Федеральное агентство по образованию

Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования

Факультет социальных наук

Кафедра психологии и педагогики

КУРСОВАЯ РАБОТА

на тему: ВЗАИМОСВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ И СТРАТЕГИИ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ

по дисциплине: ПСИХОДИАГНОСТИКА

Реферат

Курсовая работа содержит страницы печатного текста, 2 рисунка, 25 использованных источников, приложения.

Тревожность, личностная тревожность, ситуативная тревожность, конфликт

Аспект взаимосвязи уровня тревожности со стратегией поведения в конфликте освещен слабо, вследствие чего внимание было обращено именно к данной проблеме. Тревожность - переживание эмоционального неблагополучия, связанное с предчувствием опасности или неудачи. Любая нестабильность, нарушение привычного хода событий может привести к развитию тревожности. Так как конфликт охватывает все сферы жизнедеятельности людей, то современному человеку необходимо независимо от уровня тревожности, выбирать наиболее эффективную стратегию поведения в конфликте, пытаться управлять и разрешать его. Целью работы являлось изучение взаимосвязи уровня тревожности со стратегией поведения в конфликте. Основу методологии исследования составили методика определения уровня тревожности: Тест - опросник Спилбергера - Ханина и тест описания поведения К. Томаса.

Содержание

Введение

. Теоретический анализ проблемы взаимосвязи уровня тревожности со стратегией поведения в конфликте

1.1 Основные подходы зарубежных и отечественных авторов к изучению тревожности

1.2 Основные факторы, влияющие на возникновение и проявление тревожности

.3 Причины конфликтов и стратегии поведения в конфликтных ситуациях

2. Исследование взаимосвязи уровня тревожности со стратегией поведения в конфликте

2.1 Организация и методы исследования

.2 Анализ и интерпретация результатов исследования

Заключение

Библиографический список

Приложения

Введение

В настоящее время общество имеет тенденцию к быстрому развитию. И современному человеку необходимо уметь эффективно адаптироваться к новым условиям, находить общий контакт с окружающими людьми, быть успешным во всех сферах - все это в определенной мере зависит от степени проявления у личности показателя тревожности. Однако в повседневной жизни человек постоянно сталкивается с противоположными мнениями, интересами, которые приводят к конфликту. Так как конфликт охватывает все сферы жизнедеятельности людей, всю совокупность социальных отношений, социального взаимодействия, то современному человеку необходимо независимо от уровня тревожности, выбирать наиболее эффективную стратегию поведения в конфликте, пытаться управлять и разрешать его. В связи с этим в данная работа посвящена выявлению взаимосвязи уровня тревожности со стратегией поведения в конфликтной ситуации. Проблема тревожности, ее видов, форм и факторов, влияющих на возникновение и проявление тревожности занимались такие авторы, как Н.Д Левитов, Ю.Л.Ханин; Ч.Д. Спилбергер, З. Фрейд, К. Хорни, Э. Фромм, Г. С. Салливан, Р.С. Немов, В.В. Давыдов, А.М. Прихожан, Е.В. Новикова, Б. И. Кочубей и другие.Над исследованием конфликта, его типологии, стадий протекания, причин конфликтов и стратегий поведения в конфликтных ситуациях работали следующие авторы: В.В. Дружинин, Н. В. Гришина, К. Томас, Н.И. Леонов; Дж.Г. Скотт, Ф.М. Бородкина, А.К. Зайцева, Г.Л. Смолина, С.В. Дворяк, Б.Т. Лихачев и другие.

Объектом данного исследования является тревожность как фактор, предопределяющий стратегию поведения в конфликте.

Предмет исследования - взаимосвязь уровня тревожности и стратегии поведения в конфликте.

Цель данной работы - изучить взаимосвязь тревожности и стратегии поведения в конфликте.

Гипотеза: уровень тревожности взаимосвязан со стратегией поведения в конфликте: испытуемые с высоким уровнем ситуативной и личностной тревожности предпочитают сопернический стиль поведения в конфликтной ситуации, а с низким уровнем ситуативной и личностной тревожности - компромисс.

Задачи:

1) проанализировать литературу по проблеме взаимосвязи уровня тревожности со стратегией поведения в конфликте;

2) описать основные факторы, влияющие на возникновение и проявление тревожности;

) выявить у испытуемых уровни ситуативной и личностной тревожности;

) исследовать взаимосвязь уровня ситуативной и личностной тревожности со стратегией поведения в конфликте;

Методы: анализ литературы, тестирование, методы математической статистики.

База исследования: Амурский Государственный университет, факультет социальных наук.

Выборка составила 30 человек в возрасте от 17 до 21 года.

