

Внутрішньоособистісний конфлікт як чинник деструктивних форм поведінки юнаків

Чала Олена Андріївна,
старший викладач кафедри
загальної, вікової та
педагогічної психології
Київського міського
педагогічного університету
імені Б.Д. Грінченка

Актуальність даної теми пов'язана із вирішенням практичних завдань суспільства стосовно проблем, конфліктів юнацького віку. Навчання, виховання юнацтва також одна із сторін суспільного життя, в якій так само відбуваються різноманітні конфлікти, причиною яких частіше є внутрішні психічні суперечності юнаків, дівчат. Інститут сім'ї, на який покладено функцію відновлення населення, занепадає, частішають випадки розлучень на ранніх етапах шлюбного життя. Така ситуація свідчить про невміння молодих людей вирішувати як внутрішньоособистісні, так і міжособистісні конфлікти. І це невміння закріплюється у підростаючого покоління, юнацтва програмуючи його на невдачі в житті.

Звичайно, є об'єктивні причини конфліктів: фінансово-економічні, житлово-побутові та інші проблеми аналогічного характеру. Важливої ролі набувають і соціальні особливості, ускладнення конфліктної ситуації і т. п. Та частіше справа в людині, в її баченні проблеми. Автор статті основний акцент робить на вузько-спеціалізованому вивченні суб'єктивних аспектів конфлікту, перебігу внутрішніх конфліктів. Виходячи з ідеї про двоякість впливу внутрішньоособистісних конфліктів на носія, увагу зосереджено на аналізі причин і виявів деструктивних конфліктів юнаків.

Отже, метою статті є аналіз змісту та виявів деструктивного внутрішньоособистісного конфлікту в юнацькому віці, його типових поведінкових формах і психологічних наслідках.

Ступінь розробленості проблеми конфліктних відносин представлений у роботах багатьох зарубіжних і вітчизняних вчених минулого і сучасності. Обґрунтування факторів виникнення, сутності, структури, динаміки внутрішньоособистісних конфліктів знайшло своє відображення у працях Е. Дюркгейма, В. Вундта, Г. Зіммеля, З. Фрейда, К. Юнга, А. Адлера, К. Хорні, Е. Берна, Я. Морено, Ф. Перлза, Е. Еріксона, К. Роджерса, Е. Фромма, В. Франкла та інших.

Популярними конфліктологами кінця ХХ початку ХХІ століття є зарубіжні фахівці: Е. Уілсон (специфіка статевих конфліктів), П. Ван де Берге (представник біологічного функціоналізму), К. Лоренц, Р. Фокс, А. Адрі, Д. Моріс, Д. Дена, В. Сатір, Д. Скотт.

У вітчизняній психології вивчались в основному міжособистісні, сімейні, виробничі конфлікти (Ф. Бородкін, Н. Коряк, Ю. Альошина, А. Бандурко, В. Друзь та інші), а внутрішньоособистісні, що висвітлені у працях О. Лурії, О. Донченко, Т. Титаренко, М. Пірен, Г. Ложкіна, Н. Пов'якель, є менш вивченими.

Особливо потребують ґрунтовного дослідження, враховуючи гостроту проблеми розв'язання конфліктних ситуацій, зростаючу кількість самогубств серед молоді та невелику кількість літератури з вище означеного питання, шляхи, засоби подолання внутрішньоособистісних конфліктів у юнацькому віці. Успішне вирішення конфліктних ситуацій потребує усвідомлення того, що таке конфлікт взагалі і внутрішній зокрема, знання і оволодіння ефективними способами спілкування, вміння обрати доцільний спосіб поведінки в конфліктній ситуації. В багатьох публікаціях про проблеми юнацтва головною його бідою визнається відсутність у суспільства, батьків, вчителів інтересу до особистості юнака, небажання і невміння пізнавати його внутрішній світ. Така ситуація – неприпустима і небезпечна. Адже, саме

в період юності життєво необхідним є індивідуальний підхід, який полягає, зокрема, у вивченні психологічних властивостей особистості з метою надання їй допомоги у вирішенні внутрішніх, а потім міжособистісних, міжгрупових конфліктів.

