

**М. Й. ВАРІЙ**  
доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри теоретичної та практичної психології  
Інституту права та психології  
Національного університету «Львівська політехніка»

## **ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИЙ КОНФЛІКТ, ДИСГАРМОНІЯ І РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ**

Людина може переживати не лише конфлікти, обумовлені зовнішніми чинниками, а й внутрішніми. Конфлікт, який виник на основі внутрішніх (психологічних) суперечностей, у психології називають внутрішньоособистісним. Це означає, що у психіці особистості наявні психічні утворення, які за змістом і спрямованістю є полярними, або між ними наявні суттєві розходження. Що більший ступень таких розходжень, тим з більшою силою виявляється внутрішньоособистісний конфлікт, тобто його психоенергетичний потенціал зростає.

Загалом внутрішньоособистісний конфлікт може виникнути на основі наявних суперечливих (різноспрямованих, полярних) мотивах, емоціях, почуттях, ідеях, цілях, псі-програмах тощо у всіх людей. Але набагато частіше він виникає у дисгармонійних особистостей, оскільки у них найбільшою мірою наявні різні порушення пізнавальної, емоційної, мотиваційно-сислової та поведінкової сфер. Тому в таких особистостей виникають безпричинні страхи, невмотивована агресивність, не реальні бажання тощо, що, своєю чергою, призводить донеадекватної самооцінки, зниження рівня домагань, потреби в гіперкомпенсації та ін.

Люди з дисгармонійною організацією особистості, як правило, є індивідами, котрі спрямовані “на себе”. Разом з цим у них виявлена подвійна (чи множинна) спрямованість, що призводить до розщеплення особистості, внаслідок чого у них свідоме психічне життя і життя, що відображено на підсвідомому рівні, як правило, перебувають у постійному антогонізмі.

Домінування тієї чи іншої мотивації може бути різним на свідомому та неусвідомленому рівнях. Тому формується дисгармонійна структура особистості, постійно роздратованої внутрішніми конфліктами, оскільки йде боротьба між її свідомістю і підсвідомістю: свідомість вимагає урахування реальності, а підсвідомість формує псі-програми на нереалістичних установах.

Внутрішньоособистісні конфлікти виникають лише за певних умов, які можуть бути зовнішніми та внутрішніми.

Зовнішні умовивнутрішньоособистісного конфлікту зводяться переважно до того, що задоволення реалістичних мотивів та взаємин особистості, котрі чітко усвідомлюються, перебуває під загрозою чи зовсім унеможливується через відсутність у неї необхідних ресурсів або її нездатністю адекватно взаємодіяти зі зовнішнім середовищем. До зовнішніх також відносять такі, які породжуються негативними, болісними реакціями на істотні зміни соціально-економічного середовища, що, як правило, супроводжуються переглядом суспільних цінностей, заміною ідеалів, котрі розхитують життєві принципи.

Власне внутрішні умовивнутрішньоособистісного конфлікту зводяться до суперечностей або між різними мотивами, почуттями й псі-програмами відносин особистості, або між її реальними можливостями і прагненнями. Треба зауважити, що внутрішні умови внутрішньо-особистісного конфлікту в людини рідко виникають спонтанно. Вони зумовлені насамперед зовнішньою ситуацією, історією становлення особистості, її психофізіологічною організацією, а також стресами, оскільки у наш час пришвидшення ритму життя істотно підвищило стресове навантаження на особистість.

Крім цього іноді інструментальний світ у деяких особистостей починає дублювати, замішувати або закривати світ природний, оскільки є привабливим і спокусливим унаслідок того, що представляє для особистості надзвичайно багато можливостей, в тому числі й реалізацію потаємних сміливих задумів і бажань. Тому людина іноді будує свої ілюзії, замість того, щоб будувати реальні ситуації життєдіяльності. Однак рано чи пізно суперечність між ілюзіями і реальністю призводить до

внутрішнього психологічного конфлікту, оскільки особистість не може реалізувати такі ілюзії, а також не хоче і визнати їх такими, яких у принципі, за даних умов, реалізувати не можна. І цей конфлікт тим гостріший, чим далі особистість віддалилася від реальності, що відображено у психіці у вигляді руйнування псі-програм не лише свідомості, а й підсвідомості.

Власне більш негативні наслідки для особистості мають псі-програми, які сформувалися на основі ілюзійна підсвідомому рівні, оскільки підсвідомість сприймає їх як реальні, тому що вона не здійснює аналізу, оцінювання й порівняння, що властиво свідомості, а вкладає зміст прямої дії для виконання того, що закладено у змісті ілюзії, без «може», «потім», «колись за певних умов» та ін. Сформувавши псі-програму на основі певної ілюзії, підсвідомість постійно «вимагає» від свідомості прийняти і керуватися нею; для цього здійснює на неї своєрідний тиск у формі дискомфорту, сумнівів, незадоволеності, не усвідомлених тривоги та болісних переживань тощо, але свідомість, яка більш реалістично визначає й оцінює наявну ситуацію в силу її усвідомлення, в тому числі й наслідки, до яких може призвести її розв'язання чи не розв'язання, чинить опір, не хоче цього робити.

Ще одна умова внутрішньоособистісного конфлікту – це суб'єктивна нерозв'язність ситуації, котра виникає тоді, коли людині здається, що вона не спроможна змінити об'єктивні умови, або реально в неї для зміни відсутні психічні ресурси.

На виникнення внутрішньоособистісного конфлікту впливає і дерегуляція (неадекватне самоуправління) особистості, тобто неузгоджене її керування своїми вчинками і поведінковими актами, неузгодженість у перебігу психічних процесів, недостатнє самоуправління в пізнанні й спілкуванні, неефективна саморегуляція тощо. Така дерегуляція може порушити процеси адаптації та спричинити деадаптацію, котра негативно впливає на перебіг інших процесів: обмежує вибір видів діяльності; звужує репертуар поведінки та знижує її успішність, або унеможлиблює функціонування, яке передбачає сприятливі взаємини з іншими людьми.

Загалом дерегуляція може уповільнити розвиток чи навіть призвести до регресу. Проте виникнення і розв'язання конфлікту штовхає особистість до активності, боротьби за себе, своє майбуття, пошуку нових альтернатив, до рішучого відхилення всього старого, в тому числі й ілюзій, та ін. І цей процес виявляється гострою формою розвитку особистості, однак він, відносно швидко, хоча й болісно, забезпечує її зміни, виникнення нових психічних утворень, руйнування, відмирання старих та ін.

Унаслідок внутрішньоособистісного конфлікту змінюється мотиваційно-вольова, емоційна, пізнавальна і поведінкова сфери особистості, формуються нові реалістичніші псі-програми на взаємодію зі зовнішнім середовищем. Разом з цим розвивається і самосвідомість особистості. Все це разом сприяє і її гармонійності.

Таким чином, внутрішньоособистісний конфлікт на всіх етапах життєдіяльності людини, не зважаючи на увесь їхній негатив, є необхідними чинниками розвитку та формування гармонійної особистості. Однак вони також можуть призвести і до ще більшої дисгармонії особистості, якщо у неї зовсім буде відсутня мотивація й внутрішній ресурс до змін.