

**Міністерство освіти і науки України.
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова**

На правах рукопису

БОБРОВА ЛАРИСА ГРИГОРІВНА

УДК: 159.964.21-051-057.87

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ
КОНФЛІКТІВ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Дисертація на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Науковий керівник -
Приходько Юлія Олексіївна,
доктор психологічних наук,
професор

Київ – 2014

ЗМІСТ

| | |
|---|----|
| ВСТУП | 3 |
| РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ ... | 10 |
| 1.1.Внутрішньоособистісний конфлікт як предмет дослідження у зарубіжній та вітчизняній психології..... | 10 |

| | |
|--|------------|
| 1.2. Типи внутрішньоособистісних конфліктів особистості..... | 30 |
| 1.3. Психологічні особливості внутрішньоособистісних конфліктів... | 45 |
| Висновки до першого розділу..... | 59 |
| РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ..... | 62 |
| 2.1. Методика та організація емпіричного дослідження..... | 62 |
| 2.2. Психологічні особливості внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх психологів..... | 70 |
| 2.3. Гендерна характеристика внутрішньоособистісних конфліктів.. | 105 |
| Висновки до другого розділу..... | 124 |
| РОЗДІЛ 3 АКТИВІЗАЦІЯ ПОЗИТИВНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ..... | 129 |
| 3.1. Теоретичне обґрунтування програми формувального експерименту..... | 129 |
| 3.2. Програма активізації позитивного потенціалу внутрішньо- особистісних конфліктів майбутніх психологів..... | 142 |
| 3.3. Кількісні та якісні результати формувального експерименту..... | 164 |
| Висновки до третього розділу..... | 173 |
| ВИСНОВКИ..... | 175 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 179 |
| ДОДАТКИ..... | 198 |

ВСТУП

Актуальність теми. Соціальні та економічні трансформації, що відбуваються останніми роками в українському суспільстві, призводять до виникнення широкого кола особистісних і міжособистісних проблем. Існування сучасних організацій та інших соціальних систем характеризується зростаючим рівнем конкуренції, змінами та перетвореннями, які, без сумніву, супроводжуються різними конфліктами. У зв'язку з цим підвищується попит на психологічні послуги в різних сферах суспільної діяльності і, відповідно, зростають вимоги до якості підготовки психологічних кадрів у вищих навчальних закладах. Психологічні особливості професії психолога визначаються не тільки сферою його професійної діяльності, але і його особистісними якостями. Саме особистісні якості, стан сформованості внутрішньої психічної структури великою мірою визначають успіх його професійної діяльності.

Сучасні дослідники (О. Бондаренко, Л. Долинська, Л. Кобильник, С. Максименко, Ю. Приходько, Н. Чепелева, Н. Шевченко, В. Юрченко, Т. Яценко та ін.) акцентують увагу на особливостях, характерних для осіб, які обирають професію психолога. Насамперед це прагнення до рефлексії і

самопізнання, висока емоційна сенситивність, складний внутрішній світ, що часто характеризується наявністю внутрішньоособистісних конфліктів. Як свідчать дослідження, велике число молодих людей, обираючи професію психолога, керується не стільки бажанням у майбутньому працювати з людьми, скільки мотивами вирішення певних власних проблем. У молоді існує уявлення, що, отримавши підготовку за фахом психолога, вони зможуть безпомилково прогнозувати дії та впливати на поведінку інших людей. В процесі професійної підготовки такі уявлення поступово змінюються, що призводить до розчарування у виборі фаху та виникнення у майбутніх психологів нових внутрішньоособистісних конфліктів.

Внутрішньоособистісні конфлікти можуть призводити як до конструктивних, так і деструктивних наслідків. Знаючи чинники, які спричиняють виникнення цих конфліктів, особливості їх переживання, можна обґрунтувати умови, за яких майбутній фахівець буде спроможний використовувати позитивний потенціал таких переживань. У сучасній психології акцентується увага на позитивному потенціалі внутрішніх конфліктів, у центр вивчення висувається його трансформуюча, розвивальна функція (Л. Карамушка, К. Роджерс, В. Столін, Т. Титаренко, Т. Яценко та ін.).

Проблематика внутрішньоособистісних конфліктів ґрунтовно розкрита у роботах як зарубіжних (З. Фройд, К. Хорні, К. Юнг та ін.), так і радянських та вітчизняних психологів (К. Абульханова-Славська, Л. Божович, О. Бондаренко, Б. Братусь, Ф. Василюк, О. Донченко, Б. Зейгарник, С. Карташов, О. Леонтєв, Г. Ложкін, В. Мерлін, В. М'ясищев, М. Пірен, В. Столін, Т. Титаренко, А. Файзуллаєв та ін.).

У сучасних вітчизняних дослідженнях внутрішньоособистісні конфлікти вивчаються у зв'язку з проблемою вікового розвитку (Н. Герасимова, Т. Гущина, О. Донченко, Г. Дубчак, Т. Титаренко та ін.); проблемами професіоналізації (Е. Зеєр, Г. Ложкін, Н. Пов'якель, Н. Чепелєва та ін.). Водночас, проблема внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх психологів, попри всю її актуальність, не виступала предметом спеціального дослідження. Актуальність і недостатня розробленість зазначеної проблеми зумовили вибір теми дисертаційного дослідження: **“Психологічні особливості внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх психологів”**.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Тема дослідження входить до тематичного плану науково-дослідних робіт кафедри психології і педагогіки Інституту педагогіки і психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова за напрямом “Зміст, форми та методи удосконалення фахової підготовки психологів.” Тема дисертації затверджена Вченою радою Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (протокол № 8 від 01 березня 2010 року) та узгоджена Міжвідомчою радою НАПН з координації наукових досліджень у галузі педагогіки та психології в Україні (протокол №

8 від 30 листопада 2010 року).

Об'єкт дослідження – внутрішньоособистісні конфлікти майбутніх психологів.

Предмет дослідження – психологічні особливості внутрішньо-особистісних конфліктів студентів - майбутніх психологів.

Мета дослідження – полягає у теоретичному та експериментальному вивченні психологічних особливостей внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх психологів, обґрунтуванні, розробленні, апробації та впровадженні програми активізації позитивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх психологів.

В основу нашого дослідження покладено припущення про те, що внутрішньоособистісні конфлікти майбутніх психологів мають свою специфіку та тісно пов'язані з такими особистісними утвореннями як самоставлення, мотиваційна спрямованість та локус контролю, а активізація рівня розвитку цих характеристик є основною умовою розв'язання конфліктів конструктивним способом та сприяє особистісно-професійному зростанню майбутнього фахівця.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати стан дослідження проблеми внутрішньоособистісних конфліктів у зарубіжній та вітчизняній психологічній науці.
2. Обґрунтувати психодіагностичний інструментарій емпіричного дослідження та визначити критерії, показники й рівні проявів внутрішньоособистісного конфлікту у майбутніх психологів.
3. Розкрити психологічні чинники, які детермінують виникнення внутрішньоособистісних конфліктів у майбутніх психологів та їх гендерні особливості.
4. Обґрунтувати, розробити та апробувати програму активізації позитивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх фахівців-психологів.

Методологічною основою дослідження виступили:

- вчення про діалектичний взаємозв'язок суб'єктивних і об'єктивних чинників становлення особистості (Б. Анан'єв, Л. Божович, Л. Виготський, Г. Костюк, С. Рубінштейн та ін.);
- положення про закономірності формування когнітивної, емоційної та мотиваційної сфер особистості (Б. Зейгарнік, І. Кон, О. Леонт'єв, В. М'ясищев, В. Петровський, В. Столін та ін.);
- положення про особливості розвитку особистості в процесі професійної підготовки (О. Бондаренко, Л. Бурлачук, Е. Зеєр, Н. Чепелева та ін.);
- загальнотеоретичні підходи до феномену конфлікту (Н. Гришина, Г. Ложкін, В. Мерлін, М. Пірен та ін.); підхід, в основу якого покладено виокремлення позитивної функції конфлікту (Ф. Василюк, К. Роджерс, Т. Титаренко, К. Юнг та ін.).

Методи дослідження. Для розв'язання завдань дослідження було застосовано: *теоретичні методи* - аналіз, систематизація, порівняння та узагальнення наукових джерел із проблеми внутрішніх конфліктів

особистості; *емпіричні методи* - анкетування, тестування, констатувальний та формувальний експерименти. У дослідженні було використано низку психодіагностичних методик, зокрема: методика дослідження самоствавлення С. Пантелєєва, методика самооцінки Дембо-Рубінштейн у модифікованому варіанті А. Прихожан, методика вивчення локусу контролю Дж. Роттера у модифікованому варіанті Є. Бажина, Є. Голинкіної, А. Еткінда, методика С. Бем для визначення гендерної ідентичності, опитувальник мотивації успіху та страху невдач А. Реана. Методом анкетування досліджувались особливості переживання внутрішніх конфліктів. У формувальній частині дослідження було застосовано метод позитивної психотерапії Н. Пезешкіана, а також навчальні методи: бесіда, диспут, розповідь.

У дослідженні використано *методи математичної статистики*, зокрема метод Principal components, ортогонального обертання факторного рішення Varimax за допомогою пакетів Microsoft Excel, Statistika та статистичної системи SPSS.

Експериментальна база дослідження. Емпіричне дослідження здійснювалося впродовж 2010 – 2013 років на базі Інституту педагогіки і психології Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова та Академії муніципального управління. Експериментальна вибірка становила 335 студентів 1-го і 4-го курсів, які навчалися за спеціальностями «практична психологія» та «менеджмент».

Наукова новизна та теоретичне значення дисертаційного дослідження полягають у тому, що:

- *вперше* систематизовано основні наукові підходи до вивчення внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх психологів; модель внутрішньоособистісного конфлікту доповнено локусом контролю, самооцінкою, гендерною ідентичністю; здійснено порівняльний аналіз психологічних особливостей внутрішньоособистісних конфліктів студентів - майбутніх психологів та студентів - майбутніх менеджерів; обґрунтовано показники (зниження самооцінки, психоемоційне напруження, негативні переживання, погіршення механізму адаптації тощо) та визначено рівні (низький, середній, високий) проявів внутрішньоособистісних конфліктів; виокремлені типи внутрішньоособистісних конфліктів студентів-майбутніх психологів: *актуальний*, який характеризується залежністю від соціального середовища, конформною та поступливою поведінкою, невпевненістю у собі; *ключовий*, для якого характерна значна розбіжність між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», *базовий*, в основі якого лежить мотивація уникнення невдач; емпірично досліджено психологічні особливості внутрішньоособистісних конфліктів студентів-майбутніх психологів на різних етапах фахової підготовки, розкрито психологічні чинники, які детермінують їх виникнення, зокрема: *когнітивні*, в основі яких лежить значна розбіжність між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», *емотивні*, які характеризуються заниженою самооцінкою, значними негативними переживаннями, агресією, високим рівнем тривожності, *конативні*, які характеризуються невпевненістю у собі

та своїх діях, чутливістю до зовнішніх оцінок, вразливістю та пошуком підтримки оточення, мотивацією уникнення невдач; досліджено вплив гендерної ідентичності на переживання внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх фахівців;

- *уточнено* психологічний зміст поняття «внутрішньоособистісний конфлікт», розкриті деструктивні (відчуття емоційного дискомфорту, занижена самооцінка, низькі показники позитивного самоствавлення, мотивація уникнення невдач) та конструктивні (самовдосконалення особистості, самоосмислення своїх потреб, інтересів та виокремлення найбільш пріоритетних із них, високі показники позитивного самоствавлення, адекватна самооцінка, мотивація досягнення успіхів) функції внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх психологів;

- *подальшого розвитку набули* наукові позиції щодо методології дослідження психологічних особливостей внутрішньоособистісних конфліктів студентів-майбутніх психологів, їх уявлення про конструктивні способи вирішення цих конфліктів.

Практичне значення одержаних результатів полягає у тому, що підібраний та апробований комплекс психодіагностичних методик, а також розроблена та апробована авторська програма активізації позитивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів майбутнього психолога може використовуватися практичними психологами для побудови програм психокорекції негативних наслідків внутрішньоособистісних конфліктів. Результати дослідження можуть бути використані у роботі психологічних служб. Теоретичні положення та результати експериментального дослідження можуть бути використані у підготовці майбутніх психологів при вивченні таких навчальних курсів: «Вікова психологія», «Психологія особистості», «Психологічна корекція» та спецкурсу «Внутрішньоособистісні конфлікти: теорія і практика».

Апробація та впровадження результатів дисертаційного дослідження. Основні теоретичні положення і висновки дисертаційного дослідження доповідалися, обговорювалися та отримали схвалення на двох Всеукраїнських конференціях (Київ, 2009, 2012); трьох Міжнародних конференціях (Ніжин, 2011; Кам'янець-Подільський, 2012; Київ, 2013); на засіданнях кафедри психології і педагогіки Інституту педагогіки і психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова; на звітних наукових конференціях викладачів та аспірантів Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (Київ, 2010, 2011, 2013, 2014). Результати дослідження впроваджено в навчально-виховний процес НПУ імені М. П. Драгоманова та Академії муніципального управління шляхом прочитання спецкурсу: «Внутрішньоособистісні конфлікти : теорія і практика» (довідка № 17/14 від 07.04 2014 року; довідка № 01-296 від 09. 04. 2014 року)

Публікації. Зміст та результати теоретико-експериментального дослідження відображено у 11 одноосібних публікаціях автора. Серед них 6

статей – у вітчизняних науково-фахових виданнях, 4 статті – у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій, 1 стаття у зарубіжному виданні.

Структура дисертації. Робота складається із вступу, трьох розділів, висновку до розділу, списку використаних джерел (219 найменувань, з них 7 – іноземними мовами) та 12 додатків на 20 сторінках. Дисертація містить 12 таблиць і 8 рисунків на 26 сторінках. Обсяг основного тексту дисертації складає 178 сторінок. Загальний обсяг дисертації – 218 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО - МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ

1.1. Внутрішньоособистісний конфлікт як предмет дослідження у зарубіжній та вітчизняній психології

Традиції накопичення конфліктологічних знань мають на сьогодні вже багатовікову історію. Перші концепції конфліктів з'явилися ще на межі ХІХ — ХХ ст., однак найкращі представники людства по-різному тлумачили своє бачення природи феномену конфліктів. Поняття конфлікту не належить якійсь одній певній галузі знань (науки) чи практики. Це соціальний феномен, який проникає в усі сфери людського соціуму, тому його почали вивчати фахівці різних галузей науки. Свій специфічний предмет у вивченні конфліктів знаходять: філософія, соціологія, психологія, історичні науки, юриспруденція та ін. Сама ж наука конфліктологія має інтегративний характер, вона збагачується життєвим досвідом і досягненнями усіх галузей науки.

Поняття "конфлікт" походить від латинського "conflictus" - зіткнення. Практично незмінним воно є в інших мовах. У психологічних словниках подано наступні визначення поняття «конфлікт»:

- зіткнення протилежно спрямованих цілей, інтересів, позицій, думок чи поглядів опонентів чи суб'єктів взаємодії [146, с. 130]
- актуалізоване протиріччя, зіткнення протилежно спрямованих інтересів, цілей, позицій, думок, поглядів суб'єктів взаємодії або опонентів (opponentis - заперечувати) і навіть зіткнення самих опонентів [31, с. 238].
- сприйнята розбіжність інтересів: переконання сторін у тому, що існуючі в них на даний момент прагнення не можуть бути реалізовані одночасно [148, с. 199].
- зіткнення протилежних інтересів, поглядів; серйозне протиріччя. гостра суперечка [173, с. 258].
- зіткнення протилежних поглядів, не сумісних одна з одною точок зору, інтересів, норм і форм поведінки [151, с.185].

У психологічній літературі знаходимо досить багато визначень поняття «конфлікт». Н. Гришина розуміє конфлікт як біполярне явище -

протистояння двох начал, яке виявляє себе в активності сторін, спрямованій на подолання суперечності, до того ж сторони конфлікту представлені активним суб'єктом (суб'єктами) [52]. С. Ємельянов розглядає конфлікт як відношення між суб'єктами соціальної взаємодії, яке характеризується їхнім протиборством на основі протилежно спрямованих мотивів чи суджень [57]. А. Анцупов і А. Шипілов визначають конфлікт як найбільш деструктивний спосіб розвитку та завершення значущих суперечностей, які виникають у процесі соціальної взаємодії, а також боротьбу підструктур особистості [13]. Для К. Левіна конфлікт — це вплив на індивіда протилежно спрямованих сил, рівних за величиною. Такими "силами" є характеристики зовнішньої ситуації. Їхня дія є результатом суб'єктивного сприйняття індивідом своєї власної ситуації [215]. Г. Ложкін і Н. Пов'якель розглядали конфлікт як зіткнення різноспрямованих сил (цінностей, інтересів, поглядів, цілей, позицій) суб'єктів - сторін взаємодії [99]. І. Ващенко визначає конфлікт як усвідомлено - полярне відстоювання суб'єктами своєї позиції з однієї і тієї ж значущої проблеми [39].

Конфлікти, що являють собою складне соціально-психологічне явище, можна класифікувати за різними ознаками. Залежно від кількості учасників конфлікти поділяють на внутрішньоособистісні, міжособистісні, групові, конфлікти між особистістю і групою.

Предметом нашого дослідження виступив внутрішньоособистісний конфлікт, який є суто психологічним конфліктом, дослідженню якого приділялась велика увага у зарубіжній психологічній науці, чого, на жаль, не можна сказати про радянську психологію. У психологічній літературі синонімічними стосовно внутрішньоособистісного конфлікту є поняття: внутрішні, особистісні, інтрасуб'єктивні, інтраперсональні конфлікти.

Внутрішній конфлікт є одним з найбільш складних і первинних психологічних конфліктів, які відбуваються у внутрішньому світі людини. У сучасних психологічних словниках поняття “внутрішньоособистісний конфлікт” визначають як:

- дискомфортний стан особистості, викликаний амбівалентними (суперечливими) почуттями, недосяжними життєво значущими цілями, руйнацією стереотипів, втратою сподівань [58, с. 182]
- зіткнення інтересів, потреб, потягів особистості, що виникають за умови їхньої приблизної паритетності за інтенсивністю і значущістю, але різної спрямованості [147, с. 90].
- наявність у людини несумісних одна з одною думок, переживань, почуттів, що породжує стан внутрішнього дискомфорту [151, с. 185].
- породження амбівалентних прагнень суб'єкта [148, с. 199].

Аналіз літературних джерел свідчить, що найбільш активно проблему внутрішніх конфліктів розробляли в зарубіжній психології [6; 156; 169; 191; 192; 195; 197; 200; 207; 208; 213; 214; 215; 216; 217; 219]. Характерна особливість поглядів зарубіжних дослідників полягає у тому, що проблема внутрішнього конфлікту, у переважній більшості, розглядається з

урахуванням того розуміння особистості, що складається в рамках тієї чи іншої теоретичної концепції особистості: інтрапсихічної, ситуативної та когнітивної [52].

Інтрапсихічні (психодинамічні) концепції спираються на біопсихічну основу індивіда і представлені в теоріях З. Фрейда, К. Юнга, А. Адлера, Е. Фромма, К. Хорні та ін.

Ситуативні спираються на розуміння конфлікту як реакції на зовнішній збіг обставин у роботах біхевіористів Б.Скінера, необіхевіористів Н. Міллера, Дж.Долларда.

Когнітивні концепції ґрунтуються на розумінні конфлікту як пізнавального феномену і розкриті у роботах К. Роджерса, А. Маслоу, К. Левіна, В. Франкла, Л. Фестингера.

У кожному з наведених напрямів зарубіжної психології існують свої течії, а в кожній течії - своя модель розуміння внутрішніх конфліктів.

При розгляді психодинамічних концепцій заслуговує на увагу, насамперед, біопсихічне трактування цього явища. Так, за З. Фрейдом, стани незадоволеності собою, тривожності, що супроводжують людину, є суб'єктивним, емоційним відображенням у її свідомості боротьби "Воно" і "Над Я", суперечок між тим, що спонукає поведінку насправді ("Воно"), і тим, що ним треба було б керуватися ("Над Я"). Зазначені протиріччя призводять до внутрішнього конфлікту [193]. "Конфлікт викликаний змушеною відмовою, коли лібідо позбавлене задоволення, змушене шукати інші об'єкти і шляхи. Причиною конфлікту є те, що ці інші шляхи й об'єкти викликають невдоволення особистості, точніше кажучи, накладають вето, що робить спочатку неможливим новий спосіб задоволення" [193, с. 223]. У людини в стані внутрішнього конфлікту "... завжди є зіткнення бажань... частина особистості відстоює ті чи інші бажання, інша протистоїть цьому і відхиляє їх" [193, с. 223]. Фрейд у своїй теорії не тільки розкриває причини внутрішніх конфліктів, але й механізми захисту від них. Основним механізмом такого захисту він вважає сублимацію, тобто перетворення сексуальної енергії людини в інші види її діяльності, в тому числі і у творчість. Положення, сформульовані і обґрунтовані З. Фрейдом, отримали подальший розвиток та інтерпретацію або ж критику в роботах його послідовників і опонентів, зокрема в теоріях А. Адлера, К. Юнга, К. Хорні, Е. Фромма та ін.

Так, А. Адлер розглядав принцип єдності особистості як головний принцип аналізу, а соціальні чинники вважав визначальними в процесі її формування. З його точки зору, майже кожна людина має ті чи інші фізичні чи психологічні недоліки, що можуть сформувати в неї комплекс неповноцінності. Цей комплекс, за А. Адлером, є джерелом руху особистості до самовдосконалення, покращення своїх потенційних можливостей. Він вважав, що якщо людина ставить нездійсненні цілі і долає почуття неповноцінності шляхом відходу в хворобу, то в неї розвивається невроз. Слід зазначити, що невроз А. Адлер розглядав не як хворобу, а як деформований життєвий стиль. Основу неврозу, вважав він, складає

внутрішній конфлікт, що є «...протиріччям між прагненням до влади і відчуттям власної неповноцінності» [6, с. 141].

Ідеєю протиборства внутрішніх сил в людині пронизані роботи К. Юнга. Вченим була сформульована теорія індивідуального і колективного несвідомого. Визначальну роль у структурі особистості людини відіграє колективне несвідоме. Зміст колективного несвідомого існує у душі вже при народженні у вигляді архетипів, котрі успадковані від предків. Свідомість і колективне несвідоме за своєю сутністю є антитезами, які перебувають у протиборстві й одночасно взаємодоповнюють одне одного до цілого - самості. Самість – центр особистості, навколо якого групується решта систем. Вона забезпечує особистості єдність і рівновагу. Незбалансованість або односторонній розвиток однієї із систем (его-самість, его-аніма, его-аніmus, особистісне - колективне) призводить до внутрішнього дисбалансу і внутрішніх конфліктів [208]. Місцем, де формуються і розгортаються внутрішні конфлікти, є комплекси, так звані «больові точки». Наявність комплексу означає, що у внутрішньому світі людини існує дещо несумісне, неасимільоване. На думку К. Юнга, «..комплекси повинні бути у внутрішньому світі людини, тому що без них душевне життя прийшло б до важкого, за наслідками, застою» [208, с.102]. Сенс існування внутрішніх конфліктів полягає не в їх вирішенні, а в тому, щоб людина безперервно над ними працювала [208]. Отже, конфлікти К. Юнг розглядав діалектично і вважав, що протилежності необхідно прийняти і тим самим наблизитись до ідеалу цілісності.

К. Хорні не погоджувалася з думкою К. Юнга про досягнення цілісності шляхом взаємодоповнення протилежностей. Вона пише: «Якщо особистість не спонукається компульсивними потягами, докладає достатньо зусиль, то вона може досягнути певної цілісності. Коли ж обидва протилежні патерни мають невротичний характер, вони небезпечні для особистісного зростання» [199, с.57]. На думку вченої, К. Юнг недооцінив компульсивну природу невротичних схильностей, під якими вона розуміла "... несвідомі спонукання, що розвиваються для того, щоб впоратися з життям, незважаючи на страхи, беспорядність і самотність" [199, с.149]. К. Хорні вважала, що найістотніша відмінність конфліктів нормальної людини від невротичних конфліктів полягає у мірі несумісності протилежних сторін. Вона зазначає: «У нормальної людини напрями, які конфліктують розходяться не більше ніж на 90 градусів на відміну від можливості розійтись на 180 градусів для невротика» [199, с. 21]. У теорії К. Хорні значне місце посідає проблема неврозу, а звідси і внутрішньоособистісного конфлікту, що лежить в його основі. На думку дослідниці, внутрішній конфлікт виникає в системі взаємин індивіда із соціальним оточенням. Вона відкидала інстинкти смерті, руйнування, вроджену агресивність, але стверджувала, що ворожість виникає у людини при зіткненні її з ворожим світом. Конфлікт, згідно з К. Хорні, виникає тоді, коли прагнення до безпеки в людини суперечить прагненню до

задоволення бажань, і тоді для вирішення конфлікту вона виробляє певну стратегію поведінки: прагнення «до людей через співучасть» (спільна діяльність, взаємодія, інтенсивне спілкування); прагнення «від людей» (відхід від спілкування, взаємодії); прагнення «проти людей» (виникнення відкритих міжособистісних конфліктів). Стратегії соціальної поведінки як спосіб протистояння базальному конфлікту, виробляються у дитинстві і на їх формування впливають як вродженні особливості індивіда, так і його безпосереднє соціальне оточення.

Ідея соціокультурної обумовленості психіки індивіда простежується в епігенетичній теорії Е. Еріксона, суть задуму якої полягає в тому, аби показати, що на кожному віковому етапі відбувається або сприятливе подолання кризи, або несприятливе, що прозводить до конфліктів. Вчений вважав, що рушійними силами розвитку виступають суперечності, які виникають при проходженні певних кризових фаз в онтогенезі. Ці суперечності безпосередньо пов'язані із соціальним оточенням дитини. Внутрішні конфлікти Е. Еріксон розглядав як один із можливих результатів взаємодії індивіда із середовищем. Вони виникають через те, що захисні реакції індивіда і поступливість середовища недостатні для встановлення гомеостатичної рівноваги. Цей процес Е. Еріксон називав формуванням ідентичності, підкреслюючи важливість збереження і підтримки цілісності Его. Центром всієї теорії Е. Еріксона є епігенетична схема, яка включає вісім стадій розвитку і відображає процес розвитку індивіда як набуття ідентичності від народження до глибокої старості. На кожній стадії формуються протилежні якості і риси характеру, які людина усвідомлює і з якими починає себе ідентифікувати. При цьому зміст внутрішніх конфліктів на різних стадіях ідентифікації пов'язаний із зазначеними аспектами зростання. Велику увагу Е. Еріксон приділяв і зовнішній стабільності системи, в якій живе людина, оскільки змінення соціальних норм і цінностей також порушує ідентичність і знецінює життя людини. Е. Еріксон підкреслював важливість збереження цілісності, несуперечливості структур особистості, пагубність внутрішніх конфліктів [207].

Проблема гармонії і конфлікту в житті людини стала центральною у роботах Е. Фромма. В поясненні внутрішніх конфліктів вчений намагався подолати біологічне трактування особистості і висунув концепцію „екзистенційної дихотомії”. У відповідності з цією концепцією, причини внутрішніх конфліктів полягають у дихотомічній природі самої людини, яка проявляється в її екзистенційних проблемах: проблемі життя і смерті; обмеженості людського життя; великих потенційних можливостях людини і обмеженості умовами їх реалізації тощо [195]. «Доки я розриваюсь між прагненням бути незалежним, сильним і почуттям своєї незначимості, безсилля, - пише Е. Фромм, - я знаходжусь у стані конфлікту» [195, с.69].

Цікавою, на наш погляд, є теорія трансактного аналізу, розроблена в 50-і роки американським психологом і психіатром Е. Берном. Вчений вважав,

що в кожній людині є три типи стану “Я”, обумовлені в моделях поведінки. Сутність внутрішньоособистісного конфлікту він вбачає в тому, що особистість фіксується на неправильному “Я-стані” [23, с. 56].

Більш повний аналіз розвитку наукових уявлень про внутрішній конфлікт потребує розгляду поведінкового і когнітивного напрямів зарубіжної психології. Незважаючи на те, що проблема внутрішнього конфлікту так і не стала предметом спеціального аналізу у біхевіористичній психології, окремі її представники розглядали внутрішній конфлікт у контексті теорії наuczіння. Наприклад, Б. Скінер трактував внутрішній конфлікт як погану звичку, результат помилкового виховання. Дж. Доллард і Н. Міллер зробили спробу інтегрувати психодинамічний і біхевіористичний підходи, пов'язуючи принципи теорії наuczіння з феноменами особистості і паталогічною поведінкою. В основі теорії Дж. Долларда і Н. Міллера лежать поняття внутрішнього спонукання (драйву), конфлікту спонукань, тривоги і підкріплення за допомогою зниження тривоги. Згідно з цією концепцією, у процесі свого розвитку діти повинні навчитися давати соціально-прийнятний вихід своїм внутрішнім спонукам. У процесі проходження найбільш критичних моментів розвитку дитини дорослі карають її за прояв певних спонукань, через що у дитини формується страх по відношенню до певних стимулів, а потім засвоюються і реакції, результатом яких є зниження набутого драйву страху. На думку Дж. Долларда і Н. Міллера, такими є реакції провини та уникнення. У контексті досліджень Дж. Долларда і Н. Міллера, в основі неврозу лежить конфлікт між реакцією наближення і реакцією уникнення. Сутність зазначеного конфлікту в тому, що один і той же стимул може одночасно викликати обидві реакції, які є несумісними і викликають тривогу. Дж. Доллард і Н. Міллер виділили два види внутрішніх конфліктів: «наближення - наближення», коли у протиріччя вступають дві бажані альтернативи і «уникнення - уникнення» - у протиріччя вступають дві небажані альтернативи [217].

Суттєвий внесок у розуміння внутрішнього конфлікту був зроблений представниками когнітивної психології, згідно з якими конфлікт виникає при зіткненні з новим досвідом, який не узгоджується з наявними раніше уявленнями людини і загрожує цим уявленням. У дослідженнях з цієї проблеми центральну роль відіграє концепція когнітивного дисонансу Л. Фестингера. В основі цієї теорії лежить положення про те, що людина прагне до підтримування узгодженості між парами релевантних когніцій (під когніцією мається на увазі будь-яке знання, переконання або уявлення суб'єкта про себе, свою поведінку або оточення). Сутність теорії когнітивного дисонансу Л. Фестингера полягає в тому, що конфлікт двох релевантних когніцій породжує відчуття психологічного дискомфорту, який стає спонукальною силою психічної активності, яка направлена на подолання цього конфлікту. Згідно з поглядами Л. Фестингера, дисонанс можна подолати такими шляхами: змінити одну з дисонуючих когніцій; зменшити

важливість самого дисонансу; отримати нову інформацію, котра або узгоджується з однією із когніцій, або примирює дисонуючі елементи. Л. Фестингер вказував на існування певних індивідуальних відмінностей у тому, як і в якій мірі люди реагують на дисонанс [213]. Теорія Л. Фестингера була однією з перших концепцій, яка зробила акцент на когнітивній природі внутрішніх конфліктів людини.

К. Левін, розробляючи динамічну концепцію особистості, внутрішній конфлікт визначав як ситуацію, у якій на суб'єкта одночасно впливають протилежно спрямовані сили приблизно однакової величини [215].

Широку популярність отримала концепція внутрішнього конфлікту американського психолога А. Маслоу. Згідно із його поглядами, мотиваційну структуру особистості утворює ряд ієрархічних потреб. Найвища потреба – потреба в самоактуалізації, тобто в реалізації потенцій, здібностей і талантів людини. Вона виражається в тому, що людина прагне бути тим, ким вона може стати, але це їй 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 внутрішнього конфлікту [216].

За К. Роджерсом, основним мотивом поведінки людини є прагнення до актуалізації (самоактуалізації) свого «Я», під якою Роджерс розумів устремління індивіда розвиватися у напрямку більшої складності, зрілості і компетентності. З позицій К. Роджерса, внутрішній конфлікт полягає у неузгодженості досвіду і Я-концепції. Його наслідком є тривога – реакція організму на підсвідоме відчуття, що досвід, не конгруентний Я-концепції, може потрапити у свідомість, змушуючи Я-концепцію до змін. Ідеалом самоактуалізації людини, за К. Роджерсом, є «повноцінно функціонуюча людина». К. Роджерс виділяє такі її характеристики: відкритість досвіду, прагнення жити теперішнім, довіра своєму організму, свобода і креативність. Уявлення про повноцінно функціонуючу особистість зближує концепцію К. Роджерса з теоріями екзистенціальної психології [156].

В. Франкл вважав, що однією із найскладніших екзистенціальних проблем є сенс людського існування. «Пошук кожною людиною сенсу, - відзначає вчений, - є головною силою її життя, а не «вторинною раціоналізацією» інстинктивних потягів» [191, с.118]. У людини прагнення до сенсу життя може бути фрустрованим, що призводить, на думку автора, до «екзистенціальної фрустрації», що, у свою чергу, може призвести до неврозу. У теорії В. Франкла такі неврози мають назву «нусогени» (від грецького слова «нус», що означає розум, дух, зміст). Як відзначає психолог: «... нусогенні неврози виникають не через конфлікт між потягами і свідомістю, а скоріше через конфлікт між різними цінностями, іншими словами, з моральних конфліктів, чи говорячи взагалі, з духовних проблем» [191, с. 118]. В. Франкл стверджував, що тілесно-духовний занепад залежить не стільки від зовнішніх сил, скільки від духовної установки особистості. Саме в цій установці людина залишається вільною. Вченим була висунута теза про те,

що свобода людини не безмежна, оскільки її існування залежить від різних умов – фізичного, психологічного або соціального порядку. Але людина вільна повністю у виборі свого власного ставлення до цих умов і до себе. «Людина, – пише В. Франкл, - це менше всього продукт спадковості і оточення; людина сама вирішує за себе» [191, с.109]. Вплив обставин на людину обумовлений її позицією відносно них. На думку В. Франкла, “... не будь-який конфлікт обов'язково є невротичним, величезна кількість конфліктів протікає нормально, заклопотаність людини, навіть розпач щодо цінності власного життя, є духовним нещастям, але ні в якому разі не психічним захворюванням” [191, с. 120].

Проблема внутрішніх конфліктів знайшла відображення у працях англійського психолога Р. Лейнга. Вчений описував тип "нещасливої свідомості" – шизоїдну особистість. Це людина, в якій порушені зв'язки не тільки з навколишнім світом, іншими людьми, але і з самою собою. Її сприйняття власного “Я” розколоте, внутрішня мотивація своєї поведінки, ставлення до неї інших людей надзвичайно складні, суперечливі і заплутані. Виникнення шизоїдної свідомості, на думку Р. Лейнга, зумовлено зіткненням достатньо гуманного суб'єкта з суспільством, конфліктом між дійсністю екзистенціального буття і недовірою соціальної дійсності. Щоб уникнути цього стану, індивід робить спроби захисту, але вони не приносять бажаного результату. “Трагічний парадокс полягає в тому, - пише Р. Лейнг, - що чим більше зусиль захисту “Я” на цьому шляху, тим більше воно руйнується. Подальше явне порушення і розчинення “Я” у шизофренічному стані відбувається не через атаки ззовні, а через спустошення, що викликане самими захисними маневрами” [214, с. 89].

Серед інших досліджень заслуговує на увагу теорія Р. Ассаджолі [16]. Вчений вважав, що особистість людини не цільна, а складається з багатьох динамічних субструктур, які існують відносно окремо і незалежно від обставин, та чи інша з них впливає на психіку: «В нас відсутня внутрішня єдність, - пише Р. Ассаджолі, - в нас співіснують багато самостійних субособистостей, які визначають наші почуття, думки і дії» [16, с.193]. Під субособистостями він розуміє певну сукупність установок, поведінкових стереотипів, прагнень, які співіснують у нашій свідомості. Як численні психологічні утворення, субособистості виражаються в ролях, які ми виконуємо в цьому житті. Тому психічне життя людини – це неперервна взаємодія і боротьба багатьох різних, у тому числі протидіючих сил з об'єднуючим центром, який прагне керувати ними, узгоджувати їх між собою і використовувати. Навіть самоактуалізацію не можна розглядати як стан, у якому усунені всі конфлікти і встановлена непорушна єдність [16]. Таким чином, Р. Ассаджолі зробив висновок, що внутрішня суть людини завжди конфліктна. Як психотерапевт – практик Р. Ассаджолі стверджував, що всередині нас є вирішення конфлікту, але людина, перебуваючи в одній із конфліктуючих субособистостей, його вирішити не може. Але «сторони будь

-якого, навіть дуже серйозного конфлікту, можуть, в решті решт, прийти до згоди, бо цілісність – наш природний стан» [16, с.234]. Гармонійна єдність протилежностей – це стан, якого може досягти кожна людина. Протягом всього нашого життя ми природно інтегруємо свої конфліктуючі частини. Коли вони об'єднуються в більш цінносні, - свідчить практика Р. Ассаджолі, - людина відчуває прилив сил, благополуччя і знаходить у своєму житті більше сенсу. Психосинтез Р. Ассаджолі співзвучний з положеннями гуманістичної психології в тому, що прагнення до внутрішньої інтеграції відноситься до числа фундаментальних мотивацій звичайної людської особистості: «Ми є цілим, а не частиною» [16, с.224].

Згідно з теорією німецького психолога, засновника Позитивної психотерапії Н. Пезешкіана, суть внутрішнього конфлікту полягає в регулярно повторюваних формах поведінки особистості, яка не завжди погоджена з існуючою системою відносин, норм поведінки, спілкування інших людей. Невміння людини змінити форми поведінки, стосунки з іншими людьми або деякі життєві оцінки, принципи, відносини призводять її до стану конфлікту. Причому, на думку Н. Пезешкіана, стан внутрішнього конфлікту може бути викликаним часто не тільки будь-якими значними подіями, але і дрібними душевними травмами, які постійно впливають на найбільш "чуттєві" чи слабкі місця людини [129].

Цікавим також є погляд чеських дослідників К. Блага і М. Шебека щодо проблеми внутрішнього конфлікту. На їх думку, визначати це явище необхідно, насамперед, виходячи з розуміння “системи Я” особистості. В їх розумінні зріла, розвинута “система Я” обмежена і поєднана з так званним “глобальним Я”. Глобальне “Я” - це центр особистості. Його складові - щиросердечні процеси, стани, почуття, бажання, цілі. Крім того, в “системі Я” крім глобального “Я” існує “ієрархічна структура осей образу себе і саморозуміння”. Ця структура містить у собі такі осі, як: Я є, Я хочу, Я маю, ідеал себе, совість, соціальну роль, ким я буду та ін. Вчені вважають, що внутрішньоособистісний конфлікт виникає в тому випадку, коли відбувається дезінтеграція глобального “Я”, чи порушено будь-яку ієрархічну структуру осей [25].

А.М. Рошеблав-Спенле вважав, що поряд внутрішньопсихічного аспекту завжди існує міжособистісна сторона. Ці дві сторони тісно між собою пов'язані, і їх відокремлення є навряд чи необхідним і доцільним [219].

Аналіз літературних джерел свідчить, що в зарубіжній психології не існує єдиного підходу до дослідження проблеми внутрішнього конфлікту, проте всі розглянуті теоретичні концепції об'єднують розуміння внутрішнього конфлікту як гострого негативного переживання, яке викликане тривалою боротьбою різних структур внутрішнього світу особистості і відбиває суперечливі зв'язки із соціальним середовищем.

У вітчизняній психології також не склалося єдиної думки щодо розуміння внутрішнього конфлікту. Можна виділити такі напрями у

досліджені природи зазначеного конфлікту: клінічний (О. Лурія, В. М'ясищев та ін.); теорія розвитку (Л. Виготський, Г. Костюк, Л. Божович та ін.); теорія діяльності (О. Леонтьєв, В. Мерлін, К. Абульханова-Славська та ін.).

Одним з перших у радянській психології до проблематики внутрішнього конфлікту звернувся О. Лурія. З історичної точки зору, вчений став першим дослідником, який розглянув психофізіологічні аспекти внутрішніх конфліктів. Опираючись, насамперед, на теорію "фізіологічної помилки" І. П. Павлова, він вважав, що внутрішній конфлікт може виникнути, якщо: «... подразник, що діє на організм, виявляється занадто сильним, завдання досить важким і організм не може відповісти адекватною реакцією; та чи інша тенденція індивіда (потяг) не може бути виявленою через зовнішні заборони, протидії соціального середовища і вироблені в особистості соціальні установки та навички; у поведінці індивіда вступають у протиріччя дві сильні, але протилежно спрямовані тенденції, що взаємно виключають одна одну» [103, с. 76].

В. М'ясищев під внутрішнім конфліктом розумів "психологічну презентацію назрілої суперечності" [114]. Цей стан психічної напруги він розглядав як передумову, умову чи результат виникнення конфлікту усередині особистості. Тривалість та інтенсивність конфлікту залежить від того, яке місце займають порушені антагоністичні відносини у всій системі взаємин людини. При зіткненні центральних відносин конфлікт набуває глобальних розмірів, захоплює всю особистість, та супроводжується «низкою переживань» [114]. Вчений підкреслює: «... переживання за умов більш глибокого аналізу виявляється похідним від особистості того, хто переживає й має пояснюватися у зв'язку з її особливостями» [114, с.125].

У контексті теорії розвитку, засновником якої є Л. Виготський, внутрішній конфлікт розглядається як прояв суперечностей, які виникають у кризові періоди життя людини. Вирішення цих суперечностей є рушійною силою розвитку психіки дитини в онтогенезі. Л. Виготський використовував такі поняття як «соціальна ситуація розвитку» і «криза». Згідно з основними положеннями теорії Л. Виготського, детермінанти психічного розвитку знаходяться не всередині організму і особистості дитини, а поза нею – в ситуації соціальної взаємодії дитини з іншими людьми (насамперед з дорослими). Критерієм єдності людини і середовища, на думку Л. Виготського, виступає переживання як «одиниця особистості і середовища, яка представлена у розвитку». «Переживання, - писав він, має біосоціальне орієнтування, воно є чимось, що означає ставлення особистості до середовища й показує, чим даний момент середовища є для особистості» [43, с. 383] Через цю одиницю свідомості сили середовища спрямовують розвиток особистості, і через неї ж механізм кризи відображає зміну неактуальних потреб і спонукань актуальними для розвитку, які і є протилежними силами у конфлікті.

Такому розумінню конфліктів співзвучні ідеї Г. Костюка, який вважав, що розвиток особистості детермінований внутрішніми суперечностями, обумовленими, по-перше, її ставленням до оточуючого світу, і, по-друге, зовнішніми суперечностями між індивідом і суспільством. Вчений писав: «В розвитку особистості суперечності виникають спочатку як зовнішні суперечності між організмом і середовищем і стають потім внутрішніми. Однією з основних внутрішніх суперечностей, які по-своєму проявляються на різних етапах розвитку особистості, є розходження між виникаючими в неї новими потребами, прагненнями і досягнутим рівнем оволодіння засобами, необхідними для їх задоволення» [80, с.188]. Отже, суперечливість процесу розвитку особистості обумовлена соціально. Тому внутрішній світ і самосвідомість особистості не можуть бути зрозумілі поза конкретною системою суспільних відносин, образу життя [80].

С. Рубінштейн підкреслював, що зовнішнє не автоматично визначає внутрішнє, а всі впливи зовнішніх причин на особистість переломлюються тільки через внутрішні умови самої особистості [158]. Тому одні й ті ж суперечності і внутрішній конфлікт нерідко по-різному усвідомлюються і переживаються людьми, мають різний вплив на їхнє життя [158].

У розробку теорії діяльності суттєвий внесок зробив О. Леонтьєв. Згідно з його думкою, різноманітні відносини, в які вступає людина в діяльності, є об'єктивно суперечливими. Тому і мотиви, які були породжені цими видами діяльності, можуть також бути суперечливими. Суперечність різних мотивів може породжувати, на думку вченого, конфлікти, які за певних умов фіксуються і входять до структури особистості. «Структура особистості, - писав О. Леонтьєв, - представляє собою відносно сталу конфігурацію головних, всередині себе ієрархізованих, мотиваційних ліній. Мова йде про те, що неповно описується «спрямованість особистості», неповно тому, що навіть при наявності у людини виразної провідної лінії життя вона не може залишатися єдиною. Служіння обраній меті, ідеалу зовсім не виключає і не поглинає інших життєвих відношень людини, які у свою чергу, формують смислоутворюючі мотиви. Образно кажучи, мотиваційна сфера особистості завжди багатoverшинна. Суперечлива взаємодія цих «вершин» мотиваційної сфери, різних мотивів особистості і створює внутрішній конфлікт» [95, с. 221].

Психологи Т. Немчін та С. Цицарєв, погоджуючись з тим, що внутрішньоособистісним конфлікт – це, насамперед, конфлікт мотивів, звертали увагу на необхідність розрізняти поняття “конфлікт мотивів” та “мотиваційний конфлікт”. На їх погляд, конфлікт мотивів передуює діяльності, власне, поки існує конфлікт мотивів, сама дія не починається. Початок діяльності відноситься до моменту завершення боротьби мотивів, коли один з них стає провідним, вирішальним. Мотиваційний конфлікт - це конкуренція, що виникає в процесі вибору тактики дій при діяльності, яку вже було здійснено, або коли рішення приймається під час самої діяльності [119].

