

## ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У СТУДЕНТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ КОНФЛІКТНОСТІ ЦІННІСНОЇ СФЕРИ

**Мусієнко Ю. І., Перетятко Л. Г.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
musienkoulia339@gmail.com*

У сучасному суспільстві, яке відзначається підвищеною соціальною напругою, інформаційним перевантаженням і швидкими темпами змін, особливого значення набуває проблема психологічної адаптації особистості. Студентський період є одним із найдинамічніших етапів розвитку людини – саме в цей час формуються система цінностей, професійна ідентичність, світогляд і соціальні компетенції. Молоді люди стикаються з численними викликами – навчальними, міжособистісними, економічними – що часто стають джерелом як внутрішніх, так і зовнішніх конфліктів.

Одним із визначальних чинників подолання таких труднощів виступають копінг-стратегії – індивідуальні способи поведінки, спрямовані на регуляцію емоційних станів і розв'язання проблемних ситуацій. При цьому рівень конфліктності ціннісної сфери значною мірою визначає, як саме людина реагує на стрес, ухвалює рішення та долає життєві випробування. Висока ціннісна суперечливість може послаблювати внутрішню гармонію, знижувати здатність до саморегуляції та провокувати психологічне виснаження чи деструктивні реакції.

Питання співвідношення копінг-стратегій і ціннісних конфліктів активно вивчається як у зарубіжній, так і у вітчизняній психології (Р. Лазарус, С. Фолкман, К. Роджерс, А. Маслоу, Д. Леонтьєв, О. Кронік, Т. Титаренко, Н. Пов'якель, Л. Карамушка). Науковці наголошують, що конструктивні копінг-стратегії сприяють формуванню внутрішньої узгодженості, самоприйняття та ефективному вирішенню конфліктних ситуацій, тоді як неадаптивні (наприклад, уникнення, заперечення, проєкція) лише поглиблюють внутрішню дезінтеграцію.

В умовах війни, соціальної нестабільності та загального емоційного виснаження особливо актуальним стає розуміння того, як рівень конфліктності ціннісної сфери впливає на вибір копінг-стратегій студентів. Від цього залежить не лише їхня психологічна стійкість і здатність до самозбереження, а й професійна ефективність і загальне благополуччя. Дослідження цього взаємозв'язку відкриває нові можливості для розробки програм психологічної підтримки молоді, оптимізації освітнього процесу та розвитку стресостійкості.

Таким чином, вивчення копінг-стратегій студентів із різним рівнем конфліктності ціннісної сфери є своєчасним і соціально значущим завданням, що дозволяє глибше зрозуміти механізми адаптації особистості у період її становлення.

Ціннісно-сміслові орієнтації у студентському віці відіграють провідну роль у розвитку особистості. Саме в цей час формується цілісний образ «Я», професійне самовизначення та свідоме спрямування у майбутнє. Питаннями психічного розвитку студентів займалися К. Грейс, Е. Еріксон, І. Кон, Д. Марія; у вітчизняній психології – М. Боришевський, І. Дубровіна, Б. Круглов, О. Леонт'єв. Ціннісно-смістова сфера визначає поведінкові вибори молоді, спрямовуючи її діяльність відповідно до суспільних умов та особистісних орієнтирів.

Останні дослідження (В. Белоусова, В. Болотіна, В. Романець, Т. Корнілова, І. Маноха) підкреслюють, що цінності виступають індивідуальними еталонами, які регулюють поведінку, забезпечують стабільність життєвих цілей і впливають на характер міжособистісних взаємодій. Натомість невизначеність чи неузгодженість у ціннісній сфері призводить до внутрішньої нестабільності, конфліктності, критичного ставлення до соціальних норм і відчуженості.

Цінності є основою когнітивної картини світу: вони визначають, як особистість сприймає реальність, структурує досвід і обирає життєві орієнтири. Тому їх сформованість забезпечує гармонійне функціонування особистості в соціумі, тоді як суперечливість або поверховість ціннісних установок може провокувати агресивність, егоцентризм чи схильність до конфліктної поведінки.

