «Вентиляція почуттів» [38]

Мета: Пригадати імена учасників і продемонструвати різноманітність почуттів і настроїв учасників групи стосовно один одного.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання: Інструкція у Занятті 2

ФОРМУЛА: «Я відрізняюся від інших тим, що я...»

Вправа 2 «Психогімнастика – Обрання лідера» [1]

Мета: активізувати, членів групи, створити певний емоційний настрій, зняти напруженість. Посприяти проходженню фаз становлення групи.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання: Учасники мають мовчки домовитись, хто буде лідером дискусії з теми обраної навмання.

На це мовчазне обговорення групі дається приблизно хвилина, після чого тренер просить обраного лідера підняти руку. Якщо групі не вдається вибрати лідера з першої спроби, можна повторити гру.

Ця вправа в мініатюрі відображає структуру групи та її історію. Найвищий показник згуртованості – вибір лідером того учасника, який «дозрів» для ведення саме цієї дискусії: є експертом у цій галузі, відчуває потребу саме зараз проявити активність і потребує підтримки групи.

Вправа 3 «Функціональні ролі» [26]

Мета: відтворити ситуацію з життя побути в ній свідомим учасником і спостерігачем.

Тривалість: 45 хв.

Необхідні матеріали: аркуші, ручки.

Хід виконання: Члени групи отримують зворотний зв'язок щодо їхньої звичайної поведінки у взаємодії. Половина групи сідає в центрі приміщення, інша половина розташовується навколо тих, хто сидить. Кожному в зовнішньому колі пропонується спостерігати за поведінкою будь-кого з тих, хто перебуває в центрі. Усі члени групи одержують такі інструкції. Якщо ви знаходитесь в центрі, вам належить взяти участь у дискусії, яка триватиме 15-20 хвилин. Буде підходящою будь-яка тема, але краще, щоб вона наприкінці обговорення так і залишилася відкритою. Під час дискусії за вами спостерігатиме хтось із зовнішнього кола. Якщо ви знаходитесь у зовнішньому колі, зверніть увагу на те, як часто партнер, за яким ви спостерігаєте, робить безпосередній внесок у вирішення поставленого завдання і як часто він допомагає врегулювати відносини між членами групи в процесі дискусії. Останнє якраз і відноситься до функції надання підтримки і може включати репліки, що сприяють розрядці напруженості, що виникають іноді, зусилля, спрямовані на досягнення компромісів і на гармонізацію відносин у групі, схвальні висловлювання. Відзначте, які з цих дій сприяють, а які перешкоджають досягненню спільної групової мети, напишіть, які форми поведінки носять непродуктивний характер. Це можуть бути самоусунення, ухиляння від теми, прагнення до загального визнання, домінування, агресія, схильність до руйнації або просто байдужість. Через 15-20 хвилин повідомите партнера про результати своїх спостережень. Потім партнери змінюються ролями і процес повторюється.

Питання для обговорення: вправу можна завершити обговоренням того, як часто учасники виконують функції надання підтримки та вирішення завдань, що стоять перед групою.

Вправа 4 «Мої думки»

Мета: з'ясувати, про що студент міркує найчастіше у соціумі, скільки часу він витрачає на обмірковування цих думок, як сильно його турбують ті чи інші ідеї. Осяйнути значущість тих чи інших мотивів людини після ухвалення ним рішення.

Тривалість: 15 хв.

Хід виконання: Інструкція у Занятті 2

Вправа 5 «Прощання» [35]

Мета: Вербальне підбиття підсумків тренінгу, вираження емоційного ставлення учасників групи один до одного та до керівника.

Тривалість: 5-10 хв.

Хід виконання: Учасники групи по колу мають можливість висловити думку, наскільки ефективним їм здався тренінг, наскільки він виправдав їхні очікування, що нового відкрив у галузі мотивації людської поведінки та у міжособистісних відносинах, чи вплинув на суб'єктивний рівень конформності конкретного учасника; можна також звернутися з реплікою безпосередньо до когось із групи або до її керівника.

Заняття 10

Мета: допомогти учасникам структурувати надану раніше інформацію про конформізм, розвинути толерантне ставлення до нього.

Тривалість заняття: 80 хв.

Вправа 1 «Вентиляція почуттів» [38]

Мета: Пригадати імена учасників і продемонструвати різноманітність почуттів і настроїв учасників групи стосовно один одного.

Тривалість: 10 хв.

Хід виконання: Інструкція у Занятті 2

ФОРМУЛА: «У мене все вийде...»

