

Анализ связи доминантных копинг-стратегий и способов регулирования конфликтов

Н.Н. Ананьева¹ ✉

¹Юго-Западный государственный университет
ул. 50 лет Октября, д. 94, г. Курск 305040, Российская Федерация

✉ e-mail: ananieva.natali@yandex.ru

Резюме

Актуальность. Исследование связано с необходимостью теоретико-методологического и эмпирического обоснования существования единых нормативно-типических способов и форм реагирования, в виде копинг-стратегий, которые стандартно применяются личностью в ситуации столкновения со стрессом, и служат способом регулирования любых конфликтных ситуаций.

Цель. Осуществить анализ связи между доминантной копинг-стратегией личности и способом регулирования конфликтов.

Задачи. Исследовать доминантные копинг-стратегии респондентов и особенности реагирования и разрешения конфликтных ситуаций; выявить наличие связи между доминантными копинг-стратегиями и способами регулирования конфликтов.

Методология исследования основана на принципах сознания и деятельности, принципе детерминизма, принципе активности субъекта, культурно-исторической концепции Л.С.Выготского, а также на личностно-ориентированных подходах к исследованию индивидуальных стратегий, стилей и способов копинг-поведения и конфликто разрешения личности.

Результаты. Обнаружена прямая корреляционная зависимость между стратегией преодоления стрессовых ситуаций «Конфронтация» и способом регулирования конфликта «Соперничество» и обратно пропорциональная зависимость между параметрами «Конфронтация» и «Сотрудничество»; прямая корреляционная зависимость между стратегией преодоления стрессовых ситуаций «Дистанцирование» и способом регулирования конфликта «Избегание» и обратно пропорциональная зависимость между параметрами «Дистанцирование» и «Сотрудничество»; прямая корреляционная зависимость между стратегией преодоления стрессовых ситуаций «Поиск социальной поддержки» и такими способами регулирования конфликта, как «Сотрудничество» и «Компромисс»; прямая корреляционная зависимость между стратегией преодоления стрессовых ситуаций «Бегство-избегание» и такими способами регулирования конфликта, как «Избегание» и «Приспособление»; обнаружена прямая слабая корреляционная зависимость между стратегией преодоления стрессовых ситуаций «Позитивная переоценка» и способом регулирования конфликта «Приспособление».

Вывод. Существуют базовые поведенческие конструкты, определяющие стратегии поведения личности при столкновении со стрессом и (или) возникновении конфликтной ситуации, представляющие собой нормативно-типические формы эмоционального, поведенческого и когнитивного реагирования, которые стандартно применяются личностью и в ситуации со стрессовыми факторами, и в любой конфликтной ситуации.

Ключевые слова: копинг; копинг-стратегии; совладающее поведение; конфликт.

Конфликт интересов: Автор декларирует отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Для цитирования: Ананьева Н.Н. Анализ связи доминантных копинг-стратегий и способов регулирования конфликтов // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика. 2023. Т. 13, № 3. С. 189-196. <https://doi.org/10.21869/2223-151X-2023-13-3-189-196>.

Статья поступила в редакцию 05.07.2023 Статья подписана в печать 26.08.2023

Статья опубликована 24.10.2023

Analysis of the Relationship of Dominant Coping Strategies and the Degree of Personality Conflict

Natalia N. Ananyeva¹ ✉

¹Southwest State University
50 let Oktyabrya Str., 94, Kursk 305040, Russian Federation

✉ e-mail: ananieva.natali@yandex.ru

Abstract

Relevance. The study is connected with the need for a theoretical, methodological and empirical justification for the existence of unified normative-typical methods and forms of response, in the form of coping strategies that are routinely used by a person in a situation of confrontation with stress, and serve as a way to regulate any conflict situations.

The purpose. To analyze the connection between the dominant coping strategy of the individual and the way of conflict regulation.

Objectives. Explore the dominant coping strategies of respondents and the features of response and conflict resolution; reveal the existence of a connection between dominant coping strategies and methods of conflict management.

