

*Камалетдинова З.Ф.,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры «Психология труда и
психологического консультирования»
ФГБОУ ВО «Московский педагогический
государственный университет» (МПГУ)*

Россия, г. Москва

*Шубина Н.В.,
студент*

*3 курс, Институт педагогики и психологии
ФГБОУ ВО «Московский педагогический
государственный университет» (МПГУ)*

Россия, г. Москва

СВЯЗЬ ПОЗИТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ СО СТРАТЕГИЯМИ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ У ЛИЦ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА

Аннотация: В статье представлены результаты исследования связи между поведенческими стратегиями в конфликте и параметрами позитивного мышления у лиц среднего возраста. Установлено, что чем более человек оптимистичен в плане атрибуции, тем менее он склонен к соперничеству в конфликте. Чем более человек пессимистичен, тем более он склонен к избеганию и соперничеству в конфликтных ситуациях. Склонность к компромиссу и сотрудничеству в конфликтных ситуациях свойственна лицам с высокой оценкой собственных способностей в сфере общения.

Ключевые слова: позитивное мышление, уровень оптимизма, конфликт, компромисс, соперничество

THE CONNECTION OF POSITIVE THINKING AND BEHAVIORAL STRATEGIES IN CONFLICT SITUATIONS OF PERSONS OF MIDDLE AGE

***Annotation:** The article presents the results of a study of the connection between behavioral strategies in conflict and the parameters of positive thinking of middle-aged people. It has been found that the more optimistic a person is in terms of attribution, the less prone to competition in conflict. The more pessimistic a person is, the more he tends to avoid and compete in conflict situations. A tendency to compromise and cooperation in conflict situations is characteristic of persons with a high assessment of their own abilities in the field of communication.*

***Key words:** level of optimism, positive thinking, conflict, compromise, competition*

В последние десятилетия фокус научного интереса в психологии постепенно смещается с исследования проблем и негативных аспектов психики к изучению факторов благополучия, успеха, счастья, оптимального переживания состояния «потока», позитивного мышления. Один из основателей позитивной психологии М. Селигман, указавший всему миру на проблему выученной беспомощности, в своих работах призывает мыслить оптимистично, найти свой путь к процветанию, счастью и благополучию. Отечественные исследователи отмечают, что оптимизм и позитивное мышление благоприятно сказываются на стиле отношений в семье (Андреева, 2012а), на толерантности в семье (Башанаева, 2012). Такой стиль мышления является важным фактором для выбора эффективных копинг-стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями (Замышляева, 2006; Носова, Водопьянова, 2013) и жизнестойкости (Новикова, Касимова, 2013), помогает педагогам создавать ученикам ситуации успеха (Андреева, 2012б), повышает удовлетворенность трудом (Ферапонтова, 2013а, 2013б, 2013в). Под

позитивным мышлением подразумевается «образ мысли человека, который нацелен на поиск решения проблем, открыт к сотрудничеству, взаимодействию и т.д.» [8]. При этом недостаточно изученным остаётся вопрос является ли позитивное мышление фактором контроля поведения и помогает ли оно стимулировать наиболее продуктивные стратегии в конфликте.

Целью исследования было выявление взаимосвязи позитивного мышления и стратегий поведения в конфликте у лиц среднего возраста. Применялись следующие методики: тест диспозиционного оптимизма Ч. Карвера и М. Шейера, тест атрибутивных стилей М. Селигмана, тест самооффективности Дж.Маддукса и М.Шейера, опросник К. Томаса «Стиль поведения в конфликте». Использованы методы математической статистики – критерий Манна-Уитни и корреляционный анализ Спирмена.

Были исследованы две группы испытуемых среднего возраста. В первую группу вошли 30 педагогов - работников образовательных учреждений Московской области. Вторую группу составили 30 педагогов Московской области, характеризующихся высоким уровнем конфликтности. На них неоднократно поступали жалобы со стороны родителей учащихся на грубость, унижения, оскорбления в адрес школьников. Все испытуемые женщины, большинство имеют семьи и детей.

Получены следующие результаты.

