

**Маликова Елена Владимировна**

канд. психол. наук, доцент

**Уразова Мария Викторовна**

студентка

Бийский филиал им. В.М. Шукшина ФГБОУ ВО «Алтайский

государственный педагогический университет»

г. Бийск, Алтайский край

## **ПРОЯВЛЕНИЕ САМОРЕГУЛЯЦИИ У ПОДРОСТКОВ С РАЗЛИЧНЫМИ ТИПАМИ РЕАГИРОВАНИЯ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ**

*Аннотация: в статье представлено описание результатов эмпирического исследования особенностей проявления общего уровня и отдельных показателей саморегуляции подростков в зависимости от типов реагирования в конфликтной ситуации (соперничество, приспособление, компромисс, избегание, сотрудничество).*

*Ключевые слова: саморегуляция, конфликтные ситуации, типы реагирования в конфликте.*

Обращение к проблеме саморегуляции подростков является вполне закономерным, поскольку возрастные особенности данного периода, связанные с изменениями не только психологического, но и психофизиологического характера, предопределяют неустойчивость эмоциональных проявлений и снижение саморегуляционных показателей, в том числе эмоционального самоконтроля и произвольного контроля поведения и деятельности, в том числе и учебной.

Рассматривая различные аспекты проблемы саморегуляции, современные авторы (В.И. Моросанова, 2013; Е.В. Толбатова, 2015) отмечают важность изучаемой психологической характеристики в регуляции отдельных сторон деятельности и поведения [1, с. 189–191; 4, с. 8], а также в личностном развитии подростков (Г.И. Симонова, Ю.А. Гущина, 2021) [3, с. 291].

Наше исследование направлено на изучение саморегуляции подростков с различными типами реагирования в конфликтных ситуациях. Поскольку

повышенную конфликтность также считают особенностью подросткового возраста, в частности П.Н. Полякова (2020) называет конфликтное поведение «широко распространенным явлением», одним из способов удержания своей позиции в отношении со взрослыми и сверстниками [2, с. 26].

Для определения типов реагирования подростков в конфликтных ситуациях использовалась методика «Исследование особенностей реагирования в конфликтной ситуации» (К. Томас) (адаптация Н.В. Гришиной), результаты наглядно *представлены на рисунке 1*.



Рис. 1. Распределение подростков по типу реагирования  
в конфликтной ситуации (N=52)

Данные рисунка указывают на то, что подростки в зависимости от доминирующего типа реагирования в конфликтной ситуации распределились следующим образом: соперничество (конкуренция) – 16 подростков (31%); приспособление – 12 подростков (23%); компромисс – 4 подростка (8%); избегание – 6 подростков (11%); сотрудничество – 14 подростков (27%).

Подростки, демонстрирующие стиль соперничество, как правило, стремятся во всем быть победителями, навязывая окружающим свое видение решения проблемы, делают это достаточно жестоко и агрессивно, применяя зачастую запугивание и шантаж.

Подростки со стилем реагирования приспособление, напротив, не проявляют усилий в отстаивании своего мнения, они достаточно пассивны, свои интересы приносят в жертву интересам тех, кто сильнее и в ком можно найти опору.

Подростки, использующие стиль компромисс, для разрешения конфликтной ситуации готовы идти на уступки особенно в тех случаях, когда сталкиваются с более авторитарной личностью.

Подростки с доминирующим типом реагирования в конфликте избегание прежде, чем принять какое-либо решение по преодолению разногласий, пытаются разобраться в важности ситуации или не тратят силы на ее разрешение, если не видят значимости.

Стиль сотрудничество выбирают подростки, которые имеют четкое понимание причин конфликта и стараются выработать решение, удовлетворяющее обе стороны, что позволяет получить конструктивный результат и удовлетворение интересов всех сторон.

Далее нами в каждой выборке испытуемых (с учетом доминирующего типа реагирования в конфликтной ситуации) для изучения саморегуляции подростков была проведена методика «Стилевая саморегуляция поведения человека» (В.И. Моросанова, Е.М. Коноз).

Исходя из содержания методики, чем выше количественные оценки по общему показателю, тем выше уровень саморегуляции испытуемых.