Methodology The research methodology is based on the principles of consciousness and activity, the principle of determinism, the principle of the activity of the subject, the cultural and historical concept of L.S. Vygotsky, as well as on personality-oriented approaches to the study of individual strategies, styles and methods of coping behavior and conflict resolution of the individual.

Results. A direct correlation was found between the strategy of overcoming stressful situations "Confrontation" and the method of conflict regulation "Competition" and inversely proportional relationship between the parameters "Confrontation" and "Cooperation". Direct correlation between the strategy of overcoming stressful situations "Distancing" and the method of conflict regulation "Avoidance" and inversely proportional relationship between the parameters "Distance" and "Cooperation". Direct correlation between the strategy of coping with stressful situations "Search for social support" and such methods of conflict regulation as "Cooperation" and "Compromise". Direct correlation between the strategy of coping with stressful situations "Escape-Avoidance" and such methods of conflict regulation as "Avoidance" and "Adaptation". Direct weak correlation was found between the strategy of coping with stressful situations "Positive reassessment" and the method of conflict regulation "Adaptation".

Conclusion. There are basic behavioral constructs that determine the strategies of a person's behavior when faced with stress and (or) a conflict situation, which are normative-typical forms of emotional, behavioral and cognitive response, which are standardly used by a person in a situation with stress factors, and in any conflict situation.

Keywords: coping; coping strategies; coping behavior; conflict.

Conflict of interest: The Author declare the absence of obvious and potential conflicts of interest related to the publication of this article.

For citation: Ananyeva N.N. Analysis of the Relationship of Dominant Coping Strategies and the Degree of Personality Conflict. *Izvestiya Yugo-Zapadnogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Lingvistika i pedagogika = Proceedings of the Southwest State University. Series: Linguistics and Pedagogics*. 2023, 13(3): 189–196 (In Russ.). <https://doi.org/10.21869/2223-151X-2023-13-3-189-196>.

Received 05.07.2023

Accepted 26.08.2023

Published 24.10.2023

Введение

Социальная ситуация формирования личности современного студента невозможна без конфликтного взаимодействия с различными общественными институтами, без межличностных столкновений, и преодоления стресса. Актуальной в этой связи является проблема исследова-

ния общих способов реагирования, которые входят в набор используемых личностью копинг-стратегий и стратегий конфликто разрешения, а также анализ базовых поведенческих и эмоциональных конструктов, лежащих в основе этого выбора.

Термины «копинги», «копинговые стратегии» (англ. coping, coping strategy) означают механизмы, сформированные человеком, под воздействием жизненных обстоятельств и обретенного социального опыта, помогающие преодолеть или минимизировать психоэмоциональное напряжение в ходе преодоления стрессовой, проблемной или конфликтной ситуации.

Феномен копинга, будучи впервые сформулированным М. Мерфи в 1962 году, плотно вошел в научный обиход и был многократно содержательно описан, дополнен и расширен как зарубежными (Дж. Адаме, Дж. Амирхан, Р. Лазарус, М. Селигман, Г. Селье и др.), так и отечественными авторами (Л.И. Анцыферова, Б.С. Братусь, Ф.Е. Василюк, А.А. Венгер, В.А. Газен, Р.М. Грановская, Т.Л. Крюкова, Л.А. Китаев-Смык, С.К. Нартова-Бочавер, И.М. Никольская, А.В. Полетаева и др.). В исследованиях данных авторов копинг представляет собой некое целенаправленное или спонтанно формирующееся поведение, позволяющее человеку справляться со сложной ситуацией с помощью неких индивидуальных способов и приемов. При этом подобное поведение может заключаться в осмыслении стрессовой или конфликтной ситуации, анализе и понимании своих ресурсов и стратегий преодоления стресса, выстраивании поведенческой линии реагирования. Таким образом, можно представить копинг-стратегии как выработку личностью специфических индивидуальных приемов и механизмов психологической защиты, как самокоррекцию эмоционального состояния и поведения в ситуации стресса.

