

Шагивалеева Гузалия Расиховна

канд. психол. наук, доцент

Елабужский институт (филиал) ФГАОУ ВО «Казанский
(Приволжский) федеральный университет»

г. Елабуга, Республика Татарстан

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ, ЭМПАТИЯ И СТРАТЕГИИ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ШКОЛЫ

***Аннотация:** в статье рассматриваются стратегии поведения в конфликте, их связь с эмпатией и жизнестойкостью в контексте психологической безопасности школы. Психологическая безопасность школы предполагает отсутствие проявлений психологического насилия, доверие между участниками образовательного процесса и ощущение защищённости у каждого субъекта взаимодействия. Особое внимание уделяется эмпатии как ключевому психологическому механизму, влияющему на выбор стратегии поведения в конфликте.*

***Ключевые слова:** жизнестойкость, конфликт, образовательная среда, психологическая безопасность, стратегии поведения, стресс, стрессоустойчивость, эмпатия, эмоциональное выгорание.*

В условиях современности образовательная среда стала неотъемлемой частью жизни человека. Создание благоприятной атмосферы в образовательном учреждении – одна из ключевых задач, стоящих перед современной системой образования. Комфортная образовательная среда способствует укреплению психологического здоровья участников образовательного процесса, повышению качества обучения и снижению вероятности возникновения конфликтных ситуаций. Достижение этих целей напрямую зависит от развития эмпатии, жизнестойкости и конструктивных стратегий поведения в конфликте – факторов, тесно взаимосвязанных и важных для психологической безопасности образовательной среды.

Опыт показывает, что конфликты в современной школе – серьёзная проблема. Педагогический конфликт возникает из-за противоречия между участниками учебно-воспитательного процесса в ходе их профессионального и межличностного взаимодействия. Он создаёт негативную эмоциональную атмосферу, но его суть – в возможности устранить причины столкновения через заинтересованное взаимодействие сторон.

Е.С. Борисова указывает на то, что «конфликты в школе, как правило, избегаются, замалчиваются, либо разрешаются на интуитивном уровне, так как педагоги не обладают достаточными знаниями и умениями по организации эффективного взаимодействия в конфликтах, при этом часто сами являются источниками конфликтов» [2, с. 29].

М.С. Мириманова акцентирует внимание на то, что «важную роль в формировании безопасности образовательной среды отводится развитию социально-психологических навыков и качеств субъектов образовательной среды, умению конструктивно взаимодействовать, общаться, поведению в конфликтах» [6]. По её мнению, умение конструктивно общаться и вести себя в конфликтных ситуациях играет важнейшую роль в создании безопасной образовательной среды.

Эффективность применения и выбор стратегий поведения индивида в конфликтной ситуации опосредованы его жизнестойкостью. Жизнестойкость является одной из важных жизненных характеристик личности учителя, которая позволит ему справляться со стрессовыми ситуациями, помогает с выбором стратегий поведения, профессиональными трудностями и эмоциональным выгоранием на его профессиональном пути.

Термин жизнестойкость (в английском варианте – «hardiness») был определен американскими психологами Сьюзен Кобеса и Сальваторе Мадди в 80-х годах 20 века. Они объясняли ее как психологическую живучесть и расширенную эффективность человека, которая взаимосвязана с мотивами преобразования стрессогенных событий его жизнедеятельности, а также указывали на то, что она выступает в качестве показателя психического здоровья личности [3].

Жизнестойкость у С. Мадди представляет собой главную личностную характеристику, которая снижает влияние стресса на здоровье человека, причем это влияние распространяется и на физическое, и на психическое здоровье. Наличие жизнестойкости, по мнению автора, положительно влияет на успех деятельности. Исследования Сальваторе Мадди подтверждают положительную корреляцию между жизнестойкостью и стрессоустойчивостью. Согласно его концепции, жизнестойкость выступает ключевым фактором, который помогает человеку справляться со стрессовыми ситуациями и сохранять психологическое здоровье.