Внутрішньоособистісний конфлікт виявляється як внутрішньо-особистісна суперечність, що сприймається і переживається людиною як значима для неї проблема, яка вимагає свого розв'язання і активізує внутрішню роботу свідомості, спрямовану на аналіз і подолання цієї проблеми. Кожна людина є самостійним генератором конфлікту, тобто особистість постійно формує і відтворює внутрішні конфлікти, носієм яких і вона виступає.

Ситуація внутрішньоособистісного напруження і суперечливості, хоча є суб'єктивно неприємною, тривожною, однак в певних межах і ступені не тільки природна, але й необхідна, так як виступає стимулом для активізації рефлексивних процесів особистості, активатором саморозвитку і самовдосконалення. Без внутрішніх суперечностей не може бути здійснений ніякий розвиток, так як він забезпечується зіткненням суперечностей, а ті, в свою чергу, спричинюють конфлікт. І якщо внутрішньоособистісний конфлікт має конструктивний характер, він справді є необхідним, тому що незадоволення собою, критичне ставлення до власного «Я» як потужний двигун примушує особистість рухатись шляхом самовдосконалення і самоактуалізації, наповнюючи особливим сенсом життя. Підтвердити позитивне значення конструктивного внутрішньоособистісного конфлікту можна словами В.Франкла: «Я вважаю небезпечною помилкою припущення, що в першу чергу людині потрібна рівновага, чи, як це називається в біології, «гомеостаз». Насправді людині потрібний не стан рівноваги, а скоріше боротьба за якусь гідну мету»[5, 121].

Диференціюючи поняття конструктивного і деструктивного характеру внутрішніх конфліктів, ми беремо за основу наступні ознаки:

- ступінь особистісних витрат на розв'язання конфлікту,

- характер впливу на носія конфлікту,
- сформовані наслідки переживання конфлікту.

Відповідно, конструктивним внутрішньоособистісний конфлікт є за умов мінімальних особистісних витрат на його розв'язання, позитивного впливу на психічні прояви носія з активізацією саморозвитку та самовдосконалення. Стосовно деструктивного внутрішнього конфлікту спостерігаємо зворотну динаміку – максимальний розвиток конфліктуючих структур виснажує особистісні резерви, спричинює психічну стагнацію чи й деградацію.

Внутрішні конфлікти, які розв'язані конструктивно, позитивно впливають на особистість юнака, забезпечують її подальший ріст, вселяють віру в себе і в людей. Деструктивно розв'язані конфлікти несуть в собі протилежне. Їх негативний вплив полягає в «зламі» особистості, почутті своєї нікчемності, свого безсилля що-небудь зробити. Деструктивні конфлікти можуть призвести до психічних захворювань, які, в свою чергу, є ґрунтом для інших соматичних хвороб. Якщо розглядати негативні наслідки переживання юнаком деструктивного внутрішньоособистісного конфлікту, то можна визначити наступне:

- послаблюється, знецінюється й нівелюється привабливість недоступної мети, мотивація досягнення пригнічується. Так, проблеми у навчанні хронічного характеру викликають тотальне збайдужіння юнака до перебування в університеті,
- на початкових етапах фахового навчання внутрішньоособистісний конфлікт аморфного чи невдалого професійного самовизначення може суттєво ускладнити адаптацію до ВНЗ,
- по ходу навчання в університеті внутрішній конфлікт може заважати повноцінному професійному становленню студента,
- нерозв'язана внутрішня суперечність юнака може пригнічувати інтелект, афективну сферу, креативність, знижувати самооцінку і формувати негативну життєву установку.

Негативні емоційні переживання, що супроводжують деструктивний внутрішньоособистісний конфлікт юнака, а саме хронічна тривожність, емоційний дискомфорт, знецінення себе та світу, можуть викликати адиктивну поведінку юнака. За словами Г.В. Ложкіна і Н.І. Пов'якель, прагнучи уникнути проблем реальності штучним шляхом, людина намагається змінити власний психічний стан для набуття ілюзії безпеки, знаходження рівноваги. Однак людина створює нову проблему, стаючи безпорадною перед власною пристрастю [4, 139].