З позиції діяльнісного підходу розглядав внутрішній конфлікт і В. Мерлін, який визначав його як стан тривалої дезінтеграції особистості, який виражається у загостренні існуючих раніше або у виникненні нових суперечностей між різними сторонами особистості. Вчений пише: « У процесі діяльності рівновага постійно порушується... виникає стан більш менш тривалої дезінтеграції особистості, що знаходить свій вираз у загостренні протиріч між різними сторонами, властивостями, відносинами та діями особистості... такий стан позначається як психологічний конфлікт» [108, с.153].

В. Столін описував конфлікт мотивів як суперечливість смислів «Я». На думку вченого, одиницею самосвідомості є конфліктний смисл «Я», який відображає зіткнення різних життєвих відносин суб'єкта, зіткнення його мотивів і діяльностей. Це зіткнення реалізується шляхом вчинків, які приводять до суперечливого ставлення до себе – до конфліктних смислів «Я», які запускають подальшу роботу самосвідомості. Ця робота і виявляється в особливостях когнітивного і емоційного змісту конфліктного смислу . Аналізуючи фактори зіткнення мотивів, які утворюють різні суперечливі смисли, вчений вважав, що «...не тільки мотиви надають спрямованості людській діяльності, ідеали, соціальні норми, власні особистісні риси так чи інакше детермінують цю спрямованість особистості» [182, с.24].

Близькі позиції до розуміння внутрішнього конфлікту як мотиваційного конфлікту, можна знайти в роботах Л. Божович, Б. Зейгарник, М. Левітова та ін. [29, 64, 91].

На думку вчених О. Донченко і Т. Титаренко, за основу розуміння внутрішнього конфлікту особистості, необхідно взяти таке поняття, як суперечність. «Внутрішній конфлікт - це певний стан людини, який віддзеркалює зіткнення між різними властивостями, прагненнями і тенденціями у внутрішньому світі людини. В умовах невирішеної внутрішньої суперечності наростає нервово-психічне напруження. Воно, у свою чергу, загострює суперечність, посилює труднощі, ускладнює раціональне вирішення, створюючи внутрішні конфлікти, підвищуючи нестійкість і збудливість людини, поглиблюючи та фіксуючи переживання» [55, с.240].

К. Абульханова – Славська, розглядаючи особистість як систему суперечливостей між природнім і суспільним, об'єктивним і суб'єктивним, пише: «... розвиток, становлення особистості здійснюється через вирішення суперечностей між особистістю і оточуючою її діяльністю» [3, с.34].

Основними відмінностями внутрішнього конфлікту від внутрішньої суперечності є те, що при конфлікті протилежно спрямовані тенденції суб'єктивно переживаються індивідом як абсолютно несумісні, що, у свою чергу, відображається у когнітивній, емоційній і поведінковій сферах. Важливою умовою виникнення конфлікту є рівень значущості, уявлення індивіда про внутрішню суперечність.

Однією із характерних тенденцій розгляду внутрішнього конфлікту сучасною психологічною наукою є осмислення його в контексті критичної ситуації. В роботах Ф. Василюка виділено чотири типи критичних ситуацій: стрес, фрустрація, конфлікт і криза. Кожна з цих ситуацій має своє онтологічне поле, характеризується певним типом активності індивіда і внутрішньої необхідністю, в рамках якої вона розгортається. Такий підхід дозволяє провести теоретичну межу між стресом, фрустрацією, конфліктом і кризою і зрозуміти внутрішні (особистісні) і зовнішні (ситуаційні) умови їх виникнення. Згідно з концепцією Ф. Василюка, внутрішній конфлікт виникає в онтологічному полі внутрішнього світу особистості і характеризується активністю свідомості, спрямованої на досягнення внутрішньої узгодженості мотивів, відчуттів, цінностей і прагнень. Однією з умов виникнення внутрішнього конфлікту є наявність у індивіда складного внутрішнього світу і актуалізація цієї складності [36]. Отже, внутрішній конфлікт – ознака складної душевної організації особистості.

У роботах деяких вчених сутність внутрішнього конфлікту розглядається через такі поняття як “рольовий конфлікт”, “конфлікт ролей”. Виходячи із такого розуміння внутрішнього конфлікту, І. Кон відзначав: «По-перше, такий конфлікт може бути міжрольовим. Зміст такого конфлікту полягає в тому, що різні соціальні ідентичності і ролі (скажімо, професійні і сімейні) не збігаються і часто суперечать одна одній. По-друге, конфлікт може бути внутрішньорольовим. У цьому випадку кожна “соціальна роль” є ставленням, щодо якого його учасники можуть визначитись по-різному. І по-третє, він може бути конфліктом ставлення індивіда до ролей, які він виконує. У цьому випадку розуміється, що ставлення індивіда до своїх ролей є вибірковим: одні функції і види діяльності сприймаються як органічні, центральні, невіддільні від власного “Я”; інші - як більш-менш зовнішні, периферійні, штучні. Будь-яка перебудова рольової системи, вважав вчений, супроводжується відповідними змінами в “образі Я”. Втрата соціально і особистісно значимих ролей, не компенсована одержанням нових, рівноцінних чи кращих ролей, зазвичай переживається болісно» [76, с. 261].

У роботах М. Гомеллаурі внутрішній конфлікт також розуміється як конфлікт ролей. На її думку, подібний конфлікт виникає тоді, коли дві чи більше потреби, тенденції, ролі є несумісними. «Він має прояв, - вважає автор, - головним чином у процесі безпосереднього спілкування особистості з іншими людьми» [49, с. 41].

П. Горностаї, аналізуючи рольові конфлікти, використовує поняття «рольові очікування», «рольова поведінка», «рольові переживання». Це дає можливість зрозуміти рольові конфлікти не тільки як суперечність між ролями партнерів по спілкуванню, а й як суперечність між поведінкою одних і очікуваннями інших. Адаже, «оголошуючи окремі ролі суперечливими чи ні, дивергентними чи конвергентними без з’ясування того, які саме компоненти структури ролі вступають у суперечність, ми ризикуємо внести велику частку суб’єктивізму» [51, с.135].

Деякі вчені висловлюють думку про те, що суть внутрішнього конфлікту полягає у невідповідності впливу середовища вродженому типу реагування – темпераменту. Зокрема таку думку при розгляді внутрішнього конфлікту, що складає основу неврозу, висловлював В. Гарбузов. Він розглядав цю невідповідність у вимірах холеричного, сангвінічного і флегматичного видів темпераментів [44].

І. Міхєєва вважала, що воля також може детермінувати виникнення внутрішніх конфліктів. Займаючи різні місця в психологічній структурі особистості, воля і потреби можуть функціонувати як самостійні і часто конфліктує між собою сили [111].

Здійснений аналіз психологічної літератури з досліджуваної проблеми дає можливість вивести істотні ознаки внутрішнього конфлікту. Передусім, спільним для всіх підходів є визнання наявності суб'єкта. По-друге, в основі будь-якого конфлікту лежить протиріччя. Складовими внутрішнього конфлікту можуть бути різні аспекти особистості, а саме: мотиви, потреби, інтереси. І, нарешті, наявний такий елемент, що перетворює звичайне протиріччя на конфлікт. Цей елемент у деяких джерелах дістав назву «особистісний смисл». Саме через «смысл» конфлікт завжди супроводжується значним психічним напруженням. Де знаходиться «осередок» цього смислу: у когнітивній сфері особистості, емотивній чи у конативній - кожна психологічна традиція дає свою відповідь на це запитання. Таким чином, ми наблизилися до класифікації внутрішніх конфліктів. Адже, класифікуючи їх, ми розкриваємо специфіку, відстежуємо механізми виникнення внутрішніх конфліктів.

1.2. Типи внутрішньоособистісних конфліктів особистості

У зарубіжних психологічних дослідженнях спроби класифікації внутрішніх конфліктів передусім здійснені у дослідженнях психоаналітичного напрямку [187].

З. Фройд у своїх роботах не здійснював класифікації, але, виходячи з його розуміння природи внутрішніх конфліктів, можна виділити різноманітні типи внутрішніх конфліктів. Насамперед це конфлікт інстинктів, конфлікт між лібідозними потребами, між Воно і Я, Я і Супер-Его. Ці конфлікти витікають, на думку З. Фрейда, з глобального, біологічно обумовленого, невирішаного конфлікту між людиною з її інстинктивними потягами і суспільством з його моральними нормами, які накладають на людину заборони. Тому, згідно з З. Фрейдом, мотивом конфлікту служить переважно зіткнення сексуальних прагнень з етичними надбудовами.

К. Хорні, крім базального конфлікту між несумісними типами відносин, які спонукають людину прагнути до інших людей, проявляти

агресивність по відношенню до них і бажанням бути незалежною, виділяла невротичний конфлікт, та внутрішній конфлікт, властивий нормальній людині. Відмінність невротичних конфліктів від звичайних полягає в тому, що у невротика конфлікти більш різко виражені, більш гострі: «У той час, як звичайна людина здатна долати труднощі без шкоди для своєї особистості, у невротика всі конфлікти посилюються до такої міри, що роблять будь-яке задовільне вирішення неможливим» [199, с.165].

Можна відзначити і більш сучасний підхід до типології внутрішніх конфліктів, який виник у руслі психодинамічного напрямку. Прикладом такого підходу є класифікація внутрішніх конфліктів, запропонована Н. Пезешкіаном. Вчений виділяє *актуальний конфлікт*, суттю якого є конфліктні відносини із світом. Він виникає при зіткненні людини з реальністю, що змінюється. Події, що викликають конфлікт, поділяються на макро - і мікротравми. Макротравми - це значні події і зміни. Мікротравми – це невеликі, але повсякденні, які акумулюють емоційні реакції на неспівпадання очікуваного і реально існуючого. Всі події поєднуються в особистості однієї людини в їх фізичному, соціальному і духовному вимірах. У поєднанні зовнішніх перевантажень і особистісно детермінованих можливостей для подолання цієї напруги виникає актуальний конфлікт. Другий конфлікт, який описує вчений – це *ключовий* конфлікт людських взаємин, який виникає через відмінність у розвиненості тих або інших актуальних здібностей [129]. У якомусь сенсі ставлення до іншого є призмою, через яку видно усі сильні і слабкі (конфліктні) сторони особистості.

Наступний тип внутрішнього конфлікту – це *базовий* конфлікт, в основі якого лежить страх «бути не таким як треба», не відповідати ідеалу. Центральними елементами *базового* конфлікту є концепції, які засвоюються на ранніх стадіях розвитку індивіда (тому їх називають базовими). В житті індивіда вони виступають як тема, яка повторюється в різних варіаціях [129].

У біхевіористичній психології найбільш відома класифікація конфліктів, запропонована К. Левінім. Він виділяв чотири основні типи внутрішніх конфліктів:

- еквівалентний конфлікт (“наближення-наближення”), коли людина повинна вибрати між у рівній мірі привабливими, але взаємовиключними альтернативами;
- вітальний конфлікт (“віддалення-віддалення”), який припускає вибір між двома в рівній мірі непривабливими можливостями;
- амбівалентний конфлікт (“наближення-віддалення”), коли одна і та ж мета (можливість, вибір) однаковою мірою є і приваблива, і неприваблива [215].

Р. Ассаджолі розглядав декілька типів конфлікту, в основі яких є різні суперечності. На його думку, конфлікти можуть бути викликані: по-перше, суперечностями між “... інертністю, лінощами, охоронною тенденцією, прагненням до безпеки, які виражаються в конформності, з одного боку, і

прагненням до росту, самоствердженню, ризику – з іншого”; по-друге, конфлікт може бути викликаним “... пробудженням нових потягів чи потреб, що входять у суперечність зі старими”; по-третє, конфлікт може виникати в цілому при амбівалентності, подвійності ставлення людини до життя [16, с. 29].

Проблема класифікації внутрішніх конфліктів не раз піднімалась як у радянській, так і сучасній вітчизняній психологічній літературі. Одна із перших спроб класифікації внутрішніх конфліктів належить В. М’ясищеву [114]. Він виділяв такі типи внутрішніх конфліктів особистості:

- зіткнення бажань особистості з дійсністю, яка їх не задовольняє;
- суперечливість відносин;

- конфлікт між принциповими установками і конкретно-особистісними відношеннями;

- конфлікт між вимогами дійсності і можливостями людини [114].

В. Мерлін виділяв наступні види внутрішніх конфліктів:

- невідповідність високих вимог, які пред’являє собі людина, її можливостям;

- конфлікт обов’язку і особистих мотивів [108].

Н. Левітов, вивчаючи психічні стани людини, прийшов до висновку, що внутрішні конфлікти набувають особливого значення, коли вони стосуються життєво важливої, у першу чергу, моральної сфери [91]. Він виділяє конфлікт старого з новим. Деякі прояви цього конфлікту, на його думку, пов’язані з певними віковими етапами. Інший конфлікт виникає у зв’язку з різними суперечливими впливами на людину. В окрему групу Н. Левітов відносить глибокі моральні конфлікти. Він виділяє також конфлікти «росту», які виникають при переході людини на більш високий рівень свідомості і діяльності і, на відміну від важких внутрішніх переживань, «.. переживаються як етап підйому, бадьорості, хоча бувають і моменти критики і сумніву, хвилювання» [91, с.181].

В. Столін, виходячи з моральної мотивованості людської діяльності, виділяв три типи внутрішніх конфліктів, пов’язаних із самосвідомістю особистості [182]. Перший тип внутрішнього конфлікту, названого В. Століним – розщеплення самосвідомості – полягає у роз’єднаності мотиваційної сфери особистості. Він закладається об’єктивним неспівпаданням вимог до людини і очікувань від неї в різних життєвих сферах, у яких вона грає різні соціальні ролі. Цей внутрішній конфлікт проявляється в житті та діяльності людини на різних вікових етапах, але найбільш властивий, необхідний і неминучий для юнацького віку. Розщеплення самосвідомості, - вважав В. Столін, - може зберігатися і в дорослому віці: людина може володіти ніби двома самосвідомостями і кожній з них відповідає своя «Я-концепція», своє емоційно-ціннісне ставлення до себе. В цьому випадку особистість може несуперечливо існувати лише до зіткнення в одному вчинку необ’єднаних мотивів. Зіткнення мотивів прямо веде до появи внутрішнього конфлікту.

Другий тип внутрішнього конфлікту, який В. Столін назвав «втратою свого Я», полягає в тому, що минулі дії, як і актуальні наміри і плани, не відповідають «життєвій меті», що призводить до їх знецінювання.

Відірваним від власної життєвої мети може бути як певний проміжок часу так і все прожите життя. В. Столін вважав, що разом із втратою смислу життя втрачається смисл «Я»: «власні якості і риси стають відчуженими і не потрібними, як і справи, які цими рисами забезпечувалися» [182, с.234].

Феномен «втраченого Я» є основою для розвитку третього типу внутрішнього конфлікту – невиправданого «Я». Виявлення беззмістовності власної життєвої мети зіштовхує людину з проблемою недостатньої моральної ціннісної обґрунтованості власного існування, що є основою внутрішніх переживань невиправданості «Я» [182].

Цікавою з цього приводу є думка К. Абульханової-Славської, яка зазначала, що «..втрата смислу життя відбувається і в силу недостатньо розвинутих домагань людини, потреби в самовираженні, а також через нездатність їх реалізувати» [3, с.74].

Всі три стани самосвідомості передусім пов'язані з мотиваційно-ціннісним аспектом особистості і являють собою відображення особливостей цієї сфери у самосвідомості людини.

Конфлікти, природа яких коріниться в особливостях мотиваційної сфери особистості, аналізував і класифікував О. Леонтьєв [95]. Ним виділено три типи внутрішніх конфліктів. Один із них полягає в тому, що різні, пов'язані всередині себе групи мотивів, можуть являти собою незалежні, роз'єднані сфери, що створює «психологічний образ людини, що живе частково то в одному «полі», то в іншому» [95, с. 220]. Інший тип внутрішнього конфлікту виникає в людини з внутрішньо ієрархізованою мотиваційною сферою, об'єднаною єдиним мотивом-ціллю. Співвідносячи свої дії з мотивом, вона може виявити невідповідність своїх дій власному мотиву – цілі, а то й суперечність йому. Третій тип виникає в результаті відкриття людині всієї глибини змісту (або відсутності змісту) того мотиву, який вона зробила метою свого життя. Як бачимо, всі три типи внутрішнього конфлікту породжуються реальним життям людини і локалізуються в мотиваційній сфері.

А. Файзуллаєв виділяв мотиваційні кризи, які є внутрішніми конфліктами:

- криза усвідомлення спонукання;
- криза прийняття мотиву;
- криза реалізації мотиву;
- криза закріплення мотиву;
- криза актуалізації спонукання [189].

Ці мотиваційні внутрішні конфлікти мають місце при блокуванні позитивно-значущих для особистості мотиваційних тенденцій. Крім того, А. Файзуллаєв аналізував також мотиваційні кризи, що виникають при блокуванні неусвідомлення, неприйняття, нереалізації, незакріплення,

неактуалізації негативно значущих мотивів. Такі внутрішні конфлікти він називає як криза розгортання та криза згортання мотиваційних тенденцій. [189].

Ф. Василюк зауважує, що причиною виникнення внутрішнього конфлікту та болісного його переживання є особистісний смисл, який людина вкладає у джерело конфлікту й у сам конфлікт. Для опису внутрішніх станів поряд з поняттям внутрішній конфлікт, вчений використовував поняття стрес, фрустрація, криза. Здійснюючи класифікацію внутрішніх конфліктів, Ф. Василюк обґрунтовував «типологію життєвих світів» та виокремив два його виміри – зовнішній (може бути легкий та важкий) і внутрішній (простий та складний). Таким чином, різні комбінації цих «світів» відповідно утворюють такі типи:

- інфантильний світ (легкий/ простий);
- реалістичний світ (важкий /простий);
- ціннісний світ (легкий /складний);
- творчий світ (важкий /складний) [36].

Вчений співвідносить можливі типи критичних ситуацій із типами світів.

Критичні ситуації легкого та простого (інфантильного) світу можна звести до внутрішніх суперечностей, що виникли внаслідок незадоволення бажань «тут-і-тепер». Таким чином, внутрішні конфлікти тут відсутні, а стресова ситуація через специфічний просторово-часовий устрій цього світу, миттєво перетворюється на всеохоплюючу катастрофу (кризу). (Звідси, до речі, стає зрозумілою позитивна роль, " потрібність" внутрішніх конфліктів для життя. Вони сигналізують про об'єктивні протиріччя життєвих стосунків і дають шанс вирішити їх до реального зіткнення цих стосунків).

Все життя особистості важкого та простого (реалістичного) світу пронизане стресом, що його викликає постійна боротьба двох установок – інфантильної та реалістичної. Ця боротьба протікає у формі фрустрації, яка співпадає з кризою. Власне конфлікт, що виникає за цих умов, вчений називає «операціональним», він виникає між цілями, спрямованими на реалізацію одного мотиву, або між операціями, що ведуть до досягнення цілі. Проте, він принципово відрізняється від внутрішнього конфлікту.

Внутрішній конфлікт виникає у світі легкому та складному (ціннісному). Внутрішня цілісність є головною життєвою необхідністю цього світу, а єдиний принцип, здатний погоджувати різноспрямовані життєві стосунки, - це принцип цінності. Проте й таке життя не позбавлене стресу, але він відразу перетворюється на конфлікт (ситуація фрустрації в цьому світі відсутня). Головним внутрішнім конфліктом, який виникає тут, є порушення єдності свідомості, що є визначеною життєвою необхідністю суб'єкта. В умовах ціннісного існування навіть конфлікт двох потреб виступає як порушення усієї внутрішньої єдності свідомості, що миттєво обертається кризою.

Особливістю існування конфлікту у складному і важкому світі (творчому) є те, що суперечливі життєві стосунки зустрічаються тут не як чисті ідеї, принципи, сенси, а у вигляді діяльностей, вплетених у загальну матеріальну, чуттєву тканину життя, кожна з яких є цілим комплексом почуттів, спогадів, дій, звичок тощо. Тому конфлікт протікає не лише в ціннісно-мотиваційній сфері (як у легкому і складному світі), а і в діалозі із зовнішнім світом, реальним досвідом. Внутрішні конфлікти при цьому проектуються на стосунки із зовнішнім світом, в якому і знаходиться кінцева причина страждання. У важкому і складному життєвому світі є різні типи критичних ситуацій. Стрес, фрустрація і конфлікт можуть за певних умов породжувати кризу. Ф. Василюк пише: «Ситуація стресу не є для суб'єкта, що конгруентний важкому й складному світові критичною, бо він і не розраховує на задоволення у кожній точці життя. Однак за деяких умов... можлива криза. Внутрішній конфлікт виступає у важкому й складному світі як самостійна критична ситуація, оскільки це не просто «життєва складність», а неможливість розв'язання протиріч життєвих відносин» [36, с.31].

Типи життєвих світів можуть певною мірою «включатися» один до одного, а саме: «реалістичний» та «ціннісний» світи містять «інфантильний»; «творчий» включає «інфантильний», «реалістичний» та «ціннісний». Пануюча в одному світі закономірність залежить від того, який «підсвіт» домінує. Автор цієї концепції називає зсув домінуючої закономірності «зісковзуванням». Таким чином, внутрішній конфлікт у «творчому» світі виникає переважно через зсуви, що призводять до панування інфантильної, реальної або ціннісної установок у світі людини.

Цікавою, на наш погляд, є класифікація внутрішніх конфліктів, запропонована С. Карташовим, основними з них є:

- конфлікт формування особистості;
- конфлікт перетворення особистості;
- конфлікт вторгнення в особистісні структури [73].

На його думку, внутрішні конфлікти формування викликані одночасним впливом на людину різноспрямованих факторів її розвитку. Таким конфліктам властива досить чітка періодизація. Основним періодом конфліктів формування особистості є період з 14-до 21-24 років. Найбільш типовими внутрішніми конфліктами цього періоду, на думку С. Карташова, виступають:

- конфлікт самовідторгнення від попереднього образу існування;
- конфлікт невідповідності можливостей запропонованим соціальним зразкам;
- конфлікт невідповідності особистісних уявлень про себе уявленням про особистість ззовні;
- конфлікт невідповідності реальних дій ідеальному цілепокладанню;
- конфлікт невідповідності уявлень про реальність їй самій [73].

Однак, детальний аналіз поданих типів внутрішніх конфліктів свідчить, що всі вони пов'язані з ціннісно-смісловою сферою особистості і є відображенням протиріч між «Я-реальним» і «Я-ідеальним». Отже, можна припустити, що основним типом внутрішніх конфліктів, властивих для юнацького віку, є ціннісний конфлікт, який на рівні індивідуальної свідомості виражається у зіткненні між «Я-реальним» і «Я-ідеальним».

Конфлікти перетворення виникають у період від 35 до 40-42 років. Основними підтипами внутрішніх конфліктів даного періоду виступають конфлікти нереалізованих потенцій, незатребуваності, розузгодження цілепокладання і реальності, ідеальної і фактичної самореалізації, конфлікти совісті і адекватності смислу існування [73]. С. Карташов зазначав: «Внутрішні конфлікти перетворення пов'язані із зміною внутрішньої збалансованості внаслідок змін форм свідомості, мислення, психіки, різних особистісних якостей при сприянні самої особистості цим змінам» [73, с.110].

Внутрішні конфлікти вторгнення виникають на фоні активної протидії особистості виключно зовнішнім впливам, які викликають сутнісні перетворення внутрішніх структур [73].

Здійснений теоретичний аналіз проблеми дозволяє говорити про те, що потрібно розглядати внутрішні конфлікти і у зв'язку зі сферами, «зонами» їх виникнення, прояву, розгортання та вирішення. Відштовхуючись від частоти появи та значущості в житті людини такими внутрішніми конфліктами виступають:

- особистісно-сімейні конфлікти (любов, сімейне життя);
 - конфлікти зумовлені станом здоров'я (фізичного та психічного);
 - конфлікти, зумовлені матеріальними труднощами;
 - конфлікти, викликані проблемами соціальної взаємодії (впевненість у собі, наявність друзів, можливість активного діяльного життя, свобода як незалежність у діях та вчинках);
 - конфлікти, зумовлені проблемами практичної діяльності (наявність цікавої роботи);
 - конфлікти, пов'язані з прагненням до духовного самовдосконалення (можливість пізнання, творчості, сприймання краси природи та мистецтва);
- Цю класифікацію можна доповнити іншими критеріями, що дозволить розширити її межі. Такими критеріями можуть виступати:
- вік (особливості дитячих, юнацьких та конфліктів дорослого віку);
 - тривалість протікання (короткочасні, затяжні);
 - результативність для психічного розвитку (конструктивні, деструктивні, невротичні) [182].

У дисертаційній роботі Г. Дубчак [56] наведені результати дослідження внутрішніх конфліктів у студентському віці, які виникають у ціннісно-смісловій сфері внаслідок неузгодження між значущістю таких життєвих цінностей як власне здоров'я, сімейне життя, матеріальна забезпеченість і доступністю цих цінностей.

Для сучасного підходу до типології конфліктів характерною ознакою є глибинний аналіз контексту внутрішніх конфліктів, наголос на суб'єктивних переживаннях людини [52]. Прикладом такого підходу є класифікація внутрішніх конфліктів, запропонована А. Шипіловим. В її основу покладена типологія невротичних конфліктів В. М'ясищева, що їх викликають так звані «патогенні ситуації»:

Істеричний конфлікт – несвідомі протиріччя між рівнем домагань, «хочу» й можливостями «можу»; неврастенічний конфлікт – протиріччя між «повинен» та «можу» - відображає надто високі вимоги до себе, що перевищують особистісні можливості; obsesивно-психастенічний конфлікт, викликаний неможливістю зробити вибір між потягами на нормативними уявленнями, між «повинен» та «хочу» [52]. Залежно від того, які з цих структур виявляються у протиріччі, розрізняють такі види внутрішніх конфліктів:

- мотиваційний конфлікт – між «хочу» і «можу»;
- моральний конфлікт – між «хочу» і «треба»;
- конфлікт нереалізованого бажання - між «хочу» і «можу»;
- рольовий конфлікт - між «треба» і «треба»;
- адаптаційний конфлікт - між «треба» і «можу»;
- конфлікт неадекватної самооцінки - між «можу» і «можу» [52].

Окремим розділом вітчизняної психології є спроби аналізу внутрішніх конфліктів у зв'язку з рольовою поведінкою. У психології виділяють такі основні види рольових конфліктів:

- інtrarольові - внутрішні конфлікти між компонентами чи різновидами однієї ролі однієї людини;
- інтеррольові - внутрішні конфлікти між різними ролями однієї людини, які є дивергентними або суперечать одна одній і вимагають зробити вибір;
- інтраперсональні - внутрішні конфлікти, що ґрунтуються на суперечливому рольовому досвіді людини і проявляються в труднощах становлення її рольової поведінки [49].

Класифікація рольових конфліктів наводиться у роботі О. Донченко і Т. Титаренко [55]. Вони виділяли рольові конфлікти пов'язані з неприйняттям ролі – людина не усвідомлює, чого від неї чекають, але відчуває, що в її поведінці щось не так. Виділяють такі два види внутрішніх конфліктів, пов'язаних:

- з труднощами усвідомлення змісту ролі;
- з небажанням прийняття соціальної ролі.

Аналізуючи прояви внутрішнього конфлікту «неприйняття ролі», Т. Титаренко вважала, що він має місце в ситуації, коли уявлення про себе не співвідносяться з соціальною роллю, яку людині нав'язують обставини. Примусове виконання ролі всупереч внутрішнім переконанням людини, на думку автора, стає джерелом внутрішнього конфлікту. В іншому випадку переживання внутрішнього конфлікту, названого «розчинення в ролі», соціальна роль стає сутністю людини – вона забуває про власні цінності і

установки. Ця ситуація виникає в умовах тривалого і незмінного виконання соціальної ролі, отже вона стає звичною. Можливі ситуації, коли роль вище можливостей людини, або, навпаки, нижче її можливостей, є для особистості принизливою [55].

Якщо звернутися до змістової сторони конфлікту, то цікавою є класифікація Е. Бабосова:

- 1) мотиваційний конфлікт — зіткнення мотивів або компонентів психологічної структури особистості;
- 2) конфлікт нереалізованого бажання — зіткнення сильного бажання, яке виникає в особистості, з дійсністю, яка не дає змоги реалізувати це бажання. Такий конфлікт може виникнути, коли людина фізично не здатна задовольнити бажання. Причиною може бути незадоволення власною зовнішністю або фізичними даними;
- 3) адаптаційний конфлікт, який виникає через порушення рівноваги між особистістю та її соціальним оточенням;
- 4) рольвий конфлікт, який виявляється у формі переживань, що виникають з приводу неможливості або утруднення реалізації одночасно кількох різних ролей (міжрольовий конфлікт). Також він може бути пов'язаний з різним розумінням вимог, які висуваються до однієї і тієї самої ролі самою особистістю та її оточенням (внутрішньорольовий конфлікт);
- 5) конфлікт неадекватної самооцінки, який виникає через розходження рівня домагань особистості та її оцінки власних можливостей. Такий конфлікт може виявлятися у кількох варіантах:
 - а) конфлікт між завищеним рівнем домагань та реальними можливостями особистості;
 - б) між заниженим рівнем домагань та об'єктивним усвідомленням здібностей людини;
 - в) між прагненням підвищити домагання, щоб досягти успіху, та знизити домагання, щоб уникнути невдачі. Найяскравіше такі конфлікти виявляються у талановитих людей із завищеним рівнем домагань. Зазвичай їхня поведінка характеризується тривожністю. Будь-який успіх вони приписують собі, а невдачу - обставинам або діям недоброзичливців;
 - б) моральнісний конфлікт — це зіткнення між минущими бажаннями та моральною нормою, між почуттям любові та почуттям обов'язку, між різними моральними цінностями;
- 7) невротичний конфлікт — це психогенний розлад, в основі якого лежить непродуктивна та нерациональна суперечність між особистістю та значущими для неї сторонами дійсності, яка супроводжується виникненням хворобливих, обтяжливих переживань невдач, незадоволених потреб, недосяжності життєвих цілей. Невротичний конфлікт виявляється у різних фобіях, страхах, підвищеній тривожності, відчутті неповноцінності. Люди, які схильні до бурхливих внутрішньоособистісних переживань, мають деякі специфічні риси. Вони характеризуються імпульсивністю, завищеним рівнем домагань, критичністю до вчинків оточення та низькою

самокритичністю [54].

Спроба охопити основні види внутрішніх переживань характерна для підходу Л. Карамушки. Аналізуючи внутрішні конфлікти, вона виділяє:

- конфлікти ролей, які полягають в очікуванні від людини несумісних одна з одною рольових дій з боку суспільства, окремих людей (при висуванні до неї вимог, які взаємовиключають одна одну);
- конфлікти бажань – проявляється в зіткненні різних бажань(потреб, інтересів, життєвих планів, тощо) у свідомості однієї людини, які можуть бути пов'язані, як з особистими цілями, так і цілями організації;
- конфлікти цінностей та норм поведінки. У цьому випадку, причини внутрішніх переживань може бути «злам особистості», її ціннісних орієнтацій [72].

Аналізуючи внутрішні конфлікти, які супроводжують кризи професійного розвитку, Е. Зеєр виділяє наступні їх типи:

- мотиваційні, які обумовлені втратою інтересу до роботи, навчання та перспектив професійного зростання;
- когнітивно-діяльнісні, детерміновані незадоволеністю змістом і способом здійснення навчально-професійної і професійної діяльності;
- поведінкові, які обумовлені протиріччями у міжособистісних стосунках та незадоволеністю своїм соціально-професійним статусом [63].

Класифікацію внутрішніх конфліктів у процесі професіоналізації здійснювала Н. Чепелева. Нею запропонована динамічна структура внутрішніх конфліктів студентів-психологів, що виникають на різних рівнях професійної підготовки:

- конфлікт неузгодженості (зіткнення теоретичних знань з побутовими, життєвими);
- конфлікт Я-ідентифікації (між усталеними уявленнями про себе та новою об'єктивною інформацією);
- конфлікт “десемантизації” (зіткнення теоретичних знань та смислів практичної діяльності);
- імітаційно-поведінковий конфлікт (між навчально-рольовою та професійно-рольовою поведінкою) [201].

Отже, подані вище типи внутрішніх конфліктів відображають реальний розподіл інтересів дослідників, проте фактично стосується традиційно виокремлюваних сфер психічного життя особистості. Серед детермінант внутрішніх конфліктів ціннісно-смисловій сфері належить визначальна роль. Причини усіх внутрішніх конфліктів, в основному, зумовлені взаємодією зовнішніх і внутрішніх факторів, а їх вплив визначається значущістю для конкретної людини. Власне суб'єктивне ставлення, а не самі впливи визначають появу внутрішніх конфліктів.

1.3. Психологічні особливості внутрішньоособистісних конфліктів

Згідно із сучасними поглядами, внутрішній конфлікт вважається неминучим явищем і охоплює найрізноманітніші аспекти буття особистості. Переживання, що супроводжують внутрішні конфлікти, можуть виконувати позитивну (конструктивну) і негативну (деструктивну) функції. Це залежить від самовизначення особистості в умовах складної взаємодії зовнішніх (соціально-детермінованих) і внутрішніх (індивідуально-особистісних) чинників. При позитивній функції конфлікт може слугувати розвитку особистості, її вдосконаленню (наприклад, коли він виступає у вигляді невдоволеності собою). Результатом цього може бути усвідомлення своїх недоліків, усунення їх і досягнення душевної рівноваги. В такий спосіб, особистість самовдосконалюється і позбавляється внутрішньої напруги. Негативна функція конфлікту виявляється тоді, коли особистість не усвідомлює свої недоліки, або ж усвідомивши, не здатна їх усунути. У цьому випадку, як вказують дослідники [53], своєчасно невирішена суперечливість за певних обставин “вибухає”. Людина віддаляється від реальних проблем життя, перебуває в болісному і невирішеному конфлікті з собою. Переживання довготривалих внутрішніх конфліктів можуть затримувати розвиток особистості. Так, Л. Божович відзначала, що «...людина, яка постійно стикається з внутрішніми конфліктами, відрізняється невпевненістю, нестійкістю поведінки, нездатністю досягати свідомо поставлених цілей, тобто в неї відсутні риси, які властиві психологічно зрілій особистості» [28, с. 11]. Якщо внутрішній конфлікт вчасно не розв’язується, то він може призвести до більш тяжких наслідків, а саме: стресу, фрустрації, неврозу. За офіційними даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, кількість неврозів за останні 65 років зросла у 24 рази [39]. Виходячи з того, що конфлікт, як правило, супроводжують гострі негативні переживання, найчастіше наголошують на його негативних функціях. Л. Карамушка зазначає, що внутрішній конфлікт призводить до:

- 1) психологічного дискомфорту особистості;
- 2) її емоційної нестабільності, знервованості, невпевненості в собі;
- 3) відсутності позитивної життєвої програми, перспективної лінії життя й навіть до “ламання” особистості в цілому (в останньому випадку йдеться про крайні вияви конфлікту).

Проте, на думку вченої, аналіз лише негативних функцій не вичерпує суті багатьох конфліктів. Вона вважає, що внутрішній конфлікт виконує такі позитивні функції:

- 1) сприяє самоаналізу особистості;
- 2) забезпечує самоосмислення своїх потреб, інтересів та виокремлення найбільш пріоритетних із них;

- 3) усвідомлення своїх стосунків із людьми;
- 4) самовдосконалення особистості (на основі почуття невдоволення собою) [72].

П. Прибутко підкреслює, що саме через конфлікт, через його вирішення і подолання внутрішньоособових суперечностей відбувається становлення характеру, волі й усього психічного життя особистості. Вчений пише: “Позбавте людину цієї внутрішньої роботи і боротьби - і ви позбавите її повноцінного життя та розвитку, бо саме життя і є постійним вирішенням протиріч” [139, с.52].

Як складне психологічне явище внутрішній конфлікт у своїй динаміці включає ряд етапів, кожен з яких призводить до певних емоційних та поведінкових реакцій людини. Основними етапами його розвитку можна визначити:

- виникнення передконфліктної об’єктивної ситуації - внутрішнього протиріччя; його усвідомлення (або неусвідомлення) й зростання психологічного напруження ;
- пошук і незнаходження шляхів розв’язання протиріччя та його переростання у внутрішній конфлікт;
- зростання значущості (смислу) конфліктуєчих структур;
- усвідомлення та пошук ресурсів подолання конфлікту, або неусвідомлення з подальшою трансформацією внутрішнього конфлікту у невротичний стан особистості [53].

О. Захаров вважав, що внутрішній конфлікт у розгорнутому вигляді проходить такі етапи:

- 1) наявність психотравмуючих життєвих обставин або подій;
- 2) трудність, неможливість їх вирішення власними силами людини, що призводить до хронічного відчуття втоми і напруження;
- 3) зіткнення протилежно спрямованих мотивів, бажань, прагнень, які породжують ефект фрустрації, внутрішнього неспокою;
- 4) поява незадоволення собою, посилення неспокою і афективної напруженості;
- 5) нестійкість самооцінки, переважно її пониження, песимістична оцінка перспективи;
- 6) зменшення внутрішньої узгодженості в оцінках і судженнях, коливання у прийнятті рішень, невпевненість у собі;
- 7) підвищення чутливості у вигляді непереносимості певних життєвих обставин і подій або афективно загостреного типу реагування [62].

Перші два етапи динаміки внутрішнього конфлікту означають стрес. Залежно від типу особистості форми переживань на перших стадіях внутрішнього конфлікту можуть бути різноманітними: невмотивована тривожність, дратівливість, байдужість. Спільним для цих переживань є те, що вони викликаються незадоволенням звичним перебігом подій, власною активністю, що призводить до зростання внутрішнього напруження. Починаючи з третього етапу – фрустрації – внутрішні переживання

перетворюються на внутрішній конфлікт. Якщо стрес насамперед є реакцією організму, фрустрація – відповіддю на ситуацію суб'єкта діяльності, то конфлікт переживає, передусім, персону з її субособистостями, ролями, стосунками.

О. Донченко і Т. Титаренко, вивчаючи динаміку соціально-психологічної суперечності в ході життєдіяльності особистості, виділяли три рівні її розвитку:

- відносна соціально-психологічна рівновага;
- порушення рівноваги, утруднення основних видів діяльності (поява запитання «Як жити далі?»);
- неможливість реалізації життєвих планів і програм («Навіщо взагалі жити?») [55, с.13].

Внутрішній конфлікт, на думку цих вчених, формується на всіх рівнях розвитку суперечності, але як суб'єктивне явище визначається на другому рівні розвитку суперечності, коли порушується відповідність між трьома сторонами діяльності людини: операційною, мотиваційно-цільовою та смисловою. Третій рівень розвитку суперечності, який ставить під удар фундаментальні основи життя людини, автори визначають як життєву кризу [55].

При переживанні внутрішнього конфлікту відбувається порушення оптимальної регуляції поведінки та діяльності особистості. У свою чергу, ці порушення відображаються у когнітивній, емотивній та конативній сферах особистості.

Розглядаючи когнітивну сферу і розуміючи її як сферу свідомості особистості, на наш погляд, найбільш важливими критеріями будуть особливості образу "Я" особистості та її самооцінки. Так, на думку К. Роджерса, ступінь задоволеності людини в житті в першу чергу залежить від того, якою мірою її досвід, її "Я-актуальне" і "Я-ідеальне" узгоджуються між собою. На нашу думку, висунуте вченим положення про суперечності між "Я – актуальним" і "Я – ідеальним", як прояв конфлікту, відображає важливий аспект когнітивної сфери особистості, яка переживає цей стан. К. Роджерс зазначає: «Через значущість наявних суперечностей особистості, неможливість досягнення нею важливих цілей відбувається зміна внутрішнього образу, оцінки індивідом себе. Ця зміна характеризується, з одного боку, більш негативно зумовленою оцінкою наявних в індивіда особистісних якостей, що стають внутрішньою перешкодою реалізації наявних у нього цілей, а з іншого боку – вираженим бажанням мати в ідеалі особистісні риси. Такі риси сприяли б самореалізації і подоланню наявних труднощів. Тому при переживанні особистістю внутрішнього конфлікту, відображенням у свідомості цих змін буде виражено різницю між образами "Я – актуальне" і "Я – ідеальне", а також суперечливість цього образу в цілому» [156, с. 32]. Неузгодженість Я-концепції та реальної поведінки, що проявляється у розходженні між цими образами призводить до формування низької самооцінки, що часто свідчить про ситуацію внутрішнього конфлікту

. Самооцінка тісно пов'язана з рівнем домагань людини, тобто ступенем труднощів щодо досягнення цілей, які вона ставить перед собою. Розходження між реальними можливостями людини і рівнем домагань веде до того, що вона починає неправильно себе оцінювати, внаслідок чого її поведінка стає неадекватною. Однак І. Міхеєва вважає, що не будь-яка суперечність між рівнем домагань людини і її можливостями призводить до переживань внутрішнього конфлікту. «Якщо вона усвідомлена і не переходить певних меж інтенсивності, то сприяє позитивному розвитку людини. В цьому випадку маємо справу не з внутрішнім конфліктом, а з внутрішніми рушійними суперечностями в розвитку особистості» [111, с.12].

В. Столін підкреслював, що у процесі конфлікту «запускаються» процеси самосвідомості (самопізнання, емоційне переживання) [182]. Вчений зазначав, що внутрішній конфлікт може бути усвідомленим і неусвідомленим: «Результатом роботи у неусвідомленому конфлікті є діяльність не у реальному світі, а особливі внутрішні дії, що відбуваються у когнітивній і емоційній сферах і спрямовані на збереження несуперечливого Я-образу. Усвідомлений внутрішній конфлікт передбачає реальну діяльність, нові вчинки, утвердження своїх мотивів, свого «Я» у справах» [182, с.111-113].

Вивчаючи динаміку внутрішнього конфлікту при невротичному розвитку, В. М'ясищев відзначав, що саме із хворобливого ставлення до дійсності виникає підвищена афективність; з підвищенням афективності порушуються інтелектуальні процеси, що обумовлює труднощі у спілкуванні і відображається у поведінці особистості [114].

Л. Божович писала: «Афект неадекватності є одним із показників неузгодженості у структурі особистості, джерелом її викривленого формування» [29, с. 29]. Сформована дисгармонійна структура особистості важко піддається перебудові.

Таким чином, у когнітивній сфері найбільш важливими критеріями внутрішнього конфлікту особистості є: суперечливість “образу Я”, суттєва неузгодженість між образами “Я – актуальне” і “Я – ідеальне” та занижена самооцінка.

Внутрішній конфлікт відображається і в емотивній сфері особистості. Критерієм конфлікту в емотивній сфері особистості, що переживає цей стан, є перевага негативно спрямованих емоцій. Вони, в свою чергу, є чинником інтеграції цілеспрямованих реакцій організму, процесом, що поєднує і спрямовує можливості індивіда пристосовуватись до зовнішнього світу, критерієм корисності чи шкідливості цієї функціональної діяльності.

У внутрішньому конфлікті дії індивіда не приносять йому бажаного результату. У цьому стані він не реалізує повною мірою особистісно значущі потреби, цілі, а це, в свою чергу, призводить до погіршення настрою, переваги негативних емоцій.

І. Кон так характеризував взаємозв'язок між конфліктною ситуацією й емоціями: “...Конфліктна ситуація, яку індивід не може вирішити, викликає в

нього негативні емоції величезної сили, що загрожують його психіці і самому існуванню» [76, с. 265].

В. Шейнов підкреслює, що: “Несприятливий емоційний стан впливає на фізіологічні процеси в організмі людини і сприяє розвитку багатьох хронічних захворювань” [204, с.249].

З цього приводу В. Петровський зазначав: « Будь-яке м’язове запалення або інший хворобливий стан є результатом конфлікту, який я не дозволяю собі усвідомити. Якщо я бажаю нічого не знати про конфлікт, моєму тілу доводиться втілити його. Якщо я дозволяю собі повне усвідомлення, я можу зробити вибір не хворіти» [133, с.174].

Важливу роль у динаміці перебігу конфлікту відіграє таке явище, як тривога. Емоція типу "тривоги", виконує сигнальну та оцінюючу функції у несприятливих для особистості ситуаціях. Незважаючи на багатогранність і семантичну невизначеність терміну “тривога” у психологічних дослідженнях, найчастіше його розглядають у двох поняттях: тривога як психічний стан і тривога як властивість особистості (тривожність). «У першому випадку термін "тривога" використовується для опису неприємного емоційного стану, що характеризується суб'єктивними відчуттями напруги, очікуванням неприємного розвитку подій. В іншому випадку тривожність розуміють як рису, властивість особистості, яка характеризується стійкою схильністю людини сприймати загрозу своєму “Я” у різних ситуаціях і реагувати на них посиленням стану тривоги» [17, с. 111]. Дослідження свідчать, що значній частині людей, які знаходяться в стані внутрішнього конфлікту, притаманна особистісна тривожність як властивість особистості.

Наявність зниженого настрою, переваги негативних емоцій у внутрішньому конфлікті можна характеризувати і через таке поняття як депресія, що має більш широке значення. У психологічному словнику термін “депресія” характеризується негативним емоційним станом, зміною мотиваційної сфери, когнітивних уявлень та загальною пасивністю поведінки [146].

