

УДК 37.036:378.2

<https://doi.org/10.31891/PT-2022-1-3>

**Зінаїда АНТОНОВА**

Хмельницький національний університет

<https://orcid.org/0000-0002-1920-7410>

e-mail: [shvedzina@ukr.net](mailto:shvedzina@ukr.net)

## **ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИЙ КОНФЛІКТ ЯК КРИЗА ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ**

*Стрімкі зміни технологічного укладу та радикальні соціальні перетворення у нашій країні призвели не лише до істотних змін у сфері трудової діяльності, системи освіти, а й значно актуалізували проблему взаємозв'язку «особистість – освіта – виробництво». У цій ситуації зорієнтованість освіти на самоцінність особистості, її внутрішні ресурси, прагнення до самореалізації і саморозвитку, на принцип зв'язку розвитку особистості та її цілісного життєвого руху з трудовою діяльністю є невід'ємною частиною методологічного фундаменту вітчизняної психологічної науки. Водночас виникає нагальна потреба вивчення впливу освітнього процесу, характеру освітнього середовища вищого навчального закладу на психічні новоутворення студентів, їхній особистісний розвиток на різних етапах навчання, рушійні сили розвитку. Ця потреба зумовлена необхідністю валідизації знань, що накопичені віковою та педагогічною психологією, відповідно до сучасної соціокультурної ситуації. Студент повинен усвідомлювати зміни, що відбуваються в ньому, також мати свою думку, свої оцінки, погляди на різні життєві ситуації, своє ставлення і свій власний вибір життєвого спрямування.*

*Ключові слова: психолог, конфлікт, людина, криза.*

**Zinaida ANTONOVA**

Khmelnitskyi National University

## **INTERNAL PERSONAL CONFLICT AS A CRISIS IN THE PROFESSIONAL FORMATION OF FUTURE PSYCHOLOGISTS**

*Rapid changes in the technological structure and radical social transformations in our country led not only to significant changes in the field of labor activity, the education system, but also significantly actualized the problem of the relationship "personality - education - production". In this situation, the orientation of education on the self-worth of the individual, his internal resources, the desire for self-realization and self-development, on the principle of the connection of the development of the individual and his integral life movement with labor activity is an integral part of the methodological foundation of domestic psychological science. At the same time, there is an urgent need to study the influence of the educational process, the nature of the educational environment of a higher educational institution on the mental formations of students, their personal development at various stages of education, and the driving forces of development. This need is due to the need to validate the knowledge accumulated by age and pedagogical psychology in accordance with the current socio-cultural situation. A student must be aware of the changes taking place in him, also have his own opinion, his assessments, views on various life situations, his attitude and his own choice of life direction.*

*Key words: psychologist, conflict, person, crisis.*

## **Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями**

Стрімкі зміни технологічного укладу та радикальні соціальні перетворення у нашій країні призвели не лише до істотних змін у сфері трудової діяльності, системи освіти, а й значно актуалізували проблему взаємозв'язку «особистість – освіта – виробництво». У цій ситуації зорієнтованість освіти на самоцінність особистості, її внутрішні ресурси, прагнення до самореалізації і саморозвитку, на принцип зв'язку розвитку особистості та її цілісного життєвого руху з трудовою діяльністю є невід'ємною частиною методологічного фундаменту вітчизняної психологічної науки. Водночас виникає нагальна потреба вивчення впливу освітнього процесу, характеру освітнього середовища вищого навчального закладу на психічні новоутворення студентів, їхній особистісний розвиток на різних етапах навчання, рушійні сили розвитку. Ця потреба зумовлена необхідністю валідазації знань, що накопичені віковою та педагогічною психологією, відповідно до сучасної соціокультурної ситуації. Студент повинен усвідомлювати зміни, що відбуваються в ньому, також мати свою думку, свої оцінки, погляди на різні життєві ситуації, своє ставлення і свій власний вибір життєвого спрямування.

Дослідниця Т. Єльчанінова у своїй роботі зазначає, що в реаліях сучасної вищої школи дуже часто зустрічаються студенти, які мають суперечливі й несумісні мотиви, цінності й цілі, які довгий період не можуть подолати певні внутрішні проблеми, не здатні виробити пріоритети власної поведінки, тобто випробовують внутрішньоособистісні конфлікти [6]. Також вважається, що конфлікти, котрі знаходяться всередині особистості, відбирають у людини багато сил, викликаючи в неї тривогу, роздратування, злість, агресію, яка буде спрямована не тільки на інших людей, але й на себе. Надалі це загрожуватиме утворенням гострих переживань, які вражатимуть людину, створюючи сильний дискомфорт, що може призвести до душевних негараздів (у вигляді панічних атак, неврозів, навіть спроб суїциду) [11].

## **Аналіз досліджень та публікацій**

Проблема внутрішньоособистісних конфліктів розкрита в працях як зарубіжних, так і вітчизняних науковців, серед них З. Фрейд, А. Маслоу, К. Хорні, В. Франкл, К. Роджерс, К. Левін, О. Леонтьєв, В. Мерлін, Н. Чепелева, Г. Ложкін, Т. Левченко, Н. Пов'якель, І. Ващенко, М. Пірен, О. Чала.

