**Введение**

Конфликтология, как наука сформировалась недавно, но она помогает выбрать способ поведения в сложных ситуациях, адекватно реагировать на действия окружающих людей на работе, дома, на отдыхе. Умение анализировать причины и динамику конфликтов, знание правил поведения в конфликтных ситуациях необходимы каждому человеку, особенно психологу, так как являются важными условиями гармонизации человеческих отношений. А это одна из сфер работы психолога.

Данная тема выбрана не случайно, так как внутриличностный конфликт один из самых сложных психологических конфликтов, который разыгрывается во внутреннем мире человека. Трудно представить человека, который бы не подвергался внутриличностным конфликтам. Более того, с такими конфликтами человек сталкивается постоянно. Внутриличностные конфликты конструктивного характера являются необходимыми моментами развития личности. Но деструктивные внутриличностные конфликты несут серьезную опасность для личности, от тяжких переживаний, вызывающих стрессы, до крайней формы своего разрешения - суицида. Поэтому знать сущность внутриличностных конфликтов, их причины и способы разрешения очень важно. Эти и другие аспекты внутриличностных конфликтов находят свое отражение в данном реферате.

**Глава 1. Понятие и основные психологические концепции внутриличностного конфликта**

Внутриличностный конфликт:

) это конфликт внутри психического мира личности, представляющий собой столкновение ее противоположно направленных мотивов (потребностей, интересов, ценностей, целей, идеалов) [3,145]

) это острое негативное переживание, вызванное борьбой структур внутреннего мира личности, отражающее противоречивые связи с социальной средой и задерживающее принятие решений. [5,231]

Особенности внутриличностного конфликта.

Необычность с точки зрения структуры конфликта. Здесь нет субъектов конфликтного взаимодействия в лице отдельных личностей или групп людей.

Специфичность форм протекания и проявления. Такой конфликт протекает в форме тяжелых переживаний. Он сопровождается специфическими состояниями: страхом, депрессией, стрессом. Часто внутриличностный конфликт выливается в невроз.

Латентностъ. Внутриличностный конфликт не всегда легко обнаружить. Часто человек и сам не осознает, что он находится в состоянии конфликта. Более того, иногда он может скрывать свое состояние конфликта под эйфорическим настроением или за активной деятельностью.

Показатели внутриличностного конфликта по А.Я. Анцупову и А.И. Шипилову.

) Когнитивная сфера: 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 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.

Условия возникновения внутриличностного конфликта.

. Личностные условия связаны с возможностью осознания существующего противоречия:

наличие и актуализация сложности внутреннего мира личности;

сложная и развитая иерархия потребностей и мотивов;

высокий уровень развития чувств и ценностей;

сложно организованная и развитая когнитивная структура, способности индивида к самоанализу, рефлексии.

Т.е. конфликт возможен только при условии наличия у индивида сложного внутреннего мира и актуализации этой сложности. Здесь проходит теоретическая граница между ситуациями фрустрации и конфликта. Ситуация фрустрации - наличие материального или идеального запретов или преград, которые выступают для индивида как самоочевидные, не обсуждаемые, являясь по существу психологически внешними. Запрет может перестать быть самоочевидным, стать внутренне проблематичным, и тогда ситуация фрустрации превращается в собственно конфликтную ситуацию.

. Ситуативные условия:

внешние: борьба с природой, порождение новых мотивов в результате удовлетворения старых, ограничение важных для человека мотивов со стороны общества;

внутренние: противоречия равно значимых сторон личности, осознание субъективной неразрешимости ситуации.

Общая схема разрешения внутриличностных конфликтов <http://www.igidravlika.com/kospekty-lekczij-po-konfliktologii/biznes-konfliktologiya/97-vnutrilichnostnyj-konflikt-osobennosti-i-vidy-modeli-povedeniya-i-preodoleniya-4-tipa-klassifikaczii-konfliktov-po-levinu.html> предусматривает:

- установление и осознание факта такого конфликта;

- определение типа конфликта <http://www.igidravlika.com/konspekty-lekczij-po-konfliktologii/6-konspekt-lekczij-prakticheskaya-psixologiya-konflikta/98-lichnostnye-predposylki-vozniknoveniya-konfliktov-konfliktnost-i-konfliktnye-tipy-povedeniya.html> и его причины;

применение соответствующего способа разрешения.

В связи с этим выделяют шесть форм проявления внутриличностных <http://www.igidravlika.com/kospekty-lekczij-po-konfliktologii/biznes-konfliktologiya/97-vnutrilichnostnyj-konflikt-osobennosti-i-vidy-modeli-povedeniya-i-preodoleniya-4-tipa-klassifikaczii-konfliktov-po-levinu.html> конфликтов.

) Неврастения, проявляющаяся в невыносимости к сильным раздражителям, подавленном настроении, снижении работоспособности, плохом сне, головных болях. Неврастения представляет собой один из видов невроза, т.е. нервно-психического расстройства, возникающего на основе нерационально разрешаемого невротического конфликта.

