

Лисенко-Гелемб'юк К. М.

## ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ВИВЧЕННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЯК ЧИННИКА РОЗВ'ЯЗУВАННЯ МІЖСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

*У статті розкриваються питання саморегуляції особистості як однієї з визначальних характеристик організації людини, її діяльності та поведінки. Наводяться результати експериментального дослідження психологічного впливу саморегуляції на розв'язування міжособистісних конфліктів в юнацькому віці.*

**Ключові слова:** саморегуляція, інтернальність, програмування, оцінка результатів поведінки та діяльності, факторний аналіз, стилі розв'язання міжособистісних конфліктів, тактика поведінки в конфліктах.

*В статье раскрываются вопросы саморегуляции личности как одной из определяющих характеристик организации человека, его деятельности и поведения. Приводятся результаты экспериментального исследования психологического воздействия саморегуляции на решения межличностных конфликтов в юношеском возрасте.*

**Ключевые слова:** саморегуляция, интрнальность, программирование, оценка результатов поведения и деятельности, факторный анализ, стили разрешения межличностных конфликтов, тактика поведения в конфликтах.

*This article is devoted to the experimental psychological study of the self-regulation as interpersonal conflict successful solving factor . The focus of attention is based on the youthful age.*

**Key words:** self-regulation, internal locus of control, programming, behavior and activity results evaluation, factor analyzing, style solution of the interpersonal conflicts, tactic behavior in conflict.

Саморегуляція особистості здійснюється у поєднанні її енергетичних, динамічних і соціально-змістових аспектів. Людина не автоматично переключається з однієї діяльності на іншу, не автоматично здійснює певні вчинки, будує поведінку, а свідомо, з урахуванням соціальної ситуації, важливості виконуваних операцій, можливих

результатів власних вчинків тощо. Вона має можливість вибору, і в цьому полягає її свобода волі. Саморегуляція, як процес і складна інтегральна особистісна властивість, наскрізно пронизує всю людську істоту, а, відтак, і впливає на всі сторони життєвої активності, діяльності та поведінки суб'єкта, в тому числі – на сферу міжособистісних взаємин. В свою чергу, одним з "проблемних моментів" даної сфери є присутність в ній міжособистісних конфліктів. Вочевидь, саморегуляція є чинником конструктивного (або деструктивного – в умовах її низького рівня розвитку) розв'язання конфліктних ситуацій.

Застосування методів кластерного та кореляційного аналізу результатів психодіагностики студентської молоді не дало однозначної відповіді на питання визначення місця і значення феномену саморегуляції в процесі розв'язування міжособистісних конфліктів. Тому ми вирішили використати метод факторного аналізу емпіричних даних. Адже це єдиний метод, який дає можливість виявити латентні фактори впливу на динаміку розвитку певного явища або на особливості взаємозв'язку його складових.

Як вже вказувалося раніше, процес здійснення факторного аналізу можна представити як послідовне виконання шести етапів, першим з яких є вибір вихідних даних [5]. Обираючи методики, шкали яких піддаватимуться факторному аналізу, ми керувалися, насамперед, збереженням принципу оптимальної економності. Так, більшість основних досліджуваних ознак отримали низькі показники рівня розвитку в експериментальній вибірці, тому для факторного аналізу варто добирати ті методики та їх шкали, які мають принципове значення для дослідника. Всі інші можна відкинути, щоб не перевантажувати факторну матрицю інтеркореляцій не надто значимими показниками. Отож, до факторного аналізу ми включили всі п'ять шкал методики діагностики тактики поведінки в конфліктах ("Суперництво», "Співпраця», "Компроміс», "Уникнення», "Пристаосування») [3, с.104-116], три шкали методики "Стиль саморегуляції поведінки», а саме: "Оцінка результатів», "Гнучкість» (як шкали, за якими були отримані більш високі показники рівня розвитку відповідних якостей) та шкала "Загальна саморегуляція» (як така, що представляє центральний аспект нашого дослідження) [4]. Також ми включили три шкали методики діагностики рівня суб'єктивного контролю: "Загальна інтернальність», "Інтернальність міжособистісних взаємин» та "Інтернальність сімейних взаємин». В даному контексті нагадаємо, що сирі бали за цими методиками попередньо були переведені в стени (рангова (метрична) шкала)) [3, с.41-48].