### **Виклад основного матеріалу**

У сучасній науці проблематика внутрішньоособистісного конфлікту залишається дискусійною. Зокрема, в зарубіжній психології науковці К. Dixon-Gordon, S. Bernecker, K. Christensen внутрішньоособистісні конфлікти трактують як важливість процесів регулювання міжособистісних емоцій у внутрішньоособистісному й соціальному функціонуванні [2].

У психологічній літературі поняття внутрішньоособистісного конфлікту ототожнюється з поняттями внутрішні, особистісні, інтрасуб'єктивні, інтраперсональні конфлікти.

Окремі аспекти зазначеної проблеми розкриває у своїх дослідженнях Л. Боброва, вона вважає, що проблема внутрішньоособистісного конфлікту в наукових дослідженнях розглядається з урахуванням розуміння особистості, яка складається в рамках тієї чи іншої теоретичної концепції особистості: інтрапсихічної, ситуативної та когнітивної [2].

Інтрапсихічні (психодинамічні) концепції спираються на біопсихічну основу індивіда й представлені в теоріях З. Фрейда, К. Юнга, А. Адлера, Е. Фромма, К. Хорні й інших [2].

Згідно з теорією З. Фрейда, людина конфліктна за своєю природою. Ним розвинуте твердження про те, що людське існування пов'язане з постійним напруженням, подоланням суперечностей між біологічними потягами й бажаннями і соціально-культурними нормами, між несвідомим і свідомим [6, с. 43].

За Фрейдом, ця боротьба проявляється в амбівалентності людських почуттів, їх суперечливості, постійному протиборстві. У цьому, він вважає, і є сутність внутрішньоособистісного конфлікту.

Погляди Б. Скінера, Н. Міллера, Дж. Долларда виходять із ситуативної концепції, провідною думкою якої є розуміння конфлікту як реакції на ситуацію, як збіг обставин, що склався.

Прихильник біхевіоризму Беррес Фредерік Скінер вважає, що внутрішньоособистісний конфлікт – це як погана звичка, яка зародилася під час помилкового виховання.

А необіхевіористи Ніл Елгар Мілер і Джон Доллард такий вид конфлікту розглядають як фрустрацію особистості [4].

Як пізнавальний феномен особистості трактують внутрішньоособистісний конфлікт представники когнітивної концепції, а саме Карл Роджерс, Абрагам Маслоу, Курт Левін, Віктор Франкл. У своїй роботі Курт Левін зазначає, що підставою для виникнення таких конфліктів є не внутрішні процеси самої психіки, а аналіз проблем, що виникають у життєвій ситуації індивіда. Предметом його уваги є

конфлікти, що виникають у результаті боротьби мотивів, одночасної актуалізації суперечливих чи несумісних мотивів.

Опис внутрішньоособистісного конфлікту, що належить К. Левіну, вважається класичним. Він розглядав внутрішній конфлікт як одночасний вплив на індивіда протилежно спрямованих сил рівної величини й значущих для індивіда [7].

Іншу позицію мав К. Роджерс і його послідовники, які вважали фундаментальним компонентом структури особистості Я-концепцію – уявлення особистості про саму себе, образ власного «Я», який формується в процесі взаємодії із соціумом. На основі Я-концепції відбувається саморегуляція поведінки людини, процес її взаємодії з навколишнім середовищем, і дуже часто в індивіда виникають ситуації, коли відбувається розбіжність між Я-ідеальним та Я-концепцією. Між ними простежується психологічна неузгодженість у сприйнятті себе. У таких ситуаціях дисонансом між ними є внутрішньоособистісний конфлікт, який призводить до психічних розладів, психосоматичних ускладнень [6].

Прихильники теорії А. Маслоу розглядають внутрішньоособистісний конфлікт через мотиваційну структуру особистості, яка складає низку ієрархічно побудованих потреб. Самоактуалізація є найвищою потребою згідно з пірамідою А. Маслоу, а отже, самореалізація та самовизнання є важливими критеріями для особистості. Адже реалізація своїх здібностей, талантів, бажання стати тим, ким прагнеш, не завжди й не кожному вдається, а тому цей вакуум між домаганнями, бажаннями й реальними результатами й лежить в основі багатьох внутрішньоособистісних конфліктів.

Ерік Еріксон у своїй праці про внутрішньоособистісні конфлікти зазначає, що вони пов'язані з кризами, які переживає особистість протягом свого життя. Він трактує: «кожна особистісна й соціальна криза є своєрідним викликом, що приводить індивіда до особистісного росту й подолання життєвих перешкод», а знання та вміння того, як особистість долає життєві труднощі, формує «єдиний ключ до розуміння її життя». А тому успішно пройти всі етапи криз практично вдається не кожному, а отже, кожна особистість має передумови до виникнення внутрішньоособистісних конфліктів, і важливим є не уникнення цих конфліктів, а їхнє конструктивне розв'язання [15].

