

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВ-
СКОГО»**

Кафедра общей и социальной психологии

**Связь тревожности с выбором стратегий поведения в конфликте
в подростковом возрасте**

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ БА-
КАЛАВРА

студентки 5 курса 510 группы

направления (специально-
сти)

37.03.01 «Психология»

факультет психологии

Дежиной Анны Дмитриевны

Научный руководитель

Доцент, канд. соц. наук

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

А.А. Понукалин

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

Профессор, доктор психолог.
наук

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Л.Н. Аксеновская

инициалы, фамилия

Саратов 2022

Общая характеристика работы

Человек во время своей повседневной деятельности неминуемо сталкивается с конфликтами, которые возникают во всех сферах жизни. Сам конфликт – весьма сложное психологическое и социальное явление, которое можно считать очень значимым аспектом развития личности. Среди специалистов, занимающихся изучением конфликта, нет единой точки зрения по вопросу о том, что он собой представляет. Это обусловлено рядом причин: сложностью самого феномена конфликта, а также неоднозначным пониманием того, чем вызвано его возникновение. При этом наличие конфликтологии как отдельной науки говорит о чрезвычайной значимости изучения проблемы конфликта.

На сегодняшний день известно, что на конфликтное поведение, а также на выбор стратегий поведения при разрешении конфликта, оказывает влияние множество факторов, среди которых можно выделить личностные качества, в том числе тревожность. Несмотря на большое количество разнообразных теорий, обусловленных различием взглядов авторов на важные аспекты проблемы, взаимопонимание было достигнуто в небольшом количестве вопросов, которые позволяют обозначить понимание тревоги и тревожности, а также выделить тревожный тип личности. Среди негативных переживаний тревожность занимает особое место, так как часто она приводит к снижению работоспособности, продуктивности деятельности, к трудностям в общении. Помимо этого, подростки с повышенной тревожностью могут столкнуться в будущем с различными соматическими заболеваниями.

Многие исследователи считают подростковый период одним из самых сложных, так как структура личности еще формируется. Различные нарушения как в самовосприятии, так и в межличностном общении, могут привести к нарушению эмоционального развития, к психологической неустойчивости личности и формированию конфликтного, девиантного поведения. Как правило подростки, в отличие от взрослых, не имеют большого опыта в конст-

руктивным разрешении конфликтов, поэтому для них особенно важно получение таких навыков.

Таким образом, **актуальность выбранной проблемы** обусловлена многоплановостью и недоработанностью теории конфликта и тревожности, важностью влияния данных аспектов в формировании личности подростка, а также недостаточно изученной связью влияния тревожности на выбор стратегий поведения в конфликте. В этой работе осуществляется поиск и описание этой связи.

Цель работы: выявить связь тревожности и выбора стратегий поведения в конфликте в подростковом возрасте.

Объект: тревожность и стратегии поведения в конфликте.

Предмет: влияние тревожности на выбор подростками стратегий поведения в конфликте.

Задачи исследования:

1. На основе теоретического анализа работ отечественных и зарубежных психологов изучить научные подходы к проблеме конфликта и тревожности, особенности их проявления в подростковом возрасте. Рассмотреть стили поведения в конфликтной ситуации;
2. Провести эмпирическое исследование, выявляющее специфику влияния тревожности на выбор подростками стратегий поведения в конфликте. Осуществить количественный и качественный анализ собранных данных и содержательную интерпретацию результатов исследования.
3. Проанализировать результаты исследования и выявить характер связи тревожности и стратегий поведения в конфликте в подростковом возрасте.

В качестве **гипотезы** представим положение о том, что существует связь между уровнем тревожности у подростков с выбором стилей поведения в конфликте. В частности, стратегии избегания и приспособления выбирают подростки с высоким уровнем тревожности, стратегию конфронтации предпочитают подростки с низким уровнем тревожности.

Для решения поставленных задач использована совокупность следующих **методов исследования**:

1. теоретические: анализ и обобщение информации по проблеме исследования, представленной в научной психологической литературе;
2. эмпирические: тестирование;
3. методы математическо-статистической обработки данных.

В качестве диагностического инструментария применялся комплекс **психодиагностических методик**:

1. «Методика измерения подростковой тревожности» автор Ю. А. Зайцев;
2. «Тест описания поведения» автор К. Томас в адаптации Н.В. Гришиной.

Эмпирическая база исследования. Данное исследование проводилось в онлайн формате среди подростков в возрасте 16-17 лет. В исследовании приняли участие 80 человек, из которых 34 респондента мужского пола и 46 женского.