Виконання другого етапу факторного аналізу (обчислення та побудова матриці інтеркореляцій та її аналіз з використанням методу головних компонентів (критерій Кайзера) дозволило виявити, що оптимальним числом факторів буде чотири.

Після проходження наступних чотирьох етапів (які є технічними і не потребують детального опису) таблицю компонентів сумарної дисперсії (Total Variance Explained) – табл. 1., в якій нас цікавить лише одна колонка, яка відображає показник відсотку від загальної дисперсії (розсіювання даних) після варимакс-повороту даних – «Rotation Sums of Squared Loadings» – «% of Variance». За цими показниками ми можемо визначити інформативність виокремлених факторів (наскільки добре, об’ємно, той чи інший фактор пояснює психологічні особливості відповідної частини досліджуваної реальності (взаємозв’язки між елементами, особливості структури певного явища тощо.

Таблиця 1.  
Компоненти сумарної дисперсії факторизації даних

Component	Total Variance Explained								
	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	3.280	25.228	25.228	3.280	25.228	25.228	2.649	20.378	20.378
2	1.636	12.584	37.812	1.636	12.584	37.812	2.162	16.631	37.009
3	1.561	12.009	49.821	1.561	12.009	49.821	1.623	12.486	49.496
4	1.305	10.035	59.856	1.305	10.035	59.856	1.347	10.360	59.856
5	1.134	8.727	68.582						
6	1.057	8.129	76.711						
7	.764	5.876	82.587						
8	.681	5.236	87.823						
9	.650	4.997	92.820						
10	.497	3.824	96.644						
11	.296	2.277	98.921						
12	.140	1.079	100.000						
13	*****	-1.2E-015	100.000						

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Також для нас важлива таблиця факторних навантажень після варимакс-повороту факторних змінних (у ній вказані факторні навантаження, які за своєю абсолютною величиною переважають 0,1) – «Rotated Component Matrix(a)» – таблиця 2.

Отож, факторна структура досліджуваного явища – саморегуляції як чинника розв’язування міжособистісних конфліктів – включає чотири фактори, практично кожен з них володіє позитивним та негативним полюсами. Розглянемо отриману факторну структуру докладніше.

**Фактор 1** має найбільшу вагу або найбільшу інформативність (20,4%). Його *позитивний полюс* утворюють змінні "Уникнення" (володіє найбільшим факторним навантаженням – 0,434) та "Інтернальність у сфері сімейних взаємин" (факторне навантаження становить 0,310).

Таблиця 2.

Таблиця факторних навантажень після варимакс-повороту даних

### Rotated Component Matrix(a)

	Component			
	1	2	3	4
Supernyztvo		-.125	.552	
Spivprazja				.630
Kompromis		.244	-.255	.406
Unyknennja	.434	-.192	-.610	-.100
Prystosuvannja		.304	-.345	-.778
Int.Vzajemyn	-.276	.126	.240	.329
Int.Simji	.310	-.113		
Ozinka rezultat.		.479		
Gnuchkist	.154			.571
Zag.Internaln	-.456	.143		.288
Samoreguljazija	.125			.473

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a Rotation converged in 5 iterations.

