

УДК 159.923

ВНУТРИЛИЧНОСТНЫЙ КОНФЛИКТ И СОПРОВОЖДАЮЩИЕ ЕГО ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ

А.В. Гуров

Самарский государственный социально-педагогический университет

Проблема внутриличностного конфликта все более активно исследуется в современной психолого-педагогической науке. К анализу внутриличностного конфликта обращаются не только психологи, но и психиатры, социологи, педагоги. В этой связи, при рассмотрении сущности внутриличностного конфликта, многие ученые обращают внимание на разносторонность подходов к изучению данного понятия в различных теоретических концепциях. В статье представлен теоретический анализ понятия «внутриличностный конфликт». Изложен анализ зарубежных подходов относительно понятия «внутриличностный конфликт». Конкретизировано содержание понятия «внутриличностный конфликт», обозначены предпосылки того, что определенные психические состояния могут сопровождать внутриличностный конфликт, кратко описаны данные состояния. Такие психические состояния, как вина, обида, одиночество и др., могут сопровождать внутриличностные конфликты у человека. Дается авторское определение внутриличностного конфликта.

Ключевые слова: *внутриличностный конфликт, личность, психические состояния, одиночество.*

Одной из тенденций развития конфликтологического знания является движение от фиксации внешнего к изучению внутреннего. Это проявляется в стремлении ученых к исследованию процессов зарождения и развития конфликта, к все более систематическому выявлению его внутренних и внешних детерминант. Несмотря на значительный вклад, который внесли авторы исследований, посвященных внутриличностному конфликту, следует признать, что до настоящего времени в теоретическом плане остается недоработанным вопрос о понимании внутриличностного конфликта. Не конкретизировано содержание понятия «внутриличностный конфликт» и сопровождающие его психические состояния.

Анализ отечественной и зарубежной психологической литературы позволил выделить три условные группы внутриличностных конфликтов: интрапсихические, ситуативные и когнитивные [1].

Интрапсихические конфликты находят свое место в теориях А. Адлера, З. Фрейда, Э. Фромма, К. Хорни, К.Г. Юнга, они в первую очередь базируются на понимании индивида как биопсихического.

Ситуативные конфликты раскрыты в работах ученых бихевиорального направления (Дж. Долларда, Н. Миллера, Д. Скиннера), концептуальное основание их теорий включает в себя рассмотрение конфликта как реакции на

внешние обстоятельства [2].

Когнитивные конфликты изучены в трудах К. Левина, А. Маслоу, К. Роджерса, Л. Фестингера, В. Франкла, их теории основываются на понимании конфликта как познавательного феномена.

Несмотря на все различия в методологии среди представленных выше теоретических концепций, есть и общее в понимании внутриличностного конфликта, а именно как негативного переживания, вытекающего из противоборства различных внутренних структур личности, потребностей, мотивов [3].

С позиций психоаналитического направления З. Фрейд выявил систему агрессивных и сексуальных мотивов поведения с одной стороны, и защитные механизмы личности – с другой. Он понимал внутриличностный конфликт «как постоянную борьбу, столкновение желаний между ид, эго и суперэго внутри человека из-за ограничения объема либидо» (цит. по: [4, с. 420]). По мнению ученого, внутренние конфликты могут привести к психологическим проблемам и болезням, однако у личности функционируют бессознательные защитные механизмы, скрывающие истинные мотивы поведения [4].

Содержание понятия внутреннего конфликта в рамках психоаналитического направления стало в дальнейшем основой для раскрытия этого понятия в рамках и других психологических направлений. Предложенная З. Фрейдом трактовка внутреннего конфликта нашла в последующем свое отражение в трудах и других представителей глубинной психологии – А. Адлера, Э. Фромма, К. Хорни, К. Юнга и др. [5].

Теоретический анализ показал, что если для К. Юнга внутренний конфликт состоял в неустранимом противоречии между инстинктом и духом, то К. Хорни понимала внутриличностный (базальный) конфликт как противоборство невротических потребностей личности либо как стремление к удовлетворению желаний и к безопасности. Причины внутренних конфликтов К. Хорни видела в недостатке родительской любви и в недооценке человека значимыми для него людьми [6, с. 32–43].

В рамках своей теории Э. Эриксон рассматривает конфликты как один из возможных вариантов во взаимодействии индивида и среды, в частности, это проявляется, когда защитных реакций индивида и «уступок» среды недостаточно для восстановления нарушенного гомеостатического равновесия. Процесс адаптации к обществу носит двусторонний характер. В системе «индивид – среда», по мнению Э. Эриксона, одна сторона адаптационного взаимодействия это конфликты и защиты, а другая – сотрудничество и гармония при приспособлении индивида к обществу. Данный процесс Э. Эриксон именовал как формирование идентичности, делая акцент на важности поддержания личности, цельности Эго, которое в свою очередь является важнейшим условием устойчивости индивида к неврозам [7].

