# Содержание

Введение

Глава I. Внутриличностные конфликты.

Понятие и сущность внутриличностного конфликта.

Виды внутриличностного конфликта.

Последствия внутриличностного конфликта.

Глава II. Суицидальное поведение.

Заключение

Список использованной литературы

Приложения

# Введение

Актуальность: в настоящее время России занимает сегодня по показателю совершенных суицидов одно из первых мест в мире, вполне соответствует ситуацией, когда почти половина наших сограждан испытывает подавленность, отчаяние и озлобленность, чувство одиночества и ненужности никому, страх перед беспределом и преступностью, перед экономическими трудностями. Сегодня в стране под наблюдением психиатров находится 5 миллионов граждан, а нуждаются в нем минимум в шесть раз больше. Таким образом, более 20% всего населения нуждается в психиатрической помощи. И все эти явления прямо связаны с внутриличностными конфликтами.

В начале 2008 года сайт телекомпании BBC писал, что по этому показателю (36 самоубийств в год на 100 тысяч населения) Россия занимает четвертое место в мире, а Казахстан - пятое место (30 самоубийств в год на 100 тысяч населения, см. таблицу ниже) и вдвое превосходит США, а по абсолютному числу самоубийств (почти 60 тысяч ежегодно) уступает лишь Китаю.

Однако в последние годы в России наблюдается постепенное снижение количества случаев самоубийств, как в абсолютном, так и в относительном выражении. К 2008 году число самоубийств упало до 27 на 100 000. Но вместе с тем, данный показатель до сих пор остается в числе наикрупнейших в мире.

Дана проблема актуально не только в Росси, но и в мире в целом. По словам руководителя отдела Государственного научного центра социальной и судебной психиатрии имени Сербского, профессора Бориса Положия «Самоубийства занимают восьмое место в мире в списке причин смерти и первое место среди насильственных смертей. Ежегодно около одного миллиона человек в мире погибают из-за суицидов, от 10 до 20 миллионов - совершают попытки».

Цель работы: данная работа направлена на рассмотрения такого проблемного вопроса как суицидального поведения.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

. Рассмотрения внутриличностных конфликтов - как основные причины суицидов.

. Непосредственное рассмотрения суицидального поведения

Структура работы: работа состоит из 2 глав, введения, заключения, списка использованной литературы и 3 приложений.

Объектом данной работы являются внутриличностные конфликты.

Предметом выступаю мнения ученых, справочно-энциклопедическая информация, нормативно-правовые акты.

# Глава I. Внутриличностные конфликты

## Понятие и сущность внутриличностного конфликта

Внутриличностный конфликт - трудно разрешимое противоречие, вызванное столкновением между примерно равными по силе, но противоположно направленными интересами, потребностями, влечениями и тому подобное.

Под интересами, понимается предмет конфликта. Анцупов, Шипилов под предметами внутриличностного конфликта в широком смысле указывают: «переживание личностью своей неоднозначности, сложности внутреннего мира, осознание изменчивости собственных желаний и притязаний, зачастую невозможности их реализации, колебания самооценки, борьба мотивов». Интересы условно можно разделить на следующие группы:

. Связанные с личностью, а именно сложность внутреннего мира, колебания самооценки и так далее.

. Связанные с потребностью, например осознание изменчивости собственных желаний и притязаний, невозможность выбора рационального поведения для удовлетворения потребности.

. Связанные с переходом от объективных противоречий, внешних по отношению к человеку, во внутренний мир. К данному можно отнести морально-этическое состояние человека.

Наличие последний группы указывает на то, что внутриличностные конфликты не могут возникать без влияния на личность окружающей среды, в том числе социальной. Данное обстоятельство является общепризнанным.

Из понятия внутриличностного конфликта можно выделить следующие характеристики внутриличностного конфликта:

. Внутриличностный конфликт появляется в результате взаимодействия элементов внутренней структуры личности;

. Сторонами внутриличностного конфликта выступают одновременно существующие в структуре личности разноплановые и противоречивые интересы, цели, мотивы и желания;

. Внутриличностный конфликт возникает только тогда, когда силы, действующие на личность, являются равновеликими. В противном случае человек из двух зол просто выбирает меньшее, из двух благ - большее, а наказанию предпочитает награду;

. Любой внутренний конфликт сопровождается негативными эмоциями;

. Основу любого внутриличностного конфликта составляет ситуация, характеризующаяся:. противоречивыми позициями сторон;. противоположными мотивами, целями и интересами сторон;. противоположными средствами достижения целей в данных условиях (например, преследуется цель - победить в битве, но вместе с тем необходимо христианские заповеди соблюсти, в том числе - «не убий»);. отсутствием возможности удовлетворения какой-либо потребности и вместе с тем невозможностью ее устранения.