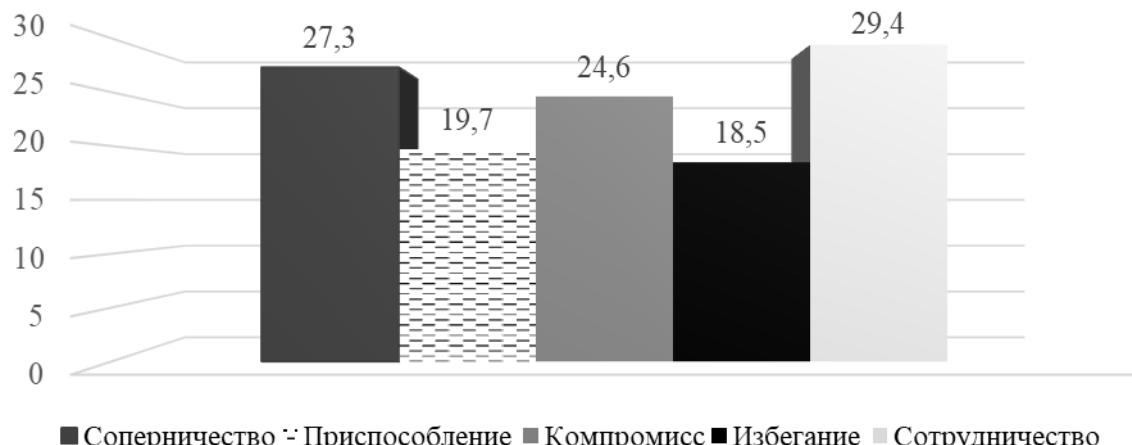


Рис. 2. Выраженность общего показателя саморегуляции подростков с различными типами реагирования в конфликтных ситуациях (N=52)

Как показывают данные рисунка 2, общие показатели саморегуляции подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество (значение показателей 27,4; 24,6 и 29,4) находятся в пределах среднего уровня и превышают общие показатели саморегуляции подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание (значение показателей 19,7 и 18,5) которые находятся в пределах низкого уровня.

Данные рисунка 3 также наглядно показывают, что показатели саморегуляции подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество превышают показатели саморегуляции подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание.

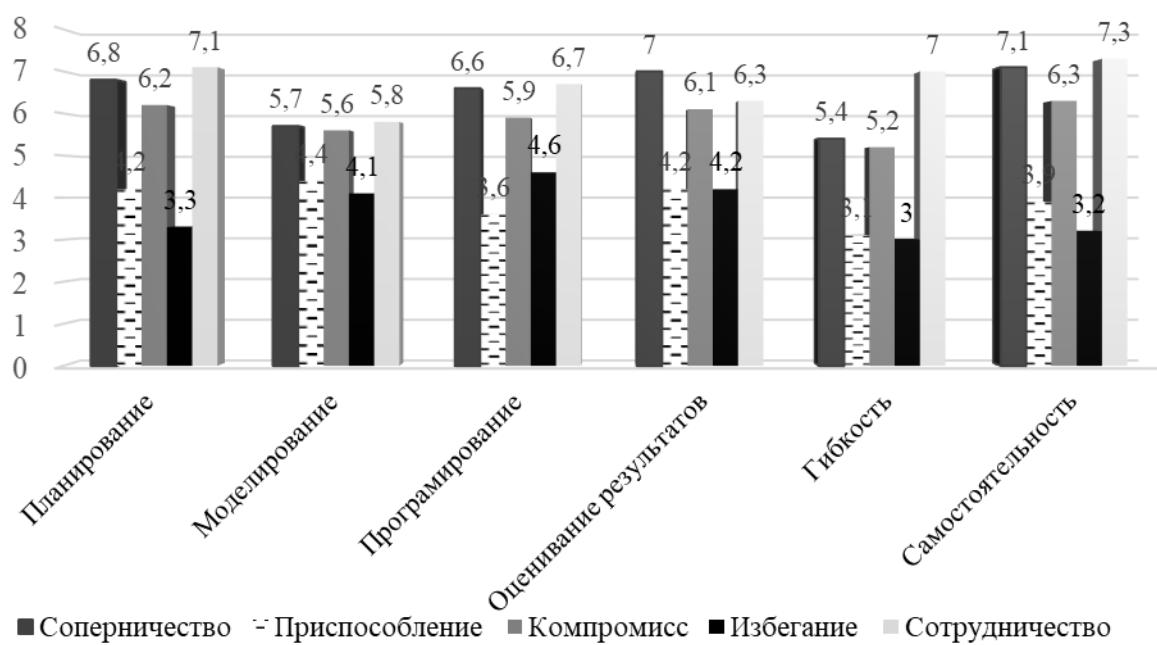


Рис. 3. Выраженность показателей саморегуляции подростков с различными типами реагирования в конфликтных ситуациях (N=52)

Так, средний балл по шкале «Планирование» у подростков с низким уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание) составляет 4,2 и 3,3 соответственно; тогда как у подростков со средним уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в

конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество) – 6,8, 6,2 и 7,1 соответственно. Подростки со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание не любят раздумывать о своем будущем, не умею и не желают заранее что-то планировать, если и ставят перед собой какие-либо цели, то делают это ситуативно и, как правило, несамостоятельно. В то время как подростки со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество планы на будущее разрабатывают в малейших деталях, ставя перед собой реалистичные задачи и стараясь придерживаться заранее намеченного.

