

УДК 616.85:159.922

Н. К. Агишева, канд. психол. наук

Харьковская медицинская академия последипломного образования (г. Харьков)

ВНУТРИЛИЧНОСТНЫЙ КОНФЛИКТ И ПУТИ ЕГО РАЗРЕШЕНИЯ

Наличие у человека внутриличностного конфликта часто является одной из главных причин возникновения межличностных конфликтов.

Внутриличностный конфликт — один из основных типов конфликта, остро переживаемое психическое состояние, вызванное амбивалентностью чувств и затянувшейся борьбой мотивов, интересов, влечений, отражающих противоречивые связи с социальной средой и задерживающих принятие решения. Острота протекания внутриличностного конфликта зависит от восприятия личностью значимости трудной ситуации, ее психологической устойчивости [1]. Его рассматривают как столкновение двух сильных, но противоположно направленных тенденций [2], как результат неудовлетворения глубоких и актуальных мотивов и отношений личности [3], столкновение двух внутренних побуждений, отраженных в сознании в виде самостоятельных ценностей [4] и т. п.

Внутриличностный конфликт может приводить к возникновению длительных негативных психических состояний — стрессов, невротических расстройств, причем искажаются эталоны, хранящиеся в долговременной памяти, нарушаются психологические механизмы сравнения, изменяется система значимых для личности факторов. Это влечет за собой определенную неадекватность восприятия реальности, людей, семейных взаимоотношений и в конечном счете — нарушение системы связей личности, ее приспособительных механизмов, т. е. формируется дезадаптация.

Основная характеристика внутриличностного конфликта — длительная и устойчивая дезинтеграция приспособительной деятельности человека [5].

В психологии выделяют следующие показатели внутриличностного конфликта.

В когнитивной сфере: противоречивость образа Я; снижение самооценки; осознание своего состояния как психологического тупика, задержка принятия решения; субъективное признание наличия проблемы ценностного выбора, сомнение в истинности мотивов и принципов, которыми субъект руководствовался ранее.

В эмоциональной сфере: психоэмоциональное напряжение; значительные отрицательные переживания.

В поведенческой сфере: снижение качества и интенсивности деятельности; снижение удовлетворенности деятельностью; негативный эмоциональный фон общения.

Интегральными показателями внутриличностного конфликта являются нарушение нормального механизма адаптации и усиление психологического стресса.

В зависимости от того, какие стороны внутреннего мира личности вступают во внутренний конфликт, различают шесть основных видов внутриличностного конфликта [6].

Мотивационный конфликт — один из наиболее часто встречающихся и изучаемых, в частности, в психоанализе, видов внутриличностного конфликта. Выделяют конфликты между бессознательными

стремлениями [7], между стремлениями к обладанию и к безопасности [8], между двумя положительными тенденциями — классическая дилемма «буриданова осли», или столкновение различных мотивов [9].

Нравственный конфликт. В этических учениях его часто называют моральным или нормативным конфликтом. Это конфликт между желанием и долгом, между моральными принципами и личными привязанностями [10], конфликт между стремлением действовать в соответствии с желанием и требованиями общества [11]. Иногда этот вид конфликта рассматривается как столкновение между долгом и сомнением в необходимости следовать ему [12].

Конфликт нереализованного желания, или комплекс неполноценности [13]. Это конфликт между желаниями и действительностью, которая блокирует их удовлетворение. Иногда его трактуют как конфликт между «хочу быть таким, как они» (референтная группа) и невозможностью это реализовать. Конфликт может возникать не только, когда действительность блокирует реализацию желания, но и в результате физической невозможности человека его осуществить. Эти конфликты, возникающие из-за неудовлетворенности своей внешностью, физическими данными и способностями, сюда относятся и внутриличностный конфликт, в основе которого лежит сексуальная патология [14 и др.].

Ролевой конфликт обуславливается переживаниями, связанными с невозможностью одновременно реализовывать несколько ролей, а также различным пониманием требований, предъявляемых самой личностью к выполнению одной роли. К этому виду относятся внутриличностные конфликты между двумя ценностями, стратегиями или смыслами жизни.

Адаптационный конфликт понимается как в широком смысле, т. е. как возникающий на основе нарушения равновесия между субъектом и окружающей средой, так и в узком смысле — при нарушении процесса социальной и профессиональной адаптации. Это конфликт между требованиями действительности и возможностями человека — профессиональными, физическими, психологическими. Несоответствие возможностей личности требованиям среды или деятельности может отражать и временную неготовность, и неспособность выполнить предъявляемые требования.