) Эйфория, проявляющаяся в показном веселье, выражении радости неадекватно ситуации, смехе сквозь слезы. Эйфория сопровождается мимическим и общим двигательным оживлением, психомоторным возбуждением.

) Регрессия, выражающаяся в обращении к примитивным формам поведения, в том числе и в уходе от ответственности. Представляет собой один из механизмов психологической защиты, отступление в тот психологический период, когда человек чувствовал себя наиболее защищенным. Регрессия поведения характеризует инфантильную и невротическую личность;

) Проекция, проявляющаяся в форме приписывания негативных качеств другому человеку, критики других людей. Иногда такое состояние называют защитной или классической проекцией, подчеркивая ее связь с психологической защитой;

) Номадизм, сводящийся к частому изменению места жительства, места работы, семейного положения;

) Рационализм, сводящийся к самооправданию своих действий и поступков. Он основан на сокрытии от сознания истинных мыслей, чувств и мотивов действий. Рационализм объясняется желанием сохранить чувство собственного достоинства, самоуважение личности.

Таким образом, внутриличностный конфликт тесно связан с внутренним психическом мира личности, протекает в форме переживаний и его не всегда легко обнаружить.

Основные психологические концепции внутриличностных конфликтов.

. Психодинамические (интрапсихические) концепции опираются на биопсихическую основу индивида и представлены в теориях З. Фрейда, К.Г. Юнга; А. Адлера; Э. Фромма.

.1 Проблема внутриличностного конфликта во взглядах Зигмунда Фрейда (1856-1939)

Согласно 3. Фрейду, человек конфликтен по своей природе. В нем от рождения борются два противоположных инстинкта, определяющих его поведение. Такими инстинктами являются: эрос (сексуальный инстинкт, инстинкт жизни и самосохранения) и танатос (инстинкт смерти, агрессии, деструкции и разрушения).

Внутриличностный конфликт и является следствием извечной борьбы между эросом и танатосом. Эта борьба, по 3. Фрейду, проявляется в амбивалентности человеческих чувств, в их противоречивости. Амбивалентность чувств усиливается противоречивостью социального бытия и доходит до состояния конфликта, который проявляется в неврозе.

Наиболее полно и конкретно конфликтная природа человека представлена 3. Фрейдом в его взглядах на структуру личности. По Фрейду, внутренний мир человека включает в себя три инстанции: Оно (Id), «Я» (Ego) и Сверх-Я (Super-Ego).

Оно - это первичная, врожденная инстанция, изначально иррациональная и подчиненная принципу удовольствия. Оно проявляется в неосознанных желаниях и влечениях, которые проявляются в бессознательных импульсах и реакциях.

«Я» - это разумная инстанция, основанная на принципе реальности. Иррациональные, бессознательные импульсы Оно «Я» приводит в соответствие с требованиями реальной действительности, то есть требованиями принципа реальности.

Сверх-Я - это «цензурная» инстанция, основанная на принципе реальности и представленная социальными нормами и ценностями, требованиями, которые общество предъявляет к личности.

Основные внутренние противоречия личности складываются между Оно и Сверх-Я, которые регулирует и разрешает «Я». Если «Я» не смогло разрешить противоречие между Оно и Сверх-Я, то в осознающей инстанции возникают глубокие переживания, характеризующие внутриличностный конфликт.

Фрейд в своей теории не только раскрывает причины внутри-личностных конфликтов, но и вскрывает механизмы защиты от них. Основным механизмом такой защиты он считает сублимацию, то есть преобразование сексуальной энергии человека в другие виды его деятельности, в том числе и в его творчество. Кроме того, Фрейд выделяет и такие защитные механизмы, как: проекция, рационализация, вытеснение, регрессия и др.

.2 Теория комплекса неполноценности Альфреда Адлера (1870-1937)

Согласно взглядам А. Адлера, формирование характера личности происходит в первые пять лет жизни человека. В этот период он испытывает на себе влияние неблагоприятных факторов, которые и порождают у него комплекс неполноценности. Впоследствии этот комплекс оказывает существенное влияние на поведение личности, ее активность, образ мыслей и т. п. Этим и определяется внутриличностный конфликт.

Адлер объясняет не только механизмы формирования внутриличностных конфликтов, но и раскрывает пути разрешения таких конфликтов (компенсации комплекса неполноценности). Таких путей он выделяет два.