Нами выявлена отрицательная корреляционная связь между соперничеством в конфликте и 3-мя видами атрибутивного оптимизма (по удачам, неудачам, итоговый вид оптимизма). Это свидетельствует о том, что чем более человек оптимистичен (в плане атрибуции, т.е при оценке причин удач и неудач), тем менее он склонен к соперничеству в конфликте, и наоборот. Также нами обнаружена отрицательная связь между стратегиями избегания в конфликте и итоговым уровнем атрибутивного оптимизма. То есть, чем более человек оптимистичен, тем менее он склонен к стратегии

избегания в конфликте, и наоборот, чем более человек пессимистичен, тем более он склонен к избеганию и соперничеству в конфликтных ситуациях.

Уровень самоэффективности в сфере общения положительно связан с компромиссом и сотрудничеством в конфликте. Это представляется нам логичным, т.к. человек, уверенный в своей успешности в общении, чаще всего обладает достаточно развитыми коммуникативными навыками и умениями (именно на них, на опыте успешного взаимодействия с людьми и базируется его уверенность в самоэффективности в этой сфере жизни). Поэтому такой человек справляется с конфликтами успешно, умеет договариваться и сотрудничать с окружающими.

Нами выявлены значимые отличия между группами по уровню оптимизма по параметрам «постоянство неудач». Неконфликтные педагоги в большей степени склонны считать неудачи временными, преходящими, а также распространяющимися на узкие сферы жизни. Конфликтные педагоги, наоборот, в большей степени склонны считать неудачи постоянными, распространяющимися на многие сферы жизни. По параметру «персонализация» получены противоположные результаты. Здесь в первой группе оказалось значимо больше пессимистов, чем во второй группе. Различия обусловлены большей самокритичностью педагогов первой группы. Высокие показатели по данному параметру получают респонденты, не считающие себя ответственными за неудачи в своей жизни, а возлагающие ответственность за ошибки и промахи на обстоятельства, других людей и пр. Те же самые закономерности обнаружены и по параметрам, связанным с оценкой удачи. Неконфликтные педагоги в большей степени склонны считать удачи постоянными и распространяющимися на многие сферы их жизни. Конфликтные учителя, наоборот, склонны считать удачи временными, распространяющимися на узкие сферы жизни. По параметру «персонализация удач» у педагогов обеих групп обнаружилось близкие результаты. То есть при оценке своего личного вклада примерно треть педагогов (из обеих групп)

считает, что успех обеспечили они сами благодаря своим способностям и достоинствам и усилиям. При сравнении общих показателей диспозиционного оптимизма и итоговых показателей оптимистичного атрибутивного стиля исследуемых педагогов достоверных отличий не выявлено.

Выводы.

Обнаружены корреляционные взаимосвязи между соперничеством в конфликте и 3-мя видами атрибутивного оптимизма (отрицательная связь); между сотрудничеством в конфликте и уровнем самоэффективности в коммуникативной сфере (положительная связь); между избеганием конфликта и итоговым уровнем атрибутивного оптимизма (отрицательная связь).

Обнаружены также статистически значимые различия между конфликтными и неконфликтными педагогами по некоторым параметрам позитивного мышления: по некоторым видам атрибутивного стиля и самоэффективности в коммуникативной сфере. Различий по уровню диспозиционного оптимизма не обнаружено.

Литература:

1. Багаева В.В. Стратегии поведения в конфликте//Сибирский торгово-экономический журнал – 2015. - № 2 – С. 91-92
2. Гордеева Т.О., Осин Е.Н., Шевяхова В.Ю. Диагностика оптимизма как стиля объяснения успехов и неудач: опросник СТОУН. – М.: Смысл, 2009. – 152 с.
3. Любомирски С. Психология счастья. Новый подход. – СПб.: Питер, 2014. – 352 с.
4. Платонов Ю.П. Психология конфликтного поведения. — СПб.: Речь, 2009. – 322 с.
5. Седова Н.Н. Современное российское общество: между тревогой и оптимизмом // Мониторинг общественного мнения. Социальная диагностика. – 2016. – № 6. – С. 164-182.

6. Селигман М. Как научиться оптимизму: Измените взгляд на мир и свою жизнь. – М.: Альпина Паблишер, 2013. – 338 с.
7. Хасан Б.И. Конструктивная психология конфликта. СПб.: Питер, 2003
8. Шааб К.С. Позитивное мышление как условие долголетия // Вестник Тамбовского университета. – 2016. – №6. – С. 174-178.
9. Эксакусто Т.В. Тренинг позитивного мышления. Коррекция счастья и благополучия. – Ростов н/Д.: Феникс, 2016. – 427 с.