

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ
ВАДИМА ГЕТЬМАНА
Факультет управління персоналу, соціології та психології
Кафедра педагогіки та психології
ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА «ЕКОНОМІЧНА ТА СОЦІАЛЬНА
ПСИХОЛОГІЯ»

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність 053 Психологія

Форма навчання: заочна

КВАЛІФІКАЦІЙНА БАКАЛАВРСЬКА РОБОТА

на тему: «ЗВ'ЯЗОК СТРАТЕГІЙ РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ
ТА ГЛИБИННОЇ ГОТОВНОСТІ ПРОБАЧЕННЯ СТУДЕНТІВ»

здобувачки Шаповал Анастасії Валеріївни

_____ (підпис)

Науковий керівник: Завірюха В.В., доцент, кандидат психологічних наук

_____ (підпис)

Робота допущена до захисту перед Екзаменаційною комісією (ЕК) з атестації
здобувачів вищої освіти

Завідувачка кафедри: _____

(науковий ступінь, учене звання, (ім'я, прізвище)

_____ (підпис)

Київ 2023

ЗМІСТ

Вступ.....	3
Розділ 1 Теоретичні основи виявлення зв'язку стратегій розв'язання конфліктних ситуацій та глибинної готовності до пробачення студентів.....	5
1.1 Характеристика глибинної готовності до пробачення.....	5
1.2 Поняття та структура конфліктної ситуації та стратегії виходу з неї	15
Висновок до 1 розділу	22
Розділ 2 Емпіричне дослідження зв'язку стратегій розв'язання конфліктних ситуацій та глибинної готовності до пробачення студентів.....	24
2.1 Методики дослідження зв'язку стратегій розв'язання конфліктних ситуацій та глибинної готовності до пробачення	24
2.2 Опис результатів дослідження зв'язку стратегій розв'язання конфліктних ситуацій та глибинної готовності до пробачення студентів.....	28
Висновки до 2 розділу	40
ВИСНОВКИ.....	41
Список використаної літератури.....	45
ДОДАТКИ.....	48

ВСТУП

У різних сферах людського життя виникають конфліктні ситуації, які в деяких випадках несуть руйнування, а в деяких прогрес стосунків між особистостями. Проте навіть завершення таких ситуацій не приносить морального заспокоєння індивіду. Щоб екологічно для себе завершити таку ситуацію, перш за все необхідно глибинно пробачити свого опонента. Феномен глибинної готовності до пробачення у студентів є актуальним питанням в сьгоднішніх умовах життя сучасної молоді людини. Прощення – це процес відпускання образи, гніву по відношенню до людини, яка завдала болю. При цьому актуальним питанням є саме зв'язок обраної стратегії виходу з конфліктної ситуації та глибинного пробачення, яке індивід надає опоненту чи кривднику. Сучасна психологічна наука ставить перед собою завдання сприяти ефективному та екологічному спілкуванню особистостей та вирішення конфліктних ситуацій, без нанесення невинних слідів конфліктів на психічному здоров'ї індивіда. Цим і зумовлена актуальність нашого дослідження.

Об'єкт дослідження – глибинна готовність до пробачення.

Предмет дослідження – взаємозв'язок стратегій розв'язання конфліктних ситуацій та глибинної готовності до пробачення студентів.

Мета дослідження розкрити та обґрунтувати особливості зв'язку стратегій розв'язання конфліктів та глибинної готовності до пробачення у студентів.

Завдання дослідження:

1. Охарактеризувати стратегії розв'язання конфліктних ситуацій.
2. Проаналізувати актуальні наукові дослідження та описати феномен глибинного пробачення.
3. Описати методики дослідження зв'язку стратегій розв'язання конфліктних ситуацій та глибинної готовності до пробачення.
4. Провести емпіричне дослідження та описати особливості взаємозв'язку стратегії виходу з конфліктних ситуацій та готовністю до глибинного пробачення у студентів.

Методи дослідження:

1. Теоретичні (теоретико-методологічний аналіз, узагальнення теоретичних підходів до дослідження глибинної готовності до пробачення);
2. Емпіричні («Шкала глибинної готовності до пробачення» (Heartland Forgiveness Scale) авторів Л. Томпсона, Ч. Снайдера, Л. Хоффмана, яка призначена для оцінки диспозиційної готовності до пробачення; Методика «Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій» Д. Джонсона та Ф. Джонсона, яка діагностує найбільш притаманну стратегію виходу з конфліктної ситуації; «Шкала прощення як риси характеру» Дж. Беррі, Е. Уорінгтона, Л. О'Коннора, Л. Парротта та Н. Уейда, що показує притаманність прощення, як риси характеру).
3. Математико-статистичні: кореляційний та відсотковий аналіз даних.

Емпірична база дослідження. Вибірку склали 31 студент Київського національного економічного університету ім. Вадима Гетьмана, факультету Управління персоналом, соціології та психології, віком від 18 до 23 років.

Структура кваліфікаційної бакалаврської роботи – робота складається зі вступу, 2 розділів, 4 параграфів, 8 таблиць, проміжних та прикінцевих висновків, списку використаних джерел (кількість примірників 27) та додатків. Обсяг роботи 51 стор.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИЯВЛЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ СТРАТЕГІЙ РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ ТА ГЛИБИННОЇ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОБАЧЕННЯ СТУДЕНТІВ

1.1 Характеристика глибинної готовності до пробачення

При виході з конфліктної ситуації, наступним кроком для екологічного виходу з наслідків, які залишила за собою така ситуація, постає питання пробачення та глибинної готовності до нього. Поняття "глибинна готовність до пробачення" відноситься до психологічного аспекту процесу примирення після конфлікту. Вітчизняні та зарубіжні науковці протягом багатьох років досліджували це питання. Саме на основі їх досліджень, ми хочемо скласти цілісну теоретичну картину цього феномену.

Глибинна готовність до пробачення – психологічна та емоційна готовність особистості до процесу прощення, що включає розуміння, прийняття і відпускання образи, негативних емоцій, пов'язаних з негативним впливом, нанесеною опонентом. Готовність прощати передбачає здатність змінити свою позицію щодо події, зрозуміти позицію опонента і знайти спосіб примиритися і покласти край конфліктній ситуації чи конфлікту[19].

Вітчизняні вчені проводять ґрунтовні дослідження у цій галузі та роблять свій внесок у розуміння феномену глибинної готовності до пробачення.

Вітчизняні дослідження зосереджені на різних аспектах глибинної готовності прощати, таких як її вплив на психологічне здоров'я, міжособистісні стосунки, сімейні стосунки та соціальну адаптацію. Дослідники вивчають чинники, що впливають на розвиток глибокої готовності прощати, такі як риси особистості, соціальне середовище, релігійні переконання і культурні чинники.

Зарубіжні психологи Р. Енрікі та Р. Рітчі у своїй праці "Пробачення: теорія, дослідження та практика" (2000 р.) висловлюють думку, що глибинна готовність

до пробачення передбачає відмову від образи, гніву та бажання помсти, замінюючи їх позитивними емоціями, такими як милосердя та співчуття[13].

Зарубіжна психологиня І. Бергер-Гумбрелт у своїх дослідженнях зазначає, що глибинна готовність до пробачення передбачає здатність до самокритики та прийняття відповідальності за свої дії, а також здатність бачити відмінності між собою та іншою людиною, що сприяє зменшенню конфліктів. Іншими зарубіжними вченими були: McCullough M.E. (США), який є провідним світовим експертом у галузі пробачення та проводить дослідження з різних аспектів пробачення, зокрема з глибинної готовності до пробачення[25] та Worthington E.L. (США), який розробив модель глибинного пробачення, включаючи кроки, необхідні для досягнення глибинного пробачення[26].

За теорією зарубіжного вченого Р. Енріка (Robert Enright), який вивчав пробачення більше 30 років, глибинна готовність до пробачення складається з кількох складових[12]:

1. Знання про пробачення: знання про те, що таке пробачення, які його форми та які процеси відбуваються в людині під час пробачення.
2. Емоційна підготовка: здатність людини управляти своїми емоціями та регулювати їх, також включає в себе розуміння власних емоцій та емоцій інших людей.
3. Переконавання: переконання, що пробачення є можливим і потрібним, а також переконання в тому, що люди здатні змінюватися.
4. Досвід: реальний досвід пробачення в минулому або взаємодії з іншими людьми, які відкриті до пробачення.
5. Мотивація: внутрішня мотивація до пробачення та бажання змінити відносини з іншою людиною.

Вітчизняна психологиня Т. Лубарець у своїй книзі "Пробачення як процес примирення" (2010 р.) розглядає пробачення як важливий компонент взаємин між людьми, який сприяє зміцненню стосунків та вирішенню конфліктів. Згідно з її дослідженнями, глибинна готовність до пробачення передбачає наявність

емоційної відкритості, вміння поставитися на місце іншої людини, зробити внутрішній вибір на користь пробачення та відмовитися від образи[7].

Дослідження вітчизняних науковців є досить значущими для сучасної психологічної науки. Зокрема, Т. Володарська (2017) досліджувала роль суб'єктивних та об'єктивних чинників у формуванні готовності до пробачення в українській культурі. Вона зазначає, що суб'єктивні чинники, такі як релігійність, емоційна стабільність, рівень самооцінки, мають великий вплив на готовність до пробачення, однак об'єктивні чинники, такі як ступінь вина винуватця конфлікту та ступінь тяжкості наслідків конфлікту, також мають значення[15].

І. Шкодовська у своїй роботі "Forgiveness in a Ukrainian context: Prevalence, Motivation, and Psychological Correlates" (2018) проводила дослідження процесу глибинної готовності до пробачення в українському контексті. Вона виявила, що українці частіше прощають вчинені їм образи, ніж іноземці, проте відношення до пробачення може значно відрізнятись залежно від регіону проживання, релігії та соціально-економічного статусу[16].

Крім того, в дослідженні цього питання в Україні, посягають значне значення праці В. Смілянського ("Пробачення як психологічна категорія та її значення для міжособистісних відносин", 2010), М. Собко ("Пробачення як механізм регуляції міжособистісних конфліктів", 2012), І. Балик ("Глибинна готовність до пробачення як фактор становлення толерантності особистості", 2013), Т. Рибак ("Психологічні детермінанти готовності до пробачення", 2015), І. Балабанової, яка висвітлювала питання пробачення в контексті психології життєвих труднощів та стресу, О. Макаренко, яка проводила дослідження взаємозв'язку готовності до пробачення зі стилів розуміння інших людей. [1;8;13;15;16].

Окрім того, в зарубіжній літературі посягають значне місце дослідження таких науковців, як Р. Енрікез (2013), М. МакКуллох (2000), Р. Майер (2001), які в своїх працях досліджують різні аспекти пробачення в контексті міжособистісних взаємин, організаційного керівництва та інших сфер життя. Вони також розглядають різні чинники, які впливають на готовність до пробачення, такі як емоційна інтелігентність, емпатія, довіра, релігійні переконання та інші[14].