Во-первых - это развитие «социального чувства», социального интереса. Развитое «социальное чувство» в конечном итоге проявляется в интересной работе, нормальных межличностных отношениях и т. п. Но у человека может сформироваться и так называемое «неразвитое социальное чувство», которое имеет различные негативные формы проявления: преступность, алкоголизм, наркомания и т. п. Во-вторых, стимуляция собственных способностей, достижение превосходства над другими. Компенсация комплекса неполноценности посредством стимуляции собственных способностей может иметь три формы проявления:

а) адекватная компенсация, когда происходит совпадение превосходства с содержанием социальных интересов (спорт, музыка, творчество и т. п.);

б) сверхкомпенсация, когда происходит гипертрофированное развитие одной из способностей, имеющей ярко выраженный эгоистический характер (накопительство, ловкачество и т. п.);

в) мнимая компенсация, когда комплекс неполноценности компенсируется болезнью, сложившимися обстоятельствами или другими факторами, не зависящими от субъекта.

.3 Учение об экстраверсии и интроверсии Карла Юнга (1875-1961)

К. Юнг в объяснении внутриличностных конфликтов исходит из признания конфликтной природы самой личностной установки. В опубликованной в 1921 году книге «Психологические типы» он дал типологию личности, которая до сих пор считается одной из самых убедительных и широко используется как в теоретической, так и в практической психологии. Типологию личности К. Юнг осуществляет по четырем основаниям (функциям личности): мышлению, ощущениям, чувствам и интуиции. Каждая из функций психики, по К. Юнгу, может проявляться в двух направлениях - экстраверсия и интроверсия. Исходя из всего этого он выделяет восемь типов личности, так называемые психосоциотипы: мыслитель-экстраверт; мыслитель-интроверт; ощущающий-экстраверт; ощущающий-интроверт; эмоциональный-экстраверт; эмоциональный-интроверт; интуитивный-экстраверт; интуитивный-интроверт.

Главным в типологии Юнга является направленность - экстраверсия или интроверсия. Именно она определяет личностную установку, которая в конечном итоге и проявляется во внутриличностном конфликте.

Так, экстраверт изначально ориентирован на внешний мир. Он строит свой внутренний мир в соответствии с внешним. Интроверт же изначально погружен в себя. Для него самое главное - мир внутренних переживаний, а не внешний мир с его правилами и законами. Очевидно, экстраверт подвержен внутриличностным конфликтам более, чем интроверт.

.4 Концепция «экзистенциальной дихотомии» Эриха Фромма (1900-1980)

В объяснении внутриличностных конфликтов Э. Фромм пытался преодолеть биологические трактовки личности и выдвинул концепцию «экзистенциальной дихотомии». В соответствии с этой концепцией, причины внутриличностных конфликтов заключены в дихотомичной природе самого человека, которая проявляется в его экзистенциальных проблемах: проблеме жизни и смерти; ограниченности человеческой жизни; громадных потенциальных возможностях человека и ограниченности условиями их реализации и др. Более конкретно философские подходы в объяснении внутриличностных конфликтов Э. Фромм реализует в теории биофилии (любовь к жизни) и некрофилии (любовь к смерти).

. Теория психосоциального развития Эрика Эриксона (1902-1994)

Суть теории Эриксона состоит в том, что он выдвинул и обосновал идею стадий психосоциального развития личности, на каждой из которых каждый человек переживает свой кризис. Но на каждом возрастном этапе происходит либо благоприятное преодоление кризисной ситуации, либо неблагоприятное. В первом случае происходит позитивное развитие личности, ее уверенный переход на следующий жизненный этап с хорошими предпосылками для его успешного преодоления. Во втором случае личность переходит в новый этап своей жизни с проблемами (комплексами) прошлого этапа. Все это создает неблагоприятные предпосылки развития личности и вызывает у нее внутренние переживания. Стадии психосоциального развития личности по Э. Эриксону отбражены в таблице 1.

Таблица 1

Стадии психосоциального развития личности по Э. Эриксону

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Стадия | Возраст | Содержание кризиса | Позитивное разрешение |
| 1 | 0-1 год новорожденный | Доверие - недоверие | Доверие |
| 2 | 1-3 года раннее детство | Автономия - стыд, сомнение | Автономия |
| 3 | 3-6 лет «возраст игры» | Инициатива - чувство вины | Инициатива |
| 4 | 6-12 лет младший школьный возраст | Трудолюбие - чувство неполноценности | Трудолюбие |
| 5 | 12-19 лет средний и старший школьный возраст | Я-идентичность - смешение ролей | Идентичность |
| 6 | 20-25 лет ранняя зрелость | Близость - изоляция | Близость |
| 7 | 26-64 года средняя зрелость | Порождение, творчество-застой | Творчество |
| 8 | 65 лет - смерть поздняя зрелость | Интеграция - отчаяние | Интеграция, мудрость |

. Когнитивистские концепции основываются на понимании конфликта как познавательного феномена в работах К. Роджерса; А. Маслоу; К. Левина; В. Франкла; Л. Фестингера. Классификация внутриличностных конфликтов по Курту Левину представлены в таблице. (см. таблицу 2)

Таблица 2

Классификация внутренних конфликтов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тип конфликта | Причина | Модель разрешения |
| Эквивалентный (приближение-приближение) | Выбор двух или более в равной степени привлекательных и взаимоисключающих объектов | Компромисс |
| Витальный (избегание-избегание) | Выбор между двумя в равной мере непривлекательными объектами | Компромисс |
| Амбивалентный (приближение-избегание) | Выбор объекта, в котором одновременно присутствуют привлекательная и непривлекательная стороны | Примирение |

Кроме изложенных выше психологических концепций внутриличностных конфликтов существуют и другие, разработанные в рамках разных направлений в психологии.

