

*Старыш М.И., студентка 2 курса, Тверской государственной
университет, Тверь, Россия*

*Короткина Е. Д., кандидат психологических наук, доцент, заведующий
кафедрой психологии, Тверской государственной университет, Тверь,
Россия*

ВНУТРИЛИЧНОСТНЫЙ КОНФЛИКТ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Данная статья посвящена исследованию внутриличностного конфликта, его показателям, видам, способам решения и профилактики. В статье представлены и проанализированы результаты эмпирического исследования особенностей переживания внутриличностного конфликта в юношеском возрасте.

Ключевые слова: виды и показатели внутриличностного конфликта, юношеский возраст, система ценностей личности, жизненные сферы личности.

Актуальность.

Состояние внутриличностного конфликта переживает каждый человек. В юношеском возрасте приобретаются новые знания, адаптационные модели поведения, формируется самоуважение, самосознание и т.д. Данный возрастной период наделён большим количеством внутриличностных конфликтов. Иначе, юношеский возраст не имел бы трансформирующегося характера, и не давал бы на выходе из юношеского кризиса психически здорового, дееспособного взрослого человека, взамен беспечному ребёнку или импульсивному подростку. Неудачное же разрешение конфликта приводит к затруднению взаимоотношений с окружающими, остановке развития личности, а иногда деградации, неврозам и т.д.

Важно изучить в каких сферах жизнедеятельности у современных молодых людей возникает состояние внутриличностного конфликта, чтобы скорректировать среду для возможности успешного, «безболезненного» разрешения этих самых конфликтов.

Внутриличностный конфликт имеет место тогда, когда отсутствует согласие между различными психологическими факторами внутреннего мира личности, отражающее противоречивые связи с социальной средой и задерживающее принятие решения. [6, с 69-72]

Показатели внутриличностного конфликта:

- *Когнитивная сфера:* снижение самооценки; задержка принятия решения; сомнение в истинности мотивов и принципов, которыми субъект ранее руководствовался.
- *Эмоциональная сфера:* психоэмоциональное напряжение; значительные отрицательные переживания.

- *Поведенческая сфера*: снижение качества и интенсивности деятельности; снижение удовлетворенности деятельностью; негативный эмоциональный фон общения.
- *Интегральные показатели*: нарушение нормального механизма адаптации; усиление психологического стресса. [1]

Классификация внутриличностного конфликта

По ценностно-мотивационному признаку:

- | | |
|-----------------|-------------------|
| • Роловой | • Мотивационный |
| • Диссонансный | • Нравственный |
| • Адаптационный | • Нереализованный |

Существуют так же конструктивный и деструктивный внутриличностные конфликты.

Конструктивный внутриличностный конфликт

Конструктивный (оптимальный, продуктивный) внутриличностный конфликт – приводит к гармонизации личности, поскольку человек в процессе его разрешения осознаёт себя личностью.

Конструктивный путь разрешения ценностного конфликта состоит в формировании новых отношений к миру, новых требований к себе, другим людям, новых повседневных действий, привычек. Данный путь позволяет личности идти по пути развития, приближаясь к идеальному образу самоосознанности [4].

Деструктивный внутриличностный конфликт

Деструктивный внутриличностный конфликт (разрушающий личностные структуры) – личность не может найти выход из сложившейся конфликтной ситуации. Приводит к ухудшению состояния личности и ухудшению взаимодействия с социумом [1].

Невозможность достижения цели приводит к проявлению агрессии; занижению своих стандартов, самооценки, что также может привести к аутоагрессии и т.п. Все эти последствия невозможности удовлетворения потребностей несомненно сказываются на межличностном взаимодействии и ведут к одиночеству [5].

Большое значение в профилактике внутриличностного конфликта имеет формирование жизненных ценностей, и следование им. Жизненные принципы и авторитеты помогают избежать ситуаций, связанных с сомнениями в истинности того дела, которым человек занят. Также и адекватный уровень самооценки будет способствовать согласованности личностных характеристик между собой и между внешними факторами, что в свою очередь минимизирует появление внутриличностного конфликта. Высокая способность к адаптации – ещё один немаловажный фактор. Необходимо учиться реально оценивать ситуацию, быть гибким и адаптивным, а в случае необходимости уметь изменяться. Также предупреждению внутриличностных конфликтов способствует развитие волевых качеств личности. Осуществляя волевое действие, человек

противостоит импульсивным желаниям. Волевое поведение включает принятие решения, часто сопровождающееся борьбой мотивов, и его реализацию. Воля представляет достигнутый уровень саморегуляции своей деятельности и поведения. Именно с помощью воли человек может предупредить внутриличностный конфликт [2].

Целью эмпирического исследования было выявление и описание тех жизненных ценностей, которые вызывают у подростков юношеского возраста внутриличностный конфликт

Для исследования внутриличностного конфликта была использована методика «Уровень соотношения “ценности” и “доступности” в различных жизненных сферах (УСЦД)» (Е. Б. Фанталова). Методика представляет собой опросник из 12 понятий, означающих различные жизненные ценности. Она позволяет выявить основные внутренние конфликты в системе ценностей личности, вызванные расхождением значимости и достижимости той или иной ценности, и получить представление о том каковы основные внутренние противоречия личности и каково их содержание, и степень выраженности [3].