Следует также добавить, что, внутриличностный конфликт может быть не только осознанным, но и неосознанным, что не делает его менее значимым.

Человек существо социальное, а это значит весь его процесс жизнедеятельности происходит в обществе. Наличие потребностей, а особенно социальных - в общении с людьми, самореализации, это причина и следствие существования социальных связей, которые требуют от человека определенных действий в различных обстоятельствах.

Например, удовлетворение информационной потребности человека, подталкивает его на действия связанные с получением информации. Однако человек, состоящий в связях государством, по средствам гражданства или подданства, а так же присутствия на территории государства обязан соблюдать определенные правила, например не должен собирать информацию противоправным способом. А, следовательно, человек не может удовлетворить потребность в информации любым способом, а только на запрещенным, что ограничивает свободы выбора модели поведения. Из данного ограничения может последовать два конфликта: первый, в случае совершения противоправных действий конфликт между человеком и государством, а так же человеком получившим информацию и субъектом, о котором была данная информация; второй конфликт, в случае самоограничения человеком модели поведения, как раз и будет внутриличностным конфликтом.

Подобные примеры можно приводить в различных сферах жизнедеятельности человека, при взаимодействии различными субъектами социальных отношений.

Многообразные отношения, - писал в этой связи А.Н. Леонтьев, - в которые человек вступает к действительности, являются объективно противоречивыми. Их противоречия и порождают конфликты, которые при определенных условиях фиксируются и входят в структуру личности.

При более конкретном рассмотрении причин внутриличностного конфликта их можно разделить на три вида:

. Внутренние причины, коренящиеся в противоречиях самой личности. Внутренние причины внутриличностного конфликта коренятся в противоречиях между различными мотивами личности, в рассогласованности ее внутренней структуры. При этом, чем сложнее внутренний мир человека, чем больше развиты его чувства, ценности и притязания, чем выше его способность к самоанализу, тем в большей степени личность подвержена конфликту. Среди осиновых причин можно выделить следующие:. противоречие между потребностью и социальной нормой;. противоречие мотивов, интересов и потребностей (и в кино хочется сходить, и к семинару надо подготовиться);. противоречие социальных ролей (и па производстве надо задержаться для выполнения срочного заказа, и с девушкой погулять);. противоречие социальных ценностей и норм: как соединить христианскую ценность «не убий» и долг защиты отечества на поле боя.

Важным является то, что данные причины должны быть помимо того что равными по силе и противоположно направлены, они должны приобрести глубокий личностный смысл, иначе человек просто напросто не придаст им значения.

2. Внешние причины, обусловленные положением личности в социальной группе. В качестве социальной группой может выступать как непосредственно группа, так организация, так и общество в целом. Исходя из того, какая именно группа создает условия конфликта, таковы и особенности этого конфликта.

3. Внешние причины, обусловленные положением личности в обществе. Эти причины связаны с противоречиями, которые возникают на уровне социальной макросистемы и коренятся в характере общественного строя, социальной структуры общества, его политического устройства и экономической жизни.

Следует иметь в виду, что все эти виды причин конфликта взаимосвязаны, а сама их дифференциация достаточно условна. Речь идет по существу о единичных, особенных и общих причинах, между которыми, как и между категориями, их отражающими, существует диалектическая взаимосвязь. Например, внутренние причины конфликта есть результат взаимодействия личности и с группой, и с обществом, а не возникают сами по себе, ниоткуда.

Под внутриличностным конфликтом понимается столкновение примерно равных по силе противоречий, которые возникают в силу столкновения интересов элементов личности. Ключевым является примерно равная сила противоречий, так как из двух зол человек выберет меньшее, а из двух благ - большее, поэтому при разной силе интересов человек сможет избежать конфликта. Так же важным является противоположность интересов. Условиями данных конфликтов могут являться так же столкновения интересов человека и общества, человека и группы, а наличие внутриличностного конфликта, может спровоцировать межличностные конфликты. Это определяет внутриличностный конфликт как крайне опасное социальное проявление внутреннего мира человека, которое без должного регулирования или решения может привести к непоправимым последствиям личности и общества. Данные последствия будут рассмотрены далее.