**Глава 2 Психологические конфликты как форма развития личности**

Приспособление личности к деятельности - состояние динамического неустойчивого равновесия. В процессе деятельности равновесие это постоянно нарушается. Если при этом возникает состояние более или менее длительной дезинтеграции личности, выражающееся в обострении существовавших ранее или в возникновении новых противоречий между различными сторонами, свойствами, отношениями и действиями личности, то такое психологическое состояние обозначается как психологический конфликт. В психологическом конфликте нарушение приспособления личности к деятельности приобретает длительный и острый характер. Дезинтеграция личности всегда связана с большей или меньшей дезинтеграцией нервной деятельности, острая форма которой выражается в реактивном психогенном неврозе.

Дезинтеграция личности проявляется в нарушении прежней структуры личности, изменяется связь и соотношение мотивов и отношений личности.

Не всякое нарушение приспособления личности к деятельности связано с психологическим конфликтом. Как мы видели выше, приспособление личности может быть восстановлено путем целого ряда приспособительных действий и процессов, например изменением уровня притязаний, переносом мотивов с цели на средства. Психологический конфликт возникает лишь при определенных специфических условиях. Условия эти одновременно внешние и внутренние.

Внешние условия конфликта в основном сводятся к тому, что удовлетворение каких-либо глубоких и активных мотивов и отношении личности становится вовсе невозможным или ставится под угрозу. Внешние условия конфликта в жизни любого человека в любом обществе возникают с неизбежной необходимостью. Во-первых, уже в силу борьбы с природой возникают неизбежные трудности и препятствия для удовлетворения мотивов и отношений личности. Во-вторых, удовлетворение одних мотивов с неизбежностью порождает новые, еще неудовлетворенные мотивы. Этот вечный рост и развитие неудовлетворенных еще мотивов - необходимое условие общественного развития. И, наконец, одним из наиболее важных внешних источников конфликтов является то, что общественная жизнь с необходимостью требует подавления или ограничения различных мотивов, иногда очень глубоких и активных, например, стремление к сохранению жизни. Поэтому, хотя содержание и характер внешних условий конфликта очень различны в зависимости от общеисторических и биографических условий, их возникновение неизбежно и необходимо.

Однако все перечисленные внешние условия, препятствующие удовлетворению мотивов и отношений личности, недостаточны для возникновения психологического конфликта. Даже смертельная опасность может не быть источником психологического конфликта. Точно так же голод, болезнь, инвалидность далеко не всегда приводят к психологическому конфликту. Последний возникает только тогда, когда эти внешние условия порождают определенные внутренние условия. Поэтому В.Н. Мясищев справедливо различает эмоциональный шок, возникающий вследствие чисто внешних условий (например при смертельной опасности) и невроз, являющийся результатом психологического конфликта и возникающий только при определенных внутренних условиях.

Внутренние условия психологического конфликта сводятся к противоречию между различными мотивами и отношениями личности, например долга и личных интересов, или к противоречию между возможностями и стремлениями личности. Так, ситуация смертельной опасности на войне не вызывает психологического конфликта ни тогда, когда мотив долга господствует над мотивом личной безопасности, ни тогда, когда мотив долга вовсе отсутствует. Психологический конфликт при смертельной опасности возникает лишь в результате борьбы этих двух мотивов. Точно так же трудности и препятствия при удовлетворении мотивов вызывают конфликт лишь в том случае, если эти трудности порождают какие-либо новые противоположные мотивы. Общественные запреты также вызывают психологический конфликт только тогда, когда они осознаются как должные, справедливые, необходимые. При этом, как указывает В.Н. Мясищев, переживания являются источником невроза, который представляет собой патофизиологическое выражение конфликта, «...лишь в том случае, если они занимают центральное или, по крайней мере, значительное место в системе отношений личности к действительности».