Автор теории поля, К. Левин, понимал внутриличностный конфликт как конфронтацию противоположных сил примерно одинаковой величины, когда личность должна сделать выбор между положительным – положительным, отрицательным – отрицательным, положительным – отрицательным. Разрешение конфликта автор видел в разделении поведения человека на волевое (мотивы и внутренние потребности) и полевое (влияние

внешних факторов), где каждое имеет для человека свою валентность, некий энергетический заряд, вызывающий у индивида специфическое напряжение, требующее разрядки [8, с. 298].

С точки зрения понимания сущности внутриличностных конфликтов важным является рассмотрение типов внутриличностных конфликтов. Раскроем их более подробно.

Так, анализ научных трудов М. Роббера и Ф. Тильмана позволил выделить три типа внутриличностных (психологических) конфликтов:

1. Конфликт потребностей. Его причина в том, что потребности могут быть противопоставлены друг другу и побуждать человека к различным по своей сути действиям. Иногда желания человека направлены на противоречивые объекты, и поэтому может быть затруднено принятие решений и побуждение к действию.

2. Конфликт между потребностью и социальной нормой. Действительно сильная потребность может входить в противоречие с не менее устойчивой внутренней социальной нормой. В независимости от выбора индивида в данном положении ситуация будет носить конфликтный характер. Примеры таких внутриличностных конфликтов детально раскрыты в работах З. Фрейда. В его терминологии противоречие, вызывающее данный тип конфликта, – это противоречие между Оно (Ид) и Сверх-Я (Супер-эго). Столкновение природных инстинктов и норм, запретов и порождает внутриличностный конфликт, который может носить хронический характер.

3. Конфликт социальных норм. Сущность этого конфликта заключается в том, что человек испытывает равнозначное давление двух противоположных социальных норм [9].

Таким образом, анализ проблемы внутриличностного конфликта в зарубежных подходах позволил предложить следующее определение: под внутриличностным конфликтом будем понимать психическое состояние личностного переживания, связанного с невозможностью удовлетворения потребности в силу внутренних противоречий, в основе которых лежит борьба мотивов за включение личности в желаемую деятельность.

Подробный анализ психологической литературы позволил наметить предпосылки того, что внутриличностные конфликты могут сопровождать определенные психические состояния (Е.П. Ильин, Л.В. Куликов, А.О. Прохоров). Остановимся на понятии «психическое состояние», а также конкретизируем связь внутриличностных конфликтов и психических состояний.

Приведем определение понятия «психическое состояние». А.О. Прохоров, в своих научных трудах, с учетом проведенного системного и категориального анализа понятия «психическое состояние» и упорядоченности по системным характеристикам пространство – время, информация – энергия, дает следующее определение: психическое состояние – это «отражение личностью ситуации в виде сочетания (совокупности) различных характеристик человека, возникающее в динамике психической деятельности и выражающее единство поведения и переживания» (цит. по: [10, с. 61]).

Внутренний конфликт, по мнению А.О. Прохорова, – это «состояние, связанное с конфликтом противоречивых установок, влечений, мотивов,

ценностей, амбивалентностью чувств и др.» (цит. по: [10, с. 227]). К психическим состояниям в момент переживания внутриличностного конфликта А.О. Прохоров относит состояния, имеющие ярко выраженную негативную эмоциональную окраску, так называемые неравновесные психические состояния.

К психическим состояниям, возникающим в ситуации внутриличностного конфликта, А.О. Прохоров относит состояние страха, комплекс неполноценности, депрессию, одиночество, уход в себя [10, с. 383]. В своих трудах он выделяет несколько психических состояний, которые могут быть характерны для внутриличностного конфликта, такие, как угнетенность; подавленность; страдание; обида; униженность; вина; одиночество; апатия; депрессия; фрустрация [11].

В свою очередь, Е.П. Ильин связывает внутриличностный конфликт с эмоциональным напряжением, оно возникает у человека и при межличностных конфликтах. Психическое состояние эмоционального напряжения, в процессе выполнения деятельности, чаще всего возникает как результат трудно преодолимого препятствия на пути к достижению цели [12, с. 239].

В данной статье остановимся на рассмотрении психических состояний вины, обиды и одиночества более подробно, поскольку данные психические состояния, вероятно, интенсивны по своему протеканию и имеют выраженный негативный эмоциональный окрас.

Рассмотрим психическое состояние вины. Раскрывая содержание понятия вины, в своем исследовании И.А. Белик рассматривает вину как четырехкомпонентное образование. В нее входят: 1) эмоциональный компонент (переживания дисфорического характера — угнетенность, подавленность, страдание и т. д.), сожаление и раскаяние; 2) когнитивный компонент, который включает осознание и анализ поступка, осознание несоответствия «реального» и «идеального»; 3) мотивационный компонент: желание исправить или изменить сложившуюся ситуацию или поведение; 4) психосоматический компонент, связанный с неприятными физическими ощущениями (головная боль, тяжесть в животе и т. д.) [13, с. 157]. По данным И.А. Белик, вина положительно связана с внутриличностным конфликтом и самообвинением.