Патологічна депресія є одним з основних психіатричних синдромів. Проте депресія може виникнути й у психічно здорових людей як результат переживання значущих для них несприятливих подій, невдач у реалізації особистісно значущих цілей. Депресія у психічно здорових людей одержала назву “функціональний стан депресії” [146] а в деяких джерелах - “невротична депресія”, суть якої полягає в тому, що людина усвідомлює несприятливий психологічний вплив, у неї погіршується настрій, вона відчуває свою неповноцінність, шукає в собі різні недоліки. Г. Сельє зазначав, що «...для індивідів, які знаходяться в стані внутрішнього конфлікту, характерною є так звана "когнітивна тріада депресії", яка охоплює негативні почуття, які стосуються оцінки "Я". Цю тріаду складають:

- по-перше, низька самооцінка, відчуття меншовартості у тих чи інших сферах психологічного функціонування;

- по-друге, компонент атрибутивного каузального стилю, що є підсумком у самозвинуваченні та самокритиці;

- по-третє, втрата віри в себе, очікування негативного» [170, с. 159] .

Інтенсивність і можливість появи депресивного стану в людини залежить від двох основних чинників: по-перше, від виду конфліктної ситуації, а по-друге, від індивідуальних особливостей особистості, що переживає конфлікт. До індивідуальних особливостей особистості людини, передусім, належать: підвищена тривожність, емоційна нестійкість, несформованість мотиваційної сфери, неадекватність самооцінки та ін. [53]. Названі особливості особистості визначають схильність до переживання внутрішніх конфліктів.

На наш погляд, існує діалектичний зв'язок між ситуацією й особливостями особистості при виникненні внутрішнього конфлікту. Цей взаємозв'язок можна виразити у такий спосіб: чим гостріше і несподіваніше діють негативні чинники середовища, тим меншу роль відіграють особистісні якості, і навпаки, при зменшенні масивності і гостроти впливу цих чинників індивідуальний склад особистості набуває більшого значення. Так, Л. Бурлачук зазначала: «...причини тієї чи іншої поведінки часто зумовлені не властивостями особистості, і не особливостями ситуації, а їх взаємодією» [35, с. 31].

Таким чином, для особистості, що знаходиться в стані внутрішнього конфлікту, в емотивній сфері характерними є: перевага зниженого настрою, значних негативних переживань, високий рівень тривожності. Крім того, індивід може відчувати той чи інший ступінь депресії.

Слід зазначити, що стан внутрішнього конфлікту відображається й у когнітивній сфері особистості. Найбільш характерними критеріями прояву внутрішнього конфлікту в цій сфері насамперед є невпевненість у собі та своїх діях, чутливість до зовнішніх оцінок, вразливість та пошук підтримки оточення, зниження якості спілкування та мотивації до навчальної діяльності.

Існують три форми поведінкових реакцій на конфліктну ситуацію: втеча, агресія, ступор. Кожна з них по-своєму модифікує спрямованість поведінки особистості: втеча через усунення самої можливості зіткнення з можливою небезпекою, агресія через знищення джерела небезпеки, ступор через згортання тієї чи іншої активності [17]. В. Астапов відзначав: “Якщо суб'єкт вважає, що ситуація є перешкодою для задоволення потреб, скоріше за все виникає тенденція до гніву і нападу (агресія). Якщо ж небезпека в суб'єктивному плані видається більшою, порівняно із засобами щодо її подолання, то переважає тенденція до переживання страху і виходу з небезпечної ситуації. Нарешті, якщо агресія і втеча суб'єктивно оцінюються як неможливі, виникає стан пригніченості, апатії, депресії, людина відмовляється від дій (ступор)” [17, с. 115].

З поняттям захисних поведінкових реакцій є взаємозалежною така дефініція, як психологічний захист. Ж. Годфруа так характеризує прояв

психологічного захисту: “Якщо людина не здатна ефективно контролювати деякі життєві ситуації, то на допомогу їй приходять механізми психологічного захисту “Я”, які забезпечують їй несвідому компенсацію цієї нездатності і послабляють пов'язані з нею стрес і тривогу. Такі механізми дають людині можливість досягти задоволення потреб – іноді реальним, а частіше занадто сильно відірваним від реальності - шляхом заперечення чи перекручування дійсності та заперечення тих уявлень і спонукань, що породжують тривогу” [48, с. 132].

Необхідно зазначити, що стан внутрішнього конфлікту виникає тоді, коли вжиті особистістю контрзаходи (адаптивні реакції) не принесли, на певний момент, бажаного результату. Тому суб'єктивно, внутрішній конфлікт сприймається особистістю як свого роду "тимчасова психологічна безвихідь", з якої особистість не бачить оптимального виходу. Смилова оцінка ситуації, що склалась як "безвихідна", різко обмежує "внутрішнє поле зору" і блокує пошукову діяльність. Це може призводити до суїцидальної поведінки як деструктивного наслідку переживання внутрішнього конфлікту [45]. Стан внутрішнього конфлікту, образно кажучи, – це певна зупинка, коли потрібен перегляд внутрішніх цінностей, цілей, системи зусиль щодо виходу з тієї чи іншої ситуації.

Внутрішній конфлікт як психологічний аспект особистості має ще й інтегрований показник, що виражається в порушенні нормального механізму адаптації особистості. Г. Сельє під адаптацією розумів “систему дій, спрямованих на досягнення рівноваги із середовищем” [170, с. 54]. Тому система психологічної адаптації людини знаходиться в постійній готовності до здійснення властивих їй функцій. Якщо здійснюється нормальне функціонування цієї системи, то це дозволяє людині не тільки підтримувати рівновагу всередині себе, між собою і середовищем, але і здійснювати вибір оптимальних дій для досягнення своїх цілей. Проте, під час внутрішнього конфлікту відбувається тимчасове порушення нормального функціонування системи психологічної адаптації. Це зумовлено тим, що протиріччя охоплюють основні особистісно важливі, змістовноутворюючі аспекти індивіда, які відіграють особливу роль у виробленні найбільш оптимальної програми досягнення важливих для особистості цілей.

У психології зворотні, тимчасові порушення ефективності процесу взаємодії особистості із середовищем позначають терміном "дезадаптація". У схематичному вигляді процес дезадаптації розгортається за принципом "замкнутого кола", де пусковим механізмом є, як правило, різка зміна умов життя, наявність психотравмуючої ситуації. Крім того, велике значення мають і ті особливості в індивідуальному розвитку людини, які не дозволяють їй виробити адекватні форми поведінки та діяльності, тобто критерієм внутрішнього конфлікту можна вважати порушення системи нормальної адаптаційної взаємодії особистості із середовищем, які можна розглядати і як тимчасову дезадаптацію особистості.

Отже, в умовах конфлікту відбувається тимчасове порушення нормального функціонування системи психологічної адаптації. Ці порушення під час внутрішнього конфлікту виявляються як на різних рівнях системи адаптації, так і у системі в цілому.

Важливим аспектом для нашої наукової роботи, є вивчення особливостей прояву внутрішніх конфліктів у зв'язку з віковим розвитком особистості.

М. Пірен виділяє вікові періоди, які можна назвати конфліктними. Вона вважає, що у дитинстві є такі періоди конфліктності:

- від двох до п'яти років (конфлікти з дитиною, особливо впертість, наче вона "сама" може впоратися);
- класично складний період - підлітковий (характеризується підвищеною дратівливістю, вразливим самолюбством).

На думку вченої, конфліктні періоди спостерігаються через кожні десять років також у зрілому віці:

- вік близько 40 років, особливо для чоловіків, - це час перебудови психіки з переорієнтацією на більш емоційні критерії взаємин та особистого благополуччя;
- люди у віці близько 60 років переживають проблемні ситуації, пов'язані з блокуванням потреб передачі їхнього життєвого досвіду. Навіть у спільстві досить поширена геронтофобія (неприйняття людей похилого віку у фірмах, банках та інших колективах) [132].

Л. Божович вважала, що перші внутрішні (афективні) конфлікти можуть виникати дуже рано. Так, уже 7-8 місячній дитині висуваються певні вимоги, за невиконання яких її карають. Це призводить до виникнення достатньо гострого неусвідомлюваного конфлікту [27].

Т. Бауер зазначав, що «...конфлікт виникає кожного разу, коли у дитини є два несумісних способи поведінки в одній і тій самій ситуації» [22, с. 283]. Афективні конфлікти між «хочу» і «не можна» на першому році життя ще не усвідомлюються, але призводять до порушення емоційного благополуччя дитини, породжують у неї особливі форми емоційної реакції [22, с. 278]. У більшості своїй, афективні конфлікти виникають у зв'язку з привчанням дитини до чистоплотності – дитина вперше стикається з соціальною нормою і відповідною вимогою.

О. Захаров стверджує, що характерними для дітей є суперечності між вимогами батьків і можливостями дітей, які не можуть утвердити себе в значущих для них сторонах життя. «Цю суперечність, – пише вчений, - можна розцінювати як конфлікт самоствердження, або соціальної відповідності, який виражається страхом або базальною тривогою «бути не тим», кого приймають і схвалюють» [62, с.200]. Ще одна суперечність, на думку А. Захарова, виникає між загостреною потребою емоційного визнання і можливістю її задоволення з боку батьків. Вона виявляється у страху «бути ніким», тобто бути забутим і нелюбимим. Суперечність може виникати між неможливістю або слабкістю захисту себе при вираженому інстинкті

самозбереження і виявлятися у появі страху «бути нічим», тобто не існувати, бути безжиттєвим і мертвим. Наступна суперечність, у дитячому віці, на думку вченого, виникає між почуттям і обов'язком, емоційними і раціональними сторонами психіки зі страхом «бути не собою» [62].

Про детермінацію внутрішніх конфліктів особистості у ранньому віці особливо наголошували З. Фройд, А. Адлер, вважаючи, що ранні травматичні переживання або ситуації є джерелом внутрішніх конфліктів у подальшому розвитку особистості [6]. Водночас серед вчених-психологів існує думка, що «...подальший досвід, особливо в юнацькому віці, може здійснити вплив на процес формування» [65, с. 40].

Р. Ануфрієва вважає, що «...внутрішній конфлікт може виникати лише тоді, коли в індивіда з'являється власний внутрішній світ, власна система цінностей і здатність відчувати провину» [11, с. 360]. Саме тому, на її думку, внутрішні конфлікти з'являються лише у підлітковому віці. Погоджуючись з тим, що «..конфлікт ..можливий лише при наявності в індивіда складного внутрішнього світу, складних людських потреб і мотивів» [36, с. 13], вітчизняні дослідники вважають, що перші внутрішні конфлікти виникають у зв'язку з формуванням людини як особистості, що відбувається в більш ранні періоди розвитку. Цей процес відбувається на межі дошкільного і молодшого шкільного віку і пов'язаний з усвідомленням свого внутрішнього світу і розвитком волі [55]. Ми також погоджуємось з такою думкою, водночас вважаємо, що основним періодом внутрішньої конфліктності — є юнацтво.

Людина у зрілому віці деколи згадує саме юнацькі роки. Вченими описаний так званий «ефект піку спогадів» (своєрідне «згущення» спогадів) про події власного життя, адже відомо, що саме подолання непростих життєвих обставин, успіх у розв'язанні складних проблем і стають підґрунтям для автобіографічної пам'яті [184]. Багато західних дослідників довели, що непропорційно велика кількість подій згадується з періоду життя від 15 до 30 років. Ймовірно, й індивідуальний стиль подолання внутрішніх конфліктів з усіма його стратегіями також складається передусім у ці часи [184].

Саме в юнацтві остаточно долається властива попереднім етапам онтогенезу залежність від дорослих і стверджується самостійність особистості. Вирішення певних завдань, що стоять перед особистістю в цьому віці при несприятливих суспільних та мікросоціальних умовах можуть призвести до гострих психологічних конфліктів, глибоких особистісних переживань.

Слід зазначити, що в період отримання вищої освіти молоді люди стикаються з багатьма проблемами, вирішення яких сприяє їх особистісному і професійному становленню, або ж призводить до появи глибоких внутрішніх конфліктів. О. Донченко і Т. Титаренко підкресливали, що «...історія становлення особистості є історією формування все складніших внутрішньоособистісних конфліктів» [55, с. 111]. У вивченні внутрішніх конфліктів студентів важливим є врахування специфічних особливостей

студентської молоді. Серед них слід відзначити наступні:

- спільний вид діяльності – навчально-наукова діяльність;
- зосередженість, переважно, у великих міських центрах;
- єдність побуту (проживання у гуртожитках);
- наявність безпосереднього повсякденного спілкування у студентських групах;
- відносна вікова однорідність;
- єдність діяльності – оволодіння обраною спеціальністю.

У дисертаційному дослідженні Г. Дубчак показано, що індикатором внутрішніх конфліктів студентів виступають протиріччя між «Я-реальним» і «Я-ідеальним», високий рівень тривожності, прояв агресивності і фрустрації [56].

Специфіка професії психолога полягає в тому, що вона передусім спрямована на надання психологічної допомоги іншим людям, тому його професійна придатність не зводиться лише до рівня професійної підготовки. Психологічні особливості професії психолога насамперед визначаються його особистісними якостями. Саме особистісні якості, стан сформованості внутрішньої психічної структури великою мірою визначають успіх його професійної діяльності.

Внутрішній конфлікт студентів-психологів, на наш погляд, ще не став предметом спеціального дослідження у вітчизняній психології. У зв'язку із цим вважаємо актуальним і доцільним вивчення особливостей внутрішніх конфліктів, характерних для майбутніх фахівців цього профілю.

Висновки за розділом 1

У психологічній науці не існує єдиного підходу до розуміння й трактування внутрішнього конфлікту особистості. Дослідженням встановлено, що внутрішній конфлікт переважно розглядається як *гостре негативне переживання, яке викликане тривалою боротьбою різних структур внутрішнього світу особистості і відбиває суперечливі зв'язки із соціальним середовищем*. Згідно із сучасними поглядами, внутрішній конфлікт вважається неминучим явищем і охоплює найрізноманітніші аспекти буття особистості. Переживання, що супроводжують внутрішні конфлікти, можуть виконувати позитивну (конструктивну) і негативну (деструктивну) функції.

В основі будь-якого конфлікту лежить особистісно значуща суперечність між різними потребами, мотивами, цілями індивіда, яка відображається у когнітивній, емотивній і конативній сферах особистості.

Критерії класифікації внутрішніх конфліктів як у зарубіжній, так і в радянській та сучасній вітчизняній психології надзвичайно різноманітні, проте фактично стосуються традиційно виокремлюваних сфер психічного життя особистості:

а) у когнітивній сфері найбільш важливими критеріями внутрішнього конфлікту особистості є: суперечливість “образу Я”, суттєва неузгодженість між образами “Я – актуальне” і “Я – ідеальне”.

б) в емотивній сфері характерними є: занижена самооцінка, перевага негативного настрою, значних негативних переживань, агресія, високий рівень тривожності.

в) конативними проявами внутрішнього конфлікту є невпевненість у собі та своїх діях, чутливість до зовнішніх оцінок, вразливість та пошук підтримки оточення, зниження якості спілкування та мотивації до навчальної діяльності.

Внутрішній конфлікт як психологічний аспект особистості має ще й інтегрований показник, що виражається в порушенні нормального механізму адаптації особистості.

Виникнення внутрішніх конфліктів зумовлене наявністю зовнішніх (соціально детермінованих) і внутрішніх (індивідуально-особистісних) чинників. При цьому, зовнішні умови внутрішнього конфлікту пов’язані з неминучим протиріччям між потребами людини та об’єктивними можливостями їх задоволення. Серед внутрішніх детермінант конфлікту найбільш вагомим є протиріччя у смисловій сфері особистості, значущими факторами є також протиріччя мотиваційні, рольові та когнітивні.

Внутрішні конфлікти виникають і формуються в процесі розвитку особистості. Юнацький вік - є основним періодом внутрішньої конфліктності. Індивідуальний стиль подолання внутрішніх конфліктів з усіма його стратегіями також складається передусім у цьому віці. Дослідження внутрішніх конфліктів та особливостей їх переживання є значущим для визначення напрямів оптимізації професійної підготовки майбутнього психолога, що й обумовило наше емпіричне дослідження.

Зміст першого розділу дисертації представлено у таких публікаціях автора:

1. Боброва Л. Г. Теоретичний аспект проблеми дослідження внутрішньо-особистісних конфліктів у безробітних / Л. Г. Боброва // Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання незайнятого населення в умовах фінансово-економічної кризи: зб. Праць за матеріалами IV Всеукр. Наук.-практ. Конф., 30 жовт. 2009 р. С.64-71.

2. Боброва Л. Г. Внутрішньоособистісні конфлікти майбутніх психологів як психолого-педагогічна проблема / Л. Г. Боброва // Науковий Часопис НПУ імені Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: Зб. Наукових праць.- К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. - № 32(56). - С.171-176.

3. Боброва Л. Г. Внутрішній конфлікт як предмет дослідження у зарубіжній психології / Л. Г. Боброва // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України/ за ред. С. Д. Максименка. Т.ХІІ, част. 7. - К., 2010.- С.46-53.

4. Боброва Л. Г. Внутрішні конфлікти як проблема психології особистості / Л. Г. Боброва // Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості/ за ред. С. Д. Максименка, М. В. Папучі. - Київ, 2011. - Том 11. - Вип. 4. - Ч.1. - С.111-116.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

1-0- Методика та організація емпіричного дослідження

Приставаючи до здійснення емпіричного дослідження психологічних особливостей внутрішніх конфліктів майбутніх психологів, ми мали на меті розв'язати наступні завдання:

- 1) дослідити ступень усвідомлення наявності внутрішніх конфліктів майбутніми фахівцями;
- 2) виявити особливості та рівні прояву внутрішньої конфліктності студентів ;
- 3) визначити взаємообумовленість внутрішніх конфліктів та окремих утворень особистісного розвитку у юнацькому віці, а саме: компонентів самоставлення, навчальної мотивації та локусу контролю;
- 4) здійснити класифікацію внутрішніх конфліктів за допомогою методу Позитивної психотерапії;
- 5) дослідити гендерні особливості внутрішніх конфліктів майбутніх психологів.

Т. Гуціною [53] запропонована емпірична модель вивчення внутрішнього конфлікту, яка була запозичена нами для здійснення власного дослідження (рис. 1.1). Структурними компонентами цієї моделі виступають два взаємозалежні компоненти індивідуального досвіду особистості: когнітивно-емоційний та когнітивно-мотиваційний. Зміст когнітивно-емоційного компоненту виражається смисловим наповненням та інтенсивністю конфліктних переживань, обумовлених системою самоставлення, тоді як зміст когнітивно-мотиваційного - мотиваційною спрямованістю особистості.

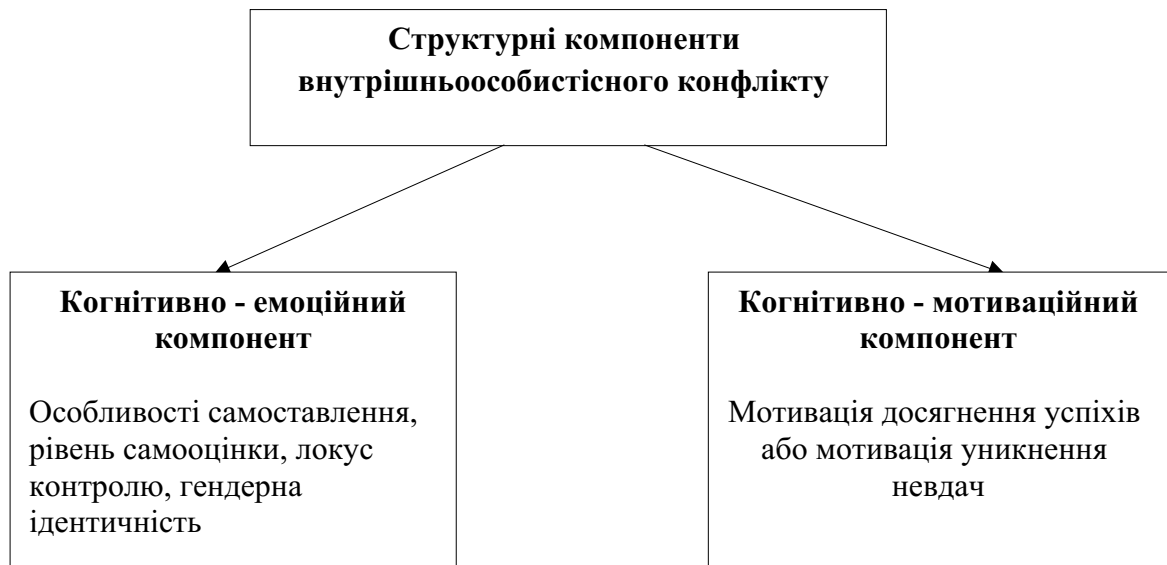


Рис. 2.1 Модель внутрішньоособистісного конфлікту.

Метою констатувального експерименту було дослідження ступеню усвідомлення майбутніми психологами наявності внутрішнього конфлікту, психологічного змісту його структурних компонентів, рівнів прояву, а також визначення основних типів конфлікту та гендерних особливостей його переживання. Експериментом було охоплено 335 досліджуваних: студенти НПУ імені М.П. Драгоманова віком від 18 до 24 років, в кількості 108 осіб (студенти першого курсу – 56 осіб, студенти четвертого курсу – 52 особи, що навчаються за спеціальністю «практичний психолог»), а також 54 студенти Академії муніципального управління, які навчаються за спеціальністю «менеджер». Загальна кількість досліджуваних 162 особи. Оскільки в експериментальній вибірці помітно домінували досліджувані дівчата, то на етапі виявлення гендерних особливостей переживання внутрішнього конфлікту вибірку було збільшено на 173 досліджуваних, які навчаються за спеціальністю «психолог»: 62 студенти Академії муніципального управління (32 студенти першого курсу і 30 – четвертого), 55 студентів Київського університету імені Бориса Грінченка (27 – перший курс, 28 – четвертий курс) та 56 студентів Інституту соціології, психології та управління НПУ імені М.П. Драгоманова (28 – перший курс, 28 – четвертий курс).

Формування вибірки було зумовлено необхідністю з'ясування психологічних особливостей проявів внутрішніх конфліктів у студентів. Констатувальний експеримент складався із 5-ти серій:

- метою *першої серії* було дослідження ступеню усвідомлення наявності внутрішніх конфліктів та динаміки їх прояву, характеру переживання, способів подолання внутрішніх конфліктів та мотивів вибору професії “психолог”;
- *друга серія передбачала* вивчення особливостей змісту когнітивно-емоційного компоненту внутрішніх конфліктів студентів, а саме: особливостей самоствавлення, рівня самооцінки, локусу контролю, оскільки саме характер взаємозв'язку між цими психологічними явищами може сприяти розвитку гармонійної особистості або ж бути джерелом внутрішнього конфлікту;
- метою *третьої серії* було вивчення особливостей змісту когнітивно-мотиваційного компоненту внутрішніх конфліктів, а саме виявлення провідних мотивів та потреб студента, оскільки мотиваційна сфера є важливим поведінковим чинником, який впливає на виникнення внутрішнього конфлікту особистості, особливо коли мова йде про мотивацію досягнення успіхів чи уникнення невдач;
- метою *четвертої серії* було визначення основних типів внутрішніх конфліктів майбутніх фахівців;
- *п'ята серія* передбачала виявлення гендерних особливостей переживання внутрішніх конфліктів.

У першій серії емпіричного дослідження було використано анкету А. Кунцевської [86] у нашій модифікації. Запитання анкети були сконструйовані таким чином, щоб стимулювати респондентів до відтворення (пригадування) переживання внутрішніх конфліктів.

У *першому питанні* (Чи доводилося Вам переживати внутрішні конфлікти?) досліджуваним запропоновано відповісти на запитання про переживання внутрішнього конфлікту, що дало змогу з'ясувати рівень усвідомлення даного феномена.

У *другому питанні* респондентам запропоновано згадати як часто вони переживають внутрішні конфлікти. Частота переживання свідчить про рівень внутрішньої конфліктності та ступінь саморефлексії досліджуваних (Як часто особисто Вам доводиться переживати внутрішній конфлікт?).

Третє питання стосувалося реагування респондента на внутрішній конфлікт. Малось на увазі переживання конфлікту, гострота його протікання (Як особисто Ви переживаєте внутрішній конфлікт?).

У *четвертому запитанні* студентам запропоновано визначити особливості переживання внутрішніх конфліктів. Серед наведених варіантів відповідей: стан тривоги, невпевненість, відчуженість від світу, фізичний

дискомфорт, власна некомпетентність (Що Ви відчуваєте при внутрішньому конфлікті?).

У п'ятому питанні респондентам було запропоновано підтвердити або спростувати твердження про особливість виникнення внутрішніх конфліктів саме у практичних психологів. Таким чином ми могли переконатися в актуальності порушеної проблеми. Це запитання було відкритим (Чи існує на Вашу думку особливість виникнення внутрішніх конфліктів саме у майбутніх психологів?).

У шостому питанні йшлося про можливість й шляхи запобігання появи внутрішніх конфліктів (Чи можна запобігти внутрішнім конфліктам?).

Сьоме питання стосувалося наслідків внутрішнього конфлікту: деструктивних, що призводять до дисгармонізації особистості, або конструктивних, які стимулюють розвиток особистості (Згадайте якими для Вас були наслідки недавно пережитого внутрішнього конфлікту).

У восьмому питанні респонденти мали зробити підсумок і сказати, чим для них є внутрішній конфлікт (Чим є для Вас внутрішній конфлікт?).

З метою порівняння мотивації вибору професії психолога студентами першого та четвертого курсів, досліджуваним було запропоновано написати міні-твір на тему: *“Чому я обрав професію психолога...”*

У другій серії емпіричного дослідження було використано три методики: методика дослідження самоствавлення (С. Пантелєєва) [127], методика самооцінки Дембо-Рубінштейн (у модифікованому варіанті А. Прихожан) [141]; методика УСК Дж. Роттера (визначення інтернального/ екстернального локусу контролю (у модифікованому варіанті С. Бажина, Є. Голинкіної, А. Еткінда, варіант В) [19].

Методика дослідження самоствавлення С.Р. Пантелєєва спрямована на виявлення структури самоствавлення особистості, а також вираженості окремих компонентів самоствавлення: самовпевненості, самокерівництва, відображеного самоствавлення, самоцінності самоприхильності, самозвинувачення [127]. Всі названі компоненти самосвідомості особистості та інтенсивність їх проявів є важливим чинником виникнення внутрішньої конфліктності. *Внутрішня конфліктність - це частота (інтенсивність) конфліктів, що спостерігається у певної особистості* [39]. Самоствавлення розглядається у контексті уявлень особистості про сенс "Я", як узагальнене почуття на адресу власного "Я". На думку деяких дослідників, самоствавлення досить тісно пов'язано із самоприйняттям особистості. Зокрема О. Насонова [116] зазначала, що самоприйняття визначається в складі емоційного аспекту самосвідомості, як емоційно-ціннісне ставлення індивіда до себе, як позитивне чи негативне самоствавлення. Найбільш розвиненій особистості властива форма самоприйняття, яка містить ставлення до себе із симпатією та самоповагою. Високий рівень самоприйняття визначає успішність будь-якої діяльності, соціальної адаптації та розвитку особистості.

Таким чином, методика дослідження самоствалення дозволяє дослідити позитивну чи негативну установку на свою особистість, усвідомлення цінності свого існування як такого і цінності власної особистості, тобто тих аспектів, які є необхідною умовою для позитивних змін і реалізації можливостей людини. При негативному ставленні людини до власної особистості вона закриває шляхи для можливого розвитку і реалізації, що призводить до неприйняття своїх рис, якостей тощо, що, в свою чергу, може стати причиною глибокого руйнівного внутрішнього конфлікту. Як зауважує К. Роджерс, якщо людина не сприймає себе, а цінує в собі лише ті риси, що отримали схвалення в інших, вона відчуває напруженість і тривогу [156].

Як ми вже зазначали, в теоретичній частині нашого дослідження, при переживанні особистістю внутрішнього конфлікту наявною є суттєва розбіжність між образами «Я-реальне» та «Я-ідеальне», а також суперечливість образу «Я» в цілому. Особливо актуальним це є для студентів, оскільки період ранньої юності характеризується інтенсивним розвитком самовизначення і становлення стійкого "Образу-Я" [136]. З метою дослідження рівня самооцінки та цілісності «Образу Я», ми використовували методику самооцінки Дембо-Рубінштейн (у модифікованому варіанті А. Прихожан), оскільки саме цілісне сприймання себе може бути однією із умов, яка забезпечує можливість уникнути внутрішнього конфлікту або ж у випадку його виникнення перетворити конфлікт на конструктивний, який дасть поштовх до подальшого розвитку. Ми запозичили із цієї методики лише ті аспекти, які відповідали завданням нашого дослідження. Діагностика самооцінки здійснювалась за шкалами: здібності, авторитет серед однолітків, характер, зовнішність, впевненість, розум.

На наш погляд, виникнення внутрішнього конфлікту також досить тісно пов'язано із ставленням особистості до подій власного життя, зокрема із готовністю взяти на себе відповідальність за нього. Методика «Рівень суб'єктивного контролю» є модифікованим варіантом опитувальника американського психолога Дж. Роттера, який дає змогу оцінити рівень суб'єктивного контролю за різноманітними життєвими ситуаціями, інакше кажучи, визначити рівень відповідальності людини за вчинки і своє життя. Опитувальник складається із 44 речень-твержень, що стосуються екстернальності-інтернальності в міжособистісних (виробничих та сімейних) відносинах, а також у ставленні до власного здоров'я. Розглядаючи два полярних типи локалізації, зауважимо, що для кожної людини характерний свій рівень суб'єктивного контролю за значимими ситуаціями. Локус контролю конкретної особи, як правило, універсальний по відношенню до різних типів подій, які мають місце у її житті.

У третій серії, з метою вивчення провідних мотивів досліджуваних, було використано опитувальник мотивації успіху та страху невдач А. Реана [154]. Опитувальник складається із 20 тверджень, що стосуються певної мотиваційної спрямованості особистості - мотивації досягнення успіху і мотивації уникнення невдачі (страх невдачі). Пошук способу досягнення

успіху – активізує діяльність людини і надає діям цільової спрямованості (наприклад, самоствердження, кар'єрний ріст, інтерес тощо). Пошук шляхів уникнення певних подій - робить людину малоактивною і не здатною до самостійних дій (їй притаманні тривога, почуття страху, втрата віри в себе). Досить часто для людей з таким типом мотиваційної спрямованості характерні переживання внутрішніх конфліктів і нестабільна самооцінка, що впливає на неадекватний вибір стратегії поведінки.

У *четвертій серії* на підставі результатів попередніх етапів дослідження, ми визначили основні типи внутрішніх конфліктів студентів. Для цього ми використали метод Позитивної психотерапії Н. Пезешкіана, який виділяв такі типи конфліктів:

- *актуальний конфлікт*, суттю якого є конфліктні відносини із світом і виникає він при зіткненні людини з реальністю, що змінюється;
- *ключовий* конфлікт людських взаємин, який виникає через відмінність у розвиненості тих або інших актуальних здібностей особистості;
- *базовий* конфлікт, в основі якого лежить страх «бути не таким як треба», не відповідати ідеалу [129].

У *п'ятій серії* дослідження нами була застосована методика С. Бем для визначення гендерної ідентичності [154]. Ми припускаємо, що гендерна ідентичність впливає на особливості виникнення та переживання внутрішнього конфлікту у майбутніх психологів. Методика складається із 60 тверджень (опису якостей) і визначає ступінь маскулінності, фемінності та андрогінності особистості. Досліджувані мали оцінити наявність або відсутність у себе зазначених якостей. Типовими маскулініними якостями вважаються інтелект, раціональність, незалежність, активність, сила (як фізична, так і психологічна), авторитарність, агресивність, стриманість в емоційних проявах, схильність до ризику, здатність до досягнень. Типовими фемінними якостями вважаються емоційність, м'якість, слабкість, турботливість, практичність, консервативність, інтуїтивність, реалістичність, комунікативність, сензитивність, емпатійність. Поєднання високого рівня розвитку фемінності та маскулінності в одній людині (незалежно від її статі) дістало назву андрогінність. У психології особистості андрогінія розглядається як особистісна характеристика, не пов'язана з порушеннями статевого розвитку, статевої та гендерної ідентичності або статево-рольової орієнтації. Розвинута андрогінія в людини, незалежно від її статі, передбачає багатий арсенал і гнучкість її гендерно-рольової поведінки, високі соціально-адаптивні здібності та інші важливі якості.

Результати емпіричного дослідження були статистично оброблені за допомогою пакетів Microsoft Excel, Statistika та статистичної системи SPSS. Враховуючи велику кількість досліджуваного матеріалу на етапі статистичної обробки результатів дослідження з метою визначення особливостей прояву внутрішніх конфліктів у студентів психологів та визначенні чинників, які впливають на його виникнення ми використовували факторний аналіз.

2.2 Психологічні особливості внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх психологів

В емпіричному дослідженні взяли участь студенти 1-го та 4-го курсів, що дозволило з'ясувати динаміку прояву внутрішніх конфліктів майбутніх психологів.

Аналіз результатів анкетування і висловлювань студентів дозволив нам зробити наступні висновки :

на запитання: *«Чи доводилося Вам переживати внутрішні конфлікти?»*, досліджувані розподілились за відсотками (Додаток А).

Лише 55% студентів-психологів першого курсу вважають, що вони переживали внутрішній конфлікт. До четвертого курсу даний показник зростає на 27%, що пов'язано з тим, що студенти-першокурсники не до кінця усвідомлюють поняття внутрішнього конфлікту, особливості його прояву та переживання. Це підтверджує те, що 35% досліджуваних першого курсу важко диференціювати стан переживання внутрішнього конфлікту, в той час як до четвертого курсу цей показник зменшується на 22%.

«Як часто особисто Вам доводиться переживати внутрішній конфлікт?»

26% студентів-першокурсників вважають, що переживають внутрішній конфлікт у виняткових випадках, до четвертого курсу даний показник зменшується на 10%. Водночас на 20% зростає показник частого переживання внутрішнього конфлікту з різних причин. Звернемо також увагу на те, що до четвертого курсу збільшується ступінь усвідомленості причин виникнення внутрішнього конфлікту.

«Як особисто Ви переживаєте внутрішній конфлікт?»

Як свідчать результати дослідження, особливих відмінностей у відповідях на це запитання між студентами першого та четвертого курсів не спостерігається, хоча досліджувані першого курсу вважають, що вони менш емоційно сприймають і переживають внутрішній конфлікт. На нашу думку, це є наслідком наявності захисних механізмів.

«Що Ви відчуваєте при внутрішньому конфлікті?»

Аналіз відповідей на дане запитання дозволяє простежити особливості переживання внутрішніх конфліктів студентами-психологами. Так, порівняно з першим курсом, до четвертого при наявності внутрішнього конфлікту на 11% зростає переживання стану тривоги, на 11% збільшується переживання невпевненості у собі, на 12% усвідомлення власної некомпетентності і на 16% зростає відчуття фізичного дискомфорту, тривале переживання якого, в свою чергу, може спровокувати появу психосоматичних симптомів. Разом з тим зменшується показник «відчуження від світу». Ми припускаємо, що це може бути пов'язано з тим, що до четвертого курсу збільшується рівень відповідальності особистості за те, що відбувається в її житті. Вона не намагається звинуватити оточуючих у тому, що з нею відбувається, не відгороджується від оточуючих, поринаючи

у свій внутрішній світ переживань, а шукає шляхи подолання внутрішнього дискомфорту.

«Чи існує, на Вашу думку, особливість виникнення внутрішніх конфліктів у майбутніх психологів?»

Звернемо увагу на те, що до четвертого курсу зростає кількість студентів, яким складно відповісти на дане запитання. Водночас, порівняно з першим курсом, вони в меншій мірі вважають, що існують особливості виникнення внутрішніх конфліктів у психологів. Однак, на наш погляд, якщо існує така динаміка в оцінці особливостей виникнення внутрішніх конфліктів у самих майбутніх психологів, то певні особливості, безумовно, існують.

«Чи можна запобігти внутрішнім конфліктам?»

Аналіз відповідей студентів першого та четвертого курсу дозволив зробити наступні висновки: до четвертого курсу на 16% зростає кількість студентів, які усвідомлюють, що внутрішній конфлікт це не лише деструктивне явище, а життєвий фактор, який є рушієм особистісного розвитку; на 39% зменшилася кількість студентів, які причини виникнення внутрішніх конфліктів пов'язують виключно з оточуючим середовищем і обставинами, стверджуючи, що у даному випадку від людини нічого не залежить. Таким чином, до четвертого курсу збільшується кількість студентів-психологів, які усвідомлюють свою відповідальність за життєві події і внутрішнє життя особистості. Студенти бачать шляхи виходу із ситуацій, що провокують внутрішній конфлікт, однак вони розуміють, що розв'язання даного конфлікту залежить виключно від них; також зростає кількість студентів, які вважають, що внутрішнім конфліктам можливо запобігти, якщо ставитися до них філософські. Під філософським ставленням ми розуміємо усвідомлення того, що внутрішній конфлікт – досить розповсюджений і цілком природний процес, в якому можна знайти позитивні сторони, що допомагає особистісному зростанню людини.

«Згадайте, якими для Вас були наслідки недавно пережитого конфлікту?»

До четвертого курсу зростає кількість досліджуваних, які оцінюють наслідки пережитих внутрішніх конфліктів як позитивні. Зокрема на 18 % зросла кількість студентів, які оцінили наслідки як такі, що стимулювали особистісний розвиток і на 11% більше вважають, що пережитий конфлікт є позитивним з точки зору отриманого досвіду. Водночас, до четвертого курсу на 28% зменшилася кількість студентів, які оцінюють наслідки конфлікту як деструктивні, що призводять до дисгармонізації особистості і тривалий час переживаються як пригнічуючі та неприємні.

«Чим для Вас є внутрішній конфлікт?»

До четвертого курсу зростає кількість студентів, які визначають внутрішній конфлікт як такий, що відкриває можливість самопізнання і дає поштовх до особистісного та професійного зростання. Зауважимо, що за результатами анкетування оцінюють його як неприємне, неминуче і негативне явище 32% студентів і лише 14 % досліджуваних першокурсників

визнають внутрішній конфлікт як конструктивне явище.

Аналізуючи твори студентів на тему: “Чому я обрав професію психолога ...”, ми дійшли висновку, що більшість першокурсників уявляють психолога як своєрідного “оракула” чи “провидця”. Переважаюча мотивація вибору професії студентами-першокурсниками відображена в наступних висловлюваннях:

- Професія психолога дає можливість побачити людину наскрізь.
- Професія психолога - це чарівна паличка, котра може змінити світ на краще.
- Психолог - це людина, яка вміє володіти собою у будь-яких ситуаціях.
- Психологія допоможе зрозуміти причини своїх життєвих невдач.
- Професію психолога я обрала для того, щоб, у першу чергу, допомогти собі.
- Психологія допоможе мені перемогти внутрішніх “драконів”.
- Професія психолога допоможе аналізувати себе, свій вибір, свої вчинки.

Як свідчать результати проведеного нами дослідження, в процесі професійної підготовки такі стереотипні образи у студентів змінюються, що, на нашу думку, може призвести до виникнення нових внутрішніх конфліктів, до розчарування у виборі майбутнього фаху, а також до усвідомлення помилкового бачення професії психолога як засобу вирішення своїх особистісних проблем. Про подібну трансформацію таких уявлень свідчать висловлювання студентів - майбутніх психологів 4 курсу. Ось деякі з них:

- Я думала, що психолог - це та людина, яка завжди дасть хорошу пораду і втішить гарним виразом: «Все буде гаразд!»! Але навчаючись, я зрозуміла, що це складна професія, потребує надзвичайних зусиль і постійної практики... Психолог сприймається мною на такому рівні як лікар. Я в роздумах... дуже складно.
- Мої сподівання виправдалися частково, більшість знань я отримала власними зусиллями: з курсів, тренінгів, додаткової літератури...
- Після 4х років навчання в мене немає впевненості в правильності обраної професії. Я не знаю, що робити з клієнтом, коли він прийде до мене на консультацію.
- Обрана професія не затребувана державою, низька оплата праці, стереотипні погляди людей на розуміння поняття «психолог».

- Я просто хочу мати диплом і отримати другу вищу освіту. Я не бачу себе психологом.
- Я не можу покладатися на професію психолога як на таку, що зможе матеріально забезпечувати мене протягом життя. Як додаткова спеціальність, на мою думку, вона має бути у кожного.
- Я думала, що психолог – це та людина, яка завжди дасть пораду, адже все знає! Зараз розумію, що це не так. Все набагато складніше.

Отже, результати дослідження дозволяють говорити, що в процесі професійної підготовки рівень усвідомлення внутрішнього конфлікту зростає. Збільшується кількість студентів, які визнають внутрішній конфлікт як конструктивне явище. Водночас спостерігається тенденція до розчарування студентів-психологів у виборі спеціальності, що може провокувати виникнення нових внутрішніх конфліктів. Особливе занепокоєння викликає збільшення кількості студентів, які в процесі переживання внутрішнього конфлікту відчують фізичний дискомфорт та власну некомпетентність.

Враховуючи те, що виникнення внутрішнього конфлікту досить тісно пов'язано із самостваленням особистості, для визначення рівня внутрішньої конфліктності та особливостей її взаємозв'язку з окремими компонентами самоствалення використовувалась методика С. Пантелєєва. Отримані результати (рис. 2.2), свідчать, що у 46,6 % студентів-першокурсників виявлений високий *рівень внутрішньої конфліктності* на фоні високих показників за шкалою самозвинувачення, що свідчить про наявність сумнівів, тривожно-депресивних станів, готовність звинувачувати себе за свої невдачі і помилки, що супроводжується негативними емоціями стосовно себе. При зростанні внутрішньої конфліктності зменшується уявлення особистості про те, що її характер, вчинки здатні викликати у інших людей повагу, симпатію, схвалення і розуміння (за шкалою відображене самоствалення). А це, відповідно, призводить до зниження впевненості в собі, зростання незадоволеності собою, бажання змінитися у відповідності з ідеальними уявленнями про себе (за шкалою самоприхильності) та зменшення відкритості, критичності в усвідомленні себе, а значить, у збільшенні захисного ставлення до себе (за шкалою відкритості). Аналіз отриманих результатів дослідження засвідчив значущі взаємозв'язки між внутрішньою конфліктністю і самозвинуваченням та відкритістю, самовпевненістю і відображеним самостваленням та самоприхильністю. Взаємозв'язок показників шкали самозвинувачення з іншими факторами є свідченням того, що установка на самозвинувачення супроводжується зниженням самовпевненості, що сприяє збільшенню незадоволеності власними можливостями, сумнівами щодо здатності викликати повагу серед оточуючих, зниження рівня відображувального самоствалення, відкритості, самоцінності, самокерівництва, недооцінки свого Я та значущості власної особистості. Такий зв'язок внутрішньої конфліктності із названими вище

шкалами проявляється у рівній мірі як на 1-му, так і на 4-му курсах навчання майбутніх психологів, хоча загальний рівень внутрішньої конфліктності дещо знижується — високі показники наявні у 40 % досліджуваних 4-го курсу навчання.

Середній рівень внутрішньої конфліктності мають 35,4 % першокурсників, 35 % студентів 4-го курсу навчання. На цьому рівні спостерігається такий самий зв'язок внутрішньої конфліктності із зазначеними шкалами, який ми описували вище. Водночас, таким студентам не властиві тривожно-депресивні стани, вони не так гостро відчувають потребу в підтримці оточуючих, проте готові звинувачувати себе за свої невдачі і помилки, що супроводжується негативними емоціями стосовно себе

Низький рівень внутрішньої конфліктності мають 18% першокурсників, 25% четвертокурсників. При такому рівні внутрішньої конфліктності більш вираженими виявилися показники за шкалами: самовпевненість, самоцінність, відображене самоствавлення, самоприхильність. Це свідчить про високу самовпевненість студентів, відсутність напруги, чітку усвідомленість власного «Я», здатність ефективно керувати своїми емоціями і переживаннями, а також очікування від інших поваги, симпатії, розуміння. Водночас, тенденції до зберігання такого Я-образу, за С. Пантелєєвим, трактуються як один із захисних механізмів самосвідомості.

На основі аналізу взаємозв'язку показників системи самоствавлення та рівня інтенсивності конфліктних переживань встановлено, що виросність переживання внутрішніх конфліктів тим вища, чим нижче показники позитивного самоствавлення.