## Виды внутриличностного конфликта

Исходя из того, что внутриличностный конфликт достаточно сложен для изучения, так как он происходит внутри одного человека, трудно его классифицировать. Однако необходимость классификации обусловлено, нуждой научного осмысления проблемы, для дачи различного рода рекомендаций, и выработки методов и способов предупреждения, и преодоления данных конфликтов. Рассмотрим несколько подходов к классификации конфликтов

Робер и Тальман в работе «Психология индивида и группы» приводят следующую классификацию внутриличностных конфликтов:

. Конфликт потребностей. Его основание заключается в том, что наши потребности могут противостоять друг другу и побуждать нас к различным действиям. Иногда мы хотим одновременно противоречивых вещей и поэтому не можем действовать. Например: ребенок хочет съесть конфету. Но мать просит его отдать лакомство ей. В таком случае ребенок хотел бы съесть конфету, а также отдать ее матери. Он испытывает конфликт потребностей и начинает плакать.

Конфликт между потребностью и социальной нормой. Очень сильная потребность может столкнуться внутри нас с принудительным императивом. Независимо от того, уступим мы или нет этой потребности, ситуация становится конфликтной.

. Многочисленные примеры подобного рода внутриличностных конфликтов описаны 3. Фрейдом. В его терминологии противоречие, вызывающее данный тип конфликта, - это противоречие между Оно (Ид) и Сверх-Я (Супер-эго). Оно (Ид) - сосредоточение слепых инстинктов (либо сексуальных, либо агрессивных), стремящихся к немедленному удовлетворению. Сверх-Я (Супер-эго) включает моральные нормы, запреты и поощрения, усвоенные личностью.

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

. В прошлом веке дуэль, запрещенная церковью, была единственным признанным в обществе средством смыть оскорбление и восстановить свою честь. Конфликтная ситуация для верующего дворянина заключалась в противоречии между классовым и религиозным долгом.

Более полная классификация внутриличностных конфликтов содержится в работе А. Я. Анцупова и А. И. Шипилова, которые предложили взять за основу классификации ценностно-мотивационную сферу личности. В зависимости от того, какие стороны внутреннего мира личности вступают в конфликт, они выделяют следующие основные его виды:

1. Мотивационный конфликт. Это конфликты между бессознательными стремлениями, между стремлениями к обладанию и безопасности, между двумя положительными тенденциями.

2. Нравственный конфликт, который часто называют моральным или нормативным конфликтом. Это конфликт между желанием и долгом, между моральными принципами и личными привязанностями.

3. Конфликт нереализованного желания, или комплекса неполноценности. Это конфликт между желаниями личности и действительностью, которая блокирует их удовлетворение. Иногда его трактуют как конфликт между «хочу быть таким, как они» и невозможностью это желание реализовать. Он может возникнуть в результате физической невозможности человека осуществить это стремление. Например, из-за неудовлетворенности своей внешностью или физическими данными.

4. Ролевой конфликт. Он выражается в переживаниях, связанных с невозможностью одновременно реализовать несколько ролей (межролевой внутриличностный конфликт), а также с различным пониманием требований, предъявляемых самой личностью к выполнению одной роли (внутриролевой конфликт). Примером межролевого внутриличностного конфликта может быть ситуация, когда человека в качестве сотрудника организации просят поработать сверхурочно, но в качестве отца он хочет больше время уделить своему ребенку. Примером внутриролевого конфликта может служить ситуация, когда верующему человеку для защиты отечества нужно взять в руки оружие и идти на войну убивать.

5. Адаптационный конфликт. Этот конфликт имеет два смысла. В широком смысле он понимается как возникающий на основе нарушения равновесия между субъектом и окружающей средой, в узком смысле - как возникающий при нарушении процесса социальной или профессиональной адаптации. Это конфликт между требованиями, которые предъявляет к личности действительность, и возможностями самого человека (профессиональными, физическими, психическими).

6. Конфликт неадекватной самооценки возникает из-за расхождения между претензиями личности и оценкой своих возможностей. Результатом этого является повышенная тревожность, эмоциональное напряжение и срывы.

7. Невротический конфликт - результат сохраняющегося в течение длительного времени обычного внутриличностного конфликта, характеризуется высшим напряжением и противоборством внутренних сил и мотивов личности.

