

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра мовної та психолого-педагогічної підготовки

Допущено до захисту

Завідувач кафедри
д. психол. н., доцент Ю. О. Асєєва

(підпис)

«____» _____ 2024 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня бакалавр

Зі спеціальності _____ 053 Психологія _____
(шифр та найменування спеціальності)

За освітньою програмою _____ «Психологія» _____
(назва освітньої програми)

На тему: **«ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У
КОНФЛІКТНІЙ СИТУАЦІЇ»**

Виконавець:

студентка 4 курсу 41П групи
факультету ФЕУП

_____ Медяник Вікторія Сергіївна
/підпис/

Науковий керівник

Доцент кафедри МППП,
Кандидат психологічних наук

_____ Бабчук Олена Григоріївна
/підпис/

Одеса -2024

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ	3
ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ КОНФЛІКТУ ТА САМОРЕГУЛЯЦІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	8
1.1. Теоретичний аналіз явища «конфлікт» в психологічних дослідження сучасних дослідників.....	8
1.2. Основні стилі поведінки при розв’язанні конфліктів.....	13
1.3. Психологічні особливості конфлікту.....	18
1.4. Поняття саморегуляції та її значення у вітчизняній та зарубіжній психології.....	25
1.5. Стильові особливості саморегуляції.....	31
ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ	38
РОЗДІЛ 2 . ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ ОСІБ СХИЛЬНИХ І НЕСХИЛЬНИХ ДО КОНФЛІКТУ.....	39
2.1. Організація емпіричного дослідження.....	39
2.2. Методики для проведення дослідження.....	40
2.3. Результати кореляційного аналізу.....	44
2.4. Психологічні профілі осіб з різними рівнями саморегуляції схильних і несхильних до конфлікту.....	51
ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ	57
ВИСНОВКИ.....	59
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	62
ДОДАТКИ.....	70

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

№ п/п	Умовні позначення	Назви показників
Стиль саморегуляції поведінки		
1	ЗРС	Загальний рівень саморегуляції
2	Пл	планування
3	М	моделювання
4	Пр	програмування
5	Ор	Оцінки результатів
6	Гн	гнучкість
7	Сам	самостійність
Схильність до конфліктної поведінки		
8	С	суперництво
9	П	пристосування
10	К	компроміс
11	У	уникнення
12	С	співпраця
Фактори особистості		
30	А	А ⁺ афектотімія – А ⁻ сизотімія
31	С	С ⁺ сила «Я» – С ⁻ слабкість «Я»
32	Е	Е ⁺ домінантність – Е ⁻ покірність
33	F	F ⁺ безпечність – F ⁻ озабоченість
34	G	G ⁺ сила “Зверх – Я” – G ⁻ слабкість “Зверх – Я”
35	Н	Н ⁺ соціальна сміливість – Н ⁻ соціальна боязкість
36	I	I ⁺ чутливість – I ⁻ низька чутливість
37	L	L ⁺ підозрілість – L ⁻ довірливість
38	M	M ⁺ мрійливість – M ⁻ практичність
39	N	N ⁺ проникливість – N ⁻ наївність
40	O	O ⁺ схильність до почуття провини – O ⁻ самовпевненість

41	Q_1	Q_1^+ радикалізм – Q_1^- консерватизм
42	Q_2	Q_2^+ самодостатність – Q_2^- залежність від групи
43	Q_3	Q_3^+ високий самоконтроль – Q_3^- низький самоконтроль
44	Q_4	Q_4^+ фрустрованість – Q_4^- нефрустрованість
45	Q_I	Q_{II}^+ екстраверсія – Q_{II}^- інтроверсія
46	Q_{II}	Q_I^+ тривожність – Q_I^- емоційна стабільність
47	Q_{III}	Q_{III}^+ кортикальна живість – Q_{III}^- сензитивність
48	Q_{IV}	Q_{IV}^+ незалежність – Q_{IV}^- покірність

ВСТУП

Для суспільства характерні сутнісні інститути зі складними системами економічних, соціальних, політичних, етичних, промислових, відомих, духовних та ін. Вивчення цих відносин часто служить іншій меті, а іноді і навпаки, що призводить до того, що певні проблеми не можуть бути вирішені і з часом виникають конфліктні ситуації.

Особливість будь-якої критичної ситуації полягає в тому, що людина, яка бере участь в конфлікті, вже не знає, які типи і моделі поведінки можуть виникнути під час конфлікту з іншою стороною. Кожному доводиться діяти в атмосфері невизначеності, але стратегія дій сторін конфлікту іноді дуже важлива. Згідно з роботою вчених, конфлікти не є руйнівними самі по собі і загрожують нормальному життю людей, а є результатом певних дій, таких як страх, ворожість і почуття залякування в конфліктних ситуаціях. У міру того, як досвід збільшується і триває довше, можуть виникати і посилюватися захисні реакції, які є поведінковими моделями, що впливають на структуру особистості і спотворюють характер поведінки людини.

Аналіз наукової літератури підтверджує прояв індивідуального самоконтролю. Українські вчені (Н. Афанасьєва, Д. Бречка, О. Водолазська, І. Галян, М. Гриньова, М. Дідух, Л. Журавльова, Б. Іваненко, Ю. Ільїна, Д. Кияшко, М. Кононова, А. Киливник, Я. Матвиєнко, С. Паламар, Н. Пов'якель, О. Савицька, Ю. Савченко, Н. Світлична, С. Тетерук, О. Хохліна, М. Шпак, Н. Янпольська, М. Яцюк та ін.) розглядали саморегуляцію у своїй роботі. Функціональні механізми їх психічних і психічних систем, оскільки властивість звичайної матерії непомітно виробляти і вдосконалювати їх. Поняття «самоконтроль» відноситься до біологічного (природного) характеру людини як особистості, в той час як поняття самоконтролю відображає соціальну поведінку індивіда як особистості.

Таким чином, проблема психічної саморегуляції є однією з найбільш поширених і фундаментальних проблем психології, вивчення якої дає безліч

можливостей зрозуміти і пояснити загальні закономірності конституції людини і зрозуміти довільну діяльність (поведінку, спілкування) з метою визначення стану психічного розвитку людини. Незважаючи на високий інтерес дослідників до проблеми виникнення і розвитку конфліктів або конфліктних ситуацій, бракує теоретичних і емпіричних досліджень особливостей поведінки людини в конфліктних ситуаціях, поведінки індивідів, особливостей самоконтролю в конфліктах. Саме тому ми визначилися з темою нашого дослідження.

Метою нашого дослідження є: теоретичний аналіз та емпіричне дослідження психологічних особливостей саморегуляції особистості з різною схильністю до конфлікту.

Об'єкт дослідження: психологічні особливості саморегуляції особистості, схильної до конфлікту.

Предмет дослідження: показники саморегуляції осіб схильних/не схильних до конфлікту, співвідношення між ними.

Завдання.

1. Проаналізувати наукові дослідження з проблеми саморегуляції особистості та конфліктності.
2. Розробити програму емпіричного дослідження та підібрати методики для діагностики саморегуляції та стилів поведінки особистості схильної/не схильної до конфлікту.
3. Вивчити психологічні особливості осіб з різним рівнем саморегуляції схильних/не схильних до конфлікту.

Методи дослідження. У дипломній роботі використано: 1) теоретичні методи (аналіз та систематизація теоретичних підходів та емпіричних результатів, що містяться у наукових літературних джерелах); 2) емпіричні (тестування); 3) математико-статистичні методи (t-критерій Ст'юдента (SPSS 13.0 for Windows)); використовувався кількісний (кореляційний) та якісний аналіз отриманих результатів.

Психодіагностичний комплекс склали традиційні, стандартизовані психодіагностичні методики: 1. Методика В. Моросанової «Стиль саморегуляції поведінки». 2. Методика К.Томаса «Дослідження особливостей реагування в конфліктній ситуації». 3. «16-факторний особистісний опитувальник» Р. Кеттела.

В дослідженні взяло участь 65 осіб – студентів Одеського національного економічного університету у віці 20-52 років.

Структура та обсяг роботи. Дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, списку використаних джерел, додатків. Робота містить таблиці, рисунки, додатки. Список використаної літератури включає 83 найменувань.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ КОНФЛІКТУ ТА САМОРЕГУЛЯЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Теоретичний аналіз явища «конфлікт» в психологічних дослідженнях сучасних дослідників

Згідно з сучасною Українською енциклопедією, визначення терміна «конфлікт» – це конфлікт інтересів, тобто конфлікт інтересів, оцінок та цінностей. У сучасній психології в основі визначення лежить термін «протиріччя». Наприклад, конфлікт вважається складним, багаторівневим явищем із загальною складністю, пов'язаною з інтенсивними емоційними переживаннями. Психолого-педагогічні тлумачення терміна «криза» можна знайти в працях таких вчених, як А.Берлач, В.Бойко, І.Ващенко, М.Кляп, І.Гірник, Л.Долинська, Т.Дуткевич, О.Зінчина, Г.Кавиліна, В.Кондрюкова, Г.Ложкин, О.Миронова, О.Мазоренко, Н.Повякель, І.Росинка, Є.Тихомирова та інші.

Згідно з їхніми висновками, конфлікт - це вираження бойових мистецтв, тобто конфліктів в особистості, викликаних невідповідністю бажань, намірів, цілей, установок, установок і поведінки в процесі, а також відносинами між цими персонажами і негативними емоційними переживаннями.

Згідно з даними проведених досліджень [11, 16, 21, 30] сумісність є двополюсним фактором, ступінь її змінюється від полюса сумісності людей до полюса їх несумісності. Позитивний секс являє собою негативний секс в згоді, у взаємній згоді, а не як конфлікт. Консенсус посилює дотримання вимог, допомагаючи виявляти та усувати прогалини.

Залежно від локалізації психологічні характеристики людей, які впливають на суперечливу поведінку (наприклад, інтенсивність, частота конфліктів), можна розділити на етичні та комунікативні.

Перший - відобразити потребу в професійній діяльності, а другий - відобразити потребу в особистому спілкуванні. Серед найпотужніших – чотири моральні та комунікативні елементи: здатність враховувати думки та інтереси інших, здатність приймати критику, доброта та мудрість, чуйність та підтримка, готовність допомагати один одному.

Дослідники вважають, що міжособистісні стосунки протилежні емоційним, когнітивним і поведінковим. Це своєрідні людські стосунки.

Міжособистісні конфлікти яскраво проявляються припиненням або повним припиненням нормального спілкування. Так, у роботах А. Бодалева, Л. Гуменюк, С. Кондратьєва, І. Кулик, І. Коновальчук, Ю. Жолобова, Ю. Ємельянова, В. Куніцина виявлено, що конфлікт – екстремальна форма діалогу. Взаємне сприйняття, ненависть і недовіра спотворюються негативними емоціями. Емоції фокусуються на перешкодах, що виникають, тобто на меті або питанні. тобто конфлікт інтересів, коментар до кодексу поведінки.

Відповідно до цього, конфлікти можуть порушити діалог або вирішити конфліктні відносини.

Загальновідомо, що в теорії конфлікту є два основних питання: що саме впливає на конфлікт і яка природа цього конфлікту.

Перше рішення цих проблем тісно пов'язане із загальною спрямованістю підходу дослідника. Адвокати визначають психологічну концепцію конфлікту як одночасне виникнення двох або більше причин (мотивацій). Вчені, які займаються поведінкою, стверджують, що конфлікт можна обговорювати лише тоді, коли є можливі альтернативи. [65] З точки зору когнітивної психології, думки, бажання, цілі, цінності і, коротше кажучи, феномен свідомості суперечать один одному. [19] Коли ці три концепції суперечливого мислення узагальнюються окремими авторами в «синтаксичній» структурі примирення, а конкретне розташування цих конструктів часто еkleктичне, ідея такого синтезу здається дуже багатообіцяючою: насправді легко прийти до трьох

основних категорій, які повинні бути розроблені в сучасній психології. Практика і метод повинні бути інтегровані [65].

Друге питання про стан відносин між ворогуючими сторонами не менш важливе. Перша поділяється на три підпитання, які стосуються порівняльного вимірювання протиборчих сил у конфлікті, які вирішуються констатацією приблизного співвідношення цих сил. Друге питання полягає у виявленні моделей поведінки, які суперечать один одному. Більшість авторів не обговорюють альтернативи традиційній поведінці з протилежними мотивами, які спрямовані в різні боки.

Тільки неврологічний конфлікт (тобто за визначенням нерозуміння протилежної сторони, що характеризується нав'язливою і несвідомою схильністю до волі) може бути спрямований в результаті конфлікту протилежних сил. При звичайних зіткненнях і неврологічних конфліктах «кут» між напрямком імпульсу менше 180 градусів, тому при певних умовах можливе виконання дій, які більш-менш задовольняють всі імпульси [30, 50]. Третє питання стосується змісту взаємозв'язку між конфліктними формами поведінки [25, 33, 36].

Дослідники всебічно проаналізували дослідження соціальних конфліктів у США, включаючи спроби класифікувати соціальні конфлікти. У цьому дослідженні конфлікт розглядається як соціальне явище, яке відображає суперечливі відносини і поведінку між індивідами.

Останніми роками було зроблено багато спроб для кращого аналізу різних зарубіжних досліджень у зонах конфліктів, що спричинило широкий розвиток різних конфліктознавства в нашій країні.

Завдяки роботам дослідників з теоретичного аналізу внутрішніх конфліктів вони підтвердили, що найважливішою частиною вибору стратегії кризової поведінки є розуміння ситуаційного конфлікту на основі розуміння конфліктного стану та партнера. А проблема «неефективної» взаємодії може початися з нерозуміння соціальної ситуації. У цьому випадку недостатньо

навчитися ефективним формам спілкування, необхідно змінити порядок соціального сприйняття [14, 16, 28, 46].

Конфлікт є джерелом особистісних і соціальних змін. Це середовище, в якому виявляються і вирішуються проблеми. Є багато хороших речей, які можна зробити в розпал конфлікту. Сьогодні немає сумнівів у тому, що індивідуальний конфлікт має лише негативну функцію в груповому житті. Деякі форми конфліктів дуже важливі, оскільки вони позитивні. Одним з таких позитивних конфліктів є когнітивний або логічний конфлікт. Однак дослідження показують, що функція цієї кризи не завжди зрозуміла: в певних ситуаціях позитив припиняється і конфлікт відіграє деструктивну роль з точки зору нормальної діяльності. У науковій літературі ця зміна конфлікту пов'язана з переходом від однієї форми конфлікту (знання) між людьми до іншої форми конфлікту (знання) [6].

У 1960-х роках ідея позитивної ролі в конфлікті була витіснена колективними творчими дослідниками. У цьому контексті «необхідно переглянути існуюче трактування конфлікту як «протистояння» і зробити акцент на конфліктних ситуаціях, які своїм раціональним характером сприяють творчому вирішенню. Для опису такого типу конфліктної ситуації введено поняття «пізнавальний» або «логічний конфлікт» [42].

Будь-який конфлікт може бути як позитивним, так і негативним. Це залежить від того, як вирішується спір і як він виникає. Якщо сторони, що беруть участь у спорі, зможуть зберегти дискусію мирним і врахувати інтереси та інтереси самої іншої сторони (такий конфлікт не може мати негативного впливу на іншу сторону), то однозначно вдасться знайти конструктивне вирішення конфлікту. Така кооперативна позиція сприяє розвитку відносин і конфліктів між сторонами. Такий тип розвитку конфлікту називається конструктивним конфліктом. У конфлікті негативні емоції (гнів, люті, люті, образа тощо) вимагають образу особистості іншої людини. Ці конфлікти

руйнують особисті відносини, роблять учасників ворогами і часто залишаються незавершеними. Це називається жаданим покаяттям [15, 21].

Непродуктивний міжпродуктивний конфлікт виникає, коли один з конкурентів використовує аморальні методи, психологічно пригнічує партнера, деградує і принижується в очах оточуючих. Це часто призводить до запеклого опору з боку опонента, розмова супроводжується взаємними образами, вирішення проблем неможливе, руйнуються міжособистісні відносини.

Особистий конфлікт може бути конструктивним лише тоді, коли конкуренти не виходять за рамки суперечок і ділових відносин. При цьому можуть розглядатися різні стратегії дій. Дослідження Р. Блейк і Дж. Моутон спрямоване на пошук рішення, що задовольняє інтереси один одного: примирення - вирішення суперечок за взаємною згодою, уникнення конфліктів, спроба вийти з кризової ситуації без стресу, не здаючись, не вирішивши кризу. Компроміс - це акт усунення двозначності шляхом відмови від інтересів інших. Виробничі конфлікти (композиції) позитивно впливають на структуру, динаміку та ефективність соціально-психологічних процесів, виступають ресурсом для саморозвитку та саморозвитку [33, 36].

Сьогодні в конфліктній літературі існує багато різних визначень конфлікту.

Більшість визначень конфлікту в сучасній літературі мають соціальний характер. Його заслуга полягає в тому, що автор описує різні важливі аспекти соціальних конфліктів, представлених різними видами конфліктів між індивідами і соціальними спільнотами з метою досягнення певних інтересів і цілей. Визначення конфлікту виглядає наступним чином:

Соціальний конфлікт - це прихована або замаскована боротьба інтересів, цілей і тенденцій розвитку соціальних об'єктів, пряме або опосередковане протистояння соціальних сил, засноване на опорі існуючому суспільному ладу, особливий вид історичного руху до нового соціального утворення.