1. Теоретический анализ проблемы взаимосвязи уровня тревожности со стратегией поведения в конфликте

.1 Основные подходы зарубежных и отечественных авторов к изучению тревожности

Проблема изучения тревожности в отечественной и зарубежной литературе в последнее время обсуждается очень активно. С одной стороны, подчеркивается, что адекватный уровень тревожности играет важную роль в эмоционально-волевой регуляции и в целом является существенным внутренним фактором, обусловливающим формирование адаптивного ресурса зрелой личности. С другой стороны, большинство авторов отмечает, что именно с высоким уровнем тревожности связаны трудности социально-психологической адаптации, формирования адекватного представления о себе и своих личностных качествах у детей подросткового и юношеского возраста.

Принято считать, что проблема тревожности как проблема собственно психологическая была впервые поставлена и подверглась специальному рассмотрению в трудах З. Фрейда, который признавал необходимость разграничения страха и тревоги, считая, что страх - реакция на конкретную опасность, тогда как тревожность - реакция на опасность, не известную и не определяемую. З.Фрейд определял тревожность как неприятное переживание, выступающее сигналом предвосхищаемой опасности. Тревожность характеризуется тремя основными признаками - специфическим чувством неприятного, соответствующими соматическими реакциями, осознанием этого переживания [2, с. 58]. З. Фрейд выделял три основных вида тревожности: 1) объективную, вызванную реальной внешней опасностью; 2) невротическую, вызванную опасностью не известной и не определенной; 3) моральную, определяемую им как «тревожность совести».

Анализ невротической тревожности позволил Фрейду выделить два основных отличия от реального страха. Во-первых опасность является внутренней, а не внешней, и в том, что она сознательно не признается. Во-вторых, основной источник невротической тревожности - боязнь потенциального вреда, который может причинить освобождение влечений.

Проблема тревожности получила дальнейшее развитие в русле неофрейдизма, в первую очередь в работах К. Хорни, Э. Фромма и Г.С. Салливана. Так, например, в работах К. Хорни особый акцент делается на роли неудовлетворения потребности в межличностной надежности. Рассматривая в качестве главной цели развития человека стремление к самореализации, Хорни оценивает тревогу как основное противодействие этой тенденции [2, с. 59]. Э. Фромм подчеркивал, что основным источником тревожности является переживание отчужденности, связанное с представлением человека о себе как об отдельной личности, чувствующей в связи с этим свою беспомощность перед силами природы и общества.

Итак, тревожность рассматривается как склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги: один из основных параметров индивидуальных различий [3, с. 342].

По мнению Р.С. Немова, тревожность определяется, как свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях. В.В. Давыдов трактует тревожность как индивидуальную психологическую особенность, состоящую в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и таких общественных характеристиках, которые к этому не предполагают [5, с. 401].

Наряду с определениями тревожности, исследователи выделяют различные виды и уровни тревожности. Так, например, Ч. Спилбергер выделяет два вида тревожности: личностная и ситуативная (реактивная). Личностная тревожность предполагает широкий круг объективно безопасных обстоятельств как содержащих угрозу (тревожность как черта личности). Ситуативная тревожность обычно возникает как кратковременная реакция на какую-нибудь конкретную ситуацию, объективно угрожающую человеку. В то же время, А.М. Прихожан выделяет виды тревожности на основе ситуаций, связанных: с процессом обучения (учебная тревожность), с представлениями о себе (самооценочная тревожность), с общением (межличностная тревожность).

Помимо разновидностей тревожности, рассматривается и её уровневое строение. Б.И. Кочубей, Е.В. Новикова выделяют три уровня тревоги, связанной с деятельностью: деструктивный, недостаточный и конструктивный.

Тревожность как психологическая особенность может иметь разнообразные формы. По мнению А.М. Прихожан, тревожность - это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности, а под формой тревожности понимается особое сочетание характера переживания, осознание вербального и невербального выражения в характеристиках поведения, общения и деятельности [2, с. 62].

Таким образом, понятие тревожность, трактуется у различных авторов по-разному. З.Фрейд определяет тревожность как неприятное переживание, выступающее сигналом предвосхищаемой опасности. Чувства неопределенности и беспомощности - это содержание тревожности. В работах К. Хорни, особый акцент делается на роли неудовлетворения потребности в межличностной надежности. Тревога рассматривается как основное противодействие тенденции к самореализации. Э. Фромм подчеркивает, что основным источником тревожности, внутреннего беспокойства является переживание отчужденности, связанное с представлением человека о себе как об отдельной личности, чувствующей в связи с этим свою беспомощность перед силами природы и общества.

Тревожность как индивидуальная психологическая особенность, состоящая в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и таких общественных характеристиках, которые к этому не предполагают.

Так как, понятие тревожности трактуется у различных авторов по разному, то тревожность можно рассматривать как: психологическое явление; индивидуальную психологическую особенность личности; склонность человека к переживанию тревоги; состояние повышенного беспокойства. В данном разделе были рассмотрены различные подходы к классификациям видов тревожности, ее уровневое строение и формы.

