



# Проблема внутриличностного конфликта в свете современных требований общества

## *ПЛАН:*

- Раскрытие содержания понятия «внутриличностный конфликт», его особенностей и роли.
- Определение позиций понимания современных требований общества к конфликту.

- **Конфликт** «трудноразрешимое противоречие, связанное с противоборством и с острыми эмоциональными переживаниями» (В. Г. Зазыкин, А. П. Чернышев. Менеджер: психологические секреты профессии. М., 1992, С. 83);
- *Внутриличностный конфликт* – конфликт внутри психического мира личности, который представляет собой столкновение ее противоположно направленных мотивов: между сознательными и бессознательными влечениями, между требованиями совести, культуры и нравственности и стремлением к получению удовольствия (Волков Б.С., Волкwa Н.В.).

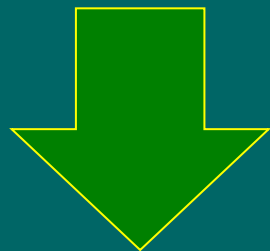
- Под *внутриличностным конфликтом* понимается:
- один из основных *типов конфликта*, остро переживаемое психическое состояние, вызванное амбивалентностью чувств и затянувшейся борьбой мотивов, интересов, влечений, отражающее противоречивые связи с социальной средой и задерживающее принятие решения;
- выраженное негативное переживание, вызванное затянувшейся борьбой структур внутреннего мира личности, отражающее противоречивые связи с социальной средой и задерживающее принятие решения;
- наиболее обширный тип внутриличностных трудных ситуаций, где острота протекания зависит от восприятия личностью значимой трудной ситуации, ее психологической устойчивости [1].

- *Внутриличностное противоречие* – противоречие между мотивами, ценностями, целями личности, актуализированными одновременно, примерно одинаковой силы, но противоположно направленными.
- Это соотношение двух разнонаправленных тенденций внутреннего мира, обусловленное их совпадением либо во времени, либо в плане предметной отнесенности, близких по субъективной значимости, одновременная реализация которых, в силу определенных причин и (или) внешних условий, невозможна.
- При достижении определенной остроты внутриличностного противоречия наступает внутриличностный конфликт.
- Основное отличие этих понятий заключается в том, что при внутриличностном конфликте противоречия между тенденциями субъективно переживаются личностью как абсолютно несовместимые, противоположные [1].

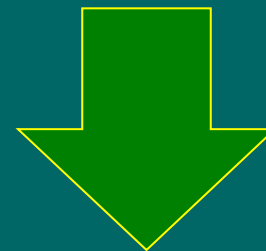
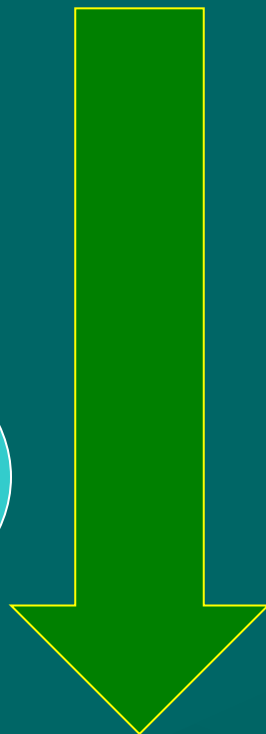
## Условия возникновения ВК (объективные и субъективные)

- **С внешней стороны** возникновение ВК может быть связано с несоответствиями, противоречиями между требованиями и потребностями личности и какой-либо сферы ее жизнедеятельности.
- **С внутренней стороны ВК** обусловлен наличием интенции к саморазвитию и развитой ценностно-смысловой сферой личности.
- Источник ВК – стремление личности к самореализации (Д.В. Грешнев), богатый внутренний мир, широкое мировоззрение, сложная иерархия потребностей и мотивов, высокий уровень развития чувств и ценностей, способность к саморефлексии (В. О. Жданов).

# *ВОЗМОЖНЫЕ НЕГАТИВНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ НЕРАЗРЕШЕННОГО ВК*



Психическое  
здоровье



Душевное  
здоровье

Духовное  
здоровье

**Психическое здоровье** — «...для него характерна индивидуальная динамическая совокупность психических свойств конкретного человека, которая позволяет последнему адекватно своему возрасту, полу, социальному положению познавать окружающую действительность, адаптироваться к ней и выполнять свои биологические и социальные функции в соответствии с возникающими личными и общественными интересами, потребностями, общепринятой моралью» [2].