Соціальний конфлікт, як правило, розглядається як форма конфлікту, в якому сторони прагнуть окупувати територію або ресурси і загрожувати окремій людині або групі, власності або культурі, тому конфронтація є формою нападу або захисту. [14]

Таким чином, конфлікт є найважливішим аспектом взаємодії людини в суспільстві і суттю суспільного буття. Це своєрідний взаємозв'язок між цінностями і принципами, навичками або реальними проблемами соціальної поведінки, мотивований цінностями і принципами, інтересами і потребами. [3]

1.2. Основні стилі поведінки при розв'язанні конфліктів

Конфлікти виникають через повсякденні розбіжності, різні оціночні сварки, бажання, бажання, спосіб життя, надії, інтереси та особистісні особливості.

Конфлікт є природною рисою процесу суспільного розвитку. Всі форми конфлікту характеризуються наявністю як мінімум двох сторін, що спілкуються. несумісність цінностей і мотивів сторін; Протистояти діям однієї сторони і навпаки. дії, спрямовані на те, щоб зробити щось шкідливе з метою знищення інформаційної програми та руйнування цілей опонента; Застосовуйте силу і примус, щоб вплинути на поведінку опонента в потрібному напрямку. Наявність емоційної напруги у відносинах між партнерами [3, 14, 26].

Головну роль у вирішенні психологічних конфліктів у колективі відіграє роль лідера, і незалежно від характеру конфлікту та рівня розуміння конфлікту слід досконально вивчати та аналізувати психологічний стан колективу, причини обговорення, а також те, чи є учасник чи медіатор конфлікту [28, 30].

Хороше створення проблем не обмежується абсолютним уникненням конфлікту, а й спробою навчитися адекватно вирішувати конфліктні ситуації, наскільки це можливо, щоб зробити їх корисними.

Якщо людина знаходиться в конфліктній ситуації, важливо враховувати стиль іншої людини і характер конфлікту, вибираючи конкретну людину, яка характерна для нього, щоб вирішити проблему більш ефективно [33].

Існує п'ять основних способів вирішення спорів. Він визначений і широко використовується в програмах навчання системному менеджменту під назвою метод Томаса-Кілмана (метод, розроблений Кеннетом В. Томасом і Ральфом Х. Кілманом в 1972 році). За допомогою цієї системи можна створити свій стиль вирішення спорів для кожного. Найважливіші дії в кризовій ситуації супроводжуються несумісністю двох і більше взаємовигідних інтересів, що є спільною причиною кожного конфлікту [11, 21, 60].

У конфлікті хід дій визначається ступенем, в якій індивід хоче задовольнити власні інтереси (активно або повністю) і інтереси іншого (групові або індивідуальні дії).

Представляючи це, ви знайдете мережу Томаса Кілмана, де ви можете визначити розташування та назву кожного з п'яти основних стилів вирішення спорів.

Якщо почати зі сторінки, на якій розміщені активні і пасивні дії, то при холодній реакції ви спробуєте вийти з конфлікту. Якщо йому це вдасться, Фред спробує це виправити.



У верхній частині мережі з'явиться опція Звичайна активність. Якщо хтось виступає за колективні дії, він намагатиметься вирішити конфлікти з постраждалою особою або з іншими групами людей. Якщо він вважає за краще діяти особисто, то знайде свій власний спосіб вирішити проблему або уникнути її.

Коли ці дві частини сітки поєднуються, вони мають матрицю з п'яти стилів. Ось короткий виклад кожного стилю:

Змагальний стиль

Як видно з глухого кута, людина, яка використовує змагальний стиль, дуже активний і в основному вирішує конфлікти по-своєму. Вони не дуже зацікавлені у взаємодії з іншими, але можуть приймати важливі рішення. Згідно з розповіддю Томаса і Кілмана про динаміку процесу, індивід спочатку намагається задовольнити власні інтереси, заохочуючи їх прийняти власне рішення проблеми, незалежно від інтересів інших. Для досягнення своїх цілей така людина використовує якості волонтера, і якщо воля досить сильна, йому це вдається.

Ось кілька прикладів ситуацій, коли варто використовувати цю модель: Результат дуже важливий для людини, і вони роблять великі ставки, щоб вирішити проблему. У вас достатньо повноважень, щоб приймати рішення, і зрозуміло, що дане вам рішення є найкращим. Рішення повинні прийматися швидко, і людина досить компетентна для цього. Коли хтось відчуває, що у нього немає іншого вибору, окрім як програти.

Стиль ухилення.

Другий метод – це п'ять основних способів вирішення кризи, коли індивіди не відстоюють свої права, нічого не роблять, щоб співпрацювати для вирішення проблеми, або просто уникають вирішення конфлікту. Цей стиль можна використовувати, коли вирішене питання не дуже важливе для людини,

коли він не хоче вкладати свою енергію в його вирішення або коли відчуває безвихідь у ситуації, що склалася.

Ось деякі з найпоширеніших ситуацій, в яких рекомендується використовувати стиль відповіді: напруга занадто висока, а напруга відчувається, що її потрібно зменшити – відомо, що ви не можете або не хочете вирішити суперечку. Кожен, хто хоче заощадити час, може провести більше досліджень. Ситуація дуже складна, і вирішення конфлікту, який вимагає багато багато, здається ризикованим, тому що відкриття конфлікту та постановка запитань може ускладнити ситуацію.

Насправді, відкликання або затягування вирішення спору може бути конструктивною та успішною реакцією на кризову ситуацію.

Зберіть одяг.

По-третє, ревізійністський стиль. Це означає, що одна людина не намагається відстоювати свої інтереси, а співпрацює з іншою. Томас і Кілман стверджують, що це те, що робить людина, коли жертвує власними інтересами, підкоряється або відчуває жалість до іншої людини.

При такому підході найкраще це робити, коли хтось відсуває власні інтереси на другий план, і в цьому випадку внесок не надто високий або ризик позитивного вирішення проблеми занадто високий.

Стиль гоління може нагадувати ухилення. Однак головна відмінність полягає в тому, що ви погоджуєтесь працювати з іншою людиною, брати участь у ситуації та робити те, що хоче інша людина.

Найбільш поширеними ситуаціями, в яких пропонується ревізійністська модель, є: нам все одно, що це є насправді. Підтримувати мир і добрі стосунки з оточуючими. Одна сторона розуміє, що для іншої важливіший кінцевий результат. Людина вважає, що якщо інша людина приймає його бажання, він або вона може винести важливі уроки з ситуації, що склалася.

З іншого боку, підкоряючи власні інтереси, приймаючи їх або «жертвуючи», вони можуть зменшувати конфліктні ситуації і йти на компроміси.

Стиль співпраці

4 - загальний стиль. У цій моделі індивід бере активну участь у вирішенні спорів і відстоюванні своїх інтересів, але при цьому намагається співпрацювати з іншими. Ця модель має працювати краще порівняно з іншими конфліктуючими тактиками, оскільки люди спочатку «враховують потреби та інтереси обох сторін», а потім ведуть переговори. Цей стиль особливо ефективний, коли сторони мають різні вимоги до конфіденційності. У цих випадках важко визначити причину невдоволення [41].

Щоб успішно прийняти кооперативну модель, потрібно витратити час на пошук прихованих інтересів і знайти шляхи задоволення справжніх потреб обох сторін.

Цей метод рекомендований в наступних випадках: Вирішення проблем дуже важливе для обох сторін, і ніхто не хоче повністю ізолюватися. Тепер настав час попрацювати над проблемою, що виникла: ваші конкуренти хочуть, щоб ви обговорили їхні ідеї та працювали над їх вирішенням. Обидві сторони мають однакові сильні сторони і вважають, що немає різниці в ймовірності знайти рішення проблеми на основі «фундаменту».

Співпраця є дружнім і логічним способом вирішення проблем, виявлення і задоволення інтересів обох сторін. Але для цього потрібно докласти зусиль. Обидві сторони повинні вміти висловлювати бажання і потреби один одного, слухати один одного і знаходити час для пошуку рішень проблем.

Порівняльні стилі

У середині мережі існує стиль координації. Одна людина відмовляється від власних інтересів заради задоволення якихось власних інтересів, а інший робить те ж саме. Іншими словами, людина приймає виконання власних бажань

і виконання якоїсь волі інших. Примирення набагато вище в порівнянні зі співпрацею.

Ось кілька найпоширеніших прикладів, коли компромісні моделі найбільш ефективні. Обидві сторони мають однакову владу та унікальні інтереси. Інші підходи до вирішення проблеми виявилися неефективними – виконання бажань не дуже важливе для людини, а початкову мету можна легко змінити. Ви можете врятувати стосунки, пішовши на компроміс, і отримати хоч щось, коли втратите все.

Примирення часто є останнім шансом для хорошого відходу і врегулювання.

Важливо розуміти, що кожен з цих стилів ефективний тільки в певних ситуаціях, і жоден з них не може бути оптимально визначений.

1.3. Психологічні особливості конфлікту

Конфлікт є універсальною ознакою і основним рушієм його розвитку. Це одна з найбільш суперечливих подій і головний механізм всіх змін і трансформацій. Конфлікт - це біполярне явище, яке проявляється в діяльності сторін. Поняття «диверсифікація» внутрішнього світу можна зустріти в роботах багатьох художників, особливо тих, які беруть свій початок зі структурної будови окремо взятої людини. Наприклад, психоаналіз стверджує, що конфлікти виникають в глибинах психіки в результаті тлумачення внутрішніх структур і духовних дій в силу об'єктивних законів буття. Людина в міжособистісному конфлікті є результатом спотворення базових установок, що відбувається під впливом негативного дитячого досвіду [21].

Поняття конфлікту - це наука і свідомість повсякденного життя, і воно містить в собі його зміст. Кожен з нас інтуїтивно розуміє, що таке криза, але не в повсякденному житті. Термін «конфлікт» використовується по відношенню до широкого кола подій, починаючи від збройних конфліктів і закінчуючи

конфліктами між різними соціальними групами, формальними або подружніми конфліктами. Ми називаємо це сімейними конфліктами, військовими діями, парламентськими дебатами, боротьбою інстинктів, зіткненнями наших бажань, почуття обов'язку тощо [65].

Слово «конфлікт» походить від латинського *conflict* і мало змінилося в інших мовах (англійський конфлікт – німецький конфлікт – французька). [45] Аналіз суперечливих визначень, прийнятих у різних сучасних непрофесійних енциклопедіях, виявляє схожість. В цілому значення терміна конфлікт проявляється в наступних значеннях:

1. Чіткий і часто суперечливий характер тривалої боротьби або війни.
2. нерозуміння взаємозв'язку між людьми, ідеями чи інтересами; Боротьба з
3. Психологічна боротьба, що виникає при одночасному функціонуванні одного мотиву, бажання або дії.
4. Боротьба персонажів або сил у літературному творі чи сюжеті, особливо в головному протистоянні, на якому ґрунтується сюжет [23].

Психологічні конфлікти відіграють важливу роль у формуванні нових форм поведінки і змінах особистості, вирішення яких є формою невідкладного розвитку - зміни структури особистості і формування нових відносин. Конфлікти учасників виникають з нового рівня взаємодії, який супроводжується сприйняттям і формуванням ціннісних орієнтацій, особистісних і колективних інтересів, зміною моделей комунікації, руйнуванням минулого і створенням нових схем перевірки. [26]

Конфлікти вирішуються на різних рівнях особистості. Міжособистісні конфлікти проявляються у зовнішніх відносинах. Міжособистісний конфлікт пов'язаний з емоційними переживаннями людини. Точно так же внутрішні конфлікти людини забезпечують певні характеристики його особистості. Різні типи конфліктів взаємопов'язані і можуть варіюватися від одного рівня до іншого. Міжособистісні конфлікти, пов'язані з неоднозначністю взаємодій, можуть бути внутрішніми: конфлікти мотивації – конфлікти прийняття рішень

і т.д. Конфлікти, що виникають між членами окремих груп, можуть бути початком міжгрупових конфліктів [33, 36].

Більшість досліджень вчених з міжособистісного конфлікту розглядають його в контексті згоди, незадоволеності індивідуальними бажаннями. Він описує конфлікт як ситуацію, в якій спрямовані протилежні сили описуються як «майже рівні індивідууму», тобто міжособистісний конфлікт включає в себе протиріччя між людськими бажаннями і зовнішніми силами примусу. [40, 43, 59].

Чим більший вплив має індивід, тим більша криза. Незадоволеність потребами породжує напругу, а умовою задоволення індивідуальних потреб є можливість вільного існування.

Конфлікти іноді бувають майже миттєвими (війни в русі або на фронті), але часто вони тривають. Незалежно від тривалості конфлікту внутрішні рухи протиборчих сторін мають певні особливості, які пов'язані з їх внутрішнім управлінням. Сприйняття людиною конфлікту спотворюється «патологічним» чином, і це спотворення наростає в інтенсивності, а сприйняття іншої людини виходить за певні чіткі етапи і межі. [11].

Конфлікт - це конфлікт суперечливих і неконформних форм поведінки (бажань, інтересів, ціннісних орієнтацій, соціальних поглядів, ініціатив і т. д.) В особистісній свідомості, міжособистісних і міжособистісних відносинах індивіда або групи індивідів. [6].

До поширених типів зіткнень відносяться [3, 23, 50].

1. Внутрішньоособистісні (міжособистісні) події, що відбуваються на індивідуальному рівні (наприклад, на рівні вчителя або учня).

Внутрішньоособистісний конфлікт - це структурний стан людини, яка ставить себе на перше місце, яка не в змозі впоратися в цей момент, яка має суперечливі і унікальні причини, потреби та інтереси, а також має ціннісну орієнтацію. Порівняння на виборах визначаються балансом між бажанням і можливістю, потребою і потребою.

Внутрішній конфлікт, як правило, є зіткненням внутрішніх мотивацій, почуттів, потреб, інтересів і поведінки індивіда.

2. Міжособистісні (особистісні) відносини, що виникають між двома персонажами (наприклад, між двома учнями).

Міжособистісні конфлікти є загальними конфліктами. Аспект міжособистісного конфлікту визначається ситуацією, особистісними особливостями особистості, психологічними особливостями взаємин індивіда і взаємозв'язком з ситуацією. Виникнення і розвиток взаємних конфліктів багато в чому обумовлено психологічними особливостями населення і індивідів. У жінок конфлікти, пов'язані з особистими проблемами, частіше зустрічаються у чоловіків і чоловіків, а також у професійній діяльності [33].

3. Відбувається всередині (всередині) всередині груп, особливо між окремими індивідами і групами [28].

Груповий конфлікт, як правило, являє собою систему самоконтролю. Коли груповий самоконтроль не спрацьовує і конфлікт розвивається повільно, внутрішньогруповий конфлікт стає нормою відносин. Конфлікти розвиваються стрімко, а відсутність самоцензури завдає шкоди. Коли надзвичайна ситуація руйнується, це може призвести до низки неефективностей. Може спостерігатися сильна прихильність до групи і загальне невдоволення, поганий настрій, погана співпраця, непродуктивна конкуренція з іншими групами. Часто виникає думка про те, що інша сторона є «ворогом», сама мета позитивна, а мета опонента негативна, зводиться взаємодія і комунікація між сторонами, причому «перемога» конфлікту важливіше вирішення реальної проблеми [28].

Одна група може бути більш залученою, коли вона скоординована. Результатом такої співпраці є свобода спілкування та відкритість, взаємопідтримка, дружба та довіра один до одного. Таким чином, потенціал міжгрупового конфлікту більший у групах, які дезорганізовані, незрілі, погано координуються і оцінюються по-іншому.

4. Групи (групи), які з'являються всередині організації і між соціальними групами при взаємодії з навколишнім середовищем (наприклад, між двома суб'єктами всередині організації) [28, 40].

Міжгруповий конфлікт передбачає, що сторонами конфлікту є соціальні групи, які займаються суперечливими цілями і спілкуються за допомогою реальних дій. Конфлікти можуть виникати між представниками різних соціальних груп (наприклад, організаціями: робітниками, безпосередніми і білими комірцями, профспілками та адміністративними спілками тощо). Дослідження соціальної психології показали, що група «власників» в будь-якій ситуації вище «інших». Це так звана групова перевага, яка виражається в тому, що члени групи певним чином вносять свій внесок у групу. Це джерело напруги і конфлікту між групами. Найважливіше, що соціальні психологи виводять з цієї структури Висновок полягає в тому, що для усунення конфліктів між групами важливо мінімізувати відмінності між групами (наприклад, справедливість, справедлива заробітна плата тощо). [40]

Конфлікти, що виникають в організаціях, характеризуються об'єктивним характером організаційного становлення: з одного боку, зовнішніми і об'єктивними факторами (соціально-політичні та економічні умови в суспільстві, умови розвитку і матеріально-технічного забезпечення промисловості, виробничі характеристики конкретної організації і т.д.), А з іншого - внутрішні і особистісні фактори (психологічні особливості учасників конфлікту, їх бажання, інтереси, ступінь значущості критичних ситуацій, особистісні риси і т.д.). [48].

За причинами виникнення внутрішньоособистісних, міжособистісних, внутрішньогрупових та міжгрупових конфліктів можна класифікувати у такий спосіб:

- конфлікти ролей - зіткнення різних соціальних ролей, які виконуються однією людиною або декількома людьми (групами);

- конфлікти бажань - зіткнення кількох бажань у свідомості однієї людини або зіткнення свідомостей декількох людей (груп) з приводу того самого бажання;
- конфлікти норм поведінки - зіткнення цінностей, норм поведінки, життєвого досвіду при взаємодії та спілкуванні людей (груп) [6].

Спрямованість дій в конкретній конфліктній ситуації визначається власними інтересами (повноцінна або спокійна робота) і готовністю йти назустріч інтересам сторін в умовах конфлікту (співпраця або індивідуальна робота).