Научная новизна данного исследования состоит в том, что нами создано методическое средство, позволяющее исследовать общую тревожность личности в подростковом возрасте и ее влияние на стратегии поведения в конфликте.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования результатов исследования для разработки и проведения

коррекционных программ по снижению тревожности и формированию у подростков навыка конструктивного поведения в конфликтных ситуациях

Структура работы. Представленная бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложения. Во введении обоснована актуальность, исследования, определены цель, объект, предмет, задачи и гипотеза исследования, кратко описаны условия проведения эмпирического исследования. В первой главе представлены результаты теоретического исследования проблемы тревожности и конфликта, проанализированы особенности их проявления в подростковом возрасте, а также рассмотрены стили поведения в конфликтной ситуации. Во второй главе дано методическое обоснование и проанализированы результаты эмпирического исследования связи тревожности со стратегиями поведения в конфликте у подростков. Заключение содержит обобщения и выводы, сформулированные по основным результатам дипломной работы. Список используемых источников содержит 52 наименования. В приложении представлены психодиагностические методики и результаты статистической обработки эмпирических данных.

Теоретический анализ тревожности и стилей поведения в конфликте в подростковом возрасте

В теоретической части были рассмотрены ключевые понятия данной работы. В подходах к изучению тревожности можно найти общие положения, но до единой теории еще далеко, так как каждый автор делает акценты на тех аспектах, которые важны в его представлении. На данный момент преобладает понимание тревожности как реакции на конкретную текущую ситуацию и определение ее как личностной черты. Черта личности описывает индивидуальную относительно устойчивую склонность воспринимать ситуации как угрожающие и реагировать на это состоянием повышенной тревоги. Проявления тревожности можно отследить по различным соматическим и поведенческим реакциям. Тревожность, адекватная реальной угрозе, является полезной и необходимой, так как помогает адаптироваться к действительности и мобилизует психику для поиска наиболее действенных решений. Причины возникновения тревожности можно разделить на внутриличностные, соматические и внешние. Основой внутренних конфликтов у подростков являются представления о себе и отношении к себе, а также ценностные противоречия. В качестве внешних причин у подростков выделяют взаимоотношения с ровесниками, школьную успеваемость и взаимоотношения с учителями, а также, наиболее весомые по своему значению, внутрисемейные причины. Закрепление тревожности как черты личности происходит как раз в подростковом возрасте и это связано с отсутствием удовлетворения возрастных потребностей.

В современной психологии под наиболее общим понятием конфликта понимают возникающее в процессе взаимодействия людей состояние столкновения двух или более позиций, целей, ценностей, интересов, идей и т.п., сопровождающееся эмоциональным напряжением. Это нормальное явление в социальной жизни и при конструктивном течении ведет к обогащению опыта, увеличению знаний и укреплению взаимоотношений. Течение конфликта можно разделить на три стадии: предконфликтная, открытая и послекон-

фликтная. Конфликты в подростковом возрасте можно условно разграничить как внутриличностные и межличностные. Внутриличностные конфликты связаны со становлением личностной идентичности, межличностные обуславливаются особенностями взаимоотношений с окружающими людьми и желанием утвердиться в обществе. Однако на данный момент отсутствует понимание являются ли эти источники причиной появления различных типов тревожности или это единое явление, но рассматриваемое с разных сторон или отсроченное в проявлении по времени.

В подростковом возрасте может наблюдаться повышенная конфликтность, что связано с существенными изменениями в личностной структуре и физиологическими изменениями. Обладание навыками конструктивного решения конфликта позволяет достигать желаемого и избегать негативного влияния последствий конфликта на становление личности. Исход конфликта во многом зависит от выбранной стратегии поведения. Выделяют пять основных стратегий поведения в конфликте: конфронтация, сотрудничество, компромисс, приспособление, избегание. Выбор стратегий обуславливается личностными особенностями участников, важностью предмета конфликта, расстановкой сил. Наиболее эффективным считается комбинирование всех типов стратегий.

Эмпирическое исследование связи уровня тревожности и выбора стратегий поведения в конфликте в подростковом возрасте

Данное исследование проводилось в онлайн формате среди подростков в возрасте 16-17 лет. В исследовании приняли участие 80 человек, из которых 34 участника мужского пола и 46 женского.

На первом этапе исследования у респондентов был изучен уровень тревожности. В ходе данного этапа нам удалось выявить общий уровень тревожности и конкретизировать причины ее возникновения у подростков.

На втором этапе были изучены стили поведения в конфликте в группе респондентов. По результатам данного этапа были определены предпочитаемые стратегии поведения для разрешения конфликта.