Разумеется, что внутренние условия психологического конфликта появляются не спонтанно, а сами, в свою очередь, обусловлены внешней ситуацией и историей личности. Внешние условия, порождающие психологические конфликты у человека, существуют и у животных. У них с необходимостью возникают такие условия, при которых становится невозможным удовлетворение их инстинктов. Эти условия могут быть созданы даже в психологическом эксперименте. Например, в экспериментах с фрустрацией на пути к пище животное получает сильный электрический разряд. В таких ситуациях у животных наблюдаются специфические эмоциональные реакции - реакции фрустрации. Если такая ситуация многократно повторяется и имеет длительный характер, то у животного возникает невротическое состояние, выражающееся в дезинтеграции приспособительной деятельности. Однако между такой дезинтеграцией у животных и психологическими конфликтами у человека есть существенное принципиальное отличие. Животное не в состоянии осознать объективную обусловленность конфликтной ситуации, поэтому дезинтеграция деятельности у него может быть преодолена только в том случае (и то далеко не всегда), если изменяется порождающая ее объективная ситуация. До тех пор, пока сохраняется та же ситуация, конфликт необратим. Между тем у человека психологический конфликт может быть преодолен даже в том случае, когда объективная ситуация остается той же. Осознавая объективные причины и условия, породившие конфликт, человек в состоянии изменить свое отношение к ним. Если же этого не происходит, то возникшая в конфликте дезинтеграция личности сохраняется и углубляется, происходит большая или меньшая деформация структуры личности и приспособление к деятельности совершается на более низком уровне.

Другое отличие психологических конфликтов у человека заключается в том, что они порождаются широко обобщенными мотивами и отношениями, отсутствующими у животных. Поэтому дезинтеграция деятельности, в которой выражается психологический конфликт у человека, также приобретает чрезвычайно широкий и обобщенный характер и распространяется на самые различные сферы его жизни.

Развитие и разрешение конфликта представляет собой острую форму развития личности. В психологическом конфликте изменяются прежние и формируются новые отношения личности; изменяется самая структура личности. Более того, психологический конфликт - необходимое условие развития самосознания. Вот почему исследование психологических конфликтов приобретает существенное значение для понимания развития и структуры личности. Общие закономерности формирования личности в деятельности проявляются здесь в течение сравнительно короткого времени и в острой форме. внутренний психологический конфликт личность

Так как острый психологический конфликт проявляется в психогенном реактивном неврозе, то клиника неврозов стала одним из основных источников психологических теорий личности. Именно на этой основе выросла одна из самых популярных в идеалистической психологии теорий - теория фрейдизма и неофрейдизма.

Основной клинический факт, послуживший толчком для развития теории Фрейда, заключается в том, что мотивы, которыми сам больной объясняет свои болезненные переживания, не совпадают с подлинными мотивами, породившими заболевание. Об этом свидетельствует то, что гипнотическое внушение, снимавшее эти мотивы, тем не менее оказывалось неэффективным при лечении невроза. Неэффективной была и так называемая рациональная психотерапия (Дюбуа), пытавшаяся преодолеть эти мотивы путем логического убеждения. Исходя из этих фактов, Фрейд предположил, что подлинные мотивы, вызывающие невроз, бессознательны. Основное положение фрейдистских и неофрейдистских теорий заключается в том, что в результате психологического конфликта поведение определяется бессознательными мотивами. Что касается содержания бессознательных мотивов, то для понимания сущности фрейдизма оно не имеет существенного значения. У самого Фрейда первоначально это было половое влечение, понимаемое в очень широком смысле как удовлетворение, вызванное раздражением слизистых оболочек (либидо). Затем он присоединил к этому другой бессознательный мотив - влечение к смерти. Несущественна для фрейдизма характеристика бессознательных мотивов как биологических. Так, у Адлера (1928) в качестве такого мотива выступает стремление к могуществу, у Фромма (1944) - стремление утвердить свою индивидуальность, т. е. мотивы, присущие только человеку.

Существенно, однако, то, что бессознательные мотивы, возникающие в психологическом конфликте, являются общечеловеческими, природными. Именно поэтому они не могут отражать социальных закономерностей развития личности.

Другое основное положение фрейдизма и неофрейдизма заключается в том, что в психологическом конфликте мотив становится бессознательным потому, что подавляется и вытесняется из сознания другими противодействующими ему мотивами, связанными с реальными или мнимыми нравственными и социальными запретами. Мотив, ставший бессознательным, ищет своего удовлетворения на обходных путях, в таких проявлениях и символических образах, которые прямо и непосредственно не противоречат этим социальным и нравственным запретам. Эти проявления и действия и представляют собой невротические проявления.

В новейших неофрейдистских теориях существенное значение в развитии личности придается не столько самим мотивам, сколько бессознательным формам реагирования на неудовлетворение мотива. Неудовлетворение или подавление мотива вызывает различные формы агрессивных реакций против реального или воображаемого «виновника» неудовлетворения. Направленность этих агрессивных реакций на различных «виновников» создает якобы установки и отношения личности (Розенцвейг, 1944). Наоборот, восстановление личности после невроза достигается тогда, когда больному удается отдать себе отчет в вытесненных из сознания мотивах и найти такое сознательное их удовлетворение, которое не противоречит социальным запретам и нормам. Таким образом, с этой точки зрения основной путь развития личности в психологическом конфликте - это акт самосознания, очищающий подавленный мотив (катарзис).