Якщо реакція людини нормальна, то він буде намагатися вийти з кризи, а якщо реакція проактивна, то він вирішить кризу. Підготовка до колективних дій призводить до зусиль, спрямованих на спільне вирішення кризи з іншими учасниками. Потреба людини в діях змушує її шукати способи вирішення або уникнення проблем.

Існує п'ять стилів вирішення конфліктів, які включають кооперативну та особисту поведінку, а також пасивну та активну поведінку.

Кожен, хто використовує змагальний стиль, завжди намагається і намагається вирішувати конфлікти по-своєму. Йому не цікаво співпрацювати з іншими, але він здатний приймати сильні рішення, особливо за рахунок інших, намагаючись задовольнити свої інтереси і реалізувати свої рішення. Краще, щоб хтось був при владі. Однак це дуже неефективний спосіб вирішення особистих суперечок. Змагальний стиль змушує інших відчувати себе ізольованими. Використовувати цю модель має сенс, тому що для особистості дуже важливий результат, рішення має бути прийнято швидко і йому має вистачити влади, іншого шляху немає і нічого втрачати, і це рішення веде до виходу з конфлікту. Ця схема може привести до пошуку, якщо результати будуть позитивними.

Хоча стилі уникнення використовуються в ситуаціях, коли недостатньо інформації, деякі люди розглядають цей стиль як «втечу» від проблем і

обов'язків, і така поведінка може бути конструктивною реакцією на конфліктні ситуації.

Гнучкий стиль означає, що ви на одному боці з іншими і не намагаєтесь відстоювати свої інтереси. Цей стиль застосовується, коли результат дуже важливий для когось, крім вас. Іноді людина поводитьсь так, коли намагається поспівчувати і підтримати оточуючих. Стиль рецензування схожий на стиль уникнення, який використовується як засіб затримки вирішення проблеми. Однак головна відмінність полягає в тому, що ви працюєте з іншими і робите те, що хочете. Відпустивши, ви зможете зменшити конфлікт і налагодити відносини.

Завдяки стилю співпраці хтось відіграє активну роль у вирішенні конфліктів і, найголовніше, захисті власних інтересів, але в той же час вимагає більшої співпраці з іншими сторонами, що беруть участь у конфлікті. Ця модель вимагає більше внутрішньої роботи, ніж інші стратегії. По-перше, важливо визначити бажання, цілі та проблеми обох сторін, а потім обговорити їх. Це найкращий спосіб допомогти обом сторонам. Учасникам потрібно буде витратити час на те, щоб пізнати свої справжні почуття, вислухати один одного і, звичайно ж, вирішити проблеми. Модель співпраці складніша, але ефективніша.

Суть моделі досягнення полягає в задоволенні власною вигодою. Людина трохи нижча за інших учасників, але вони роблять те саме. Такі дії можуть нагадувати співпрацю, але задоволення двох спільних потреб є лише поверхневим. Вимоги до внутрішньої конфіденційності тут не аналізуються. Компромісна модель найкраща, коли обидві сторони прагнуть до одного і того ж і при цьому визнають, що задовольнити їх інтереси неможливо.

Деякі з найпоширеніших застосувань включають:

Обидві сторони мають однаковий авторитет і суперечливі інтереси.

Знайти рішення потрібно швидко, а часу на суперечки немає.

- Деякі методи недоречні.

Компроміс дозволяє зберегти нормальні відносини.

Звичайно, кожен з цих стилів ефективний тільки в певних ситуаціях. Важливо правильно і обережно використовувати кожен з них, враховуючи конкретну ситуацію і приймаючи правильне рішення. Найкраще, що можна зробити, це прийняти рішення, виходячи з вашої конкретної ситуації. [16]

У конфліктах непродуктивні психологічні риси часто пояснюються індивідуальними та індивідуальними особливостями. «Опозиційні» риси особистості включають нетерпимість до недоліків оточуючих, зниження самокритичності, імпульсивність, байдужість до емоцій, глибокі негативні забобони, вороже ставлення до оточуючих, агресивність, страх, низьку залежність тощо.

1.4. Поняття саморегуляції та його значення у вітчизняній та зарубіжній психології.

Поняття саморегуляції стає все більш поширеним в психології. Крім того, вони мають різне тлумачення і трактуються школами в різних напрямках. По-перше, слід зазначити, що дане поняття не зовсім психологічне, а використовується в теорії систем, фізіології. У цьому сенсі поняття саморегуляції вперше змінило поняття рівноваги, нормалізації, адаптації та гомеостазу. Першим завданням і метою вивчення фізіології є розуміння процесу, за допомогою якого організми пристосовуються до навколишнього середовища і як вони зберігають свою цілісність при всій складності своєї будови [7, 11]. Пізніше вчені визначили його як саморегулюючу систему, яка спрямовує, підтримує, тренує і навіть розвиває людину [12].

Термін «саморегуляція» походить від «саморегуляція - це здатність відновлювати стійкість після порушень зовнішніми або внутрішніми факторами» [24].

Саморегуляція - це кругообіг принципів, пов'язаних з процесом пізнання і є ще однією формою суб'єктивної рефлексії на дійсність. Загальні правила саморегуляції встановлюються у формі індивіда в залежності від конкретних обставин і особливостей нервової діяльності, індивідуальних особливостей суб'єкта і звички організовувати поведінку, яка формується в ході дослідження [57].

Оксфордський словник пояснювальної психології: «Саморегуляція не є синонімом самоврядування, але вона використовується в «нейтральному» значенні. Іншими словами, цей термін не допускає теоретичної дискусії, заснованої на поясненнях наближеного синтаксису [48].

С. Головіна «Словник практичних психологів»: «Саморегуляція – це безперебійне функціонування живих систем з різним рівнем організації та складності. Психологічна саморегуляція є одним з рівнів контролю за роботою цих систем і має на увазі використання дбайливих методів медитації і моделювання реальності, в тому числі медитації. Це впливає з єдності сильних, динамічних і смислових елементів»[17]

Самоконтроль - це коло принципів, пов'язаних з пізнавальними процесами, носієм яких є ще одна форма суб'єктивної рефлексії на дійсність. Залежно від характеру діяльності і способу її виконання вона може бути досягнута за допомогою різних розумових засобів: реальних чуттєвих образів, уявлень і понять. Оскільки цілі принципала прямо не визначають умови створення оперативного плану дій, для досягнення результату можливі різноманітні підходи з використанням корисної моделі операційного сценарію. Загальні правила саморегуляції встановлюються у формі індивіда в залежності від конкретних обставин і особливостей нервової діяльності, індивідуальних особливостей суб'єкта і звички планувати свої дії [67].

Тому ми помітили, що багато авторів різних словників розуміють їх контроль як процес, спрямований на управління, модифікацію і регулювання психічних і психічних процесів.

Поняття «самоконтроль» є міждисциплінарним. Дане поняття широко використовується в різних областях науки для опису живих і неживих систем, заснованих на принципах сприйняття. [2]

«Саморегуляцію» іноді вважають неприємним психічним процесом. [19] Це розуміння має великий вплив на зміст саморегуляції і приводить до остаточного аналізу ряду психічних процесів, спрямованих на паралельний розвиток і вдосконалення психічної діяльності. Саморегуляція - це принцип, який повинен пояснити цілісність і стійкість діяльності і особистості, організацію діяльності, внутрішні відносини, єдність, спрямованість і психічні процеси, в яких здійснюється прийняття рішень про діяльність. [19]

Проблема саморегуляції вирішується в різних теоретичних областях внутрішньої і зовнішньої психології.

Поняття регуляції вперше ввів П. Жане, який стверджує, що здатність контролювати себе є вищим критерієм розвитку особистості. Як процес опосередкування соціальних норм і цінностей самоконтроль здійснюється як внутрішня система потреб, що робить індивіда активним суб'єктом. [11]

З.Фрейд називає його «Я» як метафору контролю, примирення прагнення до норм і табу і участі в свідомості бажання.

Послідовники З.Фрейда пов'язували процес пристосування з механізмом зростання неповноцінності, який вважався патологічним наслідком гіпертрофічної неповноцінності. «Покинутість» і «хвороба» розглядаються як невдалі способи самоконтролю бути «іншими», заснованими на досвіді «бути кращим за інших», що суперечить існуючим нормам і цінностям. [22]

У процесі саморегуляції головну роль відіграють етичні рамки, своєрідна життєва філософія, яка узагальнює і адаптує досвід і передає сенс поведінки людини. [10]

У вітчизняній психології вчених пов'язують з певними методами управління людиною, які мають на увазі створення і використання символічних психологічних прийомів, а значить, вони усвідомлюють свої дії. Сигнал

розглядався як інструмент штучної стимуляції, який дбайливо проникає в фізіологічні стани і виконує завдання самостимуляції. Встановлено, що в регуляції поведінки бере участь психіка людини, яка характеризується розвиненими формами пристосування до природних потреб, на відміну від пристосування тварин до навколишнього середовища. [3]

Під психологічною самовпевненістю можна розуміти вплив сприйняття людиною психічних процесів, станів, характеристик, діяльності, особистісної поведінки з метою збереження або зміни власного функціонального стану. Центральною структурою процесу саморегуляції є самоконтроль, який характеризує суб'єкта як усвідомлення і оцінку особистісної поведінки, психічних процесів і ситуацій. На основі аналізу літератури можна визначити роль самоконтролю людини в психічних процесах, психологічних станах, структурі людини, в процесі академічної освіти та професійної діяльності. В онтології вивчення процесу саморегуляції показало, що виникнення і розвиток саморегуляції визначає здатність сприймати і контролювати умови [57].

Процес саморегуляції має на увазі наявність рядів великих розмірів. У саморегуляції психіки в емоційних станах автор визначив роль емоційної саморегуляції у феномені саморегуляції, основним змістом якої є функціонування двох психологічних систем: самоконтролю та корекції (ефекту).[47] Він також наголошує на необхідності враховувати вплив невизначеності впевненості, яка виникає внаслідок ранніх самооцінок успіху, які можна визначити як расово-афективні переживання, які контролюють складніші моделі поведінки в когнітивному та соціальному контекстах [47].

Найбільшу цінність у формулюванні та поясненні основних аспектів проблеми контролю свідомості надають студенти та послідовники природничо-наукового факультету В. Анкілозуючий спондилоартрит та А. Лазурський, М. Басов, В. Мясіщев, Б. Ананьєв та ін.

Що стосується концепції саморегулюючої поведінки, то вчені запропонували розглядати її з двох сторін. Перший є найбільш всеосяжним, він

вказує на загальне розуміння людини і загального напрямку його діяльності. Інший, який дійсно впливає на регулювання, стосується структури процесу і того, як він організований. [2]

Високий рівень самоконтролю вчені пов'язують з виникненням світогляду, який вони вважають цінним і усвідомленим зв'язком зі світом, оточуючими, самим собою.

На думку О. Леонтьєва, ця концепція є основою для вивчення потужної особистісної семантичної системи, що характеризує структуру особистості, взаємозв'язок між мотиваціями. Найпотужнішим контролером тваринних процесів вважалося «особисте почуття». У контексті «особистісного сенсу» під самоконтролем розуміють специфічну діяльність, наприклад, «внутрішню дію» або «внутрішній рух розумової сили» для консолідації окремих семантичних систем.

Ідеї Л. Віготського, С. Рубінштейна і О. Леонтьєва були додатково інтегровані в концепцію семантичного формування особистості. Згідно з їхнім розумінням, семантична освіта визначається як абсолютна система влади, що охоплює взаємозв'язок стимулюючих пакетів, що формують певне ставлення до світу, які виробляються, перетворюються в діяльність і відіграють у них контролюючу роль. Стає зрозумілою провідна роль семантичного виховання у визнанні та прийнятті цінностей.

Аналіз логічних зв'язків та ієрархій між основними функціями дослідження інтелектуального самоконтролю приводить до висновку, що з самого початку основним завданням є дослідження структурних механізмів наглядного процесу та адекватна розробка загальної концептуальної моделі, яка адекватно визначає внутрішню структуру процесу свідомої взаємодії для різних видів і форм довільної діяльності людини. [2, 24].

Вчені торкнулися і теми саморегуляції в області людської свідомості. На їхню думку, самоконтроль походить від готовності вносити практичні корективи та змінювати поведінку. Механізмами саморегуляції прийнято

вважати механізми саморегуляції, які передбачають передбачення або безпосередню оцінку оточуючих людей. [13, 60, 73]

Регулюючий процес у кожної людини має свої особливості, які залежать від суб'єктивних якостей індивіда. Сама діяльність являє собою комплекс регуляторних заходів, спрямованих на досягнення конкретної мети, що складається з двох етапів: створення репрезентативної моделі (зображення), прогнозування і планування майбутніх результатів і реалізації цієї моделі за допомогою комплексного калібрувального обладнання (на основі зворотного зв'язку). Вся діяльність можлива завдяки власному безперервному контролю. Саморегуляція довільної діяльності людини - це систематичний психічний процес, який спрямований на ініціювання, підтримку і управління різними зовнішніми і внутрішніми видами діяльності з метою досягнення визначених цілей. Саморегуляція - один з основних процесів життя, при якому неможлива гармонія особистого існування. Однак, якщо є проблема, ви повинні пам'ятати про прийняття рішення, вибирати, як її усунути або принаймні зменшити, а не уникати. Слід докласти розумних зусиль, щоб змінити ситуацію. [60]

Народ самоврядний. Психологічна впевненість сильна, динамічна і досягається завдяки поєднанню соціальних факторів. Замість того, щоб автоматично переходити від однієї діяльності до іншої, люди ретельно зважують свій соціальний статус, важливість дій, які вони роблять, і можливі наслідки своїх дій. У нього є вибір, і це його вибір. Поінформована людина несе відповідальність за прийняті рішення і наслідки дій. Аналіз загальних закономірностей саморегуляції людини показує, що вони залежать від особливостей активності нейронів, індивідуальних особливостей, організаційної поведінки, які мають місце в навчальному процесі [3, 5, 42].

Таким чином, вважається, що психічний самоконтроль впливає на сприйняття індивідом внутрішніх психічних явищ (процесів, умов, властивостей), діяльності, яку він виконує, прагнення зберегти (підтримувати)

або змінювати сутність свого шляху. Це питання самоконтролю, і об'єктом може бути в ньому психічне явище, діяльність, яку він здійснює, або власні дії.

1.5. Стильові особливості саморегуляції

Стилістичні характеристики самоконтролю є загальними для індивідів, основними особистісними рисами є самоорганізація та управління зовнішньою та внутрішньою діяльністю, які продовжують проявлятися в різних видах діяльності та поведінці. [29]

Один з перших ознак важливості людської поведінки приписують Й. Гете, який вважає його вираженням вищих якостей індивідуальності. У психології поняття життя вперше використав А. Адлер, який вважає його унікальним поєднанням характеристик, типів особистості і поведінки, що визначають унікальний образ людського буття. Для ілюстрації поняття «стиль життя» А. Адлер використав наступний образ: Якщо порівнювати сосни, які ростуть в долині, з соснами на вершинах гір, то вони ростуть по-різному. Це дерева, але у них інший спосіб життя. Стиль життя – це дерево індивідуальності, яке виражає себе і творить себе в певному контексті. Цю схему можна побачити, коли ми побачимо, що кожне дерево має свою модель життєвої поведінки, а також механічну реакцію на навколишнє середовище. [1]

У психології стиль часто описують як пристосувальний характер діяльності людини, який визначається особистісними рисами різних рівнів активності і особливостями, в яких формується стиль. Існують індивідуальні відмінності у впливі самосвідомості на поведінку і діяльність людини, що багато в чому визначається розвитком і моделлю індивідуального самоконтролю. Вони проявляються в тому, що особливості самосвідомості проявляються в тому, що різні люди по-різному організовують свої дії і діяльність, моделюють важливі ситуації, використовують різні програми для досягнення цілей, а також по-різному оцінюють і змінюють свою діяльність [42].

Феномен саморегуляції проявляється в тому, що індивід планує і організовує життєві цілі, враховує важливі зовнішні і внутрішні ситуації, оцінює наслідки і коригує діяльність з метою досягнення прийнятних результатів.

Стиль самоконтролю характеризується кількома стилістичними атрибутивними характеристиками. Ця складність включає в себе характер загальних для конкретного індивіда процесів контролю, основні матеріали саморегулюючої системи (планування, планування, моделювання, оцінка результатів), а також ретельний і суб'єктивний характер індивідуальних або інституційних характеристик, таких як незалежність, надійність, гнучкість.[24].

Розглянемо докладніше індивідуальні характеристики масивів, які можна розділити на наступні категорії [8, 61, 73].

1. Окремі аспекти планування цілей. Вони пояснюють індивідуальні відмінності у виборі, прийнятті та утриманні цілей. Мета є частиною створення системи самоконтролю. Відмінності в плануванні цілей пов'язані з різними цільовими видами діяльності, відповідністю цього процесу зовнішнім і внутрішнім умовам, ієрархією цілей.

2. Проаналізувати елементи моделювання, тобто зовнішні і внутрішні умови роботи, і дати їм комплекс умов, необхідних для досягнення мети. У моделі інформаційної роботи модель критичного стану виступає джерелом інформації про ситуацію, яка необхідна для визначення плану дій. Зміст моделі залежить від її застосовності, тобто від мети і характеру діяльності, але вибір моделі і ступінь прагматизму, ступінь інформаційної інтеграції, розвиток і структура втіленої містичної практики індивідуально різні.

