

Чала Олена Андріївна, м. Київ

ДЕСТРУКТИВНА КОНФЛІКТНІСТЬ ЯК ЧИННИК ПОРУШЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЮНАЦТВА

В роботі проаналізовано особливості впливу деструктивної конфліктності як особистісної риси юнаків на їх психологічне здоров'я. З'ясовано, що деструктивна конфліктність стає чинником порушення соціального здоров'я та провокує проблеми адаптації та самовизначення молодих людей.

Ключові слова: психологічне здоров'я, соціальне здоров'я, юнацький вік, деструктивна конфліктність.

В работе проанализированы особенности влияния деструктивной конфликтности как личностной черты юношей на их психологическое здоровье. Выяснено, что деструктивная конфликтность становится фактором нарушения социального здоровья и провоцирует проблемы адаптации и самоопределения молодых людей.

Ключевые слова: психологическое здоровье, социальное здоровье, юношеский возраст, деструктивная конфликтность.

Актуальність проблеми. За умов інтенсифікації ритму життя сучасної людини актуальним постає завдання її успішної соціальної адаптації, яка можлива за умов повноцінного розвиненого психологічного здоров'я особистості. Юнацький вік постає в онтогенезі людини як особливо значимий для вироблення її психологічного здоров'я, і на цій основі започаткування тривалого процесу формування особистісної зрілості. З однієї сторони, молодість постає як відповідальний період самовизначення, що супроводжується стресовими, фрустраційними, а часто й відверто кризовими станами, з іншої – юнацький період сповнений значними адаптаційними

ресурсами, активізацією процесів саморозвитку. Успішність особистісного становлення в юнацькому віці стає запорукою подальшої самореалізації дорослої особистості, а підґрунтя психологічного здоров'я формує фундамент її зрілості. За таких умов актуальним для українського суспільства постає питання психологічного супроводу формування особистості в юнацькому віці, сприяння формуванню високих показників її психологічного здоров'я.

Тлумачення науковцями психологічного здоров'я як інтегрального показника особистості визначає існування ряду його ознак. Водночас має місце виокремлення показників порушень психологічного здоров'я. Одним із таких показників є деструктивна конфліктність як системна якість особистості. Проблема її взаємозв'язків з психологічним здоров'ям особистості ще не потрапила у фокус наукових досліджень, що зумовило здійснення нами її аналізу. Практичне значення даної роботи зумовлюється потребами вчасної корекції деструктивної конфліктності юнаків і, як наслідок, оптимізації їх психологічного здоров'я.

Таким чином, **метою статті** є аналіз виявів деструктивної конфліктності як ознаки порушення психологічного здоров'я особистості юнацького віку.

Виклад основного матеріалу

Розробка науковцями питань збереження та підвищення психологічного здоров'я особистості зумовлена посиленням несприятливих та нестабільних умов розвитку суспільства, що стають стресогенними чинниками. Значні соціально-економічні, політичні та культурні зміни провокують погіршення психологічного стану населення, що виражається у зростанні тривожності, агресивності, песимістичних настанов, почуття незадіяності та безпорадності щодо власного життя.

Зауважимо, що предметом нашого аналізу постало саме поняття психологічного, а не психічного здоров'я людини. Останнє є більше аспектом вивчення медицини, оскільки охоплює питання профілактики та усунення психічних розладів, функціональних порушень, які потребують не лише

психотерапевтичної, але й лікарської допомоги. Психологічне ж здоров'я характеризує особистість в цілому і за думкою російського психолога І.В. Дубровіної, дозволяє виокремити власне психологічний аспект психічного здоров'я. Означений фахівець визначає наступні характеристики психологічно здорової особистості:

- прийняття себе, своїх переваг та недоліків, усвідомлення власної цінності та унікальності, своїх здібностей та можливостей;
- прийняття інших людей, визнання цінності та унікальності кожної людини незалежно від віку, статусу та національності;
- добре розвинена рефлексія, вміння розпізнавати свої емоційні стани, мотиви поведінки, наслідки вчинків;
- стресостійкість, вміння знаходити власні ресурси в складній ситуації.

Відповідно, психологічне здоров'я тлумачиться як аспекти психічного здоров'я, тобто сукупність особистісних характеристик, що є передумовами стресостійкості, соціальної адаптації, успішної самореалізації [7, с. 9].