В отечественной психологии понятие жизнестойкости развивал Д.А. Леонтьев. Им оно было определено как интегративная характеристика личности, отвечающая за ее успешность преодоления разных жизненных трудностей и проблем, как индивидуальная способность личности к зрелым и сложным проявлениям психофизической саморегуляции, сохраняющим внутренний баланс, здоровье тела и успешность в столкновении с трудностями [5].

А.Н. Фомина, ссылаясь на работы Р.И. Стецишина, указывает, что жизнестойкость формируется в процессе профессиогенеза личности и даёт возможность человеку противостоять профессионально-личностной дезадаптации, в частности, в области помогающей профессии [7].

Для успешной педагогической деятельности недостаточно обладать только теоретическими знаниями. Учителю необходимо развивать эмпатию – это поможет лучше понимать учеников, выстраивать продуктивный диалог с родителями и коллегами, а также оперативно и грамотно разрешать возникающие разногласия. Согласно современным исследованиям, конфликтологическая компетенция педагога оценивается по его способности гибко применять различные стратегии поведения в зависимости от особенностей сложившейся ситуации.

Следовательно, эмпатия и конфликтологическая компетентность играют существенную роль в работе современного учителя: они напрямую влияют на его профессиональную эффективность и помогают создать благоприятную образовательную среду.

В образовательной среде развитие эмпатии может снижать уровень агрессивности и способствовать эффективному выстраиванию отношений в новых социальных ситуациях, что также важно для психологической безопасности.

Согласно ФГОС ВО, современный учитель должен уметь устанавливать и поддерживать контакты с учащимися и их родителями, а также разбираться в индивидуально-психологических особенностях личности.

В современной психологической и педагогической науке уделяется значительное внимание изучению жизнестойкости и эмпатии среди учителей. Это обусловлено тем, что указанные личностные качества не только определяют психологическое благополучие учителя, но и напрямую сказываются на качестве его взаимодействия с учащимися, а также служат важным ресурсом для профилактики профессионального выгорания.

Высокая жизнестойкость может способствовать развитию эмпатии, так как учитель, способный справляться со стрессом и сохранять внутренний баланс, более открыт для эмоционального сопереживания и понимания других людей. В свою очередь, развитая эмпатия может укреплять жизнестойкость, так как умение понимать и поддерживать других снижает уровень конфликтности и эмоционального напряжения в профессиональной среде.

В своём труде «Эмоции и чувства» Е.П. Ильин акцентирует внимание на том, что для педагогов эмпатия является фундаментальным профессиональным навыком, который должен находить выражение в проявлении сочувствия [4, с. 365]. Под педагогической «эмпатией» подразумевается способность учителя глубоко понимать эмоциональные состояния всех участников образовательного процесса.

В.В. Бойко рассматривает понятие «эмпатии» в таком ключе: «это форма рационально-эмоционально-интуитивного отражения другого человека, которая позволяет преодолеть его психологическую защиту и постичь причины и следствия самопроявлений – свойств, состояний реакций в прогнозировании и адекватного воздействия на его поведение» [1, с. 117].

В данной работе использовались общенаучные методы теоретического исследования; изучение научной литературы по проблеме; специальные психологические методы сбора информации: эмпирические методы (методика «Диагностика уровня эмпатии» И.М. Юсупова; методика «Оценка способов реагирования в конфликте» К.Н. Томаса; методика «Оценка уровня конфликтности личности» В.И. Андреева); анкета на выявление приемов и способов снятия стресса); методы статистической обработки эмпирической информации.

В выборку исследования включены учителя в возрасте от 25 до 55 лет, профессиональный стаж составляет от 5 до 30 лет. Результаты исследования по методике К.Н. Томаса свидетельствуют о том, что наиболее приемлемыми стилями поведения в конфликтных ситуациях учителя считают «компромисс» (45%) и сотрудничество (40%). Реже используются «избегание» (5%), «соперничество» (4%) и «приспособление» (6%).

Полученные результаты по методике «Оценка уровня конфликтности личности» показали, что 4% респондентов обладают высоким уровнем конфликтности, 36% – средним, а 60% – низким.