3. Елементи майбутнього плану дій, необхідні для досягнення поставлених цілей. Робота програмного забезпечення передбачає прогнозування структури майбутніх реальних компонентів, методів, що використовуються для їх виконання, послідовності операцій. Індивідуальні особливості програми багато в чому визначаються рівнем деталізації заходів

щодо реалізації, об'єктивними і суб'єктивними вимогами програми і ступенем кореляції з успішною реалізацією діяльності. Особисто для мене може бути загадкою, як досягти однієї мети.

4. Елементи контролю, оцінки та модифікації діяльності. Ці регулятивні процеси охоплюють весь процес саморегулювання, оскільки на всіх етапах досягнення цілей порівнюється поточний стан системи і результати дій з прописаними параметрами, оцінюються протиріччя і приймається рішення про зміну виконавчої дії (управління) або перехід до наступного етапу реалізації діяльності.

Індивідуальні відмінності в нагляді, впровадженні та змінах пов'язані зі ступенем і характером контролю, пов'язаного з різними бізнес-моделями. Таким чином, індивідуальні відмінності відображаються у високочастотній поведінці (стійкості) формальної оцінки під час операції. У разі змістовних адаптацій, коливань, які відхиляються від ідеалу, але призводять до виконання визначених критеріїв (норм) тощо, поширеною проблемою є виконання превентивних коригувальних дій і наслідків.

Індивідуальні відмінності також можуть бути викликані перебільшеними діями або зважуванням суб'єктивних змінних шляхом оцінки фактичних результатів або способів дій в порівнянні з тим, що зазвичай відбувається.

Крім специфічних характеристик, характерних тільки для тієї чи іншої регулюючої функції, існують також характеристики, що характеризують діяльність кожного регулюючого органу, а тому процес регулювання в цілому є по суті індивідуальною характеристикою. До таких саморегулюючих характеристик відносяться [67, 74].

(а) компетенції (допустимі характеристики модельної діяльності, програм, методів контролю, критеріїв успіху та інших нормативних обмежень);

б) Інтуїція (контекстні концепції та плани дій, контрольні змінні, критерії успіху тощо, відносна важливість для досягнення цілей)

в) гнучкість (здатність регуляторного процесу коригувати роботу різних регуляторних блоків, коли цього вимагають умови праці)

г) цілісність і стабільність (працездатність і структура регуляторів в умовах психологічного стресу).

Індивідуальні нормативні характеристики не обмежуються бізнес-активами. Тому до них відносяться такі особистісні якості, як чесність, ініціативність, серйозність, критика, самостійність, відповідальність і т.д.

Нарешті, найважливішою характеристикою індивіда є ступінь тотальності, тобто ступінь свідомого контролю. Цей важливий аспект саморегуляції відображає справжню здатність людини ініціювати та керувати волонтерською роботою. Емпіричні дослідження показали, що чим вище рівень свідомого контролю, тим краще здатність до освоєння нових видів діяльності і широкого спектру діяльності (при наявності певних навичок і правильної мотивації) [13].

У зв'язку з універсальністю основних функціональних структур для різних видів психічної діяльності і діяльності загальна основа саморегуляції виявляється в своєрідній саморегуляції, яка є передумовою формування різних форм конкретного режиму діяльності [29].

У науковій літературі виділяють різні класифікації стилів саморегуляції, а також виділяється типи стилів саморегуляції, а саме: гармонійний тип регуляції і акцентуований тип регуляції [73, 74]. Рекомендовані редакційні орієнтири визначаються типом взаємодії (наявністю компенсаторного рішення), особливо по стилістичній стороні саморегуляції. Гармонійне розташування профілю - структурна риса хорошого стилю самоконтролю. Для цього характерна висока ступінь визначеності в нормативних відносинах, тобто якість розглянутого стилю. Саморегулюючі акцентні атрибути також можуть бути основою хорошого стилю, але тільки в тому випадку, якщо говорити про компенсаторний зв'язок між поганим стилем і сильно розвиненою стильною рисою. Неefективний редакційний стиль визначається загальним розвитком

загального самоконтролю або відсутністю милої біографії, компенсаторного співвідношення між поверхневими і нерозвиненими стилістичними елементами. Таким чином, стиль самоконтролю ґрунтується на формуванні індивідуальних стильових правил для конкретного виду діяльності [71].

У роботах М. Гріньова [12, 13] підкреслюються теоретичні основи психології саморегуляції як специфічної галузі психологічного пізнання структурних правил, подій і різних процесів і застосування їх у людини довільних форм поведінкового контролю. Система саморегуляції інтегрує та інтегрує динамічні та важливі аспекти самосвідомої та несвідомої структури з метою підтримки та досягнення людської поведінки та життєвих цілей.

Системи саморегуляції виникають комплексно, наочно, пізнавально, ментально на різних рівнях індивідуальності, мобілізуючи всі ресурси. Виходячи з цієї ситуації, можна говорити про процес і можливості контрольованого формування і особистісного впливу на основі руху, поведінки і самосвідомості. Важливо усвідомлювати стилістичні особливості, які відповідають нормальному способу управління людством, саме тому індивідуальність є основою для формування багатьох індивідуальних стилів у певних видах діяльності та діяльності. Поняття індивідуальної моделі управління - це фактично консолідація, розпад, що фактично усуває конфлікт (якщо він є) між станом природного самообмеження поведінки і станом істотного для продуктивної діяльності в даній ситуації. По суті, прояв поведінки, поведінки і самоконтролю опосередковується розвитком особливостей самоконтролю і стилю, що складають основу поведінки людини. Розвиток самоконтролю багато в чому визначає здатність індивіда долати свою особистість і розвивати свою особистість, що призводить до розвитку самоконтролю і формування самосвідомості [13].

Оскільки відправною точкою для життєвого розвитку є власна уява, важливо коротко обговорити зміну впевненості в собі. Припущення людини про себе, включаючи переконання, оцінки та поведінкові риси, називаються «Я-

концепціями». Іншими словами, «Я-концепція» є рамкою загального самосприйняття людини [19].

«Я-концепція» проявляється через вплив переживань кожного. Ця система є основою вищого самоконтролю, з яким людина ставиться до навколишнього світу. Сучасні психологічні дослідження підкреслюють роль образу «Я» як загального механізму саморегуляції у індивідів, стверджуючи, що самоідентичність (ідентичність) - це образ «Я», який породжує почуття особистої відповідальності і створює почуття соціальної приналежності. Механізми самоконтролю демонструють «прийняття себе» у вигляді слів «люблю» - усвідомлення потенціалу «я можу» - актуальність «мені потрібно» - «я можу». В основі подій особистісного контролю лежить система «Я», для якої характерно формування емоцій і життя як центру свідомості. Як аспект психологічної структури людини, «Я-л» проявляється як перспектива і включає в себе наступні елементи:[19]

- Усвідомлення – «Я є істина» – думка «Я найкращий»;
- емоційні - самооцінка (впевненість в собі) і т.д;
- Оцінюйте та займайтеся волонтерством, щоб підвищити впевненість у собі та бажання завоювати авторитет і повагу.

Основна функція образу «Я» полягає в забезпеченні інклюзивності, чесності, сутності особистості, з метою досягнення особистої гармонії. «Я - поняття» вивчається в гуманітарних і соціальних науках [5, 42].

Таким чином, «Я-концепція» виступає регулятором практично всіх особистісних і поведінкових процесів. Здебільшого фенотипова «Я-концепція» формується і підтримується особливостями нервової системи і певним ступенем генетичної залученості [3, 19, 42].

Чим складнішою стає ваша розумова діяльність, чим більше перешкод стоїть на шляху до ваших цілей, тим більше зусиль вам знадобиться, особливо якщо ви втомилися і маєте внутрішні слабкості. Таким чином, зусилля є важливим виявом контролю над самою волею індивіда.

Найбільшою цінністю суспільства є, звичайно, добровільний самоконтроль, форма моралі і волі, яка спрямована на досягнення важливих соціальних цілей, що відповідають високим етичним стандартам. Людина спрямовує свої дії на основі «покори» інших (індивідів, груп, організацій, урядів, громад). Тут ми говоримо на дві теми: позитивні та негативні відгуки.

Узагальнення сучасних уявлень про форми і рівні саморегуляції дозволяє припустити, що поняття саморегуляції слід розглядати як інтегрований процес [57]. Процес саморегуляції проявляється протягом усього життя індивіда на різних рівнях самофункціонування, включаючи емоційні, семантичні та пізнавальні, рефлексивні, мотиваційні та поведінкові процеси. Саморегуляцію слід розглядати як систематичний процес, що виробляє достатню різноманітність і гнучкість на кожному рівні, на різних рівнях, і як динамічну систему, необхідну для реалізації елементів саморегуляції. Зміни на одному рівні впливають на інші рівні і на всю систему.

Висновки до першого розділу

В результаті аналізу наукової літератури можна зробити наступні висновки:

1. Поняття конфлікту належить і містить в собі науку і свідомість повсякденного життя. Кожен з нас інтуїтивно розуміє, що таке криза, але не в повсякденному житті. Термін «конфлікт» використовується по відношенню до широкого кола подій, починаючи від збройних конфліктів і закінчуючи конфліктами між різними соціальними групами, формальними або подружніми конфліктами.

Конфлікт - це конфлікт між суперечливими і неконформними формами поведінки (бажаннями, інтересами, ціннісною орієнтацією, соціальними установками, ініціативою і т. Д.) І особистим сприйняттям індивіда або групи, міжособистісними взаємодіями і міжособистісними відносинами.

2. Питання саморегуляції дуже складне і актуальне. Існує безліч пояснень самоконтролю. У даному дослідженні ми розуміємо саморегуляцію як систематичний процес організованої внутрішньої психічної діяльності для ініціювання, побудови, підтримки та управління різними видами та видами довільної діяльності, які безпосередньо реалізують досягнення прийнятих цілей.

3. Стилiстичнi особливостi самоконтролю є загальними для iндивiдiв, основними особистісними рисами є самоорганізація та управління зовнішньою та внутрішньою діяльністю, які продовжують проявлятися в різних формах.

Процес саморегуляції проявляється протягом усього життя індивіда на різних рівнях самофункціонування, включаючи емоційні, семантичні та пізнавальні, рефлексивні, мотиваційні та поведінкові процеси.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ ОСІБ СХИЛЬНИХ І НЕСХИЛЬНИХ ДО КОНФЛІКТУ

2.1. Організація емпіричного дослідження

Мета нашого емпіричного дослідження - вивчення особливостей поведінки саморегуляції осіб з різною схильністю до конфлікту.

В дослідженні взяло участь 65 осіб – студентів зі спеціальності 053 Психологія, Одеського національного економічного університету у віці 20-52 років.

Для досягнення поставленої мети, а також для вирішення завдань емпіричної частини були використані методики, які характеризують та виявляють показники саморегуляції осіб з різною схильністю до конфлікту.

Ознайомившись з рядом методик ми дійшли висновку, що вирішення завдань нашого дослідження можливе за допомогою наступного методичного інструментарію.

1) Для дослідження рівня розвитку усвідомленої стильової саморегуляції та її індивідуального профілю можливе використання опитувальника В. Моросанової «Стиль саморегуляції поведінки». Дана методика дозволяє діагностувати індивідуальний профіль саморегуляції, а саме розвиненість планування, моделювання, програмування, оцінки результатів, і виявити особливості індивідуального розвитку регуляторно важливих властивостей – гнучкості та самостійності.

2) Дослідження індивідуально- психологічних особливостей особистості було проведене за допомогою тесту Р.Кеттела. Застосування даної методики дозволяє виміряти широкий спектр характерологічних і темпераментальних властивостей особистості.

3) Для діагностування реагування осіб у конфліктній ситуації нами була застосована методика К.Томаса «Дослідження особливостей реагування в конфліктній ситуації», яка дозволяє виділити типові способи реагування в конфліктній ситуації.

Емпіричне дослідження проводилось в три етапи:

Підготовчий етап. На даному етапі перед нами стояло два основні завдання. Перше – створити дослідницьку вибірку, викликати інтерес до спільної роботи. Дослідження було проведено зі студентами денної та заочної форми навчання, спеціальності 053 Психологія, Одеського національного економічного університету. Всього в дослідженні прийняло участь 65 осіб у віці 20-52 років. Друге завдання – відбір методів та методик, відповідних цілей нашого дослідження.

Діагностичний етап. Основним завданням даного етапу була діагностика досліджуваних за всіма показниками, що нас цікавлять, а саме: 1) показників саморегуляції; 2) показників психологічних рис особистості.

Інтерпретційно-аналітичний етап, на якому було здійснено аналіз та психологічну інтерпретацію результатів, отриманих емпіричним шляхом. Обробка отриманих даних здійснювалась за допомогою кількісного (кореляційного; SPSS 13.0.) та якісного (методи «асів» та «профілів»). У межах якісного аналізу було використано t-критерій Ст'юдента.

2.2. Методики для проведення дослідження

1. Опитувальник В. Моросанової «Стиль саморегуляції поведінки».

Цей підхід присвячений вивченню саморегулюючої моделі довільної діяльності людини. Феномен самоконтролю проявляється в тому, що індивіди планують і організовують життєві цілі, враховують важливі зовнішні і внутрішні ситуації, оцінюють наслідки, координують свою діяльність. Стиль самоцензури характеризується деякими основними характеристиками

редагування. Це не тільки основний матеріал системи саморегуляції, а й загальний процес регулювання для індивідів, які втілюють в собі розсудливі і розумові риси або характеристики окремих суб'єктів. У зв'язку з універсальністю основних функціональних структур різних видів психічної діяльності і діяльності в стані саморегуляції існує загальна основа саморегуляції. Характер саморегуляції визначається самоорганізацією на різних рівнях. Система саморегулювання повідомляє про вплив окремих структур на цільову діяльність. Крім того, при досягненні нових цілей перед суб'єктом можуть формуватися ці саморегулюючі риси, які можуть сприяти розвитку новоутворень у людини.

Метод складається з тверджень, які є частиною шести шкал, призначених відповідно до основних регуляторних процесів (планування, моделювання, планування, оцінка результатів) та нормативних характеристик (доцільність та незалежність).

Рівень планування відображає індивідуальні особливості мети, ступінь складання плану діяльності. На найвищому рівні програма практична, точна, ієрархічна, ефективна та незалежна.

Рівень моделювання відображає вироблення індивідуальних уявлень про рамки зовнішньої та внутрішньої діяльності, вимоги, перспективи, специфікації та рівні компетенцій.

Просунуті показники вказують на необхідність думати про прагматичний і поведінковий підхід до досягнення запропонованих цілей, специфіку і складності гнучкого плану, створеного власноруч в новій ситуації, але є стійкість до перешкод.

Ступінь оцінки результатів дає інформацію про здатність індивіда оцінювати себе, а також про наслідки і здібності своєї діяльності та вчинків. Висока оцінка за цією шкалою свідчить про формування та узгодженість критеріїв оцінки досягнення результатів.

Під ступенем гнучкості розуміється ступінь розвитку здатності до реконфігурації системи саморегулювання у відповідь на зміни в зовнішніх і внутрішніх ситуаційних системах. У разі виникнення надзвичайної ситуації ви можете легко перебудувати свій план і спланувати заходи з реалізації, а також швидко оцінити зміни в ключових ситуаціях. Здатний адекватно реагувати на швидкі зміни при аваріях і ефективно вирішувати поставлені завдання в небезпечних ситуаціях.

Наявність високих показників на самостійному рівні свідчить про вміння планувати роботу для досягнення цілей, контролювати процеси впровадження та аналізу, оцінювати результати діяльності.

Ця методика, як правило, виступає єдиним рівнем саморегуляції на загальному рівні і відображає загальний рівень формування індивідуальної системи саморегуляції за бажанням людської діяльності. У разі досліджень з високими показниками загальних рівнів саморегуляції, пізнання і комунікація є поведінковими контролями в загальній структурі особистісного контролю. Такі уроки, поряд з більшою мотивацією до успіху, можуть створити модель самоконтролю. Таким чином можна компенсувати вплив особистісних якостей, які заважають досягти однієї мети. Чим вищий ваш загальний рівень свідомого контролю, тим легше освоювати нові види діяльності, почуватися впевненіше в невідомих ситуаціях і досягати більших успіхів у повсякденній діяльності.

2. «Діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки» К.Томаса.

На ранніх стадіях конфліктології широко використовувався термін «вирішення спору», що означає, що суперечка може і повинна бути вирішена або вирішена. Тому метою вирішення спорів була ідеальна, безконфліктна ситуація, в якій люди працювали в повній гармонії.

Однак останніми роками ставлення фахівців до цієї теми конфліктології суттєво змінилося. На думку Томаса, це добре працює за двох умов: розуміння

безсилля спроб повністю ліквідувати конфлікт і підтвердження існування конфлікту. Тому, згідно з підходом Томаса, акцент повинен зміститися з вирішення конфліктів на управління конфліктами. З цієї причини авторам важливо розглянути наступні аспекти конфліктного обміну: які види поведінки характеризують людей, більш продуктивних або деструктивних в конфліктних ситуаціях. Як можна заохочувати конструктивну поведінку.

Для пояснення поведінки людей в конфліктних ситуаціях Томас запропонував двовимірну модель принципу конфлікту, основними вимірами якої є співпраця (що стосується людини, яка враховує інтереси інших учасників конфлікту) і асертивність (з акцентом на захист власних інтересів). Виходячи з цих двох вимірів, автори виділяють наступні методи вирішення конфліктів:

А) Конкуренція як прагнення з'ясувати власні інтереси за рахунок інших (конкуренція)

Б) Послідовність – жертвування власними інтересами на благо інших в умовах конкуренції.