В ходе выработки копингов происходит осознание и принятие своих эмоций, чувств, выбор социально приемлемых форм совладания, их демонстрацию во вне, контроль за эмоциями и переживаниями, коррекция «эмоциональных застреваний» и неполного отреагирования в ходе стресса или конфликта.

В процессе формирования копинга актуализируется интроспективная работа по смене вектора направленности личности, пересматриваются смысловые ориентации и ценности, изменяются социальные роли и позиции. В ходе этого процесса личностью вырабатывается психологическая защита, представляющая собой регулятивную систему стабилизации личности, направленную на устранение или сведение к минимуму чувства тревоги, страха, порожденного стрессом или конфликтной ситуацией. При этом, главной функцией психологической защиты является защита сферы сознания от сильных негативных или же травмирующих личность ситуаций и событий или минимизация их воздействия. При активации защитной системы психики происходит процесс адаптации индивида к внешним условиям среды.

С точки зрения Б. Карвасарского, копинги чаще связаны с активным изменением внешней ситуации, способов ее отреагирования с целью удовлетворения значимых потребностей и выработки психологической защиты и компенсации для уменьшения дискомфорта [1, с.412].

По мнению С.К. Нартовой-Бочавер, описание и анализ копинг-стратегий необходимо осуществлять с учетом целого ряда признаков. Первым из данных признаков является ориентированность на локус, позволяющий вырабатывать механизм совладания, направленный либо на решение проблемы, либо на себя. Вторым признаком связан с областью психического в которой и осуществляется преодоление стрессовой или конфликтной ситуации. (внешняя деятельность личности, ее представления или чувства). Третьим признаком является эффективность используемого копинга с точки зрения достижения желаемого результата. Четвертым признаком является временная протяженность полученного эффекта (разрешается ситуация окончательно или требует возврата). Пятым признаком выступают сами ситуации,

провоцирующие копинг-поведение, которые могут быть как кризисными, так и повседневными [2, с. 23].

На выбор копинга влияет процессуальный аспект, то есть собственно динамика адаптационных механизмов и актуализация поведенческих, эмоционально-волевых и ценностно-мотивационных сфер, аналогичный механизм наблюдается в ходе выработки способов реагирования в конфликте и способов его регулирования.

Адаптивные копинги, такие как «Планирование решения проблемы», «Позитивная переоценка» имеют продуктивный характер и заключаются в активном поиске личностью вероятных решений конфликтов, выходе из стресса и, в том числе, за счет продуктивного взаимодействия с другими людьми. При частично адаптивных копингах личность стремится избегать проблем, уходить от конфликта, в том числе, используя непродуктивное общение. Деадаптивные копинг-стратегии могут характеризоваться как избеганием проблем, уходом от реальности, конформностью и покорностью или же, напротив, агрессией, активным противоборством и противопоставлением себя другим людям.

Выбор копинг-стратегий обусловлен как индивидуально-психологическими особенностями, личностными качествами субъекта, так и процессуальной и ситуационной стороной стрессового или конфликтного события [3, с.10].

Фактором выбора стилей и стратегий доминантного копинга выступает диспозиционный аспект, определяющийся индивидуально-психологическими и личностно-стилевыми чертами и качествами субъекта. В данном случае речь идет о личностных чертах, качествах, характеристиках субъекта, таких как нейротизм, экстраверсия-интроверсия, уровень субъективного контроля, самооценка, смысложизненные ориентации и т.д.

Именно система подобных черт, характеризующих целостность личности, и

является предикторами конкретной копинг-стратегии и способом реагирования в конфликте, формой ориентации человека по отношению к конфликту, установкой на определенные формы поведения в ситуации конфликта.

Материалы и методы

Гипотезой исследования явилось предположение о том, что существуют базовые поведенческие конструкты, определяющие стратегии поведения личности при столкновении со стрессом и (или) возникновении конфликтной ситуации, представляющие собой нормативно-типические формы эмоционального, поведенческого и когнитивного реагирования, которые стандартно применяются личностью и в ситуации со стрессовыми факторами, и в любой конфликтной ситуации.