Більш оптимістична позиція щодо внутрішньоособистісних конфліктів в О. Леонтєва. Він вважає, що вони є важливою складовою частиною структури особистості, яка розвивається. Адже впродовж життя в людини є провідні цілі й мотиви, які можуть змінюватися з

процесом формування та становлення особистості, й вони не є сталими, а мають тенденцію змінюватися. А тому конфлікт цілей, мотивів, інтересів є цілком нормальним явищем упродовж життя, але за тієї умови, якщо він має конструктивний характер [8].

Значний внесок у розгляд і вивчення внутрішньоособистісних конфліктів зробили вітчизняні науковці, зокрема О. Лурия, В. Мерлін, Ф. Василюк. Так, Олександр Лурия трактує внутрішньоособистісний конфлікт як зіткнення двох сильних, але протилежно спрямованих тенденцій. Вольф Мерлін розглядає конфлікт як результат гострого незадоволення глибоких актуальних мотивів і відносин особистості. Федір Василюк – як зіткнення двох внутрішніх спонукань, зображених у свідомості у вигляді самостійних протилежних цінностей [6].

Аналіз різноманітних поглядів і підходів зарубіжних і вітчизняних науковців дає нам розуміння багатоаспектності дефініції поняття «внутрішньоособистісний конфлікт». А отже, нами трактується внутрішньоособистісний конфлікт як гостре, негативне переживання, яке викликане боротьбою внутрішніх структур (характеристик) особистості, що є протилежними, й характеризується переживаннями двоякості почуттів і затягнутою боротьбою мотивів, інтересів, які відбивають суперечливі зв'язки із соціальним середовищем і затримують прийняття рішень.

Сучасні науковці, зокрема О. Бондаренко, Л. Кобильник, С. Максименко, Ю. Приходько, Н. Шевченко, В. Юрченко, Т. Яценко тощо звертають увагу на особливостях, що характерні для студентів, які обирають професію психолога.

Насамперед, – це висока емоційна сенситивність, прагнення до рефлексії і самопізнання, непростий внутрішній світ, що часто зумовлюється наявністю внутрішньоособистісних конфліктів. В дослідженнях таких вчених, як: К. Абульханової-Славської, Б. Ананьєва, А. Вербицької, Н. Вьюнкової, С. Зеєра, І. Зимньої, С. Ісаєвої, І. Котової, Л. Подимової, Б. Сосновського, Н. Тализіної, А. Чернишова зазначено, що студентство як особлива соціальна вікова категорія характеризується інтенсивним особистісним розвитком. Однак в працях вказаних дослідників, відображаючи окремі сторони особистісного та професійного розвитку суб'єкта, не розглядалася проблема внутрішньоособистісних конфліктів в контексті рушійної сили професійного становлення.

Аналіз психолого-педагогічної літератури показав, що, не дивлячись на ряд теоретичних і прикладних досліджень, що присвячено внутрішньоособистісним конфліктам, проблема

внутрішньоособистісних конфліктів як кризи професійного становлення майбутніх психологів є малодослідженою.

Метою нашого дослідження є розкрити особливості внутрішньоособистісних конфліктів у студентів майбутніх психологів.

Зупинимось на розкритті поняття внутрішньоособистісний конфлікт, що тлумачиться як конфлікт всередині психологічного світу особистості, який представляє собою зіткнення її протилежно спрямованих мотивів (потреб, інтересів, цінностей, цілей, ідеалів

Внутрішньоособистісним конфліктам властиві деякі особливості, зокрема:

–невідповідність структурі конфлікту;

–специфічність форм протікання і прояву (протікає у формі тяжких переживань, супроводжується страхом, депресією, стресом, спричиняє невроз);

–латентність (його не завжди легко визначити, часто людина навіть сама не знає, що перебуває в стані конфлікту) [7].

Внутрішньоособистісний конфлікт має специфічні форми перебігу та прояви, а саме:

у когнітивній сфері – суперечливість «образу Я», зниження самооцінки, усвідомлення наявності внутрішньоособистісних протиріч;

в емоційній сфері – психоемоційна напруга, тривожність та інші значні негативні переживання, пов'язані з життям та діяльністю;

у поведінковій сфері – зниження задоволеності різними видами діяльності, конфліктність у спілкуванні;

інтегральні показники – інтернальність, наявність суперечливих мотиваційно-сміслових утворень, порушення нормального механізму адаптації та посилення психологічного стресу.

Виділяють дві групи умов виникнення внутрішньоособистісного конфлікту:

1. Особистісні умови, до яких відносять наявність складного внутрішнього світу, розвиненість ієрархій мотиваційної сфери та системи почуттів, схильність до самоаналізу та рефлексії.

2. Ситуативні умови, які бувають зовнішні, а саме, об'єктивні перешкоди, вимоги суспільства та оточуючих, та внутрішні – наявність усвідомлення суб'єктивної невирішеності через внутрішню суперечність.

Одним з перших у вітчизняній психології причини внутрішньо-особистісних конфліктів особистості вивчав В. Мясищев. На його думку, внутрішньо-особистісні конфлікти часто виникають в результаті зіткнення бажань особистості і реальності, яка їх не задовольняє. Чим

вищим є претензія особистості, значущими та недосяжними цінності, тим ймовірнішою є поява внутрішньо-особистісних конфліктів.