Вправа 2 «Психогімнастика – Питання відповідь» [1]

Мета: активізувати, членів групи, створити певний емоційний настрій, зняти напруженість. Посприяти проходженню фаз становлення групи.

Тривалість: 10 хв.

Матеріали: невеликий м'ячик.

Хід виконання: Учасники встають у коло. В одного з них у руках м'яч. Вимовляючи репліку, він кидає м'яч партнеру. Той, упіймавши його, повинен перекинути м'яч іншому члену групи, вимовляючи одночасно з дією власну репліку. Наприклад: «Як ти відчуваєшся?» «Добре» – «Який у тебе настрій?».

Вправа 3 «Перебільшена протилежність» [26]

Мета: виявити у студента схильності до якогось виду небажаної поведінки і виявивши зрозуміти і перетравити її.

Тривалість: 20 хв.

Необхідні матеріали:

Хід виконання: Ця вправа дає можливість розіграти певного роду сценки, тобто вдатися до особливого технічного прийому групи. Цей прийом зводиться до того, що кожен її учасник виступає в ролі, що втілює деякі аспекти його

особистості, які або взагалі не відомі, або, навпаки, відомі і викликають у нього занепокоєння. Такий прийом використовується з метою розширити усвідомлення власної поведінки, що є першим кроком на шляху до зміни. Нехай кожен учасник групи вибере собі такий спосіб поведінки, який був би для нього найбільш небажаним, або нехай вся група спільно визначить, яку поведінку, очевидну для оточуючих, сам учасник групи за собою не помічає. Прикладами можуть бути готовність вибачатися з найменшого приводу, прагнення уникати прямого погляду, звичка говорити надто тихо, нетерплячість чи схильність до безапеляційних звинувачень. Якщо учасник не помічає за собою схильності поводитися так, як йому було запропоновано, він отримує вказівку утрирувати таку поведінку. Якщо він визнає за собою цю схильність і знаходить її небажаною, він повинен спробувати поводитися прямо протилежним чином. Така вправа допоможе людині вступити в контакт з тими сторонами її особистості, які зазвичай приховані від неї. Нехай кожен учасник групи розіграє те, що призначено, протягом приблизно п'яти хвилин. Наприкінці вправи треба залишити час на те, щоб поділитися своїми враженнями з групою та отримати від неї зворотний зв'язок.

Вправа 4 «Плями» [16]

Мета: Показати внутрігруповий розподіл учасників та перевірити їх уміння вловлювати настрій групи.

Тривалість: 20 хв.

Необхідні матеріали: папір, чорнило та пензлики.

Хід виконання: Зробимо такий експеримент. Візьмемо маленький листочок паперу. За допомогою пензлика нанесемо на нього невелику крапельку

чорнил. Потім у районі плями складаємо листок навпіл, проводимо по ньому рукою і коли розкриваємо листок, побачимо на ньому дивовижний візерунок.

Поки чорнило підсихає, давайте вивчимо отримані візерунки. Давайте пустимо по колу ваші листочки з плямами. Завдання кожного студента: уважно вивчити всі плями і написати під ними або на звороті листка – що вони йому найбільше нагадують, які асоціації викликають? Намагайтеся не читати інші підписи під плямкою: ваша думка має бути незалежною. Спробуймо проаналізувати отримані результати. На кожному листочку є відповіді, що виражають асоціації, що становлять явну більшість. Хто з учасників, здебільшого», опинився у цій групі? Подивимося, хто ж виявився автором унікальних відповідей – найбільш незвичайних, нестандартних, які ні в кого не зустрічаються? Ну, а в групу, що залишилася, увійшли усі інші учасники. Обговоримо, що саме об'єднує вас у цих групах, крім вже перерахованого. Охочі можуть виступити з інтерпретацією побачених малюнків.

Питання для обговорення:

Що на вашу думку є символічним відображенням деяких рис характеру?

Що є спільністю утворених груп?

Вправа 5 «Мої думки»

Мета: з'ясувати, про що студент міркує найчастіше у соціумі, скільки часу він витрачає на обмірковування цих думок, як сильно його турбують ті чи інші ідеї. Осаянути значущість тих чи інших мотивів людини після ухвалення ним рішення.

Тривалість: 15 хв.

Хід виконання: Інструкція у Занятті 2

Вправа 6 «Прощання» [35]

Мета: Вербальне підбиття підсумків тренінгу, вираження емоційного ставлення учасників групи один до одного та до керівника.

Тривалість: 5-10 хв.

