

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**
БАЛАШОВСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

Кафедра педагогики и психологии

**ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ И СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ В
КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 341 группы,
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»,
профиля «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Рубановой Марины Александровны

Научный руководитель
доцент кафедры педагогики и психологии,
кандидат психологических наук,
доцент _____ М. А. Лученкова
(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии
кандидат психологических наук,
доцент _____ О.В. Карина
(подпись, дата)

Балашов 2026

Актуальность исследования. В настоящий момент наблюдается обострение социальных противоречий и нестабильность межгрупповых отношений, что обусловлено сложным периодом общественного развития.

Данная ситуация оказывает прямое влияние на молодежь, которая сама по себе переживает кризисный этап становления. Уязвимость подросткового возраста способствует возникновению как внутриличностных, так и межличностных конфликтов.

К сожалению, конфликтное поведение наблюдается достаточно часто среди подростков. Оно служит для них способом выражения собственной позиции и протеста против существующих норм. Этот период жизни ребенка является наиболее сложным в связи с наступлением кризиса подросткового возраста.

Подросток, находящийся на грани между детством и взрослой жизнью, начинает осознавать свою индивидуальность и углубленно анализировать свои мысли и чувства. Кризис подросткового возраста может протекать по разным сценариям: «кризис независимости», который характеризуется негативизмом, бунтарством, неподчинением и упрямством и «кризис зависимости», который проявляется в несамостоятельности, стремлении слиться с толпой и сохранении детских черт характера.

В этот период жизни подростка происходят значительные изменения, которые могут, как способствовать, так и препятствовать его переходу во взрослую жизнь. Эти изменения, как правило, проявляются в противоречивости общения и взаимодействия с окружающим миром. Подросток стремится к равноправным отношениям со взрослыми, однако его возможности часто не соответствуют таким амбициям.

Поведение подростков во многом определяется их самооценкой. Формирование этой самооценки происходит под воздействием мнения окружающих, в первую очередь близких взрослых и сверстников, а также семьи. Немаловажную роль играет собственная активность подростка и его оценка достигнутых результатов. Чрезмерно завышенная самооценка, сопровождающаяся склонностью к преувеличению собственных достоинств,

может стать причиной конфликтов с другими людьми. Она порождает негативные черты характера, такие как обидчивость, подозрительность и даже агрессивность. Напротив, заниженная самооценка личности способна привести к развитию чувства неуверенности и тревожности, что в свою очередь может стать причиной пассивности и отсутствия инициативы.

Часто самооценка оказывается у подростка внутренне противоречивой: сознательно он воспринимает себя как личность значительную, даже исключительную, верит в себя, в свои способности, ставит себя выше других людей. Вместе с тем внутри его гложут сомнения, которые он старается не допустить в свое сознание. Тем не менее, подсознательно у них могут присутствовать сомнения, которые они стараются подавить. Эта латентная неуверенность проявляется в переживаниях, подавленности, плохом настроении и снижении активности. Подросток сам не осознаёт причину этих состояний, но они выражаются в повышенной обидчивости, грубости и частых конфликтах с окружающими взрослыми.

Самооценка подростка оказывает существенное влияние на его поведение в конфликтах, установление социальных связей и развитие эмоциональной устойчивости.

Эффективность работы и развитие личности напрямую связаны с уровнем самооценки индивида. Способность к адекватному самоанализу, понимание собственных возможностей и способностей облегчают человеку поиск жизненного пути, достижение поставленных целей и установление гармоничных межличностных отношений.

Исследование взаимосвязи самооценки и стратегий поведения в конфликтных ситуациях способствует более глубокому пониманию формирования личностных качеств у подростков. Это исследование также позволяет разработать рекомендации по оптимизации самооценки у подростков и выработке конструктивных моделей поведения в конфликтных ситуациях.

Цель исследования: изучение взаимосвязи самооценки и стратегий поведения в конфликтных ситуациях у подростков.