Конкретизація деяких особливостей цих конфліктів, здійснена Т. Міминою, дала змогу виявити, що незадоволеними потребами, які зумовлюють внутрішньо-особистісний конфлікт, є такі:

- потреба адекватної соціальної оцінки (трудової діяльності і особистих досягнень);
- любовно-еротичні потреби;
- потреба в дружньому спілкуванні;
- потреба самовираження і самоутвердження та деякі інші.

На основі експериментальних досліджень Т. Міміна з'ясувала, що всупереч твердженням представників психоаналізу про провідну роль незадоволених сексуальних потреб у генезі внутрішньо-особистісних конфліктів у групі, яка на 90% складалася з осіб віком від 19 до 50 років, порушення в сфері сексуальних відносин були домінуючими в конфлікті лише у 15% випадків. Слід, однак, зауважити, що потреби, можливості особистості є не вродженими конституційними якостями, а продуктом виховання, суспільного досвіду, суспільних зв'язків, тобто всієї історії розвитку особистості в певних умовах.

Отже, як можна помітити, В. Мясіщев переконаний, що внутрішні конфлікти особистості коріняться "не в переживанні, як фінальному моменті і не в конституції, а в умовах формування відносин особистості, починаючи з раннього періоду розвитку". Тому важливим фактором, який визначає успішність розвитку особистості, є ті відносини, які складаються в дитини з її родинним оточенням. Надалі взаємовідносини впливів сімейного середовища можуть слугувати джерелом нових внутрішньо-особистісних суперечностей.

Варто зазначити і концепцію внутрішньоособистісного конфлікту американського психолога А. Маслоу. Згідно з його поглядами, мотиваційну структуру особистості утворює ряд ієрархічних потреб: 1) фізіологічні потреби; 2) потреби в безпеці; 3) потреби в коханні; 4) потреби в повазі; 5) потреби в самоактуалізації. Найвищою є потреба – потреба в самоактуалізації, тобто в реалізації здібностей і талантів людини. Вона виражається в тому, що людина прагне бути тим, ким вона може стати, але це її не завжди вдається. Самоактуалізація присутня у більшості людей, але лише у деякого вона є повністю реалізованою. Цей розрив між прагненням до самоактуалізації і реальним результатом і лежить в основі внутрішньоособистісного конфлікту [7].

Варто зупинитися ще на таких причинах внутрішньо-особистісних конфліктів: перш за все вони пов'язані із внутрішніми утвореннями особистості. Особливості структури особистості, стверджує Б. Ананьев, можуть впливати на характер внутрішньо-особистісних конфліктів. Цієї ж думки дотримується А. Ковальов, вважаючи, що внутрішньо-особистісні конфлікти можуть виникати внаслідок нерівномірного розвитку окремих сторін особистості.

У виникненні внутрішньо-особистісних конфліктів велику роль також відіграють особливості характеру особистості. С. Рубінштейн вказував, що будь-який мотив - це потенціальна риса характеру; реалізуючись в діях і вчинках і таким чином закріплюючись в мотивах поведінки в міру того, як вони починають визначати більш або менш стійкий образ дій, переходять в характерологічні властивості. Виходячи з положення С. Рубінштейна, А. Файзулаєв вважає, що багаторазове формування в свідомості людини і реалізація в поведінці і діяльності певного мотиваційного утворення приводять до того, що останнє стає рисою характеру людини.

Проте слід мати на увазі, що характер особистості – це спосіб її ставлення до дійсності, що формується з усієї історії особистості, тому він являє собою не особливу якість особистості до оточуючих, темперамент, рівень інтелекту. У конфлікті риси характеру загострюються; одночасно особливості характеру можуть зумовити виникнення внутрішньо-особистісного конфлікту. Психологічні спостереження дали змогу виявити такі характерні особливості особистості з внутрішньо-особистісними конфліктами, як слабкість, нерішучість, схильність до рефлексії, залежність від оточення, пошуки схвалення, прагнення до нормативності. Таким чином, особливості характеру, безумовно, тісно пов'язані з внутрішньо-особистісними конфліктами.

Воля, як важлива риса характеру особистості, може детермінувати внутрішньо-особистісні конфлікти. Конфліктний прояв волі, пов'язаний, передусім, з боротьбою мотивів у процесі вибору, який відбувається у свідомості людини, або до вибору дії, або після нього. І. Міхеева вважає, що, займаючи різні місця в психологічній структурі особистості, воля і потреби можуть функціонувати як самостійні й такі, що часто конфліктують між собою сили [3].

У психологічному характері людини з внутрішньо-особистісними конфліктами важливою є оцінка мислення, а саме: невміння відносно раціонально організувати свої фізичні й психічні засоби, забезпечити відповідність між прийнятими і поставленими завданнями та власними ресурсами. Нераціонально витрачені сили

спричиняють неуспіх, на який людина реагує збудженням, хвилюванням, прагне компенсувати його перенапруженням, що призводить до виникнення внутрішньо-особистісного конфлікту.