.2 Основные факторы, влияющие на возникновение и проявление тревожности

Тревожность - переживание эмоционального неблагополучия, связанное с предчувствием опасности или неудачи. Любая нестабильность, нарушение привычного хода событий может привести к развитию тревожности. Принято различать тревожность как эмоциональное состояние (ситуативная тревожность) и как устойчивую черту (личностная тревожность) [1, с. 25].

Ситуативная тревожность определяется Спилбергером как эмоциональная реакция, которая характеризуется мрачными предчувствиями, субъективными ощущениями напряженности, нервозности, беспокойства и сопровождается активизацией вегетативной нервной системы [1, с. 26].

Под личностной тревожностью понимается устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающая наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий «веер» ситуаций как угрожающих, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Как предрасположенность, личная тревожность активизируется при восприятии определенных стимулов, расцениваемых человеком, как опасные [1, с. 26].

Выделяют внешние объективные факторы, способствующие повышению уровня тревожности, и внутренние, субъективные - те индивидуальные особенности личности, которые влияют на процесс роста уровня тревожности.

К объективным факторам возникновения тревожности А.И. Нестеренко относит:

) Неблагоприятный социально-психологический климат, который складывается под влиянием сложной системы взаимоотношений и выражается в определенном эмоциональном состоянии.

) Перегрузки. Есть люди, которые лучше всего работают в состоянии постоянного напряжения, однако для большинства людей, ситуация жесткого временного прессинга является стрессовой.

) Неопределенность. Очень немногие люди чувствуют себя уверенно в ситуации неопределенности.

) Однообразие. Когда ситуация слишком стабильна, это тоже может вызвать тревожность, проявляющуюся в апатичности, лености. Человек время от времени нуждается в новых впечатлениях, чтобы сохранить собранность и творческий потенциал.

) Беспомощность. Сильную тревожность может вызывать не только необходимость принимать решения в сложной обстановке, но и противоположная ситуация, когда человек осознает свою неспособность повлиять на происходящие события, и вынужден смиряться с чужим решением как с неизбежностью [2, с. 58].

Таким образом, ситуативная или реактивная тревожность как состояние характеризуется субъективными переживаниями, эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичности во времени. Ситуативная тревожность порождается объективными условиями, содержащими вероятность неуспеха и неблагополучия (в частности, в ситуации оценки способностей и достижений личности).

В качестве субъективных факторов А.И. Нестеренко выделяет:

) Высокий уровень нейротизма как показатель эмоциональной неустойчивости индивида, эмоциональной лабильности, неуравновешенности нервно-психических процессов, проявляющийся в повышенной возбудимости, реактивности и высокой степени откликаемости, низком пороге переживания дисстресса и преобладании негативно окрашенных эмоциональных состояний.

) Низкий уровень сформированности индивидуальной системы осознанной саморегуляции эмоций и поведения. Некоторые авторы выделят в качестве субъективных факторов и наличие рассогласований в ценностной сфере, что является актуальным в сегодняшней ситуации [2, с. 59].

Проявления тревожности могут носить соматический и поведенческий характер. Соматические проявления касаются изменений во внутренних органах, системах организма: ускоренное сердцебиение, неровное дыхание, дрожание конечностей, скованность движений. Может повышаться артериальное давление, возникать расстройства желудка.

На поведенческом уровне проявления повышенной тревожности еще более разнообразны. Они могут колебаться от полной апатии и безынициативности к демонстративной агрессии. Бессознательно маскируя свою тревожность, человек провоцирует негативное к себе отношение, что усложняет и без того тяжелое внутреннее состояние.

Таким образом, можно сказать, что тревожность - переживание эмоционального неблагополучия, связанное с предчувствием опасности или неудачи. В данном разделе были рассмотрены внешние объективные (способствующие изменению уровня тревожности) и внутренние субъективные (индивидуальные особенности личности, которые влияют на процесс изменения уровня тревожности) факторы возникновения тревожности, а также проявление тревожности на соматическом и поведенческом уровне.

.3 Причины конфликтов и стратегии поведения в конфликтных ситуациях

Конфликт охватывает все сферы жизнедеятельности людей, всю совокупность социальных отношений, социального взаимодействия, поэтому современному человеку необходимо выбирать наиболее эффективную стратегию поведения в конфликте, пытаться управлять и разрешать его. В первую очередь хотелось бы обозначить определение конфликта. Существуют различные определения конфликта, но все они подчеркивают наличие противоречия, которое принимает форму разногласий, если речь идёт о взаимодействии людей.

Конфликт определяется как «столкновение противоположно направленных, несовместимых друг с другом тенденций, отдельно взятого эпизода в сознании, в межличностных взаимодействиях или межличностных отношениях индивидов или групп людей, связанное с отрицательными эмоциональными переживаниями» [3, с. 147].

