**Теоретическое обоснование.**

ФЕДЕРАЛЬНОЕ Государственное АВТОНОМНОЕ образовательное учреждение Высшего образования

**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ**

**ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**(НИУ «БелГУ»)**

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

**Кафедра психологии**

**СВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ СО СТРАТЕГИЯМИ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ У СТУДЕНТОВ**

Статья

студента заочной формы обучения

3 курса группы 02062257

Бондаренко Дмитрия Валерьевича

**Аннотация**

В статье рассматривается тема тревожности как важного фактора, влияющего на поведение студентов в конфликтных ситуациях. Актуальность исследования обусловлена повышенной психоэмоциональной нагрузкой, с которой сталкиваются студенты в процессе обучения, что может приводить к увеличению уровня тревожности и, как следствие, к изменению стратегий поведения в конфликтах. В работе анализируется связь между уровнем тревожности и выбором стратегий поведения, таких как «конфронтация», «сотрудничество» и «уклонение». Исследование опирается на теории известных психологов и концепцию стратегии поведения в конфликте К. Томаса и Р. Килмана. Основной целью работы является изучение характера этой связи. Объектом исследования является тревожность студентов, а предметом – ее проявления в контексте различных стратегий поведения в конфликтных ситуациях. Предполагается, что существует определенная взаимосвязь между уровнями тревожности и Dominant стратегиями поведения: высокая ситуативная тревожность способствует выбору более агрессивных подходов (конфронтация), в то время как высокая личностная тревожность может предрасполагать к более конструктивным стратегиям (сотрудничество). Таким образом, исследование направлено на выявление механизмов, влияющих на поведение студентов в условиях стресса, что имеет практическое значение для формирования эффективных методов разрешения конфликтов и построения позитивных межличностных отношений.

**Ключевые слова:** тревожность, стратегии поведения в конфликте, студенты.

**Теоретическое обоснование.**

Изучение тревожности является одной из приоритетных тем исследования в научном мире. Обучение в высшем учебном заведении предполагает повышенную психоэмоциональную нагрузку на студента, в связи с чем повышается уровень тревожности [6]. Повышение уровня стресса влияет на поведение человека, он может становится более замкнутым, напряженным, а иногда даже агрессивным. Эти черты личности обуславливают поведение человека, следовательно, особую значимость приобретает изучение связи тревожности со стратегиями поведения в конфликте у студентов [3].

На фоне происходящих событий студентам часто приходится сталкиваться с конфликтными ситуациями, в которых необходимо применять те, или иные стратегии поведения. Отстаивать свои интересы и вступать в противостояние или уступить, уйти от конфликта – с такой дилеммой сталкивались все. В спокойном состоянии психически здоровый человек будет исходить в данном вопросе из ситуации, учитывая и анализируя все обстоятельства. Однако, когда тревожность высокая, человек находится на грани нервного срыва, тогда логические рассуждения отходят на нет, чаще применяются неэффективные стратегии поведения [2].

Впервые тревожность описал З. Фрейд, разграничив ее со страхом и другими подобными состояниями. Главный акцент в определении был сделан на «переживании ожидания и неопределенности». Также понятие тревожности изучали отечественные психологи: Л.И. Божович, В.В. Давыдов, Е.П. Ильин, А.В. Петровский, А.М. Прихожан, Ю.Л. Ханин и др., и зарубежные психологи: Ч. Спилбергер, К. Изард, К. Хорни, и другие [4].

Главными проблемами студенческого (юношеского) возраста являются: самоопределение, нахождение своего места в мире и обществе, выбор жизненного пути, адаптация к новой роли члена общества. При этом, сталкиваясь с вышеописанными проблемами студентам часто приходится вступать в конфликты, чтобы отстоять свои интересы и свою позицию. Важно заметить, что все студенты поступают по-разному: одни уступают оппоненту, жертвуя своими интересами, другие же стойко отстаивают свою позицию. Заметим, что стратегии поведения в конфликте напрямую связаны с уровнем тревожности. Итак, в студенческом возрасте немало важно то, какую стратегию поведения в конфликтной ситуации выберет студент [1].