Хід виконання: Учасники групи по колу мають можливість висловити думку, наскільки ефективним їм здався тренінг, наскільки він виправдав їхні очікування, що нового відкрив у галузі мотивації людської поведінки та у міжособистісних відносинах, чи вплинув на суб'єктивний рівень конформності конкретного учасника; можна також звернутися з реплікою безпосередньо до когось із групи або до її керівника.

3.3. Апробація програми корекції високого рівня конформності студентів

Для реалізації програми корекції високого рівня конформності студентів було проведено 5 повноцінних класичних тренінги. До кожного заняття були заздалегідь підготовані програми та роздаткові матеріали, також розклад усіх занять був попередньо оголошений, для зручності та ефективності проведення психологічних тренінгів.

У кожному тренінговому занятті брала участь група (6-8 осіб) студентів різних курсів навчання, протягом цих занять усі без винятку заняття відвідали шість із восьми студентів. Перед початком кожного тренінгу учасники були проінформовані щодо організації тренінгового процесу під час військового стану, а саме проінструктовані що до дій, під час сирени.

Оскільки курс тренінгів проводився у скороченому форматі – деякі етапи програми і вправи було вилучено через брак часу для їх реалізації. Наприклад, вступну частину тренінгу було значно скорочено задля якомога швидшого

переходу до тематичних занять, усі вилучені частини тренінгу винесені в Додаток А.

На початку першого заняття усім учасникам було представлено тренера та концепцію курсу тренінгів, а також оголошено правила тренінгу задля забезпечення продуктивної та динамічної взаємодії тренера з усіма учасниками. Студенти також пройшли необхідний етап знайомства та первинної соціалізації в новій групі, також усім була надана можливість озвучити власні побажання та очікування від тренінгового процесу. Перед першим завданням усі присутні пройшли методики передбачені тестуванням для цієї роботи, задля отримання вихідних даних по шуканих характеристик. Метою першого заняття було ознайомлення з феноменом конформізму і його проявами у повсякденному житті і тим як розпізнати власну конформність, та мінімізувати конформну поведінку. Учасники проявили зацікавленість темою, оскільки проявляли достатню активність та відвертість ділячись власним і аналізуючи індивідуальний досвід розпізнавання конформності. Учасники тренінгу також добре оцінили відвіданий тренінг і залишили побажання для удосконалення майбутньої зустрічі у вправі «Дерево підсумків».

В рамках другого тренінгу студенти ознайомились із видами конформності та сформуvalи власне уявлення про конформізм на основі наданої інформації, допомогти усвідомити його присутність у власному житті. Наступна вправа «Адвокат» допомогла нам активізувати фантазію студентів і продемонструвати їх автоматичні думки зі сторони, надати можливість аргументувати що до питань що виникнуть в майбутньому. Вправа «Мотиви наших вчинків» допомогла учасникам побачити рольові взаємини у групі та вплив членів групи на індивідуальний досвід. Перед завершальною вправою другого заняття учасникам дається велике домашнє завдання яке буде продовжуватися і після закінчення

тренінгу, завдання: завести щоденник чи нотаток у телефоні «Мої думки» який завжди необхідно мати при собі У ньому фіксують всі цікаві випадки, що сталися з ними під час спілкування з оточуючими.

Метою третього тренінгу було допомогти учасникам виявити негативні схеми поведінки та усвідомити власні позитивні якості, мотивувати групу на зміну схем соціальної взаємодії. У вправі «Я не такий, я різний» учасникам було продемонстровано що чим унікальніша людина тим більш вона незамінна, різноманітний колектив краще знаходить нестандартні рішення, а також у чому перевага бути у колективі з різними типами ролей (як і з різними знаннями). Студенти переглянули відеоматеріал про феномен конформізму «Чому усі окрім мене конформісти». Студенти отримали нові знання що до діагностики та корекції способів реагування людини на вплив зовнішнього середовища у вправі «Дім в якому нам...».

На четвертому тренінгу ми намагалися розвинути критичне ставлення учасників до конформізму, допомогти їм усвідомити цінності конформізму для успішної інтеграції в групу. Також учасники тренінгу за допомогою вправ «Двоє з однією крейдою» розвивали співробітництво, налагодження психологічного клімату групи, а також виокремлювали епізоди конформності під час цього процесу. Найбільше із цього заняття студентам запам'яталась вправа «Мої права», покликана продемонструвати однаковість умов в яких знаходиться кожна людина перед тим як стане частиною колективу.

