

Тетяна Дуткевич
канд. психол. наук, професор
Кам 'янець-Подільський національний університет
імені Івана Огієнка
м. Кам 'янець-Подільський (Україна)

СХИЛЬНІСТЬ ДО СТРЕСІВ ЯК ЧИННИК КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТІВ

Особливості конфліктів у студентському середовищі знайшли висвітлення у роботах Л.О.Коберник, І.А.Коваль, М.О. Коць, К.М.Лисенко-Гелемб'юк, Л.П. Матяш-Заяц, Н.І.Мащенко, В.І.Юрченко і Л.Г.Подоляк та ін. Проте, ці дослідження не дають повного розуміння явища конфліктної поведінки, особливо у питаннях її психологічних чинників.

Переживання конфліктної ситуації викликає в її учасників стресові стани, які, у свою чергу, здатні впливати на їх подальшу поведінку. Подолання конфлікту як вихід з кризової ситуації може відбуватись більш чи менш успішно для його учасників, що водночас впливає на вихід зі стресу. Низка дослідників підкреслює, що стресостійкість виявляється вищою, якщо зі складної ситуації вдалось вийти «переможцем», а не «невдахою». Отриманий успіх сприяє швидкому виходу особистості зі стресу. Натомість, стрес проявляється сильніше у тих, хто втратив успішність і статусність (О.Ю. Чумаченко, О.Г.Редька [2, с. 26-34]). Ситуація конфлікту є своєрідним випробуванням для нервово-психічного здоров'я особистості.

Здорову людину конфлікт загартовує, посилює, дозволяє краще адаптуватись. Людину зі слабким нервово-психічним здоров'ям – навпаки – виснажує, виводить з рівноваги, погіршує адаптабельність. Низька стресостійкість є проявом слабого нервово-психічного здоров'я особистості, а тому несприятливо позначається

на конфліктній поведінці, зумовлюючи втрату самоконтролю, підвищену дратівливість, тривожність, емоційну нестабільність [1].

Метою статті є розкриття шляхом емпіричного дослідження впливу схильності до стресів на вибір стилю конфліктної поведінки студентами.

Використано методи «Стиль поведінки у конфлікті» Томаса-Кілмена (для з'ясування особливостей конфліктної поведінки студентів) [4] та опитувальник схильності до розвитку стресу Т.А. Немчина,Тейлор (для з'ясування рівня схильності до стресу) [3]. Опитувальник Томаса-Кілмена дозволяє з'ясувати приналежність студента до одного з п'яти стилів конфліктної поведінки, які розміщено у порядку зростання протистояння: співпраця (кооперація), компроміс, пристосування, уникнення (втеча, ігнорування), суперництво (протистояння, боротьба). До кожного з п'яти можливих стилів конфліктної поведінки в опитувальнику вміщено дванадцять суджень про поведінку індивіда в конфліктній ситуації. У різних поєднаннях вони згруповані в тридцять пар, у кожній з яких досліджуваному пропонують обрати лише одне твердження, яке найбільш влучно описує його типovu поведінку.

Опитувальник схильності до розвитку стресу (Т.А.Немчин, Тейлор) включає 50 тверджень, щодо кожного з яких опитуваний студент відзначає згоду (так), чи незгоду (ні).

Оцінка відповідей проводиться за допомогою «ключа», що дозволяє підрахувати кількість балів, набраних кожним опитуваним. Отримані результати ми розподілили за рівнями наступним чином: низький рівень (до 15 балів), помірний рівень, еустрес (16-25 балів), середній рівень (26-35 балів), високий рівень (дистрес) (35-50 балів).

Емпіричне вивчення зв'язку між схильністю до стресів із особливостями конфліктної поведінки студентів проведено у період 2018-2019 рр. У цьому дослідженні взяло участь 102 студента (70 дівчат і 32 хлопця) віком 21-24 років, які навчались у магістратурі напрямів підготовки 014 Середня освіта за предметними

спеціалізаціями історія, іноземна мова, українська мова, біологія, географія, фізичне виховання, математика, фізика.

При аналізі результатів ми враховували, що кожна з п'яти шкал (стилів) методики Томаса-Кілмена може досягти 12 балів максимум, а загалом – 30, прийнявши які за 100% репертуару конфліктної поведінки, ми обчислили відсоток середніх балів кожного стилю конфліктної поведінки. Найбільшою популярністю серед студентів під час конфліктної поведінки користуються компроміс і співпраця (разом становлять 47,6% репертуару конфліктної поведінки). Дещо меншою – стилі уникнення і пристосування (40,6%). Помітно рідше студенти послуговуються прийомами конфліктної поведінки, властивими для стилю суперництва (12,3%).

Позитивним є той факт, що найбільшу частку у репертуарі конфліктної поведінки студентів становлять стилі співпраці і компромісу, які орієнтовані на взаємодію та взаєморозуміння, на збереження та вдосконалення міжособистісних стосунків. Це дозволяє реалізовувати такі важливі функції конфліктів, як інтеграція та адаптація. Оцінка того, наскільки бажаною є визначена структура конфліктного поведінкового репертуару студентів є утрудненою у відриві від відповіді на питання, чи була конфліктна поведінка ефективною. Адже і боротьба має право на використання у ситуаціях конфлікту, якщо вона ефективна. З іншого боку, зазначені результати отримано щодо досвідчених студентів – магістрантів, а у першокурсників картина може виглядати інакше.

