

Лепехин Николай Николаевич
(Санкт-Петербург)

КОНФЛИКТООУСТОЙЧИВОСТЬ ПАРЫ КАК УСЛОВИЕ СЕМЕЙНОГО РАЗВИТИЯ

Аннотация: Статья посвящена развитию конфликтоустойчивости семейной пары как условию конструктивного преодоления возникающих противоречий в условиях воздействия внешних и внутренних стрессоров. Конфликтоустойчивость рассматривается как поведение, преодолевающее защитный эгоцентризм агрессивного или избегающего характера. Эмпирические данные показывают, что конфликтоустойчивость это прижизненно формируемое качество, развивающееся на основе терпимости, преодоления подозрительности и агрессии. Консультирование пар должно учитывать оптимальный стиль взаимодействия пары и сочетание индивидуальных черт для развития способности пары к преодолению конфликтов.

Ключевые слова: конфликтоустойчивость пары, агрессия, паранойяльность, терпимость, консультирование пар.

В условиях социальной турбулентности возрастает уровень личностных расстройств и нарушений поведения — повышенный уровень стресса, тревожность, депрессия, нарушение регуляции эмоций, страх будущего, «уход в себя», и на этом фоне снижение порога конфликтного поведения и бытового насилия. В конфликтующих парах развитие семьи подрывается ошибками духовного и психологического характера, которые отбрасывают пару назад и препятствуют конструктивному преодолению неизбежных противоречий, возникающих в совместной жизни.

Развитие конфликтоустойчивости предотвращает разрыв отношений в семейных парах и в парах, находящихся в процессе своего семейного становления. В консультационной или душепопечительской практике возникает задача объяснения принципов и приемов конструктивной коммуникации, профилактическое подкрепления позитивных семейных установок и коррекция поведения, разрушающего устойчивость пары.

Конфликтоустойчивость пары. Понятие «устойчивость» происходит от латинского слова «resiliere», что означает «приходить в норму», восстанавливаться после неудачи (Courtain, 2019). Конфликтоустойчивость — «это специфическое проявление психологической устойчивости... способность человека оптимально организовать свое поведение в трудных ситуациях социального взаимодействия, бесконфликтно решать возникшие проблемы в отношениях с другими людьми» (Анцупов, 2020, с. 219–220).

Конфликтоустойчивость связана с сохранением эмоционального равновесия в сложной семейной ситуации; способность проактивно реагировать на потенциально конфликтную ситуацию и выбирать оптимальную стратегию поведения. Конфликтоустойчивость пары — это интегральная характеристика, включающая мотивационный (мотивация прощения), эмоциональный (эмпатия), когнитивный, волевой, психомоторный компоненты, проявляющаяся во внешнем поведении в предконфликтных, конфликтных и послеконфликтных ситуациях (Лепехин и др., 2023).

Конфликтоустойчивость пары: 1) проявляется в конструктивной коммуникации при обсуждении противоречий и разрешении проблем; 2) обезличивает и объективизирует конфликт, убирает его персонификацию, т. е. взаимное осуждение и приписывание причины конфликта чертам и особенностями личности другого; 3) обеспечивает понимание сигнальной функции конфликта, т. е. понимание того, что возникшее противоречие указывает на необходимость решения назревших проблем; 4) расширяет эмоциональное и когнитивное пространство для откровенного диалога

в паре — обсуждение противоречий в целях совместной жизни, структуре распределения обязанностей и ролей, распорядке совместной жизни, преодоление стрессов, обсуждение путей преодоления текущих проблем (Лепехин. 2022).

Факторы, влияющие на конфликтоустойчивость пары. Проявления конфликтоустойчивости можно разделить на личностные и поведенческие. Ф. Глазл выделяет следующие типы поведения в конфликте: конфликтоустойчивость, конфликтоизбегание и конфликтостремление. Предиктором конфликтоизбегания он считает неуверенность в себе, низкий уровень самооценки, а предиктором конфликтостремления — соперничество, борьбу за превосходство, боязнь потери ролевого статуса. Базовой основой и конфликтоизбегания, и конфликтостремления является эгоцентризм, проявляющийся в разнообразных защитных механизмах, к которым прибегает человек при переживании угрозы — или путем убегания, или путем нападения (Glasl. 2015).