Метою п'ятої тренінгової зустрічі було повторити та закріпити за допомогою практичних вправ уміння розпізнавати конформізм структурувати надану раніше інформацію про конформізм, розвинути толерантне ставлення до нього. Оскільки учасники тренінгу проявляли зацікавленість та активність на всіх зустрічах, було прийняте колективне рішення збільшити час останньої зустрічі,

що дало змогу виконати на одну вправу більше ніж було заплановано, цією вправою стала вправа «Частини мого Я». Під кінець студенти розповіли про хід домашнього завдання після чого пройшли завершальне тестування і останню вправу «Прощання».

Висновки до розділу 3

Підсумовуючи третій розділ можна сказати, що вище запропонована програма тренінгів розроблена для корекції високого рівня конформізму за допомогою когнітивної терапії та арт-терапії. Цільова група – студенти юнацького віку, різних курсів навчання. Програма складається з 10-ти занять по 80 хвилин, з яких проведено 5. Програма включає інформаційний блок: лекцію і повідомлення, домашнє завдання у рамках КПТ, активні групові види роботи, роботу з відеоматеріалами початкове і кінцеве опитування для визначення засвоєння матеріалу і виявлення рівня ефективності тренінгу.

Запропонована програма має інформаційні та розвиваючі компоненти націлені на зниження рівня конформності. Учасники тренінгів були ознайомлені з феноменом конформізму та застосували на практиці, безпосередньо під час вправ всі когнітивні прийоми направлені на вияв та усунення власної конформності.

Під час апробації програми тренінгів, учасники аналізували власний життєвий досвід розпізнавання конформності в собі та інших, називали найпоширеніші приклади його прояву, визначали позитивні та негативні наслідки цього психологічного феномену для індивіда і суспільства в цілому. За результатами початкового і кінцевого опитування учасників, суттєвих відмінностей у студентів не спостерігається.

ВИСНОВКИ

Кваліфікаційна робота здобувача ступеня бакалавра психології присвячена вивченню конформності і незалежності у студентів з різними груповими ролями.

Проведене вивчення теоретичних засад конформності, незалежності та групових ролей у науковій психологічній літературі показало що надмірно виражена конформність явище психологічно згубне, але часто соціально корисне і постає як механізм згуртування людських груп та передачі соціальної спадщини, культури, традицій, соціальних зразків поведінки та соціальних установок. Виявлення об'єктивних ролей дозволяє людині уникнути рольових труднощів і конфліктів у разі потреби задовольняти вимогам відразу кількох ролей. Існує багато теорій групових ролей проте майже всіх вони мають умовну роль «лідера» і своїй структурі. Носії рольової поведінки впливають один на одного будучи членами однієї групи, що створює умови для позитивної групової динаміки і підсвідомого обміну досвідом виконання різних групових ролей. Ступінь вираженості конформізму зростає, якщо завдання справді складне чи випробуваний відчуває свою некомпетентність. А також якщо, група складається з експертів, члени групи є значними людьми для людини, члени групи належать до одного соціального середовища а, у ситуації вибору, часто орієнтація людей є реакцією формальної більшості референтної групи. Що більше ступінь згуртованості групи, то більше в неї влади над своїми членами.

За отриманими результатами емпіричного дослідження було встановлено наявність помірної конформності у більшості опитуваних, а представники чоловічої статі схильні до конформної поведінки меншою мірою ніж жінки. Завдяки обробці результатів тестування, було виявлено що студентів з домінуючою тенденцією поведінки до незалежності абсолютна більшість, а найбільш популярною роллю є роль лідера, найменш непритаманною роллю для

студентів є роль формувача. Кореляційний аналіз результатів проведених методик не підтвердив гіпотезу, єдиний достовірний зворотній зв'язок який ми виявили це зв'язок між шкалою конформності та груповою роллю «Організатор групи». Тобто окрім цього зв'язка конформність і незалежність більше ніяк не впливають на групові ролі студентів.

Також у рамках завдання була розроблена програма тренінгів для корекції високого рівня конформізму за допомогою когнітивної терапії та арт-терапії. Апробація програми була здійснена у скороченому форматі, в рамках якого було проведено 5 зустрічей по 80 хв. – апробовано половину із запропонованих 10 занять. Запропонована програма має інформаційні та розвиваючі компоненти націлені на зниження рівня конформності. Учасники тренінгів були ознайомлені з феноменом конформізму, та застосували на практиці, безпосередньо під час вправ усі когнітивні прийоми направлені на вияв та усунення власної конформності. Суттєвих відмінностей у результатах початкового і кінцевого опитування учасників не спостерігається.

