

ВЗАИМОСВЯЗЬ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ, КОНФЛИКТНОСТИ И СТИЛЯ ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ

**Попова Владислава (УО МГПУ им. И.П. Шамякина, г. Мозырь)
Научный руководитель – Л.В. Цалко, старший преподаватель**

Конфликт является естественной частью социальной жизни, особенно в подростковом возрасте, когда личность активно формируется, а эмоциональная сфера отличается высокой чувствительностью. Важно изучать факторы, влияющие на стиль поведения подростков в конфликтных ситуациях, среди которых особое значение имеют стрессоустойчивость и уровень конфликтности [1].

Стрессоустойчивость – это способность сохранять эмоциональное равновесие и продуктивность в условиях стресса. Высокий уровень стрессоустойчивости помогает подросткам контролировать эмоции и находить конструктивные пути выхода из сложных ситуаций, снижая вероятность конфликтов. Низкая стрессоустойчивость, напротив, связана с тревожностью, эмоциональной нестабильностью и склонностью к агрессивному поведению или избеганию конфликта [2].

Конфликтность личности выражается в склонности к частым конфликтам. Высокий уровень конфликтности может свидетельствовать о повышенной импульсивности, стремлении к доминированию и агрессивному поведению. Однако умеренная конфликтность может способствовать активному отстаиванию своих интересов без агрессии [3].

Согласно модели К. Томаса, существуют пять стратегий поведения в конфликте: сотрудничество, компромисс, соперничество, приспособление и избегание. Подростки с высокой стрессоустойчивостью чаще используют компромисс и сотрудничество, тогда как при низкой стрессоустойчивости преобладают избегание или соперничество. Высокая конфликтность чаще связана с соперничеством, что может проявляться в агрессивных формах поведения [3].

На основе анализа этих подходов мы провели исследование среди учащихся 11-х классов ГУО «Средняя школа № 12 г. Слуцка». В выборку вошли 29 человек. Целью исследования являлось выявление взаимосвязи между уровнем стрессоустойчивости, конфликтностью личности и стилем поведения подростков в конфликтных ситуациях.

Нами были использованы следующие методики и методы: тестирование (тест самооценки конфликтности В.Ф. Ряховского; тест на стрессоустойчивость К. Шнайера; тест К. Томаса на изучение типов поведения в конфликте) [4; 5].

В результате исследования полученные данные показали, что большинство подростков (52 %) обладают низкой стрессоустойчивостью, 34 % – средней, и лишь 14 % – высокой. По стилям поведения в конфликтных ситуациях преобладает избегание (41 %) и соперничество (28 %), тогда как компромисс (21 %) и сотрудничество (10 %) встречаются реже. Самооценка конфликтности выявила, что 48 % подростков имеют высокий уровень конфликтности, 31 % – средний и 21 % – низкий. Все это говорит о том, что подростки, испытывающие сложности в управлении стрессом, чаще избегают конфликтных ситуаций, либо, напротив, ведут себя агрессивно, отстаивая свои интересы в ущерб другим.

Напротив, высокая стрессоустойчивость способствует использованию конструктивных стратегий взаимодействия, таких как сотрудничество. Это означает, что подростки, умеющие справляться со стрессом, легче идут на диалог, стремятся к совместному решению проблемы и менее склонны к конфликтному поведению. Данные результаты подчеркивают важность развития стрессоустойчивости у подростков как одного из факторов, способствующих снижению конфликтности и формированию продуктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях.

Полученные результаты подтверждают то, что подростки с низкой стрессоустойчивостью склонны к неконструктивным стилям поведения в конфликтных ситуациях (избегание, соперничество). В то же время высокая стрессоустойчивость способствует использованию более адаптивных стратегий, таких как сотрудничество и компромисс. Также установлена значимая положительная связь между уровнем конфликтности личности и выбором сопернической стратегии, что свидетельствует о высокой вероятности агрессивных реакций у конфликтных подростков.

Таким образом, укрепление стрессоустойчивости и снижение конфликтности могут способствовать формированию конструктивных стратегий разрешения конфликтов и улучшению межличностных отношений среди подростков.

Список использованной литературы

1. Антонян, Ю. М. Агрессия и насилие в подростковой среде : учеб. пособие / Ю. М. Антонян. – М. : Юридическая литература, 2006. – 240 с.
2. Басов, М. Я. Психология стрессоустойчивости и адаптации : учеб. пособие / М. Я. Басов. – СПб. : Питер, 2014. – 298 с.
3. Томас, К. Конфликт и методы его разрешения : учеб. пособие / К. Томас. – М. : Экономика, 2009. – 192 с.
4. Ряховский, В. Ф. Самооценка конфликтности личности: методика и интерпретация / В. Ф. Ряховский. – М. : Психологический центр, 2010. – 144 с.