Конфликты могут быть скрытыми или явными, но в основе их лежит отсутствие согласия. Поэтому определим конфликт как отсутствие согласия между двумя или более сторонами - лицами или группами. Отсутствие согласия обусловлено наличием разнообразных мнений, взглядов, идей, интересов, точек зрения и т.д. Однако оно, как уже отмечалось, не всегда выражается в форме явного столкновения, конфликта. Это происходит только тогда, когда существующие противоречия, разногласия нарушают нормальное взаимодействие людей, препятствуют достижению поставленных целей. В этом случае люди просто бывают вынуждены каким-либо образом преодолеть разногласия, и вступают в открытое конфликтное взаимодействие. В процессе конфликтного взаимодействия его участники получат возможность выражать различные мнения, выявлять больше альтернатив при принятии решения, и именно в этом заключается важный позитивный смысл конфликта. Сказанное, конечно, не означает, что конфликт всегда носит положительный характер. Существует четыре основных типа конфликтов:

Внутриличностный конфликт.

Межличностный конфликт.

Конфликт между личностью и группой.

Межгрупповой конфликт [6, с. 98].

Причиной конфликта могут стать только те события (действия, решения, обстоятельства), которые затрагивают интересы членов коллектива. А интересы членов коллектива (группы) выражаются в занимаемых членами группы психологических позициях. Так вот, какое-либо событие может стать предметом конфликта, т.е. породить конфликтную ситуацию, если в результате этого события некоторые члены группы будут поставлены перед необходимостью изменить свои психологические позиции на менее выгодное, т.е. если пострадают, будут прямо или косвенно ущемлены их интересы. Интересы весьма разнообразны, однако их можно представить в виде четырех типов:

) Производственные интересы (связаны с конкретной деятельностью человека);

) Социальные интересы (связаны с тем, что каждый член группы занимает в ней определенную неформальную позиции);

) Личностные интересы (связаны с представлением людей о жизни, о добре, зле, жизненных ценностях);

) Финансовые интересы (связаны с возможностью материального обеспечения).

Причиной конфликта становятся действия или обстоятельства, которые привели к изменению интересов. Одной из причин конфликта является взаимозависимость задач, т.к. возможность конфликтов существует везде, где один человек зависит от другого человека (или группы) в выполнении задачи. Причинами также являются различия в целях и различия во взглядах и представлениях. Конфликты часто связаны с неудовлетворительными коммуникациями (плохая коммуникация препятствует управлению конфликтом). И еще одна важная причина конфликтов - различия в психологических особенностях (темперамент, характер, потребности, мотивы и т.п.) [6, с. 127].

К.У. Томасом и Р.Х. Килменном были разработаны основные наиболее приемлемые стратегии поведения в конфликтной ситуации. Они указывают, что существуют пять основных стилей поведения при конфликте: приспособление, компромисс, сотрудничество, игнорирование, соперничество или конкуренция. Стиль поведения в конкретном конфликте, определяется той мерой, в которой вы хотите удовлетворить собственные интересы, действуя при этом пассивно или активно, и интересы другой стороны, действуя совместно или индивидуально.

Стиль конкуренции, соперничества может использовать человек, обладающий сильной волей, достаточным авторитетом, властью, не очень заинтересованный в сотрудничестве с другой стороной и стремящийся в первую очередь удовлетворить собственные интересы.

Стиль сотрудничества можно использовать, если, отстаивая собственные интересы, вы вынуждены принимать во внимание нужды и желания другой стороны. Этот стиль наиболее труден, так как он требует более продолжительной работы. Цель его применения - разработка долгосрочного взаимовыгодного решения. Такой стиль требует умения объяснять свои желания и выслушивать друг друга, сдерживать свои эмоции. Отсутствие одного их этих факторов делает этот стиль неэффективным.

Стиль компромисса. Суть его заключается в том, что стороны стремятся урегулировать разногласия при взаимных уступках. В этом плане он несколько напоминает стиль сотрудничества, однако осуществляется на более поверхностном уровне, так как стороны в чем-то уступают друг другу. Этот стиль наиболее эффективен, обе стороны хотят одного и того же, но знают, что одновременно это невыполнимо.

Стиль уклонения реализуется обычно, когда затрагиваемая проблема не столь важна для вас, вы не отстаиваете свои права, не сотрудничаете ни с кем для выработки решения и не хотите тратить время и силы на ее решение. Этот стиль рекомендуется также в тех случаях, когда одна из сторон обладает большей властью или чувствует, что не права, или считает, что нет серьезных оснований для продолжения контактов.