Зокрема, вивчені нами дослідження вказують на те, що релігійні переконання можуть відігравати значну роль у формуванні готовності до пробачення. Наприклад, дослідження, проведені зарубіжними психологами Евереттом Л. Вордом та Річардом В. МакКулі (Everett L. Worthington, Jr., Richard V. McCullough), показали, що люди, які мають релігійні переконання та регулярно займаються релігійними практиками, мають вищий рівень готовності до пробачення[25;26;27].

Крім того, дослідження показують, що особистісні характеристики, такі як емпатія, самовизначеність, стиль прийняття рішень, також можуть впливати на рівень готовності до пробачення.

Зокрема, вітчизняна психологиня І. Малюк в своїх дослідженнях зазначає, що емпатія та взаємодія з оточуючими людьми можуть сприяти розвитку глибинної готовності до пробачення. Вона також вказує на те, що стиль прийняття рішень може впливати на рівень готовності до пробачення, зокрема, люди, які мають схильність до раціонального аналізу ситуації, можуть бути менш схильні до пробачення[13].

Дійсно, вивчення питання про глибинну готовність до прощення дозволяє краще зрозуміти поведінку та ставлення людини до себе та інших. Розуміння механізмів прощення може допомогти людям уникнути негативних наслідків, які можуть виникнути через непрощення та занепокоєння або надмірну тривожність.

Поняття глибинної готовності до пробачення також є важливим елементом розвитку соціальної компетентності. Ефективні програми розвитку соціальної компетентності можуть включати в себе навчання навичкам пробачення, що може поліпшити взаємини між людьми та сприяти позитивній атмосфері у сім'ї, на роботі та в суспільстві загалом.

Наприклад, дослідження у цьому напрямку проводили вітчизняні науковці Н. Чайка, В. Капустянський, О. Булгакова та інші. Зокрема, вони вивчали зв'язок глибинної готовності до пробачення зі ставленням до себе та інших людей, з психічним здоров'ям, рівнем емпатії та проявом агресії[11].

Зарубіжні науковці також досліджували цю тему. Р. Енрікез з Університету штату Юта та Ф. Ласкер з Університету штату Каліфорнія проводили дослідження, що демонструють, як віра у можливість пробачення та вміння розв'язувати конфлікти через пробачення можуть зменшити рівень тривожності та депресії, покращити взаємини в сім'ї та на роботі.

Вивчення глибинної готовності до пробачення має практичне значення для психотерапії та психологічної підтримки людей, які відчують на собі стан тривоги, стресу, депресії, післятравматичного синдрому та інших психологічних проблем. Програми, спрямовані на розвиток глибинної готовності до пробачення, можуть допомогти підвищити рівень життєвої задоволеності та здатності до саморозвитку, а також зменшити ризик розвитку психологічних проблем.

Окрім вітчизняних та зарубіжних науковців, які досліджують питання глибинної готовності до пробачення, існують також практичні програми, розроблені на основі цих теоретичних підходів. Наприклад, програма "Прощення і реконструкція життя" (Forgiveness and Reconstructing Life program), розроблена зарубіжним психологом Р. Енріхом (Robert Enright), має на меті допомогти людям розвинути глибинну готовність до пробачення та знизити рівень тривоги, депресії та гніву.

Одним з вітчизняних науковців, який досліджував питання глибинної готовності до пробачення, є професор Л. Ткаченко. У своїй роботі "Готовність до пробачення як особистісна характеристика" вона висвітлює важливість цього аспекту для психічного здоров'я людини та розвитку соціальної компетентності [16].

Іншим вітчизняним науковцем, який досліджував проблему пробачення, є професор Л. Бойко. У своїй роботі "Пробачення як складова соціальної компетентності" вона аналізує поняття пробачення, його складові та взаємозв'язок з іншими складовими соціальної компетентності.

Серед зарубіжних науковців, які досліджували питання пробачення, можна виокремити професора Р. Енрікеса з Університету Оксфорду. У своїй роботі "Пробачення як процес: психологічний підхід" він розглядає пробачення як

процес, в якому відбуваються зміни в емоційному та когнітивному сприйнятті людини.

Іншим зарубіжним науковцем, який досліджував питання пробачення, є професор Еверетт Л. Уорор з Університету Вісконсін-Медісон. У своїй роботі "Пробачення: теорії, дослідження та імплікації" він аналізує різні теорії пробачення, методи їх вимірювання та дослідження, що були проведені в цьому напрямку.

Зокрема, деякі дослідження зазначають, що глибинна готовність до пробачення пов'язана з вищим рівнем самооцінки, більшим задоволенням від життя та здоровим станом психіки. Зокрема, зарубіжний психолог Р. Енріх наводить докази того, що пробачення може впливати на зменшення ризику виникнення різних психологічних та фізичних захворювань.

Вітчизняна психологиня Г. Сирота у своїй книзі "Психологія милосердя та пробачення" зазначає, що пробачення є однією з ключових складових етики милосердя. Вона підкреслює, що здатність пробачати включає в себе здатність бути милосердним до себе та інших людей, терпляче ставитись до помилок і недоскональності людської природи[19].

Глибинна готовність до пробачення виступає процесом, який включає в себе не тільки зовнішні прояви пробачення, але й внутрішню підготовку людини до цього процесу. Вона базується на внутрішніх переконаннях, цінностях, емоційному стані та досвіді[11].

Отже, дослідження глибинної готовності до пробачення вказують на те, що це питання має значний вплив на психічне та фізичне здоров'я людини, а також на її ставлення до себе та інших. Ці дані можуть бути корисні для розробки програм психологічного розвитку та самопізнання. Теоретичні дослідження показують, що глибинна готовність до пробачення може бути розвинена і покращена через різноманітні програми та практики. Основними підходами є психологічне консультування, тренінги та програми розвитку соціальної компетентності.

Одним із таких підходів є програма "Активізація процесу пробачення" (АРА), розроблена М. Маккалоу та Р. Поттером у 2007 році. Ця програма включає в себе

тренування основних навичок пробачення, таких як увага, відкритість та емпатія, а також навичок емоційного регулювання та релаксації. АРА допомагає людям усвідомити і проаналізувати свої емоції, зокрема гнів та образу, що дозволяє їм краще зрозуміти ситуацію та побудувати конструктивні взаємини з іншими людьми.

Зарубіжними та вітчизняними вченими також вивчається вплив медитації на готовність до пробачення. Дослідження показали, що практика медитації сприяє зниженню рівня гніву та злості, покращенню рівня емпатії та здатності до співчуття, що сприяє розвитку глибинної готовності до пробачення[11].

Наукові дослідження, які були нами розглянуті, вказують на те, що готовність до пробачення може впливати на психологічний стан людини та на її взаємини з іншими людьми. Тому розуміння та розвиток готовності до пробачення може мати важливе значення для особистісного розвитку та покращення міжособистісних взаємин. Для цього можуть бути використані різноманітні психологічні практики та програми, такі як тренінги з розвитку соціальної компетентності, практики медитації та майндфулнес, програми саморозвитку тощо. Важливо також пам'ятати, що готовність до пробачення є індивідуальною та залежить від багатьох факторів, тому кожна людина може розвивати її на свій власний спосіб та відповідно до своїх потреб і можливостей.

Зокрема, М. Маккензі, професор психології в Університеті Глазго, у своїх дослідженнях зазначає, що глибинна готовність до пробачення пов'язана з позитивними емоціями, зниженням рівня стресу та здатністю до більш глибоких і задовільних міжособистісних відносин. Він також стверджує, що пробачення може мати позитивний вплив на фізичне здоров'я, зокрема, на показники кров'яного тиску та імунної системи.

Також, К. Рені, професор психології в Університеті Ексетера, в своїх дослідженнях наголошує на важливості внутрішньої мотивації для пробачення. За її словами, люди, які мають сильний внутрішній стимул до пробачення, мають більшу ймовірність досягти успіху в цьому процесі[10].

Зокрема, є багато досліджень, що вивчають вплив медитації на здатність до пробачення. Наприклад, дослідження, проведені Чарльзом Фостером та його колегами, показали, що люди, які практикують медитацію, мають більшу схильність до пробачення та більшу емоційну стабільність.

Також існують програми тренування, які допомагають людям розвивати навички пробачення. Одна з них – "Програма прощення" – була розроблена Р. Енрікезом та його колегами. Ця програма включає у себе вправи та різноманітні завдання, що допомагають людям розвивати свій емоційний інтелект та здатність до пробачення[18].

Також, важливим чинником в розвитку глибинної готовності до пробачення є самооцінка та самоповага. Індивіди, які мають позитивне ставлення до себе, зазвичай більш терплячі та готові до пробачення. Отже, підвищення рівня самоповаги та самооцінки може сприяти розвитку готовності до пробачення.

Готовність до пробачення може бути різною у різних людей і залежати від багатьох факторів. Одним з найважливіших факторів є наша здатність сприймати світ довкола нас і реагувати на нього. На цю здатність впливає наша особистість, досвід, виховання, культурні установки та інші фактори. Тому готовність до пробачення може бути різною у різних людей[18].

При вивченні феномену глибинної готовності до пробачення варто розглянути теорією медіації, яка базується на позитивних психологічних та соціологічних аспектах, для готовності до пробачення необхідні наступні складові: свідомість, емоційний контроль, емпатія, прозорість, відповідальність, повага. Крім того, науковці вказують на важливість таких аспектів, як самоприйняття, самоповага, впевненість у власних силах, толерантність до інших точок зору.

Розглядаючи позитивні психологічні та соціальні аспекти глибинної готовності до пробачення варто звернути увагу на роботи вітчизняних та зарубіжних вчених. Наприклад, в роботі вітчизняних вчених "Психологічні передумови пробачення в різних типах стосунків" М. Шевченко та Л. Карпенко досліджували взаємозв'язок між типом стосунків та готовністю до пробачення. Вони виявили, що в різних

типах стосунків (сімейному, професійному, соціальному) готовність до пробачення має свої особливості та залежить від різних факторів.

Розглядаючи праці зарубіжних вчених, ми звертаємо увагу на дослідження Р. Енрікеза, який у своїй книзі "Духовність та пробачення в психотерапії" розглядає питання готовності до пробачення з духовно-терапевтичної перспективи. Він підкреслює, що пробачення є однією з найважливіших духовних дій, яку людина може зробити для свого благополуччя та здоров'я. Водночас, автор наголошує, що пробачення не означає забування про те, що сталося, або проходження відповідальності за дії іншої людини[21].