В парах, где присутствует конфликтоизбегание, текущие разногласия и проблемы не обсуждаются, что ведет к нарастанию фрустрации, напряжения, потери удовольствия от общения с другим, и в конечном итоге — разрушению отношений. Противоположным поведением, базирующемся на доминирующем эгоцентризме, является конфликтостремление, когда выражение иной точки зрения или несогласия воспринимается как личный выпад, обвинение, на которые необходимо ответить максимально жестко, чтобы защитить свое «Я». Конфликтоустойчивое поведение является «золотой серединой», которое, не замалчивая проблему и не обвиняя другого, позволяет конструктивно обсуждать имеющиеся разногласия.

Комплементарность стилей конфликтоизбегания и конфликтостремления у членов пары является довольно распространенным явлением. Умеренная выраженность такой комплементарности является фактором, способствующим устойчивости пары. Однако в случае характерологических акцентуаций, отсутствия откровенной коммуникации и обсуждения взаимных эмоций, а также внешней коррекции

такая комлементарность может перерасти в подкрепление агрессии в сторону конфликтоизбегающего члена пары.

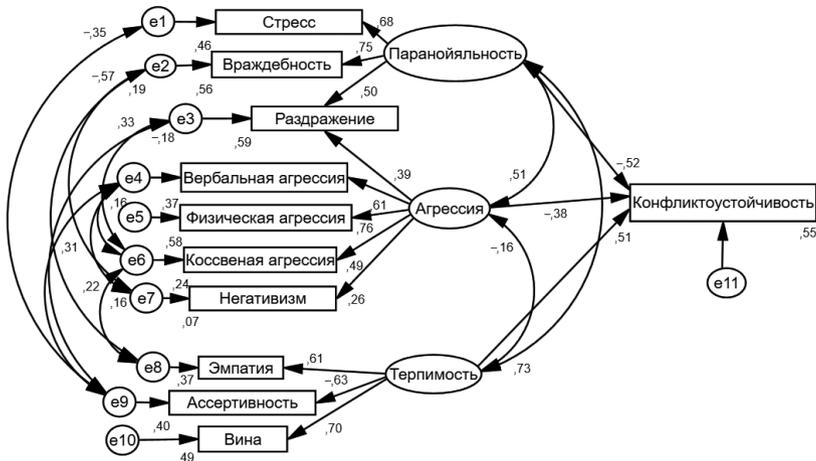
Исследование индивидуальных предикторов конфликтоустойчивости было проведено на выборке студентов разных факультетов Санкт-Петербургского государственного университета в количестве 205 человек, из них — 49 мужчин (24%) и 156 женщин (76%), в возрасте от 17 до 27 лет.

На основе анализа литературных источников для исследования индивидуальных предикторов конфликтоустойчивости были выбраны методики: «Опросник для диагностики способности к эмпатии» Мехрабиена, Эпштейна; «Шкала психологического стресса PSM-25» в адаптации Водопьяновой; «Тест ассертивности» Шейнова; «Методика диагностики показателей и форм агрессии» Басса и Дарки.

Для измерения выраженности конфликтоустойчивости использовался опросник Фетискина «Определение уровня конфликтоустойчивости», а также опросник Тихомировой, позволяющий дифференцировать конфликтоизбегание, конфликтостремление и конфликтоустойчивость (Лепехин и др. 2023).

В результате конфирматорного факторного анализа и использования структурного моделирования была построена модель конфликтоустойчивости, которая позволяет дать описание факторов конфликтоустойчивости и их интерпретацию. Модель представлена на Рис. 1. Слева направо показаны: входные переменные (прямоугольники); факторы, выделенные в результате КФА (овалы); выходная переменная — конфликтоустойчивость (прямоугольник с коэффициентом 0,55, показывающим, что выделенные факторы суммарно объясняют 55% влияния на конфликтоустойчивость. Односторонние стрелки с числовыми значениями регрессионных коэффициентов β (стандартизированные бета) описывают прямые эффекты (direct effects), отражающие вклад каждого фактора в изменение конфликтоустойчивости.