Стиль приспособления означат, что вы действуете совместно с другой стороной, но при этом не пытаетесь отстаивать собственные интересы в целях сглаживания атмосферы и восстановления нормальной рабочей атмосферы. Этот стиль наиболее эффективен, когда исход дела чрезвычайно важен для другой стороны и не очень существен для вас или когда вы жертвуете собственными интересами в пользу другой стороны. Итак, ни один из рассмотренных стилей разрешения конфликта не может быть выделен как самый лучший, они используются все без исключения. Надо научиться эффективно использовать каждый из них и сознательно делать тот или иной выбор, учитывая конкретные обстоятельства. Стили поведения в конфликтной ситуации связаны с главным источником конфликта - различием интересов и ценностных ориентации взаимодействующих субъектов. Стилей поведения в конфликтной ситуации достаточно, чтобы каждый человек выбрал для себя определенную стратегию поведения и пытался управлять конфликтом и разрешать его.

Подводя итог по первой главе, можно сказать о том, что тревожность - переживание эмоционального неблагополучия, связанное с предчувствием опасности или неудачи. Любая нестабильность, нарушение привычного хода событий может привести к развитию тревожности. Так как конфликт охватывает все сферы жизнедеятельности людей, то современному человеку необходимо независимо от уровня тревожности, выбирать наиболее эффективную стратегию поведения в конфликте, пытаться управлять и разрешать его. При анализе литературы были рассмотрены основные подходы зарубежных и отечественных авторов к изучению тревожности, основные факторы, влияющие на возникновение и проявление тревожности, а также причины конфликтов и стратегии поведения в конфликтных ситуациях. Таким образом, попробуем проследить в следующей главе взаимосвязь уровня тревожности со стратегией поведения в конфликте.

2. Исследование взаимосвязи уровня тревожности со стратегией поведения в конфликте

.1 Организация и методы исследования

Исследование взаимосвязи уровня тревожности со стратегией поведения в конфликте проводилось на базе Амурского государственного университета, факультете социальных наук. Выборку составили студенты в количестве 30 человек, в возрасте от 17 до 21 лет. Исследование проходило в аудитории Амурского Государственного университета в вечернее время, перед началом лекций. Испытуемым вслух зачитывалась инструкция, после чего раздавались бланки для ответов, заполняемые самостоятельно.

Цель исследования - выявить взаимосвязь уровня тревожности и стратегии поведения в конфликтных ситуациях между студентами.

Гипотеза: уровень тревожности взаимосвязан со стратегией поведения в конфликте: испытуемые с высоким уровнем ситуативной и личностной тревожности предпочитают сопернический стиль поведения в конфликтной ситуации, а с низким уровнем ситуативной и личностной тревожности - компромисс.

В ходе исследования были использованы следующие методики: методика определения уровня тревожности: Тест - опросник Спилбергера - Ханина и тест описания поведения К. Томаса.

) Тест описания поведения К. Томаса

Предназначен для изучения личностной предрасположенности к конфликтному поведению, выявления определенных стилей разрешения конфликтной ситуации.

Для описания типов поведения людей в конфликтных ситуациях К. Томас считает применимой двухмерную модель регулирования конфликтов, основополагающими измерениями в которой являются кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в конфликт, и напористость, для которой характерен акцент на защите собственных интересов. Соответственно этим двум основным измерениям К. Томас выделяет следующие способы урегулирования конфликтов:

. соревнование (конкуренция) как стремление добиться

удовлетворения своих интересов в ущерб другому.

. приспособление, означающее в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого.

. компромисс (соглашение путем взаимной уступки при столкновении каких-нибудь интересов, стремлений).

. избегание, для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей.

. сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Материалом, с которым работают испытуемые, является напечатанный на специальном бланке список пар утверждений. В каждой из пары утверждений испытуемый должен выбрать тот вариант, который является наиболее типичным для характеристики его поведения. Каждый испытуемый получает такой бланк в начале исследования.

Методика может использоваться в качестве ориентировочной для изучения адаптационных и коммуникативных особенностей личности, стиля межличностного взаимодействия.

) Методика определения уровня тревожности: Тест-опросник Спилбергера - Ханина предназначена для определения уровня личностной и ситуативной тревожности.

Тревожность - это особое эмоциональное состояние субъекта, выражающееся в повышенной эмоциональной напряженности, сопровождающейся страхами, беспокойством, опасениями, препятствующими нормальной деятельности или общению с людьми.Личностная тревожность - это индивидуальная черта личности человека, отражающая его предрасположенность к эмоциональным отрицательным реакциям на различные жизненные ситуации, несущие в себе угрозу для его Я (самооценки, уровня притязаний, отношения к самому себе и т.п.). Ситуативная тревожность - это внутреннее устойчивое состояние тревожности как поведенческая реакция на определенные жизненные ситуации. тревожность психологический конфликт

Материалом, с которым работают испытуемые, является напечатанный на специальном бланке список предложений, на каждый вопрос которого возможны четыре варианта ответа по степени интенсивности.

Каждый испытуемый получает такой бланк в начале исследования.

Процедура исследования включает две серии.

. Задача первой серии: определить уровень ситуационной тревожности.

Для этого испытуемым зачитывается инструкция: «Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет».

. Задача второй серии: определить уровень личностной тревожности.

Для этого испытуемым зачитывается инструкция: «Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет».