В своїй праці "Духовність та пробачення в психотерапії" Р. Енрікез також описує п'ять етапів процесу пробачення[21]:

1. Заспокоєння – спокій і зосередження на ситуації, яка викликає образу.
2. Розуміння – визначення причини образи і пошук внутрішньої мотивації для її подолання.
3. Емоційна відповідь – зміщення уваги від образи до власних почуттів та реакцій.
4. Рішучість – визначення того, що людина зробить зі своїми почуттями і як вона буде поводитися у подібній ситуації в майбутньому.
5. Дія – вирішення дій, що слід виконати, і виконання їх.

Кожен з цих етапів допомагає людині зрозуміти, прийняти та подолати образу. Вчений також виділяє п'ять рівнів пробачення: фізичне, психологічне, емоційне, духовне та божественне. Кожен з них передбачає різний рівень внутрішньої праці і розвитку.

Інший зарубіжний науковець, Ф. Ласкер, досліджував питання готовності до пробачення з психологічної перспективи. У своїй книзі "Пробачення: теорія, дослідження та практика" він розглядає різні аспекти пробачення, такі як психологічні перешкоди, які перешкоджають готовності до пробачення, індивідуальні та суспільні переваги, що дає пробачення, та стратегії, які можуть допомогти зробити цей крок.

Вивчення питання готовності до пробачення є важливим і має великий практичний значення для психотерапії, консультування, медіації, міжкультурної комунікації та інших сфер людської діяльності. Відомі наукові праці в цій галузі надають важливі підказки та інструменти для того, щоб допомогти людям знайти мир і примирення зі своїм минулим, розвивати соціальну компетентність та будувати здорові стосунки з іншими.

Зарубіжний науковець, Ф. Ласкер, у своїй книзі "Пробачення як процес" розглядає пробачення як процес, що включає кроки від роздратування та образи до прийняття, внутрішнього примирення та відновлення взаємин. Він стверджує, що глибинна готовність до пробачення передбачає здатність до самоаналізу, усвідомлення своїх емоцій та внутрішніх станів, а також до сприйняття більш широкої перспективи та розуміння того, що відбувається в житті.

Інші зарубіжні науковці, такі як Ф. Льюїс та Дж. Енсел, також досліджують питання пробачення та його вплив на здоров'я та благополуччя людини. Їх дослідження підтверджують, що глибинна готовність до пробачення може позитивно впливати на емоційне та психологічне становище людини.

Загальним у всіх розглянутих працях є те, що готовність до пробачення є важливим показником психічного здоров'я людини та взаємовідносин з іншими людьми. Розвиток цієї готовності може сприяти зменшенню конфліктів та покращенню якості міжособистісних відносин.

Вітчизняні та зарубіжні науковці пропонують різні методики для вимірювання готовності до пробачення та розвитку цієї якості особистості. Зокрема, найбільш відомі методики включають "Додатковий опитувальник до Торонто-скейлу вимірювання пробачення" (Enright Forgiveness Inventory) та "Індекс пробачення" (Forgiveness Index)[16].

За допомогою цих методик можна оцінити рівень готовності до пробачення та розробити індивідуальні стратегії для розвитку цієї якості. Для більш ефективного розвитку готовності до пробачення можуть використовуватися різноманітні методи психотерапії, такі як когнітивно-поведінкова терапія, групова терапія, арт-терапія та інші.

1.2 Поняття та структура конфліктної ситуації та стратегії виходу з неї

Сучасна особистість живучи в світі сповненому конкуренції та різнобічності думок не може обійтись без конфліктів або конфліктних ситуацій. Так чи інакше потрібно приймати правильні рішення за допомогою яких, можна вийти з таких ситуацій. У психології конфліктів існує безліч стилів поведінки при виході з конфліктних ситуацій. Особистісні стилі поведінки забезпечують адаптацію особистості до середовища, в якому вона живе, а також ефективну діяльність та спілкування з іншими особами. Правильний вибір стратегії допомагає розвивати відносини з іншими індивідами у позитивному напрямку. У цьому підрозділі ми розглядаємо поняття конфліктної ситуації та різні стратегії виходу з них.

Конфліктна ситуація – це ситуація, в якій дві або більше сторін мають різні інтереси, цілі або погляди, і ці конфліктуючі інтереси перешкоджають досягненню спільної мети або мирного співіснування. Конфлікт може мати різні форми, такі як соціальний, економічний, політичний або особистісний[5]. Більшість конфліктних ситуацій мають різні причини, наприклад такі як відмінності у цінностях, обмеженість внутрішніх ресурсів, конкуренція, неправильне сприйняття ситуації чи недостатня комунікація між індивідами чи групами індивідів. Сучасна психологічна наука розглядає конфліктну ситуацію як можливість або погіршити наявні відносини або навпаки покращити їх.

Конфліктні ситуації мають як позитивні, і негативні наслідки для особистості або груп індивідів. З одного боку, вони стимулюють зміни, інновації та розвиток, сприяючи розумінню різних точок зору та пошуку компромісу у прийнятті рішень. З іншого боку, вони призводять до напруженості, конфронтації, шкоди для відносин та негативного впливу на продуктивність та досягнення цілей. Проте щоб досягти позитивних змін у стосунках після конфліктних ситуацій, необхідною умовою є правильне управління такою ситуацією.

Управління конфліктними ситуаціями потребує навичок спілкування, слухання, пошуку компромісів, посередництва та співробітництва. Ефективне вирішення конфліктних ситуацій полягає у пошуку взаємовигідних рішень з урахуванням

потреб інших сторін та підтримці позитивних відносин між індивідами. Проте навіть за умови наявності цих навичок, врегулювання конфліктної ситуації неможливе без розуміння структури конфліктної ситуації, основної причини її виникнення.

Структура конфліктної ситуації складається з наступних елементів[5]:

1. Конфліктуючі сторони – люди або групи, які мають різні інтереси або цілі.
2. Об'єкт конфлікту – річ або ідея, яку конфліктуючі сторони прагнуть отримати або захистити.
3. Причина конфлікту – фактори, які викликають конфлікт, такі як розбіжності в цінностях, інтересах, стилі поведінки та ін.
4. Поведінка сторін в конфлікті – спосіб, яким сторони поведуться в конфлікті, наприклад, спроби досягти своєї мети, обговорення проблеми, звернення до третьої сторони тощо.

Конфліктної ситуації включає в себе такі елементи:

1. Суперечливі інтереси або цілі.
2. Нерівноправність та недовіра між сторонами.
3. Емоційні збурення та негативні почуття.
4. Недостатня інформація та спілкування між сторонами.
5. Різноманітні фактори, такі як культурні різниці, релігійні переконання, політичні переконання та інші.

У психологічній науці можна виділити декілька підходів для розуміння конфлікту та конфліктної ситуації: перший пояснює це, як зіткнення двох чи більше сторін, тенденцій чи протиріч (погляди А. Бандурки, С. Бочарова, А. Тимченко, Н. Коряк та інших), другий пояснює такі ситуації зі сторони зіткнення кардинально різних сторін (потреб, мотивів, цілей, поведінки, інтересів, тощо), які, вступають в протидію один з одним (погляди В. Андрєєва, Т. Полозова та інших)[2;3;4;5]. Досліджуючи стилі виходу з конфліктної ситуації, необхідно звернути увагу як на теоретичні, так і на емпіричні дослідження в цій області психології (Р. Мертон, Л. Сохань, Д. Скотт, Г. Ложкін, О. Шилов, К. Томас, Р.

Кілмен та інші). Проте актуальний стан проблеми особливостей застосування стилів поведінки в конфліктних ситуаціях відкриває все більшу і більшу площину в дослідженнях, оскільки причини виникнення різних видів конфліктних ситуацій мають некерований характер та різні джерела впливу, на які в більшій мірі впливають тенденції розвитку сучасної особистості та її життя в цілому. Виникають все нові та нові конфліктні ситуації. Зважаючи на це, набирає все більшої актуальності проблема з вибором успішної стратегії для виходу з конфліктної ситуації. Проте важливим є поєднання стратегії виходу з конфліктної ситуації зі стилем поведінки в таких ситуаціях, за умови вдалого поєднання стратегії та стилю, індивід досягає максимального успіху після завершення конфліктної ситуації.

У психології конфліктів набувають широкого вжитку наступні стилі поведінки особистості в конфліктній ситуації[3;5;10;22;23]:

- ухилення передбачає намагання людини уникнути конфліктної ситуації, відсторонення від участі у подіях чи ситуаціях, що можуть призвести до появи певних розбіжностей та суперечностей;
- згладжування, як стиль поведінки, характеризує поведінку людини як таку, що піддається чужим переконанням, всіляко намагається приховати наявність конфліктної ситуації, вимикають власні негативні емоції, шляхом придушення їх, вдаються до солідарності з опонентом;
- примус: характеризується домінуванням одного індивіда над іншим за допомогою примусу, при використанні даного стилю поведінки в особистості домінують більш жорсткі риси характеру, з метою схилити опонента до своєї точки зору та вигідних цілей;
- компроміс: характеризується пошуком загального вирішення конфліктної ситуації, зазвичай така конфліктна ситуація проходить без агресії, оскільки враховуються цілі та мотиви обох сторін, після такого вирішення сторони зазвичай зберігають позитивне ставлення один до одного;

– вирішення проблеми характеризується тим, що особистість внутрішньо готова ознайомитися та прийняти бік свого опонента і тим самим зрозуміти суть та причини конфліктної ситуації, а отже, прийняти відповідне рішення щодо вирішення даного конфлікту; ті, хто використовує цей стиль поведінки під час конфлікту, намагаються знайти найкраще та ефективне рішення, а не задовольняють власну потребу у схваленні.

У сучасній психологічній науці існує широкий вибір стратегій, які індивід може використовувати при виході з конфліктної ситуації. Найвідоміші з них – стратегії Джонсона та Джонсона і стратегії Томаса-Кілмена[4;5].

Стратегії Джонсона та Джонсона включають наступні п'ять кроків[5;6;9;10;21;22;24]:

- Компроміс – обмін повинностями, щоб задовольнити обидві сторони.
- Примус – вирішення конфлікту шляхом перемоги однієї сторони над іншою.
- Втеча – уникнення конфлікту, ігнорування проблеми або відкладання
- Конфронтація – спільна праця над вирішенням проблеми, задоволення потреб обох сторін.
- Згладжування – задоволення потреб іншої сторони за рахунок відмови від власних інтересів.

Стратегії Томаса-Кілмена, також відомі як модель конфліктного розв'язання, включають наступні п'ять кроків[5;6;9;10;21;22;24]:

- Конкуренція – боротьба за свої інтереси та перемога над іншою стороною.
- Компроміс – пошук компромісного рішення, задоволення потреб обох сторін.
- Співпраця – спільна робота над рішенням проблеми, де обидві сторони отримують вигоди.
- Уникнення – уникнення конфлікту, не обговорювання проблеми, збереження статус-кво.

– Акомодація – зосередження на потребах іншої сторони та забезпечення їх задоволення.