Перспективи подальших досліджень цієї проблеми ми вбачаємо у детальному дослідженні вивчаємих явищ що ми досліджуємо в реальних групах і аналізуванні їх результатів з прив'язкою до специфічних особливостей досліджуваних груп, таких як спеціальність та курс навчання у студентів або у професійних групах. Це дозволить глибше дослідити прояви різних групових ролей, розширити список досліджуваних психологічних особливостей що властиві їх виконавцям і розробити методичне забезпечення корекційної програми, що задовольнятиме потреби виявлених особливостей які мають доведений вплив на групові ролі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авидон И. Ю., Гончукова О. П. 100 разминок, которые украсят ваш тренинг. Санкт-Петербург : Речь, 2010. 77 с.
2. Андреева Г. М. Социальная психология. Москва : МГУ, 2008. 140 с.
3. Андреева Г. М. Социальная психология. Учебник для высших учебных заведений / под ред. Г. М. Андреевой. – Москва : Аспект Пресс, 2000. 376 с.
4. Аронсон Э. Общественное животное. Введение в социальную психологию. Москва : Аспект пресс, 2008. 175 с.
5. Асмолов А. Г. Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека Москва : Академия, Смысл, 2007. 528 с.
6. Бандура А. Теория социального научения. Санкт-Петербург : Евразия, 2000. 320 с.
7. Бодалев А. А., Деркач А. А., Лаптев Л. Г. Рабочая книга практического психолога. Пособие для специалистов, работающих с персоналом. Издательство института психотерапии. Москва, 2002. 628 с.
8. Бреус Ю. В., Калюжна І. П., Лебідь Н. К., Якименко А. В. Тренінг самопізнання. Київ : Альфа Реклама, 2015. 82 с.
9. Вердербер Р., Вердербер К. Психология общения. Санкт-Петербург : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2003. 320 с.
10. Вольнова Л. М. Вплив схильності до конформізму на соціалізацію підлітків / за ред. А. Й. Капської. Том XXX. Київ. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2008. С. 50–59.
11. Вэттен А., Камерон К. Развитие навыков менеджмента. Санкт-Петербург : Нева, 2004. 672 с.

12. Долматов А. В., Панфилова А. В. Взаимодействие участников образовательного процесса. Москва : Юрайт, 2016, 487 с.
13. Енциклопедія сучасної України URL: <http://surl.li/cesze> (дата звернення: 09.04.2022).
14. Зимбардо Ф. Социальное влияние / под ред. Ф. Зимбардо, М. Лайпе. Санкт-Петербург : Баласс, 2000. 448 с.
15. Зюман Л. В. Школа лідерів: тренінг для лідерів шкільного самоврядування. Кременчук : Бульвар, 2007. 92 с.
16. Ільченко І. С. Арт-терапія : навч. посіб. Умань : Візаві, 2013. 148 с.
17. Калька Н. М., Ковальчук З. М. Практикум з арт-терапії: навч. – метод. посіб. Ч. 1. Львів: ЛьвДУВС, 2020. 251 с.
18. Клаучек С., Деларю В. Разработка скринингового метода для выявления склонности к развитию индуцированных состояний. Психологический журнал. Т. 18. 1997. № 2. С. 123-129.
19. Кондратьев М. Ю. Нонконформизм Азбука социального психолога / под ред. М. Ю. Кондратьева, В. А. Ильин. Москва : ПЕР СЭ, 2007. 464 с.
20. Конфомність, конформізм. Психологічна енциклопедія практичної психології URL: <http://surl.li/ceszg> (дата звернення: 13.04.2022).
21. Конформизм и нонконформизм URL: <http://surl.li/ceszh> (дата звернення: 18.04.2022).
22. Конформизм как социальный феномен URL: <http://surl.li/ceszl> (дата звернення: 20.04.2022).
23. Кричевский Р. Л. Психология малой группы / под ред. Р. Л. Кричевского, Е. М. Дубовской. Москва : Издательство МГУ, 1991. 207с.
24. Кричевський Р. Л., Дубовська Є. М. Соціальна психологія малої групи. Москва : Аспект Пресс, 2001. 318 с.