.2 Анализ и интерпретация результатов исследования

В ходе исследования были использованы две методики: методика определения уровня тревожности: Тест-опросник Спилбергера - Ханина и тест описания поведения К. Томаса. По методике определения уровня тревожности: Тест - опросник Спилбергера - Ханина были исследованы 30 человек. С целью определения уровня личностной и ситуативной тревожности, испытуемым предлагался список предложений, на каждый вопрос которого возможны четыре варианта ответа по степени интенсивности. В ходе данного исследования были получены следующие результаты (рисунок 1):



Рисунок 1 - Доля испытуемых с высоким, средним и низким уровнем ситуационной и личностной тревожности.

Как видно из рисунка 1, у 27 % наблюдается высокий уровень ситуационной и личностной тревожности. Для респондентов характерна склонность к появлению состояния тревоги в ситуациях оценки его компетентности. Лицам с высокими показателями тревожности следует формировать чувство уверенности в успехе, необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности и высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадачам.

Для 30 % характерен низкий уровень ситуационной и личностной тревожности, что требует пробуждения активности, повышения внимания к мотивам деятельности и повышения чувства ответственности. По тесту описания поведения К. Томаса были также исследованы 30 человек. С целью представления о выраженности тенденции к проявлению соответствующих форм поведения в конфликтных ситуациях, испытуемым предлагался список пар утверждений. В каждой из пары утверждений испытуемый должен выбрать тот вариант, который является наиболее типичным для характеристики его поведения. В ходе данного исследования были получены следующие результаты (рисунок 2):



Рисунок 2 - Соотношение у испытуемых стратегий поведения в конфликте

Как видно из рисунка 2, у 27,5 % преобладает сопернический стиль поведения в конфликте. Для респондентов характерно стремление добиваться удовлетворения своих интересов в ущерб другому, который обладает сильной волей, достаточным авторитетом, властью, не очень заинтересованный в сотрудничестве с другой стороной. Для 27,5 % характерен компромисс, суть которого заключается в том, что стороны стремятся урегулировать разногласия при взаимных уступках. В этом плане он несколько напоминает стиль сотрудничества, однако осуществляется на более поверхностном уровне, так как стороны в чем-то уступают друг другу. Этот стиль наиболее эффективен, если обе стороны хотят одного и того же, но знают, что одновременно это невыполнимо. Стратегия избегания наблюдается у 24 %, которая в свою очередь характеризуется отсутствием стремления к кооперации, так и отсутствием тенденции к достижению собственных целей. Для 17 % респондентов характерен приспособительный стиль поведения в конфликте, который подразумевает под собой принесение в жертву собственных интересов ради другого. Этот стиль наиболее эффективен, когда исход дела чрезвычайно важен для другой стороны и не очень существенен для вас или когда вы жертвуете собственными интересами в пользу другой стороны. Такая стратегия поведения как сотрудничество наблюдается всего лишь у 4 % респондентов, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Для подтверждения гипотезы о связи уровня тревожности со стратегией поведения в конфликтной ситуации был использован коэффициент ранговой корреляции Ч. Спирмена. Расчет коэффициента проводился в программе STATISTIKA 6.0.

Была обнаружена корреляционная связь между ситуативной тревожностью и такими стратегиями поведения в конфликте как соперничество (r = 0,46) и компромисс (r = -0,60). Характер полученной связи свидетельствует о том, что чем выше уровень ситуативной тревожности, тем чаще испытуемый использует стратегию соперничества и реже компромисс. Тем самым можно говорить о том, что попадая в определенную стрессовую ситуацию, испытуемый не стремится урегулировать разногласия взаимными уступками, а добивается удовлетворения своих интересов в ущерб другому.

И была обнаружена корреляционная связь между показателями личностной тревожности и такими стратегиями поведения как соперничество (r = 0,38) и компромисс (r = - 0,60). Характер полученной связи свидетельствует о том, что чем выше уровень личностной тревожности, тем чаще испытуемый использует стратегию соперничества и реже компромисс. Таким образом, у испытуемого в состоянии повышенной эмоциональной напряженности прослеживается предрасположенность к конкуренции во взглядах, интересах, мнениях, и не стремится урегулировать разногласия взаимными уступками, что наиболее эффективно, если обе стороны хотят одного и того же.

Подводя итог можно говорить о том, что повышение уровня тревожности как личностной, так и ситуативной приводит к использованию деструктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях.