Для вирішення конфліктів, вітчизняними та зарубіжними науковцями було розроблено загальні стратегії виходу з конфліктної ситуації:

1. Конкурентна стратегія, також відома як стратегія "я проти тебе". Ця стратегія використовується тоді, коли одна сторона намагається перемогти іншу, навіть за рахунок власних інтересів. Ця стратегія може бути ефективною в деяких випадках, але часто веде до того, що обидві сторони втрачають.

2. Колаборативна стратегія, також відома як стратегія "ми разом". Ця стратегія включає в себе пошук компромісу, в якому обидві сторони знаходять спільне рішення, яке задовольняє їхні інтереси. Ця стратегія може бути доволі складною в практичному застосуванні, але вона дозволяє досягти довгострокової стійкості відносин між сторонами.

3. Компромісна стратегія, також відома як стратегія "половина-половина". Ця стратегія включає в себе пошук компромісу, в якому кожна сторона має дещо відступити, щоб знайти рішення, яке буде задовольняти обидві сторони. Ця стратегія може бути ефективною в багатьох ситуаціях, але вона може також призвести до незадоволення з боку обох сторін.

4. Уникнення стратегії, також відома як стратегія "бігство". Ця стратегія використовується тоді, коли сторона вирішує уникнути конфлікту, наприклад, відкладаючи його розв'язання на майбутнє. Ця стратегія може бути ефективною у деяких випадках, але вона не розв'язує проблему, а просто відкладає її розв'язання.

5. Активна стратегія, також відома як стратегія "я хочу розв'язати це". Ця стратегія включає в себе пошук рішення, яке задовольняє інтереси сторін, але також забезпечує збереження відносин між ними. Ця стратегія може бути ефективною в багатьох ситуаціях, але вона вимагає від сторін додаткових зусиль та бажання досягнути компромісу.

6. Вирішення конфлікту – це процес, який може бути складним, але використання правильних стратегій може допомогти знайти рішення, яке задовольняє всіх

учасників. Важливо пам'ятати, що краще попередити конфлікт, ніж вирішувати його після того, як він виник.

Проте важливим є розуміння того, що вибір стратегії залежить саме від конкретної ситуації та поведінки конфлікуючих сторін. Часто застосовуються різні комбінації стратегій для досягнення максимально ефективного розв'язання конфлікту. Проте існують також загальні та універсальні поради, які рекомендовано використовувати з обраною стратегією.

Загальних порад щодо виходу з конфліктної ситуації:

- Зберігайте спокій і намагайтеся не допускати емоційного спалаху. Це дозволить зосередитися на проблемі та раціонально оцінювати ситуацію.
- Виявіть і зрозумійте інтереси та потреби обох сторін. Це допоможе знайти рішення, яке задовольнить обидві конфлікуючі сторони.
- Відкрито та чесно обговорюйте проблему з іншою стороною. Це дозволить уникнути недорозумінь та непорозумінь.
- Намагайтеся бачити проблему з різних точок зору та враховувати інтереси інших.
- Зосередьте увагу на майбутньому та спрямуйте зусилля на пошук спільного рішення.
- Запропонуйте план дій для вирішення проблеми та погодьтеся на певні зобов'язання.
- Забезпечте контроль за виконанням угоди та згодіться на можливість перегляду угоди у разі потреби.

Уникнення конфліктів та вибір ефективної стратегії для їх розв'язання є важливими навичками в сфері бізнесу, міжособистісних відносин та у всіх інших сферах життя. Дотримуючись принципів конструктивної поведінки та застосовуючи різноманітні стратегії виходу з конфліктів, можна досягти більш сприятливих результатів та зберегти взаємні відносини.

Також для успішного вирішення конфліктних ситуацій важливо мати на увазі, що їх розв'язання – це не про перемогу однієї сторони над іншою, а про пошук

компромісу, який буде задовольняти обидві сторони. При цьому, необхідно пам'ятати, що вчинки однієї сторони можуть мати наслідки для іншої сторони, тому важливо прагнути до збалансованості та враховувати інтереси обох сторін. Розглядаючи конфліктну ситуацію зі сторони свого опонента важливо враховувати його почуття, особливості поведінки та інші фактори, які можуть вплинути на розвиток та завершення конфліктної ситуації. Важливими аспектами вирішення конфліктів є спілкування, емпатія, слухання та визнання іншої сторони.

Крім того, важливо пам'ятати, що конфлікти та конфліктні ситуації є нормальною та звичною складовою частиною міжособистісних відносин, і їх розв'язання може не тільки зберегти ці відносини, а й розвинути їх у позитивному напрямку. Найкращим підходом вважається відкрите спілкування, емпатія та здорова повага до інших, внутрішня готовність не тільки вийти з таких ситуацій, а внутрішньо пробачити свого опонента. Також важливим компонентом екологічного для себе та опонента виходу з конфліктної ситуації, є те, що потрібно розуміти, що найефективнішим буде шлях підбору стратегій виходу, за умови аналізування власне ситуації.

ВИСНОВОК ДО 1 РОЗДІЛУ

У першому розділі нами було охарактеризовано стратегії виходу з конфліктної ситуації та досліджено феномен глибинної готовності до пробачення. Виходячи з вивченого нами матеріалу ми можемо зробити наступні висновки.

Зважаючи на складність сучасного світу, де конфліктні ситуації мають не тільки особистісний, а й глобальний характер, важливим є правильний вибір стратегії виходу з такої ситуації.

У результаті досліджень було встановлено, що існують різні стратегії, які можна використовуватиме ефективного вирішення конфліктів. Деякі з них включають співпрацю, компроміс, конкуренцію, уникнення та адаптацію. Вибір оптимальної стратегії залежить від контексту, характеру конфлікту та цілей сторін. Проте однією з важливих умов правильного виходу з конфліктної ситуації є інтеграція різних підходів, які при правильному поєднанні допомагають вдало завершити таку ситуацію.

Більш глибоке розуміння стратегій вирішення конфліктів також включає вивчення емоційного інтелекту, соціальної компетентності, спілкування і вирішення проблем. Розвиток цих навичок може сприяти ефективній взаємодії та сприятливому вирішенню конфліктів.

Дослідження також показують, що посередництво та посередництво можуть бути корисними інструментами для управління конфліктами. Ці методи дозволяють сторонам взаємодіяти під керівництвом нейтральної третьої сторони, сприяючи пошуку взаємоприйнятних рішень та побудові довгострокових відносин.

Розуміння та застосування цих стратегій може покращити нашу здатність ефективно справлятися з конфліктами, сприяючи покращенню як особистих, так і соціальних відносин.

При виході з конфліктної ситуації важливим також є глибинна готовність до пробачення.

Узагальнюючи, ми можемо зробити висновок, що глибинна готовність до пробачення є складною та багатогранною якістю, що передбачає здатність до самоаналізу, емпатії, терпимості, милосердя та внутрішнього примирення.

Дослідження цього питання дозволяє краще зрозуміти людську поведінку та ставлення до себе та інших, а також розробляти ефективні програми розвитку соціальної компетентності та духовності. Загалом, дослідження питання глибинної готовності до пробачення є актуальним та важливим напрямом в сучасній психології, який дозволяє краще зрозуміти, як людина здатна змиритися зі злом, знайти в собі сили пробачити та перейти далі.

Також важливо зазначити, що глибинна готовність до пробачення може бути покладена в основу програм розвитку соціальної компетентності, які застосовуються в різних сферах, наприклад, у педагогічній, соціальній, медичній та інших. Відповідно, дослідження цього питання дозволяє розробити та впровадити ефективні програми, спрямовані на розвиток соціальної компетентності, в тому числі, й готовності до пробачення.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ СТРАТЕГІЙ РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ ТА ГЛИБИННОЇ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОБАЧЕННЯ У СТУДЕНТІВ

2.1 Методики дослідження зв'язку стратегій розв'язання конфліктних ситуацій та глибинної готовності до пробачення

Метою даного емпіричного дослідження ж дослідження зв'язку стратегій розв'язання конфліктних ситуацій та глибинної готовності до пробачення у студентів.

Поставленими завданнями на даному етапі є:

1. Описати методики дослідження зв'язку стратегій розв'язання конфліктних ситуацій та глибинної готовності до пробачення
2. Емпірично вивчити стилі поведінки у конфліктних ситуаціях та рівень глибинної готовності до пробачення студентів.
3. Виявити наявність та характер зв'язку між стильовими особливостями поведінки у конфліктних ситуаціях та глибинної готовності до пробачення студентів.

Отже, дослідженню підлягали стилі поведінки в конфліктній ситуації та глибинна готовність до пробачення:

- стиль поведінки (у конфліктній ситуації) – це стійкі способи здійснення поведінки у типових умовах, які реалізуються на основі внутрішньої мотивації та прагнень особистості;
- глибинна готовність до пробачення – це реалізація внутрішнього потенціалу, при якому особистість успішно долає життєві труднощі та ускладнення з іншими особистостями.

Для вивчення стилів поведінки в конфліктних ситуаціях нами використовувалася методика «Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій» Д. Джонсона та Ф. Джонсона; для дослідження глибинної готовності до пробачення нами були

використані такі методики як: «Шкала прощення як риси характеру» Дж. Беррі, Е. Уорінгтона, Л. О'Коннора, Л. Парротта та Н. Уейда та «Шкала глибинної готовності до пробачення» (Heartland Forgiveness Scale) авторів Л. Томпсона, Ч. Снайдера, Л. Хоффмана.

Методика «Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій» Д. Джонсона та Ф. Джонсона. Методика була адаптована Т. Кушнірук. Методика спрямована на дослідження стратегій поведінки особистості при розв'язанні конфліктної ситуації. Ця методика дозволяє виявити типові підходи до конфліктів та допомагає зрозуміти, які стратегії можуть бути ефективними або неефективними в різних ситуаціях.

Методика передбачає використання опитувальника, який складається з ряду запитань, що стосуються взаємодії в конфліктних ситуаціях. Відповіді на запитання дозволяють визначити, які стратегії в основному використовуються особою під час конфлікту.

Ця методика класифікує стратегії розв'язання конфліктів на п'ять основних типів:

- Примус: Стратегія, коли людина активно відстоює свої інтереси та прагне перемоги над іншими сторонами.
- Конфронтація: Стратегія, коли людина прагне знайти компромісні рішення, що враховують інтереси всіх сторін.
- Втеча: Стратегія, коли людина уникає конфлікту, уникаючи протиріч та взаємодії з іншими сторонами.
- Згладжування: Стратегія, коли людина погоджується з іншими сторонами та змінює свої позиції та інтереси.
- Компроміс: Стратегія, коли людина шукає рішення, що задовольняє частково інтереси всіх сторін.

Методика "Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій" розкриває особисті підходи до вирішення конфліктної ситуації та для розвитку навичок ефективного управління такими ситуаціями.

Методика складається з 35 запитань, відповідь на які надаються у форматі відповіді від 1 балу до 5 балів, де 1 – ніколи не відповідаю, а 5 – відповідає у всіх випадках.