На перший погляд, це трохи дивне поєднання. Але воно цілком логічне. Як ми вказували в попередніх дослідженнях, за шкалою "Інтернальність у сфері сімейних взаємин" більшість досліджуваних отримали середні та низькі показники. А це говорить про те, що загалом студентській молоді притаманна позиція, згідно з якою вона вважає не себе, а інших членів сім'ї причиною значущих ситуацій, котрі виникають у сімейній системі. Відтак логічно припустити, що в умовах виникнення міжособистісних конфліктів між членами сім'ї, найбільш часто такі люди (з низьким чи середнім рівнем інтернальності у сфері сімейних стосунків) використовуватимуть стиль розв'язання конфлік-

тної ситуації «Уникнення» (фактично, втеча від розв'язання реально наявних проблем). Єдине, що залишається нез'ясованим і потребує додаткових досліджень – це питання: «чи тактика уникнення використовується для розв'язання лише сімейних конфліктів, чи й інших його видів (міжособистісних, виробничих тощо)»?

Дуже цікавим є той факт, що негативний, протилежний полюс цього фактора становлять змінні «Загальна інтернальність» (факторне навантаження дорівнює  $-0,456$ ) та «Інтернальність міжособистісних взаємин» (факторне навантаження становить  $-0,276$ ). Тобто, за умов, якщо людина отримує низький рівень за показником «Інтернальність у сфері сімейних взаємин» і їй притаманна тактика поведінки в конфліктах за типом уникнення, то можна прогнозувати, що цій людині точно і достовірно не будуть притаманними високий рівень загальної інтернальності та інтернальності в міжособистісних стосунках. І, навпаки, людям з високим рівнем загальної інтернальності та інтернальності у сфері міжособистісних взаємостосунків достовірно не буде притаманний уникаючий стиль розв'язання конфліктних ситуацій та низький рівень інтернальності в сімейних взаєминах.

Першому факторові, виходячи з його змісту, умовно можна дати таку назву: «Низький рівень інтернальності у сфері сімейних взаємин як чинник вибору уникаючого стилю розв'язання конфліктів».

**Фактор 2** (інформативність 16,6%) однополюсний і включає такі змінні: «Оцінка результатів» (факторне навантаження становить 0,479) і «Пристосування» (факторне навантаження – 0,304). Сюди можна було б віднести ще одну змінну – «Компроміс», але оскільки вона має більше навантаження у четвертому факторі, до другого фактора ми її включати не будемо.

Як відомо, оцінка результатів, як одна з ланок процесу саморегуляції, передбачає оцінювання особистістю себе та результатів своєї поведінки, діяльності. Важливим є збереження адекватності самооцінювання та наявності у суб'єкта стійкої системи суб'єктивних критеріїв оцінки успішності досягнення бажаних результатів. Отож, можна припустити, що за умов виявленого низького рівня показників інтернальності та саморегуляції досліджуваних, вони, оцінюючи (свідомо, підсвідомо і несвідомо) свої можливості як конфліктуючої сторони, обирають пристосовництво як тактику поведінки в конфліктах.

Другий фактор умовно можна назвати «Пристосовницький стиль розв'язання міжособистісних конфліктів як наслідок суб'єктивної оцінки своїх можливостей як конфліктуючої сторони».

**Третій фактор** (інформативність 12,5%) є двополюсним. Його по-

*зитивний полюс* становлять змінні "Суперництво» (володіє найбільшим факторним навантаженням – 0,552) та "Інтернальність у сфері міжособистісних взаємин» (факторне навантаження складає 0,240). Причому остання змінна входить також до четвертого фактору – з більшим факторним навантаженням (тобто, її вплив у цьому факторі невеликий – суперництво виявилось дещо відособленою ознакою у факторній структурі). Суперництво, як тактика поведінки особистості в конфліктах, передбачає відстоювання власних інтересів. Відтак без доброго рівня суб'єктивного контролю у сфері міжособистісних взаємин воно є неможливим. Взаємозв'язок між змінними позитивного полюсу виокремленого фактору очевидний.

Протилежний, негативний полюс третього фактору включає змінні "Уникнення» (факторне навантаження становить –0,610), "Пристосування» (факторне навантаження дорівнює –0,345) та "Компроміс» (–0,255). Виходячи зі змісту цього полюсу, можна стверджувати, що особи юнацького віку, яким притаманний суперницький (конкурентний) стиль розв'язування міжособистісних конфліктів, вкрай рідко будуть використовувати інші тактики поведінки в конфліктних ситуаціях. Хоча для забезпечення оптимально конструктивної, гармонійної поведінки особистості в конфліктах, найкраще, якщо вона може гнучко використовувати всі без винятку стилі розв'язання конфліктів – змінюючи їх залежно від ситуації та власних потреб, інтересів у ній.