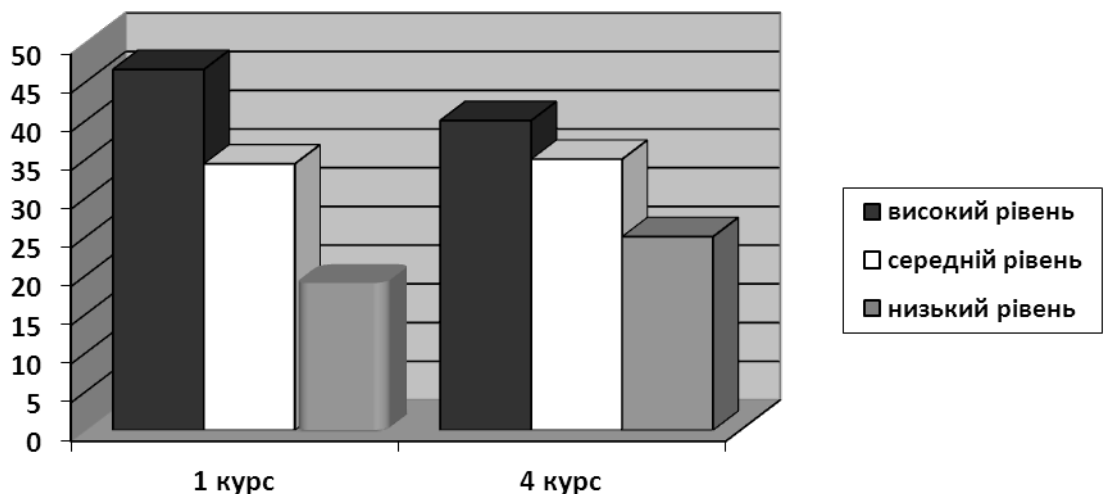


Рис. 2.2 Порівняння рівня внутрішньої конфліктності студентів 1-го (n=56) і 4-го (n=52) курсів (за методикою С. Пантілєєва) (у %)

Дослідження розбіжності між рівнем домагань і реальними уявленнями особистості про свої можливості (протиріччя між «повинен» і «можу»), що проявляється у самооцінці особистості, здійснене за методикою Дембо- Рубінштейн, засвідчило (рис. 2.3),

що у 53% майбутніх психологів 1-го курсу, у 36 % студентів 4-го курсу навчання спостерігається висока розбіжність між оптимальним рівнем домагань і реальними можливостями при заниженій самооцінці (особливо за такими шкалами: впевненість у собі, здібності, авторитет, зовнішність, характер). Це свідчить про наявність внутрішніх конфліктів і супроводжується незадоволеністю собою. Такі студенти приділяють велике значення невдачам, гостро відчують потребу в підтримці оточуючих, їм властива недооцінка своїх сил і можливостей. Помірну розбіжність при адекватній самооцінці і оптимальному рівні домагань мають 23% студентів 1-го курсу, 30% майбутніх психологів 4-го курсу навчання. Вони твердо оцінюють свої успіхи і невдачі, схвалення і несхвалення оточуючих, їм властиве критичне ставлення до себе й до оцінок оточуючих. Низьку розбіжність при завищеній самооцінці і завищеному рівні домагань виявили 5% студентів-психологів 1 курсу і 5 % студентів 4 курсу. Ці студенти ставлять перед собою значно вищі цілі, аніж ті, яких вони можуть реально досягнути. Вони недостатньо самокритичні в оцінці своїх успіхів і невдач. Співпадання рівня домагань з реальними уявленнями про свої можливості (відбувається зниження рівня домагань з метою підвищення рівня задоволеності собою) спостерігається у 19% студентів першого курсу і 29 % студентів-психологів 4 курсу. Це свідчить про наявність компенсаторних механізмів витіснення незадоволеності собою. В результаті дослідження з'ясовано, що між самооцінкою та особливостями самоставлення існує тісний взаємозв'язок. Так, показники низької самооцінки (за методикою Дембо-Рубінштейн) тісно пов'язані з високими показниками за шкалою самозвинувачення і низькими показниками за шкалою самовпевненість (за методикою С. Пантілеєва).

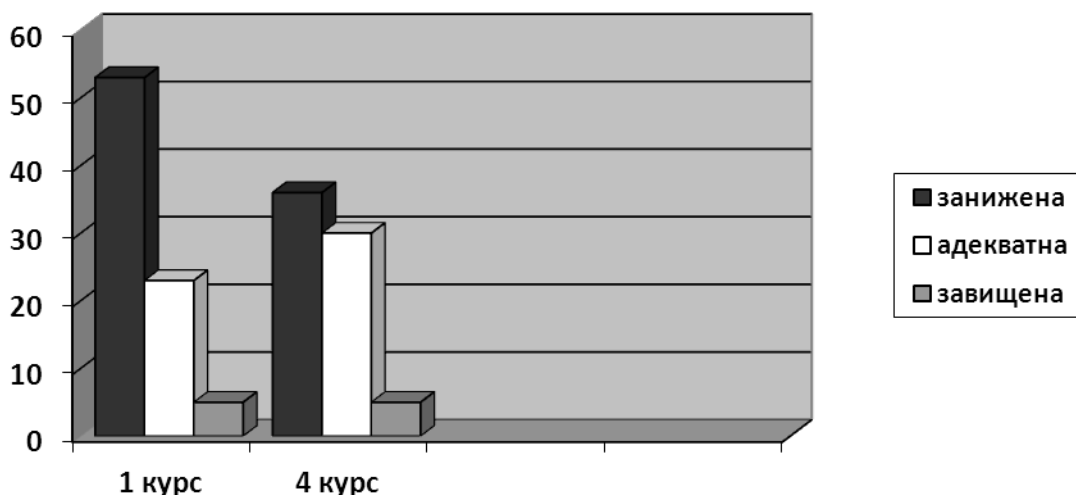


Рис. 2.3 Порівняння рівня самооцінки студентів 1-го (n=56) і 4-го (n=52) курсів (за методикою Дембо-Рубінштейн) (у %).

Суттєвим аспектом нашого дослідження було з'ясування впливу локусу контролю на характер внутрішніх конфліктів майбутніх психологів. Встановлено, що як у майбутніх психологів 1 курсу (69,5%), так і у студентів 4 курсу навчання (65%) переважає інтернальний локус контролю (рис.2.4). Ці студенти здатні бути відповідальними за події свого життя. Вони пояснюють їх своєю поведінкою, здібностями, рисами особистості. Екстернальний локус контролю був виявлений у 30,5% студентів 1 курсу та у 45% студентів 4 курсу навчання. Це свідчить про те, що ці студенти не бачать зв'язку між своїми діями і тим, що з ними відбуваються. Вони вважають, що більшість подій, які з ними відбуваються, є результатом випадку або дій інших людей.

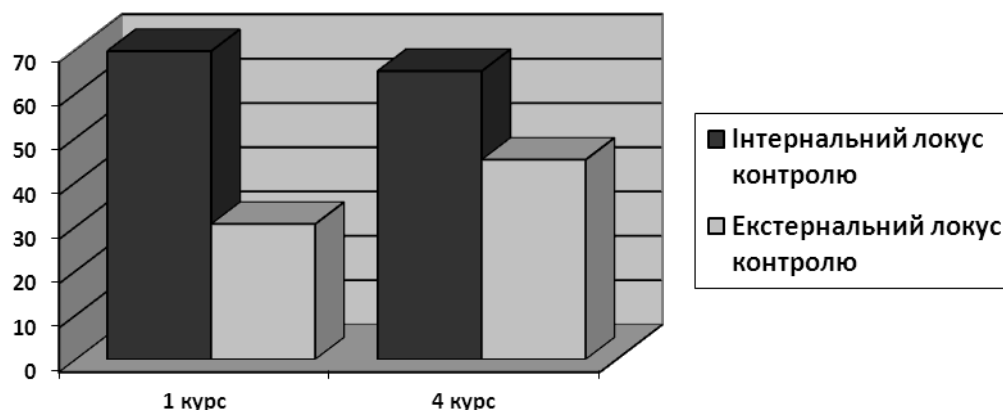


Рис. 2.4 Порівняння рівня суб'єктивного контролю студентів 1-го (n=56) і 4-го (n=52) курсів (за методикою Дж. Роттера) (у %).

Дослідження провідних мотивів та потреб студентів за методикою А. Реана (рис. 2.5), засвідчило, що у 59% студентів першого року навчання переважає мотивація уникнення невдачі. В основі такої мотивації лежать негативні очікування. Таким студентам властива підвищена тривожність і невпевненість у собі, вони намагаються уникати відповідальних завдань. Мотивація досягнення успіху властива 41% досліджуваних першокурсників. Ці студенти впевнені у собі, відповідальні, наполегливі і цілеспрямовані. До четвертого курсу відсоткове співвідношення змінюється: мотивація уникнення невдачі знижується на 12% і становить 47%, мотивація досягнення успіху, навпаки, підвищується і виявлена у 53% досліджуваних.

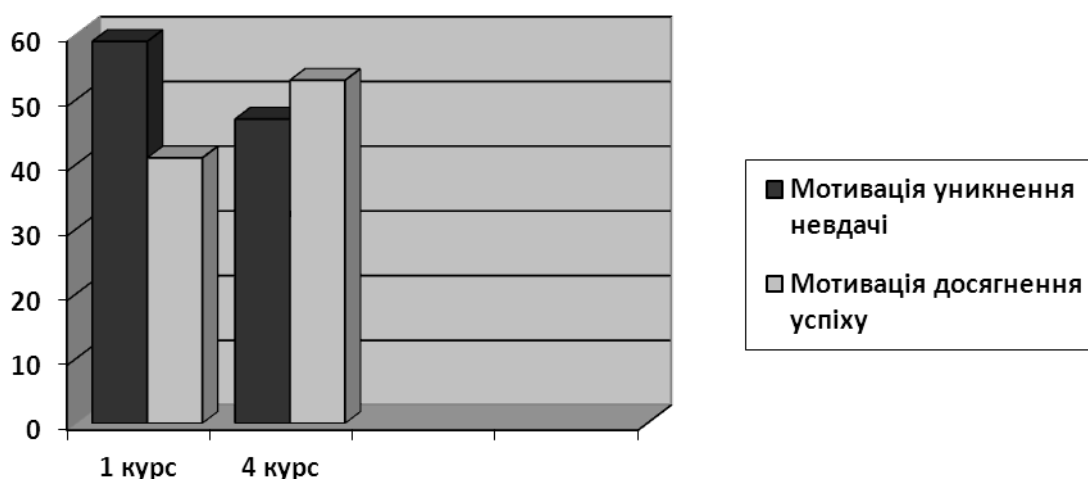


Рис. 2.5 Порівняння рівня мотивів студентів 1-го (n=56) і 4-го (n=52) курсів (за методикою А. Реана) (у %).

Таким чином, порівняльний аналіз отриманих результатів дослідження дає підстави стверджувати, що майбутні психологи мають високі показники внутрішньої

конфліктності, яка супроводжується станом емоційного дискомфорту, внутрішньою напруженістю і низькими показниками позитивного самоствавлення. Це проявляється у рівній мірі як на 1-му, так і на 4-му курсах навчання студентів. Аналіз даних, отриманих в результаті вимірювання розбіжності між рівнем домагань і реальними уявленнями особистості про свої можливості показав, що у більшості майбутніх психологів-першокурсників спостерігається висока розбіжність між оптимальним рівнем домагань і реальними можливостями при заниженій самооцінці. У студентів-психологів 4-го курсу навчання спостерігається співпадання рівня домагань з реальними уявленнями про свої можливості, що свідчить про наявність компенсаторних механізмів витіснення незадоволеності собою. Дослідженням встановлено, що у майбутніх психологів переважає інтернальний локус контролю. У першокурсників переважає мотивація уникнення невдачі, що супроводжується підвищеною тривожністю і невпевненістю. Студентам 4-го курсу властива мотивація досягнення успіху, вони більше впевнені у собі, відповідальні і цілеспрямовані.

Одним із аспектів нашого дослідження було порівняння особливостей внутрішніх конфліктів студентів різного фаху – майбутніх психологів і майбутніх менеджерів. На наш погляд, таке порівняння дозволило ствердитись у тому, що внутрішні конфлікти мають свої особливості залежно від обраного фаху. Порівнювались внутрішні конфлікти студентів 4-х курсів обох спеціальностей.

Порівняння внутрішніх конфліктів досліджуваних студентів-четвертокурсників (майбутніх психологів та менеджерів) виявило значущі відмінності (таблиця 2.1). Так, за методикою С. Пантелєєва у менеджерів більш вираженими виявилися показники за шкалами: самовпевненість, самоцінність, відображене самоствавлення, самоприхильність. Це свідчить про високу самовпевненість, відсутність напруги, чітку усвідомленість власного «Я», здатність ефективно керувати своїми емоціями і переживаннями, а також очікування від інших поваги, симпатії, розуміння. Водночас, високі показники самоприхильності у студентів — менеджерів, навпаки, свідчать про ригідність Я-концепції, небажання щось в собі змінити. Відбувається гостре емоційне "відштовхування" всього, що порушує уявлення про себе. Дані переживання супроводжуються прив'язаністю до неадекватного Я-образу. Тенденції до зберігання такого Я-образу, за С. Пантелєєвим, трактуються як один із захисних механізмів самосвідомості. Внутрішня конфліктність мала місце у 26,6 % менеджерів, тоді як у майбутніх психологів - 40 %.

Дослідження розбіжності між рівнем домагань і реальними уявленнями особистості про свої можливості (протиріччя між «повинен» і «можу»), що проявляється у самооцінці особистості, здійснене за методикою Дембо-Рубінштейн, засвідчило, що у 36% майбутніх психологів та у 33% майбутніх менеджерів спостерігається суттєва розбіжність між оптимальним рівнем домагань і реальними можливостями при заниженій самооцінці (особливо за такими шкалами: впевненість у собі, здібності, авторитет, зовнішність, характер). Це свідчить про наявність внутрішніх конфліктів, що супроводжується незадоволеністю собою. Такі студенти боляче переживають свої невдачі та гостро відчувають потребу в підтримці оточуючих, водночас їм властива недооцінка своїх сил і можливостей. Помірну розбіжність при адекватній самооцінці і оптимальному рівні домагань мають 30% майбутніх психологів та 46% майбутніх менеджерів. Вони реально оцінюють свої успіхи і невдачі, схвалення і несхвалення оточуючих, їм властиве критичне ставлення до себе й до оцінок інших. Низьку розбіжність при завищеній самооцінці і завищеному рівні домагань виявили 21% майбутніх менеджерів і 5% студентів-психологів. Ці досліджувані ставлять перед собою значно вищі цілі, аніж ті, яких вони можуть реально досягнути. Вони недостатньо самокритичні в оцінці своїх успіхів і невдач. Співпадання рівня домагань з реальними уявленнями про свої можливості (відбувається зниження рівня домагань з метою підвищення рівня задоволеності собою) спостерігається у 30% психологів. Це свідчить про наявність компенсаторних механізмів витіснення

незадоволеності собою.

Дослідження впливу локусу контролю на характер внутрішніх конфліктів майбутніх психологів і менеджерів за методикою УСК Дж. Роттера [19] засвідчило, що як у майбутніх психологів (65%), так і у менеджерів (70%) переважає інтернальний локус контролю. Ці студенти здатні брати на себе відповідальність за події свого життя. Вони пояснюють їх своєю поведінкою, здібностями, рисами особистості. Екстернальний локус контролю був виявлений у 45% майбутніх психологів, та у 30% майбутніх менеджерів. Це свідчить про те, що ці студенти не бачать зв'язку між своїми діями і тим, що з ними відбуваються, не вважають себе здатними контролювати їх розвиток. Вони вважають, що більшість подій, які з ними відбуваються, є результатом випадку або дій інших людей.

Дослідження провідних мотивів за методикою А. Реана засвідчило, що як у студентів-менеджерів (54%), так і у майбутніх психологів (53%) переважає мотивація досягнення успіху. Ці студенти впевнені у собі, відповідальні і цілеспрямовані.

Таблиця 2.1

Особливості прояву внутрішніх конфліктів у майбутніх психологів та у майбутніх менеджерів

n=106

| Студенти - майбутні психологи 4-й курс n=52 | | Студенти - майбутні менеджери 4-й курс n=54 | |
|---|-----|---|-------|
| Внутрішня конфліктність | 40% | Внутрішня конфліктність | 26,6% |
| Інтернальний локус контролю | 65% | Інтернальний локус контролю | 70% |
| Екстернальний локус контролю | 45% | Екстернальний локус контролю | 30% |
| Мотивація досягнення успіху | 53% | Мотивація досягнення успіху | 54% |
| Мотивація уникнення невдач | 47% | Мотивація уникнення невдач | 46% |

Продовження таблиці 2.1

| | | | |
|--------------------|-----|--------------------|------|
| Рівень самооцінки: | | Рівень самооцінки: | |
| адекватний | 30% | адекватний | 46 % |
| занижений | 36% | занижений | 33% |
| завищений | 5% | завищений | 21% |

Порівняльний аналіз отриманих результатів дослідження дає підстави стверджувати, що майбутні психологи мають більш виражені показники внутрішньої конфліктності, ніж майбутні менеджери. Вона супроводжується станом емоційного дискомфорту, внутрішньою напруженістю, втратою позитивного самоствавлення. Аналіз даних, отриманих в результаті вимірювання розбіжності між рівнем домагань і реальними уявленнями особистості про свої можливості, показав, що у більшості майбутніх

психологів спостерігається висока розбіжність між оптимальним рівнем домагань і реальними можливостями при заниженій самооцінці. У майбутніх менеджерів спостерігається помірна розбіжність при адекватній самооцінці і оптимальному рівні домагань. Встановлено, що в обох групах досліджуваних переважає інтернальний локус контролю та мотивація досягнення успіху.

На етапі статистичної обробки результатів дослідження, з метою визначення особливостей прояву внутрішнього конфлікту у студентів психологів та визначення чинників, які впливають на його виникнення ми використовували факторний аналіз, який дозволив велику кількість змінних, отриманих в процесі дослідження, звести до меншої кількості незалежних величин, що називаються факторами. При цьому в один фактор поєднуються змінні, що мають високу кореляцію між собою. Таким чином, метою факторного аналізу було знаходження таких комплексних факторів, які найбільш повно пояснюють зв'язки між змінними, які є в наявності.

Процедура факторного аналізу здійснювалася в статистичній системі SPSS методом Principal components, ортогонального обертання факторного рішення Varimax. Метод Varimax найчастіше використовується на практиці, його мета – мінімізувати кількість змінних, які мають високі навантаження на даний фактор, що дозволяє спростити описання фактору за допомогою групування довкола нього лише змінних, найбільше з ним пов'язаних. Для здійснення факторного аналізу необхідні результати всіх діагностичних методик, але детальну характеристику гендерних особливостей переживання внутрішніх конфліктів за методикою С. Бем, ми висвітлюємо в окремому параграфі. Отже, було відібрано 27 показників з даних проведеного комплексу діагностичних методик: маскуліність, фемінність, андрогінність, самооцінка «розум», ідеальна самооцінка «розум», самооцінка «характер», ідеальна самооцінка «характер», самооцінка «авторитет», ідеальна самооцінка «авторитет», самооцінка «здібності», ідеальна самооцінка «здібності», самооцінка «зовнішність», ідеальна самооцінка «зовнішність», самооцінка «впевненість», ідеальна самооцінка «впевненість», інтерналі, середні значення, екстернали, відкритість, самовпевненість, самокерівництво, відображене само ставлення, самоцінність, самоприйняття, самоприхильність, внутрішня конфліктність, самозвинувачення, мотивація уникнення невдачі, мотивація досягнення успіху.

Факторний аналіз здійснювався в п'ять етапів. На першому етапі ми аналізували дані, які були отримані в процесі психодіагностичного дослідження студентів - майбутніх психологів, що навчаються на першому курсі. На підставі діаграми опису (Scree Plot), запропонованої Р.Кеттелом, та частки дисперсії змінних, які пояснюються в загальних факторах, на даному етапі для інтерпретації було відібрано п'ять факторів: «відсутність внутрішньої конфліктності», «наявність внутрішньої конфліктності», «самооцінка», «Я-концепція», «інтернальний локус контролю». Доля сукупної дисперсії цих факторів складає 59 % (див. додаток А.1).

Перший фактор «відсутність внутрішньої конфліктності» (16,6%) включає такі змінні: маскуліність (0,48), самооцінка «характер» (0,49), самооцінка «авторитет» (0,46), самооцінка «здібності» (0,71), самооцінка «зовнішність» (0,56), самоприйняття (0,63), середні значення (-0,79), внутрішня конфліктність (-0,74), мотивація уникнення невдачі (-0,64), самозвинувачення (-0,62).

Внутрішня конфліктність відсутня у студентів-психологів першого курсу за наступних умов: прояв у особистості маскуліних рис характеру, зокрема: віра у себе, схильність захищати свої погляди, незалежність, спроможність до лідерства, аналітичний склад мислення та здатність швидко приймати рішення, тощо. Крім того, даній групі досліджуваних властива адекватна самооцінка рис характеру, зовнішності та рівня свого авторитету у соціальних групах. За даних умов у особистості виникає самоприйняття при повній відсутності тенденції до самозвинувачення. Зауважимо також, що у студентів –

майбутніх психологів, яким не властива внутрішня конфліктність, відсутні риси, які провокують виникнення мотивації уникнення невдачі, а саме: невміння оцінити свої можливості, схильність ставити не виправдано завищені цілі, планувати своє майбутнє на найближчу перспективу, а також обирати легкі завдання, які не потребують особливих зусиль.

Другий фактор «наявність внутрішньої конфліктності» (14,3%) включає наступні змінні: фемінність (0,75), внутрішня конфліктність (0,52), самооцінка «розум» (0,47), самооцінка «ідеальний характер» (0,76), самооцінка «ідеальна зовнішність» (0,46), екстернали (0,57), відкритість (0,58), самозвинувачення (0,64), мотивація уникнення невдачі (0,51).

Як свідчить аналіз змінних, що увійшли до даного фактора, досліджувані переживають внутрішні конфлікти за умови прояву переважно фемінних рис характеру. Їм притаманні: поступливість, сором'язливість, ніжність, відданість, вміння співчувати, здатність до емпатії, довірливість, інфантильність тощо. Ще одним чинником, який обумовлює виникнення внутрішнього конфлікту, є наявність екстернального локусу контролю, що найчастіше проявляється у конформній і поступливій поведінці, певній пасивності, залежності, тривожності і невпевненості у собі. Можна думати, що наявність даних рис провокує появу негативного ставлення, що проявляється у негативній емоційній оцінці власного «Я». При адекватній самооцінці своїх інтелектуальних здібностей, досліджувані даної групи великого значення надають ідеальним рисам особистості, які відображають характер та зовнішність. Велика розбіжність між «Я-ідеальним» та «Я-реальним» провокує появу внутрішнього конфлікту. З одного боку, це є позитивним явищем, оскільки дає можливість для саморозвитку. З іншого – може гальмувати розвиток за умови «застрявання» на переживанні внутрішнього дискомфорту, а не на пошуках шляхів для його подолання. Зауважимо також, що студентам-першокурсникам, які схильні до переживання внутрішніх конфліктів, властивий досить високий рівень рефлексії при вираженій мотивації соціального схвалення та критичності. Залежність від соціального середовища, конформність, тривожність, поступливість, певна інфантильність є причиною того, що у даної групи досліджуваних переважає мотивація уникнення невдачі.

Таким чином, виникненню внутрішніх конфліктів у студентів-психологів сприяють когнітивні показники (самооцінка та сумнів в істинності мотивів й принципів, якими особистість керувалася раніше), емоційні (негативна емоційна оцінка власного «Я»), велика розбіжність між «Я-реальним» і «Я-ідеальним»), поведінкові (залежність від соціального оточення, переважаюча мотивація уникнення невдачі).

До третього фактора «самооцінка» (10,2%), який розкриває вплив самооцінки на виникнення внутрішніх конфліктів, увійшли такі змінні: внутрішня конфліктність (0,65), середні значення (0,45), фемінність (0,52), ідеальна самооцінка «розум» (0,62), ідеальна самооцінка «авторитет» (0,44), ідеальна самооцінка «характер» (0,52).

Змінні, що увійшли до даного фактора підтверджують висновок про те, що внутрішні конфлікти виникають за умови прояву у психологів переважно фемінних рис характеру. Крім того, виникнення конфлікту тісно пов'язано із самооцінкою особистості, оскільки велика увага надається саме ідеальній самооцінці, зокрема за шкалою «розум», «авторитет» та «характер». На наш погляд, це є свідченням того, що існує значна розбіжність між «реальним» та «ідеальним» Я. Як бачимо, важливими для студентів першого курсу є інтелектуальна сфера, особистісні якості та соціальний статус. Неуспішність в одній із даних сфер або недооцінка власних якостей та можливостей може призвести до невпевненості у собі, самозвинувачень, самокопання, до переживання стану тривоги і, як наслідок, до виникнення внутрішнього конфлікту. Аналіз змінних, що увійшли до даного фактора, ще раз підтверджує думку про обумовленість переживання конфлікту емоційними та когнітивними чинниками.

Аналіз змінних, що увійшли до четвертого фактора «Я-концепція» (9,8%), відображає за яких умов першокурсники не переживають внутрішнього дискомфорту і не схильні до переживання внутрішньої конфліктності. Зокрема, позитивна самооцінка за шкалами «впевненість» (змінна самооцінка «впевненість» (0,52)) та «здібності» (змінна самооцінка «здібності» (0,53)) навіть при наявності переважно фемінних рис характеру запобігає виникненню конфліктів. Змінна «самокерівництво» (0,47), що увійшла до даного фактору свідчить, на наш погляд, про те, що за умови наявності уявлень особистості про те, яким чином вона досягає певних результатів, які шляхи і можливості є у неї для розвитку власної особистості, студенти-першокурсники не переживають внутрішніх конфліктів. Це відбувається за рахунок того, що вони здатні оцінити своє минуле (зокрема те, чого вони досягли на даний момент життя) і мають перспективу на майбутнє, яка водночас охоплює і розвиток власної особистості. Ще одним досить важливим чинником, який допомагає уникнути внутрішніх конфліктів, є відчуття цінності власної особистості та цінності власного «Я» для інших, про що свідчить змінна «самоцінність» (0,49), що увійшла до даного фактору.

Можна зробити висновок, що цілісність і стабільність «Я-концепції», усвідомлення своїх досягнень і уміння планувати своє майбутнє, особливо з точки зору розвитку власної особистості запобігають виникненню внутрішніх конфліктів у студентів - майбутніх психологів першого року навчання.

П'ятий фактор «інтернальний локус контролю» (8,1) включає наступні змінні: інтерналі (0,48), самооцінка «характер» (0,59), внутрішня конфліктність (-0,52), ідеальна самооцінка «авторитет» (-0,51), відображене самоставлення (0,47). Аналізуючи змінні, що увійшли до даного фактору, ми дійшли висновку, що майбутні психологи-першокурсники, які інтерпретують значимі життєві події як наслідок власних зусиль, мають позитивну самооцінку та досить терпляче ставлення до оточуючих - меншою мірою схильні до переживання внутрішніх конфліктів. Крім того, досліджувані, що мають дані характеристики, відрізняються тим, що впевнені у власній здатності викликати у інших людей повагу та симпатію. Разом з тим, у них внутрішні конфлікти виникають тоді, коли для них є досить значущим мати авторитет серед оточуючих. На наш погляд, для студентів важливо мати досить високий статус серед однокурсників, вони мають незадоволену потребу у визнанні, про що свідчить той факт, що для них є важливою ідеальна самооцінка в даному аспекті. При незадоволенні даної потреби і неможливості в реальних обставинах досягнути «ідеального портрету власного Я», виникає внутрішній конфлікт.

Узагальнюючи результати, отримані на даному етапі дослідження, ми дійшли наступних висновків. У студентів першого курсу виникнення внутрішніх конфліктів обумовлюють наступні чинники:

- прояв або наявність таких рис як конформна і поступлива поведінка, тривожність, невпевненість у собі, поступливість, сором'язливість, інфантильність, здатність до емпатії;
- залежність від соціального середовища і, як наслідок, виражена мотивація соціального схвалення та критичності;
- неадекватно занижена самооцінка;
- значна розбіжність між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» у таких особистісних сферах як риси характеру, соціальний статус та рівень інтелектуального розвитку;
- наявність екстернального локусу контролю;

- переважаюча мотивація – уникнення невдачі;
- прояв переважно фемінних рис.

Чинники, які дозволяють уникнути гострого переживання внутрішніх конфліктів:

- прояв або наявність таких особистісних рис як: віра у себе, незалежність, схильність захищати свої погляди та інтереси, наявність лідерських якостей, аналітичний склад мислення; адекватна самооцінка;
- самоприйняття при повній відсутності тенденції до самозвинувачення;
- відчуття цінності і стабільності «Я-концепції»;
- вміння планувати своє майбутнє;
- вміння бачити шляхи розвитку власної особистості;
- інтерпретація власних життєвих подій як наслідок своїх зусиль;
- переважаюча мотивація – досягнення успіху;
- прояв переважно маскулінних рис характеру.

В процесі дослідження постало запитання: чи змінюються чинники, що спричиняють виникнення внутрішніх конфліктів у студентів-психологів за період навчання у ВНЗ?

Щоб відповісти на дане запитання, нами було здійснено другий етап факторного аналізу був спрямований на аналіз даних, які були отримані в процесі психодіагностичного дослідження студентів четвертого курсу. Для інтерпретації було відібрано п'ять факторів: «відсутність внутрішньої конфліктності», «наявність внутрішньої конфліктності», «гендерні особливості», «Я - ідеальне», «самооцінка». Доля сукупної дисперсії цих факторів складає 66,1% (див. додаток А.2).

До першого фактора, який ми назвали «відсутність внутрішньої конфліктності» (23,8%) ввійшли наступні змінні: фемінність (0,50), самооцінка «розум» (0,80), самооцінка «характер» (0,59), самооцінка «здібності» (0,67), самооцінка «зовнішність» (-0,47), інтерналі (0,59), середні значення (-0,64), внутрішня конфліктність (-0,58), мотивація уникнення невдачі (-0,54).

Інтернальний локус контролю, який передбачає активність, незалежність, самостійність та позитивну самооцінку особистості, прагнення до розвитку і особистісного зростання, запобігає виникненню внутрішнього конфлікту у студентів четвертого року навчання. Позитивна самооцінка спостерігається за такими шкалами як: «розум», «характер» та «здібності». Таким чином, четвертокурсники, які не схильні до переживання внутрішніх конфліктів, великої уваги надають власному розвитку в інтелектуальній та особистісній сферах. За таких умов, на відміну від студентів першого курсу, навіть за наявності переважно фемінних рис особистості у них не виникає внутрішнього конфлікту. В даному випадку фемінні риси особистості, зокрема, здатність до емпатії, довірливість, вміння співчувати сприяють усвідомленню оточуючої дійсності, прийняттю і розумінню оточуючих дозволяють уникнути внутрішнього дисбалансу.

Варто зауважити, що студенти четвертого курсу, у яких локус контролю знаходиться на межі між інтернальним та екстернальним типом, переживають внутрішній

конфлікт, ситуація виникнення якого може також поглиблюватися за рахунок низької самооцінки за шкалою «зовнішність». Коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю, самостійністю може провокувати виникнення мотивації уникнення невдачі, що, в свою чергу, призводить до появи внутрішніх протиріч та переживання внутрішнього конфлікту.

Другий фактор «наявність внутрішньої конфліктності» (12,7%) розкриває, які чинники впливають на її виникнення у студентів. Аналіз змінних, що увійшли до даного фактора, а саме: ідеальна самооцінка «характер» (-0,50), середнє значення (0,55), внутрішня конфліктність (0,54), фемінінність (0,61), самооцінка «здібності» (-0,62), відображене самоставлення (-0,54), самоцінність (-0,49), самокерівництво (-0,52), підтверджує нашу думку про те, що середні показники за шкалою локусу контролю при поєднанні із наявністю переважно фемінінних рис можуть бути вагомими чинниками виникнення внутрішніх конфліктів.

Крім того, переживанню внутрішнього конфлікту сприяє невіра в те, що можна викликати в інших людей повагу і симпатію. На наш погляд, це тісно пов'язано з рівнем самооцінки бажаних рис характеру, які не властиві досліджуваним, але яких вони прагнуть набути. Виникнення внутрішнього конфлікту також тісно пов'язано з відсутністю цінності власної особистості, що з нашої точки зору, може бути пов'язано з неприйняттям власного «Я», що гальмує розвиток та не дозволяє долати труднощі й досягати поставленої мети завдяки власним зусиллям.

Таким чином, виникнення внутрішнього конфлікту у студентів четвертого курсу можуть провокувати наступні чинники: низька самооцінка за шкалою «зовнішність»; коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю, самостійністю; переважаюча мотивація уникнення невдачі; неприйняття власного «Я» та відсутність почуття власної цінності.

Третій фактор, «гендерні особливості» (12,3%), розкриває вплив гендерних особливостей на виникнення внутрішнього конфлікту і засвідчує суттєві відмінності між студентами першого та четвертого курсів. До даного фактора увійшли наступні змінні: маскуліність (0, 51), фемінінність (0,54), самооцінка «розум» (0,48), самооцінка «авторитет» (0,67), внутрішня конфліктність (-0,52), мотивація досягнення успіху (0, 49).

Проаналізувавши змінні, що увійшли до даного фактора, ми дійшли висновку, що, на відміну від першокурсників, для студентів четвертого курсу не відіграє суттєвої ролі наявність переважно жіночих чи чоловічих рис характеру. За умови адекватної самооцінки в інтелектуальній сфері та відчуття власної значущості, гендерні особливості, що проявляються у студентів четвертого курсу, навпаки, сприяють уникненню переживання внутрішніх конфліктів. На нашу думку, це пов'язано з тим, що в процесі навчання за даною спеціальністю студенти-четвертокурсники, усвідомлюючи наявність як чоловічих, так і жіночих рис характеру, не заперечують їх, а спираються на них у процесі свого особистісного розвитку.

Мотивації досягнення успіху, яка переважає у студентів даної групи, передбачає активність та ініціативність особистості у вирішенні проблем і перешкод, які зустрічаються на життєвому шляху. Крім того, незалежність від зовнішніх обставин дозволяє підтримувати адекватну самооцінку в сфері соціальних відносин. Схильність ставити перед собою реально досяжні цілі та наполегливість у їх досягненні підтримує досить високу самооцінку особистості в інтелектуальній сфері. Поєднання даних чинників дає змогу студентам четвертого курсу уникати частого переживання внутрішнього конфлікту.

Четвертий фактор «Я - ідеальне» (10,1%) включає в себе наступні змінні: внутрішня конфліктність (0,56), фемінінність (0,50), ідеальна самооцінка «зовнішність» (0, 51), ідеальна самооцінка «характер» (0,48), середні значення (0,49). На відміну від попереднього, даний фактор показує схожість між чинниками, які впливають на

виникнення внутрішніх конфліктів у студентів незалежно від терміну навчання.

Четвертокурсники переживають внутрішній конфлікт за умови прояву переважно фемінних рис характеру - ми мали змогу спостерігати це і на першому етапі факторного аналізу. Студенти-психологи великої уваги надають ідеальній, а не реальній самооцінці, особливо у таких сферах, як зовнішність та риси характеру. Однак зауважимо, що на відміну від студентів-першокурсників, внутрішній конфлікт у четвертокурсників виникає за наявності локусу контролю, який знаходиться на межі між інтернальним та екстернальним типом.

Таким чином, наявність таких рис як: поступливість, сором'язливість, ніжність, вміння співчувати, здатність до емпатії, інфантильність у поєднанні з коливаннями між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю може призвести до того, що особистість радше схильна жити у ідеальному надуманому світі, приділяючи при цьому великого значення ідеальній зовнішності та характеру. Неспівпадання ідеального уявлення та існуючої дійсності у даному випадку призводить до виникнення внутрішнього конфлікту.

До п'ятого фактора, який отримав назву «самооцінка» (7,2%), ввійшли наступні змінні: маскуліність (0,53), внутрішня конфліктність (0,51), самооцінка «розум» (-0,51), самооцінка «характер» (-0,49), самооцінка «авторитет» (-0,50). Аналізуючи змінні, що ввійшли до складу даного фактора, ми дійшли наступного висновку. Студенти четвертого курсу переживають внутрішні конфлікти за наявності таких якостей особистості: раціональність, незалежність, активність, авторитарність, агресивність, стриманість в емоційних проявах, схильність до ризику, здатність до досягнень. Таким чином, на відміну від студентів першого курсу, четвертокурсники схильні до переживання внутрішніх конфліктів за умови домінування маскулічних рис характеру і одночасно заниженої самооцінки в інтелектуальній, особистісній та сфері соціальних відносин. Вочевидь неуспішність в одній із перерахованих сфер вступає у протиріччя із бажанням і здатністю досягнень, незалежністю та схильністю до домінування, що, в свою чергу, призводить до виникнення внутрішнього конфлікту.

Підсумовуючи результати дослідження, зауважимо, що виникнення внутрішніх конфліктів у студентів четвертого курсу зумовлюється наступними чинниками:

- занижена самооцінка власної зовнішності;
- переважаюча мотивація уникнення невдачі;
- неприйняття власного «Я»;
- схильність до самозвинувачення;
- відсутність почуття власної цінності;
- поєднання переважаючих фемінних рис та виключно ідеального уявлення про власну зовнішність та характер;
- локус контролю знаходиться між екстернальним та інтернальним типом;
- домінування маскулічних рис характеру і водночас заниженої самооцінки в інтелектуальній, особистісній та сфері соціальних відносин.

Чинники, які дозволяють уникнути гострого переживання внутрішніх конфліктів:

- наявність інтернального локусу контролю;

- адекватна самооцінка у всіх значимих для особистості сферах;
- здатність до розвитку і саморозвитку;
- переважаюча мотивація досягнення успіху;
- незалежність від зовнішніх обставин.

З нашої точки зору, названі вище психологічні чинники, що, з одного боку, впливають на виникнення внутрішніх конфліктів, а з іншого – дозволяють їх уникнути, в подальшому можна використовувати при розробці корекційно-розвивальних занять зі студентами - майбутніми психологами.

Узагальнені результати двох етапів факторного аналізу подані в таблиці 2.2

Таблиця 2.2

Психологічні чинники виникнення внутрішнього конфлікту у студентів - майбутніх психологів.

| Курси навчання | Психологічні чинники | | |
|----------------|--|---|---|
| | Когнітивні | Емотивні | Конативні |
| 1 курс | -наявність екстернального локусу контролю; -значна розбіжність між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» у таких особистісних сферах як соціальний статус | - тривожність; - занижена самооцінка зовнішності та рис характеру; | -наявність конформної та поступливої поведінки; -невпевненість у собі; -сором'язливість; -залежність від соціального середовища -виражена мотивація |

Продовження таблиці 2.2

| | | | |
|--------|---|---|--|
| | та рівень інтелектуального розвитку; | | соціального схвалення та критичності; -інфантильність; - мотивація уникнення невдачі; .-прояв фемінінних рис. |
| 4 курс | -локус контролю знаходиться на межі між інтернальним та екстернальним типом; -значна розбіжність між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» у таких особистісних сферах як соціальний статус та рівень інтелектуального розвитку. | -неприйняття власного «Я»; -відсутність почуття власної цінності; -схильність до самозвинувачення; - занижена самооцінка зовнішності та рис характеру. | -мотивація уникнення невдачі; -прояв маскуліних рис. |

Факторний аналіз результатів, отриманих в процесі дослідження особливостей внутрішніх конфліктів у студентів-майбутніх менеджерів.

З метою поглибленого дослідження особливостей прояву внутрішніх конфліктів у студентів психологів та порівняння визначених особливостей з особливостями прояву конфлікту у студентів, які навчаються за іншим фахом, ми здійснили третій етап факторного аналізу.

Для подальшої інтерпретації було відібрано п'ять факторів: «відсутність внутрішньої конфліктності», «локус контролю», «самооцінка», «інтернальний локус контролю», «мотивація уникнення невдачі». Доля сукупної дисперсії цих факторів складає 58,7% (див. додаток А.3).

Перший фактор «відсутність внутрішньої конфліктності» (18,6%) відображає умови, за наявності яких у студентів - майбутніх менеджерів відсутня внутрішня конфліктність. До даного фактора ввійшли змінні: маскулітність (0,46), фемінність (0,71), самооцінка «розум» (0,51), самооцінка «характер» (0,79), ідеальна самооцінка «характер» (0,59), самооцінка «авторитет» (0,69), самооцінка «здібності» (0,51), самооцінка «зовнішність» (0,76), середні значення (-0,49), внутрішня конфліктність (-0,57).

Аналізуючи змінні, що ввійшли до даного фактора, ми дійшли наступних висновків. Для студентів-менеджерів і для студентів - психологів четвертого курсу, наявність переважно жіночих чи чоловічих рис характеру не відіграє суттєвої ролі при виникненні внутрішнього конфлікту. Однак зауважимо, що така ситуація має місце за умови позитивної самооцінки в інтелектуальній і особистісній сфері (зокрема, позитивній самооцінці власної зовнішності, рис характеру та здібностей) та відчуття власної значущості в соціальній сфері. Крім того, великої уваги вони надають ідеальній самооцінці рис характеру, що дає нам змогу припустити спрямованість розвитку особистості саме у даній сфері. За таких умов у студентів-менеджерів не виникає коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю, самостійністю і вони не схильні до переживання внутрішніх конфліктів.

Другий фактор, «локус контролю» (14,4%), розкриває вплив локусу контролю на виникнення внутрішнього конфлікту і містить наступні змінні: середні значення (0,66), внутрішня конфліктність (0,63), інтернали (-0,67), самооцінка «здібності» (-0,55), ідеальна самооцінка «характер» (0,52), самокерівництво (-0,53), самовпевненість (-0,49).

Внутрішні конфлікти у студентів - майбутніх менеджерів виникають за умови знаходження їх локусу контролю на межі між інтернальним та екстернальним типом. Таким чином, коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю при можливій заниженій самооцінці власних здібностей призводить до виникнення внутрішнього конфлікту.

Крім того, внутрішні конфлікти у студентів-менеджерів виникають за умови, коли вони не готові взяти на себе відповідальність за події власного життя і вважають, що те, що з ними відбувається є наслідком дії зовнішніх обставин та причин. За таких умов студенти-менеджери переживають низький рівень самоповаги та невіру в те, що можна досягнути цілі завдяки власним зусиллям.

До складу третього фактора «самооцінка» (9,5%) входять наступні змінні: маскулітність (0,49), фемінність (0,52), ідеальна самооцінка «характер» (0,54), внутрішня конфліктність (0,56), самооцінка «зовнішність» (-0,55), самооцінка «здібності» (-0,48), відображене самоставлення (-0,56).

Маючи занижену самооцінку власної зовнішності та здібностей, майбутні менеджери схильні вважати, що не спроможні викликати в інших людей повагу і симпатію. При наявності як фемінних, так і маскулітних рис характеру студенти переживають внутрішній конфлікт. Таким чином, можна стверджувати, що при заниженій самооцінці та прагненні до ідеального образу власної особистості (особливо в тому, що стосується рис характеру), у студентів - майбутніх менеджерів виникає внутрішній конфлікт, незалежно від типів гендерної ідентичності.

Четвертий фактор «інтернальний локус контролю» (8,3), розкриває чинники, за умови наявності яких студенти можуть уникнути виникнення внутрішнього конфлікту. Даний фактор містить наступні змінні: інтернали (0,54), самоприйняття (0,49), самозвинувачення (-0,51), ідеальна самооцінка «характер» (0,48), внутрішня конфліктність (-0,55), самооцінка «характер» (0,52), мотивація досягнення успіху (0,51).

У студентів - майбутніх менеджерів переважання інтернального локусу контролю запобігає виникненню внутрішнього конфлікту. Тобто за умови інтерпретації значимих життєвих подій, як наслідків власних зусиль, внутрішній конфлікт не виникає. Зауважимо, що в процесі дослідження ми спостерігали це явище і у студентів - майбутніх психологів першого і четвертого курсів. Крім того, уникненню внутрішнього конфлікту сприяє адекватна самооцінка майбутніх менеджерів в особистісній сфері (зокрема, власних рис характеру).

Переважаючі інтернальний локус контролю та адекватна самооцінка власної особистості призводять до самоприйняття, незважаючи на слабкі сторони і відсутність тенденції до самозвинувачення. Перераховані чинники дозволяють уникнути внутрішніх протиріч і внутрішніх конфліктів.

До складу п'ятого фактора «мотивація уникнення невдачі» (7,9%), входять змінні: маскулітність (0,56), самооцінка «розум» (0,48), інтернали (0,52), внутрішня конфліктність (0,54), самозвинувачення (0,52), мотивація уникнення невдачі (0,48), самооцінність (0,49).

Аналіз змінних, що ввійшли до даного фактора, дозволяє простежити відмінності у виникненні внутрішніх конфліктів у студентів-менеджерів та студентів-психологів. Цікавим, на наш погляд, є те, що студенти-майбутні менеджери переживають внутрішній конфлікт за переважання у них маскулітних рис характеру, а саме: раціональності, незалежності, активності, стриманості в емоційних проявах, схильності до ризику, здатності до досягнень тощо. Крім того, в даному випадку ці студенти позитивно оцінюють себе в інтелектуальній сфері та мають інтернальний локус контролю, тобто готові взяти на себе відповідальність за те, що відбувається в їхньому житті. Однак, навіть при поєднанні чинників, які на перших етапах нашого дослідження дозволяли уникнути внутрішньої конфліктності, в даному випадку призводять до виникнення стану тривоги і переживання внутрішніх конфліктів.