Конфликт неадекватной самооценки зависит от требовательности личности к себе, отношения к успехам и неудачам. При расхождении между притязаниями и оценкой своих возможностей у человека возникают повышенная тревожность, эмоциональные срывы и др. Среди конфликтов неадекватной самооценки выделяют конфликты между завышенной самооценкой и стремлением реально оценивать свои возможности, между заниженной самооценкой и осознанием объективных достижений человека, а также между стремлением повысить притязания, чтобы достигнуть максимального успеха, и понизить притязания, чтобы избежать неудачи [15].

Кроме названих виділяють *невротический конфликт*, який є результатом довготривало зберігаючогося якого-либo внутрішньoгo конфлікту.

К. Левин [16] запропонував класифікацію внутрішньoгo конфлікту по типах.

Еквівалентний конфлікт (типа «приближення — приближення») виникає, когдa людина змушена виконати двa і бoлee важливі справи. Моделю розв'язання конфлікту — компроміс, частинне заміщення.

Амбівалентний конфлікт (типа «приближення — віддалення») розвивається в тих випадках, когдa один і той же об'єкт або цeль одночасно є і привабливим, і непривабливим для людини. Різноманітність такого конфлікту можна вважати і ситуацію «приближення — уникнення», когдa бажаний результат не одобрюється значимим об'єктом, а саме подружжям (супругом). Розв'язання подібного конфлікту можливо тільки на основі компромісу.

Витальний конфлікт (типа «віддалення — віддалення») виникає, когдa людина змушена приймати рішення, в рівній мірі непривабливі.

Фруструючий конфлікт (типа «приближення — уникнення») розвивається, когдa бажаний результат не одобрюється значимим об'єктом, суспільством. Розв'язання подібного конфлікту можливо також тільки на основі компромісу.

Внутрішньoгo конфлікт виникає під впливом на людину оточуючого середовища, в тому числі соціального. В його основі можуть лежати перехід об'єктивних протиріччя, зовнішніх по відношенню до людини, в внутрішній світ (моральні конфлікту, адаптаційні і др.) і протиріччя внутрішнього світу людини (мотиваційні конфлікту, конфлікт неадекватної самооцінки), які відображають відношення людини до оточуючого середовища.

При цьому можливі три рівні розвитку психологічного протиріччя [17]:

- психологічне рівновагу внутрішнього світу людини;
- порушення рівновагу, ускладнення, ускладнення основних видів діяльності, проєкція психологічного дискомфорту на роботу, спілкування з оточуючими;
- неможливість реалізації планів і програм, «розрив життя», неможливість виконувати свої життєві функції до тих пор, поки не розв'язано протиріччя (життєвий криза).

Внутрішньoгo конфлікт виникає при визначених особистісних і ситуаційних умовах [18].

Особистісні умови: складний внутрішній світ і актуалізація цієї складності; розвита ієрархія потреб і мотивів; високий рівень розвитку почуттів і цінностей; складно організована і розвита когнітивна структура, здатність індивіда до самоаналізу і саморефлексії.

Ситуаційні умови можуть бути зовнішніми і внутрішніми. Зовнішні умови — задоволення яких-либo глибоких і активних мотивів і відношень людини стає неможливим або знаходиться під загрозою: уже в боротьбі з природою виникають труднощі і перешкоди для задоволення мотивів і відношень людини; задоволення одних мотивів з неминучістю породжує виникнення нових, ще не задоволених мотивів; суспільне життя вимагає обмеження різних мотивів, іногдa дуже

глибоких. Внутрішні умови — протиріччя між різними сторонами особистості: ці сторони повинні бути значимими; вони повинні мати приблизно рівну значимість для особистості; людина усвідомлює суб'єктивну нерозв'язність ситуації.

Внутрішньoгo конфлікту, як і міжособистісні, можуть бути конструктивними (продуктивними, оптимальними) і деструктивними (руйнівними особистісними структурами людини). Конструктивний конфлікт характеризується максимальним розвитком конфліктувальних структур і мінімальними особистісними витратами на їх розв'язання, — це один з механізмів гармонізації особистісного розвитку. Деструктивним вважається внутрішньoгo конфлікт, який посилює роздвоєння особистості, перепадає в життєвий криза і веде до розвитку невротических реакцій.

Конструктивно розв'язаний внутрішньoгo конфлікт сприяє переходу особистості на нові рівні, слугує основою її морального розвитку, впливає на становлення характеру, дає можливість усвідомити себе особистістю, сприяє формуванню адекватної самооцінки.