Проблематика системних досліджень психологічного здоров'я особистості відображена у численних наукових працях, присвячених особистісному розвитку, зокрема питанням самореалізації особистісного потенціалу (І.Д. Бех, Л.І. Божович, П.Я. Гальперін, О.М. Леонтьєв, С.Д. Максименко, А. Маслоу, В. Франкл), розвитку адаптаційних ресурсів (А. Вейс, Ж.Піаже, К.К. Платонов, Ф. Скіннер, Д.Н. Узнадзе, А.Фройд), впливу психологічного здоров'я на здоровий спосіб життя молоді (Л.А. Лепіхова, Т.М. Титаренко) [1]. Аналіз цих досліджень дозволяє простежити дві основні лінії вияву психологічного здоров'я особистості, а саме психологічна рівновага, що охоплює когнітивну та афективну сферу, та ефективні адаптивні процеси, що реалізуються через діяльнісно-поведінкову сферу.

Психологічне здоров'я представників юнацького віку відображає загальні особистісні характеристики і водночас визначається чинниками, що становлять специфіку даного вікового періоду. Ми тлумачимо *психологічне здоров'я* як

стан благополуччя молодшої людини, при якому вона може реалізувати свій власний потенціал через успішне особистісне самовизначення, конструктивно справлятися зі нормативними життєвими стресами, продуктивно і плідно навчатися й працювати, а також ефективно взаємодіяти з іншими членами суспільства. У цьому позитивному сенсі психологічне здоров'я є основою благополуччя і ефективного функціонування представників юнацького періоду.

Відповідно до основних напрямків формування особистості в юнацькому віці можна виокремити такі критерії її психічного здоров'я:

- усвідомлення безперервності, постійності і ідентичності свого фізичного і психічного «Я», розвинена позитивна Я-концепція,
- визнання та реалізація ресурсів саморозвитку та самовдосконалення,
- здатність планувати власну життєдіяльність і реалізовувати ці плани,
- спроможність усвідомлювати та регулювати власні емоційні прояви,
- збалансованість когнітивних, емоційних та поведінкових проявів,
- критичність до себе, своїх психічних проявів, в тому числі діяльності та її результатів,
- відповідність психічних реакцій (адекватність) силі і частоті впливу середовища, соціальним обставинам і ситуаціям,
- здатність до саморегуляції поведінки відповідно до соціальних норм, приписів і правил,
- здатність змінювати спосіб поведінки залежно від зміни життєвих ситуацій і обставин.

Дослідження І.В. Дубровіної [3], В.Е. Пахалян [6], О.В. Хухлаєвої [8], показують, що, з одного боку, психологічне здоров'я є умовою адекватного виконання людиною своїх вікових, соціальних і культурних ролей, з іншого боку, забезпечує особистості можливість безперервного розвитку протягом всього його життя. Безперервність розвитку є важливою властивістю психологічного здоров'я і умовою адекватного розгортання професійного

шляху, який в юнацькому віці локалізується щодо професійного вибору та фахового навчання.

Психологічне здоров'я молодих людей суттєво залежить від особливостей їх життя, змісту взаємодії з оточуючими людьми, ставлення до них та оцінки себе як особистості. Можна виокремити ряд факторів особистісної та соціальної сфери, що призводять до порушень психологічного здоров'я юнаків, диференціюючи їх на зовнішні та внутрішні. До зовнішніх факторів відносяться:

- дестабілізуюча обстановка в суспільстві, що відображається на складностях формування та вияву особистісної ідентичності,
- хронічне психоемоційне напруження як супровід кризи самовизначення,
- підвищена відповідальність за процес та результати навчально-професійної діяльності (режим постійного внутрішнього та зовнішнього контролю),
- несприятлива психологічна атмосфера в родині (конфліктність взаємин з батьками),
- психологічно складні взаємини з ровесниками.

Внутрішні фактори локализуються в особистості самого юнака і виявляються як:

- схильність до емоційної ригідності (стриманості),
- надто інтенсивне переживання обставин життєдіяльності,
- недостатньо розвинена особистісна мотивація (виснаження мотиваційних ресурсів),
- нерозвинена рефлексія і неадекватна особистісна самооцінка,
- моральні відхилення та порушення ціннісних орієнтацій (грубість, безпринципність, вульгарність тощо).