В) Примирення

Г) уникнення - небажання співпрацювати і прагнення до досягнення цілей;

Д) У цій ситуації співпраця пропонує альтернативу, яка повністю відповідає інтересам обох сторін.

Особистісний опитувальник, розроблений К. Томасом, призначений для дослідження особистісної придатності до конфліктної поведінки з метою визначення того чи іншого стилю вирішення конфліктів. В опитувальнику, що описує загальні моделі поведінки, Томас описує 5 можливих варіантів і 12 суджень про поведінку індивіда в критичних ситуаціях відповідно. У різних комбінаціях вони діляться на 30 пар, і кожному учаснику пропонується вибрати загальну фразу про людину. Інструкції, які давалися випробовуваним, були такими: «У кожній групі виберіть ідею, яка точно описує типову поведінку в надзвичайній ситуації». Кількість балів, яких людина досягає на кожному рівні,

дає уявлення про те, як виражати поведінку, щоб представити правильний тип поведінки в конфліктній ситуації. Базовий тип є максимальним номінальним типом.

3. «Шістнадцятифакторний особистісний опитувальник Р.Кеттелла (16 - PF, R.Cattell)». З метою складання психологічних портретів осіб із різними проявами саморегуляції здійснювалася діагностика якостей особистості за допомогою «16 – факторного особистісного опитувальника» Р.Кеттелла.

Відомо, що цей тест розповість вам про характеристики, поведінку та інтереси людини. Опитувальник Катела- один з найвідоміших багатфакторних прийомів, розроблений в рамках об'єктивного емпіричного підходу до вивчення особистості. Відповідно до теорії особистості Кетеля, людина визначається як така, що має адаптивні, адаптивні та пов'язані з ними риси (риса), які визначають її вроджену природу та особистість. Різниця в поведінці людей пояснюється різницею в вираженості характеристик людини.

2.3. Результати кореляційного аналізу

Перед тим, як перейти до кореляційного аналізу, нами було проведено дослідження оцінки стилю саморегуляції за методикою В. Моросанової, це дозволило отримати такі результати:

Високий рівень за шкалою «планування» був показаний у 17 (26%) респондентів - це говорить про те, що студенти усвідомлено планують свою діяльність, правильно розставляють пріоритети у реалізації своїх планів, у постановці своїх цілей діють самостійно;

Середній рівень за шкалою «планування» був показаний у 33 (51%) респондентів.

Низький рівень за шкалою «планування» був показаний у 15 (23%) респондентів – такі студенти рідко досягають своїх цілей, їх цілі нереалістичні та часто змінюються.

Високий рівень за шкалою «Моделювання» було виявлено у 9 (14%) респондентів – такі студенти здатні виділяти значні умови досягнення цілей як у поточній ситуації, так і в перспективному майбутньому.

Середній рівень за шкалою «моделювання» було виявлено у 41 (63%) респондентів.

Низький рівень за шкалою «моделювання» було виявлено у 15 (23%) респондентів – для таких студентів характерна неадекватна оцінка співвідношення внутрішніх ресурсів та зовнішніх обставин, що проявляється у фантазуванні, яке може супроводжуватися різкими перепадами ставлення до розвитку ситуації, а також наслідків своїх дій.

Високий рівень за шкалою «програмування» був показаний у 10 (15%) респондентів – у цих студентів висока потреба детально продумувати способи своїх дій задля досягнення поставленої мети.

Середній рівень за шкалою «програмування» був показаний у 24 (37%) респондентів.

Низький рівень за шкалою «програмування» був показаний у 31 (48%) респондентів – для таких студентів характерне невміння та небажання продумувати послідовність своїх дій, воліють діяти імпульсивно, згодом стикаючись з неадекватністю отриманих результатів цілям діяльності.

Високий рівень за шкалою «оцінювання результатів» було виявлено у 16 (25%) респондентів – у студентів сформовано адекватну самооцінку, стійкість суб'єктивних критеріїв оцінки результатів, усвідомлює як сам факт неузгодження отриманих результатів з метою діяльності, а також які призвели до нього причини.

Середній рівень за шкалою «оцінювання результатів» було виявлено у 43 (66%) респондентів.

Низький рівень за шкалою «оцінювання результатів» було виявлено у 6 (9%) респондентів – таким студентам властиво не помічати помилок у своїй діяльності та бути некритичним до своїх дій. Суб'єктивні критерії успішності недостатньо стійкі, що внаслідок може позначитися на якості результатів зі збільшенням обсягу роботи.

Високий рівень за шкалою «гнучкість» був показаний у 11 (17%) респондентів – такі студенти демонструють пластичність усіх регуляторних процесів. Чи здатні швидко оцінити зміни значущих умов та за необхідності перебудувати свої плани. У разі виникнення неузгодженість отриманих результатів з метою своєчасно оцінюють сам факт неузгодженості та вносять відповідні зміни.

Середній рівень за шкалою «гнучкість» був показаний у 40 (62%) респондентів.

Низький рівень за шкалою «гнучкість» був показаний у 14 (21%) респондентів – такі студенти важко звикають до швидкої зміни обстановки, не здатні адекватно реагувати на ситуацію, оцінити неузгодженість отриманих результатів з метою діяльності та в короткі терміни вносити зміни.

Високий рівень за шкалою «самостійність» був виявлений у 16 (25%) респондентів – для таких студентів характерна автономність у організації діяльності у досягненні цілей, контролювати її перебіг виконання, аналізувати та оцінювати як проміжний, так і кінцевий результат.

Середній рівень за шкалою «самостійність» був виявлений у 35 (54%) респондентів.

Низький рівень за шкалою «самостійність» було виявлено у 14 (21%) респондентів – такі студенти залежні від думок та оцінок оточуючих. При організації діяльності діють за допомогою інших людей, відсутність цієї допомоги у них виникають регуляторні збої.

Високий рівень за шкалою "загальний рівень саморегуляції" був показаний у 14 (22%) респондентів – особливість таких студентів у тому, що

вони самостійні, легко та швидко підлаштовуються під зміну обставин, усвідомлено ставлять собі мети і домагаються їх. При високої мотивації досягнення вони здатні формувати такий стиль саморегуляції, що дозволяє компенсувати вплив особистісних особливостей, які іноді є на заваді досягнення цілей.

Середній рівень за шкалою "загальний рівень саморегуляції" був показано у 34 (52%) респондентів.

Низький рівень за шкалою "загальний рівень саморегуляції" був показано у 17 (26%) респондентів – у таких студентів не сформовано усвідомлене планування діяльності, знижено можливість компенсації несприятливих досягнення цілей особистісних особливостей. Вони залежні від ситуації, внаслідок, успішність оволодіння новими видами діяльності більшою мірою залежить від відповідності стильових особливостей регуляції та вимог, що освоюється виду активності.

Отже, за результатами методики В. Моросанової, ми встановили, що випробувані використовують стилі саморегуляції «оцінка результатів» та «самостійність» частіше, ніж інші стилі.

Як зазначалося вище, автори методики вивчення методів управління конфліктами виділяють наступні критерії (конкуренція, співпраця, компроміс, уникнення, адаптивність): Кореляційний аналіз був проведений для визначення зв'язку між коефіцієнтом самоконтролю, поведінковими характеристиками конфлікту та особистісними факторами.

Кореляційний аналіз - це метод, який використовується для вивчення характеристичної взаємозалежності генеральної сукупності, яка є випадковою величиною з нормальним розподілом. Кореляція - це зв'язок між випадковими величинами, при якому зміна однієї властивості призводить до зміни математичних очікувань іншої ознаки. Кореляція - це взаємозв'язок між властивостями досліджуваного явища, яка, крім факторів, є фактичним значенням властивостей, на які впливає безліч інших сигналів, що рухаються в

різних напрямках одночасно або по одному. Кореляція відображає той факт, що різниця між однією характеристикою в одній відповіді відрізняється від іншої. З одного боку, кореляції можуть вказувати на залежності від цих ознак, але з іншого боку, вони не можуть вказувати на залежності від ознак між ними. Кореляція не може вважатися доказом причинно-наслідкового зв'язку, вона лише показує, що зміна однієї ознаки, як правило, пов'язана зі зміною іншої, але вона не знає, чи є причина зміни в одному з симптомів або поза парою досліджуваних ознак.

У даному дослідженні на основі кореляційного аналізу були отримані наступні результати (табл. 2.1).

Таблиця 2.1.

Кореляційні зв'язки між показниками методик, використаних у дослідженні

Показники		Схильність до конфліктної поведінки (К.Томас)			Стиль саморегуляції поведінки (В.Моросанова)		
		С	У	П	Оцр	Гн	Сам
Фактори особистості (за Р.Кеттеллом)	А				280*		
	Е	324*				348*	382**
	F					294*	
	Н	291*				428**	
	L		-367**				
	N					-432**	-400**
	O	-289*		434**			
	Q ₂			-317*			
	Q _I					399**	
	Q _{II}			366**			
	Q _{IV}	290*		-375**			370**

Примітка: 1) позначення ** - значущість зв'язку на рівні $p \leq 0.01$; *- на рівні $p \leq 0.05$; 2) умовні позначення: показники за методикою «Схильність до конфліктної поведінки»: С (суперництво), У (уникнення), П (пристосування); 3) показники за методикою «Стиль саморегуляції поведінки»: Оцр (оцінювання результатів), Гн (гнучкість), Сам (самостійність); 4) фактори особистості (за Р.Кеттеллом): А (афектотімія – сизотімія), Е (домінантність – покірність), F (безпечність – озабоченість), Н (соціальна сміливість –соціальна боязкість) , L (підозрілість – довірливість), N (проникливість – наївність), О (схильність до почуття провини – самовпевненість), Q₂ (самодостатність – залежність від групи), Q_I (екстраверсія – інтроверсія), Q_{II} (тривожність – емоційна стабільність), Q_{IV} (незалежність – покірність).

Отже, за результатами кореляційного аналізу, показник А (+афектотімія) виявляє додатні зв'язки з показником: Оцр.(оцінювання результатів) на рівні $p \leq 0.05$. Отримані відносини характеризуються красою, легкістю спілкування і прагненням до вираження почуттів.

Показник Е (+домінантність) виявляє додатні зв'язки з показником С (суперництво), Г(гнучкість) на рівні $p \leq 0.05$, з показником Сам (самостійність) на рівні $p \leq 0.01$. Це свідчить про схильність до аскетизму, авторитарності. Прогресія, виконання, аналіз та оцінка результатів. Визначається середня і остання активність

Додатній зв'язок між показником фактору F (+безпечність) і показником Гн (гнучкість) на рівні $p \leq 0.05$, означає радість, активність, переговори, апатія, натхнення і спритність коду дозволяють йому адекватно реагувати на швидкі зміни подій і ефективно вирішувати проблеми при виникненні ризиків.

Показник Н (+соціальна сміливість) виявляє додатні зв'язки між показниками С (суперництво) на рівні $p \leq 0.05$ а також показником Гн (гнучкість) на рівні $p \leq 0.01$. Це може свідчити про те, що вам важко спілкуватися з людьми, які перебувають в емоційній ситуації. Він розповідає

про якості соціальних навичок, впевненості в собі, спонтанності в емоційній сфері і здатності легко здійснювати дії і вчинки в непередбачуваних ситуаціях.

Від'ємний зв'язок між показником фактору L(- довірливість) і показником У (уникнення) на рівні $p \leq 0.01$. Проявляється стійкість, життєрадісність і неконкурентоспроможну поведінку, піклується про інших. Відсутність готовності до співпраці, відсутність характеру для досягнення цілей.

Показник N (-наївність) виявляє від'ємні зв'язки між показниками Гн (гнучкість) та Сам (Самостійність) на рівні $p \leq 0.01$. такі зв'язки характеризуються схильністю до відсутності витонченості, до сентиментальності і простоти.

Показник О (- самовпевненість) виявив додатній зв'язок з показником П (пристосування) на рівні $p \leq 0,01$, від'ємний зв'язок з показником С (суперництво) на рівні $p \leq 0,05$. Він відображає стабільність, впевненість у собі та майстерність, стійкість, депресію, пригнічений настрій, сумні прогнози, роздуми та тривогу. У складних ситуаціях ми нервуємо.

Показник Q₂ (- залежність від групи) виявив від'ємний зв'язок з показником П (пристосування) на рівні $p \leq 0,05$. Для цього характерні спілкування, ентузіазм і співпраця. У контексті конфлікту зміни означають пожертвування власними інтересами в ім'я інших.

Показник Q_I (+екстраверсія) виявив додатній зв'язок з показником Гн (гнучкість) на рівні $p \leq 0,01$. Це відображає високий рівень скептицизму в традиційному розумінні. Занепокоєння може бути хворобою, тому ви не нервуєте.

Показник Q_{II} (+тривожність) виявив додатній зв'язок з показником П (пристосування) на рівні $p \leq 0,01$. Це відображає успішність соціального спілкування, а встановлення і підтримання особистих відносин в конфліктних ситуаціях, а також компроміс має на увазі принесення в жертву власних інтересів на благо інших.

Показник Q_{IV} (+незалежність) виявив додатні зв'язки з показниками Сам (самостійність) на $p \leq 0,01$ рівні і з показником С (суперництво) на рівні $p \leq 0,05$, від'ємний зв'язок з показником П (Пристосування) на рівні $p \leq 0,01$. Агресивність, незалежність, довіра, характер, агресивність, ініціативність, взаємозв'язок з конкурентними якостями сторін конфлікту характеризуються прагненням задовольнити власні інтереси за рахунок інших.

2.4. Психологічні профілі осіб з різними рівнями саморегуляції схильних і несхильних до конфлікту

Наступним кроком у проведенні якісного аналізу було створення та інтерпретація психологічних пояснень.

В основному він використовує якісні аналітичні методи, які дозволяють дослідникам ідентифікувати свої групи інтересів на основі конкретних характеристик і вивчати їх фізіологічні особливості. У цьому дослідженні якісний аналіз проводився у два етапи. На першому - за допомогою методу «асів» були виділені досліджувані з певними проявами саморегуляції [62].

Рівень саморегуляції визначався таким чином. По-перше, «сирі» бали, що отримані за шкалами методики, були перетворені на проценти. Діапазон від 0 до 25 вважався діапазоном невиражених значень показника що відповідає проявам низького рівня саморегуляції; від 25 до 50 – діапазоном слабо виражених значень (низьких); від 50 до 75 – діапазоном достатньо виражених значень; від 75 до 100 – діапазоном яскраво виражених значень показників саморегуляції. Отже, особи з загальним показником саморегуляції в діапазоні 0-25 процентилів утворили групу з низьким рівнем саморегуляції – ЗРС⁻; особи із загальним показником, значення якого розташовані в діапазоні 75-100 процентилів склали групу з високим рівнем саморегуляції – ЗРС⁺.

На рис.1 зображені профілі факторів особистості у осіб із різними рівнями саморегуляції. На вісі абсцис позначені фактори, на вісі ординат –

ступінь їх вираженості в стенах. Середня лінія ряду проходить через точку 5,5 стенів.

Аналітика передплатників показує, що між ними є відмінності. Для того, щоб зібрати психологічні образи індивідів з різним рівнем самоконтролю, були виявлені фактори зі значеннями, які значно відрізнялися від середнього значення. (Див. рис 1).

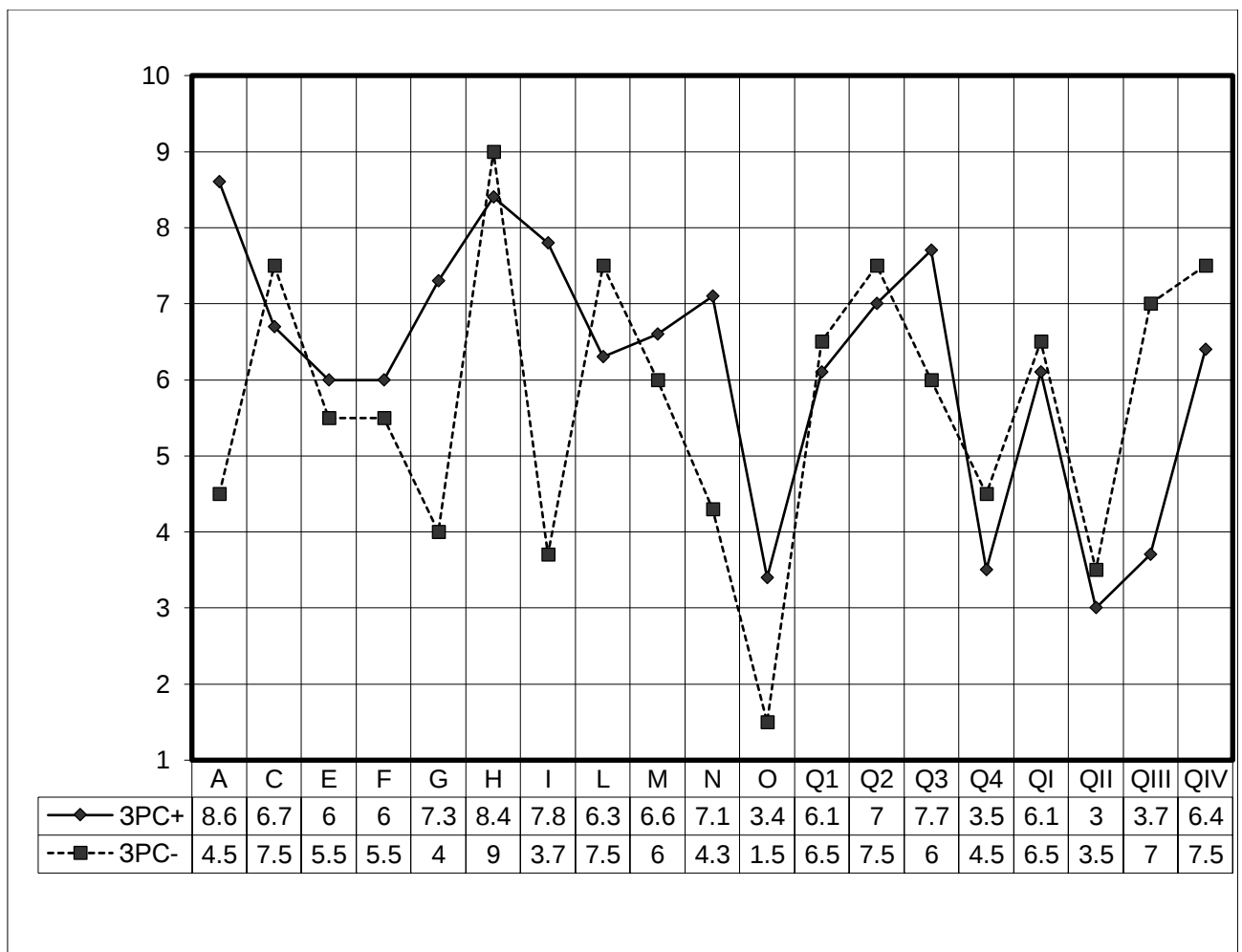


Рисунок 1: Профілі осіб з різним рівнем саморегуляції

По-перше, він визначає психологічну картину людей із загальним рівнем самоконтролю (ЗРС +).