Объект исследования: самооценка и выбор стратегии поведения в конфликтных ситуациях у подростков.

Предмет исследования: взаимосвязь самооценки и стратегий поведения в конфликтной ситуации в подростковом возрасте.

Гипотеза исследования: предположим, что существует взаимосвязь самооценки и стратегий поведения в конфликтной ситуации у подростков.

Задачи исследования:

1. Проанализировать понятие «самооценка».
2. Изучить стратегии поведения в конфликтных ситуациях у подростков.
3. Охарактеризовать подростковый возраст.
4. Рассмотреть основные подходы к пониманию взаимосвязи самооценки и стратегий поведения в конфликтной ситуации в подростковом возрасте.
5. Эмпирически доказать существование взаимосвязи самооценки и выбора стратегий поведения в конфликтной ситуации у подростков.
6. Разработать тренинг, направленный на оптимизацию самооценки.

Теоретико-методологическая основа исследования представлена:

- концепцией теории личности (Б. Г. Ананьев, А. Г. Асмолов, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, А. В. Петровский, С. Л. Рубинштейн);
- теорией конфликтов, сущность их управления (В. И. Андреев, Ф. М. Бородкин, Л. И. Воробьева, А. Г. Здравомыслов, А. А. Ершов, Н. А. Рыбакова);
- теорией развития самооценки личности (А. А. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, Д. Б. Эльконин, Т. А. Чистякова и др.) и об особенностях развития самооценки в подростковом возрасте.

Для исследования используются такие методы, как анализ, обобщение и систематизация литературных источников по проблеме исследования; эмпирические: метод обобщения и интерпретации полученных данных, а также метод математической статистики.

Методики исследования:

– Тест-опросник «Стратегии поведения в конфликте» К. Томаса – Р. Килмена, в адаптации Н. В. Гришиной;

– Методика измерения уровня самооценки С.А. Будасси.

Методы обработки эмпирических данных: количественная и качественная обработка результатов исследования, графическое отображение данных, корреляционный анализ с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

Эмпирическая база исследования. Эмпирическое исследование проводилось в Муниципальном общеобразовательном учреждении «Лицей» г. Балашова Саратовской области. В исследовании приняли участие учащиеся 8-х классов в количестве 25 человек. Исследование проводилось с учетом Федерального закона «О персональных данных» от 27.07.2006 N 152-ФЗ.

Практическая значимость работы заключается в том, что результаты исследования могут быть использованы в работе педагогов-психологов образовательных учреждений.

Структура и объем бакалаврской работы. Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе исследования был проведен теоретический анализ психолого-педагогической литературы, посвященной проблеме взаимосвязи самооценки и стратегий поведения в конфликтных ситуациях в подростковом возрасте. На основе рассмотренных подходов можно сформулировать следующие выводы.

1. Анализ понятия «самооценка» показал, что, несмотря на многообразие подходов (У. Джеймс, Р. Бернс, А. Маслоу, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев и др.), самооценка понимается как центральное образование личности, представляющее собой оценку человеком самого себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Самооценка выполняет регуляторную и защитную функции, влияет на взаимоотношения с окружающими, критичность,

требовательность к себе и результативность деятельности. Выделяются различные параметры самооценки: по уровню (высокая, средняя, низкая), по реалистичности (адекватная и неадекватная — завышенная/заниженная) и особенностям строения. Установлено, что неадекватная (завышенная или заниженная) самооценка создает трудности как для самой личности, так и для ее окружения, провоцируя возникновение конфликтных ситуаций.

2. Характеристика подросткового возраста позволяет определить его как сложный, кризисный этап онтогенеза, границы которого варьируются в разных подходах (от 11-12 до 15-17 лет). Центральным психологическим новообразованием этого периода является «чувство взрослости» — стремление к самостоятельности, независимости и новой социальной позиции. Ведущей деятельностью становится интимно-личностное общение со сверстниками, которое оказывает решающее влияние на формирование самосознания и самооценки подростка. Социальная ситуация развития характеризуется маргинальностью положения подростка (уже не ребенок, но еще не взрослый), что порождает внутренние и внешние конфликты, повышенную чувствительность к оценкам окружающих и стремление к самоутверждению.