Виходячи зі змісту змінних, які ввійшли до третього фактору, його можна назвати "Інтернальність у сфері міжособистісних взаємин як один із чинників вибору суперницької тактики поведінки в міжособистісних конфліктах».

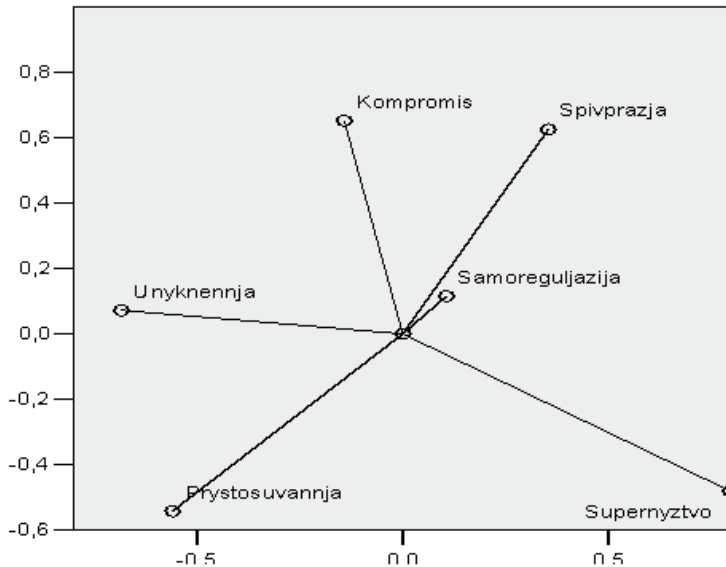
**Четвертий фактор** (інформативність 10,4%) теж двополюсний. На його *позитивному полюсі* знаходяться змінні "Співпраця» (володіє найбільшим факторним навантаженням – 0,630), "Гнучкість» (факторне навантаження становить 0,571), "Загальна саморегуляція» (0,473), "Компроміс» (факторне навантаження дорівнює 0,406), "Інтернальність міжособистісних взаємин» (0,329) та "Загальна інтернальність» (0,288). Як і слід було чекати, загальна саморегуляція (та її складові), інтернальність тісно пов'язані з такими стилями розв'язування конфліктів, як співпраця (в першу чергу) і компроміс. Ці стилі, як ми знаємо, вимагають найбільше вкладання сил, знань і вмінь від особи, яка їх дотримується.

Негативний полюс четвертого фактору включає одну змінну – "Пристосування» (вона ввійшла до складу даного полюсу із факторним навантаженням –0,778). Тобто, можна прогнозувати, що за умов

високого рівня саморегуляції та інтернальності, а також дотриманні співпрацюючого чи/ї компромісного стилів розв’язання міжособистісних конфліктів, індивід вкрай рідко використовуватиме пристосовницьку тактику поведінки в конфліктах.

Четвертий фактор можна назвати «Саморегуляція, зокрема гнучкість, та інтернальність як чинник забезпечення вибору співпрацюючої або компромісної тактики поведінки в міжособистісних конфліктах».

Інформативність всіх чотирьох разом факторів становить 60%. Це засвідчує оптимальну ефективність цієї факторної структури. І цікавим моментом цієї структури є те, що останній фактор, який власне і включає саморегуляцію, гнучкість як її складову, загальну інтернальність та інтернальність у сфері міжособистісних взаємин – центральні складові досліджуваного феномену, має найменшу інформативність – 10,4%. Такий невеликий показник інформативності зумовлений особливостями досліджуваної вибірки – низьким рівнем розвитку зазначених ознак. Разом з тим, всі отримані дані володіють високим рівнем статистичної значущості ( $p \leq 0,01$ ) і дозволяють прийняти виокремлену факторну структуру як достовірну.