Надто висока та надто низька самооцінка можуть стати внутрішнім джерелом внутрішньо-особистісної конфліктності. Проте, як показують психологічні спостереження, завищеної самооцінки ще недостатньо для появи внутрішньо-особистісного конфлікту. Якщо людина із завищеною самооцінкою твердо впевнена в своїх можливостях, то це не призводить до афективних зривів. Внутрішньо-особистісні конфлікти виникають тоді, коли у людини підсвідомо існує деяка невпевненість у своїх силах, здібностях, в якій вона не хоче зізнатися навіть самій собі.

Однак далеко не будь-яка суперечливість між рівнем домагань людини та її здібностями призводить до переживань афективного конфлікту. Якщо вона усвідомлена і не переходить певних меж інтенсивності, то сприяє позитивному розвитку особистості. В цьому випадку маємо справу не з внутрішньо-особистісним конфліктом між самооцінкою людини і її можливостями, а з внутрішніми рушійними суперечностями в розвитку особистості.

Внутрішня суперечливість, роздвоєність свідомості може виникати як у результаті переходу об'єктивних суперечностей, спочатку зовнішніх щодо людини, у внутрішній світ, так і в процесі визрівання суперечностей у свідомості людини. Так, О. Леонтьєв зазначав, що мотиваційна сфера людини ієрархічна і процес підпорядкування мотивів може проявлятися в більш складних і прихованих формах, ніж просте протиборство мотивів [4].

Отже, на перший погляд причини внутрішньо-особистісних конфліктів коріняться в тому, що вимоги, потреби, прагнення, бажання особистості не задовольняються тими чи іншими моментами дійсності. Але певна невідповідність між потребами і можливостями їх безпосереднього задоволення мобілізує та активізує діяльність людини на досягнення поставленої мети. Саме в діяльності відбувається її розвиток. Досягнення мети призводить до розв'язання внутрішніх суперечностей, підвищення рівня потреб, що призводить до появи нових цілей і розвитку особистості. Але якщо невідповідність між метою і можливістю її задоволення продуктивно не усувається (мета не досягається, потреба не задовольняється, плани руйнуються), то це, на думку В. М'ясищева, сприяє появі внутрішньо-особистісних конфліктів.

Зауважимо, що роки навчання у закладах вищої освіти України є важливим етапом у професійному становленні особистості. В цей період починається засвоєння професійної ролі. Первинна професійна

адаптація. Майбутній фахівець у своєму розвитку проходить шлях від початкового інтересу і загального позитивного ставлення до професії, до оволодіння професійними знаннями, усвідомлення змісту і цілей професійної діяльності, засвоєння професійної етики, формування системи професійних ставлень – позиції професіонала, знаходження своєї «професійної ніші», індивідуальної професійної ролі. Всі ці процеси продовжать розвиток у реальній професійній діяльності, але починаються і формуються вони саме в ході навчання в системі професійної освіти [4].

Зупинимось на особливостях професійного становлення майбутніх психологів у студентські роки. Майбутня професійна роль для більшості студентів, особливо денної форми навчання, є новою і незнайомою. У спрямуванні на отримання професійних знань ці ролі збігаються, але між ними є суттєва відмінність у критеріях оцінки знань і умінь. Саме в студентському віці досягають максимуму свого розвитку не тільки фізичні, а й психічні властивості та процеси: сприймання, увага, пам'ять, мислення, мовлення, емоції та почуття. Б. Ананьєв вважав, що цей період найсприятливіший для навчання та професійної підготовки [8].

Підкреслимо, вирішення внутрішньоособистісних конфліктів, насамперед, залежить від самого студента, від здібності та можливості жити у згоді з самим собою та оточуючим середовищем. Внутрішньоособистісні конфлікти можуть мати для особистості та оточуючих її людей як негативні, так і позитивні наслідки. Якщо вихід з конфлікту не знайдений, то внутрішня напруга продовжує посилюватися. Коли ріст напруги перевищує визначену порогову величину, то відбувається психологічний вибух і студент опиняється вибитий з душевної рівноваги. В такому стані він не здатний справлятися з проблемою.

Негативні наслідки конфлікту сприяють виникненню стресу, неврозів, загальною психологічною придушеністю студента або великою агресивністю, яка може бути направлена на об'єкти, які не мають ніякого відношення до конфлікту. Позитивний ефект конфлікту: збільшується привабливість ще недоторканої мети; наявність перепон допомагає мобілізації сили та засобів для їх подолання; внутрішньоособистісний конфлікт сприяє адаптації та самореалізації особистості в складних умовах та підвищенню стресостійкості організму; позитивно вирішені проблеми закаляють характер, формують сміливість у поведінці особистості [4; 7].