Другое общее положение динамической психологии заключается в том, что та или иная степень неудовлетворения природных мотивов ребенка неизбежна и необходима с первых лет его жизни, т. к. эти мотивы вступают в противоречие с социальными и нравственными нормами, с правилами поведения и вообще с объективными условиями жизни в любом обществе.

За исключением потребности в воздухе, рассуждает, например, Саймондс (1946), все остальные потребности никогда не удовлетворяются полностью в каждый момент жизни. Таким образом, ребенок обречен на конфликт. Все последующие психологические конфликты в жизни возникают на почве детских конфликтов, тех необратимых изменений личности, которые произошли в раннем возрасте. Из этих положений фрейдистских и неофрейдистских концепций вытекают их основные пороки и основные проблемы исследования психологических конфликтов, разрешение которых необходимо для преодоления этих пороков.

Противоречия, порождающие конфликт с точки зрения фрейдизма, создаются вечными неизбежными противоречиями между природными влечениями человека и требованиями любого общества. Конкретные объективные причины неудовлетворения в раннем детстве, с точки зрения одних авторов, определяются индивидуальными биографическими условиями. Также полагают, что причина конфликта с природой человека коренится в общих условиях жизни современного общества (К. Хорни, 1937) или в специфических нормах и традициях воспитания в раннем детстве, характерных для данной культуры. Авторы при любом из этих объяснений не видят тех подлинных причин психологических конфликтов, которые обусловлены социально-экономической структурой общества. С этой точки зрения проявляющиеся в психологическом конфликте отношения личности не отражают исторических общественных отношений и социально-классовую структуру общества.

Полное преодоление идеалистических и реакционных фрейдистских теорий личности возможно только на их собственной территории исследования. Необходимо в конкретном клиническом исследовании психологических конфликтов найти правильное, материалистическое их объяснение. При этом один из важнейших путей обоснования теории конфликтов - новые психотерапевтические пути восстановления личности. Чтобы преодолеть антиисторизм фрейдистских концепций, надо исследовать такие психологические конфликты и психогенные неврозы, возникающие на их основе, которые типичны для нашего общества и отсутствуют в клиническом материале фрейдистов. Такими являются конфликты, возникающие на основе отрицательной общественной оценки или недооценки трудовой деятельности человека. Их специфичность для советского общества объясняется тем особым местом, какое занимает отношение к труду в личности советского человека. Как возникают и протекают эти конфликты?

Возникновение психологических конфликтов на основе исторически обусловленных и специфичных для данного общества мотивов и отношений личности, однако, отнюдь не исключает существования других конфликтов на основе общечеловеческих мотивов, например вызванных смертью близкого человека. Среди этих общечеловеческих мотивов классическая теория Фрейда придает универсальное значение половому влечению. Порок фрейдизма заключается не только в антиисторичности понимания личности, но и в уродливо-одностороннем понимании роли общечеловеческих мотивов в психологических конфликтах. Для преодоления Этого порока существенное значение имеет исследование любовных конфликтов, в которых половое влечение играет активную действенную роль. Правда, понятие либидо у Фрейда значительно шире, чем обычное понимание полового влечения. Однако очевидно, что половое влечение представляет собой одну из форм фрейдовского либидо. Какова же подлинная роль полового влечения в любовных конфликтах? В какой связи оно находится с другими мотивами и отношениями личности в психологическом конфликте?

С фрейдистской точки зрения, движущей силой развития личности в конфликте являются бессознательные мотивы. Поэтому нельзя судить о подлинных мотивах конфликта по осознанным мотивам и отношениям личности.

Сознательные обобщенные мотивы и отношения личности играют роль лишь маски, оправдывающей человека в своих собственных глазах и в глазах общества. Это утверждение противоречит всей теории и практике нашего воспитания, основная задача которого - воспитание сознательности. Чтобы преодолеть это, необходимо выяснить, какова подлинная роль и происхождение бессознательных мотивов в психологическом конфликте. Действительно ли единственный путь разрешения противоречия между мотивами заключается в том, что наиболее действенный мотив вытесняется из сознания, становится бессознательным?

С фрейдистской точки зрения, развитие личности предопределяется психологическими конфликтами раннего детства. Такое представление не в состоянии раскрыть подлинную социальную историю личности, роль школы, коллектива, труда в формировании личности. При таком представлении нельзя понять и объяснить тех очевидных сдвигов и коренных изменений личности, которые мы наблюдаем на протяжении всей жизни человека. Чтобы преодолеть это, во-первых, необходимо исследовать такие психологические конфликты взрослых, в возникновении которых наиболее очевидную роль играет какая-либо массовая внешняя ситуация и поэтому индивидуальные события раннего детства не имеют существенного значения. Таковы, например, конфликты инвалидности. Во-вторых, необходимо отобрать такие случаи, когда в анамнезе отсутствуют указания на невропатические и психопатические отклонения в поведении в детстве, которые можно было бы связать с конфликтными переживаниями.