Целью опытно-экспериментальной деятельности стал анализ взаимосвязи между типом доминантного совладающего поведения и характером реагирования личности в конфликте.

Исходя из поставленной цели нами были сформулированы следующие экспериментальные задачи:

1. Исследовать доминантные копинг-стратегии респондентов.
2. Исследовать специфику конфликтного реагирования в ситуации стресса.
3. Выявить наличие взаимосвязи между доминантными копинг-стратегиями и способами регулирования конфликтов.

В эмпирическом исследовании приняли участие 50 студентов ЮЗГУ в возрасте от 18 до 21 года.

В качестве основных методов опытно-экспериментального исследования были использованы опрос и тестирование, метод математической обработки эмпирических данных.

Методический инструментарий составили стандартизированные психодиагностические методики исследования: методика «Диагностика стратегий преодоления стрессовых ситуаций» Р. Лаза-

руса, тест «Оценка способов реагирования в конфликте» Т. Киллмана.

Для достижения цели исследования и проверки выдвинутой гипотезы нами была проведена диагностика используемых респондентами стратегий преодоления стрессовых ситуаций и способов регулирования конфликтов. На основе полученных диагностических данных нами

был проведен корреляционный анализ с использованием г-критерия Пирсона между параметрами стратегий преодоления стрессовых ситуаций и способами реагирования в конфликте в исследуемой выборке.

Сводные результаты проведенного корреляционного анализа представлены в табл. 1.

Таблица 1. Данные корреляционного анализа

Table 1. Correlation analysis data

Способы регулирования конфликтов / Ways to resolve conflicts	Стратегии преодоления стрессовых ситуаций / Coping Strategies for Stressful Situations						
	Конфронтация / Confrontation	Дистанцирование / Distancing	Самоконтроль / Self control	Поиск социальной поддержки / Seeking social support	Бегство-избегание / Escape-avoidance	Планирование решения проблемы / Problem resolution planning	Позитивная переоценка / Positive revaluation
Соперничество / Rivalry	0,417*	-	-	-	-	-	-
Сотрудничество / Cooperation	-0,512*	-0,478*	-	0,428**	-	-	-
Компромисс / Compromise	-0,257**	-	-	0,297*	-	-	-
Избегание / Avoidance	-	0,580**	-	-	0,537*	-	-
Приспособление / Fixture	-	-	-	-	0,388*	-	0,289*

* При $p \leq 0,05$, ** При $p \leq 0,01$.

Использование метода корреляционного анализа позволило определить наличие связи между рядом доминантных стратегий преодоления стрессовых ситуаций и способами регулирования конфликтов.

Результаты и обсуждение

Полученные результаты свидетельствуют о том, что существует прямая корреляционная зависимость (умеренно сильная) между стратегией преодоления стрессовых ситуаций «Конфронтация» и стратегией поведения в конфликте «Со-

перничество» и обратно пропорциональная зависимость между параметрами «Конфронтация» и «Сотрудничество». Подобные результаты достаточно очевидны. И с позиции применения копинга, и с позиции способа регулирования конфликтов, субъекты продуцируют активное и деятельное поведение, в основе которого лежит цель удовлетворения только собственных интересов, без учета интересов второй стороны, а иногда и в противодействие ей. При использовании данной стратегии практически невозможным становится совместный поиск

таких решений, которые будут отвечать интересам и устремлениям всех конфликтующих сторон.

Обнаружена прямая корреляционная зависимость (сильная) между стратегией преодоления стрессовых ситуаций «Дистанцирование» и стратегией поведения в конфликте «Избегание» и обратно пропорциональная зависимость между параметрами «Дистанцирование» и «Сотрудничество». Данная зависимость также достаточно прогнозируема и говорит о наличии у респондентов тенденций преодоления стрессовой ситуации и разрешения конфликта за счет отстранения от стрессовой или конфликтной ситуации, субъективного снижения личной значимости, эмоциональной невовлеченности в нее. В таком случае, респонденты применяют интеллектуальные приемы рационализации, переключения внимания, отстранения, обесценивания, снижения субъективной значимости конфликта или предотвращение интенсивных эмоциональных реакций на стресс.