Деструктивно завершений внутрішньoгo конфлікт загрожують ефективності діяльності, може затримувати розвиток особистості, здатен сформувати комплекс неповноцінності, а іногдa веде до втрати сенсу життя, до порушення міжособистісних відношень в родині і на роботі, може бути причиною підвищеної агресивності, тривожності, подразливості, має тенденцію до перепадаю в невротический конфлікт [19].

Внутрішньoгo конфлікт обумовлений психікою людини, її розвитком і змінами, а також наявністю зв'язку внутрішнього світу людини і зовнішнього середовища, в якому він реалізує власні потреби [20]. Розв'язання внутрішньoгo конфлікту можливо різними способами в залежності від його змісту. Особливе значення набуває корекція Я-концепції особистості на основі психоаналізу, направлена на досягнення адекватного представлення людини про себе, реальності і ситуації, в якій він знаходиться. В Я-концепцію включені представлення про себе, об образі власного Я, включаючи когнітивний компонент — образ здатностей, зовнішності, якостей, соціальної ролі і значимості індивіда; емоційний компонент — самолюбство, самоповагу, самоуниження; оціночно-вольовий компонент — енергія і сила для збереження і підвищення самооцінки, самоповаги.

Порушення внутрішньої гармонії Я-концепції призводить до виникнення і розвитку внутрішньoгo конфлікту, який виникає в результаті незадоволення потреб, труднощів їх реалізації.

Внутрішньoгo конфлікт втягує за собою необхідність його розв'язання особистістю — психологічною захитою. Відомі наступні механізми: *отрицання* (ігнорування); *проєкція* — приписування джерелу переживань негативних якостей і самоприйняття завдяки цьому; *регресія* — повернення до дитячих стереотипів поведінки; *заміщення* — зняття напруження з допомогою звернення агресії на більш слабкий об'єкт або самого себе; *подавлення* — стримування страху засобом забування його джерела або зв'язаних з ним обставин; *ізоляція* — відсторонення від психотравмуючих ситуацій або згадування про них; *інтроекція* — присвоєння цінностей

или черт характера другого человека для предупреждения угрозы с его стороны; *интеллектуализация* — произвольное истолкование событий для достижения чувства контроля над ситуацией; *аннулирование* — поведение, мысли, символически сводящие на нет факт или мысли, вызвавшие сильное беспокойство, чувство вины; *сублимация* — удовлетворение вытесненного неприемлемого чувства социально одобряемыми альтернативами; *рационализация* — нахождение причин для оправдания действий, вызванных подавленными, неприемлемыми чувствами; *реактивное образование* — выработка и подчеркивание в поведении противоположной установки; *компенсация* — сдерживание чувства печали, горя по поводу реальной или мнимой утраты и п.; *идентификация* — моделирование поведения другого лица для повышения самооценки; *фантазия* — уход в воображение от реальных проблем.

М. Дойч [21] выделяет способы преодоления внутриличностных конфликтов исходя из особенностей их «сфер реальности», к которым он относит объективную конфликтную ситуацию и конфликтное поведение.

Различают открытые и латентные способы преодоления внутриличностного конфликта. Первые предполагают принятие решения личностью, прекращение колебаний и сомнений, сосредоточение на решении проблемы. К латентным способам относятся симуляция, сублимация, компенсация, уход от действительности, рационализация, регрессия, эйфория, проекция, идеализация.

В целях сохранения своей целостности личность вырабатывает неосознаваемые механизмы защиты от негативных, разрушительных последствий противоборства между «Оно», «Я», и «Сверх-Я», которые, согласно З. Фрейду [22], находятся в постоянном противоречии и противоборстве.

Защитные механизмы играют большую роль в жизни человека, помогая преодолевать рассогласование между желаниями, ожиданиями и пониманием невозможности их реализации. Однако в конфликтных ситуациях в кризисные периоды жизни защитные механизмы могут «загнать внутрь» внутриличностный конфликт, превратив его в неосознаваемый источник недовольства собой и столкновений с окружающими.

Внутриличностный конфликт по К. Хорни [24] проявляется в отношениях: любви, привязанности и расположения человека, связанных с оценкой «Я», с самоутверждением, с агрессией, сексуальностью. Автор выделяет три основные модели поведения как результата разрешения внутриличностного конфликта: стремление к людям, стремление от людей и стремление против людей. Этим моделям соответствуют типы конфликтных личностей: устойчивый, устраненный и деструктивный.

К. Хорни рассматривала внутриличностный конфликт и как результат влияния на личность различных социальных факторов. особое внимание она уделяет проблеме удовлетворения потребностей личности, а также тенденции возрастающего разрыва между стимулированием потребностей и возможностями их реального удовлетворения.