Для наглядности предыдущую классификацию можно представить в виде таблицы (приложение № 1).

Взяв за основу история развития конфликтологических концепций можно классифицировать внутриличностные конфликты на следующие:

1. Конфликт между моралью и нравственностью, между должным и сущим, между моральным идеалом и действительностью (И. Кант, Ф. Достоевский).

2. Конфликт между человеческими влечениями, биологическими потребностями и социальными нормами, который носит биологический и биосоциальный характер (3. Фрейд).

3. Конфликт, обусловленный необходимостью выбора между силами равной величины, действующими на личность (К. Левин) (приложение № 2).

4.Конфликт между «Я-концепдией» и идеальным «Я» (К. Роджерс).

5.Конфликт между стремлением к самоактуализации и реальным результатом (А. Маслоу).

6. Конфликт между стремлением к смыслу жизни и экзистенциальным вакуумом, т.е. «ноогенный» конфликт, или «экзистенциальная фрустрация» (В. Франкл).

7. Конфликт между элементами внутренней структуры личности, между ее мотивами (А. Леонтьев).

Не смотря на сложность классификации внутри личностных конфликтов, разделения на группы все же имеет место. Наиболее полным и обоснованным является классификация содержаться в работе Ансупова и Шипилова, которые взяли за основу классификации ценностно-мотивационную сферу личности. Так же важным для осмысления сущности внутриличностного конфликта, для анализирования изменения и расширения предмета внутриличностного конфликта является классификация по истории развития конфликтологических концепций.

## Последствия внутриличностного конфликта

Как и любые другие конфликты, внутриличностные конфликты могут быть конструктивными и деструктивными.

Конструктивным является конфликт, который характеризуется максимальным развитием конфликтующих структур и минимальными затратами на его разрешение. В этом случае внутриличностные противоречия разрешаются без особых негативных последствий, а общим результатом их разрешения является развитие личности. Поэтому, многие исследователи внутриличностного конфликта совершенно обоснованно рассматривают продуктивный внутриличностный конфликт как важный способ развития личности.

Психическая система человека, как и любая другая система прийдет в стогнацию без конфликтов. Она прекратит свое развитие. Ведь именно выбирая между должным и желаемым человек формирует волевые качества, которые несомненно окажут сильное влияние на жизнь.столкновение интересов личности подталкивает на поиски путей разрешения данных проблем, человек творит, создает новое, переосиливает себя, открывает способности - развивается. При чем данное развитие может быть не только в мыслительной сфере, так например желание человека исправить неудовлетворительную оценку по физической подготовки, что обуславливает регулярное занятие спортом. А так же он испытвает потребность в отдвхе. При разрешения конфликта по сложному пути человек развивается физически, по мимо формирования волевых качеств. Внутриличностные конфликты дают нам возможность насладиться победой над самим собой, когда человек свое реальное «Я» хотя бы на немного приближает к своему идеальному «Я». В. Франкл писал: «Я считаю опасным заблуждением предположение, что в первую очередь человеку требуется равновесие, или, как это называется в биологии, «гомеостазис». На самом деле человеку требуется не состояние равновесия, а скорее борьба за какую-то цель. Достойную его».

Если рассматривать положительные последствия внутриличностного конфликта более конкретно, то можно выделить следующие:

. Конфликты способствуют мобилизации ресурсов личности для преодоления существующих препятствий ее развития;

2. Конфликты помогают самопознанию личности и выработке ее адекватной самооценке;

. Внутриличностный конфликт закаляет волю и укрепляет психику человека;

. Конфликт является средством и способом личности;

. Преодоления конфликтов дают личности ощущение полноты жизни, делают ее внутренне богаче, ярче и полноценнее.

Так же внутри личностный конфликт, помимо возможности принести пользу человека, может причинить вред - если отрицательные черти или быть деструктивным. Это происходит тогда, когда личность не может найти выход из сложившейся конфликтной ситуации, не в состоянии вовремя и положительно разрешить противоречия внутренней структуры, а так же из-за нехватки внутренних ресурсов.

Например, при столкновении интересов должного (написание реферата), но тяжелого в достижении, и желаемого (поиграть в игру), но простого в достижении. При выборе простого пути решения проблемы, по различным причинам, будь то нехватка жизненных ресурсов, слабые волевые или умственные качества это оказывает отрицательное влияние на развитие личности. Решив конфликт, человек не извлекает ни чего положительного, однако затрачивает на это ресурсы. Не смотря на то, что расход будет в меньшем количестве, он не окупиться, нежели в разрешении сложным путем.