В ходе исследования обнаружена прямая корреляционная зависимость между стратегией преодоления стрессовых ситуаций «Поиск социальной поддержки» и такими способами регулирования конфликта, как «Сотрудничество» (умеренно сильная) и «Компромисс» (слабая). Наличие прямой корреляционной зависимости говорит о наличии у респондентов устойчивых тенденций к разрешению стрессовых и конфликтных ситуаций за счет привлечения социальных ресурсов, поиска дополнительной поддержки, в виде просьб о действенной помощи и информационной, эмоциональной поддержки от окружающих, поиска и ориентации на взаимодействие с другими людьми.

Существует прямая корреляционная зависимость между стратегией преодоления стрессовых ситуаций «Бегство-избегание» и такими способами регулирования конфликта, как «Избегание» (сильная) и «Приспособление» (умеренно сильная). Данная прямая зависимость также логична и объяснима. Стратегии реагирования, в данном случае, базируются на отрицании проблем, уклонении от ответственности, отвлечении, фантазировании или нереалистичных ожиданиях.

Обнаружена прямая корреляционная зависимость (слабая) между стратегией преодоления стрессовых ситуаций «Позитивная переоценка» и способом регулирования конфликта «Приспособление». В ходе реализации данной стратегии доминируют попытки преодоления негативных переживаний за счет их положительного переосмысления. Возможно проявление некой конформной позиции в отношении проблемной ситуации.

Наличия сколько-нибудь значимой связи между такими копингами, как «Самоконтроль», «Планирование решения проблемы» и классическими способами регулирования конфликтов не обнаружено.

Выводы

Итогом данного исследования является вывод о том, что личность использует определенные способы совладающего поведения (копинги) за счет оптимизации и мобилизации комплекса ресурсов когнитивной, ценностно-мотивационной, эмоционально-волевой сфер и продуцирует сходные образцы поведения и в борьбе со стрессом, и в решении конфликтных ситуаций.

Список литературы

1. Клиническая психология / В. А. Абабков [и др.]; под ред. Б. Д. Карвасарского. Изд. 3-е, стер. М., 2007. 959 с.
2. Нартова-Бочавер С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. Т. 18, № 5. С. 20-30.

3. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15, № 1. С. 3-18.
4. Селье Г. Стресс без дистресса: [перевод с англ.] / общ. ред. Е. М. Крепса. М.: Прогресс, 1982. 124 с.
5. Рассказова Е. И., Гордеева Т. О., Осин Е. Н. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10, № 1. С. 82-118.
6. Кружкова О. В. Диспозиции защитного и совладающего поведения личности: теоретический конструкт и эмпирическая модель // Ярославский педагогический вестник. 2012. Т. 2, № 3. С. 222-227.
7. Анцупов А.Я., Шипилов А. И. Конфликтология. 6-е изд., испр. и доп. М., 2015. 525 с.
8. Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий: СПб.: Питер, 2011. 700 с.
9. Копинг-поведение в стрессовых ситуациях (Норман С., Эндлер Д.Ф., Джеймс Д.А., Паркер М.И.) (адаптированный вариант Т.А. Крюковой) // Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Изд. 2-е доп. и переработанное. М.: Институт психотерапии и клинической психологии, 2018. С. 535-537.
10. Протасова И.Н. Механизмы психологических защит и толерантность // Universum: психология и образование: электрон. научн. журн. 2016. № 3-4 (22).
11. Банщикова Т. Н., Соколовский М. Л., Моросанова В. И. Стратегии преодоления стрессовых ситуаций: психометрические характеристики русской версии методики // Сибирский психологический журнал. 2020. № 76. С. 55-77.
12. Горбунова Я. Г. Развитие теории копинга // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2013. № 3. С. 292-294.