У період навчання у закладах вищої освіти актуалізуються внутрішньоособистісні конфлікти професійного самовизначення,

характерні для стадій оптації, професійної підготовки і профадаптації. Сторонами цих конфліктів є різні складові структури особистості і вони обумовлені такими факторами: 1)неузгодженістю складових спрямованості: протиріччями між соціально-професійними експектаціями та професійною дійсністю, між мотивами професійного росту, успіху і матеріального благополуччя, між високим рівнем домагань і самоповагою, між несвідомими мотивами (прагнення до влади, підпорядкування) і ціннісними орієнтаціями та ін; 2)розбіжністю характеру професійної діяльності та рівня професійної компетентності, що породжує внутрішньоособистісні конфлікти між усвідомленою необхідністю у підвищенні кваліфікації та недостатньою професійною активністю, між незадоволеністю змістом праці і небажанням змінити професію, між відсутністю перспектив кар'єри і рівнем професійної компетентності та ін.

Окрім конфліктів професійного самовизначення студентам властиві й інші види внутрішньоособистісних конфліктів, зокрема, внутрішньоособистісні конфлікти студентів, що виникають у ціннісно-смысловій сфері, зокрема: конфлікти, що виникають внаслідок неузгодженості між значущістю таких життєвих цінностей, як: власне здоров'я, сімейне життя і матеріальна забезпеченість, і доступністю цих цінностей. Крім того, індикаторами внутрішньоособистісних конфліктів студентів є суперечності між «Я-реальним» і «Я-ідеальним», високий рівень тривожності прояву агресивності та фрустрації. Ці показники можуть бути емпіричними референтами внутрішньоособистісних конфліктів та виступати як індикатори їх виміру [2].

На початкових етапах професійного становлення студентів відбуваються серйозні зміни Я-концепції, неузгодженість елементів якої виступає фактором внутрішньоособистісної конфліктності.

Виділяють дві групи компонентів Я-концепції: структурні (повнота, провідна форма представлених у ній відносин суб'єкта, узгодженість, широта) і змістовно-психологічні (суб'єктно-об'єктна віднесеність, прийняття-неприйняття себе як професіонала) характеристики [2; 5].

Науковці виокремлюють основні способи розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів:–витіснення– процес, в результаті якого складні для особистості думки, спогади, переживання «виганяються» з її свідомості в сферу підсвідомого;–сублімація–переведення психічної енергії в інші сфери більш високі, зокрема: заняття певним видом мистецтва, спортом, музикою;–регресія–повернення індивіда до ранніх дитячих форм поведінки. Вона

передбачає відхід від реальності і повернення до такої стадії розвитку, в якій переживалося почуття задоволення. Тобто «впадання в дитинство»; раціоналізм– самовиправдання своїх проступків та дій; – проекція– свідоме чи несвідоме перенесення власних почуттів, станів, які є небажаними для особистості на інших, приписування негативних якостей іншим, критика інших; –ейфорія– показне задоволення, радість, які зовсім є недоречними в даній ситуації, «смій через сльози»;– номадизм– часті кардинальні зміни місця проживання, місця роботи, сімейного положення;–компроміс– коли особистість робить вибір в користь певного варіанта і приступає до його реалізації;–заміщення– а) заміщення об'єкту – це перенесення негативних почуттів з одного об'єкта, який їх викликав на другий об'єкт, який не має прямого відношення; б) заміщення почуттів – це відбувається тоді, коли об'єкт незадоволення залишається тим самим, а почуття по відношенню до нього міняються на протилежні; –інтелектуалізація– це коли дуже важливі для особистості події розглядаються нею нейтрально без участі емоцій, що викликає подив у звичайних людей; –ідеалізація– це процес фантазування, коли особа віддається мріям, і таким чином уникає дійсності;–уникнення– відмова думати про можливі негативні наслідки майбутніх подій і дій полягає в уникненні вирішення проблеми: «будь, що буде»;–ідентифікація– процес порівнювання себе із іншими допомагає справитися із турботою і почуттям незахищеності;–корекція– це зміна Я-концепції в напрямку досягнення адекватного уявлення про себе [7].

Досліджуючи цю проблему, ми дійшли висновку, що конструктивним внутрішньоособистісний конфлікт є за умов, якщо затрати на його розв'язання мінімальні й водночас зберігається позитивний емоційний стан особистості, активізуються внутрішні резерви, відбуваються позитивні зміни в поведінці.

За умови деструктивних внутрішньоособистісних конфліктів відбувається виснаження внутрішніх ресурсів, що призводить до психічних деструктивних змін особистості.

Позитивний вплив конструктивного розв'язання конфліктів відбивається в особистості особливим бажанням реалізувати поставлені цілі й досягати високого рівня домагань. У таких особистостей наче «відкривається друге дихання», яке допомагає їм повірити в себе, зміцнити свою самоцінність.

Деструктивні внутрішньоособистісні конфлікти є підґрунтям для багатьох психічних і соматичних хвороб. Адже з розвитком таких конфліктів особистість знецінює себе у власних очах, втрачається віра в

себе, свої можливості й у майбутнє, нівелюється привабливість поставленої мети, зникає мотивація до будь-якої діяльності.