В своем исследовании С.Г. Корчагина приводит следующее определение одиночества: «...психическое состояние человека, отражающее переживание своей отдельности, субъективной невозможности или нежелания чувствовать адекватный отклик, принятие и признание себя другими» (цит. по: [14, с. 25]). Автор подчеркивает, что одиночество есть внутреннее психическое, душевное состояние, а не внешне наблюдаемый объективный фактор. Причины одиночества кроются не во внешних факторах, таких, как, например, развод, потеря близкого человека и др., причинами являются внутренние психические механизмы. Автором не исключается влияние объективных факторов в возникновении состояния одиночества, они могут являться катализатором данного состояния, но механизм генезиса одиночества является внутриличностным при любых внешних ситуациях и условиях. Поэтому психическое состояние одиночества может быть связано именно с

внутриличностным конфликтом, к примеру, противоположные стремления быть в уединении и быть в контакте с кем-либо могут создавать внутриличностные противоречия [14, с. 71].

Рассматривая состояние обиды, обратимся к позиции Ф. Перлза. Примером одной из незавершенных ситуаций, по мнению Ф. Перлза, является обида. Ф. Перлз трактовал ее следующим образом: если человек пребывает в состоянии обиды, вероятно, он «застрял» и не может сделать шаг вперед и выразить свой гнев, чтобы произвести необходимые изменения в среде и получить удовлетворение, и при этом человек не может забыть о беспокойстве, которое приносит обида. Обида, по мнению автора, является психологическим эквивалентом до боли сжатой челюсти. Обиду характеризует состояние, когда человек не может отпустить и забыть, не может позволить инциденту или человеку отойти на задний план и в то же время не может активно за это взяться. Такое поведение и характеризует внутриличностный конфликт [15].

Таким образом, анализ психологической литературы позволил конкретизировать содержание понятия «внутриличностный конфликт». Являясь многомерным психологическим образованием, внутриличностный конфликт – это психическое состояние личностного переживания, связанного с невозможностью удовлетворения потребности в силу внутренних противоречий, в основе которых лежит борьба мотивов за включение личности в желаемую деятельность. Наряду с этим были выделены психические состояния, которые, вероятно, сопровождают внутриличностный конфликт, такие, как вина, обида и одиночество, все эти психические состояния характеризуются негативной эмоциональной окраской, а также внутренне противоречивы.

Список литературы

1. Громова О.Н. Конфликтология. М.: Экмос, 2000. 320 с.
2. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. 3-е изд. СПб.: Питер, 2007. 607 с.
3. Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта. / М.-Берлин: Директ-Медиа, 2015. 72 с.
4. Фрейд З. Введение в психоанализ: лекции. М.: Наука, 1991. 694 с.
5. Рычкова Л.С. Основные направления современной психотерапии: учеб. пособие. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2004. 157 с.
6. Хорни К. Наши внутренние конфликты. Невроз и развитие личности // Собр. соч.: в 3 т.: пер. с англ. М.: Смысл, 1997. 694 с.
7. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс, 1996. 344 с.
8. Левин К. Теория поля в социальных науках: пер. с англ. СПб.: Сенсор, 2000. 368 с.
9. Роббер М.А., Тильман Ф. Психология индивида и группы. М., Прогресс, 1988. 159 с.
10. Прохоров А.О., Валиуллина М.Е., Габдреева Г.Ш., Гарифуллина М.М., Менделевич В.Д. Психология состояний: учеб. пособие / под ред.

- А.О. Прохорова. М.: Изд-во «Когито-Центр», 2011. 624 с.
11. Габдреева Г.Ш., Прохоров А.О. Практикум по психологии состояний: учеб. пособие / под ред. проф. А.О. Прохорова. СПб: Речь, 2004. 480 с.
 12. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. СПб.: Питер, 2005. 412 с.
 13. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений. СПб.: Питер, 2009. 576 с.
 14. Корчагина С.Г. Психология одиночества: учеб. пособие. М.: Моск. психол.-социальный ин-т, 2008. 228 с.
 15. Гингер С. Гештальт: искусство контакта / пер. с англ. Т.А. Ребеко. 2-е изд. М.: Академический Проект: Культура, 2010. 191 с.

THE INTRAPERSONAL CONFLICT AND MENTAL STATES ACCOMPANYING IT

A.V. Gurov

Samara State University of Social Sciences and Education

The problem of intrapersonal conflict more actively studied in modern psychological and pedagogical science. Analysis of intrapersonal conflict are treated not only by psychologists but also psychiatrists, sociologists, educators. In this regard, with the consideration of the nature of intrapersonal conflict, many scholars draw attention to the diversity of approaches to the study of this concept in various theoretical Conceria. The article presents a theoretical analysis of the concept of «intrapersonal conflict». The article presents an analysis of international approaches to the concept of intrapersonal conflict. This work is dedicated to fleshing out the concept of «intrapersonal conflict», preconditions that certain mental States can accompany intrapersonal conflict, briefly describes the state data. Mental States such as guilt, resentment, loneliness, and other may be accompanied by intrapersonal conflict in humans. The author's definition of intrapersonal conflict.

Keywords: *intrapersonal conflict, personality, mental state, loneliness.*

Об авторе:

ГУРОВ Андрей Вячеславович – ФГБОУ ВО «Самарский государственный социально-педагогический университет», (443099, г. Самара, ул. М. Горького 65/67), e-mail: andrewg213@gmail.com