Изучением этого вопроса занимались такие ученые как: Е.Н. Богданов, В.А. Семенов, В.Л. Цветков, Н.В. Гришина и другие авторы в отечественной литературе. В зарубежной литературе изучением конфликта занимались: К. Хорни, Ч. Ликсон, Г. Шварц, Ф. Ломанн и другие.Проанализировав различных точки зрения, в нашей работе мы будем придерживаться подхода К. Томаса и Р. Килмана, согласно которому, стратегии поведения в конфликте представляют собой двухмерную модель, на одном полюсе которой стремление удовлетворить интересы других или свои собственные, а второй полюс отвечает за активные или пассивные действия [5].

Итак, проблема связи тревожности и стратегий поведения в конфликте актуальна. Прикладное (практическое) значение определяется влиянием взаимосвязи тревожности и стратегий поведения в конфликте на формирование межличностных, производственных, деловых и семейных отношений. Заметим, конфликты возникают у всех людей, но не все могут разрешить конфликт так, чтобы после конфликта сохранить доброжелательные отношения.

## Методы.

Практическая работа проводилась на базе педагогического института НИУ «БелГУ» г. Белгород. В диагностическом исследовании приняли участие 30 человек в возрасте от 18 до 23 лет. В процессе исследования были использованы следующие методы:

 организационные (сравнительный метод);

 эмпирические (беседа, наблюдение, психодиагностические методы);

 методы обработки данных: абсолютная и относительная частота (проценты), корреляционный анализ Спирмена.

 интерпретационный (структурный) метод: систематизация и обобщение полученной информации.

# Результаты исследования.

Анализ результатов применения методики «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» (Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин) представлен на рисунке 1 в приложении. Результаты исследования показывают, что 40% студентов (12 человек) испытывают высокий уровень личностной тревожности, воспринимая ситуации как угрожающие. Это приводит к мнительности и нерешительности, что негативно сказывается на их психическом здоровье и круге общения. 43% студентов (13 человек) имеют средний уровень тревожности, что позволяет им адекватно реагировать на события и мобилизовать свои силы для решения проблем. Низкий уровень личностной тревожности выявлен у 17% студентов (5 человек), которые зачастую беспечны и откладывают дела, что понижает шансы на успех.

Что касается ситуативной тревожности, 33% студентов (10 человек) находятся в состоянии сильного стресса, 30% (9 человек) имеют оптимальный уровень, позволяющий адекватно оценивать ситуацию. Низкий уровень ситуативной тревожности отмечен у 37% студентов (11 человек), которые не чувствуют угрозы, что не всегда соответствует нормам жизни в условиях риска.

Общие показатели тревожности показывают корреляцию: студенты с высоким уровнем ситуативной тревожности часто имеют и высокий уровень личностной тревожности. В то же время, многие с низкой ситуативной тревожностью обладают средним уровнем личностной тревожности. Распределение уровней тревожности среди студентов примерно равномерное, что свидетельствует о разной адаптации к стрессовым условиям: от отрицания и избегания до адекватной реакции на стресс.

На втором этапе нашего исследования был проведен анализ результатов, полученных по методике Томаса - Килманна на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации (в адаптации Н.В. Гришиной). Результаты наглядно представлены на рисунке 2 в приложении. По диаграмме видно, что студенты предпочитают стратегии «Уклонение» (23%, средний балл 6,8), «Конфронтация» (22%, 6,7) и «Компромисс» (22%, 6,6) в конфликтных ситуациях. Это означает, что они сначала стараются избежать спора, если он не важен. Если конфликт все же возникает, они готовы пойти на частичные уступки, чтобы сохранить отношения. Конфронтация используется в значимых случаях, но может испортить отношения.

Меньшую популярность имеют стратегии «Приспособление» (16%, 4,8) и «Сотрудничество» (17%, 5,2), так как студенты редко заморачиваются долгими обсуждениями и уступками, предпочитая быстрое разрешение конфликта. Это свидетельствует о нерациональном подходе к выбору стратегий, основывающемся на временных факторах без учета обстоятельств.

Следующий этап нашего исследования предполагает определение статистической значимости связи между показателями личностной, ситуативной тревожности и стратегиями поведения в конфликте. Для этой цели мы использовали непараметрический метод «Коэффициент ранговой корреляции Спирмена», что представлено на рисунке 3 в приложении. Корреляционный анализ показал следующие результаты:

1. Наблюдается положительная корреляция слабой силы между «ситуативной тревожностью» и «конфронтацией». Это значит, что студенты с высокой ситуативной тревожностью чаще используют стратегию конфронтации, отстаивая свои интересы и игнорируя оппонента. Вероятно, стресс воспринимается как угроза, что вынуждает их применять крайние меры.