С фрейдистской точки зрения, восстановление личности после психологического конфликта достигается путем акта самопознания, осознания подавленных влечений и источников этого подавления. Таким образом, совершенно игнорируется роль активной коллективной деятельности в формировании личности - одного из основных принципов коммунистического воспитания. Чтобы преодолеть это, необходимо исследовать, какую роль в разрешении психологического конфликта и в восстановлении личности после психогенного невроза играет психотерапия, опирающаяся на активную деятельность самого больного (актотерапия) и на вовлечение его в коллективную деятельность.

**Глава 3. Типология внутриличностных конфликтов**

Внутриличностные конфликты можно разделить на 2 группы, исходя из природы противоречий, лежащих в основе конфликта:

результат перехода объективных противоречий во внутренний мир человека (моральные, адаптационные конфликты);

возникающие из противоречий внутреннего мира личности как отражение отношения личности к окружающей среде (мотивационные конфликты, неадекватная самооценка).

Е. Донченко и Т. Титаренко выделяют три уровня развития психологического противоречия:

психологическое равновесие внутреннего мира личности;

нарушение равновесия, осложнения, затруднение основных видов деятельности, проекция психологического дискомфорта на работу, общение с окружающими;

невозможность реализации планов и программ, разрыв жизни, невозможность выполнять свои жизненные функции до тех пор, пока не разрешится жизненный кризис.

Обратимся к конкретным типам внутриличностного конфликта, изученным в современной конфликтологии.

. Мотивационные конфликты

.1 Курт Левин, рассматривал мотивационные конфликты, выводя их из анализа проблем, возникающих в жизненной ситуации индивида. Предметом изучения для него стали мотивы, вступающие в борьбу по причине несовместимости и одновременной актуализации.

.2 Более сложным, на наш взгляд, представляется позиция отечественного автора В.В. Столина, описывающего конфликт мотивов как противоречие смыслов «Я». С точки зрения этого автора, действие, объективно связанное с двумя мотивами так, что служит шагом в направлении к одному из них и одновременно шагом в направлении от другого и в силу этого обладающее конфликтным смыслом, может быть названо поступком. А смысл «Я» возникает в результате соотнесения собственных свойств с мотивами действий: расширяются связи человека с миром, расширяется его мотивационная сфера возникает множественность смыслов «Я». Если бы деятельности никогда не пересекались, то человек имел бы столько социальных личностей, сколько имеется различных групп людей, мнением которых он дорожит (У. Джемс).

Таким образом, до совершения поступка личность переживает конфликтную ситуацию, субъективную трудность выбора, психическую напряженность, эмоциональный дискомфорт, сигнализирующие об этой конфликтности. Но только поступок инициирует конфликт: смысл «Я» становится объективно противоречивым. Возникшее противоречие - это противоречие самосознания. Таким образом, множественность деятельностей приводит к множественности смыслов «Я», пересечение деятельностей к поступкам, поступки к конфликтным смыслам «Я», а конфликтный смысл «Я» запускает дальнейшую работу самосознания. Т.е. конфликт, с точки зрения отечественной психологии, это возможный фактор становления личности, при условии, что речь идет о сознательном признании факта поступка.

. Когнитивные конфликты

Теория когнитивного диссонанса Л. Фестингера описывает ситуации, когда человек, имея этот внутренний дисбаланс (наличие двух знаний, противоречащих друг другу), стремится уйти от него, восстановить свою целостность.

Если большинство предшествующих подходов рассматривали процесс принятия решения, то когнитивисты обратили внимание на то, что происходит в психике человека после этого. Согласование идей осуществляется разными путями:

. Ролевой конфликт

Одним из способов описания человека как субъекта деятельности является использование представлений о совокупности его ролей, восходящее в западной социальной психологии к работам интеракционистов Дж. Мида и Ч. Кули. С их точки зрения человек получает свою социальную определенность через систему взаимодействий с другими людьми в группе. Сила группы не равна сумме сил всех ее участников, так как существует эффект взаимодействия, называемый синергетическим. Разные члены группы выполняют в процессе взаимодействия разные функции, которые именуются ролями. Согласие в групповом процессе обеспечивается тем, что каждому члену группы известны ожидания группы по поводу его поведения в рамках предписанной ему роли.

Таким образом, в отечественной и западной психологии мы видим кардинально отличные установки: если наши авторы стремятся рассматривать психический мир личности как целостность и определять конфликт как элемент трудных для психики ситуаций, то западные конфликтологи идут по пути структурирования конфликта на конкретные специфические виды и пытаются работать с каждой формой по-своему. У каждой из описанных парадигм есть свои сильные и слабые стороны, и, по-видимому, они бы только выиграли, если бы попытались найти общую методологическую платформу для взаимодействия.