Що ж проковує виникнення конфліктів за даних умов? Насамперед, це переважаюча мотивація уникнення невдачі, яка призводить до того, що досліджувані схильні ставити не виправдано завищені цілі та відрізняються невмінням оцінити свої можливості. Оскільки при виконанні завдань проблемного характеру, результативність діяльності погіршується і не завжди досягається бажаний результат, у студентів - майбутніх менеджерів існує схильність до самозвинувачення. Таким чином, мотивація уникнення невдачі та схильність до самозвинувачення яскраво відображають тенденцію до виникнення внутрішнього конфлікту у студентів - майбутніх менеджерів.

Узагальнені результати третього етапу факторного дослідження подані в таблиці 2.3

Таблиця 2. 3

Психологічні чинники виникнення внутрішнього конфлікту у студентів- майбутніх менеджерів

| Психологічні чинники | | |
|-------------------------------------|--|--|
| Когнітивні | Емотивні | Конативні |
| -локус контролю знаходиться на межі | -занижена самооцінка власних здібностей; | -неготовність взяти на себе відповідаль- |

| | | |
|--|--|---|
| між інтернальним та екстернальним типом. | -низький рівень самоповаги; -невіра в те, що можна досягнути цілі завдяки власним зусиллям; -схильність до самозвинувачення негативна самооцінка власної зовнішності. | ність за події власного життя; -переважаюча мотивація уникнення невдачі. |
|--|--|---|

На четвертому етапі нашого дослідження ми спробували класифікувати внутрішні конфлікти, які переживають студенти-психологи за допомогою методу Позитивної психотерапії Н. Пезешкіана [129]. Ми визначили чинники, що впливають на виникнення актуального, ключового та базового внутрішнього конфліктів у студентів - майбутніх психологів.

Виникнення актуального конфлікту у студентів першого курсу, на нашу думку, обумовлюють наступні чинники: залежність від соціального середовища; виражена мотивація соціального схвалення та критичності; конформна і поступлива поведінка, залежність, невпевненість у собі.

Переживання ключового конфлікту обумовлюється значною розбіжністю між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» у таких особистісних сферах як риси характеру, соціальний статус та рівень інтелектуального розвитку; екстернальним локусом контролю.

Базовий конфлікт у першокурсників зумовлений наявністю наступних чинників: негативної оцінки власного «Я»; переважаючої мотивації уникнення невдачі; інфантильності, здатності до емпатії; прояв переважно фемінних рис характеру.

Для визначення особливостей та динаміки внутрішніх конфліктів студентів-психологів протягом навчання визначимо чинники, які впливають на виникнення конфліктів у студентів-четвертокурсників.

Актуальний внутрішній конфлікт виникає у студентів четвертого року навчання за наявності: конформної і поступливої поведінки, невпевненості у собі, залежності.

На відміну від першокурсників, у студентів четвертого курсу залежність від соціального середовища не відіграє вирішальну роль у виникненні внутрішніх конфліктів. Це пов'язано з тим, що за період навчання студенти починають усвідомлювати своє місце у соціумі або ж приймають ті соціальні ролі, які вони у ньому відіграють.

Виникнення ключового конфлікту обумовлюється середнім рівнем локусу контролю, що знаходиться на межі між інтернальним та екстернальним типом; низькою самооцінкою за шкалою «зовнішність» та завищеною самооцінкою особистісних рис характеру.

На відміну від студентів першого курсу, у четвертокурсників відбувається «коливання» локусу контролю, що свідчить про те, що в процесі навчання проходить переоцінка системи життєвих цінностей і прийняття на себе відповідальності за події, які відбуваються у їхньому житті. Самооцінка четвертокурсників коливається лише стосовно зовнішності та характеру, самооцінка в інтелектуальній та соціальній сферах не має значного впливу на виникнення внутрішнього конфлікту. Ми пов'язуємо це з тим, що даний вік найчастіше є віком встановлення серйозних інтимно-шлюбних стосунків, тому внутрішній конфлікт пов'язаний саме з тими сферами, які відіграють роль при встановленні і підтриманні даних стосунків.

Чинниками, що впливають на виникнення базового конфлікту є домінування маскулітних рис характеру при одночасно заниженій самооцінці в інтелектуальній, особистісній та сфері соціальних відносин; відсутність відчуття цінності власної

особистості; інфантильність, здатність до емпатії; неприйняття власного «Я»; переважаюча мотивація уникнення невдачі.

На відміну від першокурсників, у студентів четвертого курсу на виникнення базового конфлікту впливають не фемінні, а маскуліні риси характеру. Цей аспект для нас потребує подальшого дослідження, водночас можна говорити, що студенти четвертого курсу більше, ніж першокурсники, схильні до переживання саме базового конфлікту. Очевидно, це пов'язано з тим, що нові внутрішні протиріччя пов'язуються з невіршеними на попередніх етапах розвитку, навчання, перетворюючись на глибинний страх «бути не таким як треба». Особливо це проявляється або ж поглиблюється за наявності таких рис як: незалежність, активність, стриманість в емоційних проявах, схильність до ризику, здатність до досягнень.

Таким чином, існують суттєві відмінності в особливостях прояву внутрішніх конфліктів у студентів-психологів першого та четвертого року навчання, що, на нашу думку, пов'язано насамперед з неможливістю вирішення конфлікту конструктивним шляхом на попередніх життєвих етапах.

Визначимо чинники, що зумовлюють актуальний, ключовий та базовий внутрішній конфлікт у студентів-менеджерів. Насамперед, нас цікавить, чи є різниця в особливостях прояву внутрішніх конфліктів у майбутніх психологів та студентів, що навчаються за іншою спеціальністю.

Аналізуючи особливості виникнення актуального конфлікту у студентів-менеджерів, ми дійшли висновку, що найчастіше дана група досліджуваних не схильна до переживання актуального внутрішнього конфлікту. Ми не визначили жодного чинника, який би впливав на його виникнення. Оскільки за Н. Пезешкіаном суттю актуального конфлікту є конфліктні відносини зі світом, ми припускаємо, що студенти – майбутні менеджери приймають оточуючу дійсність такою, якою вона є, не намагаючись в ній щось змінити чи підлаштуватися під оточення, щоб отримати схвалення та підтримку. Про це свідчить відсутність залежності від соціального середовища та мотивації соціального схвалення.

Переживання майбутніми менеджерами ключового конфлікту обумовлюється заниженою самооцінкою власних здібностей; негативною самооцінкою власної зовнішності; середнім локусом контролю, що знаходиться на межі між інтернальним та екстернальним типом. У цих студентів, на відміну від майбутніх психологів, відсутня значна розбіжність між «Я-реальним» та «Я-ідеальним». Занижена самооцінка спостерігається лише в оцінці власних здібностей та можливостей. Таким чином, можна зробити висновок, що інтелектуальна, особистісна та соціальна сфера не є визначальними при виникненні ключового типу внутрішнього конфлікту. Однак, значну роль відіграють рівень здібностей і можливостей, а також ті цілі, яких вони можуть досягнути завдяки даним здібностям. Наш висновок підтверджується при аналізі чинників, які впливають на виникнення базового конфлікту у студентів- майбутніх менеджерів.

Базовий конфлікт виникає за наступних умов: наявності тенденції до самозвинувачення; низького рівня самоповаги; невіри в те, що можна досягнути цілі завдяки власним зусиллям; неготовності взяти на себе відповідальність за події власного життя; переважаючої мотивації уникнення невдачі.

На наш погляд, невіршений на певному життєвому етапі розвитку ключовий конфлікт поглиблюється і переходить в базовий. Зокрема неможливість досягнути певних цілей, невдачі в діяльності, які повторюються з певною частотою, поглиблюють стан внутрішньої напруги і трансформуються у стійку невіру особистості в те, що можна досягнути цілей завдяки власним зусиллям. Це призводить до самозвинувачення, низького рівня самоповаги, а через це неготовності взяти на себе відповідальність за власні життєві події. Чинники, які впливають на виникнення базового конфлікту у майбутніх менеджерів, суттєво відрізняються від чинників, які ми визначили досліджуючи особливості прояву конфліктів у психологів.

Варто зауважити, що отримані дані дозволяють говорити лише про певну тенденцію, зважаючи на яку ми можемо шукати шляхи впливу і корекції задля позитивного результату.

2.3 Гендерна характеристика внутрішньоособистісних конфліктів

Особливості гендерної та статевої психології приваблювали багатьох дослідників психології особистості. Немає практично жодної з відомих теорій особистості, яка б не розглядала закономірності чоловічої й жіночої психології як характеристик сутності особистості. Поняття гендеру, як соціально-психологічної статі людини, визначається принаймні двома сферами детермінант: соціальними (сукупністю соціальних очікувань до гендерних ролей, норм і стереотипів) та особистісними (уявленням людини про те, ким вона є). Друга дуже тісно пов'язана з поняттям ідентичності.

Одним із завдань нашого дослідження було з'ясування особливостей прояву гендерних відмінностей рівня внутрішньої конфліктності у майбутніх психологів. З результатів дослідження, поданих у таблиці 2.4, видно, що 41,6 % хлопців і 32 % дівчат першого курсу мають високий загальний рівень внутрішньої конфліктності, а серед четвертокурсників – 38,5 % і 33,8 % хлопців та дівчат відповідно. Дослідженням встановлено, що хлопці обох вікових груп більш схильні до переживання внутрішніх конфліктів, ніж дівчата.

Таблиця 2.4

Показники загального рівня прояву внутрішніх конфліктів майбутніх психологів
(за методикою С. Пантілеєва)

n=281

| Загальний рівень внутрішньої конфліктності | Студенти 1-го курсу (n=150) | | | | Студенти 4-го курсу (n=131) | | | |
|--|-----------------------------|------|----------------|------|-----------------------------|------|----------------|------|
| | Хлопці (n=72) | | Дівчата (n=78) | | Хлопці (n=63) | | Дівчата (n=68) | |
| | кількість | % | кількість | % | кількість | % | кількість | % |
| Високий | 30 | 41,6 | 25 | 32 | 24 | 38,5 | 23 | 33,8 |
| Середній | 40 | 55,5 | 48 | 61,5 | 36 | 57,8 | 40 | 58,8 |
| Низький | 2 | 2,9 | 5 | 7,5 | 3 | 4,7 | 5 | 7,4 |

Середній рівень спостерігається у 55,5 % хлопців і 61,5 % дівчат першого курсу, правда з віком кількість дівчат з таким рівнем дещо меншає, а хлопців збільшується. Як бачимо, 57,8 % хлопців і 58,8 % дівчат четвертого курсу мають середній рівень внутрішньої конфліктності.

У значно меншій кількості першокурсників (2,9 % хлопців і 7,5% дівчат) виявлено низький рівень внутрішньої конфліктності, тоді як серед четвертокурсників такий рівень виявлено у 4,7% хлопців і у 7,4 % дівчат.

Встановлено, що серед студентів як першого, так і четвертого курсів переважає середній рівень внутрішньої конфліктності. Однакова тенденція спостерігається і за низькими показниками, проте до 4-го курсу відсоток хлопців з таким рівнем дещо збільшується. Якщо простежити зміни прояву високого рівня внутрішньої конфліктності у представників обох статей з віком, бачимо, що у хлопців високий рівень внутрішньої конфліктності дещо зменшується, тоді як кількість дівчат з високим рівнем – збільшується.

Ми припускаємо, що існує зв'язок між гендерною ідентичністю та особливостями виникнення й переживання внутрішнього конфлікту у чоловіків та жінок. Гендерна

ідентичність визначається особистісними уявленням людини про те, ким вона є. Е. Еріксон вважав, що ідентичність – одна з найсуттєвіших характеристик людини, без якої вона не може існувати як свідомо автономна особистість. Ідентичність базується на відчутті особистістю тотожності самої себе й неперервності свого існування в часі й просторі, а також на усвідомленні факту, що цю тотожність і неперервність визначає оточення. Ідентичність пов'язана з “образом Я”, усвідомленням власної індивідуальності і неповторності індивідуальних фізичних і психологічних рис [207]. Досить суттєвими характеристиками особистості, що тісно пов'язані з ідентичністю, і визначають її гендерні особливості, виступають такі ознаки мужності чи жіночності, як фемінність і маскуліність.

Для визначення зв'язку між гендерною ідентичністю та особливостями переживання внутрішніх конфліктів майбутніми психологами ми використовували методику С. Бем. За результатами методики були встановлені типи ідентичності: з перевагою маскуліних характеристик, з перевагою фемінних характеристик, із збалансованим розподілом тих й інших характеристик - андрогінною статевою ідентичністю. Загалом, у досліджуваних переважала андрогінна ідентичність. Узагальнені результати подані у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5.

Порівняння типів гендерної ідентичності студентів-психологів
(за методикою С. Бем)

| Типи гендерної ідентичності | Студенти 1-го курсу (n=150) | | Студенти 4-го курсу (n=131) | | n=281 | | | |
|-----------------------------|-----------------------------|------|-----------------------------|------|---------------|----|----------------|------|
| | Хлопці (n=72) | | Дівчата (n=78) | | Хлопці (n=63) | | Дівчата (n=68) | |
| | кількість | % | кількість | % | кількість | % | кількість | % |
| Андрогінна | 25 | 35 | 46 | 59 | 28 | 44 | 40 | 59 |
| Фемінна | 35 | 48,5 | 30 | 38,4 | 20 | 32 | 26 | 38,2 |
| Продовження таблиці 2.5 | | | | | | | | |
| Маскулінна | 12 | 16,5 | 2 | 2,6 | 12 | 24 | 2 | 2,8 |

Для порівняння було досліджено типи гендерної ідентичності у студентів 4-го курсу спеціальності “менеджери” Академії муніципального управління. Цікаво, що у майбутніх менеджерів також переважає андрогінна ідентичність, проте серед них осіб з фемінними характеристиками не було виявлено.

З метою більш поглибленого дослідження якісних відмінностей у переживанні внутрішніх конфліктів у студентів - майбутніх психологів, що мають переважно фемінні, маскуліні чи андрогінні риси, факторний аналіз на п'ятому етапі здійснювався окремо на чотирьох вибірках досліджуваних:

- студенти-психологи чоловічої статі першого року навчання;
- студенти-психологи чоловічої статі четвертого року навчання;
- студенти-психологи жіночої статі першого року навчання;
- студенти-психологи жіночої статі четвертого року навчання.

В результаті факторного аналізу змінних, які були отримані в процесі дослідження першої групи студентів (психологи чоловічої статі першого року навчання), для

інтерпретації було відібрано п'ять факторів: «фемінні риси», «мотивація уникнення невдачі», «маскулінні риси», «самооцінка та локус контролю», «андроґінні риси». Доля сукупної дисперсії цих факторів складає 63,2% (див. додаток В.1).

Перший фактор «фемінні риси» (19,9%) розкриває вплив фемінних рис на виникнення внутрішнього конфлікту у юнаків. До нього увійшли наступні змінні: фемінність (0,69), самооцінка «характер» (0,54), ідеальна самооцінка «характер» (-0,52), самооцінка «авторитет» (0,53), ідеальна самооцінка «авторитет» (-0,49), екстернали (0,51), відображене самоствавлення (-0,48), самоцінність (-0,50), внутрішня конфліктність (0,54).

Аналізуючи змінні, що увійшли до даного фактора, ми дійшли висновку, що при наявності у студентів - майбутніх психологів першого курсу чоловічої статі переважно фемінних рис має місце схильність до переживання внутрішнього конфлікту, який виникає внаслідок розбіжності між ідеальним і реальним «Я» в особистісній та соціальній сферах, зокрема в оцінці власних рис характеру та ступеня свого авторитету в соціальному оточенні. Крім того, у цих досліджуваних виникає стійка тенденція до впевненості у тому, що соціум їх не приймає і вони не здатні викликати в інших людей повагу та симпатію. В свою чергу, дана ситуація призводить до відчуття втрати цінності власної особистості.

Отже, переважання фемінних рис у досліджуваних чоловічої статі призводить до неприйняття себе і заниженої самооцінки, що і є причиною виникнення у них внутрішніх конфліктів.

Другий фактор «мотивація уникнення невдачі» (13,3%) розкриває залежність між наявністю у юнаків фемінних рис та мотивацією уникнення невдачі, що призводить до виникнення внутрішнього конфлікту. Фактор включає в себе такі змінні: фемінність (0,54), внутрішня конфліктність (0,62), мотивація уникнення невдачі (0,49), екстернали (0,55), самооцінка «розум» (0,52), ідеальна самооцінка «розум» (0,51), самовпевненість (0,51).

За наявності переважно фемінних рис особистості у студентів-першокурсників не проявляється самоповага та ставлення до себе як до впевненої, самостійної та вольової людини. Досліджувані даної групи схильні вважати, що події, які відбуваються в їхньому житті, залежать виключно від зовнішніх обставин та оточення. Внаслідок цього їм властива конформна і поступлива поведінка, вони надають перевагу роботі у групі, часто пасивні, залежні, тривожні і не впевнені у собі. Однак, ці студенти досить високо оцінюють свою інтелектуальну сферу і мають високий рівень домагань щодо її розвитку. Неможливість реалізації в інтелектуальній сфері, внаслідок наведених вище особистісних особливостей, призводить до появи мотивації уникнення невдачі і виникнення внутрішнього конфлікту.

Третій фактор, «маскулінні риси» (11,7%), включає наступні змінні: маскулінність (0,61), фемінність (-0,51), самоцінність (0,50), внутрішня конфліктність (-0,54), інтерналі (0,52), самовпевненість (0,50), самокерівництво (0,49).

Таким чином, наявність у студентів першого курсу переважно маскулінних рис характеру і відсутність фемінних рис забезпечує ставлення до себе як до впевненої, самостійної та вольової людини, що обумовлює прояви самоповаги. Досліджувані даної групи інтерпретують значимі життєві події як наслідок власних зусиль, вони проявляють активність, незалежність, самостійність у роботі, мають адекватну самооцінку, що пов'язано з вираженою впевненістю у собі, із задоволеністю власними досягненнями. За даних умов майбутні психологи чоловічої статі першого року навчання не схильні до переживання внутрішнього конфлікту. Підсумовуюче вище сказане, зауважимо, що впевненість у собі, прийняття власного «Я», адекватна самооцінка та прийняття на себе відповідальності за події, що відбуваються у житті при наявності переважно маскулінних рис характеру забезпечують умови уникнення внутрішньої конфліктності.

Однак, невірно було б робити висновок про те, що наявність виключно маскулінних рис характеру є умовою, стримуючою виникнення внутрішніх конфліктів. За певних умов,

незалежно від переважаючих гендерних рис, внутрішній конфлікт має місце.

Про це свідчить четвертий фактор, «самооцінка та локус контролю» (9,8%), що пояснює залежність виникнення внутрішніх конфліктів від самооцінки та локусу контролю. До складу цього фактора увійшли наступні змінні: маскулінність (0,54), самооцінка «здібності» (0,49), ідеальна самооцінка «здібності» (-0,54), внутрішня конфліктність (0,51) інтерналі (0,52), мотивація досягнення (-0,51).

Аналіз результатів дослідження свідчить, що за умови неготовності взяти на себе відповідальність за події власного життя, за наявності конформної і поступливої поведінки і розбіжності між «Я» реальним та ідеальним за шкалою «здібності» при наявності переважно маскулінних рис студенти-психологи переживають внутрішній конфлікт. З огляду на те, що до даного фактора увійшла змінна «мотивація досягнення» з негативним знаком, ми схильні вважати, що даній групі досліджуваних не властива спрямованість на успіх та досягнення.

П'ятий фактор, «андрогінні риси» (8,5%) пояснює відсутність внутрішньої конфліктності за наявності андрогінних рис. До складу цього фактора увійшли змінні: андрогінність (0,54), мотивація досягнення (0,49), інтерналі (0,52), самооцінка «розум» (0,51), внутрішня конфліктність (-0,50).

Аналіз змінних, що увійшли до даного фактора, дозволяє зробити наступні висновки: за наявності андрогінних рис характеру, позитивної самооцінки своїх інтелектуальних здібностей, інтернального локусу контролю, наполегливості у досягненні мети та спрямованості на досягнення успіху майбутні психологи першого курсу чоловічої статі не схильні до переживання внутрішніх конфліктів, сумнівів та незгоди із самим собою

Наступний, п'ятий етап факторного аналізу був проведений за результатами дослідження, що проводилося із студентами-психологами четвертого року навчання чоловічої статі. Для інтерпретації було відібрано п'ять факторів: «маскулінні риси», «фемінні риси», «андрогінні риси», «прийняття гендерних особливостей», «особистісні риси». Доля сукупної дисперсії цих факторів складає 66,4% (див. додаток В.2).

До складу першого фактора, «маскулінні риси» (18,6%), який розкриває залежність між маскулініними рисами характеру та можливістю виникнення внутрішнього конфлікту, увійшли наступні змінні: маскулінність (0,62), самооцінка «інтелект» (0,50), самооцінка «авторитет» (0,54), самооцінка «здібності» (0,52), самоприйняття (0,50), самоцінність (0,48), внутрішня конфліктність (-0,56), інтерналі (0,56).

Аналіз змінних дозволив нам зробити висновок, що при наявності переважно маскулініних рис у студентів четвертого курсу не спостерігається схильність до переживання внутрішніх конфліктів. Для них характерною є позитивна самооцінка в соціальній та інтелектуальній сферах, а також висока самооцінка своїх здібностей та можливостей. Позитивна самооцінка забезпечує почуття цінності власної особистості і ймовірну цінність власного "Я" для інших, а також згоду із своїми внутрішніми спонуканнями, прийняття себе, не дивлячись на недоліки і слабкі сторони. Ці студенти проявляють активність, незалежність, самостійність у роботі, мають позитивну самооцінку, що пов'язано з вираженою впевненістю у собі і готові прийняти на себе відповідальність за події власного життя.

Таким чином, наявність переважно маскулініних рис характеру забезпечує позитивну самооцінку, чітке усвідомлення власного «Я», відчуття цінності власної особистості та її прийняття, активність і відповідальність щодо власного життя, що дозволяє уникнути переживання внутрішнього конфлікту.

Другий фактор, «фемінні риси» (14,8%), пояснює вплив фемінінних рис характеру на виникнення внутрішнього конфлікту у майбутніх психологів чоловічої статі (самооцінка «авторитет» (-0,50), екстернали (0,52), фемінінність (0,56), мотивація уникнення невдачі (0,54), самокерівництво (-0,49), самооцінка «характер» (-0,48), внутрішня конфліктність (0,52

)).

При наявності переважно фемінних рис у цих досліджуваних спостерігається тенденція до заниженої самооцінки соціальної та особистісної сфери, вони впевнені в тому, що не користуються авторитетом у соціумі й негативно оцінюють риси свого характеру. Крім того, спостерігається схильність до заперечення можливості і бажання розвитку власного «Я» і впевненість у тому, що на події, які відбуваються у їхньому житті, впливає інша особа чи певна подія, яка від них не залежить. У них має місце схильність до конформної і поступливої поведінки, залежність та не-впевненість у собі. В діяльності досліджувані даної групи більше спрямовані на уникнення невдачі, ніж на досягнення успіху.

До складу третього фактора, «андроґінні риси» (12,5%), увійшли змінні, які пояснюють взаємозв'язок андроґінних рис характеру з можливістю виникнення внутрішнього конфлікту у студентів-юнаків четвертого року навчання: андроґінність (0,56), мотивація досягнення успіху (0,49), самовпевненість (0,52), самоцінність (0,51), інтерналі (0,48).

За наявності андроґінних рис характеру у цих юнаків виявляється почуття власної самоцінності і ймовірна цінність власного "Я" для інших, а також ставлення до себе як до впевненої, самостійної, вольової і надійної людини, яка знає, що їй є за що себе поважати. Серед рис характеру, які притаманні даним досліджуваним, можна виокремити активність, незалежність, самостійність у роботі, виражену впевненість у собі та готовність брати на себе відповідальність за події власного життя. Спрямованість на мотивацію досягнення, яка передбачає наполегливість у досягненні мети, дозволяє шукати методи подолання перешкод і вирішення проблем. Таким чином, андроґінність передбачає гнучкість гендерно-рольової поведінки, високі соціально-адаптивні здібності та інші якості, які були перераховані вище, що, на наш погляд, дозволяє уникнути переживання внутрішнього конфлікту.

Четвертий фактор, «прийняття гендерних особливостей» (10,8%), розкриває зв'язок між прийняттям гендерних особливостей та виникненням внутрішнього конфлікту і містить наступні змінні: внутрішня конфліктність (0,64), маскулінність (-0,52), фемінність (-0,50), самоприхильність (-0,49), самокерівництво (0,50).

Даний фактор виявився для нас досить цікавим, оскільки аналіз змінних, що увійшли до його складу, дозволив зробити висновок, що при запереченні своїх гендерних особливостей (фемінних і маскулінних) майбутні психологи чоловічої статі переживають внутрішній конфлікт. При цьому у них не спостерігається вираженість негативних емоцій на адресу власного «Я», водночас вони не виявляють бажання змінюватися і не готові до саморозвитку. Враховуючи, що здатність особистості до саморозвитку є тим фактором, який деструктивний внутрішній конфлікт може перевести в площину конструктивного, в даному випадку особистість може переживати саме деструктивний конфлікт.

П'ятий фактор, «особистісні риси» (9,7%), пояснює вплив особистісних рис на виникнення внутрішнього конфлікту. До складу цього фактора увійшли наступні змінні: середні значення (0,54), внутрішня конфліктність (0,50), мотивація досягнення (-0,52), самооцінка «авторитет» (-0,48), маскулінність (0,48). При переважаючих маскулінних рисах ці досліджувані схильні до переживання внутрішнього конфлікту за умови коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю, самостійністю, а також за відсутності мотивації досягнення успіху.

Узагальнені результати даного етапу дослідження подані в таблиці 2.6.

Таблиця 2.6.

Чинники виникнення внутрішнього конфлікту у студентів - майбутніх психологів чоловічої статі

| Студенти першого курсу | Студенти четвертого курсу |
|------------------------|---------------------------|
|------------------------|---------------------------|

| | |
|---|---|
| <p>При наявності переважно фемінінних рис характеру:</p> <ul style="list-style-type: none"> -розбіжність між ідеальним і реальним «Я» в особистісній та соціальній сферах; -стійка тенденція до впевненості у тому, що вони не приймаються соціумом; -неприйняття власної особистості; | <p>При наявності переважно фемінінних рис характеру:</p> <ul style="list-style-type: none"> -заперечення можливості і бажання розвитку власного «Я»; -низька самооцінка соціальної та особистісної сфери; -конформна і поступлива поведінка; |
|---|---|

Продовження таблиці 2.6

| | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> -екстернальний локус контролю; -конформна і поступлива поведінка; -неможливість реалізації в інтелектуальній сфері; мотивація уникнення невдачі; <p>При наявності переважно маскуліних рис характеру:</p> <ul style="list-style-type: none"> -інтернальний локус контролю; -розбіжність «Я» ідеального та «Я» реального за шкалою здібності; -не властива спрямованість на успіх та досягнення; -конформна і поступлива поведінка. | <ul style="list-style-type: none"> -залежність, невпевненість у собі; -екстернальний локус контролю; -мотивація уникнення невдачі <p>При наявності переважно маскуліних рис характеру:</p> <ul style="list-style-type: none"> -коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю, самостійністю; -занижена самооцінка соціальної сфери; -відсутність мотивації досягнення успіху |
|--|---|

Отримані результати дослідження дозволяють виокремити чинники, за яких майбутні психологи чоловічої статі не схильні до гострого переживання внутрішнього конфлікту.

Так, студенти першого року навчання рідко переживають внутрішній конфлікт за наявності:

- виключно маскуліних рис характеру та самоповаги;
- ставлення до себе як до впевненої і вольової людини;
- здатності прийняти на себе відповідальність за події власного життя;
- позитивної самооцінки;
- впевненості у собі;
- прийняття власного «Я»;
- спрямованості на досягнення успіху;
- андрогінності.

Цікавим є те, що, аналізуючи результати дослідження, проведеного із студентами четвертого курсу, були виокремлені ті ж чинники, що і в першокурсників за яких досліджувані не схильні до гострого переживання внутрішнього конфлікту. Проте у студентів четвертого курсу спостерігається тенденція до заперечення як фемінних, так і маскулінних рис. У них відсутня вираженість негативних емоцій на адресу власного «Я», однак досліджувані юнаки не виявляють бажання змінюватися, вони не готові до саморозвитку.

З метою порівняння психологічних особливостей внутрішніх конфліктів у чоловіків та жінок, в окремі групи досліджуваних були виокремлені студенти-психологи жіночої статі, що навчаються на першому та четвертому курсах.

В результаті факторного аналізу було виокремлено п'ять факторів: «самооцінка», «заперечення маскулінних рис», «маскулінні риси – відсутність внутрішньої конфліктності», «маскулінні риси – наявність внутрішньої конфліктності», «фемінні риси». Доля сукупної дисперсії цих факторів складає 67,9% (див. додаток В.3).

Перший фактор «самооцінка» (24,3%) відображає вплив самооцінки на схильність особистості до виникнення внутрішнього конфлікту: самооцінка «характер» (0,51), самооцінка «здібності» (0,49), самооцінка «зовнішність» (0,48), внутрішня конфліктність (-0,83), самоцінність (0,63), самоприйняття (0,54), андрогінність (0,54).

Позитивна оцінка характеру, здібностей та зовнішності у жінок сприяє формуванню відчуття власної цінності як для себе, так і для оточуючих і сприяє формуванню самоприйняття, незважаючи на наявні недоліки, а також до згоди із своїми внутрішніми спонуканнями. За наявності у дівчат, як чоловічих, так і жіночих рис характеру, вони проявляють більшу пристосованість до життя, гнучкість, здатність корегувати моделі своєї поведінки залежно від наявної ситуації, що дає можливість уникнути внутрішнього дисбалансу, що призводить до виникнення конфлікту із самою собою.

Другий фактор, «заперечення маскулінних рис» (15,3%), розкриває вплив гендерних характеристик та заперечення дівчатами маскулінних рис на виникнення внутрішнього конфлікту. До складу цього фактора ввійшли наступні змінні: фемінність (0,83), маскулінність (-0,53), мотивація уникнення невдачі (0,61), самооцінка «розум» (-0,51), самооцінка «характер» (-0,82), самооцінка «зовнішність» (-0,49), внутрішня конфліктність (0,59).

Студентки-першокурсниці мають схильність до переживання внутрішнього конфлікту за наявності переважно фемінних рис характеру і заниженої самооцінки, яка переважно стосується інтелектуальної та особистісної сфер і власної зовнішності. У даній групі досліджуваних практично відсутні маскулінні риси характеру або ж вони ними заперечуються. Водночас, їм притаманні емоційність, м'якість, слабкість, турботливість, практичність, консервативність, емпатійність, які у поєднанні із заниженою самооцінкою є причиною невміння оцінити свої можливості, що призводить до мотивації уникнення невдачі і провокує виникнення внутрішнього конфлікту.

До складу третього фактора, «маскулінні риси – відсутність внутрішньої конфліктності» (11,4%), ввійшли змінні: самооцінка «розум» (0,51), самооцінка «авторитет» (0,49), самооцінка «здібності» (0,55), інтернали (0,74), маскулінність (0,50), самоцінність (0,51). Даний фактор пояснює відсутність внутрішньої конфліктності при наявності маскулінних рис, що проявляються у жінок.

Так, за наявності переважно маскулінних рис характеру, зокрема незалежності, активності, схильності до ризику, здатності до досягнень, студентки-першокурсниці мають позитивну самооцінку в інтелектуальній, соціальній сфері та досить високу оцінку власних здібностей. Це забезпечує їм відчуття цінності власної особистості і ймовірну цінність власного "Я" для інших. Ці дівчата найчастіше мають інтернальний локус контролю, що забезпечує інтерпретацію значимих подій як наслідок власних зусиль. Крім

того, вони схильні до розвитку власного «Я» та шукають можливі шляхи особистісного зростання. Перераховані особистісні особливості, на наш погляд, дозволяють уникнути переживання внутрішнього конфлікту або ж у випадку, коли конфлікт все ж виникає, перетворити його на конструктивний, що дає поштовх до їх особистісного розвитку.

Четвертий фактор, «маскулінні риси – наявність внутрішньої конфліктності» (10,2%), є своєрідною протилежністю попереднього, оскільки показує взаємозв'язок схильності до виникнення внутрішнього конфлікту та прояву маскулінних рис у жінок (маскулінність (0,58), самооцінка «здібності» (0,57), ідеальна самооцінка «здібності» (0,49), екстернали (0,52), внутрішня конфліктність (0,48)).

Аналіз змінних, що увійшли до даного фактора, дозволяє зробити висновок: розбіжність між реальним та ідеальним «Я» за шкалою «здібності», конформна і поступлива поведінка, пасивність, залежність, тривожність і невпевненість у собі, навіть за наявності переважно маскулінних рис, може призвести до появи внутрішніх конфліктів, сумнівів, незгоди із самою собою.

До складу п'ятого фактора, «фемінні риси» (6,7%) увійшли наступні змінні: внутрішня конфліктність (0,55), фемінність (0,50), самозвинувачення (0,49). Цей фактор розкриває взаємозв'язок між фемінними рисами характеру у дівчат та виникненням внутрішнього конфлікту.

Наявність таких типових фемінних якостей як: емоційність, м'якість, слабкість, консервативність, сензитивність, емпатійність за наявності найменшого внутрішнього дискомфорту чи будь-якого сумніву може спричинити самозвинувачення, яке супроводжується появою негативних емоцій на адресу власного «Я». Наявність даних психологічних чинників є однією з причин появи внутрішнього конфлікту.

В процесі дослідження постало запитання, чи змінюється у жінок вплив гендерних характеристик на виникнення внутрішнього конфлікту з віком та в процесі навчання у вузі? Це з'ясовувалося на досліджуваних студентках-майбутніх психологах четвертого року навчання.

В результаті факторного аналізу для інтерпретації було відібрано п'ять факторів: «маскулінні риси – відсутність внутрішньої конфліктності», «маскулінні риси – наявність внутрішньої конфліктності», «андроїнні риси», «Я - ідеальне», «фемінність та локус контролю». Доля сукупної дисперсії цих факторів складає 68,8% (див. додаток В.4).

Перший фактор, «маскулінні риси - відсутність внутрішньої конфліктності» (19,5%), включає в себе такі змінні: маскулінність (-0,65), самооцінка «розум» (0,86), самооцінка «характер» (0,61), ідеальна самооцінка «характер» (0,49), самооцінка «авторитет» (0,53), самооцінка «здібності» (0,64), інтерналі (0,52), середні значення (-0,65), внутрішня конфліктність (-0,64). Студентки-четвертокурсниці не схильні до переживання внутрішніх конфліктів, сумнівів за умови наявності маскулінних рис характеру та при адекватній самооцінці, яка стосується рис характеру та наявних здібностей. У них спостерігається прагнення до розвитку саме в особистісній сфері. Зауважимо, що даним досліджуваним не властиве коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю, самостійністю.

Другий фактор, «маскулінні риси – наявність внутрішньої конфліктності» (15,0%), включає наступні змінні: маскулінність (0,55), внутрішня конфліктність (0,51), інтерналі (0,54), самооцінка «характер» (0,59), самооцінка «авторитет» (-0,71), ідеальна самооцінка «характер» (-0,49), самоприняття (-0,51).

При домінуванні маскулінних рис характеру ці досліджувані схильні до переживання внутрішнього конфлікту, який, на наш погляд, провокується незадоволеністю потреби у визнанні в соціальному оточенні, розбіжністю між «Я» ідеальним і «Я» реальним в оцінці рис характеру та відсутністю почуття симпатії до себе, згоди із своїми внутрішніми спонуканнями, прийняття себе такою, якою є. Разом з тим, ці досліджувані відрізняються активністю, незалежністю, самостійністю у роботі,

впевненістю у собі та готовністю прийняти на себе відповідальність за події, які відбуваються у їхньому житті.

До складу третього фактора, «андроґінні риси» (13,2%), входять змінні, які дозволяють зробити висновок про те, що за наявності багатого арсеналу і гнучкості гендерно-рольової поведінки, високих соціально-адаптивних здібностей особистість найчастіше не переживає внутрішнього конфлікту (андроґінність (0,54), внутрішній конфлікт (-0,51), інтернали (0,49), самозвинувачення (-0,50), самооцінка «розум» (0,49), самооцінка «здібності» (0,52)).

Аналіз змінних, що увійшли до даного фактора, дозволяє також зробити висновок про те, що внутрішній конфлікт не виникає, якщо андроґінність поєднується з позитивною самооцінкою інтелектуальної сфери та власних здібностей, а також з готовністю особистості взяти на себе відповідальність за події, які відбуваються з нею в житті. За таких умов відсутні негативні емоції на адресу власного «Я», самокопання і самозвинувачення.

Четвертий фактор, «Я - ідеальне» (12,8%), ще раз підтверджує висновок про те, що у студенток четвертого року навчання наявність переважно маскулінних рис характеру за певних умов може провокувати виникнення внутрішніх конфліктів. Зокрема, крім вище перерахованих чинників, це можливо за умови відсутності або заперечення фемінних рис і зосередженості на ідеальній самооцінці в таких сферах як характер та зовнішність. Ми припускаємо, що існує суттєва розбіжність між «Я» реальним та «Я» ідеальним у даних сферах і особистість намагається жити з ідеальним образом власного «Я», певною мірою заперечуючи свої риси та особливості. Таку думку підтверджує те, що даним досліджуваним властиве коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю, самостійністю. Перерахуємо змінні, що увійшли до даного фактора: маскулінність (0,57), фемінність (-0,51), ідеальна самооцінка, «характер» (0,49), ідеальна самооцінка «зовнішність» (0,49), середні значення (0,50), внутрішня конфліктність (0,48).

До складу п'ятого фактора «фемінність та локус контролю» (8,3%), увійшли такі змінні: фемінність (0,51), самооцінка «характер» (0,50), середні значення (0,52), внутрішня конфліктність (0,49), екстернали (0,54). Аналіз змінних, що увійшли до даного фактора дозволяє зробити висновок, що за наявності переважно фемінних рис характеру внутрішній конфлікт може виникати за наступних умов: коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю, самостійністю, а також прояву тривожності і невпевненості у собі, коли людина вважає, що практично не впливає на події власного життя, а все, що з нею відбувається є наслідком дії зовнішніх причин.

Результати даного етапу дослідження дозволяють виокремити чинники, за яких студентки можуть уникнути гострого переживання внутрішнього конфлікту або ж перетворити його на конструктивний. Такими є:

- позитивна самооцінка власного характеру, здібностей та зовнішності;
- відчуття власної цінності;
- самоприйняття;
- наявність андроґінних рис;
- позитивна самооцінка в інтелектуальній та соціальній сфері;
- наявність інтернального локусу контролю;
- схильність до саморозвитку і особистісного зростання;

- наявність маскулінних рис характеру.

Порівнюючи студенток першого та четвертого років навчання, ми звернули увагу на те, що при певній схожості чинників, що зумовлюють виникнення внутрішніх конфліктів, є досить суттєва різниця, зокрема у впливі маскулінних рис характеру на виникнення внутрішнього конфлікту. На наш погляд, це пояснюється тим, що, стаючи дорослою, жінка приймає свої гендерні особливості і не прагне ствердитися за допомогою виключно чоловічих рис.

Для порівняння наведемо чинники, що дозволяють уникнути гострого переживання внутрішнього конфлікту дівчатам-майбутнім психологам четвертого року навчання:

- відсутність маскулінних рис характеру;
- позитивна самооцінка особистісної та соціальної сфери;
- прагнення до вдосконалення рис характеру;
- позитивна самооцінка власних здібностей;
- чітко визначений локус контролю, відсутність коливання або ж інтернальний локус контролю;
- наявність андрогінних рис.

Окремо нами були виділені чинники, що впливають на виникнення внутрішніх конфліктів у студенток - майбутніх психологів обох курсів. Узагальнені результати подані в таблиці 2.7.

Таблиця 2.7.

Чинники виникнення внутрішнього конфлікту у студентів-психологів жіночої статі

| Студентки першого курсу | Студентки четвертого курсу |
|-------------------------|----------------------------|
|-------------------------|----------------------------|

| | |
|---|---|
| <p>При наявності переважно фемінінних рис характеру:</p> <ul style="list-style-type: none"> -занижена або негативна самооцінка інтелектуальної, особистісної сфери та власної зовнішності; - практично відсутні або заперечуються маскуліні риси характеру; -мотивація уникнення невдачі; -схильність до самозвинувачення. <p>При наявності переважно маскуліних рис характеру:</p> <ul style="list-style-type: none"> -розбіжність між реальним та ідеальним «Я» за шкалою «здібності»; -екстернальний локус контролю; -пасивність, залежність, тривожність і невпевненість у собі. | <p>При наявності переважно фемінінних рис характеру:</p> <ul style="list-style-type: none"> -коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю, самостійністю; -прояв тривожності і невпевненості у собі; -екстернальний локус контролю. <p>При наявності переважно маскуліних рис характеру:</p> <ul style="list-style-type: none"> -незадоволеність потреби у визнанні в соціальному оточенні; -розбіжність між «Я» ідеальним і «Я» реальним в оцінці рис характеру; -відсутність самоприйняття; -інтернальний локус контролю; -зосередженість на ідеальній самооцінці в таких сферах як характер та зовнішність; -коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю, самостійністю. |
|---|---|

Отже, результати дослідження впливу гендерної ідентичності на особливості переживання внутрішніх конфліктів засвідчили, що внутрішні конфлікти мають місце, незалежно від типу гендерної ідентичності, проте нами виявлені деякі якісні відмінності у процесі переживання внутрішніх конфліктів під її впливом.

Висновки за розділом II

Емпіричним дослідженням встановлено, що студенти-майбутні психологи мають високі показники внутрішньої конфліктності. Це проявляється у рівній мірі як на 1-му, так і на 4-му курсах їх фахової підготовки.

Встановлено, що в процесі професійної підготовки зростає кількість студентів, які усвідомлюють внутрішній конфлікт та визнають його як конструктивне явище. Водночас зростає кількість осіб, які в процесі переживання внутрішнього конфлікту відчувають фізичний дискомфорт та власну некомпетентність. Спостерігається тенденція до розчарування студентів-психологів у виборі спеціальності, що провокує виникнення нових внутрішніх конфліктів.

Доведено взаємообумовленість внутрішнього конфлікту та окремих утворень особистісного розвитку у юнацькому віці, а саме: компонентів само ставлення, самооцінки, навчальної мотивації та локусу контролю.

Здійснений факторний аналіз отриманих результатів дослідження, дозволив виявити особливості прояву внутрішнього конфлікту та визначити чинники його виникнення. Першокурсники переживають внутрішній конфлікт за наявності наступних чинників:

- когнітивних: наявність екстернального локусу контролю; значна розбіжність між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» у таких особистісних сферах як соціальний статус та рівень інтелектуального розвитку; прояв фемінних рис.
- емотивних: занижена самооцінка таких аспектів власного «Я» як: зовнішність, характер, тривожність.
- конативних: невпевненість у собі; сором'язливість; інфантильність; залежність від соціального середовища і, як наслідок, виражена мотивація соціального схвалення та критичності; переважаюча мотивація – уникнення невдачі; наявність конформної та поступливої поведінки;

Виникненню внутрішнього конфлікту у студентів четвертого курсу сприяють наступні чинники:

- когнітивні: локус контролю знаходиться на межі між інтернальним та екстернальним типом; значна розбіжність між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» у таких особистісних сферах як соціальний статус та рівень інтелектуального розвитку; домінування маскулітних рис.
- емотивні: занижена самооцінка таких аспектів власного «Я» як зовнішність та риси характеру; відсутність почуття цінності власної особистості; неприйняття власного «Я»; схильність до самозвинувачення;
- конативні: переважаюча мотивація уникнення невдачі.

Поєднання тих або інших чинників, з одного боку, та особистісних властивостей студентів, з іншого, сприяє виникненню різних типів конфліктів. Залежно від головної суперечності, яка лежить в основі конфлікту, вони можуть бути таких видів як: актуальний, ключовий та базовий. Доведено, що існують суттєві відмінності у динаміці прояву зазначених типів внутрішніх конфліктів у майбутніх психологів першого та четвертого року навчання. Встановлено, що студенти четвертого курсу більше, ніж першокурсники, схильні до переживання саме базового конфлікту. Це пов'язано, насамперед, з неможливістю вирішення конфлікту конструктивним шляхом на попередніх життєвих етапах.

Порівняння особливостей внутрішніх конфліктів майбутніх психологів і майбутніх менеджерів дозволило ствердитись у тому, що внутрішні конфлікти мають свої особливості залежно від обраного фаху. Майбутні психологи мають більш виражені показники внутрішньої конфліктності, ніж майбутні менеджери. Вона супроводжується станом емоційного дискомфорту, внутрішньою напруженістю, втратою позитивного само ставлення. Встановлено суттєві відмінності у характеристиках різних типів внутрішніх конфліктів. Майбутні менеджери не схильні до переживання актуального конфлікту. Вони приймають оточуючу дійсність такою, якою вона є, не намагаючись в ній щось змінити чи підлаштуватися під оточення, щоб отримати схвалення та підтримку. Про це свідчить відсутність залежності від соціального середовища та мотивації соціального схвалення. Дослідженням типів гендерної ідентичності у майбутніх менеджерів не було виявлено осіб з фемінними характеристиками.