References

1. Ababkov V. A. eds. *Klinicheskaya psihologiya* [Clinical Psychology]; ed. by B. D. Karvasarskogo. Moscow, 2007. 959 p.
2. Nartova-Bochaver S. K. "Coping behavior" v sisteme ponyatij psihologii lichnosti ["Copying behavior" in the system of concepts of personality psychology]. *Psihologicheskij zhurnal = Psychological Journal*, 1997, vol. 18, no. 5, pp. 20-30.
3. Ancyferova L. I. Lichnost' v trudnyh zhiznennyh usloviyah: pereosmyslivanie, preobrazovanie situacij i psihologicheskaya zashchita [Personality in difficult life conditions: rethinking, transformation of situations and psychological protection]. *Psihologicheskij zhurnal = Psychological Journal*, 1994, vol. 15, no. 1, pp. 3-18.
4. Sel'e G. *Stress bez distressa* [Stress without distress]; ed. by E. M. Kreps. Moscow, Progress Publ., 1982. 124 p.
5. Rasskazova E. I., Gordeeva T. O., Osin E. N. Koping-strategii v strukture deyatel'nosti i samoregulyacii: psihometricheskie harakteristiki i vozmozhnosti primeneniya metodiki COPE [Coping strategies in the structure of activity and self-regulation: psychometric characteristics and possibilities of using the COPE technique]. *Psihologiya. Zhurnal Vysshej shkoly ekonomiki = Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 2013, vol. 10, no 1, pp. 82-118.
6. Kruzhkova O. V. Dispozicii zashchitnogo i sovladayushchego povedeniya lichnosti: teoreticheskij konstrukt i empiricheskaya model' [Dispositions of protective and coping behavior of a personality: a theoretical construct and an empirical model]. *Yaroslavskij pedagogicheskij vestnik = Yaroslavl Pedagogical Bulletin*, 2012, vol. 2, no. 3, pp. 222-227.

7. Ancupov A.Ya., Shipilov A. I. *Konfliktologiya* [Conflictology]. Moscow, 2015. 525 p.
8. Il'in E.P. *Psihologiya individual'nyh razlichij* [Psychology of individual differences]. Sankt-Peterburg, Piter Publ., 2011. 700 p.
9. Norman S., Endler D.F., Dzhejms D.A., Parker M.I. [Coping behavior in stressful situations]. *Social'no-psihologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malyh grupp* [Sociopsychological diagnostics of personality development and small groups]. Moscow, Institut psihoterapii i klinicheskoy psihologii Publ., 2018, pp. 535-537 (In Russ.).
10. Protasova I.N. Mekhanizmy psihologicheskikh zashchit i tolerantnost' [Mechanisms of psychological protection and tolerance]. *Universum: psihologiya i obrazovanie: elektron. nauchn. zhurn = Universum: Psychology and Education. Electron. scientific journal*, 2016, no. 3-4 (22).
11. Banshchikova T. N., Sokolovskij M. L., Morosanova V. I. Strategii preodoleniya stressovykh situacij: psihometricheskie harakteristiki ruskoj versii metodiki [Strategies for overcoming stressful situations: psychometric characteristics of the Russian version of the methodology]. *Sibirskij psihologicheskij zhurnal = Siberian Psychological Journal*, 2020, no. 76, pp. 55-77.
12. Gorbunova Ya. G. Razvitie teorii kopinga [The development of the theory of coping]. *Aktual'nye problemy gumanitarnyh i estestvennyh nauk = Actual problems of the Humanities and Natural Sciences*, 2013, no. 3, pp. 292-294.

Информация об авторе / Information about the Author

Ананьева Наталья Николаевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры коммуникологии и психологии, Юго-Западный государственный университет, г. Курск, Российская Федерация,
e-mail: ananieva.natali@yandex.ru,
ORCID: 0009-0000-9422-5339

Natalya N. Ananyeva, Candidate of Sciences (Pedagogical), Associate Professor of the Department of Communicology and Psychology, Southwest State University, Kursk, Russia Federation,
e-mail: ananieva.natali@yandex.ru,
ORCID: 0009-0000-9422-5339