В общем плане можно выделить следующие отрицательные последствия внутриличностного конфликта, касающиеся состояния самой личности:

. прекращение развития личности, начало деградации;

. психическая и физиологическая дезорганизация личности;

. снижение активности и эффективности деятельности;

. состояние сомнения, психической подавленности, тревожности и зависимости человека от других людей и обстоятельств, общая депрессия;

. появление агрессии или, напротив, покорности в поведении человека в качестве защитных реакций на Внутриличностный конфликт;

. появление неуверенности в своих силах, чувства неполноценности и никчемности;

. разрушение смыслообразующих жизненных ценностей и утрата самого смысла жизни.

. если внутриличностный конфликт вовремя не разрешается, то он может привести к более тяжелым последствиям, наиболее сильные из которых стресс, фрустрация и невроз.

Внутриличностный конфликт, результатом которого стало, нарпимер, появление агрессии, так же ведет к отрицательным последствям связаных с взаимодействием с другими людьми в группе. Такими негативными последствиями могут быть:

. разрушение существующих межличностных отношений;

. неожиданное обособление личности в группе, молчание, отсутствие увлеченности;

. повышенная чувствительность к критике;

. пугающая информация - критиканство, ругательства, демонстрация своего превосходства;

. девиантное поведение и неадекватная реакция на поведение других;

. жесткий формализм - формальная вежливость;

. поиск виновных или, напротив, самобичевание.

Внутриличностный конфликтом столкновение примерно равных по силе противоречий, которые возникают в силу столкновения интересов элементов личности. Наличие равности по значимости и противоположность интересов личности обязательное условие внутриличностных конфликтов. Данные столкновения интересов могут быть не только «в нутрии» человека, но и между человека и обществом, человеком и группой, а наличие внутриличностного конфликта, может спровоцировать межличностные конфликты. Это определяет внутриличностный конфликт как крайне опасное социальное проявление внутреннего мира человека. Человек должен уметь разрешать данные конфликты. Для наиболее результативного эффекта необходимо классифицировать внутриличностные конфликты, что поспособствует изучению, и выработку рекомендаций с научной точки зрения.

Не смотря на сложность классификации внутриличностных конфликтов, из-за сложности предмета, разделения на группы все же имеет место. Примерами классификации могут служить и классификация по К. Левину, А. Я. Анцупова и А. И. Шипилова, Робера М.А. и Тальмана Ф. или классификация по истории развития конфликтологических концепций. Однако наиболее полная и обоснованная является классификация Ансупова и Шипилова, которые взяли за основу классификации ценностно-мотивационную сферу личности. Так же важным для осмысления сущности внутриличностного конфликта, для анализирования изменения и расширения предмета внутриличностного конфликта является классификация по истории развития конфликтологических концепций.

Выше были приведены положительные и отрицательные стороны внутриличностного конфликта. Наличие положительных сторон, указывает на то, что человек не станет личностью, не пройдет социализацию без внутриличностных конфликтов. Однако наличие отрицательных последствий указывает на необходимость максимального контроля со стороны человека. Ведь последствием может быть такое девиантное поведение как самоубийство (суицид), которое подробней рассмотрим далее.

# Глава II. Суицидальное поведение

внутриличностный конфликт потребность суицидальный

Суицид - это сознательное лишение себя жизни или попытка к самоубийству. Суицидальное поведение - это само разрушительное поведение, к которому, кроме того, можно отнести и такие формы девиантного поведения, как злоупотребление алкоголем, употребление наркотиков, упорное нежелание лечиться, управление транспортом в нетрезвом виде, самоистязание, сознательное участие в драках и войнах.

Суицид - исключительно человеческий акт. Люди, совершающие суицид, обычно страдают от сильной душевной боли и находятся в состоянии стресса, а также чувствуют невозможность справиться со своими проблемами. Они часто страдают психическими болезнями, эмоциональными нарушениями, особенно депрессией, и смотрят в будущее без надежды.

Суицидальное поведение - это выполнение действий связанных с выполнением акта самоубийства.