В исследовании приняли участие 30 студентов 2 курса факультета психологии ТвГУ. Из них – 25 девушек и 5 юношей в возрасте от 19 до 20 лет.

Анализ результатов показали, что состояние внутриличностного конфликта студенты испытывают в таких сферах, как: «Счастливая семейная жизнь» (26,7%), «Здоровье» (23,3%), «Уверенность в себе» (23, 3%), что говорит о том, что испытуемые, пребывают в условиях, когда ценностный объект малодоступен или не доступен совсем, «желаемое» не совпадает с «реальным», значимые потребности и ценности находятся в состоянии блокады. Состояние внутриличностного вакуума характерно по отношению к сферам «Творчество» (26,7%) и «Красота природы и искусства» (23,3%). Это говорит о том, что, у испытуемых наблюдается состояние, когда доступный объект не представляет интереса, может сопровождаться ощущением «внутреннего балласта», «избыточности присутствия», ненужности, никчемности.

Юношеский возраст – то время, когда молодые люди стремятся не только к дружескому, товарищескому общению, но и общению интимно-личностного характера. В семье человек реализует очень значимую сторону своего предназначения, приобретает новый общественный статус, связанный с ответственностью за продолжение рода и воспитание будущего поколения, вступает в новый этап своего жизненного устройства. Потребность в реализации, становлении и при этом несформированность, психологическая неготовность к такому ответственному шагу порождает внутриличностный конфликт. Тема здоровья стала особенно актуальна в последнее время, в связи с пандемией. Люди всех возрастных категорий стали более бережно относиться к нему. Они стали более просвещены в этом отношении, информации о сохранении здоровья было не избежать, поэтому неудивительно, что здоровье вошло в ряд тех ценностей, которые оказываются недоступны испытуемым. Становление уверенности в себе можно считать одной из главных задач юношеского возраста. От достижения этой потребности будет зависеть весь последующий ход

событий. И, вместе с тем, данная особенность возраста является результатом реализации сразу нескольких его задач, например, достижение самоуважения, самосознания, появление новообразования когнитивных процессов и интеллектуальных способностей и т.д. Поэтому, внутриличностный конфликт в отношении данной ценности неизбежен. Творчество и эстетические ценности связаны между собой. Это довольно субъективные понятия, поскольку они имеют большой разброс, входящих в него объектов. Представляется интересным то, что эти категории оказались в разделе «ненужных», так как индивидуализация неизбежно проходит через творческое начало индивида. А сама индивидуализация также является одной из психологических особенностей юности. Данный вопрос требует более глубокого изучения в дальнейшем.



Рис. 1. Распределение результатов диагностики внутриличностного конфликта в различных жизненных сферах

Условные обозначения
 вк – внутренний конфликт
 вв – внутренний вакуум
 нз -нейтральная зона.

Таким образом, исходя из вышесказанного, можно отметить, что те ценности, которые вызывают у испытуемых состояние внутриличностного конфликта, не требуют корректировки. Они находятся в рамках их возрастных особенностей, а также соответствуют современной социальной ситуации. В перспективе исследования – изучение вопроса творчества и эстетических чувств в восприятии молодых людей юношеского возраста, а также позиция данной темы в системе их ценностей.

Список литературы

1. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. *Конфликтология: Учебник для вузов.* – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2004 г.
2. Коваленко В.И., Лобанов К.Н., Брагин А.А., Максимов И.С. *КОНФЛИКТОЛОГИЯ. Учебник* Белгород, Белгород: ООНИ и РИД Белгородского юридического института МВД России 2009 г.
3. Леонов, Н. И. Психология конфликта: методы изучения конфликтов и конфликтного поведения: учебник для вузов / Н. И. Леонов. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020.
4. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2000 г.
5. Шелехов И. Л., Федчишина Е. Внутриличностный конфликт и одиночество // Вестник ТГПУ. (2013г.) с. 169
6. Шупейко И. Г., Борбот А. Ю., Доморацкая Е. М., Пархоменко Д.А. / Основы психологии и педагогики: практикум для студентов всех специальностей и всех форм обучения. — Минск : БГУИР, 2008 г.

Sarysh M.I., 2 year student, Tver State University, Tver, Russia

Scientific advisor Korotkina E. D., PhD in Psychology, Docent, Head of the Department of Psychology, Tver State University, Tver, Russia

THE INTERPERSONAL CONFLICT AT YOUTHFUL AGE

This article is dedicated to research of interpersonal conflict, its indicators, kinds, methods of solution and preventive measures. Results of an empirical study of the peculiarities of experiencing interpersonal conflict in adolescence are presented and analyzed in this article.

Key words: types and indicators of intrapersonal conflict, adolescence, personality value system, personality life spheres.