Для прохождения тестирования респондентам предоставлялась ссылка на онлайн тесты, где они могли ознакомиться с инструкцией и ответить на вопросы психодиагностических методик. После завершения сбора ответов данные были обработаны и сведены в таблицу.

На третьем этапе, при математико-статистической обработке данных с использованием метода корреляционного анализа нам удалось определить наличие взаимосвязей между уровнем общей тревожности и выбором стратегий поведения в конфликте.

Подводя итоги эмпирического исследования, были сформулированы следующие выводы:

1. Преобладающие показатели общего уровня тревожности в исследуемой группе относятся к нормальному (52%). Это говорит о проявлении объективной тревоги, которая обуславливается реальными событиями. Вместе с тем в данной группе достаточно много респондентов с высоким и очень высоким уровнем общей тревожности (34%), что говорит о тревожном восприятии мира и может негативно сказываться на формировании личности подростка. У 14% респондентов низкий уровень тревоги. Этот показатель стоит рас-

смаатривать с двух сторон. Для части респондентов такой показатель говорит о низкой вовлеченности и эмоциональной сдержанности. Для других это может быть признаком «замаскированной» высокой тревожности, проявляющейся в нарочитом игнорировании причин тревоги. Оба случая, как и высокий уровень тревоги, являются поводом для проведения коррекции.

2. В качестве причин возникновения тревожности можно выделить преобладание самооценочной тревожности, которая отражает представления подростка о наличии у него качеств, необходимых для успешной деятельности. Высокие показатели этой шкалы говорят о низкой самооценке. Также для подростков важны взаимоотношения с родителями и сверстниками, что говорит нам об их важности в становлении личности подростка. И немного меньше респондентов беспокоят проблемы своего будущего, что может быть связано с их ориентацией на настоящее, на текущие проблемы и переживания, что оставляет меньше времени для беспокойства об отдаленном прозрачном будущем.

При рассмотрении распределения причин тревожности в зависимости от пола, можно отметить, что респондентов мужского пола в равной степени беспокоят отношения с родителями, друзьями и уверенность в своих силах. У респондентов женского пола более выражено беспокойство по поводу взаимоотношений с родителями, что говорит о значимой роли семьи в жизни девочек. Переживания, связанные с взаимоотношениями с ровесниками и беспокойства из-за самооценки, занимают равное положение. Будущее в качестве причины возникновения тревоги менее значимо, чем у респондентов мужского пола, что может быть связано с меньшими ожиданиями в достижении социальной успешности и меньшей ответственностью за будущую семью.

3. При анализе данных по стилям поведения, можно сказать, что у исследуемой группы респондентов преобладает использование стратегии приспособления, которая характеризуется принятием взглядов других сторон из желания помочь в достижении их целей или же из стремления избежать кон-

фликта путем отказа от собственных взглядов. Также, с небольшой разницей по предпочтениям, подростки прибегают к стратегиям избегания, сотрудничества и компромисса. Стратегия избегания, отмечается как отсутствием готовности к кооперации, так и нехваткой стремления в отстаивании собственных идей. Стилль сотрудничества выбирают подростки, расположенные к совместной работе и поиску оптимальных решений, которые устроят все стороны конфликта. Для выбирающих стилль компромисса характерно критическое отношение к ситуации, способность к уступкам в совокупности с отстаиванием своих позиций. И небольшая часть опрошенных предпочитают использовать стилль конфронтации, который характеризуется стремлением настоять на своем и в отсутствии заинтересованности в мнении другой стороны.

4. Разделив респондентов по уровню тревожности на три группы (низкая, средняя, высокая) и рассмотрев предпочитаемые стратегии поведения, было выявлено:

- в группе с нормальной тревожностью преобладают стратегии сотрудничества и компромисса;
- в группе с низкой тревожностью явно преобладает стилль конфронтации и немного менее предпочитаем стилль избегания;
- в группе с высокой тревожностью можно наблюдать явное преобладание стратегий приспособления и избегания.

Стоит также отметить, что все подростки с очень высокой тревожностью отдали предпочтение стратегиям приспособления или избегания, а также их комбинации.

5. При проведении корреляционного анализа методом Спирмена было подтверждено наличие прямой связи между уровнем тревожности и такими стратегиями поведения в конфликте, как избегание и приспособление ($|0.428| \leq 0.05$; $|0.534| \leq 0.05$). Это говорит о том, что при высоком уровне тревожности предпочтение отдается именно этим стратегиям. Обратная взаимо-

связь была выявлена между уровнем тревожности такими стилями, как конфронтация и компромисс ($|0.533| \leq 0.05$; $|0.249| \leq 0.01$), что говорит нам о предпочтении данных стратегий при низком уровне тревожности.