При изучении суицидального поведения, следует различать следующие типы:

. Демонстративное суицидальное поведение. При демонстративном поведении способы суицидального поведения чаще всего проявляются в виде порезов вен, отравления неядовитыми лекарствами, изображения повешения

. Аффективное суицидальное поведение. При аффективном суицидальном поведении чаща прибегают к попыткам повешения, отравлению токсичными и сильнодействующими препаратами.

. Истинное суицидальное поведение. При истинном суицидальном поведении чаще прибегают к повешению.

Суицидальное поведение у подростков часто объясняется отсутствием жизненного опыта и неумением определить жизненные ориентиры. Помимо этих причин существуют особые причины. Вот основные причины совершения суицида:

· Боязнь наказания (страх осуждения со стороны родных или общества у разоблаченных преступников):

· Неурядицы в личной жизни:

· несправедливость по отношению к себе;

· тотальный неуспех в романтических отношениях;

· несчастная любовь;

· желание начать жизнь заново (для верящих в реинкарнацию);

· смерть кого-то из родных или друзей;

· непонимание окружающими, одиночество;

· проблемы на работе;

· целенаправленная травля (в том числе доведение до самоубийства);

· физические издевательства (изнасилования, побои);

· потеря смысла жизни.

· Финансовые проблемы.

· Нереализованность в жизни (творческая, профессиональная).

· Ощущение счастья, которое самоубийца считает недостижимым в будущем.

· Потеря интереса к жизни, усталость от жизни;

· Проблемы со здоровьем (эвтаназия в штате Флорида, США, также формально является самоубийством, так как, согласно закону, больной должен вводить препарат себе сам).

· Психические/психосоматические болезни (депрессия, нарушение пищевого поведения, биполярное аффективное расстройство, шизофрения).

· Приём психотропных препаратов.

· Приём наркотиков, алкоголя.

· Религиозный фанатизм (обычно распространённый в сектах), ритуальное самоубийство.

· Идеологические (политические, неприятие ценностей социума в целом).

· Военные (действие по нанесению урона противнику, которое невозможно совершить, не погибнув; самоубийство с целью избежания плена; терминологически самоубийством является и самопожертвование с целью спасения боевых товарищей,).

· Вынужденное самоубийство (по приговору суда, под угрозой мучительной смерти или расправы с близкими родственниками; доведение до самоубийства статья 110 Уголовного кодекса Российской Федерации).

· Самоубийство для сохранения чести (харакири).

· Подражательное самоубийство (после аналогичных смертей известных личностей или литературных персонажей).

Для установления причин суицидального поведения важное значение имеют их мотивы и поводы позволяющие судить о конкретных обстоятельствах, которые приводят к этому. Установить мотивы и причины не всегда удается из-за недостатка сведений.

В любом случаем указанные причины являются предметом внутриличностного конфликта, в том числе проявление совести, выбор между двумя злами и так далее.

Признаками эмоциональных нарушений являются:

. потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость в течение, по крайней мере, последних дней

. частые жалобы на соматические недомогания (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость)

. необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду

. постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти

. ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие

. уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека одиночку

. нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы

. погруженность в размышления о смерти

. отсутствие планов на будущее

. внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей

Более полную классификацию эмоциональных нарушений привел медицинский психолог И. А. СТЕПАНОВ (приложение № 3)

Не каждый внутриличностный конфликт влечет суицидальное поведение, для этого необходимо ряд условий. Такими условиями, например, являются:

. Большая протяженность внутриличностного конфликта

. Предмет конфликта очень важен для человека. Примерами может послужить самоубийства совершенные по любовным мотивам, когда в человеке конфликтует желание встречаться с важным для него человеком, и чувство вины за совершенные поступки, которые подкрепляются поведением человека.

. Наличие объективных, внешних условий. Например, угроза со стороны преступника, или попадание в крайне тяжелое жизненное положение (увольнение единственного кормильца в семье, в связи с кризисом в стране).

Социальная среда определяется микроклиматом в семье, в трудовом или учебном коллективе, состоянием социальной сферы, соблюдением социальной справедливости, материальной обеспеченностью и другими объективными обстоятельствами, влияющими на поведение человека, которые он сам часто не в силах изменить.

Предотвращение суицидальных попыток

. Снятие психологического напряжения в психотравмирующей ситуации.

. Уменьшение психологической зависимости от причины, повлекшей суицидальное поведение.

. Формирование компенсаторных механизмов поведения.