Інтерпретація результатів методики здійснюється у відповідності до ключа методики, в якому використовуються такі шкали: втеча, примус, згладжування, компроміс та конфронтація. Втеча (черепаша) включає в себе бази з запитань 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31; примус (акула) – 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32; згладжування (плюшевий ведмедик) – 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33; компроміс (лисиця) – 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34; конфронтація (сова) – 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35. Для отримання результатів, потрібно провести підрахунок балів за кожною стратегією: чим більшою є загальна сума балів – тим частіше особистість схильна використовувати її в умовах конфліктної ситуації, чим менша загальна сума, тим рідше особистість користується нею.

«Шкала прощення як риси характеру» Дж. Беррі, Е. Уорінгтона, Л. О'Коннора, Л. Парротта та Н. Уейда. Адаптована С. Л. Кравчуком. Дана шкала розглядає прощення, як особистісну рису характеру, прояв якої пов'язаний з керуванням власних емоцій та їх усвідомленні, а також готовності проявити емпатію до свого кривдника. Ця методика дозволяє оцінити особистісні характеристики, пов'язані з процесом прощення, а також дослідити вплив цих характеристик на психологічне благополуччя та міжособистісні відносини.

Методика базується на ідеї, що прощення є активним процесом, який включає в себе зміну емоційного ставлення до образу, винесеної судження та перебудови взаємних стосунків. Вона вимірює такі аспекти прощення, як відчуття образу, гніву, негативних емоцій та готовності до пробачення.

Опитувальник складається з 10 запитань, відповідь на які надається у форматі відповіді від 1 до 5 балів, де 1 бал – це категорично не погоджуюся, а 5 – цілком погоджуюся. Для обробки отриманих результатів, використовується ключ: оцінки 1, 2, 3, 4, 5 переводяться відповідно в бали 1, 2, 3, 4, 5 для таких тверджень: 2, 4, 5, 9, 10; оцінки 1, 2, 3, 4, 5 переводяться відповідно в бали 5, 4, 3, 2, 1 для таких тверджень: 1, 3, 6, 7, 8. Отримані результати дозволяють визначити рівень

готовності до пробачення у людини, а також виявити специфічні риси характеру, які можуть впливати на процес прощення

Ця методика має значення для вивчення та розуміння прощення як психологічного явища та його впливу на психічне благополуччя та міжособистісні відносини. Вона може бути використана в психологічних дослідженнях, клінічній практиці, психотерапевтичній роботі та інших областях, де прощення є важливим аспектом.

«Шкала глибинної готовності до пробачення» (*Heartland Forgiveness Scale*) авторів Л. Томпсона, Ч. Снайдера, Л. Хоффмана. Методика адаптована Е. Л. Носенко та А. В. Сокур. Дана шкала призначена для оцінювання диспозиційної готовності до пробачення. Вона базується на теорії прощення і оцінює різні аспекти пробачення, включаючи прощення себе, прощення інших та відчуття образи. Методика допомагає виявити рівень готовності до прощення, яка може бути розглянута як психологічний процес, включаючи емоційні, когнітивні та поведінкові аспекти.

Методика складається з 18 питань. Відповідь на кожне питання надається у форматі відповідей, де потрібно обрати бал від 1 до 7, де 1 – майже завжди це не про мене, 7 – майже завжди це про мене. Ці запитання стосуються сприйняття образи, емоційного ставлення до неї, готовності до пробачення та інших аспектів, пов'язаних з прощенням.

Інтерпретація результатів відбувається за трьома субшкалами (пробачення себе (питання 1-6), пробачення іншого (питання 7-12), пробачення ситуації (питання 13-18)) та повною шкалою (питання 1-18).

Ця методика дозволяє науковцям та практикам виміряти рівень глибинної готовності до пробачення, а також дослідити його вплив на психічне благополуччя, міжособистісні відносини та інші психологічні аспекти. Вона може бути використана в дослідженнях прощення, клінічній практиці, психотерапії та інших областях, де прощення є важливим аспектом для психологічного добробуту та здоров'я.

2.2 Опис результатів дослідження зв'язку стратегій розв'язання конфліктних ситуацій та глибинної готовності до пробачення студентів

В емпіричному дослідженні взяли участь 31 студент Київського національного економічного університету ім. В. Гетьмана. Збір відповідей від респондентів тривав 4 тижні за допомогою платформи online-опитувань Google Forms. Основні характеристики вибірки представлено у таблиці

Таблиця 2.1 - Характеристика вибірки за основними показниками (n=31)

Показники опису вибірки	N осіб	% від загальної вибірки
Стать:		
Чоловіки/Жінки	16/15	52/48
Вік:		
18 років	3	10
19 років	2	6
20 років	4	13
21 рік	11	35
22 роки	8	26
23 роки	3	10

З табличних даних бачимо, що у емпіричному дослідженні взяли майже рівна кількість чоловіків та жінок, віком від 18 до 23 років. При проходженні запропонованих методик, респондентам була забезпечена повна конфіденційність.

За допомогою використання методики «Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій» Д. Джонсона та Ф. Джонсона були отримані дані щодо стилю поведінки студентів в конфліктних ситуаціях. Індивідуальні дані всіх респондентів були занесені до таблиці, що розміщується в Додатку А. Узагальнені дані наведені в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2 - Дані щодо стилів поведінки студентів у конфліктних ситуаціях

(за методикою Д. Джонсона та Ф. Джонсона)

<i>Стиль поведінки</i>	<i>Кількість респондентів</i>	<i>%</i>
Втеча	2	7
Примус	7	22,5
Згладжування	5	16
Компроміс	9	32
Конфронтація	7	22,5

Як свідчать дані наведеної вище таблиці, досліджувані нами студенти використовують у конфліктних ситуаціях всі наведені в методиці стилі поведінки, але різною мірою. При інтерпретації результатів, які ми отримали після завершення опитування, ми виявили, що домінуючими серед респондентів є стиль *компромісу* (32%), *примусу* (22,5%) та *конфронтації* (22,5%). Також студентами, які прийняли участь у дослідженні використовується стиль *згладжування* (16%). Найменше їм притаманний стиль *втечі* (7%).

Отже, при потраплянні у конфліктну ситуацію, поведінка сучасних студентів характеризується перш за все (при виборі компромісного вирішення конфліктної ситуації) пошуком та застосуванням спільного шляху та методів вирішення конфліктних ситуацій. Такі студенти можуть поступитися частиною власних принципів та цілей, але й за умови того, що опонент зробить те саме. Головним показником вирішення конфліктної ситуації є те, що «золота середина» досягнута.

Також респондентам нашого дослідження властива поведінка примусу (при використанні стилю поведінки примус), що характеризується примушуванням опонента до вибору саме власного вирішення конфліктної ситуації, для таких студентів є важливою тільки їх власне прагнення та думка, а почуття опонента є неважливими, основною установкою в такій ситуації є те, що конфліктна ситуація є вирішеною тоді, коли один перемагає іншого. У конфліктних ситуаціях притаманною є також поведінка конфронтації (при використанні стилю поведінки

конфронтація). При такій поведінці, особистості важливо зберегти як і власні цілі, так і цілі опонента, не зруйнувавши відносин з ним. Конфлікт вважається завершеним, коли обговорені всі болючі точки та досягнуто рішення, яке задовольняє цілі обох сторін конфлікту, при цьому така ситуація закінчується тільки тоді, коли знята вся напруга, яка виникла під час такої ситуації.

Найменш використовуваними є стиль згладжування та стиль втечі. При використанні стилю згладжування, респондент «закриває очі» на власні цілі, з якими він вступив в конфліктну ситуацію, проте найважливішими для нього залишаються почуття опонента. Такий респондент хоче перш за все всім подобатися, зберегти позитивне ставлення до себе. Така особистість тримається за добрі стосунки з опонентом та всіляко уникає обговорень при вирішенні конфлікту, згладжуючи конфліктну ситуацію. Студенту зі стилем втеча притаманні такі особливості поведінки в конфліктній ситуації як повне обминання та втеча якнайдалі від конфліктної ситуації. При застосовуванні цього стилю, втрачаються також власні цілі та бажання. У конфліктній ситуації такий респондент відчуває себе безпомічним, тому за краще вважає втекти фізично та психологічно і не вступати в конфліктну ситуацію.

За допомогою використання методики «Шкала глибинної готовності до пробачення» (*Heartland Forgiveness Scale*) авторів Л. Томпсона, Ч. Снайдера, Л. Хоффмана нами були отримані дані щодо глибинної готовності студентів до пробачення. Індивідуальні дані всіх опитаних були занесені до таблиці, що розміщується в Додатку Б. Узагальнені дані наведені в таблиці 2.3, 2.4 та 2.5.

Таблиця 2.3 - Дані про рівень глибинної готовності студентів до пробачення за середнім значенням субшкал

(за методикою Л. Томпсона, Ч. Снайдера, Л. Хоффмана)

<i>Рівень пробачення себе, ситуації та інших</i>	<i>Кількість респондентів</i>	<i>%</i>
Високий рівень (30-42 бали)	7	22,5 %
Середній рівень	24	77,5 %

(19-29 балів)		
Низький рівень (6-18 балів)	0	0 %

Таблиця 2.4 - Дані про рівень глибинної готовності студентів до пробачення за значенням субшкал (за методикою Л. Томпсона, Ч. Снайдера, Л. Хоффмана)

Рівень/Субшкала	Вимір HFS Прощення себе		Вимір HFS Прощення інших		Вимір HFS Прощення ситуації	
	n	%	n	%	n	%
Високий рівень (30-42 бали)	10	32%	7	23%	6	19%
Середній рівень (19-29 балів)	21	68%	24	77%	25	78%
Низький рівень (6-18 балів)	0	0%	0	0%	1	3%

Таблиця 2.5 - Дані про рівень глибинної готовності студентів до пробачення за повною шкалою (за методикою Л. Томпсона, Ч. Снайдера, Л. Хоффмана)

<i>Рівень прощення за повною шкалою</i>	<i>Кількість респондентів</i>	<i>%</i>
Високий рівень (90-126 балів)	6	19 %
Середній рівень (55-89 балів)	25	81 %
Низький рівень (18-54 бали)	0	0 %

Як свідчать зібрані нами дані в ході емпіричного дослідження більша половина респондентів мають *середній рівень* глибинної готовності до пробачення, а саме

24 особи за результатами трьох субшкал та 25 осіб за результати повної шкали, що у відсотковому значення 77,5% та 81% відповідно. *Високий рівень* глибинної готовності до пробачення мають 7 та 6 осіб (22,5% та 19% відповідно), з цих осіб, один респондент набрав найвищу кількість балів, а саме 36,7 балів за субшкалами та 110 балів за повною шкалою. З огляду на результати дослідження, жоден студент (0%) не має *низького рівня* глибинної готовності до пробачення.