Результаты исследования по методике «Диагностика уровня эмпатии», продемонстрировали следующие показатели: очень низкий уровень эмпатии среди участников не выявлен; 40% участников имеют очень высокий уровень эмпатии; 42% – высокий уровень эмпатии; 15% – средний уровень эмпатии; 3% учителей – низкий уровень эмпатии.

Также, при проведении корреляционного анализа между шкалами стратегий поведения и конфликтностью учителей были выявлены статистически достоверные связи на уровне тенденции между «компромиссом» и «конфликтностью» ($r = 0.23$), «избеганием» и «конфликтностью» ($r = 0.21$). Эти данные связи позволяют предположить, что учителя в конфликтной ситуации часто испытывают социальное давление, которое заставляет их либо идти на компромисс, либо уходить от конфликта. При этом внутриличностный конфликт учителя может усугубляться.

При проведении корреляционного анализа между шкалами стратегий поведения и уровнем эмпатии были выявлены взаимосвязи между уровнем эмпатии и стилями конфликтного поведения «сотрудничество», «компромисс» ($r = 0.27$ при $p \geq 0,01$). Данная связь означает, что учителя с развитой способностью к сопереживанию чаще выбирают стратегии «сотрудничества» и поиска «компромисса». Приоритетом для них является понимание позиции другой стороны, после чего они готовы оказать помощь или сформировать компромиссный вариант решения.

Понимание эмоционального состояния участников педагогического процесса является важным условием для успешного разрешения возникающих ситуаций. Выбор педагогом стратегий «сотрудничество» и «компромисс» во многом обусловлен его способностью к эмпатии.

Напротив, низкий уровень эмпатии может привести к использованию стратегий, ориентированных на «соперничество», «избегание» или «приспособление».

В ходе исследования проведен корреляционный анализ образовательных результатов обучающихся со стратегиями поведения учителя в конфликтной ситуации. Анализ образовательных результатов показал, что у тех учителей, которые применяют в разрешении конфликтной ситуации «сотрудничество» ($r = 0.24$) и «компромисс» ($r = 0.22$) обучающиеся демонстрируют более высокие достижения в учебной деятельности, чем у тех учителей, которые предпочитают использовать «соперничество» ($r = -0.21$) и «избегание» ($r = -0.20$).

Следовательно, использование принципов сотрудничества и компромисса на занятиях способствует не только созданию благоприятной психологической обстановки, но и достижению высоких учебных результатов. Благодаря этому обучающиеся легче справляются с трудностями, активнее участвуют в образовательном процессе, полнее раскрывают свои способности и развивают познавательную мотивацию.

Профессиональная компетентность учителя предполагает владение навыками выбора стратегий поведения, способность проявлять эмпатию в межлич-

ностном взаимодействии, умение контролировать эмоциональную сферу и создавать образовательную среду, обеспечивающую психологический комфорт и оптимальные условия для успешного обучения учащихся. Жизнестойкость выступает как фундамент этой компетентности: она позволяет учителю осознанно выбирать стратегии поведения, проявлять эмпатию в стрессовых ситуациях и поддерживать комфортную психологическую атмосферу в классе.

Список литературы

1. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В.В. Бойко. – М.: Филинь, 1996. – 472 с.
2. Борисова Е.С. Проблема конфликтологической компетентности в пространстве / Е.С. Борисова // Известия Самарского Российской академии наук. Социальные, гуманитарные, медико-биологические науки. – 2017. – Т. 19. №2. – С. 28–32.
3. Мадди С.Р. Теории личности: сравнительный анализ / С.Р. Мадди; пер. с англ. – СПб.: Питер, 2002. – 567 с.
4. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб: Питер, 2001. – 752 с. EDN UANZFL
5. Леонтьев Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
6. Мириманова М.С. Конфликтология / М.С. Мириманова. – М.: Академия, 2003. – 320 с.
7. Фоминова А.Н. Жизнестойкость личности монография / А.Н. Фоминова. – М.: МПГУ, Прометей, 2012. – 151 с. EDN RYRXIZ