. Формирование адекватного отношения к жизни и смерти.

Суицидальное поведение - это действия человека направленные на совершения акта самоубийства. Причинами данного поведения являются глубокие и сильные изменения в психики, которое обусловлены рядом условий. Не смотря на то, что в настоящее время существует развернутая классификация признаков суицидального поведения, профилактика его остается одной из самой важной проблемой человечества в целом, и России в частности.

# Заключение

Внутриличностный конфликт - это столкновение равных по силе противоречий, которые возникают в силу столкновения интересов элементов личности. Обязательными условиями внутриличностных конфликтов является противоположность интересов и равноценность мотивов.

Как причины внутриличностных конфликтов могут лежать вне внутреннего мира человека, так и последствия могут быть внешнего воздействия, могут спровоцировать внутриличностный конфликт. Это определяет внутриличностный конфликт как крайне опасное социальное проявление внутреннего мира человека.

Человеку необходимо уметь конструктивно разрешать данные конфликты. Для облегчения положительного разрешения необходимо классифицировать внутриличностные конфликты, что поспособствует изучению, и выработку рекомендаций с научной точки зрения.

Не смотря на сложность классификации внутриличностных конфликтов, из-за сложности предмета, разделения на группы все же имеет место. Причем данных классификаций имеется большое количество, в том числе, не маловажная классификация по истории развития конфликтологического знания. Однако наиболее полная и обоснованная является классификация Ансупова и Шипилова, которые взяли за основу классификации ценностно-мотивационную сферу личности.

Имеются положительные (конструктивные) и отрицательные (деструктивные) функции, последствия конфликтов. Положительные направлены в первую очередь на помощь человека в социализации, при чем в данном случае она будет наиболее важной, так как одновременно он будет являться агентом и объектом социализации.

Вместе с тем отрицательные последствия указывает на необходимость максимального контроля со стороны человека. Ведь последствием могут явиться стагнация развития личности, обратный процесс социализации. Самым радикальным и общественно опасным последствием внутриличностных конфликтов представляется совершение акта самоубийства - суицид.

Суицид - исключительно человеческий акт, направленные на лишение жизни самого себя. Суицид в первую очередь обусловлен суицидальным поведением, которое может быть демонстративное, аффективное и истинное.

Суицидальное поведение - это действия человека направленные на совершения акта самоубийства. Способствовать суицидальному поведения могут только глубокий и сильные изменения психики, обусловленные рядом причин. Не смотря на то, что в настоящее время существует развернутая классификация признаков суицидального поведения, профилактика его остается одной из самой важной проблемой человечества в целом, и России в частности.

Это остается проблемой из-за того, что нарушаются глубокие, малоизученные, или вовсе недосягаемые элементы психики. Не смотря на то, что современная психология качественно отличается от науки о душе античности, или науки о сознании возрождения, не смотря на то, что развиты социальные науки, существует наука, изучающая конфликты, в том числе внутриличностные единой системы диагностирования, методики предотвращения суицидов нет. Возможно, в ближайшее время указанные науки разработают систему диагностирования, методику предотвращения, которые подходили бы ко всем людям, но это все равно не решила такую фундаментальную проблему, не только современного, но и общества в целом, как суицидальное поведение.

# Список использованной литературы

Нормативно-правовые акты:

. Уголовный кодекс РФ от 13 июня 1996 г. N 63-ФЗ// Собрание законодательства Российской Федерации от 17 июня 1996 г. N 25 ст. 2954

Мнения авторов (в том числе электронные ресурсы):

. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология: учебник для ВУЗов / А.Я. Анцупов, А.И.Шипилов - М.; ЮН.ИТИ 2000 - С. - 301.

. И.А. Степанов Суицид. О мерах профилактики суицида среди детей и подростков[Электронный ресурс]/И.А. Степанов//Движение Тигель. - . - режим доступа: http://centercep.ru/stati/8-klinicheskaya-psihologiya-i-psihoterapiya/132-suicid-o-merah-profilaktiki-suicida-sredi-detey-i-podrostkov.html

3. Лекция - внутриличностные конфликты [Электронный ресурс]//Информационный портал: «Все для студента». - . - режим доступа: <http://www.twirpx.com/file/192865/>

. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание, Личность./ Леонтьев А. Н. - М.: Политиздат, 1975. - С. 222.