Таким чином, люди характеризуються високим рівнем самоконтролю (ЗРС +) завдяки різноманітності і яскравості емоційних симптомів, типу і легкості поведінки, готовності до співпраці, чуйності, уважності по

відношенню до людей, доброти і чесності поряд з А (+ афектомія). Люди з цінностями, заснованими на рівні А+, добре працюють у командах, активні в спілкуванні, отримують задоволення від роботи з людьми та беруть участь у громадських заходах. У міру того, як ваша мотивація до успіху зростає, ви можете розвинути самоконтроль, який дозволить вам компенсувати вплив особистісних і поведінкових рис, які заважають вам досягати поставлених цілей.

Особи із (ЗРС+) по фактору G (+сила Зверх-Я), віддають перевагу людям, які самостверджуються відповідальністю, наполегливістю, відповідальністю, совістю, мораллю, є працьовитими і працьовитими. Вони мають свободу, гнучкість і здатність належним чином реагувати на мінливі обставини, щоб визначати та досягати своїх цілей за допомогою більшої обізнаності. Ці люди мають високий характер не тому, що їхнє життя легке за певних обставин, а тому, що вони не можуть жити завдяки своїй вірі. Вони суворі з роботою і увагою у всьому, не ламаються і не дотримуються правил, навіть якщо здаються порожніми командами. Високий інтерес і обізнаність часто пов'язані з позитивним самоконтролем і бажанням донести загальнолюдські цінності, іноді на противагу егоїстичним цілям.

Особи із (ЗРС+) по фактору I (+ чутливість), слабкі, мрійливі, розбірливі, примхливі, жіночні, іноді вимогливі до уваги, допомоги, залежні, непрактичні. Вони не хочуть грубих людей і поганої роботи. Вони, як правило, розважають роботу команди та знеохочують її, беручи участь у нереалістичних деталях. Однак ці люди здатні освоювати нові види діяльності, відчувати себе в безпеці в незвичайних ситуаціях і постійно досягати успіху в незвичних видах діяльності. Високий показник інтелекту відображає ніжність, складність, творчість і артистичне ставлення. Зовнішність, стиль особистості – все це свідчить про відмінний смак, магію і перцептивний інтелект. Ці люди не люблять «грубих людей» і «носіння паперів» - вони намагаються романтично

подорожувати з новими враженнями - у них розвинені ідеї і естетичні смаки - твори мистецтва мають більший вплив на їх життя, ніж реальні події.

Особи із (ЗРС+) по фактору N (+проникливість), витончені, досвідчені, світські, хитрі. Те, як люди оцінюють ситуацію, дуже песимістичне. У міру того, як ваша мотивація до успіху зростає, ви можете розвинути самоконтроль, який дозволить вам компенсувати вплив особистісних і поведінкових рис, які заважають вам досягати поставлених цілей. Людям з високим інтелектом властиві напористість, уважність, розуміння, вміння діяти спокійно і раціонально, здатність піддаватися емоційним імпульсам і розпізнавати логіку, що стоїть за ними. Вони завжди прагнуть бути прямолінійними, легкими, відстороненими, робити що-небудь логічно, перш ніж що-небудь зробити, робити що-небудь логічно, не відчують близькості, оцінюють можливості, подають приклад тверезого аналізу свого характеру, звертають увагу на гасла і протести, прославляють інтриги і жадібність.

За встановленими показниками ці люди мають вищий ступінь ескалації конфлікту. Іншими словами, це група людей, які навряд чи будуть брати участь.

Особливу увагу слід звернути на вищезазначені показники походження факторів Н+ в обох групах дослідників. Вважається, що діюча речовина пов'язана з чутливістю вегетативної нервової системи до загроз. Є дані, що один з двох-трьох генетичних факторів сильніший. Високі результати відображають запобігання загрозам, стійкість, готовність до ризику та ентузіазм. Дослідження людей з Н+ показали, що вони вільно спілкуються, спілкуються спонтанно, без проблем багато говорять, не плутаються в несподіваних ситуаціях, швидко забувають свої невдачі і не роблять висновків з пережитих покарань. У групових видах діяльності людей з Н+ часто вибирають в якості лідерів, особливо якщо діяльність пов'язана з конкуренцією, конкуренцією або ризиком. Очевидно, що саме цей фактор є запорукою успіху в діяльності, яка важлива для подолання втоми та емоційного напруження при роботі з людьми. Існують емпіричні докази того, що люди з Н+ частіше мають високий кров'яний

тиск і частіше хворіють на серцеві захворювання, що пояснюється більшою емоційною активністю.

Також важливо враховувати більш низькі значення вторинного фактора Q_{II} . Низький результат свідчить про здатність швидко адаптуватися до соціальних і життєвих ситуацій. Такі люди задоволені тим, що мають, і легко можуть отримати щось корисне. Однак, якщо результат дуже низький, це може свідчити про відсутність мотивації у складній ситуації.

Зараз ми пояснимо психологічну картину самоконтролю у людей з низьким рівнем саморегуляції (ЗРС-) в цілому.

Низькі значення фактора А (-сизотімія), свідчать про схильність до насильства, холоду, страху, дистанції. Бізнес приваблює більше, ніж людей. Успіх в отриманні нового виду діяльності багато в чому залежить від адекватності стилістичних елементів плану і вимог до виду діяльності, що проводиться.

Особи із низьким рівнем саморегуляції (ЗРС-) по фактору G(-слабкість «Зверх-Я»), як правило, мають об'єктивний дисбаланс, легку поведінку, відсутність зусиль, виконання колективної відповідальності та соціокультурні потреби. Усунення впливу групи може призвести до асоціальної поведінки, але іноді це ефективніше. У таких суб'єктів ймовірність компенсації негативних особистісних рис з метою досягнення мети невисока в порівнянні з людьми з високим рівнем принциповості.

Особи із (ЗРС-) по фактору І (- низька чутливість), реалістичні, впевнені в собі, незалежні та відповідальні, але їх хвилюють особисті та культурні проблеми у своєму житті. Іноді жорстокий, жорстокий і самовдоволений. Йдеться про практичне та реалістичне керівництво групою. У таких суб'єктів ймовірність компенсації негативних особистісних рис з метою досягнення мети невисока в порівнянні з людьми з високим рівнем принциповості. Дослідження показали, що індивідуальні рівні фактора І багато в чому визначаються впливом навколишнього середовища, особливо загального оточення сім'ї: надмірна

турбота, дуже м'яке виховання, позитивне і холодне нехтування негативно пов'язані з цінностями фактора І.

Особи із (ЗРС-) по фактору N (-наївність), схильні до відсутності витонченості, сентиментальності і простоти. Іноді це складно і інтенсивно, іноді природно і спонтанно. Крім того, ці люди пов'язані з бажанням зануритися в особисті переживання і відчуття, а не діяти на відстані від реальності. Однак вони бачать низини життя і неохоче чітко контролюють свої дії. Коли виникають проблеми, вони діють поспішно без належної комунікації. Низькі результати відображають непослідовність, іноді грубість, байдужість, відсутність ясності, розуміння та соціальної спритності. Зазвичай це чисті, відкриті та товариські люди, які віддають перевагу простим радощам життя. Вони не розуміють причин вчинків оточуючих, сприймають все як належне, легко прокидаються від звичайних захоплень, вони емоційні, вони вразливі, не можуть зупинити свої почуття і логіку, не знають хитрощів, поведуться інстинктивно, легко, грубо. Низький рівень n-фактора частіше зустрічається у чоловіків, ніж у жінок. В силу специфіки професії кращі оцінки отримують кваліфіковані фахівці і ті, кому потрібно бути дуже уважним в роботі.

По фактору О (-самовпевненість) для нижчих верств характерні щастя, благополуччя, задоволеність життям, впевненість у власних досягненнях і здібностях. Вони чітко реагують на всі події, що відбуваються, знаходять щось цікаве і нове в своїй повсякденній роботі. Низька оцінка логіки дозволить розрізняти тих, хто «справляється з невдачами сам», і тих, хто не справляється з невдачами тварин і переживає їх як внутрішні конфлікти.

Висновки до другого розділу

1. На першому етапі було вибірку дослідження – 65 осіб. Було визначено час і послідовність проведення діагностичної частини експерименту. На другому етапі проводилася діагностика різних показників поведінки саморегуляції осіб з різною схильністю до конфлікту Третій етап – це аналітико-інтерпретаційна робота з даними експерименту.

2. Методи, які були визначені як найбільш придатні для проведення наукових досліджень: Опитувальник В.І. Моросанової «Стиль саморегуляції поведінки», досліджує ступінь розвитку несвідомого стилю та особливості самоконтролю. Підхід Томаса до виявлення схильності індивіда до конфліктної поведінки дозволяє визначити загальні способи реагування в конфліктних ситуаціях. Підхід Р. Кателя до багатofакторних досліджень людини, який досліджує психологічні особливості індивідів.

3. Зібрано експериментальні дані та підібрано методи аналізу відповідно до мети дослідження. Шляхом кількісного аналізу (кореляції) встановлено позитивну кореляцію між особистісними факторами та показниками $p \leq 0,01$ та $p \leq 0,05$ відповідно до підходу до конфліктної поведінки та саморегулюючої поведінки.

4. Якісний аналіз дав нам можливість стверджувати, що конфліктна поведінка була нижчою у людей з високим самоконтролем і навпаки, що конфліктна поведінка була вищою у людей з низьким самоконтролем. Вони здатні виробити подібний стиль самоконтролю, що дозволяє їм замінити вплив особистісних і поведінкових рис, що заважають об'єктивному успіху. Чим вищий рівень свідомого контролю, тим краще ви здатні освоювати нові види діяльності, відчувати себе в безпеці в нестандартних ситуаціях і досягати успіху в звичайній діяльності. Люди з низькими показниками саморегуляції не відчують потреби планувати і планувати свої дії, і вони більше залежать від ситуації і сприйняття оточуючих. Ці дослідження показують, що в порівнянні з

людьми з високим самоконтролем, вони з меншою ймовірністю компенсують негативні риси для досягнення своїх цілей. Тому успіх в придбанні нового виду діяльності багато в чому залежить від стилістичних особливостей саморегуляції і відповідності вимогам обраного виду діяльності.

ВИСНОВКИ

1. В ході проведеної роботи були проаналізовані літературні джерела по проблемах вивчення особових детермінант конфліктної поведінки і стилів поведінки в конфлікті. Конфлікти пронизують всі сфери суспільного життя і, тому, людина стикається з ними постійно, але не можна приписувати їм тільки негативні функції, оскільки часто в процесі конфлікту можна знайти нове, цікаве вирішення проблеми.

2. Питання індивідуальної саморегуляції дуже складний і актуальний. У наших дослідженнях ми розуміємо саморегуляцію як процес внутрішньої психічної діяльності, систематично організований для ініціювання, побудови, підтримки та управління різними видами довільної діяльності та безпосереднього досягнення цілей, прийнятих індивідом.

Елементи моделі саморегуляції є основними особистісними характеристиками саморегуляції, а управління зовнішньою і внутрішньою діяльністю продовжує проявлятися в різних формах. Суб'єктивні і ситуативні параметри самоконтролю дозволяють індивідам мати уявлення про те, як краще досягти тієї чи іншої мети у власній якості.

3. Для проведення наукового дослідження було обрано такий методичний інструментарій: Опитувальник В. Моросанової «Самоконтрольний стиль поведінки» досліджує ступінь розвитку самоконтролю у свідомому стилі та самопрофілі. Підхід Томаса до виявлення схильності індивіда до конфліктної поведінки дозволяє визначити загальні способи реагування в конфліктних ситуаціях. Підхід Р. Кателя до багатофакторних досліджень людини, який досліджує психологічні особливості індивідів.

4. Кількісний та якісний аналіз наукових досліджень показав, що люди з високим контролем (ЗРС +) на макрорівні хороші, легкі у спілкуванні, емоційно експресивні, готові до спілкування, уважні до людей, м'які та доброзичливі, адаптивні. Вони самостверджуються, діють з почуттям обов'язку, терпінням,

відповідальністю, совістю, мораллю, наполегливістю, гумором. Свобода, гнучкість і правильна реакція на мінливі обставини. У той же час вони слабкі, далекоглядні, вибіркові, компетентні, іноді шукають уваги, шукають допомоги, викликають звикання, неадекватні. Вони не хочуть грубих людей і поганої роботи. Вони, як правило, розважають роботу команди та знеохочують її, беручи участь у нереалістичних деталях. Однак ці люди здатні освоювати нові види діяльності, відчувати себе в безпеці в незвичайних ситуаціях і постійно досягати успіху в незвичних видах діяльності.

Але вони дуже складні, досвідчені, невибагливі і розумні. Що аналізувати. Те, як люди оцінюють ситуацію, дуже песимістичне. У міру того, як ваша мотивація до успіху зростає, ви можете розвинути самоконтроль, який дозволить вам компенсувати вплив особистісних і поведінкових рис, які заважають вам досягати поставлених цілей. За встановленими показниками ці люди мають вищий ступінь ескалації конфлікту. Іншими словами, це група людей, які навряд чи будуть брати участь.

Ось психологічна картина самоконтролю у людей з низьким рівнем загального самоконтролю на основі встановлених показників:

Люди в цій групі страждають від насильства, холоду, страху і дистанції. Їх більше цікавлять речі, ніж люди. Успіх в отриманні нового виду діяльності багато в чому залежить від адекватності стилістичних елементів плану і вимог до виду діяльності, що проводиться. Люди, як правило, відрізняються цілями і простими діями, і у них не виникає труднощів з виконанням групових ролей і соціальних і культурних потреб. Усунення впливу групи може призвести до асоціальної поведінки, але іноді це ефективніше. У таких суб'єктів ймовірність компенсації негативних особистісних рис з метою досягнення мети невисока в порівнянні з людьми з високим рівнем принциповості. Вони практичні, автентичні, сміливі, незалежні та обов'язкові, але вони також переймаються проблемами свого особистого та культурного життя. Іноді жорстокий, жорстокий і самовдоволений. Йдеться про практичне та реалістичне

керівництво групою. У таких суб'єктів ймовірність компенсації негативних особистісних рис з метою досягнення мети невисока в порівнянні з людьми з високим рівнем принциповості. Він також сучасний і страждає від відсутності хвилювання та смирення. Іноді це складно і інтенсивно, іноді природно і спонтанно. Потреби планувати і планувати свої дії не виникало – наша представницька модель більше спирається на контекст і сприйняття оточуючих людей – вони описували їх як залежних від важливих ситуацій. Представлений психологічний образ є чітким аспектом суперечливої фігури.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Адлер А. Наука жить. Киев: Port-Royal, 1997. 285 с.
2. Бречка ДМ. Саморегуляція процесів поведінки. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України*. Харків, 2017. С. 172-174
3. Берlach А.І., Кондрюкова В.В. Конфліктологія: навчальний посібник для дистанційного навчання. Київ: Університет «Україна», 2007. 203 с.
4. Ващенко І.В., Кляп М.І. Конфліктологія та теорія переговорів: навч. посіб. Київ: Знання, 2013. 408 с.
5. Вaри М. И. Общая психология. Учебное пособие / 2-ге издана., испр. и доп. К.: «Центр учебной литературы», 2007. 968 с.
6. Винославська А.В., Бреусенко-Кузнецов О.А., Зливков В.Л., Апішева А.Ш., Васильєва О.С. Психология. Учебное пособие. К.: Фирма "ИНКОС, 2005. 351с.
7. Водолазська О.О. Саморегуляція у професійному становленні майбутнього фахівця. *Наука і освіта*. №5, 2016. С. 72-77
8. Вплив механізмів саморегуляції на процеси соціалізації та самоактуалізації особистості в період юності. *Збірник наукових праць*. Вип. 449-450. Педагогіка та психологія. Чернівці : ЧНУ, 2009. С. 15–20
9. Волошина В.В. Психологічні технології підготовки майбутнього психолога: дис. ...д-ра психол. наук: 19.00.07. Київ, 2016. 551 с.
10. Галян І. М. Психологічний аналіз сутності саморегуляції як особистісної здатності. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ: Вид-во ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2015. Вип. 20 (1). С. 154–161.
11. Гірник А. Конфлікти: структура, ескалація, залагодження. К.: Вид-во Соломії Павличко "Основи", 2003. 172 с.
12. Гриньова М. В. Саморегуляція. Навчально-методичний посібник. Полтава: АСМІ. 2012. 294 с.