Переменные «враждебность», «стресс», «раздражение» образуют фактор «Паранойяльность» с отрицательным вкладом влияния на конфликтоустойчивость ($\beta = -0,52$). Переменные



$\chi^2 = 41.685$; $df = 30$; $p = 0,076$; $RMSEA = 0,044$

Рис. 1. Структурная модель предикторов конфликтоустойчивости: e1–e11 — названия входных и выходной (конфликтоустойчивость) переменных; рядом с односторонними прямыми стрелками указаны значения β — стандартизованных коэффициентов регрессии, позволяющих оценить величину вклада данной переменной в отношении факторов Паранойяльность, Агрессия, Терпимость, а также вклада данных факторов в Конфликтоустойчивость; криволинейные двусторонние стрелки с коэффициентами отражают взаимную корреляцию пар переменных (Лепехин и др. 2023).

«физическая агрессия», «вербальная агрессия», «косвенная агрессия», «негативизм» и «раздражение» образуют фактор «Агрессия» с отрицательным вкладом влияния на конфликтоустойчивость ($\beta = -0,38$). Переменные «эмпатия», «аутоагрессия», «зависимое поведение» (–ассертивность) образуют фактор «Терпимость» с положительным вкладом влияния на конфликтоустойчивость ($\beta = 0,51$). Значимость влияния каждого из факторов статистически достоверна, $p < 0,001$. Знак регрессионных коэффициентов показывает, что факторы «Паранойяльность» и «Агрессия» отрицательно связаны

с Конфликтоустойчивостью, а фактор «Терпимость» — положительно.

Модель также показывает взаимное влияние выделенных факторов. Сильная положительная связь (0,51) обнаружена между факторами «Паранойяльность» и «Агрессия», а также между факторами «Паранойяльность» и «Терпимость». Фактор «Паранойяльность» положительно коррелирует с фактором «Агрессия», что может быть объяснено вкладом общей переменной «раздражение», а также взаимосвязями враждебности и негативизма; раздражения и косвенной агрессии. Фактор «Паранойяльность» также положительно коррелирует с фактором «Терпимость», что может быть объяснено отрицательной взаимосвязью переменных «ассертивность» и «стресс», а также переменных «эмпатия» и «враждебность». Также присутствует небольшая отрицательная взаимосвязь факторов «Агрессия» и «Терпимость».

Характеристики, объединенные фактором «Агрессия», — вербальная, косвенная, физическая формы агрессии, а также негативизм; диспозиции, объединенные фактором «Паранойяльность», — уровень переживаемого стресса, враждебность, раздражительность совместно способствуют конфликтостремлению, что полностью соответствует теоретическим предпосылкам. Сравнивая эти две группы предикторов, можно отметить, что переменные фактора «Агрессия» отражают готовность к прямой реализации враждебного поведения, тогда как переменные «Паранойяльность» отражают наличие внутреннего конфликта осуждения другого как потенциала будущего конфликта. «Стяжи дух мирен, и вокруг тебя спасутся тысячи».

Интерпретация взаимосвязи факторов «Терпимость» и «Паранойяльность» предполагает, а также переменных входящих в его состав позволяет заключить, что чрезмерная эмпатичность, отсутствие настойчивости в обсуждении разногласий и переживание чувства вины (аутоагрессия) способствуют конфликтоизбеганию со всеми вытекающими негативными последствиями для развития пары.

Таким образом, оптимум конфликтоустойчивости в конкретной ситуации взаимодействия присутствует в случае уравнивающего влияния всех трех факторов. При малых значениях факторов «Паранойяльность» и «Агрессия» и одновременно больших значениях фактора «Терпимость» наблюдается поведение конфликтоизбегания. Тогда как при больших значениях факторов «Паранойяльность» и «Агрессия» и одновременно малых значениях фактора «Терпимость» наблюдается поведение конфликтостремления.