Последствия внутриличностных конфликтов:

конструктивные: максимальное развитие конфликтующих структур и минимальные личностные затраты на его разрешение - это один из механизмов гармонизации личностного развития (усложнение психической жизни, переход ее на другой уровень функционирования, развитие морального чувства, осознание себя личностью в результате разрешения конфликта, закалка характер, формирование решительности, устойчивости поведения, стабильной направленности личности, формирование адекватной самооценки);

деструктивные: усугубление раздвоения личности, перерастание в жизненные кризисы, развитие невротических реакций (угроза эффективности деятельности, торможение развития личности, утрата уверенности в своих силах, формирование устойчивого комплекса неполноценности, деструкция существующих межличностных отношений в виде повышенной агрессивности, тревожности и раздражительности; перерастание внутриличностного конфликта в невротическую форму /присущие конфликту переживания занимают центральное место в системе отношений человека, и он не может изменить конфликт так, чтобы исчезло патогенное напряжение и был найден рациональный выход из сложившегося положения).

В отечественной литературе конфликт рассматривается с точки зрения понятия критической ситуации.

Критическая ситуация - ситуация невозможности, в которой субъект сталкивается с невозможностью реализации внутренних необходимостей своей жизни (мотивов, стремлений, ценностей и т.д.). Конкретное описание и работа с критическими жизненными ситуациями определяется ее типом:

Стресс - ответная реакция организма на специфическое воздействие внешней среды, связанное с угрозой, нарушающее адаптацию, контроль и препятствующее самоактуализации.

Для всякого инфантильного существа всякий стресс является кризисом. Отсюда, чем больший вес инфантильная установка имеет в психике данного человека, чем более она определяет его мироощущение, тем больше вероятность, что любая ситуативная неудача или неприятность будет ощущаться как глобальный жизненный кризис. Вес инфантильной установки в жизненном мире человека определяется его психологическим возрастом, конституционально - характерологическими особенностями, текущим психофизиологическим состояниям.

**Заключение**

Под психологической напряженностью понимается психическое состояние, отражающее повышенный уровень тревожности, отсутствие психологического комфорта в определенных условиях труда и, с другой стороны, готовность действовать. Факторами могут выступать переход в новый коллектив, трудовые конфликты, личностные проблемы индивида. Имеет сильное влияние на эффективность деятельности, качество труда и работоспособность в целом.

Значение конфликтов в жизни личности таково, что в психологическом конфликте может измениться самая структура личности, ее отношения, т.е. это острая форма развития личности.

Как отмечает К. Хорни, тип, сфера и напряженность конфликтов во многом зависят от цивилизации, в которой живет человек. Если она стабильна и имеются прочные установленные традиции, тогда варианты выборов возможностей ограничены, диапазон отдельных потенциальных конфликтов узок. Но даже и в этих случаях в них нет недостатка. Но если цивилизация находится в состоянии быстрого изменения, где бок о бок сосуществуют крайне противоречивые ценности, а образ жизни разных людей расходится все сильнее, то выборы, которые приходится делать человеку, весьма многообразны и трудны. Наша страна сегодня может быть отнесена к цивилизациям второго типа, проблемы развития которой находят выражение, в том числе, и в многообразных внутриличностных конфликтах.

Зная суть внутриличностного конфликта, формы и особенности его проявления, можно вовремя диагностировать проблему и оказать психологическую или психотерапевтическую помощь человеку, который не может сам справиться и понять то, что с ним происходит.

**Список использованной литературы:**

1. Анцупов, А.Я. Конфликтология / А.Я. Анцупов, А.И. Шипилов. - М.: ЮНИТИ, 1999. - 225 с.

. Гришина, Н.В. Психология конфликта / Н.В. Гришина. - СПб.: Питер, 2010. - 378 с.

. Емельянов, С.М. Практикум по конфликтологии / С.М. Емельянов. - СПб.: Питер, 2011. - 457 с.

4. Киршбаум, Э.И., Еремеева А.И. Психические состояния. Владивосток, Изд-во ДВГУ, 2010. - 550 с.

5. Козырев, Г.И. Введение в конфликтологию / Г.И. Козырев. - СПб.: Питер, 2008. - 350 с.

6. Левитов, Н.Д. О психических состояниях человека. М., «Просвещение», 2001. - 451 с.

7. Леонов, Н.И. Конфликтология: учебное пособие / Н.И. Леонов. - 2-е изд. - М.: МОДЭК, 2011. - 280 с

8. Леонова А.Б., Медведев В.И. Функциональные состояния человека в трудовой деятельности. М., Изд-во МГУ, 2010. - 412 с.

. Наенко, Н.И. Психическая напряжённость. М., Изд-во МГУ, 2011. - 122 с.

. Немчин, Т.А. Состояния нервно-психического напряжения. Л., Изд-во ЛГУ, 2010. - 236 с.

11. Фанталова, Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта. Самара, М., 2010. - 256 с.

. Юрлов, Ю.Н. Внутриличностные конфликты курсантов высшего военного училища и их разрешение: Дис. канд. психол. наук. М., 2005. - 459 с.