Перераховані вище чинники безпосередньо пов'язані з такою особистісною рисою, як деструктивна конфліктність. Згідно даних попередньо

здійсненого нами аналізу, взаємне підсилення дії зовнішніх та внутрішніх чинників конфліктності особистості сприяє її закріпленню та провокує трансформацію в деструктивну форму. В нашому тлумаченні *деструктивна конфліктність* особистості є психологічним феноменом, що має прояв у деструктивній поведінці в конфліктних ситуаціях, продукуванні конфліктів і конфліктогенів, наявності деструктуючих внутрішніх конфліктів [9, с. 622]. Таким чином, деструктивна конфліктність особистості зумовлюється комплексом особистісних чинників, що продукують її, вплив яких перешкоджає особистісному зростанню і саморозвитку юнака. Ці обставини уможливають тлумачення деструктивної конфліктності як чинника порушення психологічного здоров'я молодшої людини. Оскільки деструктивна конфліктність найбільше охоплює сферу взаємодії юнака з іншими людьми, то можна говорити про її руйнівний вплив щодо його соціального здоров'я.

Соціальне здоров'я юнака знаходить віддзеркалення в таких характеристиках, як адекватне сприйняття соціальної дійсності та себе в ній, інтерес до навколишнього світу, адаптація (рівновага) до фізичного і соціального середовища, спрямованість на суспільну справу, культура, альтруїзм, емпатія, відповідальність перед іншими, безкорисливість, демократизм, толерантність у поведінці.

Натомість, порушення соціального здоров'я молодшої людини, спричинене деструктивною конфліктністю як закріпленою особистісною якістю має типові ознаки:

- на рівні властивостей особистості: екзистенційний вакуум, залежність від шкідливих звичок; відхід від відповідальності за себе, втрата віри в себе, свої можливості;
- на рівні психічних станів: збідненість, незбалансованість та неконтрольованість емоцій і почуттів, безпричинна злостивість, ворожість, підвищена навіюваність та тривожність;

- на рівні психічних процесів: неадекватне самосприймання, нелогічність, зниження когнітивної активності; хаотичність та патогенність мислення; категоричність, стереотипність та некритичність мислення;
- на рівні саморегуляції: неадекватність самооцінки, завищення рівня домагань, ослаблення (навіть втрата) або, навпаки, невинуватана гіпертрофованість самоконтролю; ослаблення волі, поведінкова дезінтеграція;
- на рівні соціальної взаємодії: неадекватне сприймання (відображення) навколишнього світу, дезадаптивна поведінка, конфліктність та ворожість, посилений егоцентризм, прагнення до влади (як самоціль), прагнення до збагачення, володінні речами і ін.

Умовно стан психологічного здоров'я юнацтва співвідносно з проявами деструктивної конфліктності як їх особистісної риси можна розділити на три рівні:

- до високого рівня – активного – можна віднести юнаків із стійкою адаптацією до середовища, наявністю резерву сил для подолання стресових ситуацій і активним творчим відношенням до дійсності. Такі молоді люди не характеризуються деструктивною конфліктністю, успішно розв'язують поточні суперечливі життєві ситуації і тому не потребують спеціалізованої психологічної допомоги;
- до середнього рівня – адаптивного – віднесемо молодих людей в цілому адаптованих до соціуму, які проте мають деяку підвищену тривожність, епізодичні прояви неконтрольованої агресивності та конфліктності, що зумовлює їх розгляд як групи ризику і потребує психологічного супроводу,
- до низького рівня – дезадаптивного – віднесемо юнаків, чий стиль поведінки характеризується, перш за все, прагненням пристосувати зовнішні обставини своїм бажанням або можливостям, використовуючи активну наступальну позицію, підпорядкувати оточення своїм потребам.

Молоді люди, віднесені до даного рівня психологічного здоров'я, характеризуються деструктивною конфліктністю як закріпленою особистісною якістю і тому вимагають індивідуальної психологічної допомоги.

Відомий дослідник юнацької психології Ігор Кон вважає, що процес відкриття юнаком власного «Я» є складним і внутрішньо суперечливим. Несподівано виявляється, що «внутрішнє» «Я» не збігається з «зовнішньою» поведінкою, внаслідок чого актуальною стає проблема самоконтролю. Невизначеність, недостатня диференційованість, розмитість «Я» в цьому віці зумовлюють почуття стурбованості та внутрішньої порожнечі, яку слід чимось наповнити, що, в свою чергу, породжує посилення потреби у спілкуванні та одночасне зростання його вибірковості, посилення потреби у відокремленні від інших [4, с. 226].