**Рис. 2.12.** Графічне відображення факторної структури п'яти тактик поведінки в конфліктах та саморегуляції

Якщо відобразити графічно у тривимірному просторі (нагадаємо, що ми використовували статистичну програму SPSS 13.0 for Windows) [5] факторну структуру п'яти стилів розв'язування конфліктів та саморегуляції, то ми бачимо (рис. 1.), що саморегуляція розміщується в центрі, як певний елемент, певна якість, котра впливає на всі ці стилі. Високий рівень її розвитку передбачає ймовірність гнучкого використання всіх тактик поведінки в конфліктах (залежно від зовнішніх і внутрішніх умов ситуації) з відданням переваги співпраці та компромісу. Низький рівень розвитку саморегуляції, найімовірніше, передбачає вибір пристосування або уникнення як стилів розв'язання міжособистісних конфліктів.

В загальному, для кращого розуміння і запам'ятовування, факторну структуру (чотири фактори з їхніми полюсами) досліджуваного явища – саморегуляції як чинника розв'язування міжособистісних конфліктів в юнацькому віці – можна зобразити за допомогою схеми (рис. 2).

Підсумовуючи все вище сказане, зауважимо, що, як ми і очікували, застосування факторного аналізу дозволило нам виявити приховані взаємозв'язки між досліджуваними ознаками, впорядкувати множинну емпіричних даних, побудувавши смислово (факторну) структуру феномену саморегуляції як чинника розв'язування міжособистісних конфліктів в юнацькому віці. Ця смислова структура включає чотири фактори:

1. "Низький рівень інтернальності у сфері сімейних взаємин як чинник вибору унікаючої тактики поведінки в конфліктах».

2. "Пристосовницький стиль розв'язання міжособистісних конфліктів як наслідок оцінки своїх можливостей як конфліктуючої сторони».

3. "Інтернальність у сфері міжособистісних взаємин як один із чинників вибору суперницької тактики поведінки особистості в конфліктах».

4. "Саморегуляція та інтернальність як чинник забезпечення вибору співпрацюючої або компромісної тактики поведінки в конфліктах».

Не можна стверджувати, що якась із п'яти тактик поведінки в конфліктах є кращою або гіршою, адже все залежить від особливостей конфліктної ситуації та її учасників. Так само не можна говорити, що для оптимальності задіявання якоїсь тактики потрібно володіти більшим рівнем саморегуляції, а для іншого виду тактики поведінки в конфліктах можна обійтися низьким рівнем розвитку саморегуляції. Так, цілком ймовірно, що суб'єкт може потрапити в такі обстави-



ни (конфліктні), коли стриматись, встати і піти, вибрати уникаючий стиль розв'язання міжособистісного конфлікту може потребувати набагато більше мужності, сили духу, здатності до саморегуляції, ніж при виборі, наприклад, суперницької чи пристосовницької тактики поведінки. Тому потрібно працювати над підвищенням рівня розвитку саморегуляції незалежно від того, наскільки майстерно володіє індивід конкретною тактикою розв'язання міжособистісних конфліктів.

### **Література:**

1. Боришевский М. Й. Развитие саморегуляции поведения школьников: Автореф. дис... д-ра психол. наук: 19.00.07. / КГПИ им. М. П. Драгоманова. – К., 1992. – 77 с.
2. Бурлачук Л. Ф., Морозов С. М. Словарь-справочник по психодиагностике. – СПб.: Питер, 2005. – 520 с.
3. Леонов Н.И. Конфликты и конфликтное поведение. Методы изучения: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2005. – 240с.: ил. (Серия “Учебное пособие”).
4. Моросанова В. И. Опросник “Стиль саморегуляции поведения» // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2004. – № 2. – С. 34-49.
5. Наследов А. Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. Учебное пособие. 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: Речь, 2006. – 392 с.