Крайнім ступенем деструктивного виходу з внутрішньоособистісного конфлікту вважається суїцидальна поведінка. Суттєвими детермінантами суїцидальних інтенцій чи дій слугують конфлікти, пов'язані з кризами діяльності, стосунків, стану фізичного здоров'я чи матеріально-побутовими труднощами. Однак важливу роль відіграє і внутрішньоособистісна спричиненість феномену суїциду – риси характеру людини, її емоційний стан, ціннісні орієнтації тощо [1, 389]. Юнацький вік характеризується проявами максималізму у психіці його представників, що теж може стати чинником суїцидальної поведінки носія внутрішньоособистісного конфлікту.

Адиктивна чи суїцидальна поведінка при всій своїй небезпечності рідше зустрічаються як деструктивні форми переживання внутрішнього конфлікту, ніж використання механізмів психологічного захисту. Першопричина цьому криється в самій специфіці внутрішнього конфлікту, який може бути частково чи й повністю неусвідомлюваним. Як зазначає В.Г. Зазикін, внутрішньоособистісний конфлікт розглядається як зіткнення у особистості приблизно рівних за силою, але протилежно спрямованих (амбівалентних) інтересів, прагнень, мотивів та потреб, більшість з яких особистістю не усвідомлюється [3, 209]. На прихованість (латентність) внутрішньоособистісного конфлікту вказують і Г.В. Ложкін і Н.І. Пов'якель: «Внутрішньоособистісний конфлікт не завжди легко побачити, тому що люди більшою мірою не тільки не усвідомлюють власний стан конфлікту, але й приховують (свідомо або підсвідомо) іноді навіть від себе стан

переживання конфлікту під активною діяльністю, підвищеною контактністю, веселістю тощо» [3, 123]. Однак, збереження всього конфлікту чи його окремих компонентів на неусвідомлюваному рівні не позбавляє психологічного дискомфорту носія, а, навпаки, ускладнює ситуацію. В таких ситуаціях людина вдається до психологічного захисту.

Роль механізмів психологічних захистів в ослабленні внутрішньоособистісних конфліктів та усунення їх у реальності оцінюється дослідниками неоднозначно. В дисертації Н.Є. Герасімової здійснено аналіз проблеми тлумачення ролі психологічного захисту у переживанні особистістю внутрішнього конфлікту. Зокрема, зазначено, що у теорії психоаналізу механізми «психологічного захисту» розглядалися як засоби ослаблення інтрапсихічного конфлікту (напруження, занепокоєння), зумовленого протиріччями між інстинктивними імпульсами несвідомого та інтеріоризованими вимогами зовнішнього середовища, що виникають у результаті соціальної взаємодії. У подальшому ці аспекти «психологічного захисту» широко обговорювалися в працях неофрейдистів. Учені неоднозначно трактують психологічні передумови виникнення цього феномена. В А. Адлера – це почуття неповноцінності, яке породжує прагнення до компенсації, у Г. Саллівена – потреба в безпеці та прагнення уникнути травми і, як наслідок, «вибіркова» увага. За Е. Фроммом, захист проявляється в автоматизованому та несвідомому конформізмі, націленому на подолання почуття самотності. К.Хорні відзначає, що захисні механізми можуть проявлятися у перенесенні своїх конфліктів на зовнішню ситуацію, на інших людей, а це має деструктивний вплив на процес спілкування. Вона звертає особливу увагу на наявність внутрішнього конфлікту, пов'язаного із захистами [2, 41].

Отже, використання різних механізмів психологічного захисту не тільки не розв'язує внутрішнього конфлікту, а й ускладнює ситуацію через спотворення свідомості носія конфлікту, перекручення сприймання світу та самосприймання. Подальшими кроками розгортання ситуації за умов

збереження захисної поведінки і відповідно нерозв'язання внутрішнього конфлікту може бути соціальна і особистісна дезадаптація, що супроводжується ригідністю, автоматизмом, імпульсивністю, поведінки в цілому або неусвідомленням окремих дій.