Заключение

В данной работе раскрываются теоретические основы изучения проблемы взаимосвязи уровня тревожности со стратегией поведения в конфликте. В первой главе раскрыто содержание тревожности, под которой подразумевается переживание эмоционального неблагополучия, связанное с предчувствием опасности или неудачи, а также виды, ее уровневое строение и основные факторы, влияющие на возникновение и проявление тревожности. Тревожность в значительной степени определяет социальную адаптацию личности, является регулятором поведения и деятельности. Во второй главе была прослежена взаимосвязь уровня тревожности со стратегией поведения в конфликте. Выдвинув гипотезу, были выбраны методики для проведения исследования. В ходе интерпретации полученных данных, была обнаружена корреляционная связь между ситуативной тревожности и такими стратегиями поведения в конфликте как соперничество и компромисс, которая свидетельствовала о том, что чем выше уровень ситуативной тревожности, тем чаще испытуемый использует стратегию соперничества и реже компромисс. И также была обнаружена корреляционная связь между показателями личностной тревожности и такими стратегиями поведения как соперничество и компромисс, которая показывает о том, что чем выше уровень личностной тревожности, тем чаще испытуемый использует стратегию соперничества и реже компромисс.

Таким образом, наша гипотеза о том, что испытуемым с высоким уровнем тревожности соответствуют сопернический стиль поведения в конфликтной ситуации, а с низким уровнем тревожности соответствует компромисс, подтвердилась. Практическая значимость нашего исследования может заключаться в возможном применении его результатов в деятельности психолога.

Библиографический список

1. Малкова Е.Е. Возрастная динамика проявлений тревожности у школьников / Е.Е. Малкова // Вопросы психологии. - 2009. - № 4. - С. 24-32.

. Прихожан А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности / А.М. Прихожан // Психологическая наука и образование. - 1998. - №2. - С. 56 - 63.

. Психологический словарь / под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского; Сост. Л.А. Карпенко. - 2-е изд, перераб. и доп. - М.: Политиздат. - 1990. - 494с.

. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: учеб. пособие / Е.И. Рогов, М.Ю. Кондратьев. - М.: ВЛАДОС. - 2006. - 478с.

. Современный психологический словарь / под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. - СПб.: ПРАЙМ - ЕВРО - ЗНАК, 2007. - 490с.

. Шейнов В.П. Конфликты в нашей жизни и их разрешение / В. П. Шейнов. - Мн.: Амалфея, 1997. - 281с.

. Астапов В.Н. Функциональный подход к изучению состояния тревоги / В.Н. Астапов // Психологический журнал. - 1992. - №5. - С. 47 -58.

. Волков Б.С. Психология юности и молодости: учеб. пособие для вузов / Б.С. Волков. - М.: Эксмо, 2006. - 255с.

. Глуханюк Н.С. Общая психология: учеб. пособие: Рек. Мин. обр. РФ / Н.С. Глуханюк, А.А. Печеркина, С.Л. Семенова. - М.: ИЦ Академия, 2009. - 288с.

. Кон И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. - М.: Просвещение, 1989. - 255с.

. Кочубей Б. Детские тревоги: что, откуда, почему? / Б. Кочубей // Семья и школа. - 1998. - №7. - С. 56 -69.

. Линде Н.Д. Стиль жизни и личностная тревожность / Н.Д. Линде, Ю.А. Смирнов // Современные гуманитарные исследования. - 2007. - № 1. -

С. 28 - 35.

. Макшанцева Л.В. Тревожность и возможности ее снижения у детей, начинающих посещать детский сад / Л.В. Макшанцева // Психологическая наука и образование. - 1998. - №2. - С. 37 - 45.

. Малкина-Пых И.Г. Психосоматика: справ. практ. психолога / И.Г. Малкина - Пых. - М.: Эксмо, 2004. - 992с.

. Нестеренко А.И. Прогноз тревожности у студенток на основании их типологических различий / А.И. Нестеренко, В.Н. Васильев, Д.В. Загулова, Т.В. Робенкова // Психологический журнал. - 2003. - №6. - С. 37-46.

. Панфилова М.А. Тревожность и ее коррекция у детей / М.А. Панфилова // Школа здоровья. - 2006. - №1.- С.17-25.

. Практикум по возрастной психологии: учеб. пособие / под ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. - 2-е изд., перераб. и доп. - СПб.: Речь, 2006. - 694с.

Приложение А

Методика определения уровня тревожности: тест-опросник Спилбергера-Ханина

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Суждение | Ответы | | | |
|  |  | Нет, это не так | Пожалуй, так | Верно | Совершенно верно |
| 1 | Я спокоен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Мне ничто не угрожает | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Я нахожусь в напряжении | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Я внутренне скован | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Я чувствую себя свободно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Я расстроен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | Меня волнуют возможные неудачи | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Я ощущаю душевный покой | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Я встревожен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Я уверен в себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Я нервничаю | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Я не нахожу себе места | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Я взвинчен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | Я не чувствую скованности, напряженности | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Я доволен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Я озабочен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Я слишком возбужден, и мне не по себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Мне радостно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | Мне приятно | 1 | 2 | 3 | 4 |

Приложение Б

Тест описания поведения в конфликте (К. Томаса)

Инструкция: Выберите из каждой пары утверждений тот вариант, который наиболее вам подходит.