З огляду на це, вивчення психологічних чинників конфліктної поведінки студентів набуває особливої актуальності. Ця проблема охоплює кілька важливих аспектів: вікові особливості юності, психологічну характеристику конфліктності та роль ціннісних орієнтацій як ключового чинника її прояву. Саме цим обумовлена актуальність магістерського дослідження на тему «Ціннісні орієнтації як чинник конфліктної поведінки у студентському віці».

Мета дослідження – з'ясувати особливості копінг-стратегій студентів із різним рівнем конфліктності ціннісної сфери.

Теоретико-методична основа ґрунтується на концепціях розвитку особистості у студентському віці (В. Авраменко, Л. Божович, О. Скрипченко, Л. Долинська, Г. Крайг, В. Мухіна), дослідженнях конфліктної взаємодії (Ф. Бородкін, Н. Гришина, В. Москаленко, Дж. Скотт, Н. Фетискін, М. Цюрупа) та працях, присвячених ролі цінностей у формуванні поведінкових стратегій (К. Абульханова-Славська, О. Асмолов, Д. Леонт'єв, Б. Братусь, К. Карпінський).

Для діагностики особливостей копінг-стратегій у студентів з різним рівнем конфліктності ціннісної сфери пропонуються методики типу опитувальники, що максимально відповідають умовам дослідження, специфіці юнацького віку та предмету дослідження – ціннісним орієнтаціям і специфіці поведінки у конфлікті особистості.

В емпіричному дослідженні використані такі наступні методики: Методика оцінки поведінки в конфлікті (за К. Томасом); «Ціннісні орієнтації» (за М. Рокичем); «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» (С. Бубнова) та методика на визначення рівня рефлексивності (за А. Карповим, В. Пономарьовою).

Спираючись на результати теоретичного аналізу чинників конфліктної поведінки у юнацькому віці, нами висунуто припущення про наявність взаємозв'язку між системою ціннісних орієнтацій і особливостями конфліктної поведінки осіб раннього юнацького віку. Імовірно, структура особистісних цінностей безпосередньо визначає вибір певної стратегії реагування в конфліктних ситуаціях.

Зокрема, для юнаків, які віддають перевагу стратегії співробітництва, характерне домінування цінностей, пов'язаних із прагненням до самореалізації, досягненнями, пізнанням нового, раціональним підходом до життя, готовністю допомагати іншим і високим рівнем рефлексивності. Такі особистісні орієнтації створюють внутрішнє підґрунтя для вибору конструктивної моделі поведінки в конфліктних умовах.

Натомість студенти, схильні до стратегії суперництва, зазвичай орієнтовані на матеріальне благополуччя, соціальний статус, престиж і задоволення власних потреб, при цьому демонструючи нижчий рівень рефлексії. Подібна ціннісна спрямованість зумовлює меншу зацікавленість у гармонійних міжособистісних стосунках і недостатню здатність до самоаналізу, що сприяє вибору конкурентних моделей поведінки.

З метою емпіричної перевірки цієї гіпотези було проведено порівняння вираженості термінальних та інструментальних цінностей у груп студентів із різними стратегіями поведінки у конфлікті.

Між групами з різними поведінковими стратегіями існують суттєві відмінності у ранговій структурі термінальних цінностей. Для студентів, орієнтованих на співпрацю, пріоритетними є цінності активного й продуктивного життя, розвитку, пізнання, самоствердження та свободи. Натомість у групі «суперників» домінують цінності, пов'язані з дружніми контактами, дозволяям, матеріальним достатком, престижем і незалежністю [1, с. 338].

Таким чином, особи, що тяжіють до співробітництва, орієнтовані на самореалізацію, досягнення цілей і спільну діяльність. Їхня поведінка в конфлікті ґрунтується на прагненні до взаєморозуміння та

ефективного виконання колективних завдань. Вони схильні поступатися власними інтересами заради збереження конструктивної взаємодії. Студенти зі стратегією суперництва, навпаки, надають перевагу власним цілям і задоволенню особистих потреб, часто демонструють імпульсивність і меншу орієнтацію на розвиток або професійне самовдосконалення. Їхні міжособистісні контакти зазвичай мають інструментальний характер і не вимагають глибокої емоційної залученості.

Попри відмінності, обидві групи надають високого значення свободі, активному й продуктивному життю, проте не вважають ключовими цінності здоров'я, творчості чи гармонії з іншими.