13. Гриньова М. В., Кононова М. М. Саморегуляція навчальної діяльності та професійний розвиток студентської молоді : монографія. Полтава : Астроя, 2021. 384 с.
14. Гуменюк Л.Й. Соціальна конфліктологія: підручник. Львів: ЛДУВС, 2015. 564с.
15. Грабовська С., Равчина Т. Конфлікти без насильства. Посібник. Львів, 2003. 276с.
16. Гіренко С.П. Практична конфліктологія: навч. посіб. Харків: ХНУВС, 2010. 184 с.
17. Головін С.Ю. Словарь практического психолога Харвест, 1998. 592с.
https://elenamaticchina.ucoz.net/literatura/slovar_prakticheskogo_psikhologa.pdf
18. Дідух М.М. Саморегуляція як процес внутрішньої психічної активності поліцейських. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України*. Харків, 2020. С.197-199
19. Гуменюк О. Я-концепція у плинні соціального довкілля. *Психологія і суспільство* : український науково-економічний та соціально-психологічний часопис. Київ. 2004. № 2. С. 124-143.
20. Дуткевич Т. Конфліктологія з основами психології управління: навч. посіб. перевид. Київ: Центр учб. л-ри, 2016. 455 с.
21. Долинська Л.В., Матяш-Заяц Л.П. Психологія конфлікту: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: Каравела, 2010. 304 с.
22. Журавльова Л., Шпак М. Саморегуляція в структурі емоційного інтелекту молодших школярів *педагогічний процес: теорія і практика (серія: психологія)* № 3 (54), 2016 С. 52-57
23. Зінчина О.Б. Конфліктологія: навч. посіб. Харків: ХНАМГ, 2007. 164 с.
24. Іваненко Б. Саморегуляція особистості : навч. посіб. Київ : ФОП Ямчинський О.В., 2020. 133 с.

25. Кавиліна Г. К. Психологічні підходи до вирішення конфлікту між вчителями та підлітками. *Габітус*. Одеса.: Видавничий дім «Гельветика», 2021. Вип. 27. С.104-108.
26. Кавиліна Г.К. Конфліктологія: навч. посібн. Одеса: ТОВ «Лерадрук», 2021. 153с.
27. Кияшко Д. Поняття саморегуляції у дослідженні психологічних особливостей подолання страхів. *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*, (15). 2019. С.256-265
28. Карпенко З.С. Аксіопсихологічна реконструкція стратегій розв'язання конфліктних ситуацій. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Серія: психологія. Львів: ЛДУВС, 2008. Вип. 1. С. 325-331.
29. Киливник А. Н., Матвиенко Я. О. Психологічні особливості поняття саморегуляції особистості *Теорія і практика сучасної психології* 2019 р., № 2, Т. 1.С. 54-57
30. Котлова Л.О. Психологія конфлікту:курс лекцій : Навчальний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2013. 112 с
31. Котигоренко В. Теоретичні виміри етнічних контекстів суспільного конфлікту. *Людина і політика*. 2002. № 5. С. 21-36.
32. Кресіна І. У пошуках власної моделі самоствердження. *Віче*. 1997. № 7. С. 37-48.
33. Куковський А. Г., Познаховський В. А, Кизима В. П.,Причини розвитку та розв'язання міжособистісних конфліктів. *Вісник Національного університету водного господарства та природокористування*. Випуск 1(65) 2014 р. Серія «Економіка». С. 222-231
34. Кулик І.В. Соціальна конфліктологія та партнерство: методичні рекомендації. Івано-Франківськ: НАІР 2018. 75 с.
35. Конфліктологічна експертиза: теорія і методика. Київ, 1999. 100 с.
36. Коновальчук І.М. Соціально-психологічні причини конфліктів в міжособистісній взаємодії. *Актуальні питання сімейної медицини (VIII*

Міжрегіональної науковопрактична конференція). Від. ред.. В.М. Мороз. Житомир: Полісся, 2010. С. 424–432.

37. Коваленко Д.В., Шалімова І.М., Керницький О.М. Конфліктологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Харків: Точка, 2012. 221 с.

38. Конфліктологія: навч. посіб.-практикум / за ред. М.П.Гетьманчука, П.П.Ткачука. Львів: ЛІСВ, 2007. 326 с.

39. Ложкин Г .В., Повякель Н. И. Практическая психология конфликта: Учебное пособие. Киев, 2000. 256 с.

40. Ложкін Г. В., Пов'якель Н. І. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика: Навчальний посібник. К.: Професіонал, 2007. 416 с.

41. Луцишин Г.І. Конфліктологія та теорія переговорів: навч. посіб. [для студентів, аспірантів і викл. вищ. навч. закл. освіти України]. Львів: Вид-во Львів. політехніки, 2015. 200 с.

42. Максименко С. Д., Соловієнко В.О. Загальна психологія Навч. посібник. К.: МАУП, 2000. 256 с

43. Миронова О.М., Мазоренко О.В. Конфліктологія: навч. посіб. Харків: Вид. ХНЕУ, 2011. 168 с.

44. Мілорадова Н. Е. Профілактика формування негативних психічних станів у працівників органів внутрішніх справ під час виконання оперативнослужбових завдань. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2013. Вип. 14, ч. IV. С. 143–150.

45. Новий англо-український та українсько-англійський словник [уклад. Малишев В. Ф]. Харків.: Друкарський центр "Единорог", 1999. 512с

46. Начаєв В. М. Конфліктологія. Навч. посіб. К.: Центр навч. літ., 2004. 198с.

47. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений. Киев, 1990. 192с.

48. Орлянський В.С. Конфліктологія: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2007. 160 с.

49. Паламар С., Савченко Ю., Антипін Є. Саморегуляція особистості як умова формування лідерських якостей майбутнього педагога. *Педагогічна освіта: Теорія і практика. Психологія. Педагогіка.*, 2022. 37 (1), 61–69.
50. Петрінко В.С. Конфліктологія: курс лекцій, енциклопедія, програма, таблиці. Навчальний посібник. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2020. 360 с.
51. Панок В.Г. Практична психологія. Теоретико-методологічні засади розвитку: монографія. Чернівці: Технодрук, 2010. 486 с.
52. Природничий факультет : історія і сьогодення. До 95-річчя Полтавського державного педагогічного університету імені В. Г. Короленка та 90-річчя природничого факультету [Текст] / За заг. ред. проф. М. В. Гриньової. Полтава : АСМІ, 2009. 236 с.
53. Психологія конфлікту: Навчально-методичний посібник для підготовки магістрів усіх форм навчання/ В.Ф.Орлов, О.М.Отіч, О.О.Фурса. К.: ДЕТУТ, 2008. 422 с.
54. Психологія вирішення конфліктів: Навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів / В.О.Джелалі, А.В. Кудін. Х. – К., 2006. 320 с.
55. Примуш М.В., Ключев О.В. Політична конфліктологія: теорія та практика: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Донецьк: Юго-Восток, 2011. 198 с.
56. Прибутько П.С. Конфліктологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: КНТ, 2010. 131 с.
57. Пов'якель Н.І. Саморегуляція професійного мислення в системі фахової підготовки практичних психологів: дис... д-ра психол. наук: 19.00.07 / Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. К., 2004. 499с.

58. Пов'якель Н.І. Професіогенез саморегуляції мислення практичного психолога. Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. Київ : 2003. 295 с
59. Пов'якель Н. І. Основи психології конфлікту (з практикумом) : навч. посіб. (для студ. психологічних спец.) К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. 389 с.
60. Росинка І. Конфліктологія. Психологія запобігання і управління конфліктами: навч. посіб. Київ: Професіонал, 2007. 334 с
61. Савицька О.В. Саморегуляція психоемоційних станів студентів в ситуації іспиту. Вид-во : Центр учбової літератури. 2020. 72с.
62. Санникова О.П. Эмоциональность в структуре личности Одесса: Хорс, 1995. 334 с.
63. Сенюшкіна Т. Права національних меншин та етнічні конфлікти. *Вісник Української Академії державного управління при Президентові України*. 2003. № 1. С. 376-382.
64. Ставицька О.В. Альтернативні технології розв'язання кримінальних конфліктів: загальний аналіз. *Вісник Національної юридичної академії України ім. Ярослава Мудрого*. Серія: філософія, філософія права, політологія, соціологія. 2009. № 1. С. 124-133.
65. Скулиш Є.Д., Кузьмін С.А., Охременко О.Р., Шамара О.В. Конфліктологія: підручник. Київ: Вид. дім «Артек», 2015. 362 с.
66. Скібіцька Л.І. Конфліктологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: Кондор, 2011. 383 с.
67. Тетерук С. П. Формування механізмів саморегуляції студентів в іншомовному просторі : автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2006. 21 с.
68. Тихонюк С.А. Особливості політичних конфліктів в умовах реформування політичної системи: дис. ... канд. політ. наук: 23.00.01. Київ, 2013. 219 с.

69. Тихомирова Є.Б., Постоловський С.Р. Конфліктологія та теорія переговорів: підручник. Суми: ВТД «Університетська книга», 2008. 240 с
70. Тихомирова Є.Б., Постоловський С.Р. Конфліктологія та теорія переговорів: підручник. Рівне: Перспектива, 2007. 389 с.
71. Хохліна О.П. До проблеми суті саморегуляції особистості. *Перспективи втілення демократичних цінностей та реалізації прав людини в Україні: матеріали підсумкової наук.-теор. конф. студентів, Київ, 24 квітня 2013 року*. К.: Алерта. 2013. С. 290-292.
72. Хохліна О.П., Хохліна І.В. Саморегуляція як показник особистісного зростання учнів спеціальних освітніх закладів. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. Корекційна педагогіка і психологія / за ред.. О.М.Вержиховської, В.І.Співака. Вип. 4. Кам'янець-Подільський: ПП Медобори-2006, 2013. С. 226-231.
73. Яцюк М.В. Психологія саморегуляції особистості. Вінниця: КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти», 2017. 92 с.
74. Ямпольська Н.О. Саморегуляція особистості в проблемних ситуаціях. *Актуальні проблеми психології*. Київ. 2006. 291 с.
75. Яценко Т.С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання: навч. посібник. Київ: Вища шк., 2004. 679с.
76. Savchenko, Yu. Yu., Bulana, L. V. (2019). Simia yak chynnyk stanovlennia psykholohichnoi stati doshkilnyka [Family as a factor in the formation of the psychological sex of the preschooler]. New stages of development of modern science in Ukraine and EU countries: monograph, 429-446
77. Schunk Dale H., Ertmer Peggy A., Boekaerts Monique (Ed.), Pintrich Paul R. (Ed), Zeidner Moshe (Ed). Self-regulation and academic learning: Self-efficacy enhancing interventions. Handbook of self-regulation. San Diego, CA, US: Academic Press, 2000. 783 p.

78. Schraw G., Crippen K.J. & Hartley K. Res. Promoting Self-Regulation in Science Education: Metacognition as Part of a Broader Perspective on Learning. *Research in Science Education*. 2006. Volume 36 (1-2). P. 111–139.
79. Sun J.C-H. & Rueda R. Situational interest, computer selfefficacy and self-regulation: Their impact on student engagement in distance education. *British Journal of Educational Technology*. 2012. Volume 43 (2). P. 191– 204.
80. Zabucky, K. M. Metacognition and learning. In N. Salkind (Ed.), *Encyclopedia of Educational Psychology* – Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc, 2008. P. 673–676.
81. Zhelanova Viktoria, Palamar Svitlana, Yepikhina Maryna. (2019). Leadership Qualities of a Modern University Student in the Reflexive Dimension. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*. Published by Atlantis Press SARL (368).; 102-108.
82. Zimmerman, B. J. (2000). Attaining Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self-Regulation* (pp. 13-39).
83. Zimmermann B. Investigating Self-Regulation and Motivation: Historical Background, Methodological Developments, and Future Prospects. *American Educational Research Journal*. 2008. Volume 45 (1), P.166–183.

ДОДАТКИ

Додаток 1

Опитувальник В.І. Моросанової «Стиль саморегуляції поведінки».

Стиль саморегуляції поведінки. Автор-розробник: Моросанова В.І., Коноз Е.М. Автор адаптації: Моросанова В.І., Коноз Е.М.

Для дослідження і діагностики стильових особливостей саморегуляції був створений і стандартизований цілий ряд методик: "Саморегуляція підготовки спортсмена", СПС (Моросанова, Соколова, 1989), "Стиль саморегуляції студентів", ССС (Моросанова, Сагієв, 1994), "Саморегуляція у виборчій кампанії депутата", СВК (Моросанова, Холопова, 1995). Всі ці опитувальники спрямовані на діагностику розвитку індивідуальної саморегуляції та основних її компонентів. Відмінності полягають в наборі ситуацій, які використовуються у твердженнях опитувальника. Вони враховують специфіку різних видів професійної та навчальної діяльності. Розрізняються версії опитувальника також і складом діагностованих регуляторно-особистісних властивостей, в залежності від їх значимості для тієї чи іншої професійної групи. Так, наприклад, для спортсменів професійно значущим є регуляторно-тактична гнучкість, а для політиків - самостійність). У версії опитувальника ССПМ 1998 року була уточнена шкала моделювання, що розширює дифференціюючі можливості даного інструмента (Моросанова, Коноз, 2000).

У той же час особливу цінність має опитувальник "Стиль саморегуляції поведінки", затвердження якого не мають безпосереднього зв'язку із специфікою якої-небудь професійної діяльності, а побудовані на типових життєвих ситуаціях. За допомогою цієї методики можна вирішувати і практичні завдання, зокрема, виявляти індивідуальний профіль різних регуляторних процесів і рівень розвиненості загальної саморегуляції, як регуляторних передумов успішності оволодіння новими видами діяльності.

Але основний інтерес, на наш погляд, ця методика має для дослідження проблема регуляторних механізмів поведінки при різній особистісній типології. Основна гіпотеза полягає в тому, що структура індивідуальних особливостей саморегуляції, зокрема, характер профілю саморегуляції детермінується особистісними структурами різного рівня. По суті мова йде про те, що індивідуальна система саморегуляції опосередковує вплив сформованих особистісних структур на особливості реалізованої цілеспрямованої активності. І більш того, в процесі досягнення нових для суб'єкта цілей може відбуватися формування таких особливостей саморегуляції, які можуть сприяти, бути вираженням розвитку новоутворень - особистісних властивостей. Така постановка питання вимагає відповідного їй методичного забезпечення, зокрема, для виявлення структури індивідуально-стілевих особливостей саморегуляції. У цих цілях розроблена раніше методика "Стильові особливості саморегуляції поведінки" була переглянута з метою розробки показників, більш розгорнуто характеризуючи індивідуальні профілі саморегуляції. Доопрацьований опитувальник отримав назву "ССП-98".

ЗАГАЛЬНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОПИТУВАЛЬНИКА.

Первісна редакція опитувальника містила 56 тверджень, згрупованих у п'ять шкал: планування, програмування, оцінювання результатів, гнучкість і самостійність. Опитувальник дозволяв вимірювати п'ять показників відповідно шкалами опитувальника (Пл, Пр, Ор, Г, С), а також сумарний показник (ЗР), що характеризує загальний рівень розвиненості саморегуляції. Основним його недоліком була відсутність в його структурі шкали і, відповідно, показника розвиненості процесів моделювання значимих умов досягнення мети - найважливішої ланки системи саморегуляції.

На підставі змістовного аналізу тверджень опитувальника було виділено ряд тверджень, що характеризують процеси моделювання. Дані пункти увійшли в шкалу моделі значущих умов. Склад інших шкал був переглянутий і уточнений, в результаті проведеного переконструювання був сформований

первинний варіант опитувальника, який для перевірки змістовної валідності, правомірності розробленої структури шкал був підданий факторному аналізу.

Вибірка для факторизації склала 600 чоловік (учні XXI класів шкіл Москви у віці 16-18 років). Отримані дані були піддані факторному аналізу методом головних компонентів з Varimax-обертанням. Оптимальним виявилось шестифакторне рішення, яке і було прийнято за остаточне. Всі шість чинників добре змістовно інтерпретуються і найбільш повно відображають структуру системи саморегуляції відповідно шести шкал опитувальника. Кумулятивний відсоток дисперсії, що описується шістьма факторами, склав 35,56%.

Опитувальник "Стиль саморегуляції поведінки" (ССПМ) був створений в 1988 році в психологічному інституті РАВ в лабораторії психології саморегуляції (завідувачка - В.І.Моросанова) і придатний, як для наукових досліджень, так і в якості інструменту практичної діагностики різних аспектів індивідуальної саморегуляції. Затвердження опитувальника побудовані на типових життєвих ситуаціях і не мають безпосереднього зв'язку із специфікою якоїсь професійної або навчальної діяльності. Мета методики - це діагностика розвитку індивідуальної саморегуляції та її індивідуального профілю, що включає показники планування, моделювання, програмування, оцінки результатів, а також показники розвитку регуляторно-особистісних властивостей - гнучкості та самостійності.