Проаналізовано також розподіл студентів за рівнями схильності до стресу (табл. 1).

Таблиця 1

Розподіл студентів за рівнями схильності до стресу, у %

Групи досліджуваних	Рівні схильності до стресу			
	Низький	Помірний	Середній	Високий
Дівчата	15,7	30	28,6	25,7
Хлопці	15,6	40,6	18,7	25,1
Разом	15,6	35,3	23,6	25,4

Низький рівень схильності до стресу притаманний 15,6% студентів (15,7% дівчат і 15,6% хлопців). Помірний рівень визначено у третини досліджуваних – 33,7% (30% у дівчат і 37,5% у хлопців), середній рівень схильності до стресу має майже чверть опитаних – 23,6% (28,6% у дівчат і 18,7% у хлопців). Високий рівень (дистрес) встановлено у 23,8% студентів (25,7% у дівчат і 21,9% у хлопців). Порівняння розподілу у гендерних підгрупах засвідчує найбільш помітні відмінності стосовно помірнього рівня (у хлопців він трапляється частіше) та щодо середнього рівня (більш типовий для дівчат).

Дистрес дещо частіше переживають дівчата. Можна передбачати, що дівчата більш вразливі до негативної дії стресу, оскільки еустрес у них буває рідше, а дистрес частіше, ніж у хлопців.

Наступним кроком є аналіз взаємозв'язку між вибором студентами певного стилю конфліктної поведінки та їх рівнем схильності до стресу. З цією метою було обчислено коефіцієнт рангової кореляції Спірмена між балами отриманими досліджуваними за кожним з п'яти стилів конфліктної поведінки та балами, що віддзеркалюють їх рівень схильності до стресу (табл. 2).

Таблиця 2

Коефіцієнти рангової кореляції Спірмена між схильністю студентів до стресу і стилем їх поведінки у конфлікті

	Стиль поведінки у конфлікті				
	Суперництво	Співпраця	Компроміс	Уникнення	Пристосування
Рівень схильності до стресу	- 0,36**	- 0,22*	- 0,03	0,35**	0,28**

Примітка: * статистична значущість відмінностей на рівні $p \leq 0,05$

** статистична значущість відмінностей на рівні $p \leq 0,01$

Зворотні коефіцієнти рангової кореляції визначено стосовно стилів суперництва (- 0,36**) і співпраці (- 0,22*), тобто низька схильність до стресів сприяє вибору, передовсім суперництва, а також співпраці як способів подолання конфлікту. Натомість прямо пов'язані з рівнем схильності до стресів уникнення (0,35**) і пристосування (0,28**), тобто, чим вищим є рівень схильності до стресу, тим частіше студент обирає ці два способи виходу з конфлікту. Між стилем компромісу та схильністю до стресів статистично значущих зв'язків не було виявлено.

За отриманими нами результатами є можливість визначити ступінь активності, яку студенти докладають у подоланні конфлікту. Так, уникнення і пристосування відображає пасивну позицію особистості у конфліктній ситуації. Це означає, що особистість прагне взагалі вийти із ситуації або пристосуватися до неї, але не змінювати її. Суперництво, співпраця та компроміс – навпаки – спрямовані на зміну конфліктної ситуації, що свідчить про активну позицію особистості під час конфлікту.

Тим самим студенти з активними стилями орієнтовані на інтеграцію та взаєморозуміння за своїми опонентами з урахуванням їх інтересів. Натомість студенти з пасивними типами поведінки менше зацікавлені у збереженні та розвитку міжособистісних взаємин. Таким чином, підвищена схильність до стресів пов'язана із пасивною позицією студента у конфлікті (стилями уникнення і

приспосовування). Натомість знижена схильність до стресів є чинником активних способів подолання конфліктів (співпраці, суперництва). Високий рівень стресу підсвідомо орієнтує студента уникати ситуацій, які здатні ще більше його підвищити та принести шкоду для нервово-психічного здоров'я. Висока тривожність, властива для стресових станів, з якою особистості важко впоратись, спонукує її до виходу з травмуючої ситуації.

Висновки. Студенти, які є стресостійкими, менш емоційно реагують на конфліктну ситуацію, спроможні більш раціонально підходити до їх вирішення за допомогою чіткого висловлення та наполегливого відстоювання своїх вимог, інтересів. В організації роботи з подолання конфліктних ситуацій між студентами важливо враховувати показник їх стресостійкості.

Література

1. Барабой В. А., Резніков О. Г. Фізіологія, біохімія і психологія стресу : монографія. Київ: Інтерсервіс. 2013. 314 с.
2. Чумаченко О.Ю., Редька О.Г. Спорт та стрес: монографія. Миколаїв: МНУ, 2019. 210 с.
3. Технологии психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях: Учебно-методический комплекс.СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. С. 244 -245.
4. Філоненко М. М. Психологія спілкування. Підручник. Київ: Центр учбової літератури, 2008. С. 210-213.