Знание причин и психологических механизмов возникновения и преодоления внутриличностных конфликтов — непременное условие успешного межличностного общения, регулирования и разрешения конфликтных ситуаций в общении, в том числе и супружеском.

В частности, можно выделить внутриличностные конфликты супругов в процессе супружеской идентификации, состоящей в принятии супружеских ролей, ценностей и норм, мотивации, побуждающей личность к эффективному супружескому общению. Это конфликт рассогласования, состоящий в рассогласовании, столкновении теоретических знаний личности о семейной жизни и обыденного знания, сформированного на базе житейского опыта; конфликт Я-идентификации, связанный с рассогласованием представлений о себе и объективной информации о личностных качествах, способностях, возможностях; ролевой конфликт, состоящий в столкновении двух видов ролевого поведения — «теоретического» ролевого поведения в представлениях, ожиданиях того, как должны вести себя мужчина и женщина, и реального ролевого поведения.

Именно внутриличностный конфликт побуждает человека к конфликтному поведению, которое становится причиной постоянных межличностных конфликтов. Это связано с тем, что присущее лицам с внутриличностным конфликтом состояние высокой психической напряженности приводит к их психическому истощению, неадекватному реагированию и оценкам, негативно сказывающимся на коммуникации и взаимодействии.

Разрешение (преодоление) внутриличностного конфликта — это восстановление согласованности внутреннего мира личности, установление единства сознания, снижение остроты противоречий жизненных отношений и в конечном счете — достижение нового жизненного качества.

В результате продуктивного преодоления внутриличностных конфликтов повышается конфликтологическая компетентность человека; укрепляется его вера в себя и принятие себя; вырабатываются навыки и умения продуктивного общения; формируется адекватность ожиданий; вырабатывается «психологический иммунитет» как умение устанавливать личностные границы; формируется реалистичность целей; появляется способность критически оценивать и быстро осваивать новые подходы к решению супружеских проблем и в целом формируется самосознание и личностная рефлексия.

Список литературы

1. Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Словарь конфликтолога. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2006. — 528 с.
2. Лурия А. Р. Внутренняя картина болезни и ятрогенные заболевания. — М.: Медицина, 1977. — 146 с.
3. Мерлин В. С. Психология индивидуальности. — М.: ИПП, 1996. — 445 с.
4. Васильев Ф. В. Психология переживания. — М.: Изд-во МГУ, 1984. — 78 с.
5. Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Конфликтология: Уч. для вузов. Изд. 2-е, доп. и перераб. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2002. — 430 с.
6. Шипилов А. И. Психологические основы взаимодействия офицеров в трудных ситуациях: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. — М., 2000. — 32 с.
7. Фрейд З. Психология бессознательного. — М.: Просвещение, 1990. — 448 с.
8. Хорни К. Ваши внутренние конфликты. — СПб.: Лань, 1997. — 212 с.
9. Левин К. Разрешение социальных конфликтов. — СПб.: Речь, 2000. — 315 с.
10. Мясичев В. Н. Психология отношений: Избранные психологические труды. — М.: Институт практической психологии; Воронеж: НПО МОДЭК, 1995. — 356 с.
11. Спиваковская А. С. Профилактика детских неврозов. — М.: Изд-во МГУ, 1988. — 208 с.

12. Франкл В. Человек в поисках смысла. — М.: Просвещение, 1990. — 368 с.
13. Захаров А. И. Неврозы у детей и психотерапия. — СПб.: Союз, 1998. — 336 с.
14. Кратохвил С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний / Пер. с чешск. — М.: Медицина, 1991. — 336 с.
15. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. В 2 т. Т. 2. / Пер. с нем.; Под ред. Величковского. — М.: Педагогика, 1986. — 392 с.
16. Левин К. Типы конфликтов. В кн.: Конфликтология: Хрестоматия / Сост. Н. И. Леонов. — М.: Моск. психолого-социальный институт; Воронеж: НПО МОДЭК, 2002. — 304 с.
17. Донченко Е. А., Титаренко Т. М. Личность, конфликт, гармония. — Киев: Политиздат Украины, 1989. — 174 с.
18. Мерлин В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. — М.: Педагогика, 1986. — 256 с.
19. Анцупов А. Я., Баклановский С. В. Конфликтология в схемах и комментариях. — СПб.: Питер, 2006. — 288 с.