Особистість стає безсилою та від цього ще більше відчуває тривожність, роздратування та навіть агресію, знижується інтелектуальна діяльність, та як результат – погіршення фізичного й психічного стану. Деструктивне протікання внутрішньоособистісного конфлікту в студентів під час професійного становлення призводить до затяжного процесу адаптації або дезадаптації. Успішність у таких студентів знижується та прослідковується байдужість до результатів навчання та його процесу. А тому деструктивний внутрішньоособистісний конфлікт має руйнівний вплив на формування особистості через наявні негативні внутрішні установки, цей процес може затягнутися на роки, й надалі такі особистості хронічно незадоволені собою, соціумом і навколишнім світом.

Г. Ложкін Г. Н. Пов'якель, розглядаючи проблему конфліктів, зазначають те, що особистість, прагнучи уникнути проблем реальності штучним шляхом, намагається змінити власний психічний стан для набуття ілюзії безпеки, знаходження рівноваги [9]. Хронічний тривожний стан, роздратування, власна неспроможність, емоційний дискомфорт, занижена самооцінка, знецінення себе й оточення дуже часто призводять до адиктивної поведінки особистості, крайнім ступенем деструктивного виходу з внутрішньоособистісного конфлікту вважається суїцидальна поведінка.

Анатолій Анцупов і Анатолій Шипілов зазначають, що найважливішими детермінантами суїцидальних інтенцій чи дій слугують внутрішньоособистісні конфлікти, пов'язані з кризами діяльності, стосунків, стану фізичного здоров'я чи матеріально-побутовими труднощами, але також важливу роль відіграє й внутрішньоособистісна причинність феномену суїциду – риси характеру людини, її емоційний стан, ціннісні орієнтації [1].

На проблему прихованості внутрішньоособистісних конфліктів звертають увагу у своїй роботі Георгій Ложкін і Ніна 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 несвідомо) іноді навіть від себе стан переживання конфлікту під активною діяльністю, підвищеною контактністю, веселістю тощо» [9]. Процес формування навичок розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів у студентів є одним з аспектів їх успішної соціалізації, адже вони проходять процес адаптації до нових вимог навчальної діяльності, формується професійна ідентичність і мотивація, і тому конфлікт повинен не приховуватися, а

навпаки, – розв'язуватися. Студентський вік також пов'язують зі становленням громадської життєвої позиції, вибором життєвих цінностей та орієнтацій. Цей вік дає можливість кожному усвідомлено вибрати свій подальший життєвий шлях у форматі конструктивних чи деструктивних рішень своїх внутрішньоособистісних конфліктів.

### **Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі**

Отже, внутрішньоособистісний конфлікт – це завжди боротьба двох протилежних тенденцій у свідомості одного індивіда. Внутрішньоособистісний конфлікт у професійному становленні майбутніх психологів виявляється в тому, що вони не можуть знайти рівновагу всередині себе самих, вірні шляхи вирішення тривожних проблем. Так, різноманітні переживання студентом своєї неоднозначності, нездатності вирішити ту чи іншу життєву проблему, складності й суперечності свого внутрішнього світу, усвідомлення мінливості власних бажань, прагнень і домагань, часто неможливості їх реалізації, коливання, сумніви, боротьба мотивів, – усе це є полем внутрішньоособистісних конфліктів. Дослідивши психологічні чинники, які детермінують виникнення внутрішньоособистісних конфліктів у майбутніх психологів, ми з'ясували, що у ранній дорослості відзначаються конфліктні тенденції між прагненням до незалежності та труднощами входження у самостійне життя, спрямованість на взаємини з оточуючими та одночасно уникнення взаємодії з іншими, прагненням до професійного самоствердження та труднощами у виборі шляху реалізації у професії. Діагностичне дослідження виявило конфліктуючі тенденції між рівнем незалежності, а також самостійності у своїх діях та відповідальності за ці дії у різних ситуаціях; здатністю гнучко проявляти себе у ситуаціях та здатністю оцінювати свої дії; спрямованістю на усвідомлення, розуміння себе (власна самооцінка) та здатністю оптимально та гнучко реагувати на події. Дані характеристики об'єктивуються у двох різноспрямованих тенденціях: життєстверджуючих (прагнення до саморозвитку, досягнення успіху, самостійності, відчуття своєї значущості, потреба у взаєминах з оточуючими) та деструктивних (блокування потенціалу, уникнення невдач, відчуття неповноцінності, особистісна залежність від значимих людей).

### **Література**

1. Боброва Л.Г. Психологічні особливості внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх психологів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2014. 22 с.