Опитувальник складається з 46 тверджень і працює, як єдина шкала "Загальний рівень саморегуляції" (ЗР), який характеризує рівень сформованості індивідуальної системи саморегуляції довільної активності людини. Затвердження опитувальника входять шести шкал (по 9 тверджень в кожній), виділених у відповідності з основними регуляторними процесами планування (Пл), моделювання (М), програмування (Пр), оцінки результатів (Ор), а також і регуляторно-особистісними властивостями: гнучкості (Г) і самостійності (С). Структура опитувальника така, що ряд тверджень входять до складу відразу

двох шкал. Це відноситься до тих тверджень опитувальника, які характеризують, як регуляторний процес, так і регуляторно-особистісні якості.

Процедура проведення.

Інструкція.

Пропонуємо Вам ряд висловлювань про особливості поведінки. Послідовно прочитавши кожне висловлювання, виберіть один з чотирьох можливих відповідей: " Вірно ", "Мабуть, вірно", "Мабуть, невірно", "Невірно " та поставте хрестик у відповідній графі на аркуші відповідей. Не пропускайте жодного висловлювання. Пам'ятайте, що не може бути хороших чи поганих відповідей, так як це не випробування Ваших здібностей, а лише виявлення індивідуальних особливостей Вашої поведінки.

Обробка результатів.

Підрахунок показників опитувальника проводиться по ключам, де "Так" означає позитивні відповіді, а "Ні" – негативні.

Інтерпретація результатів.

Опис шкал опитувальника

Шкала «Планування» (ПЛ) характеризує індивідуальні особливості постановки і підтримки цілей, формування у людини свідомого планування діяльності. Високі бали за цією шкалою свідчать про необхідність свідомого планування діяльності, плани в цьому випадку реалістичні, деталізовані, ієрархічні і стабільні, а цілі діяльності висувуються самостійно. З предметів з низькими балами У цій шкалі потреба в плануванні розвинена слабо, цілі схильні до частих змін, поставлена мета досягається рідко, а планування нереалістичне. Такі суб'єкти вважають за краще не думати про своє майбутнє, вони висувують цілі ситуативно і, як правило, не самостійно.

Шкала «Моделювання» (М) дає можливість діагностувати індивідуальний розвиток уявлень про зовнішні і внутрішні значущі умови, ступінь їх усвідомленості, деталізації і адекватності. Випробовувані з високими балами за цією шкалою здатні виявити значущі умови досягнення цілей як в

поточній ситуації, так і в майбутньому, що проявляється в відповідності програм дій планам дій, і відповідності отриманих результатів прийнятим цілям. У суб'єктах з Низькі показники за шкалою Погане формування процесів моделювання призводить до неадекватної оцінки значущих внутрішніх умов і зовнішніх обставин, що проявляється в фантазуванні, яке може супроводжуватися різкими змінами ставлення до розвитку ситуації і наслідків своїх дій. У таких випробовуваних часто виникають труднощі у визначенні адекватної ситуації мети і програми дій, вони не завжди помічають зміну обстановки, що також часто призводить до невдач.

Шкала «Програмування» (ПР) діагностує індивідуальне вироблення людиною свідомого програмування своїх дій. Високі бали за цією шкалою свідчать про необхідність людини продумати способи своїх дій і поведінки для досягнення поставлених цілей, а також про деталізацію і комплексність програм, що розробляються. Програми розробляються самостійно, вони гнучкі в нових обставинах і стабільні в ситуаціях втручання. У разі недотримання вимог Отримані за цілями результати коригуються в програму дій до отримання прийняттого для людини результату. Низькі бали за шкалою програмування свідчать про невміння і небажання людини продумувати послідовність своїх дій. Такі люди вважають за краще діяти імпульсивно, вони не можуть самостійно сформулювати програму дій, часто стикаються з неадекватністю отриманих результатів цілям діяльності, і при цьому не вносять змін в програму дій, діють методом проб і помилок.

Шкала «Оцінка результатів» (ОР) характеризує індивідуальний розвиток і адекватність оцінки обстежуваним себе і результатів його діяльності і поведінки. Високі бали за цією шкалою свідчать про розвиток і адекватність самооцінки, формування і стійкість суб'єктивних критеріїв оцінки результатів. Людина адекватно оцінює як сам факт невідповідності отриманих результатів меті діяльності, так і причини, що призвели до неї, гнучко пристосовуючись до зміни Умови. При низьких балах за цією шкалою випробуваний не помічає

своїх помилок і не критично ставиться до своїх вчинків. Суб'єктивні критерії успішності недостатньо стійкі, що призводить до різкого погіршення якості результатів при збільшенні обсягу роботи, погіршенні стану або виникненні зовнішніх труднощів.

Шкала «Гнучкість» (Г) діагностує рівень сформованості регуляторної гнучкості, тобто здатності перебудовуватися і вносити корективи в систему саморегуляції при зміні зовнішніх і внутрішніх умов. Випробовувані з високими балами за шкалою гнучкості демонструють пластичність всіх регуляторних процесів. При виникненні непередбачених обставин такі суб'єкти легко перебудовують плани і програми виконавчих дій і поведінки, здатні швидко оцінювати зміни умови та перебудувати програму дій. При виявленні розбіжності отриманих результатів з прийнятою метою своєчасно оцінюється сам факт розбіжності і проводиться відповідна корекція. Гнучкість регулювання дозволяє адекватно реагувати на швидкі зміни подій і успішно вирішувати поставлене завдання в ризикованій ситуації. Випробовувані з низькими балами за шкалою гнучкості в динамічному, швидко мінливому середовищі відчують себе невпевнено, їм важко звикнути до змін в житті, до зміни оточення і способу життя. Вони не здатні адекватно реагувати на ситуацію, швидко і своєчасно планувати діяльність і поведінку, розробляти програму дій, виявляти істотні умови, оцінювати невідповідність отриманих результатів меті діяльності і вносити корективи. В результаті у таких суб'єктів, неминуче виникнуть регуляторні збої і, як наслідок, збої у виконанні діяльності.

Шкала «Незалежність» (Н) характеризує розвиток регуляторної автономії. Наявність високих показників за шкалою самостійності свідчить про самостійність в організації діяльності людини, його здатність самостійно планувати діяльність і поведінку, організовувати роботу для досягнення поставленої мети, стежити за ходом її виконання, аналізувати і оцінювати як проміжні, так і кінцеві результати діяльності. Суб'єкти з низькими балами за шкалою Незалежність залежить від думки і оцінок оточуючих. Плани і

програми дій не розробляються самостійно, такі люди часто і некритично дотримуються порад оточуючих. За відсутності сторонньої допомоги вони неминуче зазнають регуляторних збоїв.

Загалом опитувальник працює за єдиною **шкалою «Загальний рівень саморегуляції» (ЗР)**, яка оцінює загальний рівень формування індивідуальної системи свідомої саморегуляції довільної діяльності людини. Суб'єкти з високими показниками загального рівня саморегуляції самостійні, гнучкі і адекватно реагують на зміну умов, ставлячи і досягаючи цілей значною мірою усвідомлено. Володіючи високою мотивацією до досягнень, вони здатні формувати такий стиль саморегуляції, що дозволяє компенсувати вплив особистісних і характерологічних особливостей, що заважають досягненню мети. Чим вище загальний рівень свідомої регуляції, тим легше людині освоювати нові види діяльності, чим впевненіше він себе почуває в незнайомих ситуаціях, тим стабільніше його успіхи в звичних видах діяльності. Випробовувані з низькими балами за цією шкалою не мають потреби в свідомому плануванні і програмуванні своєї поведінки, вони більш залежні від ситуації і думки оточуючих людей. Такі суб'єкти мають знижену здатність компенсувати особистісні риси, несприятливі для досягнення мети, в порівнянні з суб'єктами з високим рівнем регуляції. Відповідно, успіх освоєння нових видів діяльності значною мірою залежить від відповідності стилевих особливостей регулювання і вимогам освоюваного виду діяльності.

Додаток 2

Методика діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки К. Томаса. Адаптація Н. В. Гришиної.

Опитувальник особистісний, розроблений К. Томасом і призначений для вивчення особистісної схильності до конфліктної поведінки, виявлення певних стилів вирішення конфліктної ситуації. У Росії тест адаптований Н.В. Гришиной.

У своєму підході до вивчення конфліктних явищ К. Томас робив акцент на зміні традиційного ставлення до конфліктів. Вказуючи, що на ранніх етапах їх вивчення широко використовувався термін «вирішення конфліктів», він підкреслював, що термін передбачає, що конфлікт можна і необхідно вирішувати чи елімінувати. Метою вирішення конфліктів, таким чином, був деякий ідеальний безконфліктний стан, де люди працюють у повній гармонії. Проте останнім часом відбулася істотна зміна у відношенні фахівців до цього аспекту дослідження конфліктів. Воно було викликане, на думку К. Томаса, щонайменше двома обставинами: усвідомленням марності зусиль по повній елімінації конфліктів, збільшенням числа досліджень, що вказують на позитивні функції конфліктів. Звідси, на думку автора, наголос має бути перенесено з елімінування конфліктів на управління ними. У відповідності з цим К. Томас вважає потрібним сконцентрувати увагу на таких аспектах вивчення конфліктів: які форми поведінки в конфліктних ситуаціях характерні для людей, які з них є більш продуктивними чи деструктивними; яким чином можливо стимулювати продуктивне поводження.

Для опису типів поведінки людей в конфліктних ситуаціях К. Томас вважає застосовувану двомірну модель регулювання конфліктів, основними вимірами в якій є кооперація, пов'язана з увагою людини до інтересів інших людей, залучених в конфлікт, і напористість, для якої характерний акцент на захисті власних інтересів. Відповідно цим двом основним вимірам К. Томас виділяє наступні способи регулювання конфліктів:

1) суперництво (конкуренція), як прагнення домогтися задоволення своїх інтересів на шкоду іншому; 2) пристосування, що означає в протилежність суперництва, принесення в жертву власних інтересів заради іншого; 3) компроміс; 4) уникнення, для якого характерно як відсутність прагнення до кооперації, так і відсутність тенденції до досягнення власних цілей; 5) співпраця, коли учасники ситуації приходять до альтернативи, повністю задовольняє інтереси обох сторін.

К. Томас вважає, що при уникненні конфлікту жодна зі сторін не досягає успіху; при таких формах поведінки, як конкуренція, пристосування і компроміс, або один з учасників виявляється у виграші, а інший програє, або обидва програють, тому що йдуть на компромісні поступки. І тільки в ситуації співробітництва обидві сторони виявляються у виграші. У своєму опитувальнику по виявленню типових форм поводження К. Томас описує кожний з п'яти перерахованих можливих варіантів 12 судженнями про поведінку індивіда в конфліктній ситуації. У різних поєднаннях вони згруповані в 30 пар, у кожній з яких респонденту пропонується вибрати те судження, яке є найбільш типовим для характеристики його поведінки.

Процедура проведення.

Інструкція:

Перед вами ряд тверджень, які допоможуть визначити деякі особливості вашої поведінки. Тут не може бути відповідей «правильних» чи «помилкових». Люди різні, і кожен може висловити свою думку. Є два варіанти, А і В, з яких ви повинні вибрати один, більшою мірою відповідний вашим поглядам, вашу думку про себе. У бланку для відповідей поставте виразний хрестик відповідно до одного з варіантів (А або В) для кожного твердження. Відповідати треба якнайшвидше.

"У кожній парі виберіть те судження, яке найбільш точно описує Вашу типову поведінку в конфліктній ситуації."

Обробка результатів:

У ключі кожен відповідь А або В дає уявлення про кількісному вираженні: суперництва, співпраці, компромісу, уникнення і пристосування. Якщо відповідь збігається з зазначеним у ключі, йому присвоюється значення 1, якщо не збігається, то присвоюється значення 0. Кількість балів, набраних індивідом по кожній шкалі, дає представлення про виразність у нього тенденції до прояву відповідних форм поведінки в конфліктних ситуаціях. Для обробки результатів зручно використовувати маску.

Інтерпретація результатів:

Кількість балів, набраних індивідом по кожній шкалі, дає представлення про виразність у нього тенденції до прояву відповідних форм поведінки в конфліктних ситуаціях. Домінуючим вважається тип (типи) набрали максимальну кількість балів. 1.Суперництво: найменш ефективний, але найбільш часто використовуваний спосіб поведінки в конфліктах, виражається в прагненні домогтися задоволення своїх інтересів на шкоду іншому. 2.Пристосування: означає, на противагу суперництву, приношення в жертву власних інтересів заради іншого. 3.Компроміс: компроміс як угода між учасниками конфлікту, досягнута шляхом взаємних поступок. 4.Ухилення (уникнення): для якого характерно як відсутність прагнення до кооперації, так і відсутність тенденції до досягнення власних цілей. 5.Співпраця: коли учасники ситуації приходять до альтернативи, повністю задовольняє інтереси обох сторін.

Додаток 3

Методика багатфакторного дослідження особистості Р.Кеттелла

Опитувальник призначений для вимірювання шістнадцяти чинників особистості і дає багатогранну інформацію про особистісні риси, які називають конституційними факторами, запропонований Р. Кеттеллом.

Тест Кеттелла є одним з найбільш поширених анкетних методів оцінки індивідуально-психологічних особливостей особистості, як за кордоном, так і у нас в країні. Він розроблений під керівництвом Р.Б. Кеттелом і призначений для написання широкої сфери індивідуально-особистісних відносин. Відмінною рисою даного опитувальника є його орієнтація на виявлення відносно незалежних 16 факторів (шкал, первинних рис) особистості. Дана їх якість була виявлена за допомогою факторного аналізу з найбільшого числа поверхневих рис особистості, виділених спочатку Кеттеллом. Кожен фактор утворює кілька поверхневих рис, об'єднаних навколо однієї центральної риси. Існує 4 форми опитувальника: А і В (187 питань) і С і Д (105 питань), але найчастіше використовують форми А і С. Найбільшого поширення опитувальник отримав в медичній психології при діагностиці професійно важливих якостей, у спорті й наукових дослідженнях.

Вперше опублікований Р. Кеттеллом в 1950 р., останнє перероблене вийшло в 1970 р. (Р. Кеттелл із співавт.). Призначений для вимірювання 16 факторів особистості і є реалізацією підходу до її дослідження на основі рис. Розроблено дві основні еквівалентні форми опитувальника (А і В, причому А вважається стандартною формою) по 187 питань у кожній (для обстеження дорослих людей з освітою не нижче ніж 8-9 класів). В обох формах опитувача по 3 «буферних» питання і від 20 до 26 питань, що відносяться до кожного з вимірюваних факторів.

Опитувальник (метод психодіагностики особистості) Кеттелла є багатовимірної методикою, що оцінює властивості нормальної особистості, він описує особистісну структуру людини, виявляє особистісні проблеми,

допомагає знайти корекційні механізми для вирішення особистісних проблем. Основою тесту Кеттелла служить «теорія особистісних рис». Відповідно до цієї теорії, особистість описується і складається зі стабільних, стійких, взаємопов'язаних елементів (властивостей, рис), що визначають її внутрішню сутність і поведінку. Відмінності в поведінці людей пояснюються відмінностями в вираженості особистісних рис. При цьому передбачається, що порядок суб'єктів на шкалі вираженості особистісних рис залишається одним і тим же в різних ситуаціях. В ході тестування при такому підході особистість співвідноситься з готовою системою координат, вимірюється вираженість заздалегідь заданих властивостей.

Процедура проведення.

Перед початком опитування випробуваному дають спеціальний бланк, на якому він повинен робити певні позначки, по мірі прочитання. Попередньо дається відповідна інструкція, що містить інформацію про те, що повинен робити випробуваний. Контрольний час випробування 25-30 хвилин. У процесі відповідей на запитання експериментатор контролює час роботи випробуваного й, якщо випробуваний відповідає повільно, попереджає його про це. Випробування проводиться індивідуально в спокійній, діловій обстановці.

Інструкція.

Перед вами питання, які допоможуть з'ясувати особливості вашого характеру, вашої особистості. Не існує «вірних» і «невірних» відповідей, так як кожен вірний по відношенню до своїх власних поглядів. Намагайтеся відповідати щиро і точно. Ви повинні відповісти на чотири питання, які дані в якості зразка і подивитися не потребуєте Ви в додаткових роз'ясненнях. Ви повинні закреслити відповідають Вашому відповіді квадратик на спеціальному бланку для відповіді. Існує три можливих відповіді на кожне питання.

Обробка результатів тесту:

Обробка отриманих даних проводиться за допомогою «ключа». Збіг відповідей обстежуваного з «ключем» оцінюється в два бали для відповідей «а» і «с», збіг відповіді «в» - в один бал. Сума балів по кожній виділеній групі питань дає в результаті значення фактора. Винятком є фактор «В»- тут будь-який збіг відповіді з «ключем» дає 1 бал. Отримане значення кожного фактора переводиться в стіни. Стіни розподіляються по біполярної шкалою з крайніми значеннями в 1 і 10 балів. Відповідно, першій половині шкали (від 1 до 5,5) привласнюється знак «-», другій половині (від 5,5 до 10) знак «+». З наявних показників за всіма 16 факторам будується, так званий «профіль особистості». При інтерпретації приділяється увага, профілю, тобто найбільш низьким і найбільш високим значенням факторів в профілі, в особливості тих показників, які в «негативному» полюсі знаходяться в межах від 1 до 3 стенів, а в «позитивному»- від 8 до 10 стенів.

Результати застосування даної методики дозволяють визначити психологічну своєрідність основних підструктур темпераменту і характеру. Причому кожен фактор містить не тільки якісну і кількісну оцінку внутрішньої природи людини, але і включає в себе її характеристику з боку міжособистісних відносин.