По шкале «Моделирование» у подростков с низким уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание) средний балл составил 4,4 и 4,1; у подростков со средним уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество) – 5,7, 5,6 и 5,8. У подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание часто возникают трудности в определении цели и программы действий, соответствующих действующей ситуации, не умея отделять главное от второстепенного, они не всегда замечают происходящих в ней изменений, что приводит к неудачам. Что касается подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество, то им не причиняют особых неудобств происходящие изменения, поскольку, прежде чем что-либо предпринять в новой ситуации, они стараются в ней досконально разобраться и сконцентрироваться на условиях, которые сопутствуют этим изменениям.

Средний балл по шкале «Программирование» у подростков с низким уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание) составляет 3,6 и 4,6; тогда как у подростков со средним уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество) – 6,6, 5,9 и 6,8 соответственно. Подростки со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание не стремятся заранее программировать порядок своих действий,

предпочитая ориентироваться в ситуации по ходу дела, и даже в случае отрицательного результата им достаточно трудно принять решение о необходимости что-либо переделать с целью его изменения. В то время как подростки со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество всегда идут к намеченной цели, не отказываясь от принятых решений и продумывая каждую деталь действий, стараясь достичь качественного результата.

По шкале «Оценивание результатов» у подростков с низким уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание) средний балл составил 4,2 и 4,2; у подростков со средним уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество) – 7, 6,1 и 6,3. У подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание отмечается недостаточная критичность к себе и своим действиям, допуская небрежное отношение к выполняемой деятельности, они не замечают совершенных ошибок, даже если на них указывают окружающие люди. Что касается подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество, то им свойственно мысленное возвращение к результатам деятельности и совершенным поступкам, их анализ и при необходимости перепроверка.

Средний балл по шкале «Гибкость» у подростков с низким уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание) составляет 3,1 и 3; тогда как у подростков со средним уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество) – 5,4, 5,2 и 7 соответственно. Подростки со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание стоятся ситуаций риска, плохо ориентируясь в неожиданных ситуациях, которые вызывают у них чувство неуверенности и дискомфорта. В то время как подростки со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество достаточно спокойно реагируют на любые изменения,

---

могут пойти на риск ради перемен в жизни или смены обстановки и образа жизни.

По шкале «Самостоятельность» у подростков с низким уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание) средний балл составил 3,9 и 3,2; у подростков со средним уровнем саморегуляции (со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество) – 7,1, 6,3 и 7,3. У подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание отмечается зависимость от мнения и оценок окружающих, неумение строить самостоятельные планы и принимать самостоятельные решения. Что касается подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество, то они, наоборот, предпочитают сохранять независимость, самостоятельно принимать решения, редко следуя чужим советам и зачастую настаивая на своем, отстаивают точку зрения в решаемых вопросах.

*Таким образом*, из проведенного исследования видно, что саморегуляция подростков с различными типами реагирования в конфликтных ситуациях представлена соотношением ее отдельных показателей, имеющих различную степень выраженности и доминирования. Так общие показатели саморегуляции подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество находятся в пределах среднего уровня и превышают общие показатели саморегуляции подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание, что соответствует пределам низкого уровня. Базовые показатели саморегуляции (планирование, моделирование, программирование, оценивание результатов, гибкость и самостоятельность) подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях соперничество, компромисс и сотрудничество также превышают показатели саморегуляции подростков со стилями реагирования в конфликтных ситуациях приспособление и избегание.

Данный факт определяет дальнейшую направленность и перспективность работы по повышению регуляционных показателей у подростков. Поскольку

гармонизация общего эмоционального фона и повышение саморегуляции поможет стабилизировать различные стороны жизнедеятельности и поведения, в том числе подростков с различными типами реагирования в конфликтных ситуациях.

### ***Список литературы***

1. Моросанова В.И. Дифференциально-психологические основы саморегуляции в обучении и воспитания подрастающего поколения / В.И. Моросанова // Мир психологии. – 2013. – №2 (74). – С. 189–199. EDN QANUUZ
2. Полякова П.Н. Особенности выбора стратегий поведения в конфликтных ситуациях у подростков // Вестник науки и творчества. – 2020. – №6 (54) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-vybora-strategiy-povedeniya-v-konfliktnyh-situatsiyah-u-podrostkov> (дата обращения: 24.09.2024).
3. Симонова Г.И. Проблемы саморегуляции в младшем подростковом возрасте / Г.И. Симонова, Ю.А. Гущина // Вестник Удмуртского университета. – Серия «Философия. Психология. Педагогика». – 2021. – №3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/problemy-samoregulyatsii-v-mladshem-podrostkovom-vozraste> (дата обращения: 22.10.2024). DOI 10.35634/2412-9550-2021-31-3-287-293. EDN JVWCGK
4. Толбатова Е.В. Психологические основы саморегуляции учебной деятельности в подростковом возрасте / Е.В. Толбатова // Вестник Пермского университета. – Серия «Философия. Психология. Социология». – 2015. – №4 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osnovy-samoregulyatsii-uchebnoy-deyatelnosti-v-podrostkovom-vozraste> (дата обращения: 22.10.2024). EDN VBGEDT