# Критерии психического здоровья (ВОЗ):

1. осознание и чувство непрерывности, постоянства и идентичности своего физического и психического «я»;
2. чувство постоянства и идентичности переживаний в однотипных ситуациях;
3. критичность к себе и своей собственной психической продукции (деятельности) и ее результатам;
4. соответствие психических реакций (адекватность) силе и частоте средовых воздействий, социальным обстоятельствам и ситуациям;
5. способность самоуправления поведением в соответствии с социальными нормами, правилами, законами;
6. способность планировать собственную жизнедеятельность и реализовать это;
7. способность изменять способ поведения в зависимости от смены жизненных ситуаций и обстоятельств.

- **Душевное здоровье** — относительно устойчивая характеристика человека как целостного биосоциального существа, которая отражает и обуславливает его способность ставить перед собой принципиально достижимые и смыслообразующие жизненные цели и двигаться к их достижению, согласовывая свое поведение с реальностью (требования общества и законы природы) и осуществляя саморегуляцию на всех уровнях (от психологического до уровня ценностных ориентации и мировоззрения).
- **Мерой душевного здоровья** человека является его способность к успешному преодолению сложных жизненных ситуаций, что предполагает согласованность между внутренним миром личности и средой, в которой она живет. Согласованность эта утрачивается, если происходит разрыв между представлениями личности и теми обстоятельствами жизни, в которых ей приходится находиться.

## Основные виды утраты душевного здоровья – виды неврозов (в основе – фрустрированные потребности)

- **неврозы выживания**, являющиеся следствием постоянной угрозы физическому благополучию индивида и его близких, страха за будущее;
- **сексуальные неврозы** как следствие фрустрированной сексуальной потребности;
- **неврозы ориентации**, связанные с утратой понятной — объясняющей и ориентирующей — картины мира;
- **неврозы социальной включенности и престижа**, сигнализирующие о конфликте между желаемым и действительным в социальных отношениях (недостаток эмоциональных связей, неудовлетворенность положением в обществе);
- **проблемы самореализации**, возникающие в случае невозможности продуктивно решить проблему цели и смысла собственной жизни;
- **проблемы бытийные (экзистенциальные)** — следствие невозможности согласовать с реальностью представления о том, каковы цели и смысл бытия не только собственного, но и общечеловеческого, мирового.

**Уровень духовного здоровья** — одно из измерений человека. Духовность, ее трансцендентальная сущность имеет у человека врожденные истоки, предуготовленный к развитию механизм. Если человек этого не имеет, или отсечен от этой духовной вертикали, или движется, но по нисходящей, нарушая моральные нормы, заповеди, совершая смертные грехи, то он духовно гибнет, перестает быть человеком [2].

# Виды внутриличностного конфликта (по Деркач, Селезневой)

## *Основания для классификации :*

- 1. Деятельностный аспект стремления личности к самоосуществлению*
- 2. Хронологический аспект стремления личности к самоосуществлению*
- 3. Длительность конфликта*
- 4. Сила конфликта*
- 5. Форма конфликта*
- 6. Функции конфликта в контексте акмеологической культуры*

# 1. Деятельностный аспект стремления личности к самоосуществлению

- **конфликт отсутствия цели** – невозможность или неспособность постановки значимых целей жизни, наличие которых представляется субъективной ценностью;
- **операциональный конфликт** – при наличии значимых целей жизни индивид сталкивается с невозможностью или неспособностью выбора средств и методов для их достижения;
- **конфликт утраты значимости деятельности** – характерно ощущение, что осуществляемая деятельность не ведет к достижению акме и самоосуществлению;
- **конфликт «зоны комфорта»** – отказ от деятельности, направленной на достижение акме и самоосуществление, в пользу другой деятельности, которая представляется менее важной (подавление более значимых задач менее значимыми).

## 2. Хронологический аспект стремления

### *личности к самоосуществлению*

- **конфликт ретроактивного смещения временной перспективы** – преобладание ценности индивидуального прошлого личности по сравнению с настоящим и будущим по причине оценки человеком своего прошлого как времени, в котором объективные и субъективные обстоятельства наиболее способствовали достижению акме- и самоосуществлению;
- **конфликт проактивного смещения временной перспективы** – гипертрофированная ценность индивидуального будущего, которое, по мнению человека, содержит гораздо более благоприятные перспективы достижения акме и самоосуществления, чем настоящее.