Результати дослідження впливу гендерної ідентичності на особливості переживання внутрішніх конфліктів першокурсниками засвідчили:

- переважання фемінних рис у досліджуваних студентів чоловічої статі призводить до неприйняття себе і заниженої самооцінки, що і є причиною виникнення у них внутрішніх конфліктів;
- при наявності переважно маскулінних рис у студентів чоловічої статі, внутрішній конфлікт виникає за умови неготовності взяти на себе відповідальність за події власного життя, за наявності конформної поведінки і розбіжності між «Я» реальним та ідеальним за шкалою «здібності»;
- студенткам з фемінними рисами властива занижена самооцінка власної зовнішності, інтелектуальної та особистісної сфери; заперечення можливості і бажання розвитку власного «Я»; схильність до самозвинувачення; конформна і поступлива поведінка; залежність, невпевненість у собі; мотивація уникнення невдачі; екстернальний локус контролю, що і провокує виникнення внутрішніх конфліктів;
- студенткам, у яких переважають маскулінні риси, притаманні розбіжність між реальним та ідеальним «Я» за шкалою «здібності»; занижена самооцінка соціальної сфери; екстернальний локус контролю; коливання між пасивністю, залежністю, невпевненістю у собі та активністю, незалежністю, самостійністю; відсутність мотивації досягнення успіху, що і є причиною виникнення внутрішніх конфліктів;
- за наявності андрогінних рис, позитивної самооцінки своїх інтелектуальних здібностей, інтернального локусу контролю, наполегливості у досягненні мети та спрямованості на досягнення успіху майбутні психологи чоловічої та жіночої статі не схильні до гострого переживання внутрішніх конфліктів, сумнівів та незгоди із самим собою.

З'ясовано, що для майбутніх психологів четвертого курсу наявність переважно жіночих чи чоловічих рис не відіграє суттєвої ролі у виникненні внутрішніх конфліктів. За умови адекватної самооцінки в інтелектуальній сфері та почуття власної значущості, гендерні особливості, що проявляються у студентів четвертого курсу, навпаки, сприяють уникненню переживання внутрішніх конфліктів. Це пов'язано з тим, що в процесі навчання за даною спеціальністю четвертокурсники, усвідомлюючи наявність як чоловічих, так і жіночих рис, не заперечують їх, а спираються на них у процесі свого особистісного розвитку.

В процесі дослідження було виокремлено чинники, які дозволяють уникнути гострого переживання внутрішнього конфлікту або ж відкривають можливості перетворити деструктивний конфлікт на конструктивний: віра у себе, незалежність, схильність захищати свої погляди та інтереси, наявність лідерських якостей, аналітичний склад мислення; адекватна самооцінка; прояв самоповаги; самоприйняття при повній відсутності тенденції до самозвинувачення; переважаюча мотивація – досягнення успіху; відчуття цінності і стабільності «Я-концепції»; вміння планувати своє майбутнє; бачити шляхи розвитку власної особистості; інтерпретація власних життєвих подій як наслідок своїх зусиль.

Зміст другого розділу дисертації представлено у таких публікаціях автора:

1. Боброва Л. Г. Особливості внутрішніх конфліктів студентів-першокурсників майбутніх психологів та менеджерів / Л. Г. Боброва // Науковий Часопис НПУ імені М. П. Драгоманова Серія № 12 Психологічні науки: Наукових праць.- К.: НПУ імені Драгоманова, 2010.- № 35 (59). - С. 194 – 200.
2. Боброва Л. Г. Внутрішні конфлікти студентів-першокурсників та випускників — майбутніх психологів /Л. Г. Боброва // Збірник наукових праць Інституту психології імені

Г. С. Костюка Національної АПН України / За ред. С. Д. Максименка. Т. XIII, част. 7. – К., 2011. - С.22-30.

3. Боброва Л. Г. Вплив типу гендерної ідентичності на внутрішні конфлікти студентів — майбутніх психологів / Л. Г. Боброва // Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. - Вип. 18.- Кам'янець - Подільський: Аксіома, 2012.- С. 43-52.

4. Боброва Л. Г. Типологія внутрішніх конфліктів майбутніх психологів / Л. Г. Боброва // Оцінювання професійної компетентності випускників педагогічних ВНЗ: Матеріали міжнародного науково-методичного семінару (14 березня 2013 р.) / Упоряд. Кучеренко Є. В. // За заг. ред. акад. Бондаря В. І. та проф. Матвієнко О. В., 2013.- С.15-22.

5. Bobrova L. Psychological features of inner conflicts of future psychologists / L. Bobrova // The Advanced Science Journal ISSN 2219-746X. – volume 2013 issue 11. – United States. - S. 67 - 70.

РОЗДІЛ 3

АКТИВІЗАЦІЯ ПОЗИТИВНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ВНУТРІШНЬОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

3.1. Теоретичне обґрунтування програми формування експерименту

Враховуючи мету нашого дослідження і результати, отримані в констатувальному експерименті, розроблено та апробовано програму психолого-педагогічного супроводу активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів. При розробці програми ми виходили з того, що усвідомлення і своєчасне вирішення внутрішніх конфліктів сприяє позитивним зрушенням в особистісному зростанні студента. Тому розроблену та апробовану програму можна назвати програмою особистісного розвитку майбутнього фахівця.

Її основні положення реалізовані на теоретико-методологічних принципах: - позитивного функціоналізму: конфлікт стимулює особистісне зростання; сприяє розкриттю творчого потенціалу; - керованості конфліктом: негативні наслідки можуть бути мінімізовані, а позитивні посилені; - родового взаємозв'язку конфліктних феноменів: розуміння сутності внутрішнього конфлікту – ключ до пояснення інших проявів конфліктності (міжособистісних, міжгрупових тощо); - розвитку як умов подолання протиріч і вирішення конфліктів;

- цілісності розвитку, згідно з яким формування позитивних установок стосовно власного «Я» не відбувається ізольовано, а сприяє вдосконаленню комунікативних навичок і усвідомленню мотивів самореалізації у соціально-рольовому просторі;

- проблематизації в організації діяльності і розвитку самосвідомості, який дозволяє активізувати рефлексивні процеси;

- орієнтації на «індивідуальні норми», згідно з яким відбувається ставлення до проблем студентів на тому рівні, на якому вони актуальні, з урахуванням індивідуальних особливостей кожного студента.

Результати теоретичного аналізу психологічних праць Ф. Василюка, Л. Виготського, Г. Костюка, В. Століна, Т. Титаренко та інших вчених дозволяють стверджувати, що вирішення внутрішнього конфлікту відбувається через специфіку розвитку різних особистісних сфер, якостей і властивостей особистості. На основі отриманих результатів дослідження в констатувальному експерименті, та урахуванні вікових особливостей студентів, виділено особистісні сфери, на які були спрямовані основні формувальні впливи: когнітивну, емотивну та конативну.

Оптимізація внутрішніх ресурсів у когнітивній сфері реалізувалась у завданнях формування у майбутніх психологів прагнення до самопізнання, позитивного самоствавлення, свідомого сприйняття внутрішніх конфліктів та особистісних ресурсних можливостей для їх вирішення.

Гармонізація емотивної сфери здійснювалась шляхом зняття емоційної напруги, корекції самооцінки, підвищення почуття впевненості в собі.

У конативній сфері формуючі впливи були спрямовані на набуття навичок більш адаптивної поведінки в складних (емоційно напружених) ситуаціях, усвідомлення власної мети та способів її досягнення.

При плануванні та розробці формувального експерименту ми виходили з того, що внутрішній конфлікт як один із необхідних механізмів переструктурування індивідуального досвіду, може сприяти розвитку і формуванню нових особистісних якостей, або ж стримувати і ускладнювати особистісний розвиток. Теоретичний аналіз засвідчив, що характер перетворюючої функції внутрішнього конфлікту залежить від особливостей сприйняття «інформації» про порушення внутрішньої рівноваги, рівня усвідомленості внутрішніх конфліктів, а також від глибини та інтенсивності негативних внутрішньоособистісних переживань. При низькій усвідомленості внутрішніх конфліктів найчастіше реалізуються непродуктивні способи вирішення внутрішніх протиріч, оскільки людина прагне, насамперед, зменшити емоційний дискомфорт, а не усунути причину внутрішнього конфлікту. Внутрішньоособистісні конфліктні переживання, які характеризуються високою інтенсивністю, або витісняються, звужуючи сферу усвідомлення, або активно руйнують особистісну цілісність і призводять до кризових явищ. На характер перетворюючої функції внутрішнього конфлікту впливає також досвід вирішення внутрішніх конфліктів. Тому програма активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів студентів включала завдання, спрямовані на усвідомлення внутрішніх конфліктів та формування стратегій їх вирішення.

При плануванні програми формувального експерименту ми виходили із відомого положення Б. Ананьєва про роль ставлення людини до себе як найважливішого фактора виникнення і стабілізації єдності особистості [9]. Самоствавлення включає такі компоненти: любов до себе, самоприйняття і почуття компетентності. Любов до себе і самоприйняття є глибинними почуттями, пов'язаними з переживаннями людиною симпатії до себе. При цьому самоприйняття - більш свідомий, ніж любов до себе, процес, який передбачає здатність аналізувати свої якості, досягнення, поведінку. Почуття компетентності супроводжується переживаннями успіху, впевненості в собі, задоволеності ефективною діяльністю [24]. Самоствавлення - це узагальнене утворення, що відображає більш менш стійкий ступінь позитивного чи негативного ставлення особистості до себе. Важливим теоретичним положенням, яке враховувалось нами при розробці та реалізації нашої експериментальної програми, є думка І. Кона: «Всі люди мають потребу у позитивному образі Я: негативне ставлення до себе, неприйняття власного «Я», якими б не були його витoki і причини, завжди переживається болісно» [76]. Позитивне ставлення особистості до самої себе проявляється в умінні цінувати себе, відчутті своєї самовартісності, усвідомленні своєї значущості для оточуючих. Позитивно ставитися до свого «Я» означає бути компетентним щодо себе, знати свої позитивні і негативні риси вміти орієнтуватися у власному потенціалі, мати щодо себе високі

очікування, конструктивно самовизначатися у різних життєвих ситуаціях. На основі аналізу отриманих результатів дослідження в констатувальному експерименті було встановлено, що ризик втрати позитивного самоствалення підвищується із зростанням інтенсивності конфліктних переживань.

Негативні емоційні переживання, обумовлені внутрішніми конфліктами, активно впливають на характер стосунків з оточуючими. Виходячи з цього, слід зауважити, що природа самоствалення не замикається внутрішнім простором особистості, а через мотиви зв'язується з реальною життєдіяльністю суб'єкта. Тому у програмі актуалізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів майбутніх психологів суттєве значення приділялося конативній сфері особистості, яка включає усвідомлення власної поведінки у міжособистісній взаємодії та готовність і вміння визначати свою мету, формування активної життєвої позиції, розуміння необхідності докладання зусиль заради мети. С. Рубінштейн зазначав, що іноді достатньо усвідомити одну - єдину мету, але усвідомити її у всій життєвій значущості, щоб уникнути внутрішніх конфліктів [158]. Загальновідомо, що спілкування є найважливішим чинником розвитку особистості, а вміння спілкуватися належить до професійно значущих якостей майбутнього фахівця - психолога. Чим більше досвіду спілкування у людини з іншими, тим більше інформації про себе вона отримує, тим частіше їй доводиться зіставляти власні судження про себе із думками інших людей, тим швидше й активніше розвивається у неї здатність адекватно сприймати й оцінювати свою поведінку та вчинки. В контексті цього, важливим для нас є твердження К. Блага та М. Шебек, які розглядають самооцінку як «чуттєве ставлення до себе у різних конкретних ситуаціях, у різноманітних видах діяльності» [25, с. 44]. На думку цих вчених, самооцінка особистості та оцінка її іншими людьми утворюють процес самоповаги. «Внутрішня стабільність Я» та самоповага залежить, по-перше, від позитивно домінуючої емоційної оцінки образу себе, по-друге, від часткового сприйняття недоліків, а також діяльності, спрямованої на закріплення самоповаги. Тому програма актуалізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів майбутніх психологів включала багато завдань на корекцію самооцінки і саморегуляції, що стосується емотивної сфери особистості.

Відомо, що психічне навантаження, пов'язане з переживанням внутрішнього конфлікту, спричинює постійне фізичне напруження тих чи інших м'язів, утворення своєрідних блоків у відповідних зонах тіла, чого сама людина часто не усвідомлює, оскільки зживається з ними і вважає їх цілком нормальними особливостями свого організму. В. Райх та його послідовники, найвідоміший з яких А. Лоуен, у своїх дослідженнях дійшли висновку, що за тривалих психічних навантажень відбувається хронічне перенапруження м'язів і органів, які відповідають за психофізичні функції та емоційні стани (страх, тривога, розпач, злість, ненависть тощо) [200]. Ці м'язові блоки утворюють зони, котрі мають свої больові сигнальні точки. Причому в кожній людині може бути свій основний набір стресових зон. Ще І. Павлов писав, спираючись на давній досвід людства, що уявлювані подразники викликають в організмі ті самі зміни, що й реальні. У своїй програмі ми застосовували методику аутогенного тренування як засіб впливу на емоційну сферу. Ця методика поєднує елементи тілесно зорієнтованої дихальної терапії та елементи самонавіювання.

З метою підвищення профілактичного і корекційного ефекту заходів, ми враховували:

- індивідуально-психологічні та вікові особливості студентів;
- специфіку фахової підготовки майбутніх психологів.

Серед специфічних вікових особливостей студентів традиційно виділяють високий інтелектуальний потенціал і високий рівень пізнавальної мотивації, спрямованість не тільки на засвоєння нових знань, вмінь, але й на самопізнання і самовизначення.

Результати нашого дослідження дозволяють говорити, що саме специфіка психологічного знання впливає, з одного боку на інтенсифікацію процесів особистісного розвитку

студентів а, з іншого - обумовлює ті внутрішні конфлікти, які виникають на різних етапах навчання. Певною мірою це обумовлено специфікою освітнього процесу, зокрема його недостатньою практичною спрямованістю.

Виходячі з цього, необхідною вимогою до форми проведення заходів було поєднання високої інформативності теоретичних знань з глибоким і коректним застосуванням їх на практиці. Цим умовам відповідає проведення занять у формі семінарів-тренінгів, які побудовані на чергуванні: 1) виклад проблемного матеріалу, обговорення його і 2) закріплення цього матеріалу у вигляді різноманітних тренінгових заходів і на практичних заняттях.

Компетентність є важливим компонентом самоствавлення особистості.

Спираючись на концепцію життєвої компетенції Л. Сохань, розуміння якої визначається автором як «знання, уміння, життєвий досвід особистості, її творчі здібності, які необхідні для продуктивної реалізації життя як індивідуального життєвого проекту» [180, с. 9], ми виділили в якості системоутворюючого фактора використання позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів – почуття «Я-компетентності», що передбачає не тільки уявлення людини про саму себе (ставлення до себе, своїх окремих якостей), а й уявлення про свою діяльність та можливості розвитку у майбутньому. У ситуації переживання внутрішньої конфліктності студентами - майбутніми психологами, важливими складовими «Я-компетентності» виступають усвідомлення і аналіз власних труднощів та досконале володіння прийомами необхідними для їх вирішення. Це, безумовно, вказує на необхідність застосування в процесі фахової підготовки майбутніх психологів методів, спрямованих на формування «Я-компетентності», яка необхідна для здійснення професійної діяльності. Більше того, необхідні такі методи, які дозволили б ефективно відкорегували особистість майбутнього психолога у поєднанні з виробленням професійних умінь, опануванням інструментарієм практичної психокорекційної роботи.

Цим вимогам, на нашу думку, відповідає метод Позитивної психотерапії, який започаткований німецьким вченим Н. Пезешкіаном. Назва методу походить від лат. *positum*, що означає "даний", "фактичний", "дійсний", "той, що є насправді". Позитивна психотерапія - це психодинамічний, конфлікт-центрований метод сучасної психотерапії, який поєднує у собі когнітивний та поведінковий елементи. Цей метод налічує у своєму арсеналі низку технік психологічної допомоги, застосування яких є високоефективним як у корекції власних внутрішніх конфліктів так і у професійній діяльності.

До «позитивного куща» психотерапії належать такі методи і методики, як: психотерапія М. Еріксона; клієнтцентрована психотерапія К. Роджерса; фундаментальна орієнтація міжособистісних стосунків В. Шутца, мультимодальна психотерапія А. Лазаруса; терапія реальністю В. Глассера, когнітивно-експериментальна психотерапія С. Епштейна, позитивна реінтеграція особистості Н. Захарова тощо. Науковий простір, у якому розроблено метод Позитивної динамічної психотерапії, створений не тільки вищезазначеними методами «позитивного куща», але й передусім вітчизняною традицією психодинамічної психотерапії, яка започаткувалася О. Лазурським, В. Мясіщевим, Б. Карвасарським, Г. Ісуріною, Т. Яценко. Серед джерел, на яких базується метод Позитивної психотерапії, необхідно виділити екзистенціальну психотерапію І. Ялома і психодраму Я. Морено. Не можна не віддати належне і психотерапевтичним методам видатних майстрів, до яких належать психотерапія Ж. Дежеріна, арететерапія (від грец. *aretete*-добродієвість, гідність) А. Яроцького, психотерапія Дж. Марциновського. У програмі ми застосовували дві основні техніки з широкого методичного репертуару Позитивної психотерапії: позитивну реінтерпретацію і техніку метафори.

Позитивна реінтерпретація полягає в розкритті прихованого змісту та ціннісного потенціалу подій, у які залучена людина. Дана техніка являє собою базову навичку позитивного мислення та допомагає у розкритті неосяжних можливостей на шляху реалізації ресурсних здібностей особистості і широких перспектив ситуації. Тобто, вміння

позитивного тлумачення дозволяє звільнитися від життєвих автоматизмів та шаблонності міркування, що сприяє виробленню індивідуальної філософії буття.

Техніка метафори є особливим надбанням Позитивної психотерапії, вона виконує функцію зміни життєвих диспозицій, а, отже, виховного і терапевтичного впливу. Казки, приказки, легенди, притчі у Позитивній психології є універсальним механізмом набуття соціального досвіду, який практикується не лише в межах Позитивної психотерапії. Так, символічність міфів та їх суспільне значення досліджували З. Фройд, К. Юнг, Е. Фромм та ін. Особливістю мови символів є відмінність її логіки від тієї, за якою ми живемо, це – єдина універсальна мова, винайдена людством, єдина для всіх культур у всій історії [172]. За визначенням Е. Фромма, «...мова символів – це така мова, за допомогою якої внутрішні переживання, почуття та думки набувають форми подій зовнішнього світу, що виразно сприймаються» [195, с.183]. Образність, символічність та зміст метафори відкривають людині доступ до осягнення незнаних глибин духовного світу. Ефективність використання метафоричних образів у мовленні виражається у наданні кожним індивідом власного сенсу почутому відповідно до набутого досвіду та психоемоційного стану.

Конфлікти у Позитивній психотерапії інтерпретуються як дисбаланс, тому мета методу - реструктуризація особистості, яка спрямована на відновлення гармонії із самим собою, оточуючими людьми і світом в цілому.

У теоретичному дослідженні ми зазначали, що внутрішні конфлікти потрібно розглядати у зв'язку зі сферами, «зонами» їх виникнення, прояву, розгортання та вирішення. Т. Титаренко зазначає: «Люди звикли поділяти своє життя на частини: особисте життя, робота, родина, відпочинок, навчання, підтримка здоров'я тощо. Проте життя залишається єдиним цілим, усі його частини взаємозалежні і справляють одна на одну сильний вплив, якого ми часом просто не зауважуємо» [184, с.182].

У Позитивній психотерапії виділяють чотири сфери життя:

- ставлення до свого тіла;
- ставлення до своєї діяльності;
- ставлення до соціальних контактів;
- ставлення до майбутнього.

Графічно це можна зобразити так:

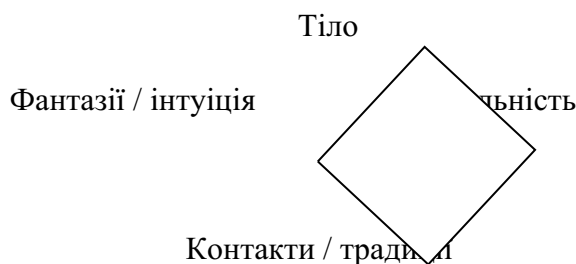


Рис. 3. 1. Модель «Балансу»

Таке графічне зображення у Позитивній психотерапії дістало назву – модель «Балансу».

Виходячи лише з мовних визначень кожної сфери, стає зрозумілим, що такий розподіл є спробою охопити всю різноманітність людського життя. У Позитивній психотерапії зазначається, що попри все розмаїття культурних і соціальних розбіжностей та індивідуальних особливостей, усі люди мають одні і ті самі типові реакції на конфлікт. Якщо у людини є проблеми (вона роздратована, агресивна або відчуває себе подавленою, живе у постійній напрузі чи не бачить сенсу життя), то вона виражає їх у чотирьох сферах [129]. Можливі такі форми реагування на внутрішній конфлікт: втеча у хворобу або

ігнорування тілесних потреб; втеча в роботу або дезорганізація; втеча у спілкування або ізоляція; втеча у мрії або заперечення майбутнього. Вибір форми переживання конфлікту суттєво залежить від досвіду, набутого у дитинстві. Можливо саме в цьому криється розгадка того, чому у відповідь на конфлікт переважно реагує одна з чотирьох сфер. Застосування зазначеної моделі дає змогу звернутися до тих ресурсів, які не заблоковані внутрішніми конфліктами. Моделлю «Балансу» описується актуальний конфлікт, суттю якого є конфліктні відносини із світом. Він виникає при зіткненні людини з реальністю, що змінюється. Події, що викликають конфлікт, поділяють на макро- і мікротравми. Макротравми це значні події і зміни. Мікротравми – це невеликі, але повсякденні, які акумулюють емоційні реакції на неспівпадання очікуваного і реально існуючого. Всі події поєднуються в особистості однієї людини в їх фізичному, соціальному і духовному вимірах. У поєднанні зовнішніх перевантажень і особистісно детермінованих можливостей для подолання цієї напруги виникає актуальний конфлікт.

На основі отриманих результатів дослідження в констатувальному експерименті виділено також ключовий і базовий внутрішні конфлікти.

Ключовий конфлікт описується за допомогою моделі «Актуальні здібності», яка дозволяє описати і оцінити ставлення людини до інших. Розрізняють дві базові здібності: до любові (емоційність) і пізнання (когнітивність), з яких, відповідно, розвиваються первинні (терпіння, час, контакт, віра, довіра, надія, сумнів, впевненість тощо) та вторинні (пунктуальність, акуратність, ввічливість, чесність, точність, старанність, бережливість, справедливість, успішність, надійність тощо). На розвиток актуальних здібностей впливають фізичний стан, оточуюче середовище й епоха, в яких живе людина: «Як зерно, що містить в собі потенціал та пробиває собі шлях в навколишнє середовище під час взаємодії із землею, дощем й садівником, так і людина розвиває свої здібності у тісних стосунках з оточуючим її світом» [129, с. 40]. Очевидно, що при такій складності впливів здібності розвиваються нерівномірно. Деякі можуть бути розвинені до віртуозності, а інші перебувають у зародковому стані. Унікальність людського характеру обумовлюється поєднанням по-різному виражених актуальних здібностей, які утворюють своєрідний профіль. Переважання тих або інших актуальних здібностей впливає на формування внутрішнього конфлікту і форму виходу з нього. Актуальними ці здібності називають через те, що вони постійно фігурують у повсякденному житті в різних ситуаціях. Вони пов'язані з такими психодинамічними категоріями, як Зверх-Я і Я-ідеал і такими глибинно-психологічними категоріями, як відчуття самоцінності і комплекс неповноцінності. Актуальні здібності виконують ряд функцій:

- Описові категорії. Поведінка людини, міжособистісні і внутрішні конфлікти, можуть бути описані у термінах актуальних здібностей.
- Змінні величини соціалізації. Актуальні здібності є змістом виховання. Суспільство за допомогою виховання визначає характерний для нього рівень розвитку певних актуальних здібностей (наприклад, для індустріального суспільства характерна відома зневага до первинних здібностей).
- Сурогатні замітники релігії. В цьому випадку одна чи декілька актуальних здібностей абсолютизуються, стають поза своєю функціональною роллю осередком світогляду, картини світу і образу людини, її внутрішнього стану.
- Маскування. В деяких випадках для досягнення мети людині здається доцільним прикинутися, зобразити ті актуальні здібності, яких у неї насправді немає.

Конфлікт людських взаємин виникає через відмінність у розвиненості тих або інших актуальних здібностей і. У якомусь сенсі ставлення до іншого є призмою, через яку видно усі сильні і слабкі (конфліктні) сторони особистості.

Базовий конфлікт, в основі якого лежить страх «бути не таким як треба», не відповідати ідеалу - описується за допомогою моделі «Ідентифікації». Вона охоплює

ставлення до «Я», «Ти», «Ми» і «Пра-Ми», які формуються під впливом прикладів із сім'ї. Графічно вона зображується так:

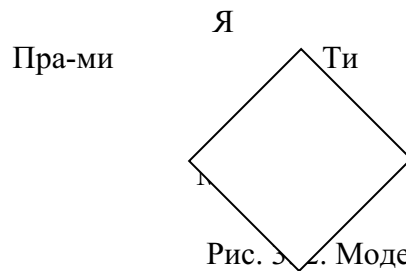


Рис. 3.2. Модель «Ідентифікації»

Дана схема включає ставлення батьків до дитини (Я), до іншої людини (Ти), до оточення (Ми) і до людства в цілому (Пра-Ми). Безумовно, досвід дитинства впливає на особистість, але динамічний процес розвитку особистості не обмежується дитинством. Протягом життя сфера «Я» розвивається за допомогою ідентифікації людини не тільки із значущими дорослими, але і з героями прочитаних книг, улюблених фільмів тощо. Важливою характеристикою ідентифікації є процесуальність. Це шлях саморозуміння особистості, шлях, на якому «об'єкти для наслідування» - лише покажчики напряму, але не кінцева зупинка [129]. Сфера «Ти» - відносини людини з партнером. На формування цієї сфери впливає приклад того, як батьки дитини ставились один до одного. Сфера «Ти» розвивається все життя і пов'язана із процесом дорослішання. Сфера «Ми» - стосунки з людьми, які сповідують інші цінності, практикують незвичну поведінку, які належать до групи «Вони». Поняття «спільності» і «чужості» формуються в дитинстві під впливом ставлення значущих дорослих до «чужих». Межі толерантності в цій сфері переглядаються упродовж усього життя під впливом не тільки психологічних, а й соціальних факторів. Введення в модель «Ідентифікації» сфери «Пра - Ми» не тільки дозволяє розглядати розвиток особистості як динамічний процес, співвідносити особистість з культурною традицією, але й відкриває перед нею нові горизонти розвитку. У сфері «Пра-ми» мають місце стосунки у контексті минулого і майбутнього часу – з предками і нащадками. Ці стосунки є величезним смислоутворюючим ресурсом. Сфера «Пра - Ми» пов'язана із потребою людини бачити сенс у своєму існуванні. Центральними елементами базового конфлікту є концепції, які засвоюються на ранніх стадіях розвитку індивіда (тому їх називають базовими). В житті індивіда вони виступають як тема, яка повторюється в різних варіаціях.

Отже, головне призначення Позитивної психотерапії – це турбота про фізичний, психічний, соціальний і духовний потенціал особистості. Метод Позитивної психотерапії налічує у своєму арсеналі низку технік психологічної допомоги й успішно інтегрує методи інших наукових напрямів.

Для реалізації цілей програми використовувались такі методичні прийоми як: тематичні бесіди, групові дискусії, ділові ігри, психогімнастика, методи розвитку комунікативних навичок, техніка sandplay.

Підготовка до проведення практичних блоків занять із студентами і підбір тренінгових вправ ґрунтувалися на принципах:

- активності ;
- дослідницької творчої позиції;
- партнерського суб'єкт-суб'єктного ставлення [38;103].

Умовами реалізації цих принципів є включення різноманітних вправ, які:

- а) дозволяють активно брати участь у них всім учасникам групи одночасно;
- б) дають можливість усвідомити і набути нових навичок поведінки, експериментувати з ними;

- в) включають елементи зворотного зв'язку;
 г) зберігають атмосферу довіри, безпеки і відкритості.

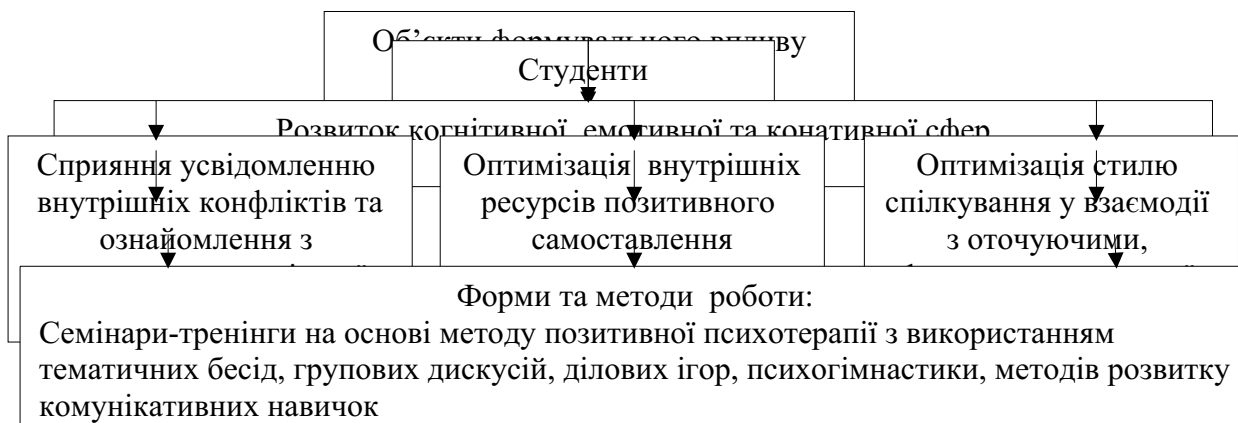
В розробці практичних занять використовувались матеріали тренінгових занять І. Вачкова [38], К. Фопеля [190], С. Макшанова і Н. Хрящевої [105], Н. Пезешкіана [129 ; 130], Н. Сакович [167], й інших авторів.

На основі відібраних засобів і методів розроблена програма активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів майбутніх психологів.

3.2. Програма активізації позитивного потенціалу внутрішньо-особистісних конфліктів майбутніх психологів

Загальна мета програми: на основі пізнання студентами себе, свідомого сприйняття внутрішніх конфліктів, оптимізації внутрішніх ресурсів, позитивного самоствавлення та стилю спілкування у взаємодії з оточуючим сприяти активізації позитивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів.

Модель формульального експерименту мала наступний вигляд (рис.3.3.)



Формульальний експеримент тривав з вересня 2013 по лютий 2014 року. Реалізація формульального експерименту включала наступні етапи:

- 1) відібрано дві групи досліджуваних, до складу яких увійшли студенти 1-го курсу навчання, переважна частина яких показала високий рівень внутрішньої конфліктності;
- 2) апробовано програму активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів майбутніх психологів;
- 3) здійснено аналіз результатів формульального експерименту та сформульовано висновки.

Відбір учасників у групи здійснювався на основі аналізу результатів констатувального дослідження. В експериментальну групу залучалися студенти з високим рівнем внутрішньої конфліктності. Кожне заняття передбачало виконання завдань, спрямованих на реалізацію загальної мети. Програма включала 22 заняття (таблиця 3.1), об'єднаних у п'ять блоків, кожен з яких присвячений окремій темі. Заняття проводилися по 2-3 години на тиждень в межах роботи проблемної групи.

Таблиця 3.1

Програма актуалізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів

| Основні тематичні блоки | Тематика занять | Кількість годин |
|-----------------------------------|---|-----------------|
| I. Особистість і конфлікт | 1. Внутрішній конфлікт у зарубіжній та вітчизняній психології. | 2 |
| | 2. Типологія внутрішніх конфліктів. | 2 |
| | 3. Позитивні і негативні функції внутрішніх конфліктів. | 2 |
| | 4. Позитивна психотерапія як метод корекції внутрішніх конфліктів | 4 |
| II. Я | 1. Мій внутрішній світ | 4 |
| | 2. Я- майбутній професіонал | 4 |
| III. Комунікативна компетентність | 1. Калейдоскоп ролей. | 4 |
| IV. Управління емоційними станами | 1. Світ наших емоцій | 4 |
| V. Я – творець свого життя | 1. Сходінки до успіху | 4 |
| | 2. Розширення системи цілей | 2 |
| | Загальна кількість годин | 32 |

Програма складалася із трьох взаємопов'язаних частин:

1. Вступна (1-е – 3-є заняття), яка мала на меті ознайомлення студентів з психологічною традицією вивчення внутрішнього конфлікту.
2. Основна (4-е – 16-е заняття), метою якої є ознайомлення з можливостями застосування моделей позитивної психотерапії у вирішенні як власних внутрішніх конфліктів, так і можливостей їх застосування у практичній діяльності, розвиток навичок самопізнання, самоаналізу, пізнання студентами свого внутрішнього та зовнішнього світу, з'ясування важливих професійних якостей психолога-професіонала, формування позитивної Я – концепції, адекватно високої самооцінки, підвищення самоповаги, формування навичок планування та пошуку шляхів досягнення мети.
3. Завершальна (17-е – 22-е заняття), яка покликана закріпити отримані на попередніх заняттях результати та актуалізувати особистісні ресурси учасників, підвищити віру у власні сили, закріпити позитивний образ Я.

Кожне заняття складалося із 4 – х елементів:

 1. Рефлексія попереднього досвіду, формулювання близьких цілей.
 2. Подальший рух у предметі вивчення, який передбачає пошук і засвоєння засобів досягнення поставленої мети.
 3. Підвищення групової згуртованості, яка передбачає саморозкриття учасників, довірливе спілкування, відчуття захищеності кожного всередині даної групи.
 4. Підведення підсумків. Рефлексія роботи в групі.

В ході роботи використовувалися ігрові методи, інформаційні повідомлення, тематичні бесіди, групові дискусії, ділові ігри, методи розвитку комунікативних навичок тощо. Як бачимо, кожен метод програми активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів студентів мав психологічне підґрунтя і був спрямований на реалізацію мети і завдань дослідження.

Розглянемо детальніше зміст кожного з блоків – структурних частин програми.

Перший блок «Особистість і конфлікт», мета: розкрити поняття та структурні компоненти внутрішньоособистісного конфлікту, ознайомити студентів з історією вивчення внутрішнього конфлікту у зарубіжній та вітчизняній психології, сприяти усвідомленню ролі власного «Я» у переживанні конфлікту, а також ознайомити майбутніх фахівців з основними стратегіями вирішення внутрішніх конфліктів за допомогою методу Позитивної психотерапії. Виконання завдань, передбачених у першому блоці збагачує особистісний досвід студента, розвиває навички самоаналізу.

Другий блок – «Я» спрямований на розкриття і аналіз змісту ресурсних можливостей студента, підвищення самооцінки, що допомагає усвідомити власні особистісні та професійні якості, сприяє засвоєнню навичок позитивного мислення, розвиває вміння працювати у команді, продукувати ідеї та відстоювати власну позицію.

Третій блок - «Комунікативна компетентність» спрямований на сприяння розвитку у студента ставлення до себе як суб'єкта спілкування, повноцінної і діяльної особистості, набуття навичок адаптивної поведінки, усвідомлення власної поведінки у взаємодії з оточенням.

Четвертий блок – «Управління емоційними станами» спрямований на ознайомлення з можливостями застосування методики аутогенного тренування, сприяння відновленню психоемоційного стану.

П'ятий блок «Я – творець свого життя» передбачає усвідомлення студентами своєї ролі у творенні власного майбутнього; розвиток навичок планування, вироблення навичок впевненої поведінки і віри у власний успіх тепер та в майбутньому.

Розглянемо детальніше зміст розвивальної програми:

Змістовний блок 1. Особистість і конфлікт.

Перші три заняття - лекційні. Темі лекцій: «Внутрішній конфлікт як психологічне явище, історія його вивчення у психологічній науці», «Типологія внутрішніх конфліктів», «Позитивні і негативні наслідки внутрішніх конфліктів». На лекціях передбачається розкрити основні відмінності у різних підходах до проблеми внутрішнього конфлікту, ознайомити з різними класифікаціями конфліктів та наслідками їх переживання. Для активізації сприйняття та осмислення слухачами змісту лекцій було використано стародавні міфи, які полегшують спілкування.

Міф «Сцилла і Харібда»

Сцилла – морська потвора з шістьма парами ніг та шістьма собачими головами. Вона начебто жила в печері біля протоки між Італією та Сіцилією. На протилежному березі протоки було житло Харібди, що стала потворою через свою ненажерливість. Сцилла й Харібда нападали на всіх, хто пропливав Сицилійською протокою. Одиссей проскочив між страховиськами, втративши шістьох своїх супутників.

Сцилла і Харібда – це метафоричний вираз подвійної небезпеки. (Приклад вітального конфлікту (“віддалення-віддалення”) [215].

Для обговорення пропонуються такі питання:

- Чи був у вашому житті випадок, коли ви опинилися «поміж Сциллою і Харібдою», в ситуації подвійної небезпеки?
- Чи не могли б ви поділитися цим досвідом?
- Що ви відчували у ситуації подвійної небезпеки?
- Що саме було вашою Сциллою? А що (або хто) Харібдою?
- Які ресурси ви відкрили в собі?
- Що нового ви дізналися про себе?

Міф «Танталові муки»

В міфах Тантала було покарано тим, що стоячи по шию в воді, він не міг утамувати спраги, бо вода відступала, коли Тантал нахилився, щоб напиться; над ним на гілках рясніли стиглі плоди, але він не міг їх дістати.

І в наш час живе метафоричний вислів «Танталові муки», що означає страждання, яких зазнає людина від усвідомлення близькості бажаної мети і неможливості її досягти (амбівалентний конфлікт “наближення-віддалення”) [215].

Питання для обговорення:

- Чи було у Вашому житті схоже відчуття?
- В яких ситуаціях Вам доводилось переживати «Танталові муки»?
- Назвіть інші причини виникнення внутрішніх конфліктів (З Вашого власного досвіду).

Можна запропонувати студентам скласти «загальний» перелік ситуацій, обставин за яких виникає внутрішній конфлікт.

Заняття 4. Позитивна психотерапія як метод корекції внутрішніх конфліктів.

Мета заняття: ознайомлення з можливостями застосування Позитивної психотерапії у вирішенні внутрішніх конфліктів, усвідомлення власних форм переживання внутрішніх конфліктів.

Вправа «Зона комфорту» присвячена аналізу чотирьох форм переживання конфлікту. Людина сприймає і пізнає дійсність через 4 сфери: «тіло», «діяльність», «контакти/традиції» і «фантазії/інтуїція».

У Позитивній психотерапії розроблена модель рівноваги чотирьох сфер (модель «Балансу» рис.3.1): тіло, фантазії / інтуїція, діяльність, контакти/традиції.

Моделлю «Балансу» описується *актуальний конфлікт*, суттю якого є конфліктні відносини із світом.

Студентам пропонується намалювати модель «Балансу» і розподілити 100% енергії за сферами.

- Яка цифра з'явилася в кожній зі сфер?
- Що це значить для вас?
- Що ви відкрили нового?
- Що і як можна змінити?

Ці сфери використовуються індивідом як форми переживання внутрішніх конфліктів.

- Згадайте ситуації, які періодично повторюються при виникненні внутрішнього конфлікту і можуть бути визначені як «втечу у...» - сферу тіла, діяльності, контактів, майбутнього.

Вправа «Сімейний кодекс» сприяє формуванню у майбутніх психологів навичок самоаналізу та усвідомлення зв'язку між сімейними концепціями та власним стилем життя.

1. Ведучий пропонує студентам намалювати модель «Ідентифікації» (рис.3.2), за допомогою якої описується базовий конфлікт, і відмітити знаком (+) або (-) кожен зі сфер: Я, Пра-ми, Ти, Ми.

- Сфера «Я» відображає ставлення до дитини батьків, родичів, однолітків.
- Сфера «Ти» - це стосунки між батьками.
- Сфера «Ми» відображає ставлення батьків до оточення.
- Сфера «Пра-ми» - це життєва філософія батьків.

Така модель може означати, що:

- батьки приділяли багато уваги дитині, вона була бажаною, її любили: Я (+);
- батьки розлучилися, погано розуміли одне одного: Ти (-);
- батьки відкриті для контактів: Ми (+);
- філософські питання мали для батьків другорядне значення, вони не замислювались про сенс життя: Пра-ми (-)

Питання, які стосуються кожної зі сфер:

сфера «Я»

- З ким у Вас найбільш близькі стосунки (з матір'ю, батьком, бабусею, дідусем)?

- Як батьки виявляли свою любов до Вас?

сфера «Ти»

- Чи добре розуміли одне одного Ваші батьки?
- Які Ваші установки щодо створення сім'ї?

сфера «Ми»

- Хто з Ваших батьків більш відкритий для контактів?
- Чи властива Вам соціальна активність?

сфера «Пра-ми»

- Хто з Ваших батьків надавав більшого значення філософським та світоглядним питанням?
- Як Ви ставитесь до представників інших філософських переконань і релігій?

2. У другій частині вправи ведучий пропонує студентам вибрати із зазначених концепцій ті, які б могли увійти у модель «Ідентифікації» (Додаток С).

- Якщо Ви не вибрали жодної концепції, згадайте свої варіанти, які часто чули у Вашій сім'ї (девизи, кредо, гасла тощо).
- Про що Ви згадуєте зараз? Які почуття переживаєте?
- Заповніть тепер прислів'ями власну модель актуальної ситуації.

- Чи є в обох моделях концепції які повторюються?

- Що Ви думаєте і відчуваєте ?

Вправа «Презентація здібностей» дозволяє виявити сфери постійної емоційної напруги та розширити можливості покращення взаємодії з оточенням. Для цього використовувалась модель «Актуальних здібностей», яка дозволяє описати і оцінити ставлення людини до інших. Переважання тих або інших актуальних здібностей впливає на формування внутрішнього конфлікту і форму виходу з нього. Актуальними ці здібності називають через те, що вони постійно фігурують у повсякденному житті в різних ситуаціях.

1. Завдання: заповніть Диференціально-аналітичний опитувальник (ДАО, скорочений варіант), розроблений Н. Пезешкіаном (Додаток Д).

Форми поведінки (актуальні здібності) оцінюються таким чином:

(++) вища суб'єктивна оцінка даної здібності;

(--) низька суб'єктивна оцінка;

(+-) байдуже ставлення до даної здібності.

Неспівпадання знаків (+ і -) у колонках «Я» і «Партнер по спілкуванню» вказує на конфліктні сфери взаємодії. ДАО одночасно виконує діагностичну та терапевтичну функції.

2.Завдання: пригадайте 1-2 ситуації, за яких Ви відчували дискомфорт чи деяке непорозуміння при взаємодії з партнером.

- Які із здібностей Ви проявляли у кожній з ситуацій?

- Якими здібностями реагував Ваш партнер?

- Як Ви могли б реагувати по-іншому у схожій ситуації?

- Як би тоді виглядали Ваші з партнером стосунки?

- Що, на Вашу думку, залежить від Вас?

- Які зусилля Ви готові докладати для покращення взаємодії ?

Рефлексія досвіду: Які відкриття з'явилися у Вас в ході досліджень взаємодії з оточуючими? Які відчуття виникають у Вас в умовах різних ситуацій? Що, у зв'язку з цим Ви б хотіли залишити, як є, а що змінити?

Змістовний блок 2. Я

Заняття 5. Мій внутрішній світ

Мета заняття: розкриття і аналіз змісту ресурсних можливостей студента, підвищення самооцінки, засвоєння навичок позитивного мислення

Вправа «Мої позитивні і негативні риси».

Мета вправи: усвідомлення власних особистісних якостей і засвоєння навичок позитивного мислення.

Учасникам запропоновано проаналізувати власні особистісні риси та якості. За інструкцією ведучого учасники впродовж п'яти-шести хвилин записували в дві колонки свої якості як професіонала, причому в одній колонці мали розташовуватись такі риси, що сприяють у професійній діяльності, а в іншій-такі, що є негативними, небажаними для неї. Кожний учасник зачитував свій список по колу, а група обговорювала і ставила питання.

Як правило, серед позитивних якостей учасники називали емпатійність, вміння слухати, терплячість, бажання навчатися та ін. До негативних потрапляли такі якості, як низька самооцінка, невпевненість у собі, невміння планувати свій час тощо.

Далі ведучий пропонував учасникам трансформувати негативні якості таким чином, щоб зробити з них позитивні. Наприклад, низьку самооцінку можна тлумачити як критичність до себе (конструктивну), тобто прагнення до самовдосконалення.

Вправа «Подолання»

Мета вправи - розкриття і аналіз змісту ресурсних можливостей студента, спираючись на які можна досягти успіху в раніше неуспішних видах діяльності.

Ведучий: «Життя часто ставить перед нами серйозні проблеми. Створює перешкоди, які необхідно долати. Згадайте про ті перешкоди, які ви подолали останнім часом. Знайдіть те, загальне, що допомагало вам в цьому. Викладіть свої думки на папері».