3. Анализ стратегий поведения в конфликте показал, что конфликт рассматривается как столкновение противоположно направленных интересов, целей и позиций участников взаимодействия. В современной конфликтологии наиболее признанной является классификация стилей поведения в конфликтной ситуации, предложенная К. Томасом и Р. Килменом. Согласно этой модели, выделяются пять основных стратегий: соперничество (конкуренция), сотрудничество, компромисс, избегание (уход) и приспособление (уступка). Конструктивность той или иной стратегии определяется особенностями конкретной ситуации: сотрудничество признается наиболее эффективным для долгосрочных отношений, в то время как другие стратегии могут быть оправданы в определенных условиях. Выбор стратегии зависит от множества факторов,

включая личностные особенности, значимость конфликта и оценку возможных последствий.

4. Подходы к пониманию взаимосвязи самооценки и стратегий поведения позволяют утверждать, что самооценка выступает важным внутренним регулятором поведения, в том числе и в конфликтных ситуациях. Имеющиеся теоретические данные свидетельствуют, что характер самооценки (ее уровень, адекватность) во многом определяет предпочитаемую личностью стратегию поведения в конфликте. Заниженная самооценка может провоцировать уход от решения проблем или, напротив, агрессивное соперничество как защитную реакцию. Завышенная самооценка часто ведет к конфликтам из-за пренебрежительного отношения к окружающим. Адекватная самооценка, напротив, способствует выбору конструктивных стратегий, таких как сотрудничество и компромисс, обеспечивая успешность межличностного взаимодействия.

Таким образом, теоретический анализ подтверждает сложность и многогранность изучаемой проблемы, а также позволяет предположить наличие устойчивой взаимосвязи между уровнем и адекватностью самооценки подростков и выбором ими доминирующих стратегий поведения в конфликтных ситуациях. Данное предположение требует эмпирической проверки, которая представлена во второй главе настоящего исследования.

Вторая глава исследования посвящена эмпирическому изучению взаимосвязи самооценки и стратегий поведения в конфликтной ситуации у подростков. В рамках данной главы были решены следующие задачи: организовано и проведено диагностическое обследование выборки подростков, проанализированы полученные количественные и качественные результаты, выявлены статистически значимые взаимосвязи между изучаемыми переменными, а также разработана программа тренинга, направленная на оптимизацию самооценки подростков и снижение уровня их конфликтности. Исследование проводилось на базе Муниципального общеобразовательного учреждения «Лицей» г. Балашова

Саратовской области. В нём приняли участие 25 учащихся 8-х классов, что позволило получить репрезентативные данные в рамках заданной выборки. Для достижения поставленной цели использовались две валидные и надёжные методики: методика исследования самооценки личности С.А. Будасси, позволяющая определить уровень и адекватность самооценки, и опросник «Стиль поведения в конфликте» К. Томаса в адаптации Н.В. Гришиной, направленный на выявление предпочитаемых стратегий поведения в конфликтных ситуациях. Обработка данных осуществлялась с помощью методов математической статистики, а именно коэффициента ранговой корреляции Ч.Э. Спирмена, что обеспечило объективность и достоверность полученных выводов.

Анализ результатов, полученных по методике С.А. Будасси, показал неоднородность самооценочной сферы у подростков. Было выявлено, что 36% испытуемых (9 человек) обладают высокой адекватной самооценкой, что свидетельствует о позитивном самоотношении и критичности. У 24% (6 человек) диагностирована низкая адекватная самооценка, а у 16% (4 человека) – неадекватно низкая, что проявляется в пассивности, ранимости и неверии в свои силы. Ещё 24% (6 человек) демонстрируют неадекватно завышенную самооценку, которая характеризуется личностной незрелостью и нечувствительностью к оценкам окружающих.