Індивідуальна оцінка за загальним балом HFS вказує на схильність людини прощати себе, інших людей і неконтрольованої ситуації. Вищі бали вказують на вищий рівень прощення, а нижчі бали вказують на нижчий рівень прощення. Індивідуальні бали за трьома вимірами HFS вказують на схильність людини прощати себе (вимір HFS Прощення себе), іншим людям (вимір HFS Прощення інших) і ситуації, які знаходяться поза будь-чим контролем (вимір HFS Прощення ситуації). Вищі бали вказують на вищий рівень прощення, а нижчі бали вказують на нижчий рівень прощення. Аналізуючи результати, які ми отримали після вивчення результатів респондентів саме за окремими субшкалами (табл. 2.4), ми можемо сказати, що у вимірі HFS Прощення себе високий результат (від 30 до 42 балів) отримали 10 респондентів, що у відсотковому значенні дорівнює 32%, середній результат – 21 респондент (68%), низький результат не отримав жодний з опитуваних (0%). У вимірі HFS Прощення інших ми отримали такі результати: високий рівень – 7 респондентів (23%), середній рівень – 24 респонденти (77%), низький рівень не отримав жодний з опитуваних (0%). У вимірі HFS Прощення ситуації ми отримали такі результати: високий рівень – 6 респондентів (19%), середній рівень – 25 респонденти (78%), низький рівень – 1 респондент (3%).

Після аналізу цих результатів, ми можемо сказати, що окремо взятий респондент може, наприклад, знайти внутрішній ресурс для пробачення себе та інших, в той час як ситуацію, яка не залежить від нього, він пробачити не здатний або навпаки. Також зрозумілим стає те, що кількість респондентів, які мають високий рівень пробачення себе (за відсотковим значенням з табл. 2.4) переважає над показниками кількості респондентів з виміру шкал Пробачення інших та ситуації.

Проте все ж, ми можемо сказати що більшість респондентів мають достатньо високий або середній рівень пробачення себе, інших та ситуації, яку вони не можуть контролювати. Також можемо відслідкувати залежність від результатів, наприклад студенти з високим рівнем пробачень за двома шкалами, мають більш високий рівень пробачення саме ситуації на яку вони не можуть вплинути, в той час у студентів з середнім рівнем пробачення, субшкали пробачення себе та інших знаходяться на більш високому рівні, ніж пробачення неконтрольованої ситуації (наприклад, хвороба, природна катастрофа).

За допомогою використання інструменту «Шкала прощення як риси характеру» Дж. Беррі, Е. Уорінгтона, Л. О'Коннора, Л. Парротта та Н. Уейда були отримані дані щодо наявності прощення як риси характеру у студентів. Індивідуальні дані всіх респондентів були занесені до таблиці, що розміщується в Додатку В. Узагальнені дані наведені в таблиці 2.6.

Таблиця 2.6 - Дані про рівень прощення як риси характеру (за шкалою Дж. Беррі, Е. Уорінгтона, Л. О'Коннора, Л. Парротта та Н. Уейда)

<i>Рівень прощення, як риси характеру</i>	<i>Кількість респондентів</i>	<i>%</i>
Високий рівень (41 і вище балів)	4	13%
Середній рівень (28-40 балів)	20	64%
Низький рівень (до 27 балів)	7	23%

Як свідчать зібрані нами дані в ході емпіричного дослідження більша половина респондентів мають середній рівень прощення як риси характеру, а саме 20 осіб за результатами суми двох шкал, що у відсотковому значенні дорівнює 64%. Високий рівень прощення як риси характеру мають 4 особи (13%), низький рівень прощення як риси характеру у 7 осіб (23%).

Дана шкала розглядає прощення, як особистісну рису характеру, прояв якої пов'язаний з керуванням власних емоцій та їх усвідомленні, а також готовності проявити емпатію до свого кривдника. Більшість студентів, а саме ті які отримали

від 28-40 балів та мають середній рівень, здатні проявляти емпатію до кривдника, розуміти його емоції та керувати власними. Респонденти які отримали низький рівень прощення як риси характеру (до 27 балів), майже не мають прощення як риси характеру, тому щиро пробачити свого опонента чи кривдника, їм не вдається. Респонденти які отримали від 41 і вище балів (4 особи), мають високій рівень прощення, що означає присутність прощення як риси характеру. Прощення таким респондентам дається надзвичайно легко та без болю для себе.

Для проведення кореляційного аналізу з метою виявлення статистично значущих кореляційних зв'язків між стилями поведінки у конфліктних ситуаціях за методикою «Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій» Д. Джонсона та Ф. Джонсона, «Шкала прощення як риси характеру» Дж. Беррі, Е. Уорінгтона, Л. О'Коннора, Л. Парротта та Н. Уейда та «Шкала глибинної готовності до пробачення» (Heartland Forgiveness Scale) авторів Л. Томпсона, Ч. Снайдера, Л. Хоффмана використовувався критерій Пірсона.

Завдяки кореляційному аналізу (див. Додаток Г) були виявлені статистично значущі зв'язки між даними щодо стилів поведінки у конфліктній ситуації, глибинною готовністю до пробачення та прощенням як риси характеру.

У таблиці 2.7 представлено основні вибрані результати кореляційного аналізу за показниками використаних методик, а саме стратегій розв'язання конфліктних ситуацій з шкалами глибинної готовності до пробачення та прощення як риси характеру.

У таблиці 2.8 представлено результати кореляційного аналізу за показниками використаних методик, а саме стратегій розв'язання конфліктних ситуацій з субшкалами глибинної готовності до пробачення.

Таблиця 2.7 - Статистичні показники зв'язку стратегій розв'язання конфліктних ситуацій з шкалами глибинної готовності до пробачення та прощення як риси характеру

Назва стратегії розв'язання конфліктних ситуацій	Коефіцієнт кореляції (r) та рівень його статистичної значимості (p)	Назва шкали
Згладжування	r=0,496; p=0,005	«Шкала прощення як риси характеру»
Примус	r=0,464; p=0,009	«Шкала глибинної готовності до пробачення»
Компроміс	r=0,401; p=0,025	«Шкала глибинної готовності до пробачення»
Конфронтація	r=0,576; p=0,001	«Шкала глибинної готовності до пробачення»

Таблиця 2.8 - Статистичні показники зв'язку стратегій розв'язання конфліктних ситуацій з субшкалами глибинної готовності до пробачення

Назва субшкали/Назва стратегії виходу з конфліктної ситуації	Примус	Компроміс	Конфронтація
Вимір HFS Прощення себе	-	r=0,424; p=0,017	r=0,405; p=0,024
Вимір HFS Прощення іншого	r=0,436; p=0,014	-	r=0,413; p=0,021
Вимір HFS Прощення ситуації	r=0,378; p=0,036	r=0,439; p=0,013	r=0,592; p=0,000

Із табличних даних видно, що між вказаними показниками встановлений прямий кореляційний зв'язок, що означає: чим більше або менше значення одного показника, тим більше або менше буде значення іншого.

Між стилями поведінки за методиками «Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій», «Шкала прощення як риси характеру», виявлено:

1. прямий зв'язок між присутністю прощення як риси характеру та стилем поведінки «згладжування» (табл. 2.7).

Такий кореляційний зв'язок можна пояснити наступним чином: в студентів, в яких прощення присутнє як риса характеру, переважає стиль поведінки як «згладжування», який характеризується відстороненістю від конфліктних ситуацій, намаганнями зберегти добрі відносини з опонентом, всіляко згладжуючи «гострі кути». При використанні такого стилю поведінки в обох учасників не залишається гірких відчуттів та образ після виходу з такої ситуації, тому і пробачити набагато легше.

Між стилями поведінки за методиками «Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій» та середнім значенням субшкал за методикою «Шкала глибинної готовності до пробачення» (Heartland Forgiveness Scale), виявлено:

1. прямий значимий зв'язок між глибинною готовністю до пробачення та стилем поведінки «примус» (табл. 2.7).

Це можна пояснити тим, що респондент, який використовує стиль поведінки «примус», що характеризується схилянням опонента до своїх цілей, точки зору, мети, яку він переслідує, не зважанням на почуття та цілі опонента, має більшу глибинну готовність до пробачення, ніж той, хто використовує інші стилі поведінки виходу з конфліктної ситуації. Це пояснюється також тим, що в такого респондента не залишається образи на свого опонента, адже фактично саме опонент, виступив у ролі жертви та відмовився від власних цілей та бажань з якими він увійшов в таку ситуацію.

2. прямий значимий зв'язок між глибинною готовністю до пробачення та стилем поведінки «компроміс» (табл. 2.7).

Це можна пояснити тим, що студент, який використовує такий стиль поведінки, який характеризується пошуком спільних мотивів до вирішення конфліктної ситуації, бажанням відмовитися від частини власних бажань, за умови того, що й опонент відмовиться від своїх, виходить з конфліктної ситуації також без

неприємних відчуттів та образ. Таким чином, йому набагато легше пробачити свого опонента, на відміну від тих студентів, які використовують інші стилі поведінки виходу з конфліктної ситуації.

3. прямий значимий зв'язок між глибинною готовністю до пробачення та стилем поведінки «конфронтація» (табл. 2.7).

Це можна пояснити тим, що опитані нами респонденти, які використовують такий стиль поведінки, що характеризується відкритим діалогом з опонентом, при цьому така ситуація, вважається завершеною, коли всі болючі питання обговорені, в такому стилі поведінки, можуть втратитися деякі поставлені цілі, проте спільне рішення буде знайдене, глибинно готові до пробачення, адже конфліктна ситуація завершилася без значної втрати дружніх стосунків та всіх поставлених цілей, тому значних образ не залишається.

У той час коли інші студенти, використовуючи інші стилі поведінки в конфліктній ситуації не мають глибинних ресурсів для пробачення опонентів.

Між стилями поведінки за методиками «Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій» та значенням субшкал за методикою «Шкала глибинної готовності до пробачення» (Heartland Forgiveness Scale), виявлено:

1. прямий значимий зв'язок між виміром HFS Прощення себе та стилем поведінки «компроміс» (табл. 2.8).

Це можна пояснити тим, що студент, який використовує такий стиль поведінки, який характеризується пошуком компромісних рішень, знаходить потрібний ресурс для пробачення своїх власних помилок та провин перед іншими та собою. Це може пояснюватися тим, що діалог з собою побудований на пошуку компромісу, що зменшує рівень сорому перед собою, тому студент, який використовує цю стратегію відносно до себе, пробачення надається набагато легше.

2. прямий значимий зв'язок між виміром HFS Прощення себе та стилем поведінки «конфронтація» (табл. 2.8).

Це можна пояснити тим, що студент, який використовує такий стиль поведінки, який характеризується відкритим діалогом, веде його з собою, ніби аргументуючи

власні вчинки. Цей конструктивний діалог приводить до того, що студент приймаючи свої помилки, перестає картати себе за це та пробачає собі конфліктну ситуацію.