2. Существует отрицательная корреляция средней силы между «ситуативной тревожностью» и «уклонением». Студенты с низкой тревожностью чаще избегают конфликтов, так как не считают их для себя значимыми.

3. Обнаружена положительная корреляция слабой силы между «личностной тревожностью» и «сотрудничеством». Более тревожные студенты чаще хотят обсудить варианты решения конфликта, стремясь сохранить отношения.

4. Наблюдается отрицательная корреляция слабой силы между «личностной тревожностью» и «уклонением». Студенты с высокой тревожностью реже избегают конфликтов, стремясь разрешить их, чтобы уменьшить внутреннее напряжение.

### Обсуждение исследования.

Анализ поведения студентов в конфликтной ситуации приводит нас к выводу, что студенты предпочитают стратегии быстрого разрешения спора, уйти от конфликта («уклонение») пойти на взаимные уступки («компромисс»), либо же стоять на своём («конфронтация»). Реже студенты используют стратегии, которые требуют длительного времени обсуждения – «сотрудничество», или отказа от своих интересов – «приспособление». Такие результаты говорят о нерациональном использовании стратегий поведения в конфликте, где выбор стратегии строиться на временном аспекте, не всегда учитывая ситуацию. В результате чего была подтверждена гипотеза о том, что существует связь тревожности со стратегиями поведения в конфликте у студентов, а именно: чем выше уровень ситуативной тревожности, тем больше доминирует стратегия «конфронтация» и тем реже используется стратегия «уклонение», чем выше уровень личностной тревожности, тем больше доминирует стратегия «сотрудничество» и тем реже используется стратегия «уклонение».

**Список литературы**

1. Багаева, В. В. Стратегии поведения в конфликте / В.В. Багаева // СТЭЖ. - 2015. №2 (20). - С.91-92.
2. Спилбергер, Ч.Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги / Ч. Спилбергер // Тревога и тревожность: хрестоматия/ сост. В.М. Астапов. – Санкт-Петербург : Пер Сэ, - 2018. – С. 12-16.
3. Гришина, Н.В. Психология конфликта. / Н. В. Гришина. // Санкт-Петербург: Питер,- 2018. - С. 88-96.
4. Кон, И.С. Психология юношеского возраста/ И. С. Кон.// М.: Прогресс, - 1989. - 287 с.
5. Денисова, О.П. Психология и педагогика / О.П. Денисова. // М.: Флинта: МПСИ, - 2020. – 235 с.
6. Богданов Е.Н., Зазыкин В.Г. Психология личности в конфликте 2-е изд. / Е.Н. Богданов // СПб.: Питер, - 2004. - 224 с.

**Приложение**

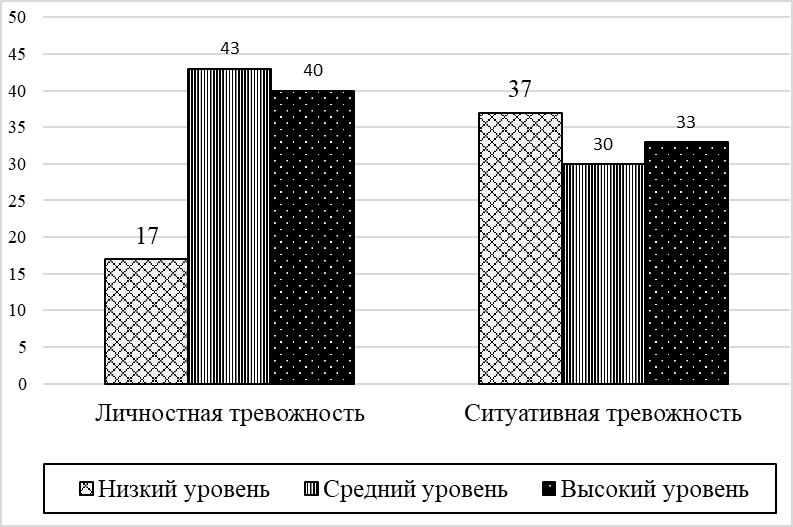


Рис. 1. Распределение студентов по уровню тревожности

Рис. 2. Распределение студентов по показателям поведения в конфликтных ситуациях (в %)



Рис. 3. Корреляционная плеяда связи между показателями поведения