Результаты опросника К. Томаса выявили, что наиболее предпочитаемой стратегией поведения в конфликте у подростков является «сотрудничество» (36% испытуемых). «Соперничество» и «компромисс» выбирают по 20% респондентов. «Избегание» характерно для 16%, а «приспособление» – только для 8% участников. Это говорит о том, что, несмотря на кризисный характер возраста, значительная часть подростков готова к конструктивному разрешению конфликтных ситуаций.

Для проверки гипотезы о наличии взаимосвязи между самооценкой и стратегиями поведения был использован коэффициент ранговой корреляции Ч. Э.

Спирмена. Статистический анализ позволил выявить следующие значимые взаимосвязи:

1. Обнаружена отрицательная корреляционная связь между показателями самооценки и выбором стратегии «соперничество» ($r_s = -0,635$ при $p \leq 0,01$). Это означает, что чем ниже и неадекватнее самооценка подростка, тем чаще он прибегает к стратегии соперничества, стремясь любой ценой отстоять свои интересы. Низкая самооценка, порождая чувство неуверенности и тревожности, может провоцировать агрессивное поведение как защитную реакцию.
2. Установлена положительная корреляционная связь между уровнем самооценки и выбором стратегии «сотрудничество» ($r_s = 0,569$ при $p \leq 0,05$). Чем адекватнее и позитивнее подросток оценивает себя, тем чаще он выбирает сотрудничество, ориентируясь на поиск решения, удовлетворяющего интересы всех сторон конфликта.
3. Выявлена положительная корреляционная связь между самооценкой и стратегией «компромисс» ($r_s = 0,513$ при $p \leq 0,05$). Подростки с позитивным отношением к себе склонны к компромиссу, то есть готовы к взаимным уступкам для частичного разрешения противоречий.

Значимых корреляций между самооценкой и стратегиями «избегание» и «приспособление» обнаружено не было.

Таким образом, выдвинутая гипотеза о существовании взаимосвязи между самооценкой и стратегиями поведения в конфликтной ситуации у подростков нашла своё эмпирическое подтверждение. Самооценка выступает значимым фактором, влияющим на выбор подростком той или иной модели поведения в конфликте.

На основе полученных теоретических и эмпирических данных, а также с учётом выявленных проблем в самооценочной сфере у значительной части подростков, был разработан тренинг, направленный на оптимизацию самооценки. Программа тренинга рассчитана на 10 занятий, объединённых общей логикой: от знакомства

и создания безопасной атмосферы через осознание собственных достоинств и ресурсов к формированию позитивного самоотношения, развитию уверенности в себе и навыков конструктивного общения в конфликтных ситуациях. Каждое занятие имеет чёткую цель, содержит комплекс упражнений, направленных на самопознание, рефлекссию, сплочение группы, снятие эмоционального напряжения. Особое внимание в программе уделяется таким темам, как «Лучшее в нас», «Наши достоинства», «Движемся к цели», «Путь к себе», «Мастерская решений», что обеспечивает комплексное воздействие на когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты самооценки. Завершающее занятие направлено на закрепление полученных навыков и подведение итогов, что способствует интеграции нового опыта в повседневную жизнь подростков. Реализация данного тренинга создаёт условия для нормализации личностной уверенности, формирования адекватной самооценки, развития стрессоустойчивости и способности к продуктивному разрешению конфликтных ситуаций, что является важной задачей психолого-педагогического сопровождения в образовательном учреждении.