3. прямий значимий зв'язок між виміром HFS Прощення інших та стилем поведінки «примус» (табл. 2.8).

Це можна пояснити тим, що студент, який використовує такий стиль поведінки, який характеризується схилянням опонента до своїх цілей, точки зору, мети, яку він переслідує, не зважанням на почуття та цілі опонента, може пробачити свого опонента, адже в такій конфліктній ситуації у студента не залишається почуття гіркоти в середині, так як саме з його боку був вчинений тиск.

4. прямий значимий зв'язок між виміром HFS Прощення інших та стилем поведінки «конфронтація» (табл. 2.8).

Це можна пояснити тим, що студент, який використовує такий стиль поведінки, який характеризується відкритим діалогом з опонентом, при цьому така ситуація, вважається завершеною, коли всі болючі питання обговорені, не має глибокого відчуття образи на опонента, адже його власні інтереси були також враховані, тому і може легко пробачити його.

5. прямий значимий зв'язок між виміром HFS Прощення ситуації та стилем поведінки «примус» (табл. 2.8).

Це можна пояснити тим, що студент, який використовує такий стиль поведінки, який характеризується схилянням самої ситуації до своїх цілей, точки зору, мети, яку він переслідує, набагато легше приймає внутрішню зміну у свідомості і емоційному ставленні до ситуації, що дозволяє відпустити негативні емоції та перейти до стану мирного прийняття, атже саме примусом він змінює ситуацію на краще для себе.

6. прямий значимий зв'язок між виміром HFS Прощення ситуації та стилем поведінки «компроміс» (табл. 2.8).

Це можна пояснити тим, що студент, який використовує такий стиль поведінки, який характеризується пошуком компромісних рішень, знаходить позитивні

сторони такої ситуації та отримує певну вигоду для себе, тому і відпускає образу на ситуацію легко та без болю для себе.

7. прямий значимий зв'язок між виміром HFS Прощення ситуації та стилем поведінки «конфронтація» (табл. 2.8).

Це можна пояснити тим, що студент, який використовує такий стиль поведінки, який характеризується внутрішнім діалогом з ситуацією, яка виникла в його житті, знаходить ресурс для прийняття наявних вже умов життя та наприкінці пробачає цю ситуацію, адже в ході діалогу може знайти в ній втілення своїх цілей та бажань, хоча й за умови того, що він втратив частину цілей або отримав не 100% бажаного результату.

Таким чином, наше дослідження показало прямий зв'язок між стратегіями виходу з конфліктної ситуації та наявністю в особистості прощення як риси характеру та глибинної готовності до прощення. Саме стратегії, які передбачають обговорення ситуації, полишення частини власних цілей, повагу до почуттів опонента, допомагають студенту відпустити образу своєму опоненту. У той час як респонденти, які використовують інші стилі виходу з конфліктної ситуації (наприклад втеча), зберігають образу на опонента достатньо довгий час та глибинно не готові пробачити йому це. Також нами було отримано результати, що при загальній шкалі глибинної готовності до прощення студент отримав досить високий, або середній результат, окремо себе, інших або ситуацію пробачити йому вдається набагато складніше.

ВИСНОВКИ ДО 2 РОЗДІЛУ

У другому розділі нами було вивчено та описано методики, які були використані для проведення емпіричного дослідження, а саме: «Шкала прощення як риси характеру» Дж. Беррі, Е. Уорінгтона, Л. О'Коннора, Л. Парротта та Н. Уейда. Дана шкала розглядає прощення, як особистісну рису характеру, прояв якої пов'язаний з керуванням власних емоцій та їх усвідомленні, а також готовності проявити емпатію до свого кривдника; «Шкала глибинної готовності до пробачення» (Heartland Forgiveness Scale) авторів Л. Томпсона, Ч. Снайдера, Л. Хоффмана. Дана шкала призначена для оцінювання диспозиційної готовності до пробачення; методика «Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій» Д. Джонсона та Ф. Джонсона. Методика спрямована на дослідження стратегій поведінки особистості при розв'язанні конфліктної ситуації.

На основі цих методик, нами було проведене емпіричне дослідження, в якому взяли участь 31 студент Київського національного економічного університету ім. В. Гетьмана.

Після проведення дослідження, кореляційного аналізу та опису отриманих результатів, ми виявили: прямий значимий зв'язок між стилем поведінки «згладжування» та присутністю прощення як риси характеру; прямий значимий зв'язок між стилем поведінки «примус» та глибинною готовністю до пробачення; прямий значимий зв'язок між стилем поведінки «компроміс» та глибинною готовністю до пробачення; прямий значимий зв'язок між стилем поведінки «конфронтація» та глибинною готовністю до пробачення. Також був проведений кореляційний аналіз Пірсона для субшкал методики «Шкала глибинної готовності до пробачення». Було виявлено такі прямі значимі зв'язки: між стилем поведінки «компроміс», «конфронтація» та виміром HFS Прощення себе; між стилем поведінки «примус», «конфронтація» та виміром HFS Прощення інших; між стилем поведінки «примус», «компроміс», «конфронтація» та виміром HFS Прощення ситуації.

ВИСНОВКИ

Теоретичне та емпіричне дослідження на тему «Зв'язок стратегій розв'язання конфліктних ситуацій та глибинної готовності до пробачення студентів» дозволяє розглянути ключові аспекти взаємозв'язку стратегій вирішення конфліктів та глибинної готовності студентів до пробачення. Ця тема важлива, оскільки конфліктні ситуації є невід'ємною частиною міжособистісних відносин, зокрема й у освітньому середовищі. Розуміння взаємозв'язку між стратегіями вирішення конфліктних ситуацій та глибинною готовністю прощати може допомогти покращити якість взаємодії між особистостями, а також впливає на їх індивідуальні успішність та соціально-емоційний розвиток.

У першому розділі, в якому ми досліджували теоретичні джерела, виявили що стратегії вирішення конфліктних ситуацій можна розділити на конструктивні та деструктивні. Було розкрито сутність поняття глибинної готовності до пробачення – психологічна та емоційна готовність особистості до процесу прощення, що включає розуміння, прийняття і відпускання образи, негативних емоцій, пов'язаних з негативним впливом, нанесеною опонентом.

Конструктивні стратегії, такі як компроміс, співробітництво та вирішення конфліктів, сприяють позитивному вирішенню конфліктів та зміцненню відносин між індивідами. Деструктивні стратегії, такі як уникнення, агресія та маніпуляція, можуть загострювати конфлікти та впливати на негативний розвиток ситуації. Крім того, дослідження наукових праць вітчизняних та зарубіжних дослідників показали, що глибинна готовність до прощення впливає на сприйняття конфліктної ситуації та може бути ключовим фактором здатності студентів вирішувати конфлікти без шкоди для обох учасників такої ситуації.

Отже, в першому розділі нами були охарактеризовані поняття стратегії розв'язання конфліктних ситуацій. Охарактеризовано стратегії розв'язання конфліктних ситуацій такі як втеча, що характеризується уникненням конфліктних ситуацій; примус, що описує примушування інших приймати потрібне їм рішення у конфлікті; згладжування – схильність пожертвувати своїми цілями, задля збереження стосунків, компроміс – знаходження спільних рішень,

але при цьому жертвування частиною своїх цілей та конфронтацію, яка характеризується сприйняттям конфлікту як виклику, який треба вирішити вигідним для всіх сторін способом. Був здійснений ґрунтовний аналіз актуальних наукових досліджень та описаний феномен глибинного пробачення.

Для досягнення поставлених нами завдань, був проведений опис методик, які ми використовували в подальшому емпіричному дослідженні.

«Шкала прощення як риси характеру» Дж. Беррі, Е. Уорінгтона, Л. О'Коннора, Л. Парротта та Н. Уейда. Дана шкала розглядає прощення, як особистісну рису характеру, прояв якої пов'язаний з керуванням власних емоцій та їх усвідомленні, а також готовності проявити емпатію до свого кривдника; «Шкала глибинної готовності до пробачення» (Heartland Forgiveness Scale) авторів Л. Томпсона, Ч. Снайдера, Л. Хоффмана. Дана шкала призначена для оцінювання диспозиційної готовності до пробачення; методика «Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій» Д. Джонсона та Ф. Джонсона. Методика спрямована на дослідження стратегій поведінки особистості при розв'язанні конфліктної ситуації.

У нашому емпіричному дослідженні, взяли участь 31 студент Київського національного економічного університету ім. В. Гетьмана.

Після проведення кореляційного аналізу та опису отриманих результатів, ми виявили: прямий значимий зв'язок між стилем поведінки «згладжування» та присутністю прощення як риси характеру; прямий значимий зв'язок між стилем поведінки «примус» та глибинною готовністю до пробачення; прямий значимий зв'язок між стилем поведінки «компроміс» та глибинною готовністю до пробачення; прямий значимий зв'язок між стилем поведінки «конфронтація» та глибинною готовністю до пробачення. Також був проведений кореляційний аналіз Пірсона для субшкал методики «Шкала глибинної готовності до пробачення». Було виявлено такі прямі значимі зв'язки: між стилем поведінки «компроміс», «конфронтація» та виміром HFS Прощення себе; між стилем поведінки «примус», «конфронтація» та виміром HFS Прощення інших; між

стилем поведінки «примус», «компроміс», «конфронтація» та виміром HFS Прощення ситуації.

Результати дослідження свідчать про наявність прямого зв'язку між обраною стратегією виходу з конфліктної ситуації та глибинною готовністю до пробачення у студентів. Респонденти, які використовують конструктивні стратегії, демонструють більш високий рівень глибокої готовності до прощення, що сприяє позитивному вирішенню конфліктних ситуацій та зміцненню відносин між студентами. В той час як студенти, які використовують деструктивні стратегії, демонструють нижчий рівень глибинної готовності до пробачення, що призводить до загострення конфліктних ситуацій та негативного впливу на студентську спільноту та й взагалі на суспільство в цілому.

Досягнуті нами результати мають практичне значення для освітнього середовища. Насамперед, вони наголошують на важливості навчання студентів правильному вибору стратегії конструктивного вирішення конфліктної ситуації. Для досягнення цього, ми пропонуємо використовувати бути тренінги, семінари та практичні заняття, спрямовані на розвиток навичок співпраці, емпатії та вміння знаходити компроміси. Крім того, важливо удосконалювати програми підтримки студентів у розвитку глибинної готовності до пробачення. Це може включати психологічну підтримку, навчання управлінню емоціями та роботу з групами для сприяння внутрішньому примиренню та процесу прощення.