Аналіз показав, що у студентів, орієнтованих на співробітництво, найбільш значущими є інструментальні цінності чесності, відповідальності, вихованості, терпимості, чуйності та самоконтролю. Ці якості відображають гуманістичну спрямованість, емпатійність і схильність до конструктивного вирішення суперечностей.

Студенти, які тяжіють до суперництва, надають більшого значення ініціативності, рішучості, незалежності та впевненості у собі. Такі риси сприяють досягненню особистих цілей, проте ускладнюють партнерську взаємодію.

Особи, схильні до уникнення конфліктів, орієнтуються на внутрішню стабільність, цінують обережність і толерантність, але водночас уникають відповідальності та рішучих дій. Для тих, хто обирає стратегію компромісу, характерна гнучкість і прагнення до балансу між особистими й колективними інтересами. Студенти зі стратегією пристосування проявляють слухняність, акуратність і залежність від думки оточення, що знижує їхню самостійність [2. с. 320].

Отже, структура інструментальних цінностей безпосередньо відображає стратегії поведінки у конфлікті. Вибір певної моделі реагування пов'язаний із системою цінностей, яка визначає рівень соціальної компетентності, саморегуляції та рефлексивності.

Для перевірки статистичної значущості відмінностей було застосовано U-критерій Манна-Вітні. Отримані значення ( $U_{\text{емп}} = 269$  для термінальних цінностей і  $U_{\text{емп}} = 432$  для інструментальних) показали, що відмінності у термінальних цінностях статистично значущі ( $U_{\text{емп}} < U_{\text{кр}}$ ), тоді як за інструментальними – несуттєві. Це означає, що студенти різняться за ціннісними орієнтирами, проте використовують подібні засоби їх досягнення.

Подальший аналіз засвідчив, що для студентів зі стратегією співробітництва провідними є цінності допомоги іншим (30%) і пізнання нового (25%), тоді як для студентів-суперників – високий матеріальний добробут, статус і відпочинок (по 24%). Найбільш

виражена статистична різниця спостерігається за показником «допомога іншим» ( $\phi = 2,53$ ;  $p \leq 0,01$ ), що свідчить про глибоку розбіжність морально-соціальної мотивації двох груп.

Таким чином, студенти-співробітники демонструють соціально орієнтовану систему цінностей, тоді як суперники – індивідуалістичну та прагматичну. Відмінності у рівнях рефлексії підтверджують цю тенденцію: 57% студентів зі стратегією співробітництва мають високий рівень рефлексії, тоді як серед суперників цей показник становить лише 15%.

Отримані дані ( $\chi^2 = 7,263$  при  $p \leq 0,05$ ) підтверджують статистично значущі відмінності у рівнях рефлексивності між групами. Висока рефлексивність сприяє конструктивній поведінці у конфліктах, тоді як низька зумовлює імпульсивність і домінантність у стосунках.

Отже, результати дослідження підтверджують гіпотезу про наявність взаємозв'язку між ціннісними орієнтаціями, рівнем рефлексивності та вибором стратегії поведінки у конфлікті. Студенти, орієнтовані на співпрацю, мають гуманістичні життєві пріоритети та високий рівень самосвідомості, тоді як схильні до суперництва – прагматичні, менш рефлексивні й орієнтовані на досягнення зовнішнього успіху.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Невідома Я. Г. Особливості соціалізації у студентському віці. *Проблеми сучасної психології*: зб. наук. праць КПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. 2012. Вип. 17. С. 337–346.
2. Сватенкова Т. І. Місце та роль екзистенційних цінностей і переживань у період юності. *Актуальні проблеми психології*: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Київ, 2014. Том 11. Випуск 11. Ч. 11. С. 318–324.

## ПІДВИЩЕННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ: ЗАСТОСУВАННЯ ТРАНСКУЛЬТУРАЛЬНОГО ПІДХОДУ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ НА ОСНОВІ РОБОТИ З КОНФЛІКТОМ ТА ЛОКУСОМ КОНТРОЛЮ

**Нечеса В. Є.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
valeri.nchs@gmail.com*

Воєнний стан в Україні спричинив зміни у психологічному житті суспільства, зокрема у середовищі студентської молоді, яка є особливо вразливою до впливу стресових чинників. Посидання таких стресорів, як тривога, невизначеність майбутнього, інформаційне