Таким образом, подводя итог эмпирическому исследованию, можно с уверенностью заключить, что гипотеза о существовании взаимосвязи между самооценкой и выбором стратегий поведения в конфликтной ситуации у подростков полностью подтвердилась. Самооценка выступает не как изолированная характеристика, а как важнейший регулятор социального поведения, определяющий, каким образом подросток будет реагировать на противоречия и столкновения интересов. Выявленные корреляции имеют не только теоретическое, но и ярко выраженное практическое значение. Они позволяют педагогам-психологам и учителям более точно прогнозировать поведение подростков в конфликтах на основе диагностики их самооценки, а также строить коррекционно-развивающую работу с упором на оптимизацию именно самооценочной сферы как ключевого фактора снижения деструктивной конфликтности. Результаты исследования могут быть использованы в практической деятельности психологических служб образовательных

учреждений, при разработке программ профилактики девиантного поведения, в работе по развитию социально-эмоциональной компетентности подростков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Самооценка определяется как устойчивое представление подростка о собственной ценности и важности, влияющее на формирование убеждений относительно своей компетентности, привлекательности и социальной значимости. Самооценка формируется под влиянием семейного воспитания, школьных успехов и межличностных взаимодействий.

Стратегии поведения в конфликтных ситуациях включают разнообразные модели реагирования, среди которых выделяются конструктивные (компромисс, сотрудничество) и деструктивные (конкуренция, уклонение). Подростковый возраст характеризуется нестабильной самооценкой и повышенной чувствительностью к социальным оценкам, что влияет на выбор поведенческих реакций в конфликтах.

Выделяются следующие факторы, оказывающие влияние на поведение подростков в конфликтных ситуациях:

Высокий уровень самооценки способствует выбору конструктивных стратегий разрешения конфликтов, тогда как низкая самооценка ассоциируется с агрессивностью и отказом от сотрудничества.

Поддержка сверстников и взрослых позитивно сказывается на способности выбирать адекватные реакции в стрессовых ситуациях.

Девочки чаще используют компромисс и сотрудничество, мальчики склонны к конкуренции и агрессии.

В младшем подростковом возрасте преобладают конфликты, вызванные стремлением утвердить собственную независимость, тогда как старшие подростки демонстрируют большую гибкость в выборе решений.

В рамках настоящего исследования была проведена эмпирическая проверка гипотезы о наличии связи между уровнем самооценки подростков и предпочитаемыми ими стратегиями поведения в конфликтных ситуациях.

В исследовании приняли участие 25 человек Муниципального образовательного учреждения «Лицей» города Балашова Саратовской области.

В ходе исследования были поставлены следующие задачи:

- эмпирическое подтверждение зависимости между уровнем самооценки и выбором стратегии поведения в конфликтах;
- изучение склонности подростков к конфликтному поведению и определение наиболее часто используемых ими способов решения конфликтов;
- количественный анализ уровня самооценки, оценка её адекватности и сопоставление реального и желаемого образа «Я»;
- разработка тренинга, направленного на повышение эффективности самооценочной сферы подростков.

Результаты исследования показали, что большинство подростков демонстрируют сбалансированное восприятие себя и склонность к сотрудничеству в конфликтных ситуациях.

Метод ранговой корреляции Спирмена позволил выявить три значимых взаимосвязи между самооценкой подростков и их поведением в конфликтах:

- Заниженная самооценка ассоциируется с выбором стратегии «соперничество». Низкая самооценка формирует чувство неуверенности и тревожности, что может привести к агрессивному поведению и желанию защитить свои интересы путем открытого конфликта.
- Адекватная самооценка связана с выбором стратегии «сотрудничество». Такой подход предполагает учет интересов всех участников конфликта, стремление к взаимовыгодному решению проблемы, эмоциональную сдержанность и готовность к конструктивному диалогу.
- Позитивное отношение к себе способствует выбору стратегии «компромисс». Компромисс подразумевает готовность идти на уступки, стремясь сохранить баланс интересов, избегая серьезных потерь и значительных выигрышей.

Таким образом, исследование подтвердило гипотезу о существующей взаимосвязи самооценки и поведения подростков в конфликтных ситуациях, определяя их склонность к различным стратегиям взаимодействия.