25. Крутых Е. В. Субъектность в профессиональном становлении студентов. Серия : Педагогика и психология Ч. 4. Майкоп : изд-во АГУ, 2010. С. 74–79.
26. Лихи Р. Техники когнитивной психотерапии. Санкт-Петербург : Питер, 2020. 656 с.
27. Лях И. В. Полиmodalная групповая супервизия: основы интерпретации динамических процессов URL: <http://surl.li/ceszo> (дата звернення: 19.04.2022).
28. Морено Я. Социометрия. Экспериментальный метод и наука об обществе. Москва : Академический проект, 2001. 115 с.
29. Москаленко В. В. Психологія соціального впливу / за ред. В. В. Москаленко. Київ : Центр учбової літератури, 2007. 448 с.
30. Обозов. Н. Н. Словарь практического психолога. Санкт-Петербург : 1998г. 301 с.
31. Орбан-Лембрик, Л. Е. Соціальна психологія: Підручник для студентів вищих навчальних закладів / за ред. Л. Е. Орбан-Лембрик. Київ : Либідь, 2004. 573 с.
32. Пачковський Ю. Ф. Психологія підприємництва: Навч. посіб. / за ред. К. Каравела, 2006. С. 378–381.
33. Роберт Х., Лайза У., Аманда К., Элсеанрат Т. Практическая когнитивно-поведенческая психотерапия. Киев : Диалектика, 2020. 272 с.
34. Сопиков А. П. Метод подставной группы в социально психологических исследованиях. Ленинград : Изд-во ЛГУ, 1967. С. 131-137.
35. Старшенбаум Г. В. Психологический тренинг. Самоучитель работы с психологической группой. Москва : АСТ, 2020. 640 с.

36. Столяренко Л. Д., Самыгин С. И. Социальная психология. Ростов-на-Дону : Феникс, 2011. 256 с.
37. Тернер Дж. Социальное влияние. Санкт-Петербург Питер, 2003. 256 с.
38. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Москва : Генезис, 1999. 160 с.
39. Фурманов И. А., Фурманова Н. В. Основы групповой психотерапии: учеб. Пособие. Минск : Тесей 2004 256 с.
40. Allen V., Wilder D. Impact of group consensus and social support on stimulus meaning: Mediation of conformity by cognitive restructuring. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1980. P. 1116–1124. URL: <http://surl.li/cetbl> (Last accessed: 07.04.2022).
41. Campbell J., Tesser A., Fairey P. Conformity and attention to the stimulus: Temporal and contextual dynamics. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1986. P. 315-324. URL: <http://surl.li/cetbm> (Last accessed: 07.04.2022).
42. Deutsch M. Theories in social psychology. New York : Basic Books, 1965. 244 p.
43. Deutsch M., Krauss R. The theories in social psychology. New York : Basic Books, 1965. 244 p.
44. Deutsch M., Gerard H. A study of normative and informational social influences upon individual judgment. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*. 1955. P. 629–636. URL: <http://surl.li/cetbq> (Last accessed: 07.04.2022).
45. Fromm E. The Sane Society / for ed. E. Fromm. Oxford : Routledge & Kegan Paul Second, 1956. 260 p.
46. Insko C., Smith R., Alicke M., Wade J., Taylor S. *Conformity and group size: The concern with being right and the concern with being liked. Personality and*

Social Psychology Bulletin. 1985. P. 41-50. URL: <http://surl.li/cetby> (Last accessed: 07.04.2022).

47. Karabenick S. Sex-relevance of context and influenceability, Sistrunk and McDavid revisited. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1983. P. 243-252. URL: <http://surl.li/cetca> (Last accessed: 07.04.2022).

48. Maslach C., Santee R., Wade C. Individuation, gender role, and dissent: Personality mediators of situational forces. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1987. P. 1088-1093. URL: <http://surl.li/cetcd> (Last accessed: 07.04.2022).

49. Maslach C., Stapp J., Santee R. Individuation: Conceptual analysis and assessment. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1985. P. 729-738. URL: <http://surl.li/cetcg> (Last accessed: 07.04.2022).

50. Sakarai M. Small group cohesiveness and detrimental conformity. *Sociometry American Sociological Association*. 1975. P. 340-357. URL: <http://surl.li/cetci> (Last accessed: 07.04.2022).

51. Santee R., Jackson S. Identity implications of conformity: sex differences in normative and attributional judgments. *American Sociological Association Social Psychology Quarterly*. 1982. №. 2, P. 121-125. URL: <http://surl.li/cetcn> (Last accessed: 07.04.2022).

52. Santee R., Maslach C. To agree or not to agree: Personal dissent amid social pressure to conform. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1982. P. 690-700. URL: <http://surl.li/cetcp> (Last accessed: 07.04.2022).