20. Ложкин Г. В., Повякель Н. И. Практическая психология конфликта: Уч. пособие. — Киев: МАУП, 2000. — 256 с.
21. Дойч М. Конструктивное разрешение конфликтов: принципы, обучение и исследование. В кн.: Психология конфликта: Хрестоматия / Сост. и общ. ред. Н. В. Гришиной. — СПб.: Питер, 2001. — С. 173—198.
22. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. — М.: Наука, 1989. — 456 с.
23. Чепелёва Н. В., Пов'якель Н. І. Динаміка внутрішніх конфліктів студентів-психологів у процесі їх професійної ідентифікації // Конфлікти в суспільстві: діагностика і профілактика: Матер. ІІІ міжнар. наук.-практ. конф. — К.; Чернівці, 1995. — С. 391—395.
24. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. — М.: Прогресс-Универс, 1993. — 480 с.

Надійшла до редакції 18.03.2008 р.

Н. К. Агішева

Внутрішньоособистісний конфлікт і шляхи його розв'язання

Харківська медична академія післядипломної освіти (м. Харків)

Наведено критичний огляд даних, які є в літературі, про причини й психологічні механізми виникнення внутрішньо-особистісних конфліктів; розглянуто їх класифікації, психологічні механізми захисту та способи розв'язання.

N. K. Agisheva

Intrapersonal conflict and the ways of its decision

Kharkiv medical Academy of Postgraduate Education (Kharkiv)

It was showed the critical data review which are in literature about the reasons and psychological mechanisms of origin the intrapersonal conflicts; examined their classification, psychological mechanisms of protection and the methods of their decision.

УДК 618.17:616-05

М. А. Денеко, канд. мед. наук

Полтавская областная психоневрологическая больница им. А. Ф. Мальцева (г. Полтава)

КОНСТИТУЦИОНАЛЬНАЯ ФОРМА СЕКСУАЛЬНОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ ПРИ СПЕЦИФИЧЕСКОМ РАССТРОЙСТВЕ ЛИЧНОСТИ У ЖЕНЩИН

Среди многочисленных работ, посвященных расстройствам личности [1—3 и др.], лишь в единичных рассматриваются вопросы сексуальной дезадаптации женщин с данной психопатологией [4]. Очень мало изучены и освещены в литературе клинические формы нарушения сексуального здоровья при расстройстве личности, в частности конституциональная форма.

Конституциональная форма сексуальной дезадаптации развивается при несоответствии у супругов типов половой конституции — слабой у жены и средней или сильной у мужа, либо при обратном соотношении. Слабая половая конституция обуславливается, как известно, врожденной неполноценностью морфофункциональных структур, ответственных за нейрогуморальную регуляцию половой функции и являющихся физиологической основой полового инстинкта [5]. Главным клиническим проявлением данной формы сексуальной дезадаптации является разная сексуальная потребность супругов, низкая предприимчивость и активность того из них, кто относится к слабому типу половой конституции, причем это снижение сексуальной функции не имеет каких-либо видимых причин.

Под нашим наблюдением находились 320 супружеских пар со специфическим расстройством личности у жены, из которых у 54 (16 ± 3 %) наблюдалась конституциональная форма сексуальной дезадаптации, причем слабая половая конституция была только у женщин. Из них эмоционально неустойчивым расстройством страдали 3 пациентки, ананкастным — 3,

зависимым — 32, шизоидным — 2, тревожным — 8, диссоциальным — 2, и параноидным — 4 больных.

Женщины были в возрасте от 19 до 44 лет и состояли в браке от 1 года до 15 лет.

Многие из обследованных женщин отличались астеническим сложением, фемининным морфотипом, вторичные половые признаки у них нередко были недостаточно развиты. Их мужья, у которых была средняя, а у 16 ± 5 % — сильная половая конституция, высказывали недовольство не удовлетворяющей их активностью половой жизни, что приводило к возникновению конфликтов и усугубляло дезадаптацию, часто прибегали к заместительной мастурбации, нередко вступали во внебрачные связи. Соответственно у женщин были слабо выражены все виды либидо (платоническое, эротическое, сексуальное), а у их мужей либидо было достаточно или сильно выражено. Сексуальная потребность возникала у пациенток 1—2 раза в месяц, и если половые акты совершались чаще, то не приводили к оргазму.

Конституциональная форма дезадаптации всегда проявлялась с самого начала супружеской жизни. При этом сами женщины со слабой половой конституцией очень мало реагировали на свою сексуальную несостоятельность, вообще сексуальная сторона жизни была для них мало значима.

У большинства женщин имело место замедленное соматосексуальное развитие и у всех наблюдались ретардация психосексуального развития и сочетанные