

СТРАТЕГИИ ВЫХОДА ИЗ КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Мамараимова Раъно Усмановна
преподаватель кафедры Общей психологии ДжГПУ

Эшмуродова Шохсанам Шухрат кизи
магистр 2 курса факультета Педагогика и психология

Аннотация: В статье рассматриваются стратегии выхода из конфликтной ситуации в подростковом возрасте. Измерение тревожности как свойства личности особенно важно, так как это свойство во многом обуславливает поведение человека.

Ключевые слова: проблема, личность, дезадаптация ребенка, избегание, беспокойство, неуверенность, эмоциональная неустойчивость, соперничество, компромисс, сотрудничество.

STRATEGIES FOR GETTING OUT OF A CONFLICT SITUATION IN ADOLESCENCE

Mamaraimova Raino Usmanova
Teacher of the Department of General Psychology of DSPU

Eshmurodova Shokhsanam Shukhrat qizi
2nd year Master of the Faculty of Pedagogy and Psychology

Abstract: The article discusses strategies for getting out of a conflict situation in adolescence. Measuring anxiety as a personality trait is especially important, since this property largely determines human behavior.

Keywords: problem, personality, maladaptation of the child, avoidance, anxiety, uncertainty, emotional instability, rivalry, compromise, cooperation.

ЎСМИРЛИК ДАВРИДА ЗИДДИЯТЛИ ВАЗИЯТДАН ЧИҚИШ СТРАТЕГИЯЛАРИ

Мамараимова Раъно Усмановна
ЖДПУ, Умумий психология кафедраси ўқитувчиси

Эшмуродова Шохсанам Шухрат кизи
Педагогика ва психология факультети 2-босқич магистри

Аннотация: Мақолада ўсмирлик даврида зиддиятли вазиятдан чиқиш стратегиялари муҳокама қилинади. Хавотирни шахсий хусусият сифатида ўлчаш айниқса муҳимдир, чунки бу хусусият асосан инсон хатти ҳаракатларини белгилайди.

Калит сўзлар: муаммо, шахсият, боланинг мослашувчанлиги, қочилиш, таъвиш, ноаниқлик, ҳиссий беқарорлик, рақобат, муросага келиш, ҳамкорлик.

В настоящее время увеличилось число тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Проблема тревожности является одной из наиболее актуальных проблем в современной психологии. Её изучением занимались такие психологи как А.М. Прихожан, Р. Мэй, Ч.Д. Спилберг, Б. Филипс, Д. Бернс, Е.В. Новикова и другие. Среди негативных переживаний человека тревожность занимает особое место, часто она приводит к снижению работоспособности, к трудностям в общении. Эмоциональное благополучие подрастающего поколения – один из

объектов пристального внимания школьных психологов, педагогов, родителей. Своевременная и качественная диагностика подобного неблагополучия, адекватные коррекционные меры могут уменьшить риск возникновения нежелательных тенденций в развитии личности. Измерение тревожности как свойства личности особенно важно, так как это свойство во многом обуславливает поведение человека. Возникновение и закрепление тревожности связано с неудовлетворением возрастных потребностей ребенка. Устойчивым личностным образованием тревожность становится в подростковом возрасте, опосредствуя особенностями «Я-концепции», отношением к себе. Различия в проявлении тревожности изучались с различных точек зрения, например с позиции воспитания (Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис, А.А. Плоткин), с позиции социального статуса (В.Р. Кисловская, Н.В. Имедадзе) и т.д. При этом гендерная специфика проявления тревожности изучена не достаточно. Многие авторы: В.М. Астапова, А.И. Захаров, А. Фрейд и другие – убеждены, что эмоциональные расстройства у детей не проходят бесследно, а способствуют возникновению в последующем своеобразных личностных характеристик, нервно-психических и психосоматических отклонений. Конечно, не только тревога служит причиной нарушений поведения, психического и социального здоровья человека – существуют и другие психологические механизмы неблагоприятных вариаций в развитии личности ребенка или подростка.