Интерпретация результатов позволяет заключить, что конфликтоустойчивость — это прижизненно формируемый конструкт, складывающийся на основе индивидуальных черт фактора «Терпимость», и преодоления влияния черт, входящих в факторы «Паранойяльность» и «Агрессия».

Согласно статистической интерпретации 55 % дисперсии говорит о довольно значительной величине вклада выделенных факторов. Можно предположить, что оставшаяся часть дисперсии обусловлена вкладом переменных духовного или культурного характера, которые способны оказывать значительное влияние на поведение в конфликте (Батхина, Лебедева. 2019).

Развитие конфликтоустойчивости пары. В отличие от конфликтостремления и конфликтоизбегания, которые базируются на природных индивидуальных самозащитных механизмах, конфликтоустойчивость пары формируется в процессе позитивного опыта общения, предполагающего разумную терпимость (неосуждение) по отношению к Другому, и последовательное преодоление паранойяльности (подозрительности) и различных форм агрессивного поведения (враждебности) по отношению к Другому). Необходимость жизненного опыта для развития конфликтоустойчивости косвенно подтверждается тем, что по результатам исследования у студентов магистратуры по сравнению с бакалаврами выявлен более высокий уровень конфликтоустойчивости.

Разнонаправленный характер влияния выделенных факторов говорит, что зависимость конфликтоустойчивости от

данных факторов носит нелинейный характер. Эта нелинейная зависимость выражается в том, что, с одной стороны, нарастание влияния факторов «Паранойальность» и «Агрессия» ожидаемо приводит к конфликтостремлению и снижению конфликтоустойчивости, но, с другой стороны, влияние фактора «Терпимость», тормозящего конфликтостремление, с определенного уровня приводит к конфликтоизбеганию.

Выводы. Конфликтоустойчивость пары как комплекс личностных черт и поведения является характеристикой, в основе которой лежат стрессоустойчивость, эмпатия, позитивная самооценка, эмоциональная коммуникация, отсутствие установки на агрессию каждого из членов пары.

Одновременно с этим, при работе с парами необходимо избегать черно-белого подхода к интерпретации в поведении членов пар проявлений вербальной и косвенной агрессии, эмпатии, самоосуждения, настойчивости и других. Вклад данных характеристик индивидуального поведения в общую конфликтоустойчивость пары зависит от того, насколько это поведение усиливает или ослабляет общую способность пары к преодолению конфликта.

Консультанту следует понимать, что нет единственно правильного стандарта установок и поведения при решении конфликта в паре. Необходимо выяснять стиль общения и взаимодействия в паре, и на этой основе развивать конфликтоустойчивые формы обсуждения семейных противоречий.

Литература

Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Конфликтология: учебник. — СПб.: Питер, 2020. — 560 с.

Батхина А. А., Лебедева Н. М. Предикторы выбора русскими стратегии поведения в межкультурном конфликте // Социальная психология и общество. 2019. № 1. С. 70–91.

Лепехин Н. Н. Устойчивость пары: мотивация сохранения отношений и преодоление разногласий // Современная христианская психология и антропология: актуальные вопросы. Материалы третьей всероссийской конференции. СПб., 2022. С. 64–81.

Лепехин Н. Н., Круглов В. Г., Круглова М. А., Тихомирова Н. В., Яшина М. А. Диспозиционные предикторы конфликтоустойчивости студентов // Социальная психология и общество. 2023. № 1. С. 92–110.

Courtain A., Glowacz F. Youth's Conflict Resolution Strategies in their Dating Relationships // Journal of Youth and Adolescence. 2019. № 48 (2). P. 256–268.

Glasl F. Selbsthilfe in Konflikten: Konzepte – Übungen – praktische Methoden. – Stuttgart: Verlag Freies Geistesleben – Bern: Haupt Verlag, 2015. – 214 s.