Синтезовані тлумачення змісту 16-ти механізмів психологічного захисту, які мають місце при переживанні внутрішньоособистісного конфлікту, дав Р. Плутчік:

1. Регресія – повернення в стані стресу до ранніх або більш незрілих патернів поведінки й задоволення.
2. Заперечення – відсутність усвідомлення певних подій, елементів життєвого досвіду або хворобливих почуттів.
3. Проекція – несвідоме відображення власних емоційно неприйнятних думок, властивостей або бажань через приписування їх іншим людям.
4. Заміщення – вивільнення прихованих емоцій (зазвичай гніву) на предмети, тварин або людей, які сприймаються як менш небезпечні для індивіда, ніж ті, які насправді викликали емоції.
5. Компенсація – інтенсивна спроба виправити або знайти належну заміну реальній або уявній, фізичній або психологічній неспроможності.
6. Рухова активність – зниження занепокоєння, викликаного заборонаю спонукання, шляхом розв'язання його прямого або непрямого вираження без розвитку почуття провини.
7. Фантазія – утеча в уяву з метою відходу від реальних проблем або для запобігання конфлікту.
8. Ідентифікація – несвідоме моделювання відносин і поведінки іншої особи як шлях до підвищення самоцінності або подолання можливого розділення або втрати.

9. Інтелектуалізація – несвідомий контроль над емоціями й спонуканнями через надмірне покладання на раціональне тлумачення подій.
10. Інтродекція – присвоєння цінностей, стандартів або рис характеру інших людей для попередження конфліктів або небезпек із їхнього боку.
11. Ізоляція – емоційне сприйняття ситуацій, які травмують, або спогад про них без природного почуття тривоги, пов'язаного з ним.
12. Витіснення – виключення зі свідомості розуміння або досвіду й пов'язаних із ним емоцій.
13. Сублімація – задоволення інстинктивного або неприйняттого почуття (особливо сексуального або агресивного), яке витісняється завдяки здійсненню соціально дозволених і підтримуваних альтернатив.
14. Анулювання – поведінка або мислення, що сприяють символічному зведенню нанівець попереднього поведінкового акту або думки, які супроводжуються сильним занепокоєнням або почуттям провини.
15. Раціоналізація – знаходження правдоподібних причин для виправдання дій, викликаних придуманими, неприйнятними почуттями.
16. Формування реакції – попередження виражень неприйнятних бажань, особливо сексуальних або агресивних, шляхом вияву протилежного ставлення й поведінки [2, 43].

Нам вбачається, що представники юнацького віку можуть бути схильними до будь-якого з означених вище механізмів психологічного захисту, психологічним підґрунтям для цього слугуватимуть суб'єктивні фактори типу рис характеру, сфер інтересів та діяльності, соціального статусу молодій людині, змісту попереднього досвіду тощо. Однак, сам факт

функціонування психологічного захисту при наявному невирішеному внутрішньоособистісному конфлікті є ознакою деструктивного характеру цього конфлікту.

Отже, аналіз наукових джерел з означеної проблематики дозволяє зробити наступні висновки:

1. Внутрішньоособистісний конфлікт є поширеним проявом психіки представників юнацького віку.
2. За характером впливу на особистість внутрішній конфлікт може бути конструктивним чи деструктивним.
3. Переживання деструктивного внутрішньоособистісного конфлікту може спричинювати неадекватні форми поведінки юнаків – адиктивну, суїцидальну, захисну.
4. Використання захисних механізмів при наявному внутрішньому конфлікті не тільки не вирішує, але й ускладнює його переживання і розв'язання особистістю.

Література:

1. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология. – М.: Юнити, 1999. – 551 с.
2. Герасімова Н.Є. Внутрішньоособистісні конфлікти в процесі соціальної адаптації студентів до умов вищих навчальних закладів. Дисертація канд. психол. наук. – К., 2004. – С.41-44.
3. Зазыкин В.Г. Психология личности в конфликте: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2004. – 224 с.
4. Ложкін Г.В., Повякель Н.І. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика: навчальний посібник. – К.: ВД «Професіонал», 2006. – 416 с.
5. Франкл В. Поиск смысла жизни и логотерапия // Психология личности. – М.: МГУ, 1982. – С.121.

В роботі здійснено аналіз змісту внутрішньоособистісного конфлікту, диференційовано поняття конструктивного та деструктивного внутрішнього конфлікту, розглянуто наслідки та негативні форми переживання деструктивних внутрішньоособистісних конфліктів у юнацькому віці.

В работе осуществлено анализ содержания внутриличностного конфликта, дифференцировано понятия конструктивного и деструктивного внутреннего конфликта, рассмотрено последствия и негативные формы переживания деструктивных внутриличностных конфликтов в юношеском возрасте.