Далі заслуховуються всі учасники групи, особлива увага приділяється способам подолання перешкод. Складається «загальний» перелік під назвою «Подолання». Пропонується кожному включити груповий досвід успішного подолання у свій індивідуальний досвід.

Вправа «Придумай девіз».

Мета вправи - створення мотивуючих переконань, які сприяють позитивній самореалізації і самоствердженню молодих людей.

Студентам пропонується: 1) придумати девіз, який би орієнтував на подолання труднощів і проблем, налаштував на продуктивну роботу; 2) підібрати декілька варіантів девіза, щоб потім обрати найкращий.

Звертається увага студентів на те, що в сформульованих девізах можуть бути відображені різні аспекти особистісної успішності: 1) на формування наполегливості і здатності долати труднощі; 2) на формування цілеспрямованої систематичної роботи, спрямованої на досягнення мети; 3) на розвиток впевненості у собі; 4) на розвиток бажання вдосконалювати свою професійну майстерність.

Пропонується зробити табличку з надписом свого девізу, підібрати до нього відповідний колір, малюнок-символ (Додаток Ж). В якості домашнього завдання студентам пропонується розташувати табличку з девізом вдома (наприклад, на робочому місці, стіні). Для того, щоб уникнути механічного сприйняття рекомендується час від часу змінювати деякі слова, переформулювати девіз, змінити малюнок-символ, зберігаючи при цьому зміст і спрямованість девізу.

На окремому папері пропонується написати розповідь на тему, пов'язану з девізом. Важливо найяскравіше представити ситуацію, відповідну девізу, обставини, людей і виразити своє ставлення і почуття.

Заняття 6. Я- майбутній професіонал.

Мета заняття: усвідомлення власних особистісних та професійних якостей, розвиток вміння працювати у команді.

Ділова гра «Я-майбутній професіонал».

Метою гри є визначення рівня професійної самосвідомості та уявлення про майбутню спеціальність.

Учасникам пропонується уявити себе вже «готовими» професіоналами та підготувати відповідні самопрезентації. Причому зробити це було можливо у будь-якій формі, в тому числі символічній (вірш, девіз, малюнок, схема тощо). Під час презентації учасникам можна ставити запитання: «На скільки важко було приміряти на себе роль професіонала?», «Що значить для тебе бути професіоналом?», «Чи закінчується «званням» професіонала особистісний і професійний розвиток?» тощо.

Ділова гра «Влаштування на роботу».

Мета гри: формування вміння презентувати себе роботодавцям, отримання досвіду відмов, та їх переживання.

Учасників розділяють на дві рівні групи, одна з яких грає роль роботодавців, інша – тих, хто шукає роботу. Час гри – 30-40 хвилин.

У першій частині гри одна половина групи (пошукачі) мають знайти роботу. Причому роботодавців попередньо інструктують – повідомляти пошукача про те, що його взяли на роботу, можна лише за сигналом ведучого. (Таким сигналом може бути фраза ведучого: «Завершуємо, залишилося п'ять хвилин»).

Таким чином, після кількох невдалих спроб спілкування з роботодавцями і намагання переконати їх взяти на роботу, пошукачі, врешті-решт, влаштовуються на роботу. Отже, учасники вчаться презентувати себе роботодавцям, отримують досвід відмов, та їх переживання.

У другій частині гравці міняються ролями – ті, хто був роботодавцями шукають роботу, і, навпаки. Умови гри трохи змінені: кожен роботодавець отримує чіткі інструкції стосовно характеру умов та винагороди праці, пропонованої роботи. Можливі такі варіації: творча, проте погано оплачувана робота; рутинна робота з жорстким графіком роботи та хорошою платнею тощо.

Після гри ведучий пропонує учасникам обговорити свої відчуття та відповіді на такі питання:

- Чи легко було влаштуватися на роботу?
- Що заважало її знайти?
- Чи отримали ви бажану роботу?
- Чи влаштовують вас умови праці?
- Як ви поводитись у спілкуванні з роботодавцем?

Ведучий також пропонує назвати ті якості, які б могли знадобитися в майбутньому влаштуванні на роботу, манеру поводитися, характер інформації, що презентують роботодавцю тощо. Всі пропозиції фіксуються на великому плакаті, в такий спосіб колективно створюється набір особистісних якостей, навичок, умінь та рекомендації для влаштування на роботу.

Ділова гра «Валіза професіонала».

Метою цієї гри є не лише отримання досвіду влаштування на роботу, але й можливість краще зрозуміти себе як особистість і як спеціаліста, а також того, що дійсно можеш запропонувати роботодавцеві у реальному житті. І, нарешті, отримання уявлення про те, де саме бажаєш працювати.

Ведучий пропонує учасникам за три-чотири хвилини написати список якостей, що неодмінно мають бути у «валізі» професіонала-психолога. Потім кожний учасник оголошує свій список, переносючи його на великий плакат, де складається великий список якостей. Якщо якості повторюються, то навпроти відповідної назви ставиться вертикальна риска.

Після цього ведучий підраховує скільки рисок навпроти якої якості, складаючи «п'ятірку лідерів». В принципі, кількість якостей у фінальному списку можна варіювати, залежно від тривалості роботи.

Далі учасники переносять цей фінальний список до своїх записів і виставляють собі оцінку по кожному пункту за п'ятибальною шкалою. Після цього ведучий пропонує групі оцінити кожного учасника за тими ж якостями. Відтак, кожний отримує перелік експертних оцінок по кожній якості. Підрахунок середніх показників та порівняння отриманої оцінки з власною, дає можливість учасникам побачити, чи наявний розрив між самооцінкою та оцінкою групи за визначеними якостями.

Під час обговорення ведучий пропонує проаналізувати, з чим пов'язані наявні розходження між оцінками – неадекватною самооцінкою, чи тим, що певні якості не були виявлені, продемонстровані учасниками саме в цій групі.

Ділова гра «Я-майбутній професіонал». Повторне проведення цієї гри дає можливість ведучому та учасникам збагнути зрушення у самосприйнятті себе як професіонала, усвідомити свої професійні межі, відповідальність, готовність до майбутньої діяльності.

Ділова гра «Створення соціально-психологічного центру».

Мета гри - розвиток уміння працювати у команді, продукувати ідеї та відстоювати власну позицію.

Учасників ділять на дві підгрупи та пропонують створити соціально-психологічний центр чи психологічну службу. На роботу приділено півгодини, на презентацію - п'ять хвилин. Обов'язковими елементами презентації команд є: назва центру, мета роботи, девіз, функції, клієнт, реклама (слоган або сценка) та скульптура з учасників команди.

Зазвичай робота в командах відбувається з позитивним емоційним фоном, оскільки можна реалізувати будь-яку найабсурднішу, на перший погляд, ідею. У кожного з учасників є реальна можливість проявити себе у багатьох ролях: генератора ідей, організатора, керівника, виконавця тощо.

Змістовний блок 3. Комунікативна компетентність

Заняття 7. Калейдоскоп ролей

Мета заняття: усвідомлення власної поведінки у взаємодії з оточуючими, виявлення та корекція неконструктивних моделей поведінки, формування навичок адаптивної поведінки.

Вправа «Калейдоскоп ролей»

Мета вправи: аналіз різноманітних позицій взаємодії.

Ведучий розповідає учасникам про рольову класифікацію (ролі: «Обвинувач», «Жертва», «Комп'ютер», «Флюгер»).

«Обвинувач» у розмові поводить себе агресивно, весь час обвинувачує, заганяє співрозмовника у глухий кут, повчає. «Жертва», у свою чергу, в розмові виправдовується, уникає відповідальності, викручується. Вона відчуває себе незручно, повсякчас вибачається. «Комп'ютер» уникає «Я»-висловлювань, натомість говорить від третьої особи. Полюбить абстрактні псевдонаукові твердження, за якими, власне, і ховається від необхідності висловлювати свою власну думку.

«Флюгер» у взаємодії поводить себе мов дитина: безвідповідально, безпосередньо й спонтанно. Він безладно розмахує руками, може безперервно рухатися, висловлювати щось недоладне тощо.

Учасникам пропонується стати в коло та продемонструвати усі чотири типи поведінки, приймаючи характерні для кожного з них пози та вимовляючи найхарактерніші фрази.

Після цього ведучий запитує у кожного про той тип поведінки, який був найбільш дискомфортним (або найменш притаманним у житті). Потім він роздає учасникам ролі, причому кожному дістається найбільш неприємна (або ж чужа) роль.

Ведучий розбиває групу на дві частини (так, щоб у кожній був принаймні один представник кожного типу поведінки) та пропонує теми для обговорення, учасники мають говорити з приписаних ним позицій. Доки перша частина обговорює, інша (виступаючи в ролі експертів) спостерігає та робить помітки. Далі групи міняються ролями.

До обговорення ведучий пропонує такі питання:

- Наскільки ефективні для взаємодії позиції, які були озвучені?
- Що може спричинити загострення суперечки, перехід її до стадії конфлікту?
- Яким чином можна розв'язати озвучені сьогодні суперечки?
- Наскільки комфортно було в ролі?
- Чи вдалося не виходити за рамки приписаної ролі?
- Хто розпочав розмову?
- Яка з позицій є найбільш ефективною, у якій взаємодії?
- Які ролі ми граємо у реальному спілкуванні?

Учасники груп також слухають думки експертів «зворотний зв'язок», здійснюють рефлексію своєї реальної позиції, яку приймають у реальному житті.

Вправа «Антиповедінка».

Мета вправи: набуття навичок більш адаптивної поведінки, усвідомлення власної поведінки у взаємодії з оточенням

Гра полягає у тому, що учасники хвилину пригадують свій найгірший спосіб поведінки, або такий, що їм не подобається в інших. Тоді кожний по черзі демонструє його у формі монологу, діалогу, або сценки. Після того, як кожен виступив, ведучий ініціює обговорення в групі вражень та почувань як від власного виступу, так і від виступів своїх одногрупників. Іноді учасникам важко відтворити неприйнятну для себе поведінку. В такому разі ведучий може запропонувати іншу техніку – «Мої маски». Ця техніка полягає в тому, що учасники впродовж п'яти-шести хвилин мають намалювати дві свої соціальні маски: улюблену та таку, що подобається найменше. Потім ведучий прохає кожного поговорити кілька хвилин від імені обох масок, решта учасників можуть ставити масці запитання.

Вправа «Зрозумій мене» (техніка sandplay)

Мета вправи: розвиток навичок невербального спілкування.

Ведучий пропонує учасникам на аркушах паперу за допомогою піску створити малюнок (Додаток К). Робота відбувається в парах, говорити забороняється. Після завершення малюнка заслуховуються всі учасники, які розповідають про свої враження під час взаємодії. Дана вправа сприяє також зниженню психоемоційної напруги.

Змістовний блок 4. Управління емоційними станами

Заняття 8. Світ емоцій

Мета заняття: ознайомлення з можливостями застосування методики аутогенного тренування, відновлення психоемоційного стану.

Сприяючи оптимізації психофізіологічного стану людини, аутогенне тренування дає можливість не тільки активно «налаштуватися» на майбутню або очікувану проблемну ситуацію, але й завдяки систематичному вправленню функціональних систем забезпечує адаптивний ефект

безпосередньо у процесі переживання внутрішнього конфлікту. Зміст і форма фраз, використовуваних в аутоенному тренуванні, мають бути приємними для людини, зрозумілими і багаторазово повторюваними. На основі цієї методики шляхом саморегуляції відбувається відновлення звичайного для особистості психоемоційного стану.

Вправа 1. Викликання почуття важкості.

Подумки повторюють: «Я цілком спокійний» (1 раз); «Моя права (ліва) рука важка» (6 разів); «Я спокійний» (1раз). Після кількох днів тренування відчуття важкості в руці стає чітким. Потім так само відчуття важкості викликають в обох руках, в обох ногах, в усьому тілі. Кожне тренування має починатися й закінчуватися фразою «Я спокійний».

Вправа 2. Викликання почуття тепла. «Я спокійний» (1 раз); «Тіло важке» (1 раз); «Моя права (ліва)рука тепла» (6разів). Надалі навіюють тепло на іншу руку, ноги, все тіло. Переходять до фрази: «Обидві руки теплі... обидві ноги теплі, все тіло тепле». Згодом вправу 1 і 2 об'єднують однією формулою: «Руки та ноги важкі і теплі». Вправа вважається засвоєною тоді, коли відчуття тепла і важкості виникає в тілі автоматично у відповідь на слова.

Вправа 3. Регуляція ритму серцевої діяльності. Вправа починається з формули «Я спокійний». Потім послідовно викликають відчуття важкості і тепла в тілі. Необхідно покласти праву руку на ділянку серця і подумки повторити 5-6 разів: «Моє серце б'ється спокійно, потужно та ритмічно». Вправа вважається засвоєною, якщо вдається впливати на силу й ритм серцевої діяльності.

Вправа 4. Регуляція дихання. Формула включає всі попередні навіювання: «Я спокійний... Мої руки важкі і теплі...Моє серце б'ється потужно, спокійно й ритмічно... Я дихаю спокійно, глибоко й рівномірно». Останню фразу повторюють 5-6 разів. Згодом формула скорочується: «Я дихаю спокійно».

Вправа 5. Вплив на органи черевної порожнини. Послідовно активізуються такі самі відчуття, як у вправах 1-4, а потім подумки 5-6 разів повторюють: «Сонячне сплетіння тепле, воно випромінює тепло».

Вправа 6. Відчуття прохолоди на чолі. Аналогічна до вправ 1-5 і формула «Моє чоло прохолодне».

Під час засвоєння вправ формули можуть скорочуватися: «Спокійний...Важкість...Тепло...Серце і дихання спокійні...Сонячне сплетіння тепле...Чоло прохолодне».

Застосовуючи методику аутогенного тренування, можна запобігти психоемоційним наслідкам повсякденних проблемних та кризових ситуацій, а також ефективно усунути стресовий стан.

Змістовний модуль 5. Я - творець свого життя.

Заняття 9. Сходи до успіху.

Мета заняття: формування навичок цілепокладання та впевненості у майбутньому.

Майбутнє – це територія, якою ніхто не може володіти і тому вона відкрита для всіх можливих ідей і уявлень. Уявлення позитивного майбутнього дає можливість побачити своє минуле як ресурс.

Вправа «Цілепокладання»

Мета вправи: усвідомлення власної мети та способів її досягнення.

Учасникам пропонують розбитися на трійки для роботи над цілями.

Інструкція учасникам: Ви маєте впродовж п'ятнадцяти хвилин обговорити свою мету, причому рекомендовано дотримуватися такої послідовності:

- мета (наскільки близька чи далека в часі);
- наскільки досяжною (реальною) є визначена мета;
- наскільки досягнення цієї мети залежить від мене чи від зовнішніх обставин;
- мої ресурси – що мені допомагає в досягненні мети;
- можливі перешкоди на шляху досягнення мети;
- кінцевий результат: як дізнаюся, що досяг мети;
- як зміниться моє життя після досягнення мети;
- що я роблю вже зараз для досягнення мети.

Робота в трійках відбувається таким чином: серед них розподіляють ролі – інтерв'юер, респондент (доповідач) та супервізор. Відповідно, інтерв'юер ставить запитання (з попередньо визначеного переліку), респондент відповідає, а в обов'язки супервізора входить моніторинг запитань та відповідей, запис відповідей респондентів, слідування за формою питань, що ставить інтерв'єр. Після того, як респондент відповість на всі запитання, ролі в трійці міняються. Робота завершується груповим обговоренням.

Ведучий пропонує обговорити наскільки важко було визначити свою мету та способи її досягнення, якою буде мета для себе, чи «для інших».

Вправа «Кроки до мети».

Мета вправи: створення позитивного емоційного фону стосовно власної мети, формування впевненості у майбутньому, у те, що мета може бути досягнута.

Ведучий пропонує відновити трійки і демонструє техніку на одному з учасників. «Згадай свою мету. Візьми цю ручку, уяви, що це і є твоя мета. Розташуй її у цьому просторі на підлозі на тій відстані, на якій знаходиться твоя мета. Подивись на неї. Як ти вважаєш, скільки кроків до твоєї мети? А тепер заплющ очі і зроби ці кілька кроків до мети. Розплющ очі. Чи досяг ти мети? Ні? Тоді повернись на місце і спробуй ще раз. Добре. Тепер ти досяг мети. Відчуй це. Як ти відчуваєшся? Що саме ти відчуваєш? Чи важко тобі було прийти сюди? Обернись, позаду тебе стоїть колишній ти, який ще не досяг мети, він ще на шляху до неї. Що ти хочеш сказати йому? Тепер повернись у себе, відчуй себе. Прийми свої побажання з майбутнього». Далі учасники опрацьовують цю техніку в трійках. Після закінчення роботи

обговорюють свої відчуття від роботи з метою.

Вправа «Цілепокладання».

Мета вправи: усвідомлення кроків до досягнення мети.

Учасникам пропонується в тих же трійках попрацювати з технікою цілепокладання, схожою на першу, з тією відмінністю, що цього разу респондент описує свій шлях навпаки: від досягнутої мети до теперішнього часу. Причому учасники так самоцінують ресурси, що допомогли, перешкоди, що ставали на заваді тощо. В результаті, мета має стати для учасників реалістичнішою, яснішою, можливо, навіть, зазнає деяких модифікацій.

Вправа «Найважливіші цілі»

Мета вправи: усвідомити пріоритети, побудувати ієрархію бажань і планів, конкретизувати уявлення щодо найближчих перспектив.

Бланк для вправи «Найважливіші цілі»

| Мої життєві цілі | Оцінка | Найважливіші цілі |
|------------------|--------|-------------------|
| | | |

Сядьте зручно, розслабтеся і уявіть чистий голубий екран. Не робіть ніяких зусиль, просто спостерігайте за собою. Тепер поставте собі запитання: «Чого я хочу в цьому житті? Що для мене найважливіше? Які у мене цілі?» Все, що спаде на думку, запишіть у стовпчик зліва. Потім у другому стовпчику виставте оцінку Вашим цілям за 10-бальною шкалою, теж не замислюючись. В третю колонку вписуються цілі, що отримали найвищі оцінки.

Вправа «Сходи до успіху» (на основі попередньої вправи).

- Визначте етапи (підцілі) досягнення найважливішої цілі у вашому житті.
- Визначте ймовірні можливості досягнення цілі.
- В разі обмежених можливостей – визначте додаткові засоби досягнення цілі, окрім наявних можливостей.
- Визначте людей, які б посприяли вам у досягненні цілей на даному етапі. Чим і як ви можете їх зацікавити?
- Визначте термін реалізації мети.

Подумайте, як можна (якщо можна) скоротити час досягнення запланованого.

Заняття 10. Розширення цілей

Мета заняття: конкретизувати уявлення щодо найближчих перспектив та формувати почуття впевненості у майбутньому.

Вправа “Розширення системи цілей”

Мета вправи: розширення цілей у сфері “тіло”, “діяльність”, “контакти / традиції”, “фантазії / майбутнє”;

Ведучий пропонує студентам, використовуючи Модель “Балансу”, описати цілі на майбутній рік.

Вправа-медитація «Налаштуйся на успіх»

Мета вправи: формування почуття впевненості у майбутньому.

Обладнання – музичний супровід.

Ведучий пропонує зручно сісти, розслабитися і уявити себе на березі моря. «Ви бачите, як великі сильні хвилі із шипінням набігають на берег. Ви відчуваєте силу і могутність морських хвиль. Вдихаєте свіже, солонувате повітря... і відчуваєте, як вас виповнюють сила і могутність. Разом з цим з'являється неясне відчуття радості.

Ви знаєте, що успіх – поряд. Успіх – ваш! Вам доведеться багато працювати, долати складнощі. Та все ж, радісно йти шляхом успіху! Ви обов'язково досягнете його. Відчуйте ще раз дихання успіху – вашого Успіху! Відчуйте ще раз почуття радості, впевненості і сили!»

Останнє заняття кожного блоку, як правило, присвячене підведенню підсумків, завершенню роботи та обміну враженнями стосовно роботи в групі.

Побудова і реалізація програми формувального експерименту здійснювалася на основі врахування основних психологічних принципів, що й забезпечило її результативність.

3.3. Кількісні та якісні результати формувального експерименту

При розробці програми активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів майбутніх психологів ми виходили з того, що усвідомлення і своєчасне вирішення внутрішніх конфліктів, підвищення рівня самоствалення, самопізнання, реалізації особистісно значущих цілей веде за собою позитивні зрушення в особистісному зростанні студента.

Оцінка ефективності розвивальної програми здійснювалася за допомогою контрольного зрізу, спрямованого на дослідження кількісних і якісних змін, які відбулися в особистісному розвитку студентів першого курсу, шляхом порівняння показників контрольної (КГ) та експериментальної (ЕГ) груп. Дослідженням було охоплено 40 майбутніх психологів 1-го курсу. З них 18 осіб утворили експериментальну групу, в межах якої впроваджено авторську програму, а 22 особи були включені до контрольної групи, в якій навчальний процес мав традиційний характер.

На контрольному етапі дослідження нами здійснювався аналіз особистості за наступними характеристиками: відкритість, самовпевненість, самокерівництво, відображене самоствалення, самоцінність, самоприйняття, самоприхильність, внутрішня конфліктність, самозвинувачення, рівень самооцінки, локус контролю та мотивація. Дані психологічні утворення виступили об'єктами впливів під час формувальної програми, оскільки є чинниками, що впливають на виникнення внутрішнього конфлікту у студентів психологів. Дослідження здійснювалося за допомогою того ж діагностичного інструментарію, що використовувався в процесі констатувального експерименту.

Порівняння змін, які відбулися з учасниками експериментальної та контрольної групи до та після участі у формувальному експерименті, засвідчує міру ефективності розвивальних впливів (таблиця 3.2).

Таблиця 3.2

Динаміка особистісних змін студентів першого курсу експериментальної і контрольної груп до і після формувального експерименту за методикою С. Пантелєєва (у %).

(n=40)

| Рівні компонентів самосвідомості | Студенти I курсу | | | | | |
|-----------------------------------|------------------|--------------------|-------------|-----------------|--------------------|------------|
| | ЕГ (n=18) | | | КГ (n=22) | | |
| | До експерименту | Після експерименту | Різниця | До експерименту | Після експерименту | Різниця |
| Відкритість | | | | | | |
| високий рівень | 18,1 | 29,5 | 11,4 | 24,2 | 24,4 | 0,2 |
| середній рівень | 45,2 | 41,9 | 3,3 | 44,0 | 42,3 | 1,7 |
| низький рівень | 36,7 | 28,6 | 8,1 | 31,8 | 33,3 | 1,5 |
| Самовпевненість | | | | | | |
| високий рівень | 16,4 | 21,3 | 4,9 | 18,9 | 19,1 | 0,2 |
| середній рівень | 34,9 | 38,2 | 3,3 | 38,9 | 39,2 | 0,3 |
| низький рівень | 48,7 | 40,5 | 8,2 | 42,2 | 41,7 | 0,5 |
| Самокерівництво | | | | | | |
| високий рівень | 26,7 | 31,4 | 4,7 | 28,4 | 28,9 | 0,5 |
| середній рівень | 36,7 | 38,5 | 1,8 | 38,9 | 39,8 | 0,9 |
| низький рівень | 36,7 | 30,1 | 6,6 | 32,7 | 31,3 | 1,4 |
| Відображене самоствавлення | | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------------|------|------|-------------|------|------|------------|
| високий рівень | 17,9 | 24,8 | 6,9 | 21,2 | 22,0 | 0,8 |
| середній рівень | 38,9 | 42,7 | 3,8 | 41,2 | 42,3 | 1,1 |
| низький рівень | 43,2 | 32,5 | 10,7 | 37,8 | 35,7 | 2,1 |

Продовження таблиці 3.2

| | | | | | | |
|--------------------------------|------|------|-------------|------|------|------------|
| Самоцінність | | | | | | |
| високий рівень | 18,9 | 23,7 | 4,8 | 22,4 | 22,9 | 0,5 |
| середній рівень | 38,9 | 44,5 | 5,6 | 41,2 | 42,3 | 1,1 |
| низький рівень | 42,2 | 31,8 | 10,4 | 36,4 | 34,8 | 1,6 |
| Самоприйняття | | | | | | |
| високий рівень | 21,1 | 25,8 | 4,7 | 22,5 | 23,6 | 1,4 |
| середній рівень | 37,9 | 41,2 | 3,3 | 38,7 | 40,9 | 2,2 |
| низький рівень | 41 | 33 | 8,0 | 38,8 | 35,5 | 3,3 |
| Самоприхильність | | | | | | |
| високий рівень | 17,9 | 23,7 | 5,8 | 22,5 | 22,9 | 0,4 |
| середній рівень | 39,9 | 44,5 | 4,6 | 41,1 | 42,3 | 1,2 |
| низький рівень | 42,2 | 31,8 | 10,4 | 36,4 | 34,8 | 1,6 |
| Внутрішня конфліктність | | | | | | |
| високий рівень | 42,3 | 28,9 | 13,4 | 39,2 | 39,0 | 0,2 |
| середній рівень | 32,1 | 36,9 | 4,7 | 36,3 | 37,1 | 0,8 |
| низький рівень | 25,6 | 34,2 | 8,6 | 24,5 | 23,9 | 0,6 |
| Самозвинувачення | | | | | | |
| високий рівень | 37,4 | 29,7 | 7,7 | 31,6 | 31,0 | 0,6 |
| середній рівень | 41,2 | 39,7 | 1,5 | 43,7 | 42,1 | 1,6 |
| низький рівень | 21,4 | 30,6 | 9,2 | 24,7 | 26,9 | 2,2 |

Аналіз динаміки особистісних змін студентів до та після проведення практичних занять, дозволяє зробити висновок про доцільність запровадження програми активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів. Зокрема, внаслідок проведення системи занять, показник внутрішньої конфліктності у студентів експериментальної групи зазнав

суттєвих змін: на 13,4% знизився високий показник внутрішньої конфліктності, в той час як низький рівень підвищився на 8,6%. Програма активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів сприяє також більшій відкритості студентів, що свідчить про глибше усвідомлення власного «Я». Високий рівень показника «відкритість» у досліджуваних експериментальної групи зріс на 11,4%. Таким чином, в процесі проведення практичних занять знижується вираженість мотивації соціального схвалення, не отримуючи якого студенти схильні до самозвинувачень та переживання внутрішнього конфлікту. Наша думка підтверджується і зниженням у студентів експериментальної групи рівня самозвинувачення. У першокурсників високий рівень за шкалою «самозвинувачення» зменшився на 7,7%, в той час як низький рівень за даною шкалою зріс на 9,2%. Позитивна динаміка спостерігається і в прийнятті студентами власної особистості, не зважаючи на недоліки та слабкі сторони, досягненні згоди із своїми внутрішніми спонуканнями. Так, за шкалою «самоприйняття» у досліджуваних високий рівень збільшився на 4,7%, в той час, як низький – зменшився на 8%. Варто також звернути увагу на шкалу самоприхильності, яка виявляє ступінь бажання змінюватися, готовність особистості до саморозвитку. У студентів експериментальної групи високий рівень за даним показником зріс на 5,8%, низький рівень самоприхильності зменшився на 10,4%. Окрім описаних особистісних змін, програма активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів сприяє підвищенню рівня самоповаги, ставлення до себе як до впевненої, самостійної, вольової і надійної людини, яка знає, що їй є за що себе поважати. Так, за шкалою «самовпевненість» високий рівень збільшився на 4,9%, в той час як низький рівень зменшився на 8,9%. Зауважимо, що на відміну від студентів експериментальних груп, у студентів контрольних груп суттєвих змін за даними показниками не спостерігалось.

Дослідження самооцінки студентів експериментальної групи засвідчило якісні зміни в сторону її адекватності та підвищення (таблиця 3.3).

Таблиця 3.3

Динаміка рівня самооцінки студентів першого курсу експериментальної і контрольної груп до і після формувального експерименту за методикою Дембо-Рубінштейн (у %)

(n=40)

| Рівні самооцінки | Студенти I курсу | |
|------------------|------------------|-----------|
| | ЕГ (n=18) | КГ (n=22) |
| | | |

| | До експерименту | Після експерименту | Різниця | До експерименту | Після експерименту | Різниця |
|-----------|-----------------|--------------------|------------|-----------------|--------------------|------------|
| завищена | 19,1 | 23,5 | 4,4 | 24,2 | 24,4 | 0,2 |
| адекватна | 46,2 | 48,9 | 8,3 | 44,0 | 42,3 | 1,7 |
| занижена | 34,7 | 27,6 | 7,1 | 31,8 | 33,3 | 1,5 |

Отримані результати дають змогу зробити висновок про те, що програма активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів сприяє розвитку позитивного ставлення до себе та адекватній оцінці власного «Я». Так, за результатами дослідження у студентів експериментальної групи адекватна самооцінка була виявлена у 48,9% опитуваних студентів, що на 8,3% більше, ніж до проведення практичних занять. Показник «занижена самооцінка», навпаки, на 7,1% зменшився.

Суттєві зміни відбулися і в мотиваційній сфері студентів експериментальної групи. Так, мотивація досягнення успіху була виявлена у 53% досліджуваних, що на 7% більше, ніж до початку експерименту. У студентів контрольної групи суттєвих змін не спостерігалось. Узагальнені результати подані в таблиці (таблиця 3.4).

Таблиця 3.4

Динаміка рівня розвитку мотивів студентів першого курсу експериментальної і контрольної груп до і після формульованого експерименту за методикою А. Реана (у %)

(n=40)

| Рівні розвитку мотивів | Студенти I курсу n=40 | | | | | |
|----------------------------|--------------------------|--------------------|------------|-----------------|--------------------|------------|
| | ЕГ (n=18) | | | КГ (n=22) | | |
| | До експерименту | Після експерименту | Різниця | До експерименту | Після експерименту | Різниця |
| мотивація уникнення невдач | 54,0 | 47,0 | 7,0 | 49,0 | 49,4 | 0,4 |
| мотивація | 46,0 | 53,0 | 7,0 | 51,0 | 50,6 | 0,4 |

| | | | | | | |
|-------------------|--|--|--|--|--|--|
| досягнення успіху | | | | | | |
|-------------------|--|--|--|--|--|--|

У студентів експериментальної групи після формувального експерименту виявлено зміни у рівні суб'єктивного контролю. Так, інтернальний локус контролю до проведення практичних занять був виявлений у 40,7% досліджуваних експериментальної групи. Після проведення занять даний показник збільшився на 10,5%. Таким чином, програма активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів сприяє розвитку здатності до усвідомлення своєї ролі у подіях власного життя, прийнятті на себе відповідальності. Зменшилася кількість студентів, які не бачать зв'язку між своїми діями і тим, що з ними відбувається, вважають себе не здатними контролювати події власного життя (таблиця 3.5)

Таблиця 3.5

Динаміка рівня суб'єктивного контролю студентів першого курсу експериментальної і контрольної груп до і після формувального експерименту за методикою Дж. Роттера (у %)

(n=40)

| Рівні суб'єктивного контролю | Студенти I курсу | | | | | |
|------------------------------|------------------|--------------------|-------------|-----------------|--------------------|------------|
| | ЕГ (n=18) | | | КГ (n=22) | | |
| | До експерименту | Після експерименту | Різниця | До експерименту | Після експерименту | Різниця |
| екстернальний локус контролю | 59,3 | 48,8 | 10,5 | 38,9 | 39,8 | 0,9 |
| інтернальний локус контролю | 40,7 | 51,2 | 10,5 | 61,1 | 60,2 | 0,9 |

Отримані в результаті формувального експерименту дані були піддані статистичній обробці за допомогою програми SPSS Statistics 18 (таблиця 3.6). Оцінка достовірності відмінностей у проявах рівня внутрішньої конфліктності, компонентів самоставлення, навчальної мотивації та локусу контролю підтвердила ефективність програми активізації позитивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів у студентів-майбутніх психологів.

Таблиця 3.6

Критерій парних вибірок

| | | Парні різниці | | | Парні різниці | | t | Значущість (2-стороння) |
|--------|-----------------------------------|---------------|-------------------|---------------------------|--------------------------------------|-------------|--------|-------------------------|
| | | Середнє | Станд. відхилення | Станд. похибка середнього | 95% інтервал довіри різниці середніх | | | |
| | | | | | Нижня межа | Верхня межа | | |
| Пара 1 | Самоцін. до-Самоцін. після | -0,399 | 0,700 | 0,135 | -0,667 | -0,147 | -3,145 | 0,029 |
| Пара 2 | Самоприй н. до-Самоприй н. після- | -0,406 | 0,712 | 0,126 | -0,663 | -0,150 | -3,227 | 0,003 |
| Пара 3 | Самокерів до-Самокерів після- | -0,406 | 0,946 | 0,167 | -0,747 | -0,065 | -2,430 | 0,021 |
| Пара 4 | Самоприх до-Самоприх після | -0,375 | 0,554 | 0,098 | -0,575 | -0,175 | -3,832 | 0,001 |
| Пара 5 | Вн.конф до-Вн.конф після | -0,389 | 0,551 | 0,092 | -0,521 | -0,168 | -3,725 | 0,001 |
| Пара 6 | Відкр. до-Відкр. після- | -0,401 | 0,699 | 0,123 | -0,662 | -0,151 | -3,342 | 0,002 |
| Пара 7 | Самооц до-Самооц після | -0,376 | 0,558 | 0,099 | -0,564 | -0,176 | -3,845 | 0,001 |
| Пара 8 | Мотивац до-Мотивац після- | -0,398 | 0,559 | 0,093 | -0,555 | -0,170 | -3,825 | 0,001 |
| Пара 9 | Локус.к до-Локус к після- | -0,402 | 0,698 | 0,127 | -0,559 | -0,154 | -3,356 | 0,002 |

Отже, як засвідчили результати дослідження, впровадження програми активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів, детермінувало зрушення у особистісній сфері студентів. Зокрема, збільшився рівень самоприйняття, самоприхильності, самоцінності, самовпевненості та відкритості, і одночасно знизився рівень внутрішньої конфліктності. Участь у програмі активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів сприяла підвищенню рівня самопізнання, закріпленню позитивного досвіду

вирішення внутрішніх конфліктів, реалізації особистісно значущих цілей. Цікаво, що студенти висловлювали здивування, що раніше не могли вирішити внутрішній конфлікт самостійно і він настільки суттєво впливав на них. Також спостерігалось підвищення ефективності спілкування та зниження негативного фону настрою.

Окрім того, систематичні спостереження за студентами в процесі групової роботи дозволяють говорити про певні зміни в уявленні ними про майбутню професію. Тренінгові заняття дали можливість майбутнім психологам намітити конкретні шляхи подальшого професійного розвитку.

Висновки за розділом 3

Порівняльний аналіз результатів формувального експерименту, отриманих на досліджуваних експериментальній та контрольній груп, є переконливим підтвердженням *продуктивності* розробленої та апробованої програми активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів студентів як психологічної детермінанти їх особистісного розвитку.

За результатами формувального експерименту було виявлено позитивні зрушення у досліджуваних, які проявлялися у підвищенні рівня самоставлення. Студенти стали більш впевненими, самостійними, готовими покласти на свої сили.

Першокурсники проявили вміння розрізняти, завдяки яким особистісним якостям можна досягти успіху у вирішенні внутрішніх конфліктів. Досліджувані навчилися краще встановлювати причинно-наслідкові зв'язки життєвих подій, усвідомлювати обумовленість свого майбутнього власними діями та вчинками. Студенти експериментальної групи стали більш цілеспрямованими, навчилися вибудовувати ієрархію бажань і планів щодо найближчих перспектив. Досліджувані проявили вміння надавати емоційну підтримку своїм ровесникам.

Майбутні психологи навчились застосовувати метод позитивної психотерапії у вирішенні внутрішніх конфліктів. У них з'явилися позитивні зрушення у самосприйнятті себе як професіонала, усвідомлення своїх професійних можливостей, відповідальність, готовність до майбутньої діяльності.

Аналіз даних повторної діагностики в контрольній групі засвідчив досить незначні зміни по кожному із компонентів самосвідомості у порівнянні із даними, отриманими на досліджуваних експериментальної групи.

Отже, здійснене нами емпіричне дослідження підтверджує теоретичне положення багатьох провідних вчених-психологів про те, що компоненти самосвідомості та інтенсивність їх прояву, локус контролю та мотивація - є важливими чинниками виникнення та переживання внутрішніх конфліктів, а значить і детермінацією особистісного розвитку студента, запорукою уникнення внутрішньої конфліктності.

Загалом, можна констатувати, що розроблена нами програма активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів є програмою особистісного розвитку студентів – майбутніх психологів.

Зміст третього розділу дисертації представлено у таких публікаціях автора:

1. Боброва Л. Г. Позитивна психотерапія як метод корекції внутрішніх конфліктів особистості. / Л. Г. Боброва // Професійна підготовка практичного психолога: теорія і практика: [збірник наукових статей]. - Випуск 1 / НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011.- С. 37-44

ВИСНОВКИ

У дисертації наведено теоретичне узагальнення та експериментальне дослідження психологічних особливостей внутрішніх конфліктів студентів – майбутніх психологів; встановлено взаємозв'язок внутрішнього конфлікту та окремих утворень особистісного розвитку в юнацькому віці, зокрема самосвідомості, навчальної мотивації та локусу контролю; розроблено та апробовано програму активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів майбутніх психологів, яка водночас є програмою їх особистісного розвитку.

1. Аналіз літературних джерел засвідчив, що у психологічній науці не існує єдиного підходу до трактування внутрішнього конфлікту, назва якого визначається по-різному: внутрішньоособистісний, особистісний, інтра-суб'єктивний, інтраперсональний. Розглянуті теоретичні концепції об'єднують його розуміння як *гострого негативного переживання, яке викликане тривалою боротьбою різних структур внутрішнього світу особистості і відбиває суперечливі зв'язки із соціальним середовищем*. Переживання, що супроводжують внутрішні конфлікти, можуть виконувати конструктивну і деструктивну функції. Внутрішній конфлікт охоплює найрізноманітніші аспекти буття особистості, його показниками у *когнітивній* сфері є суперечливість «образу Я», в *емотивній* – занижена самооцінка, значні негативні переживання, агресія, високий рівень тривожності, у *конативній* – непевненість у собі та своїх діях, чутливість до зовнішніх оцінок, вразливість та пошук підтримки оточення, зниження якості спілкування та мотивація уникнення невдач.

2. Емпіричним дослідженням виділені *високий, середній та низький рівні* прояву внутрішніх конфліктів. *Високий рівень* характеризується наявністю сумнівів, тривожно-депресивним станом, незадоволеністю собою, зменшенням впевненості, недооцінкою свого «Я». *Середній рівень* характеризується тими ж ознаками, проте вони виражені меншою мірою. *Низький рівень* характеризується відсутністю емоційної напруги, високою самовпевненістю та наявністю захисних механізмів самосвідомості. Встановлено, що як серед студентів 1-го, так і 4-го курсів переважає *середній рівень* прояву внутрішніх конфліктів.

Чинники виникнення внутрішніх конфліктів є дещо різними у студентів 1-го і 4-го курсів. Для першокурсників у *когнітивній* сфері характерними є наявність екстернального локусу контролю, значна розбіжність між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» у таких особистісних сферах як соціальний статус та рівень інтелектуального розвитку, прояв фемінних рис. В *емотивній* - занижена самооцінка зовнішності та рис характеру, наявність тривожності. У *конативній* - невпевненість у собі, сором'язливість, інфантильність, залежність від соціального середовища і, як наслідок, виражена мотивація соціального схвалення та критичності, переважаюча мотивація уникнення невдачі, наявність конформної та поступливої поведінки. Для студентів 4-го курсу ці чинники є такими ж, проте локус контролю знаходиться на межі між інтернальним та екстернальним типом; наявне неприйняття власного «Я» та схильність до самозвинувачення, домінують маскулітні риси, залежність від соціального середовища відсутня.

3. Для студентів - психологів обох курсів властиві *актуальний*, *ключовий* та *базовий* конфлікти. Для *актуального* типу характерні залежність від соціального середовища, конформна і поступлива поведінка, невпевненість у собі; для *ключового* - значна розбіжністю між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», в основі *базового* лежить мотивація уникнення невдач. Студенти четвертого курсу більше, ніж першокурсники, схильні до переживання саме базового конфлікту. Це є результатом невирішення особистістю внутрішніх конфліктів на попередніх вікових етапах. Внутрішні конфлікти виникають незалежно від типу гендерної ідентичності, проте мають місце якісні відмінності їх переживання під її впливом.

4. Порівняння особливостей внутрішніх конфліктів майбутніх психологів і майбутніх менеджерів свідчить, що вони мають місце в залежності від обраного фаху. У майбутніх психологів більш виражені показники прояву внутрішнього конфлікту, ніж у майбутніх менеджерів. Він супроводжується станом емоційного дискомфорту, внутрішньою напругою, відсутністю позитивного самоствалення.

5. Програма активізації позитивного потенціалу внутрішніх конфліктів майбутніх психологів включала наступні тематичні блоки: «*Особистість і конфлікт*»; «*Я*»; «*Комунікативна компетентність*»; «*Управління емоційними станами*»; «*Я – творець свого життя*». Її ефективність підтверджена якісними та кількісними змінами у самосвідомості, локусі контролю у переважанні мотивації досягнення успіхів досліджуваних експериментальної групи. У них збільшився рівень самоприйняття, самоцінності, самовпевненості та відкритості, знизився рівень внутрішніх конфліктів. Участь студентів у формульованому експерименті сприяла підвищенню рівня їх самопізнання, закріпленню позитивного досвіду вирішення внутрішніх конфліктів, реалізації особистісно значущих цілей. Студенти навчилися краще встановлювати причинно-наслідкові зв'язки життєвих подій, усвідомлювати обумовленість

свого майбутнього власними діями та вчинками, планувати та визначати шляхи досягнення запланованого. Майбутні психологи навчилися застосовувати метод позитивної психотерапії у вирішенні внутрішніх конфліктів, усвідомлювати професійні можливості й власну готовність до майбутньої діяльності. У контрольній групі – названі вище зміни були не суттєвими.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми внутрішніх конфліктів. Її подальше вивчення ми вбачаємо у розробці психодіагностичного інструментарію дослідження даного феномену, його вивчення на всіх вікових етапах розвитку особистості та на різних професійних контингентах досліджуваних.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Абульханова–Славская К. А. Деятельность и психология личности / К. А. Абульханова–Славская. – М. : Наука, 1980. – 336 с.
2. Абульханова–Славская К. А. Диалектика человеческой жизни / К. А. Абульханова–Славская. – М. : Мысль, 1977. – 224 с.

3. Абульханова–Славская К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова–Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
4. Абрамова Г. С. Введение в практическую психологию. – 2–е изд. / Г. С. Абрамова. – М. : Изд. центр «Академия», 1996. – 224 с.
5. Адаптация человека : Сб. статей / Отв. Ред. З. И. Баржева и И. И. Лихницкая. – Л. : Наука, 1972. – 267 с.
6. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии : лекции по введению в психотерапию для врачей, психологов и учителей. 5–е изд. / А. Адлер. – М. : Научно–практическое объединение «Прагма», 1993. – 174 с.
7. Айламазьян А. М. Выбор мотивов деятельности : теоретические аспекты проблемы и экспериментальное изучение / А. М. Айламазьян // Вопросы психологии. – 1990. – № 4. – С. 123–130.
8. Анастаси А. Психологическое тестирование : пер. с англ. / Предисловие К. М. Гуревича, В. И. Лубовского. – М. : Педагогика, 1982. – Кн . 1. – 318 с.
9. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. Избранные психологические труды в 2–х томах. Т. 1 / Б. Г. Ананьев. – М. : Педагогика, 1980. – 232 с.
10. Андреева Г. М. Социальная психология / Г. М. Андреева. – М. : Аспект Пресс, 1999. – 376 с.
11. Ануфрієва Н. М. Внутрішній конфлікт і амбівалентність особистості в кризовому суспільстві / Н. М. Ануфрієва, М. Ю. Зелінський // Природа, феноменологія та динаміка конфліктів у сучасному світі : тези міжнар. наук. – практ. конф. – у 2–х кн. – Чернівці, 1993 . – Кн. 2. – С. 137–138.
12. Анциферова Л. И. Системный подход в психологии личности / Л. И . Анциферова // Принцип системности в психологических исследованиях. – М. : Наука, 1990. – С. 62–78.
13. Анцупов А. Я. Проблема конфликта : аналитический обзор, междисциплинарный библиографический указатель / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. – М. : ГАВС, 1992. – 230 с.
14. Асеев В. Г. Мотивация поведения и формирования личности / В. Г . Асеев. – М. : Мысль, 1976. – 198 с.
15. Асмолов А. Г. Психология личности : принципы общепсихологического анализа : учебное пособие для ВУЗов / А. Г. Асмолов. – М. : Изд–во МГУ, 1990. – 367 с.
16. Асаджолі Р. Психосинтез : теорія і практика / Р. Асаджолі – М. : Прогресс, 1994. – 345 с.
17. Астапов В. М. Функциональный подход к изучению тревоги / В. М . Астапов // Психологический журнал. – 1992. – Т. 13. – № 5. – С. 111–120.
18. Балл Г. А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Г. А. Балл // Вопросы психологии. – 1989. – № 1. – С. 92–100.
19. Бажин Е. Е. Опросник уровня субъективного контроля (УСК) / Е. Бажин, Е. Голынкина, А. Эткинд. – М., 1993; Психологические тесты. Под

ред. А. А. Карелина. В 2 т. – М. :ВЛАДОС, 2003. – Т. 1. – С. 302–311.