. Робер М. А., Тильман Ф. Психология индивида и группы/М. А., Тильман Ф. - М.: Прогресс, 1988 - С. 90 - 91.

. Российские солдаты сводят счеты с жизнью[Электронный ресурс]//Би-Би-Си. - . - точка доступа: http://news.bbc.co.uk/hi/russian/russia/newsid\_7364000/7364825.stm)

. Самоубийство в современном мире [Электронный ресурс]//Memoid. - . - режим доступа: http://www.memoid.ru/node/Samoubijstva\_v\_sovremennom\_mire

. Словарь по общественный наукам [Электронный ресурс]/ Яндекс: словари. - . - режим доступа: http://slovari.yandex.ru/~книги/Словарь%20по общественным%20наукам/Внутриличностный%20конфликт.

. Суицид [электронный ресурс]//Свободная энциклопедия - Википедия. - . - режим доступа: http://rian.ru/society/20080131/98082091.html

. Франкл В. Поиск смысла жизни и логотерапия./Франкл В.// Психология личности. Тексты. - М. МГУ. 1982. - С. 121.

. Число умерших, по основным классам и отдельным причинам смерти[Электронный ресурс]//Центральная база статистических данных. - . - режим доступа: <http://www.gks.ru/dbscripts/Cbsd/DBInet.cgi?pl=2415011>

# Приложения

Приложение №1.

|  |  |
| --- | --- |
| Структура внутреннего мира личности, находящейся в конфликте | Вид внутриличностного конфликта |
| «хочу» («Я хочу») | «надо» («Я должен») | «могу» («Я есть») |  |
|  |  |  | Мотивационный конфликт |
|  |  |  | Нравственный конфликт |
|  |  |  | Конфликт нереализованного желания |
|  |  |  | Ролевой конфликт |
|  |  |  | Адаптационный конфликт |
|  |  |  | Конфликт неадекватной самооценки |

Приложение №2.

Классификация внутриличностных конфликтов по К.Левину

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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 сторона | примирение |

Приложение № 3.

Признаками эмоциональных нарушений.

|  |  |
| --- | --- |
| Внешний вид и поведение | Тоскливое выражение лица (скорбная мимика) Гипомимия Амимия Тихий монотонный голос Замедленная речь Краткость ответов Отсутствие ответов Ускоренная экспрессивная речь Патетические интонации Причитания Склонность к нытью Общая двигательная заторможенность Бездеятельность, адинамия Двигательное возбуждение |
| Эмоциональные нарушения | Скука Грусть Уныние Угнетенность Мрачная угрюмость Злобность Раздражительность Ворчливость Брюзжание Неприязненное, враждебное отношение к окружающим Чувство ненависти к благополучию окружающих Чувство физического недовольства Безразличное отношение к себе, окружающим Чувство бесчувствия Тревога беспредметная (немотивированная) Тревога предметная (мотивированная) Ожидание непоправимой беды Страх немотивированный Страх мотивированный Тоска как постоянный фон настроения Взрывы тоски с чувством отчаяния, безысходности Углубление мрачного настроения при радостных событиях вокруг |
| Психические заболевание | депрессия неврозы, характеризующиеся беспричинным страхом, внутренним напряжением и тревогой маниакально-депрессивный психоз шизофрения |
| Оценка собственной жизни | Пессимистическая оценка своего прошлого Избирательное воспоминание неприятных событий прошлого Пессимистическая оценка своего нынешнего состояния Отсутствие перспектив в будущем |
| Взаимодействие с окружающим | Нелюдимость, избегание контактов с окружающими Стремление к контакту с окружающими, поиски сочувствия, апелляция к врачу за помощью Склонность к нытью Капризность Эгоцентрическая направленность на свои страдания |
| Вегетативные нарушения | Слезливость Расширение зрачков Сухость во рту (“симптомы сухого языка”) Тахикардия Повышенное АД Ощущение стесненного дыхания, нехватки воздуха Ощущение комка в горле Головные боли Бессонница Повышенная сонливость Нарушение ритма сна Отсутствие чувства сна Чувство физической тяжести, душевной боли в груди То же в других частях тела (голове, эпигастрии, животе) Запоры Снижение веса тела Повышение веса тела Снижение аппетита Пища ощущается безвкусной Снижение либидо Нарушение менструального цикла (задержка) |
| Динамика состояния в течение суток | Улучшения состояния к вечеру Ухудшение состояния к вечеру |