2. Булах І. С. Психологічний аналіз вивчення внутрішньоособистісних конфліктів у зарубіжних та вітчизняних джерелах [Електронний ресурс] / І. С. Булах, Ю. А. Грінченко // Міжнар. наук. форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. – 2010. – Вип. 2. – С. 108-118. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnf\\_2010\\_2\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnf_2010_2_12). – Назва з титул. екрану.
3. Внутрішньоособистісні конфлікти студентів-психологів, які навчаються у ВНЗ [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://ua-referat.com/Внутрішньоособистісних\\_конфліктів\\_студентів-психологів\\_навчаються\\_у\\_ВНЗ](http://ua-referat.com/Внутрішньоособистісних_конфліктів_студентів-психологів_навчаються_у_ВНЗ). – Назва з титул. екрану.
4. Євдокімова О. О. Соціально-психологічні особливості студентського віку та їх урахування в системі психологічного супроводу [Електронний ресурс] / О. О. Євдокімова. – Режим доступу: [http://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/1\\_2\\_2009/13.pdf.pdf](http://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/1_2_2009/13.pdf.pdf). – Назва з титул. екрану.
5. Железко А. М. Конфлікти у студентів у період навчання у ВНЗ [Електронний ресурс] / А. М. Железко. – Режим доступу: <http://www.psyh.kiev.ua>. – Назва з титул. екрану.
6. Конфлікти у студентів у період навчання у ВНЗ [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.br.com.ua/referats/Psychology/69417-2.html>. – Назва з титул. екрану.
7. Ложкін Г.В., Повякель Н.І. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика : навчальний посібник. Київ : ВД «Професіонал», 2006. 416 с.
8. Пірен М. І. Конфліктологія: підруч. / М. І. Пірен. – Київ: «Вид. дім «Персонал», 2014. – 360 с.
9. Поняття внутрішньоособистісного конфлікту [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://studentam.net.ua/content/view/4107/86>. – Назва з титул. екрану.
10. Студентський вік [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://posibniki.com.ua/post-studentskiy-vik>. – Назва з титул. екрану.
11. Тимофієва М. П. Внутрішньоособистісний конфлікт як криза гармонізації особистості / М.П. Тимофієва, Л. А. Любіна // Психологічний часопис. – No2(6). – 2017. – С. 111-121.
12. Чала О. А. Внутрішньоособистісний конфлікт як психологічний феномен [Електронний ресурс] / О. А. Чала // Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія

## References

1. Bobrova L.H. Psykholohichni osoblyvosti vnutrishnoosobystisnykh konfliktiv maibutnikh psykholohiv : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk : 19.00.07. Kyiv, 2014. 22 s.
2. Bulakh I. S. Psykholohichniy analiz vyvchennia vnutrishnoosobystisnykh konfliktiv u zarubizhnykh ta vitchyznianykh dzherelakh [Elektronnyi resurs] / I. S. Bulakh, Yu. A. Hrinenko // Mizhnar. nauk. forum: sotsiolohiia, psykholohiia, pedahohika, menedzhment. – 2010. – Vyp. 2. – S. 108-118. – Rezhym dostupu: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnf\\_2010\\_2\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnf_2010_2_12). – Nazva z tytul. ekranu.
3. Vnutrishnoosobystisni konflikti studentiv-psykholohiv, yaki navchaitusia u VNZ [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: [http://ua-referat.com/Vnutrishnoosobystisnykh\\_konfliktiv\\_studentiv-psykholohiv\\_navchaitusia\\_u\\_VNZ](http://ua-referat.com/Vnutrishnoosobystisnykh_konfliktiv_studentiv-psykholohiv_navchaitusia_u_VNZ). – Nazva z tytul. ekranu.
4. Yevdokimova O. O. Sotsialno-psykholohichni osoblyvosti studentskoho viku ta yikh urakhuvannia v systemi psykholohichnoho suprovodu [Elektronnyi resurs] / O. O. Yevdokimova. – Rezhym dostupu: [http://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/1\\_2\\_2009/13.pdf.pdf](http://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/1_2_2009/13.pdf.pdf). – Nazva z tytul. ekranu.
5. Zheliezko A. M. Konflikty u studentiv u period navchannia u VNZ [Elektronnyi resurs] / A. M. Zheliezko. – Rezhym dostupu: <http://www.psyh.kiev.ua>. – Nazva z tytul. ekranu.

6. Konflikty u studentiv u period navchannia u VNZ [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://www.br.com.ua/referats/Psychology/69417-2.html>. – Nazva z tytul. ekranu.
7. Lozhkin H.V., Poviakel N.I. Psykholohiia konfliktu: teoriia i suchasna praktyka : navchalnyi posibnyk. Kyiv : VD «Profesional», 2006. 416 s.
8. Piren M. I. Konfliktolohiia: pidruch. /M. I. Piren. – Kyiv: «Vyd. dim «Personal», 2014. – 360 s.
9. Poniattia vnutrishnoosobystisnoho konfliktu [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <http://studentam.net.ua/content/view/4107/86>. – Nazva z tytul. ekranu.
10. Studentskyi vik [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <http://posibniki.com.ua/post-studentskiy-vik>. – Nazva z tytul. ekranu.
11. Tymofiieva M. P. Vnutrishnoosobystisnyi konflikt yak kryza harmonizatsii osobystosti /M.P. Tymofiieva, L. A. Liubina //Psykholohichni chasopys. – No2(6). – 2017. – S. 111-121.
12. Chala O. A. Vnutrishnoosobystisnyi konflikt yak psykholohichni fenomen [Elektronnyi resurs] /O. A. Chala //Aktualni problemy psykholohii: Psykholohiia navchannia. Henetychna psykholohi