Таким образом был рассмотрен характер связей между уровнем тревожности и выбором стратегий поведения в конфликте у подростков и обнаружившиеся закономерности подтвердили поставленные в начале исследования гипотезы.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования результатов для разработки и проведения коррекционных программ по снижению тревожности и формированию у подростков навыка конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.

При продолжении проведения исследований в рамках данной темы следует увеличить выборку, расширить возрастные рамки, изучить влияние ситуативной и личностной тревожности на выбор стратегий поведения, дополнить используемые психодиагностические методы и инструменты для статистической обработки полученных данных.

Список использованных источников

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология: учебник для вузов. М.: Юрайт, 2012. — 811 с.
2. Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Словарь конфликтолога. - 4-е изд., испр. и доп. М.: Проспект, 2020, 536 с.
3. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология: Учебник для вузов. М.: ЮНИТИ, 2000. — 551 с.
4. Анцупов, А.Я. Проблема конфликта. М.: Педагогика, 2002. — 248 с.
5. Астапов В. М. Тревога и тревожность: хрестоматия. // С. Кьеркегор [и др.]. М.: ПЕР СЭ, 2019. — 240 с.
6. Астапов В.М. Тревожность у детей. // В.М. Астапов. – 2-е изд. – М.: ПЕР СЭ 2019. – 160 с.
7. Беличева С.А. Основы превентивной психологии. М.: Социальное здоровье России, 1994. — 224 с.
8. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды /Под ред. Д. И. Фельдштейна; Вступительная статья Д. И. Фельдштейна. — 3-е изд. — М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж – 352 с.
9. Браун Джеймс. Психология Фрейда и постфрейдисты. // Пер. с англ., послесл. А.М.Руткевича. М.: REFL-book; 1997. — 304 с.
10. Брекина, О. В. Особенности взаимосвязи тревожности, агрессивности и стилей поведения в конфликтных ситуациях у современных подростков / О. В. Брекина // Конфликтология. – 2015. – № 4. – С. 198-206. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25011222> (дата обращения: 13.03.2022)
11. Ворожейкин И.Е., Кибанов А.Я., Захаров Д.К. Конфликтология: Учебник. - М.: ИНФРА-М, 2004. - 240 с.

12. Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Эксмо, 2005. — 1136 с.
13. Гришина, Н.В. Психология конфликта // Н.В. Гришина. – СПб.: Питер. – 2008. – 544 с.
14. Драгунова Т. В. Подросток. - М.: Знание, 1976. - 96 с.
15. Дубровина И.В. Практическая психология образования; Учебное пособие 4-е изд. / Под редакцией И. В. Дубровиной. СПб.: Питер, 2004. — 592 с
16. Зайцев, Ю. А. Методика измерения подростковой тревожности / Ю. А. Зайцев // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, 2007. – № 20(49). – С. 280-286. [Электронный ресурс]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=12534861> (дата обращения: 15.04.2022)
17. Зайцев Ю.А., Хван А.А., Тревожность в подростковом и раннем юношеском возрасте. Кемерово: КРИПКиПРО, 2006. — 109 с.
18. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. // Под редакцией Ави-дон И. СПб.: Речь, 2010. — 313 с.
19. Захаров А.И. Происхождение детских неврозов и психотерапия. СПб.: Каро 2000. — 672 с.
20. Изард К. Психология эмоций. СПб: Питер, 2000. — 460 с.
21. Илларионова, И. В. Современное состояние проблемы тревожности в трудах отечественных и зарубежных психологов. / И. В. Илларионова // Психология психических состояний : Сборник материалов XIV международной научно-практической конференции для студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых и преподавателей вузов, Казань, 20–21 февраля 2020 года / Под общей редакцией Б.С. Алишева, А.О. Прохорова. Казань: Казанский (Приволжский) федеральный университет, 2020. – С. 182-185. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42984074> (дата обращения: 26.02.2022)