Складності формування Я-концепції та проблеми особистісного самовизначення зумовлюють переживання молодого людиною кризи ідентичності. За думкою Б.С. Положого [10, с. 74], типовими є чотири варіанти переживання людиною кризи ідентичності. Так, апатичний варіант проявляється через втрату життєвої перспективи, зниження активності та цілеспрямованості, замкнутістю та пасивним очікування вирішення своїх проблем. Негативістичний, або пасивно-агресивний виражається через песимізм, надмірний консерватизм, хронічне почуття незадоволеності при відсутності спроб змін. Магічний варіант проявляється через захисне магічне мислення, що визначає світогляд, поведінку та стиль життя особистості, якій притаманні загострений інтерес до ірраціональних, метафізичних аспектів життя. Ознаками дисоціального, або агресивно-деструктивного варіанту переживання кризи є тенденція до негнучкої, конфліктної, руйнівної поведінки, безкомпромісних думок і стереотипних суджень. Зважаючи на визнані світовою психологічною спільнотою ідеї про переживання кризи ідентичності саме під час юнацького віку, вбачаємо дисоціальний варіант її переживання аналогом прояву деструктивної конфліктності молодого людини.

Проблему ускладнює ще й ймовірність негативного впливу означеної особистісної риси на психологічне здоров'я інших людей, що залучені в коло взаємодії з юнаком. Однак ми цілком погоджуємося з думкою О.С. Васильєвої про те, що суть здоров'я особистості полягає в тому, що в психіці кожної людини, разом з патогенно функціонуючими несвідомими комплексами є ресурси, необхідні для оздоровлення особистості, і кожна людина самою природою від народження наділена власним потенціалом здоров'я, який часто виявляється до кінця незадіяним і нереалізованим [2]. Це означає, що головною умовою корекції деструктивної конфліктності молодих людей, а відтак і покращення їх психологічного здоров'я є активізація власних мотиваційних, когнітивних, афективних та поведінкових ресурсів юнака з метою успішної реалізації його особистісного потенціалу.

Висновки

Здійснений аналіз науково-методичних джерел засвідчив, що проблема збереження психологічного здоров'я є особливо актуальною для сучасного українського суспільства. Важливо, що психологічне здоров'я юнаків є інтегральним показником успішності формування особистості, процесів її адаптації та самореалізації в даному віковому періоді.

Проблеми формування Я-концепції та особистісного самовизначення в юнацькому віці можуть провокувати деструктивну конфліктність, яка, в свою чергу, є чинником порушення соціального здоров'я як аспекту психологічного здоров'я особистості. Своєчасна корекція деструктивної конфліктності як особистісної якості молодих людей забезпечує збереження їх психологічного здоров'я та подальшої успішної самореалізації.

Результати аналізу науково-методичних джерел дозволили окреслити **перспективи подальших досліджень**. Автор вважає за доречне укласти та апробувати практичне дослідження чинників та механізмів вияву деструктивної конфліктності юнацтва.

Література:

1. Аршава І. Ф. Психологія здоров'я : [навч. посіб.] / І. Ф. Аршава, О. Г. Рєпіна. – Донецьк. : Вид-во ДНУ, 2006. – 92 с.
2. Васильева О. С. Психология здоровья. Феномен здоровья в культуре, психологической науке и обыденном сознании / Васильева О. С., Филатов Ф. Р. – Ростов-на-Дону, 2005. – С.110-186.
3. Дубровина И. В. Психология : учеб. пособ. / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан. – [2-е изд., стер.]. – М. : Академия, 2003. – 464 с.
4. Кон И. С. Психология старшеклассника / И. С. Кон. – [3-е изд, доп.]. – М. : Просвещение, 1981. – 425 с.
5. Психология здоровья : учеб. для вузов / под ред. Г. С. Никофорова. – СПб. : Питер, 2006. – 607 с.
6. Пахальян В. Э. Развитие и психологическое здоровье : дошкольный и школьный возраст / В. Э. Пахальян. – СПб. : Питер, 2006. – 240 с.
7. Развитие профессиональной компетентности педагогов : программы и конспекты занятий с педагогами / авт.-сост. М. И. Чумакова, З. В. Смирнова. – Волгоград : Учитель, 2008. – 135 с.
8. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции : учеб. пособ. для студ. высш. пед. учеб. заведений / О. В. Хухлаева. – М. : Академия, 2001. – 208 с.
9. Чала О.А. Внутрішньоособистісний конфлікт як чинник деструктивних форм поведінки юнаків / О. Чала // Актуальні проблеми психології : Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. Костюка АПН України / [за ред. С. Максименка]. – К. : Главник, 2008. – Т. X. – Ч. 8. – С. 621 – 626.
10. Юрьева Л. Н. Кризисные состояния : [монография] / Л. Н. Юрьева. – Днепропетровск : Арт-Прес, 1998. – 164 с.