В психологической практике в настоящее время наблюдается такая проблема: учащимся по каким-либо причинам некомфортно в школе. Главная причина – повышенная тревога у школьников. С каждым годом становится больше учащихся с повышенным уровнем тревожности. Тревожность может проявляться в общении со сверстниками, с учителями, родителями, при проверке знаний и т.д. Школьная тревожность – это одна из типичных проблем, с которыми сталкивается школьный психолог. Особое внимание она привлекает потому, что выступает ярчайшим признаком школьной дезадаптации ребенка, отрицательно влияя на все сферы его жизнедеятельности: не только на учебу, но и на общение, в том числе и за пределами школы, на здоровье и общий уровень психологического благополучия. Данная проблема осложняется тем, что довольно часто в практике школьной жизни учащиеся с выраженной тревожностью считаются наиболее «удобными» для учителей и родителей: они всегда готовят уроки, стремятся выполнять все требования педагогов, не нарушают правила поведения в школе.

Участники конфликтной ситуации сталкиваются с необходимостью выбора одной из трех принципиальных возможностей своих действий в сложившихся обстоятельствах. Известный российский психолог Н.В. Гришина описывает их как: путь борьбы, направленный на то, чтобы всеми доступными средствами добиться желаемого; уход от конфликта; ведение переговоров с целью найти приемлемое решение возникшей проблемы. Каждая из этих возможностей предполагает соответствующие стратегии поведения участников конфликта. Конфликтное взаимодействие оппонентов (по Н.В. Гришиной) развивается на фоне ситуативного контекста, включающего:

- а) общий кооперативный или конкурентный характер взаимодействия сторон,
- б) условия протекания конфликта, в) наличие «третьих сил»,
- г) прежний опыт взаимодействия сторон и др.

Существуют пять основных стратегий поведения в конфликте: Избегание – такое поведение может быть уместным, если предмет разногласий не представляет для человека большой ценности, если ситуация может разрешиться сама собой (такое бывает редко, но все же бывает), если сейчас нет условий для продуктивного разрешения конфликта, но через некоторое время они

появятся. Приспособление – эта стратегия может быть признана рациональной, когда предмет разногласий имеет для человека меньшую ценность, чем взаимоотношения с противоположной стороной, когда при «тактическом проигрыше» гарантирован «стратегический выигрыш». Если данная стратегия станет доминирующей, например, для менеджера, то он, скорее всего, не сможет эффективно руководить подчиненными.

Соперничество – тенденция воспринимать ситуацию как вопрос победы или поражения может быть признана эффективной, в жизненно важной ситуации или ситуации, угрожающей существованию организации. Руководитель отстаивает интересы дела, интересы своей организации, и порой он просто обязан быть настойчивым. Существенным недостатком данной стратегии является подавление инициативы подчиненных и возможность повторных вспышек конфликта из-за ухудшения взаимоотношений.

Компромисс – оправдано: когда нет большого резерва времени для поиска лучшего решения.

Сотрудничество – оправдано при наличии большого количества времени. Кто опирается на сотрудничество, не старается добиться своей цели за счет других, а ищет решение проблемы.

Стратегия определяется как способ осуществления определенных интересов, образ действия по достижению намеченной цели и, вместе с тем, способ общения. В своем подходе к изучению конфликтных явлений К. Томас указывал, что на ранних стадиях развития научного изучения конфликтов широко использовался термин «разрешение конфликтов». Этот термин отражал представление о том, что конфликт можно и необходимо разрешать или элиминировать.

Целью разрешения конфликта, таким образом, было некоторое бесконфликтное состояние, где люди работали в полной гармонии. Однако в последнее время произошло существенное изменение в отношении специалистов к этому аспекту исследования конфликтов. Оно было вызвано двумя обстоятельствами:

- осознанием тщетности усилий по полной элиминации конфликтов;
 - увеличением числа исследований, указывающих на позитивные функции конфликтов.
- Поэтому акценты должны быть смещены с элиминирования конфликтов на управление ими. Важно сконцентрировать внимание на следующих аспектах изучения конфликтов:
- какие формы поведения в конфликтных ситуациях характерны для людей;
2. каким образом можно стимулировать продуктивное поведение.