22. Ильин Е.П. Психология страха // Под ред. Зоновой Н. Е. СПб.: Питер, 2017. — 574 с.
23. Козер, Л. Функции социального конфликта. // Л. Козер. М.: Идея-Пресс, Дом интеллектуал. книги, 2000. — 205 с.
24. Козырев, Г. И. Введение в конфликтологию. // Г. И. Козырев. - М.: ВЛАДОС, 2001. – 286 с
25. Кочубей, Б.И. Эмоциональная устойчивость школьника. / Б.И. Кочубей, Е.В. Новикова. М.: Знание, 1988. – 80 с.
26. Левин К. Теория поля в социальных науках. // Пер. Сурпина Е. М.: Академический проект, 2019. — 313 с.
27. Левитов Н. Д. Психология характера. // Н. Д. Левитов. - 3-е изд., испр. и доп. М.: Просвещение, 1969. — 423 с.
28. Левитов Н. Д. Детская и педагогическая психология. Учеб. пособие для пед. ин-тов / Проф. Н. Д. Левитов. - 3-е изд., испр. и доп. М.: Просвещение, 1964. — 478 с.
29. Микляева А. В., Румянцева П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. СПб.: Речь, 2004. — 248 с.
30. Мэй Р. Смысл тревоги / Перев. с англ. М.И. Завалова и А.И. Сибуриной. М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. — 384 с.
31. Нехорошкова, А. Н. Тревожность у детей: причины и особенности проявления / А. Н. Нехорошкова, А. В. Грибанов // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 5. – С. 476. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22566877> (дата обращения: 05.03.2022)
32. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. СПб.: Питер, 2009 — 119 с.

33. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. — 304 с.

34. Прихожан А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. —1998. Том 3. № 2. — С. 11-17. [Электронный ресурс]. URL: https://psyjournals.ru/files/2192/psyedu_1998_n2_Prihozhan.pdf (дата обращения: 01.02.2022)

35. Реан А.А. Психология подростка. Полное руководство // Под ред. А.А. Реана. — СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. — 432 с.

36. Рикрофт Ч. Р Тревога и неврозы / Пер. с англ. В.М. Астапов, Ю.М. Кузнецова // Под ред. В.М. Астапова — М.: ПЕР СЭ, 2008. — 142 с.

37. Рыбакова М. М. Конфликты и взаимодействие в педагогическом процессе. М.: Просвещение, 1991. — 128 с.

38. Сидоров К. Р. Тревожность как психологический феномен. // Вестн. Удмурт. ун-та. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2013. — №2. — С. 42-52 [Электронный ресурс]. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20291348> (дата обращения: 23.02.2022)

39. Скотт, Дж. Г. Конфликты, пути их преодоления / Дж. Г. Скотт. Киев: Внешторгиздат, 1991. — 282 с.

40. Славина А. И. Трудные дети. // Л.С. Славина, В.Э. Чудновский. — Воронеж : МОДЭК; Москва : Институт практической психологии, 1998. — 440 с.

41. Слепичева О. А. Индивидуальный стиль деятельности учителя и его влияние на уровень тревожности младших школьников // Обучение с целью уменьшения насилия. СПб., 2002. — С. 156-160.

42. Соловьева С.Л. Тревога и тревожность: теория и практика // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. — 2012. — N 6 (17). [Элек-

тронный ресурс]. URL:

http://medpsy.ru/mprj/archiv_global/2012_6_17/nomer/nomer14.php (дата обращения: 26.02.2022)

43. Сорокопуд, Ю. В. Влияние семейного воспитания на подростковую тревожность / Ю. В. Сорокопуд, О. А. Матвеева // Мир науки, культуры, образования. – 2021. – № 2(87). – С. 66-68. [Электронный ресурс]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=45677547> (дата обращения: 18.03.2022)

44. Фрейд З. Введение в психоанализ Лекции / З. Фрейд; пер. с нем. Г.В. Барышникова; под ред. Е.Е. Соколова, Т.В. Родионова. СПб.: Азбука, Азбука-Аттикус, 2013. — 480 с.

45. Ханин Ю.Л. Стресс и тревога в спорте: Международный сб. научных статей. // Сост. Ю. Л. Ханин. М.: Физкультура и спорт, 1983. — 288 с.

46. Ханин, Ю. Л. Исследование тревоги в спорте // Вопросы психологии. – 1978. – № 6. — С. 94-107. [Электронный ресурс]. URL: vestnik-mgou.ru/Articles/Doc/2646 (дата обращения: 16.02.2022)

47. Хасан, Б. И. Психотехника конфликта и конфликтная компетентность / Б. И. Хасан. Красноярск: Фонд ментального здоровья, 1996. – 157 с.

48. Шумилина Конфликты в школьном возрасте / Под ред. А. П. Шумилина. - М.: МГУ, 2003. – 121 с.

49. Щербатых Ю.В., Ивлева Е.И. Психофизиологические и клинические аспекты страха, тревоги и фобий. Воронеж: Истоки, 1998. — 282 с.

50. Юстицкис В., Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи. – 4-е изд. СПб.: Питер, 2008. — 672 с.

51. Heinz Walter Krohne Psychologie der Angst. Verlag W. Kohlhammer (Stuttgart) 2010. — 479 S.

52. Levitt E. The Psychology of Anxiety. London: Paladin, 1971. — 259 p.