### 3. Длительность конфликта

- *кратковременный (ситуативный) внутриличностный конфликт* – имеет короткие временные рамки, доминирование одного из его плюсов происходит достаточно быстро;
- *затяжной внутриличностный конфликт* – характеризуется значительной протяженностью во времени. Человек долгое время оказывается не в состоянии сделать выбор. Ситуация поляризации отмечена выраженным состоянием дискомфорта и в результате в психологической реальности личности создается травмирующая картина конфликта.



## 4. Сила конфликта

- **потенциальный конфликт** – слабая выраженность поляризации смысловых образований, продолжающаяся до тех пор, пока субъект не приступил к реализации деятельности, несущей противоречивые ценностные отношения;
- **компенсированный конфликт** – возникает в момент осознания поляризации смысловых образований и определяется тем, что разность силы обоих плюсов и их тенденция к доминированию стремятся к нулю;
- **декомпенсированный конфликт** – возникает в результате принятия решения и характеризуется возрастанием ценностно-смысловой значимости (доминированием) одного из плюсов и ослабеванием дискомфорта.

## 5. Форма конфликта

- **деструктивный конфликт** – связан с попустительским отношением субъекта к конфликту, приводит к психическому истощению, ослаблению здоровья, снижению уровня акмеологической культуры;
- **конструктивный конфликт** – контролируемое и управляемое взаимодействия субъекта со своим конфликтом; увеличивает личностный ресурс, повышает эффективность процесса саморазвития, обеспечивает высокий уровень акмеологической культуры.

## 6. *Функции конфликта в контексте акмеологической культуры*

- *интегрирующий конфликт* – полное разрешение конфликта, в результате чего происходит позитивная интеграция личности и, как следствие, достижение акме- и самоосуществления;
- *дезинтегрирующий конфликт* – возникает как следствие негативного разрешенного или неразрешенного внутриличностного конфликта, что приводит к негативной дезинтеграции личности, развитию негативного психического состояния и отдалению самоосуществления.

# 10 библейских заповедей

Десять заповедей (правил поведения)	Я следую	Большинство тво следуют
1. Не произноси имя Господа в суете	*	*
2. Не сотвори себе кумира	*	*
3. Почитай отца твоего и мать твою	*	*
4. Не убий	*	*
5. Помни день субботний, чтобы святить его	*	*
6. Не прелюбодействуй	*	*
7. Не укради	*	*
8. Не лжесвидетельствуй	*	*
9. Не желай жены ближнего своего	*	*
10. Не завидуй богатству ближнего своего	*	*

## 10 библейских заповедей

(Rosenblatt (1993) – Майерс Дэвид. Социальная психология. – СПб.: Питер, 1997).

Десять заповедей (правил поведения)	Я следую	Большинство следуют
1. Не произноси имя Господа в суете	64	15
2. Не сотвори себе кумира	64	22
3. Почитай отца твоего и мать твою	95	49
4. Не убий	91	71
5. Помни день субботний, чтобы святить его	86	45
6. Не прелюбодействуй	90	54
7. Не укради	88	33
8. Не лжесвидетельствуй	76	23
9. Не желай жены ближнего своего	84	42
10. Не завидуй богатству ближнего своего	81	49

# ТРЕБОВАНИЯ ОБЩЕСТВА

- Закрепленные в документах (законах, положениях и пр.)
- Социальные – занять свою «социальную нишу»
- Психологические – сомореализоваться, состояться как личность **в деятельности** – это возможно лишь после решения своих личных проблем (психических и др.).
- Нравственные, этические

Полезно: самостоятельная работа – рефлексивный анализ данной проблемы.

# Информационные источники

1. Анцупов, А. Я. Словарь конфликтолога. 2-е изд. / А. Я. Ан-цупов, А. И. Шипилов. СПб.: Питер, 2006. 528 с.
2. *Овчаров Е.А. Здоровье: аксиологический, медико-социальный и экологический анализ: Учебное пособие. – Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. пед.ин-та, 2002. – 799 с. (Учебная книга. Вып.5). ISBN – 5-89988-147-X (Вып.5), ISBN – 5-89988-132-1.*