За умови подальшого, більш глибокого, дослідження цієї теми, може розширюватися розуміння взаємозв'язку між стратегіями вирішення конфліктної ситуації та глибинною готовністю студентів прощати. Також, ми розглядаємо можливість додаткових подальших досліджень, зосереджених на вивченні ролі культурних, соціальних та індивідуальних факторів у цих відносинах, а також на розробці та оцінці ефективності програм щодо покращення навичок вирішення конфліктних ситуацій та глибинною готовністю до прощення прощати.

Проведене нами дослідження, підтверджує наявність зв'язку між стратегіями вирішення конфліктних ситуацій та глибинною готовністю студентів пробачати. Використання конструктивних стратегій виходу з таких ситуацій та глибинної

готовності до прощення може сприяти поліпшенню міжособистісних відносин індивідів та позитивно впливати на успішність розвитку соціально-емоційної сфери особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Балабанова І.В. Психологічні аспекти формування готовності до пробачення особистості в умовах життєвих труднощів та стресу. Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія Психологія. 2014. Вип. 54. С. 3-9
2. Бочаріна Н. О. Психологія особистості : навч. посіб. ПереяславХмельницький, 2014. 23-31 с.
3. Гарькавець С. О. Соціальні конфлікти – пропозиція нової класифікації. Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць СНУ ім. В. Даля. Сєвєродонецьк, 2018. № 2. С. 87-98.
4. Гетьманчук М. П., Гетьманчук П. М., Гнатюк С. С. Конфліктологія : навч. посіб. Львів: ЛьвДУВС, 2016. 158-163 с.
5. Гірник А. М. Основи конфліктології : навч. посіб. Київ, КиєвоМогилян. Акад., 2010. 112-125 с.
6. Долинська Л. В., Матяш-Заяц Л. П. Психологія конфлікту : навч. посіб. Київ: Каравела, 2017. 131-162 с.
7. Лубарець Т.С. "Пробачення як процес примирення"К.: КНТ, 2010. 136 с.
8. Макаренко О.М. Взаємозв'язок готовності до пробачення та стилів розуміння інших людей. Наукові записки Національного університету "Острозька академія". Серія "Психологія". 2016. Вип. 7. С. 123-126
9. Катасанов О. М. Особливості конфліктологічної компетентності особистості та підходи до її формування. Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. К.; Ніжин: ПП Лисенко, 2017. Т. ІХ., Вип. 10. С. 88-94.
10. Катасанов О. М. Конфліктологічна компетентність особистості у соціально-психологічному вимірі. Психологічні науки: проблеми та перспективи : матеріали всеукр. наук.-практ. конф., 16-17 берез. 2018 р., м. Запоріжжя. Запоріжжя: Класичний приватний університет, 2018. С. 59-62.

11. Носенко Е. Л., Аршава І. Ф. Сучасні напрями зарубіжної психології: психологія особистості / за ред. С. Д. Максименка. Дніпропетровськ: Видавництво ДНУ. 2010. 261 с.
12. Носенко Е. Л., Сокур А. В. Шкала глибинної готовності до пробачення: опис та адаптація // *Journal of Psychology Research*. 2018. Vol. 24 (7). P. 112–123.
13. Носенко Е. Л., Четверик-Бурчак А. Г. Опитувальник «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма»: опис, адаптація, застосування // *Вісник Дніпропетровського університету*. 2014. Т. 22. № 9/1. С. 89–97.
14. Подоляк Л. Г., Юрченко В. І. Психологія вищої школи: Навчальний посібник для магістрантів і аспірантів. К., ТОВ «Філ-студія», 2006. 320 с.
15. Потапчук Л. В. Психологічні особливості становлення особистісної зрілості старшокласників : дис. канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Луцьк: Волинський державний університет імені Лесі Українки, 2001. 205 с.
16. Саннікова О. П. Схильність особистості до психологічного подолання суб'єктивно складних ситуацій // *Наука і освіта*. 2014. № 9. С. 42–48.
17. Саннікова О. П., Страцинська І. А. Індивідуальна специфіка психологічної проникливості інтерналів та екстерналів // *Наука і освіта*. 2015. № 11–12. С. 12–18.
18. Сердюк Л. З., Петрученко Н. М. Зміст і структура психологічної готовності до професійної діяльності студентів з інвалідністю // *Освіта регіону*. К.: Університет «Україна». 2021. №5. С. 140–143.
19. Сокур А. В. Пробачення: теоретичний аналіз сутності поняття // *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 6. С. 45–49.
20. Сокур А. В. Теоретичний аналіз сутності поняття пробачення в контексті психологічної травми та психоаналізу // *Молодий вчений*. 2018. № 12 (64). С. 64–69.
21. Прибутько П. С. Конфліктологія: навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів. К.: КНТ, 2010. 136 с.

22. Романенко О. В., Лукашенко М. Ю. Особливості поведінки в конфліктних ситуаціях осіб із різним рівнем тривожності. *Юридична психологія*. К. : НАВС, 2017. № 2. С. 21-29.
23. Хохліна О. П. Проблема змісту базових категорій психології. *Юридична психологія*. Київ, 2017. № 1. С. 21-34.
24. Чуловський В. Е. Вплив інтраперсональних конфліктів на формування соціальної компетентності особистості в юнацькому віці. *Сєвєродонецьк*, 2018. С. 20
25. McCullough M.E., Pargament K.I., Thoresen C.E. The Psychology of Forgiveness: History, Conceptual Issues, and Overview. *Handbook of Forgiveness*. 2005. P. 13-35
26. Worthington E.L. *Five Steps to Forgiveness: The Art and Science of Forgiving*. New York: Crown Publishers. 2001
27. Worthington E. L. Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: theory, review, and hypotheses / E. L. Worthington, M. Scherer // *Psychology & Health*. – 2004. –№ 19:3. – P. 385–405.

ДОДАТКИ

Додаток А

Результати респондентів за методикою
«Діагностика стратегій розв'язання конфліктних ситуацій»

Д. Джонсона та Ф. Джонсона

№	Втеча	Примус	Згладжування	Компроміс	Конфронтація
1	15	21	29	31	26
2	23	27	23	33	32
3	29	34	32	31	35
4	20	24	23	23	23
5	24	23	20	26	29
6	21	20	30	23	23
7	21	22	27	25	28
8	22	27	26	25	24
9	21	21	23	25	26
10	15	12	17	18	16
11	18	29	27	25	30
12	18	22	13	16	21
13	16	28	24	27	25
14	29	18	30	29	22
15	17	21	20	18	12
16	29	25	26	26	28
17	24	24	29	31	30
18	21	18	22	21	24
19	24	23	27	28	26
20	20	22	23	24	27
21	26	28	25	25	26
22	26	22	28	25	24
23	22	26	21	27	25
24	24	27	23	25	26
25	28	25	25	24	26
26	22	27	29	30	29
27	22	24	34	35	34
28	16	23	32	31	29
29	19	27	32	33	29
30	23	26	32	33	30
31	17	27	28	31	30

- *Втеча – 2*
- *Примус – 7*
- *Згладжування – 5*
- *Компроміс – 9*
- *Конфронтація – 7*

**Результати респондентів за методикою
«Шкала глибинної готовності до пробачення» (Heartland Forgiveness Scale)
авторів Л. Томпсона, Ч. Снайдера, Л. Хоффмана**

№	Субшкала пробачення себе	Субшкала пробачення іншого	Субшкала пробачення ситуації	Повна шкала	Середнє значення за субшкалам и
1	32	20	30	82	27,3
2	36	30	29	95	31,7
3	35	39	36	110	36,7
4	22	22	27	71	23,7
5	27	26	36	89	29,7
6	27	24	25	76	25,3
7	30	31	31	92	30,7
8	29	29	27	85	28,3
9	20	22	19	61	20,3
10	27	24	26	77	25,7
11	24	29	29	82	27,3
12	27	32	22	81	27,0
13	22	25	21	68	22,7
14	24	23	25	72	24,0
15	23	24	18	65	21,7
16	20	22	24	66	22,0
17	30	26	31	87	29,0
18	21	29	23	73	24,3
19	31	24	27	82	27,3
20	25	27	28	80	26,7
21	24	26	29	79	26,3
22	22	30	24	76	25,3
23	30	24	29	83	27,7
24	27	24	25	76	25,3
25	33	29	28	90	30,0
26	31	32	31	94	31,3
27	27	27	26	80	26,7
28	25	29	28	82	27,3
29	28	24	26	78	26,0
30	31	31	28	90	30,0
31	26	27	26	79	26,3

Результати респондентів за методикою
«Шкала прощення як риси характеру» Дж. Беррі, Е. Уорінгтона, Л.
О'Коннора, Л. Парротта та Н. Уейда

№	Шкала 1	Шкала 2	Загальна сума
1	19	13	32
2	7	9	16
3	13	13	26
4	17	18	35
5	14	11	25
6	23	17	40
7	22	14	36
8	12	10	22
9	18	15	33
10	12	12	24
11	18	15	33
12	9	17	26
13	20	17	37
14	14	15	29
15	11	15	26
16	15	18	33
17	23	15	38
18	20	13	33
19	14	18	32
20	14	18	32
21	25	22	47
22	24	19	43
23	21	19	40
24	17	11	28
25	21	12	33
26	20	20	40
27	22	21	43
28	23	23	46
29	21	19	40
30	20	17	37
31	21	18	39

Результати показників кореляційного аналізу за критерієм Пірсона

		Шкала глибинної готовності до пробачення	Шкала прощення як риси характеру	Втеча	Примус	Згладжування	Компроміс	Конфронтація
Шкала глибинної готовності до пробачення	Кореляція Пірсона	1	-0,157	0,270	,464**	0,280	,401*	,576**
	знач. (двостороння)		0,398	0,141	0,009	0,127	0,025	0,001
	N	31	31	31	31	31	31	31
Шкала прощення як риси характеру	Кореляція Пірсона	-0,157	1	-0,042	0,112	,496**	0,298	0,199
	знач. (двостороння)		0,398	0,824	0,550	0,005	0,104	0,282
	N	31	31	31	31	31	31	31

** . Кореляція значуща на рівні 0,01 (двостороння).
 * . Кореляція значуща на рівні 0,05 (двостороння).

		Втеча	Примус	Згладжування	Компроміс	Конфронтація
Вимір HFS Прощення себе	Кореляція Пірсона	0,156	0,323	0,226	,424*	,405*
	знач. (двостороння)	0,403	0,076	0,222	0,017	0,024
	N	31	31	31	31	31
Вимір HFS Прощення інших	Кореляція Пірсона	0,222	,436*	0,156	0,107	,413*
	знач. (двостороння)	0,231	0,014	0,403	0,565	0,021
	N	31	31	31	31	31
Вимір HFS Прощення ситуації	Кореляція Пірсона	0,287	,378*	0,302	,439*	,592**
	знач. (двостороння)	0,118	0,036	0,099	0,013	0,000
	N	31	31	31	31	31

* . Кореляція значуща на рівні 0,05 (двостороння).
 ** . Кореляція значуща на рівні 0,01 (двостороння).