Избегание как стратегия поведения в конфликтах характеризуется явным отсутствием у вовлеченного в конфликтную ситуацию желания сотрудничать с кем-либо и приложить активные усилия для осуществления собственных интересов, так же, как и пойти навстречу оппонентам; стремление выйти из конфликтного поля, уйти от конфликта. Такой стиль поведения обычно встречается в тех случаях, когда:

- проблема, вызвавшая столкновение, не представляется субъекту конфликта существенной, предмет расхождения, по его мнению, мелочный, основан на вкусовых различиях, не заслуживает траты времени и сил;
- обнаруживается возможность достичь собственных целей иным, неконфликтным путем;
- столкновение происходит между равными по рангу субъектами, сознательно избегающих осложнений в своих взаимоотношениях;
- участник конфликта чувствует свою неправоту или имеет оппонентом человека, обладающего более высоким рангом, напористой волевой энергией;

- требуется отсрочить острое столкновение, чтобы выиграть время, более обстоятельно проанализировать сложившуюся ситуацию, собраться с силами, заручиться поддержкой сторонников;

- желательно избежать дальнейших контактов с трудным по психическому состоянию человеком или крайне конфликтным и чрезмерно пристрастным оппонентом, преднамеренно ищущим поводы для обострения отношений.

Приспособление как стратегия пассивного поведения отличается склонностью участников конфликта смягчить, сгладить конфликтную ситуацию, восстановить гармонию во взаимоотношениях посредством уступчивости, доверия, готовности к примирению. Этот стиль предполагает в большей мере учитывать интересы оппонентов и не избегать совместных с ними действий. Обычно приспособление встречается, когда:

1. участник конфликта слабо озабочен возникшей проблемой, не считает ее достаточно существенной для себя и потому проявляет готовность принять во внимание интересы другой стороны;

2. оппоненты демонстрируют сговорчивость и намеренно уступают друг другу в чем-то, считаются с тем, что, мало теряя, приобретают больше, в том числе добрые взаимоотношения, партнерские связи и т.д.;

3. создается тупиковая ситуация, требующая ослабления накала страстей, принесения какой-то жертвы ради сохранения мира в отношениях и предупреждения конфронтационных действий с учетом своих принципов и нравственных убеждений;

4. имеется искреннее желание одной из конфликтующих сторон оказать поддержку оппоненту.

Данный стиль, как образец конфликтного поведения, может оказаться малоэффективным. Он вовсе не приемлем в ситуациях, когда субъекты конфликта охвачены чувством обиды и раздражения, не хотят отвечать друг другу доброжелательной взаимностью, а их интересы и цели не поддаются сглаживанию и согласованию.

Таким образом, стратегия выхода из конфликта – это способ осуществления определенных интересов, образ действия по достижению намеченной цели. Выделяют пять основных стратегий: соперничество; компромисс; сотрудничество; избегание; приспособление. Имеются достоверные различия между юношами и девушками по выраженности некоторых видов психологической защиты.

Литература

1. Алмазов, Б.Н. Психическая средовая дезадаптация несовершеннолетних Б.Н. Алмазов. – Свердловск: УрГУ, 2010.

2. Бабосов, Е.М. Конфликтология / Е.М. Бабосов. - Минск: ТетраСистемс, 2000. -462с

3. Васильева, О.С., Филагов, Ф.Р. Этапы индивидуальной психокоррекции детей и подростков «группы риска» / О.С. Васильева, Ф.Р. Филагов // Вестник психосоциальной и коррекционно реабилитационной работы, 2016. № 4. – С.38–45.].

4. Ra'no Munarova, Абдумуминова Махлиё Окмирза кизи, СЕМЕЙНЫЕ ПРОБЛЕМЫ В РОМАНЕ ЛЬВА НИКОЛАЕВИЧА ТОЛСТОГО «АННА КАРЕНИНА», Журнал Педагогика и психологии в современном образовании: Том 2 № 5 (2022): Журнал педагогики и психологии в современном образовании

5. Munarova, R. (2022). ПРОБЛЕМЫ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 2(5), извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/5097>

6. Педагогические взгляды Абу Али ибн Сины (Авиценны) / Ш. У. Камалова, Р. У. Мунарова, Н. А. Ахмедова [и др.]. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2015. — № 9 (89). — С. 1068-1070. — URL: <https://moluch.ru/archive/89/17662/>

7. Мунарова Раъно Усаровна, Камолова Ширин Усаровна, Шакарбоева Шахноза Абдулакимовна, Каршибоева Дилфуза Бурлиевна, & Алимкулов Сирожиддин Олимжон ўғли (2016). Великие мыслители Средней Азии о воспитании гармоничного и всесторонне развитого поколения. Проблемы педагогики, (2 (13)), 17-19.