. А. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

Б. Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба не согласны.

. А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

Б. Я пытаюсь уладить дело, учитывая интересы другого и мои.

. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б. Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения.

. А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

Б. Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

. А. Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.

Б. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать напряженности.

. А. Я пытаюсь избежать возникновения неприятностей для себя.

Б. Я стараюсь добиться своего.

. А. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.

Б. Я считаю возможным уступить, чтобы добиться другого.

. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б. Я первым делом стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.

. А. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

Б. Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.

. А. Я твердо стремлюсь достичь своего.

Б. Я пытаюсь найти компромиссное решение.

. А. Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.

Б. Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.

. А. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

Б. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.

. А. Я предлагаю среднюю позицию.

Б. Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему.

. А. Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.

Б. Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.

. А. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.

Б. Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряженности.

. А. Я стараюсь не задеть чувств другого.

Б. Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.

. А. Обычно я настойчиво стараюсь добиться своего.

Б. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

. А. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

Б. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.

. А. Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

Б. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.

. А. Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.

Б. Я стремлюсь к лучшему сочетанию выгод и потерь для всех.

. А. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

Б. Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.

. А. Я пытаюсь найти позицию, которая находится посредине между моей позицией и точкой зрения другого человека.

Б. Я отстаиваю свои желания.

. А. Я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого.

Б. Иногда я представляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

. А. Если позиция другого кажется ему очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.

Б. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.

. А. Я пытаюсь доказать другому логику и преимущества моих взглядов.

Б. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

. А. Я предлагаю среднюю позицию.

Б. Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

. А. Я избегаю позиции, которая может вызвать споры.

Б. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б. Улаживая ситуацию, я стараюсь найти поддержку у другого.

. А. Я предлагаю среднюю позицию.

Б. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий

. А. Я стараюсь не задеть чувств другого.

Б. Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы с другим заинтересованным человеком могли добиться успеха.

Приложение В

Таблица В 1 - Сводная таблица данных исследования

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ситуационная тревожность | Личностная тревожность | Соперничество | Сотрудничество | Компромисс | Избегание | Приспособление |
| 1 | 2,95 | 3 | 12 | 1 | 6 | 5 | 5 |
| 2 | 1 | 1,85 | 0 | 7 | 9 | 5 | 8 |
| 3 | 2,5 | 2,1 | 5 | 5 | 7 | 7 | 5 |
| 4 | 1,05 | 1,55 | 12 | 4 | 5 | 7 | 1 |
| 5 | 1,65 | 1,85 | 5 | 6 | 8 | 6 | 4 |
| 6 | 2,5 | 2,25 | 6 | 8 | 7 | 5 | 4 |
| 7 | 1,65 | 1,85 | 5 | 7 | 8 | 5 | 4 |
| 8 | 2,95 | 2,95 | 10 | 5 | 6 | 8 | 0 |
| 9 | 1,95 | 2,9 | 0 | 6 | 5 | 8 | 10 |
| 10 | 2 | 2,4 | 5 | 4 | 6 | 8 | 5 |
| 11 | 1,75 | 1,9 | 5 | 7 | 8 | 5 | 4 |
| 12 | 2,95 | 2,95 | 9 | 4 | 4 | 7 | 5 |
| 13 | 2 | 2,2 | 5 | 4 | 6 | 8 | 5 |
| 14 | 2 | 2,05 | 5 | 3 | 6 | 7 | 8 |
| 15 | 1,8 | 1,75 | 5 | 2 | 9 | 5 | 8 |
| 16 | 2,05 | 2,55 | 0 | 5 | 8 | 9 | 7 |
| 17 | 3,1 | 3 | 12 | 4 | 3 | 7 | 3 |
| 18 | 2,8 | 2,05 | 0 | 8 | 5 | 5 | 11 |
| 19 | 1,45 | 1,85 | 5 | 4 | 8 | 5 | 7 |
| 20 | 2,5 | 2,8 | 0 | 5 | 8 | 10 | 6 |
| 21 | 3,55 | 3 | 9 | 4 | 4 | 7 | 5 |
| 22 | 3,1 | 2,95 | 11 | 3 | 7 | 8 | 0 |
| 23 | 1,85 | 1,85 | 4 | 6 | 7 | 6 | 6 |
| 24 | 1,6 | 1,9 | 4 | 5 | 8 | 6 | 6 |
| 25 | 3,55 | 2,95 | 12 | 5 | 4 | 5 | 3 |
| 26 | 2,4 | 2,2 | 5 | 4 | 6 | 6 | 8 |
| 27 | 2,1 | 2,8 | 3 | 7 | 3 | 7 | 9 |
| 28 | 2,05 | 2,4 | 4 | 5 | 7 | 9 | 4 |
| 29 | 3,1 | 3 | 12 | 5 | 5 | 3 | 4 |
| 30 | 2 | 2,05 | 1 | 6 | 6 | 9 | 7 |