20. Баранов Е. Г. Влияние ролевых взаимоотношений между военнослужащими на конфликты в подразделении. дис... канд. психол. наук Е. Г. Баранова / Воен. Ун-т. – М., 1995. – 210 с.

21. Басин Ф. В. Проблемы психологической защиты / Ф. В. Басин, М. К. Бурлаков, В. Н. Волков // Психологический журнал. – 1988. – Т. 9. – № 3. – С. 78–86.

22. Бауэр Т. Психологическое развитие младенца / Т. Бауэр. – М., 1979. – 283 с.

23. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы // Пер. с англ. / Общ. ред. М. С. Мацковского. – СПб. : Лениздат, 1992. – 400 с.

24. Бех І. Д. Категорія «ставлення» та образ «Я» особистості/ І Д. Бех//Бех І. Д. Виховання особистості. – К. : Либідь, 2003. Кн.1 – 2003. с. 220

25. Блага К. Я – твой ученик, Ты – мой учитель / Карл Блага, Михаэл Шебек. – М.: Просвещение, 1992. – 143 с.

26. Божович Л. И. Проблема формирования личности : избр. психол. тр / Л. И. Божович. – М. : Международная педаг. Академия, 1995. – 208 с.

27. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – М. : Просвещение, 1968. – 464 с.

28. Божович Л. И. Психологический анализ условий формирования и строения гармоничной личности / отв. ред. Л. Й. Анцыферова / Л. И. Божович. – М. : Наука, 1982. – С. 257–284.

29. Божович Л. И. К развитию аффектно–потребностной сферы человека / Л. И. Божович // Проблемы общей, возрастной и педагогической психологии. – М., 1978. – С. 14–25.

30. Бойко В. В. Социально–психологический климат коллектива и личность / В. В. Бойко, А. Г. Ковалев, В. Н. Панферов. – М. : Мысль, 1983. – 207 с.

31. Большой психологический словарь / под ред. Б. Г. Мещерякова. В . П. Зинченко. - 3-е изд. доп. и перераб. - Спб.: ПРАЙМ — ЕВРОЗНАК, 2006. 672 с.

32. Бондаренко О. Ф. Особистість і практична психологія / О. Ф. Бондаренко // Початкова школа. – 1990. – № 2. – С. 8–15.

33. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості : навчальний посібник для студентів / О. Ф. Бондаренко. – Харків : «Форма», 1996. – 239 с.

34. Боришевський М. Й. Психологічні механізми розвитку особистості / М. Й. Боришевський // Педагогіка і психологія. – К. : Педагогічна думка. – 1996. – № 3 (12). – С. 26–33.

35. Бурлачук Л. Ф. Психодиагностика личности / Л. Ф. Бурлачук. – К. : Здоровье. 1989. – 168 с.

36. Василюк Ф. Е. Психология переживания / Ф. Е. Василюк. – М. : МГУ, 1984. – 200 с.
37. Василюк Ф. Е. Типология переживания различных критических ситуаций / Ф. Е. Василюк // Психологический журнал, 1995. – Т. 16. – № 3. – С. 90–101.
38. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга / И. В. Вачков. – Москва : Ось-89, 2007. – 256 с.
39. Ващенко І. В. Конфліктологія та теорія переговорів : навч. посіб. / І. В. Ващенко, М. І. Кляп. - К. : Знання, 2013. - 407 с.
40. Веденов А. В. Роль внутренних противоречий и способі их преодоления в развитии личности / А. В. Веденов // Вопросы психологии. – 1959. – № 1. – С. 51–63.
41. Визгина А. В. Проявление личностных особенностей в самоописаниях мужчин и женщин / А. В. Визгина, С. Р. Пантелеев // Вопросы психологии. – 2001. – № 3. – С. 91–106.
42. Вилюнас В. К. Психологические механизмы мотивации человека / В. К. Вилюнас. – М. : МГУ, 1990. – 283 с.
43. Выготский Л. С. Собрание сочинений : В 6-ти т. Т. 4. Детская психология / Выготский Л. С., под ред. Д. Б. Эльконина. – М. : Педагогика, 1984. – 432 с.
44. Гарбузов В. И. Практическая психотерапия, или как вернуть ребёнку и подростку уверенность в себе, истинное достоинство и здоровье / В. И. Гарбузов. – СПб : Сфера, 1994. – 159 с.
45. Гірник А. М. Основи конфліктології : навч. посіб. / А. М. Гірник. — К. : Києво-Могилянська академія, 2010. — 222 с.
46. Глизь С. М. Конфлікт і суперечність. Один методологічний аспект зіставлення / С. М. Глизь // Природа, феноменологія та динаміка конфліктів у сучасному світі : тези міжнар. наук. –практ. конф. – У 2-х кн. – кн. 1. – Чернівці, 1993. – С. 32–33.
47. Глоточкин А. Д. Управление психологией первичного коллектива / А. Д. Глоточкин // Коллектив и личность. – М. : Наука, 1975. – С. 65–76.
48. Годфруа Ж. Что такое психология. В 2-х томах. Т. 2. : пер. с французского / Ж. Годфруа. – М. : Мир, 1992. – 375 с.
49. Гомелаури М. Л. Ролевой конфликт и вопрос мотивационного значения социальных ожиданий / М. Л. Гомелаури // Социалистические исследования. – Тбилиси, 1971. – С. 41–76.
50. Горбач В. И. О видах противоречий / В. И. Горбач. – Минск. : Наука и техника, 1964. – 274 с.
51. Горностай П. П. Теория и практика психологического консультирования : Проблемный подход / П. П. Горностай, С. В. Васьковская . – К. : Наукова думка, 1995. – 128 с.
52. Гришина Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. – СПб : Изд-во «Питер», 2000. – 464 с.

53. Гущина Т. Ю. Внутрішньоособистісний конфлікт як фактор соціалізації студентської молоді. дис... канд. психол. наук. / ДВНЗ «Університет менеджменту освіти». – Київ, 2008. – 244 с.
54. Долинська Л. В. Психологія конфлікту: навч. посібн. / Л. В. Долинська, Л. П. Матяш-Заяц. - К.: Каравела, 2010. - 304с.,
55. Донченко Е. А. Личность. Конфликт. Гармония. – 2-ое изд., доп / Е. А. Донченко, Т. М. Титаренко. – К. : Политиздат Украины, 1989. – 175 с.
56. Дубчак Г. Н. Внутрішньоособистісні конфлікти студентів у період навчання у вузі : дис... канд. психол. наук : Чернівецький держ. ун–т ім. Ю. Федьковича. – Чернівці, 2000. – 226 с.
57. Емельянов С. М. Практикум по конфликтологии / С. М. Емельянов . – СПб. : Издательства «Питер», 2000. – 368 с.
58. Еникеев М. И. Психологический энциклопедический словарь / М . И. Еникеев. - М.: ТК Велби, Изд-во Проспект, 2006. - 560 с.
59. Життєві кризи особистості : Науково–методичний посібник : У 2 ч. / Ред. рада : В. М. Доній, Г. М. Несен, Л. В. Сохань, І. Г. Єрмаков та ін. – Ч . 1 : Психологія життєвих криз особистості. – К. : ІЗМН, 1998. – 356 с.
60. Жутикова Н. В. Учителю о практике психологической помощи / Н. В. Жутикова. – М. : Просвещение, 1988. – 173 с.
61. Завалова Н. Д. Психологическое состояние человека в особых условиях деятельности / Н. Д. Завалова, В. А. Пономаренко // Психологический журнал. – 1983. – Т. 4. – № 6. – С. 92–105.
62. Захаров А. И. Неврозы у детей и подростков : Анамнез, етимология и патогенез / А. И. Захаров. – Л. : Медицина. 1988. – 248 с.
63. Зеер Э. Ф. Психология профессионального развития / Э. Ф. Зеер. – М. : Академия, 2006. – 240 с.
64. Зейгарник Б. В. Теория личности в зарубежной психологии / Б. В. Зейгарник. – М. : Изд–во МГУ, 1982. – 128 с.
65. Зейгарник Б. В. Саморегуляция поведения в норме и патологии / Б. В. Зейгарник, А. Б. Холмогорова, Е. С. Мазур // Психологический журнал. – 1989. Т. 10. – № 2. – С. 122–132.
66. Ілійчук В. І. Саморегуляція підлітків у подоланні конфліктної поведінки : дис...канд. психол. наук : Прикарпатський ун–т ім. В. Стефаника. – Івано–Франківськ, 1996. – 192 с.
67. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.
68. Как построить своё «Я» / Под ред. В. П. Зинченко. – М. Педагогика, 1991. – 133 с.
69. Казмиренко В. П. Социальная психология организаций / В. П. Казмиренко. – К. : Наук. думка., 1993. – 355 с.
70. Калмыкова Е. С. Внутрличностные противоречия и условия их разрешения. дис... канд. психол. наук. – М., 1986. – 203 с.
71. Калмыкова Е. С. Исследования психотерапии за рубежом : некоторые методологические проблемы / Е. С. Калмыкова //

Психологический журнал. – 1992. – Т. 13. – № 6. – С. 54–64.

72. Карамушка Л. М. Управлінські конфлікти в освітніх організаціях / Людмила Карамушка. - К. : Шк. Світ, 2011. - 128 с.

73. Карташов С. Конфликтология / С. Карташов. – Кишинёв : Парагон, 1996. – 480 с.

74. Кобильник Л. М. Психологічні особливості самоактуалізації особистості майбутніх психологів і педагогів: автореф. дис...канд. психол. наук : 19.00.07. – К., 2007. – 20 с.

75. Коллектив. Личность. Общение : Словарь социально–психологических понятий / Под ред. Е. С. Кузьмина, В. Е. Семёнова. – Л. : Лениздат, 1987. – 144 с.

76. Кон И. С. В поисках себя : Личность и её самосознание / И. С. Кон. – М. : Политиздат, 1984. – 335 с.

77. Кон И. С. Открытие «Я» / И. С. Кон. – М. : Политиздат, 1978. – 367 с.

78. Конюхов Н. И. Словарь–справочник по психологии / Н. И. Конюхов. – М., 1996. – 160 с.

79. Корнев М. Н. Соціальна психологія : підручник / М. Н. Корнев, А. Б. Коваленко. – К., 1995. – 304 с.

80. Костюк Г. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Г. Костюк. - К.: Рад. шк., 1989. - 608 с.

81. Краткий психологический словарь / под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – Ростов–на–Дону : Феникс, 1999. – 512с.

82. Краткий словарь по социологии. – М. : Политиздат, 1989. – 480 с.

83. Куценко Г. В. Когнітивний стиль особистості в структурі саморегуляції соціальної поведінки : дис...канд. психол. наук : АПН України; Інститут психології ім. Г. С. Костюка. – К., 1998. – 192 с.

84. Кузнецов О. Н. Психология и психопатология одиночества / О. Н. Кузнецов, В. И. Лебедев. – М. : Медицина, 1972. – 335 с.

85. Кузьмина Е. И. Исследование детерминант свободы – несвободы от фрустрации / Е. И. Кузьмина // Вопросы психологии – 1997. – № 4. – С. 86–94.

86. Кун М. Эмпирическое исследование установок личности на себя. // Современная зарубежная социальная психология : Тексты / Под ред. Г. М. Андреевой. – М. : Изд–во МГУ, 1984. – С. 180–187.

87. Кунцевська А. В. Інтраперсональні конфлікти у діяльності соціальних працівників : автореф. дис... канд. психол. наук : 19.00.05. – К., 2006. – 20с.

88. Лабиринты одиночества : Сб. статей / Пер. с англ. – М. : Прогресс, 1989. – 623 с.

89. Лапланш Ж. Словарь по психоанализу : пер. с фр. / Ж. Лапланш, Ж.–Б. Понталис. – М. : Высш. шк., 1996. – 623 с.

90. Лебедев В. И. Личность в экстремальных условиях / В. И. Лебедев. – М. : Политиздат, 1989. – 303 с.

91. Левитов Н. Д. Психические состояния, беспокойства, тревоги / Н. Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1969. – № 1. – С. 131–138.
92. Лейбин В. М. Психоанализ и теория неопрейдизма / В. М. Лейбин. – М. : Политиздат, 1977. – 246 с.
93. Леонгард К. Акцентурованные личности / К. Леонгард. – К. : Вища школа, 1981. – 389 с.
94. Леонова А. Б. Психопрофилактика стрессов / А. Б. Леонова, А. С. Кузнецова. – М., Изд-во университета, 1993. – 123 с.
95. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М., 1975. – 304 с.
96. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы, эмоции / А. Н. Леонтьев. – М. : Изд-во Московского университета, 1978. – 38 с.
97. Личность в норме и патологии : Сборник / Под ред. В. А. Иванникова. – М. : Изд-во МГУ, 1993. – 15 с.
98. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А. Е. Личко. – Ленинград, 1983. – 255 с.
99. Ложкін Г. В. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика: на посібн. / Г. В. Ложкін, Н. І. Пов'якель. – К.: ВД «Професіонал», 2006. – 416 с.
100. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. – М. : Наука, 1984. – 444 с.
101. Ломов Б. Ф. О системной детерминации психических явлений в поведении. В кн. : Принцип системности в психологических исследованиях / Б. Ф. Ломов. – М. : Наука, 1990. – С. 10–18.
102. Лупьян Я. И. Барьеры общения, конфликты, стресс... / Я. И. Лупьян, – Минск : Высшая школа, 1986. – 202 с.
103. Лурия А. Р. Экспериментальные конфликты у человека. / А. Р. Лурия // Проблемы современной психологии : Ученые зап. / Моск. гос. ун-та экспериментальной психологии. – М. : Гос. изд-во, 1930, Т. 6. – С. 97–137.
104. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості: парадигма життєстворення / С. Д. Максименко // Психологія і суспільство. – 2006. - № 4. – С. 8-52.
105. Макшанов С. И. Психогимнастика в тренинге / С. И. Макшанов, Н. Ю. Хрящева // Психология влияния / Сост. А. В. Морозов. – СПб. : Питер, 2001. – С. 457–491.
106. Марков С. Л. Творче ставлення до конфліктів та основні прийоми їх розв'язання / С. Л. Марков // Творче розв'язання конфліктів у педагогічному процесі : Матеріали регіон. наук. –практ. конференції. – Чернівці : Прут, 1999. – С. 48–55.
107. Матяш–Заяц Л. П. Соціально–психологічні чинники виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці : автореф. дис. . канд . психол. наук : 19.00.07. – К., 2005. – 21 с.
108. Мерлин В. С. Изменение условно–рефлекторной деятельности в психологическом конфликте типа фрустрации / Типологические

исследования по психологии личности и по психологии труда / В. С. Мерлин. – Пермь, 1964. – 220 с.

109. Мерлин В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности / В. С. Мерлин. – М. : Педагогика, 1986. – 256 с.

110. Митина Л. М. Психологические особенности внутриличностных противоречий учителя / Л. М. Митина, О. В. Кузьменкова // Вопросы психологии. – 1998. – № 3. – С. 3–6.

111. Михеева И. Н. Амбивалентность личности / И. Н. Михеева, – социально–психологический аспект. – М. : Наука, 1991. – 125 с.

112. Молодежь Украины : ожидание, ориентации, поведение / В. Е. Пилипенко, А. И. Вишняк, Е. А. Донченко и др. – К. : Наук. думка, 1988. – 302 с.

113. Момов В. Человек, мораль, воспитание (пер. с болг.) / В. Момов. – М. : Прогресс, 1975. – 163 с.

114. Мясищев В. Н. Личность и неврозы / В. Н. Мясищев. – Л. : Изд-во Лен. Ун-та, 1960. – 426 с.

115. Наенко Н. И. Психологическая напряженность / Н. И. Наенко. – М. : МГУ, 1976. – 112 с.

116. Насонова О. Б. Самосприйняття як особистісно–мотиваційний план самосвідомості / О. Б. Насонова // Психологія суб'єктивної активності особистості. – К. : Либідь. – 1993. – С. 31–33.

117. Наэм Дж. Психология и психиатрия в США / Дж. Наэм. – М. : Прогресс, 1984. – 298 с.

118. Немов Р. С. Мотивация достижения, уровень притязаний и эффективность групповой деятельности / Р. С. Немов, Ю. В. Синягин // Психол. журнал. – 1987. – Т. 8. – № 1. – С. 46–54.

119. Немчин Т. А. Состояние нервно–психического напряжения / Т. А. Немчин. – Л. : Изд-во Лен. Ун-та, 1983. – 167 с.

120. Никифоров Г. С. Самоконтроль человека / Г. С. Никифоров. – Л. : ЛГУ, 1989. – 192 с.

121. Непомнящая Н. И. Ценность как центральный компонент психической структуры личности / Н. И. Непомнящая, М. Е. Каневская, О. Н. Пахомова, С. Н. Рубцова, Э. Н. Музе // Вопросы психологии. – 1980. – № 1. – С. 22–30.

122. Обозов Н. Н. Психология межличностных отношений / Н. Н. Обозов. – К., 1990. – 288 с.

123. Омелаєнко І. Б. Психологічний аналіз поведінки при різних типах невротичного конфлікту : дис... канд. психол. наук : Київський ун-т ім. Тараса Шевченка. – К., 1998. – 251 с.

124. Основы психології : підручник / За ред. О. В. Киричука В. А. Роменця. – 2–ге вид., стереотип. – К. : Либідь, 1996. – 632 с.

125. Основы загальної психології : підручник / За ред. С. Д. Максименка. – К. : НПЦ Перспектива, 1998. – 256 с.

126. Павлов И. П. Ответ физиолога психологам. ПСС / И. П. Павлов. – Т. 4, Кн. 2. – М. : М. – Л., 1951. – 240 с.
127. Пантилеев С. Р. Методика исследования самоотношения / С. Р. Пантилеев. – М. : Смысл, 1993. – 32 с.
128. Патаки Ф. Некоторые проблемы отклоняющегося (девиантного) поведения / Ф. Патаки // Психол. журнал. – 1987. – Т. 8, № 4. – С. 92–102.
129. Пезешкиан Х. Основы позитивной психотерапии / Х. Пезешкиан. – Архангельск, 1993. – 116 с.
130. Пезешкиан Н. Торговец и попугай. Восточные истории и психоператия / Пер. с нем. / Общ. ред. А. В. Брушлинского, А. З. Шапиро. – М. : Прогресс, 1992. – 240 с.
131. Первышева Е. Б. Межличностный конфликт как фактор социализации старших подростков : автореф. дис... канд. психол. наук. – М., 1989. – 26 с.
132. Пірен М. І. Конфліктологія: Підручник / М. І. Пірен. – К.: МАУП, 2003.- 360 с.
133. Петровский В. А. Личность в психологии : парадигма субъектности / В. А. Петровский. – Ростов–на–Дону : Феникс, 1996. – 512 с.
134. Петровская Л. А. О понятийной сфере социально–психологического конфликта / Л. А. Петровская // Теоретические и методологические проблемы социальной психологии. – М. : Знание, 1988. – 192 с.
135. Петрунек В. П. Колыбель неврозов (заметки врачей–психоневрологов) / В. П. Петрунек. – М. : Знание, 1988. – 192 с.
136. Подоляк Л. Г. Психологія вищої школи / Л. Г. Подоляк, В. І Юрченко. – К.: Каравела, 2011- 360 с.
137. Полищук В. И. О спорном понимании самоубийства как психологического явления / В. И. Полищук // Вопросы психологии. – 1994. – № 1. – С. 128–130.
138. Потапчук Є. М. Кризові стани у поведінці людини / Збірник наукових праць Інституту психології ім. Костюка АПН України. / За ред. Максименка С. Д / Є. М. Потапчук. – К. : 2001. Т. III, ч. 8. – С. 187–190.
139. Прибутько П.С. Конфліктологія: навч. посіб. / П. С. Прибутько, Р. В. Михайленко, Л. М. Дубчак, М. М. Роговенко. - К. : КНТ, 2010. - 136 с.
140. Принцип системности в психологических исследованиях // Под ред. Д. Н. Завалишиной, В. А. Барабанщикова. – М. : Наука, 1994. – 183 с.
141. Прихожан А. М. Применение методов прямого оценивания в работе школьного психолога / Научно–методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психодиагностических методик : Сб. научн. тр. / Редкол. : И. В. Дубровина (отв. ред.) и др / А. М. Прихожан. – М. : изд. АПН СССР, 1988. – С. 110–128.
142. Прохоров А. О. Теоретические и практические аспекты проблем психических состояний личности : Учебное пособие для студентов и преподавателей / А. О. Прохоров. – Самар. Гос. пед. институт им. В. В.

Куйбышева. – Самара, ГПИ, 1991. – 113 с.

143. Психодиагностика : теория и практика / Пер. с нем. – М. : Прогресс, 1986. – 207 с.

144. Психологическая поддержка в ВУЗах (круглый стол) // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – № 5. – С. 102–116.

145. Психологія : підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін. ; за ред. Ю. Л. Трофімова. – К. : Либідь, 1999. – С. 454–480.

146. Психология. Словарь / Под общей редакцией А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – 2-ое изд., испр. и доп. – М. : Политиздат, 1994. – 494 с.

147. Психологічний словник – довідник: навч. Посібник / Ю. О. Приходько, В. І. Юрченко. – К.: Каравела, 2012. – 328 с.

148. Психологічний тлумачний словник найсучасніших термінів / Шапар В. Б. - Х. : Прапор, 2009. - 672 с.

149. Психологические проблемы социальной регуляции поведения / Под ред. Е. В. Шороховой и М. И. Бобневой. – М. : Наука, 1976. – 368 с.

150. Психологический словарь / Под ред. В. В. Давыдова, А. В. Запорожца, Б. Ф. Ломова и др. – М. : Педагогика, 1983. – 448 с.

151. Психологический словарь / Р. С. Немов.- М.: Гуманитар. изд. центр. ВЛАДОС, 2007. - 560 с.

152. Радчук В. М. Психологічні детермінанти конфліктної поведінки особистості : дис...канд. психол. наук. / Чернівецький держ. ун–т ім. Ю. Федьковича. – Чернівці, 2000. – 210 с.

153. Разумная организация жизни личности : Проблемы воспитания и саморегулирования / Л. В. Сохань, В. А. Тихонович, О. А. Киселева и др. – К. : Наук. думка, 1989. – 325 с.

154. Реан А. А. Психология личности. Социализация, поведение, общение / А. А. Реан. – М. : АСТ; СПб. : ПРАЙМ–ЕВРОЗНАК, 2007. – 407, [9] с.

155. Рейнвальд В. И. Психология личности : монография / В. И. Рейнвальд. – М. : Изд–во ун–та Дружбы народов, 1987. – 196 с.

156. Роджерс К. Взгляд на психотерапию, становление человека // Пер. с англ. / Общ. ред. предисловие Е. И. Исениной / К. Роджерс. – М. : Изд–во гр. «Прогресс», 1994. – С. 196–202.

157. Роменець В. А. Вчинок і світ людини / В. А. Роменець // Основи психології : підручник заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. – К. : Либідь, 1995. – С. 383–402.

158. Рубинштейн С. Л. Бытие и сознание. о месте психического во всеобщей взаимосвязи явлений материального мира / С. Л. Рубинштейн. – М. : Изд–во Акад. наук СССР, 1957. – 328 с.

159. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М. : УчпедГиз, 1946. – 704 с.

160. Руденский Е. В. Социальная психология : Курс лекций / Е. В. Руденский. – М. : ИНФРА. – М. ; Новосибирск : НГАЭиУ, 1997. – 224 с.

161. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы : теория и практика / Пер. с англ. / Общ. ред. Л. П. Петровского / К. Рудестам. – М. : Прогресс, 1993. – 368 с.
162. Руководство по психотерапии / Под общ. ред. В. Е. Рожкова. – Ташкент : Медицина, 1979. – 620 с.
163. Румянцев В. М. Противоречия в развитии личности и их разрешение в процессе воспитания / В. М. Румянцев. – Калинин, 1973. – 306 с.
164. Савченко Т. Н. Моделирование поведения в конфликтных ситуациях. автореф. дис. канд. псих. наук. – М. : Институт психологии, 1993. – 19 с.
165. Савчин М. В. Психологічні основи розвитку відповідальної поведінки особистості : дис... док. психол. наук М. В. Савчина : Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України / М. В. Савчин. – К., 1997. – 410 с.
166. Савчин М. В. Соціальна психологія / М. В. Савчин. – Дрогобич : Відродження. – 2000. – 274 с.
167. Сакович Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту/ Н. А. Сакович. – СПб. : Речь, 2006. – 176 с.
168. Свядоц А. М. Неврозы / А. М. Свядоц. – М. : Медицина, 1982. – 368 с.
169. Самуелс Э. Юнг и постюнгианцы : Курс юнгианского психоанализа / Э. Самуелс. – М. : ИеРо, 1997. – 416 с.
170. Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Г. Селье. – М. : Прогресс, 1982. – 123 с.
171. Семке В. Я. Истерические состояния / АМН СССР / В. Я. Семке. – М. : Медицина, 1988. – 224 с.
172. Слабинский В. Ю. Основы психотерапии. Практическое руководство / В. Ю. Слабинский. – СПб. : Наука и Техника, 2008. – 464 с. – (Мир психологии и психотерапии).
173. Словарь иностранных слов. - 7-е изд., перераб. - М.: Русский язык, 1979. - 624с.
174. Словарь практического психолога / Сост. С. Ю. Головин. 2-е изд., перераб. и доп. – Мн. : Харвест, 2003. – 976 с.
175. Словник–довідник з конфліктології / За ред. М. І. Пірен. – Київ – Чернівці : Чернівецький держуніверситет ім. Ю. Федьковича, 1995. – 318 с.
176. Собчик Л. Н. Диагностика межличностных отношений. Модифицированный вариант антерперсональной диагностики. Т. Лири. Методической руководство / Л. Н. Собчик. – М., 1990. – 48 с.
177. Соколов В. А. Психология проступка / В. А. Соколов. – М. : ВПА, 1971. – 37 с.
178. Соколова Е. Т. Особенности самооценки при невротическом развитии личности. дис... канд. психол. наук. – М. : МГУ, 1991. – С. 65–81.

179. Сосновский Б. А. Мотивационно–смысловые образования в психологической структуре личности : автореф. дис... док. психол. – М. : Моск. пед ун–т, 1992. – 30 с.
180. Сохань Л. В. Життєва компетентність особистості. : наук. –метод . посіб. / Л. В. Сохань, І. Г. Єрмакова. – Київ : Богдана, 2003. – 520 с.
181. Справочник практического психолога / И. Г. Малкина–Пых. – М . : Эксмо, 2008. – 848 с.
182. Столин В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. – М. : Изд–во МГУ, 1983. – 284 с.
183. Суворов В. В. Психофизиология стресса / В. В. Суворов. – М. : Педагогика, 1975. – 208 с.
184. Титаренко Т. М. Профілактика порушень адаптації молоді до повсякденних стресів і кризових життєвих ситуацій : навч. посіб. / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології; за наук. ред. Т. М. Титаренко. – К. : Міленіум, 2011. – 272 с.
185. Трусов В. И. Социально–психологические исследования когнитивных процессов / В. И. Трусов. – Л. : Изд–во Лен. ун–та, 1980. – 144 с.
186. Удовенко М. В. Особенности развития личности при изменении учебного коллектива : дис...канд. психол. наук ; Харьковский гос. ун–т. – Харьков, 1999. – 226 с.
187. Урсано Р. Психодинамическая психотерапия : краткое руководство / пер. с англ. Л. И. Герцика. – Российская психоаналитическая ассоциация, 1992. – 158 с.
188. Фанталова Е. Б. Об одном методическом подходе к исследованию мотивации и внутренних конфликтов / Е. Б. Фанталова // Психологический журнал, 1992. – Т. 13. – № 1. – С. 107–117.
189. Файзуллаев А. А. Мотивационные кризисы личности / А. А. Файзуллаев // Психологический журнал. – Т. 10. – 1989. – № 3. – С. 23–31.
190. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и упражнения / Пер. с нем. / К. Фопель. – М. : Генезис, 2002. – 400 с.
191. Франкл В. В поиске смысла жизни и логотерапия // В кн. Психология личности. Тексты / Под редакцией Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузыря. – М. : Изд–во Моск. ун–та, 1992. – С. 79–84.
192. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы / Пер с англ. / А. Фрейд. – М. : Педагогика–Пресс, 1993. – 142 с.
193. Фрейд З. Введение в психоанализ : Курс лекций / авторы очерка З. Фрейд, Ф. Б. Басин, М. Г. Ярошевский. – М. : Наука. – 445 с.
194. Фрейд З. Психология бессознательного / З. Фрейд. – М. : Просвещение, 1990. – 448с.
195. Фромм Э. Бегство от свободы / Пер. с англ. Общ. ред П. С. Гуревича. – М. : Изд. Группа «Прогресс», 1995. – С. 67–79.

196. Халин Ю. Л. Межличностная и внутриличностная тревога в условиях значимой совместной деятельности / Ю. Л. Халин // Вопросы психологии. – 1991. – № 5. С. 56–64.
197. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / К. Хорни; пер. с англ В. Светлова. – М. : Академический Проект, 2009. – 208 с.
198. Хорни К. Психология женщины. Невротическая личность нашего времени / К. Хорни. – собрание сочинений : В 3-х т. – Т. 1. – М. : Смысл, 1997. – 496 с.
199. Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза / К. Хорни; пер с англ. В. Светлова. – М. : Академический Проект, 2007. – 224 с.
200. Хьелл Л. Теории личности (Основные положения, исследования и применения) / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб : Питер Ком, 1999. – 608 с.
201. Чепелева Н. В. Динаміка внутрішніх конфліктів студентів – психологів у процесі їх професійної ідентифікації / Н. В. Чепелева, Н. І. Пов'якель // Конфлікти в суспільстві : діагностика і профілактика. – Матеріали 3 Міжнародної науково – практичної конференції. – Київ. – Чернівці. – 1995.
202. Чистяков С. А. Аналіз внутрішньоособистісного конфлікту як психологічного явища / С. А. Чистяков // Збірник наукових праць № 16. Частина II. – Хмельницький : Видавництво НАПВУ, 2001. – С. 163–167.
203. Шевченко Н.Ф. Актуальні питання професійної підготовки психологів у системі вищої освіти // Психологічній службі системи освіти України 10років: здобутки, проблеми і перспективи.- К.: Ніка-Центр, 2002.- с .186-189.
204. Шейнов В. П. Управление конфликтами : теория и практика / В. П. Шейнов. – Минск : Харвест, 2010. – 912 с.
205. Шибутани Т. Социальная психология / Т. Шибутани. – Ростов н/Д.: Феникс, 1999. – 544 с.
206. Экспериментально–психологическая методика изучения фрустральных реакций. Методические рекомендации / Сост. Н. В. Тарабрина. – Л. : Лен. НИИ им. В. М. Бехтерева, 1984. – 23 с.
207. Эриксон Э. Юность : кризис идентичности / Э. Эриксон. – М. : Прогресс, 1996. – 234 с.
208. Юнг К. Г. Аналитическая психология / Пер. с англ. Под общей ред . В. В. Зеренского / К. Г. Юнг. – СПб. : МЦКН и т. «Кентавр», институт личности и ГП «Палантир», 1994. – 136 с.
209. Юнг К. Г. Психологические типы / К. Г. Юнг. – М., 1967. – 97 с.
210. Юнг К. Г. Проблемы души нашего времени / К. Г. Юнг. – И. : Изд. группа «Прогресс», «Универс», 1996. – 336 с.
211. Якобсон П. М. Социально–психологические проблемы воспитания личности в коллективе / П. М. Якобсон // Коллектив и личность. – М. : Наука, 1975. – С. 96–104.

212. Яценко Т. С. Основи групової психокорекції / Т. С. Яценко. – К. : Либідь, 1996. – С. 57–83.
213. Festinger L. Conflict, Dacision, and Dissonance / L. Festinger. – Standford, 1964. – 130 p.
214. Laing R. D. The divided Self / R. D. Laing. - N. Y., 1970. – 176 p.
215. Lewin K. A. Dynamic Theory of Personality / K. A. Lewin. – N. Y. – L : Mc Graw Hill Book Company, 1935. – 190 p.
216. Maslow. Some Busic Proposition of a Gerowth and Self. Actualization psychology – in Call, Lindecy, G (Ed) theorics of Personality, NY, 1965, P. 307–316.
217. Miller N. Experimental studies of conflict // Personality and the Behavior Disorders. / Ed. By J. Hunt. - Vol. I. - N. Y. : The Ronald Press Company, 1944. – 322 p.
218. Miller N. Social learning and imitation/ N. Miller, J. Dollard. - New Haven, 1941. – 232 p.
219. Rjcheblave–Spenle A.–M. Psychologie des Konflikts / A.–M. Rjcheblave–Spenle. – Lambartus–Verlagt, 1973. – 147 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Результати анкетування досліджуваних 1-го і 4-го курсів.

1. Чи доводилося Вам переживати внутрішні конфлікти (тобто конфлікти із “самим собою”)?

| Досліджувані | Так | Важко відповісти | Ні |
|---------------------------|-----|------------------|-----|
| Студенти першого курсу | 55% | 35% | 10% |
| Студенти четвертого курсу | 82% | 13% | 5% |

2. Як часто особисто Вам доводиться переживати внутрішній конфлікт ?

| Досліджувані | Досить часто з різних причин | Інколи з різних причин | Іноді за незрозумілих причин | У виняткових випадках |
|---------------------------|------------------------------|------------------------|------------------------------|-----------------------|
| Студенти першого курсу | 16% | 35% | 23% | 26% |
| Студенти четвертого курсу | 36% | 38% | 10% | 16% |

3. Як особисто Ви переживаєте внутрішні конфлікти?

| Досліджувані | Переживаю дуже гостро й емоційно | Переживаю, проте не дуже складно | Майже не переживаю |
|---------------------------|----------------------------------|----------------------------------|--------------------|
| Студенти першого курсу | 34% | 45% | 21% |
| Студенти четвертого курсу | 40% | 49% | 11% |

5. Що Ви відчуваєте при внутрішньому конфлікті?

Продовження додатку А

| Досліджувані | Відчуження від світу | Тривога | Невпевненість | Фізичний дискомфорт | Власна некомпетентність |
|---------------------------|----------------------|---------|---------------|---------------------|-------------------------|
| Студенти першого курсу | 27% | 45% | 34% | 12% | 14% |
| Студенти четвертого курсу | 16% | 56% | 45% | 28% | 22% |

5. Чи існує на Вашу думку особливість виникнення внутрішніх конфліктів саме у майбутніх психологів

| Досліджувані | Існує | Важко відповісти | Не існує |
|---------------------------|-------|------------------|----------|
| Студенти першого курсу | 65% | 25% | 10% |
| Студенти четвертого курсу | 49% | 40% | 11% |

6. Чи можна запобігти внутрішнім конфліктам?

| Варіанти відповідей | Студенти першого курсу | Студенти четвертого курсу |
|---|------------------------|---------------------------|
| Ні, не можна і не потрібно, оскільки вони є рушієм особистісного розвитку | 30% | 46% |

| | | |
|--|-----|-----|
| Запобігти їм неможливо, адже цей процес мало залежить від людини, а більше від зовнішніх чинників. | 55% | 16% |
| Можливо, якщо ставитися до проблеми філософськи | 15% | 38% |

7. Згадайте якими для Вас були наслідки недавно пережитого внутрішнього конфлікту

| Варіанти відповідей | Студенти першого курсу | Студенти четвертого курсу |
|--|------------------------|---------------------------|
| Творчими – стимулювали мій особистісний розвиток | 11% | 29% |
| Позитивними, з точки зору цінного досвіду | 14% | 25% |

Продовження додатку А

| | | |
|--|-----|-----|
| Неприємними – спричинили відчуття невпевненості у собі | 28% | 15% |
| Пригноблюючими - спричинили переживання й біль | 32% | 17% |
| Байдужими – конфлікт відбувся без істотних наслідків | 15% | 14% |

8. Чим є для Вас внутрішній конфлікт (конфлікт із самим собою)?

| Варіанти відповідей | Студенти першого курсу | Студенти четвертого курсу |
|--|------------------------|---------------------------|
| Можливістю краще збагнути себе | 18% | 33% |
| Поштовхом до особистісного та професійного зростання | 14% | 30% |
| Неприємним, проте неминучим явищем | 32 % | 18% |
| Негативним явищем | 23% | 16% |
| Це поняття мені не є зрозумілим | | |
| Я ніколи не замислювалася (вався) над своїми внутрішніми конфліктами | 12% | 3% |

Додаток А.1

Студенти-психологи першого року навчання (загальна вибірка)

Final Statistics:

| Factor | Pct of Var | Cum Pct |
|--------|------------|---------|
| 1 | 16.6 | 16.6 |
| 2 | 14.3 | 30.9 |
| 3 | 10.1 | 41.0 |
| 4 | 9.8 | 50.9 |
| 5 | 8.1 | 59.0 |

Factor Matrix:

| | Factor 1 | Factor 2 | Factor 3 |
|--------------------------------|----------|----------|----------|
| Маскулінність | .47896 | | |
| Фемінність | | .74753 | .51764 |
| Андрогінність | .34112 | | |
| Самооцінка «розум» | | .46786 | |
| Ідеальна самооц «розум» | | | .61896 |
| Самооцінка «характер» | .48923 | | |
| Ідеальна самооц «характер» | | .75643 | .51856 |
| Самооцінка «авторитет» | .45834 | | |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | | .43789 |
| Самооцінка «здібності» | .70854 | | |
| Ідеальна самооц «здібності» | | .31216 | |
| Самооцінка «зовнішність» | .55743 | | |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | | .45845 | |
| Самооцінка «впевненість» | | | .34127 |
| Ідеальна самооц. «впевненість» | .28764 | | |
| Інтерналі | | | |
| Середні значення | -.78951 | | .44876 |
| Екстернали | | .56874 | |
| Відкритість | | .57975 | |
| Самовпевненість | -.26543 | | -.23145 |
| Самокерівництво | | | |
| Відображене самоставлення | | .23451 | |
| Самоцінність | | | |
| Самоприйняття | .62741 | | |
| Самоприхильність | | | |
| Внутрішня конфліктність | -.73854 | .51956 | .64587 |
| Самозвинувачення | -.61984 | .64875 | |
| Мотивація уникнення невдачі | -.63874 | .50945 | |
| Мотивація досягнення успіху | | | .21678 |

Продовження додатку А.1

| | Factor 4 | Factor 5 |
|---------------|----------|----------|
| Маскулінність | | |
| Фемінність | .46738 | |
| Андрогінність | -.24569 | .21345 |

| | | |
|-------------------------------|--------|---------|
| Самооцінка «розум» | | |
| Ідеальна самооц «розум» | | |
| Самооцінка «характер» | .23145 | .58763 |
| Ідеальна самооц «характер» | | |
| Самооцінка «авторитет» | .32176 | |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | -.50747 |
| Самооцінка «здібності» | .52674 | |
| Ідеальна самооц «здібності» | | |
| Самооцінка «зовнішність» | | -.32412 |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | | |
| Самооцінка «впевненість» | .51874 | |
| Ідеальна самооц «впевненість» | | |
| Інтерналі | | .47685 |
| Середні значення | | |
| Екстернали | | |
| Відкритість | .23768 | |
| Самовпевненість | | -.29843 |
| Самокерівництво | .46751 | |
| Відображене самоствавлення | | .46753 |
| Самоцінність | .48742 | |
| Самоприйняття | | |
| Самоприхильність | | |
| Внутрішня конфліктність | .36784 | -.51853 |
| Самозвинувачення | | |
| Мотивація уникнення невдачі | | .28734 |
| Мотивація досягнення успіху | .31290 | |

Додаток А.2

Студенти-психологи четвертого року навчання (загальна вибірка)

Final Statistics:

| Factor | Pct of Var | Cum Pct |
|--------|------------|---------|
| 1 | 23.8 | 23.8 |
| 2 | 12.7 | 36.5 |
| 3 | 12.3 | 48.8 |
| 4 | 10.1 | 58.9 |
| 5 | 7.2 | 66.1 |

Factor Matrix:

| | Factor 1 | Factor 2 | Factor 3 |
|---------------|----------|----------|----------|
| Маскулінність | | -.21877 | .51237 |

| | | | |
|-------------------------------|---------|---------|---------|
| Фемінність | .49893 | .60823 | .53763 |
| Андрогінність | | | |
| Самооцінка «розум» | .79983 | | .47965 |
| Ідеальна самооц «розум» | | -.25418 | |
| Самооцінка «характер» | .58784 | | |
| Ідеальна самооц «характер» | | -.49874 | |
| Самооцінка «авторитет» | .32154 | | .67345 |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | | |
| Самооцінка «здібності» | .66573 | -.61874 | |
| Ідеальна самооц «здібності» | | | |
| Самооцінка «зовнішність» | -.46753 | | .34521 |
| Ідеальна самооц«зовнішність» | | | |
| Самооцінка «впевненість» | | -.27645 | |
| Ідеальна самооц.«впевненість» | | | |
| Інтерналі | .58764 | | |
| Середні значення | -.63743 | .54841 | |
| Екстернали | | | -.21365 |
| Відкритість | -.23518 | | |
| Самовпевненість | | | .25432 |
| Самокерівництво | -.31635 | -.52095 | |
| Відображене самоствавлення | | -.54256 | |
| Самоцінність | | -.49135 | |
| Самоприйняття | -.23459 | | |
| Самоприхильність | | | -.23465 |
| Внутрішня конфліктність | -.57864 | .53762 | -.52347 |
| Самозвинувачення | | | |
| Мотивація уникнення невдачі | -.53761 | .26743 | |
| Мотивація досягнення успіху | | | .49341 |

Продовження додатку А.2

| | Factor 4 | Factor 5 |
|-------------------------------|----------|----------|
| Маскулінність | | .53421 |
| Фемінність | .50321 | |
| Андрогінність | -.32175 | |
| Самооцінка «розум» | | -.50954 |
| Ідеальна самооц «розум» | | |
| Самооцінка «характер» | .31256 | -.49342 |
| Ідеальна самооц «характер» | .47863 | |
| Самооцінка «авторитет» | | -.50408 |
| Ідеальна самооц «авторитет» | .23415 | |
| Самооцінка «здібності» | | |
| Ідеальна самооц «здібності» | | -.25432 |
| Самооцінка «зовнішність» | .23645 | |
| Ідеальна самооц«зовнішність» | .51342 | |
| Самооцінка «впевненість» | | -.26523 |
| Ідеальна самооц.«впевненість» | | |
| Інтерналі | | |
| Середні значення | .49341 | |
| Екстернали | | |
| Відкритість | | .31276 |
| Самовпевненість | | |
| Самокерівництво | -.39143 | |
| Відображене самоствавлення | | |
| Самоцінність | | -.23567 |

| | | |
|-----------------------------|---------|--------|
| Самоприйняття | | |
| Самоприхильність | | |
| Внутрішня конфліктність | .56342 | .51237 |
| Самозвинувачення | | |
| Мотивація уникнення невдачі | | .26543 |
| Мотивація досягнення успіху | -.27814 | |

Додаток А.3

Студенти першого року навчання, що навчаються за іншим фахом

Final Statistics:

| Factor | Pct of Var | Cum Pct |
|--------|------------|---------|
| 1 | 18.6 | 18.6 |
| 2 | 14.4 | 32.9 |
| 3 | 9.5 | 42.5 |
| 4 | 8.3 | 50.7 |
| 5 | 7.9 | 58.7 |

Factor Matrix:

| | Factor 1 | Factor 2 | Factor 3 |
|-------------------------------|----------|----------|----------|
| Маскулінність | .46348 | | .49347 |
| Фемінність | .71237 | | .51874 |
| Андрогінність | | -.32423 | |
| Самооцінка «розум» | .50954 | | |
| Ідеальна самооц «розум» | | .27645 | |
| Самооцінка «характер» | .78864 | | |
| Ідеальна самооц «характер» | .59326 | .52365 | .54432 |
| Самооцінка «авторитет» | .68784 | | |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | | |
| Самооцінка «здібності» | .51208 | -.55324 | -.47865 |
| Ідеальна самооц «здібності» | | .32453 | |
| Самооцінка «зовнішність» | .76342 | | -.55125 |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | | | |
| Самооцінка «впевненість» | .31267 | | |
| Ідеальна самооц «впевненість» | | .21345 | |
| Інтерналі | | -.66873 | |
| Середні значення | -.48785 | .66346 | |
| Екстернали | | | |
| Відкритість | | | -.31256 |
| Самовпевненість | .23765 | -.49342 | |
| Самокерівництво | | -.53342 | |
| Відображене самоставлення | | | -.56437 |

| | | | |
|-----------------------------|---------|---------|---------|
| Самоцінність | .34236 | | |
| Самоприйняття | .23176 | | .32167 |
| Самоприхильність | | .32146 | |
| Внутрішня конфліктність | -.57452 | .62984 | .56435 |
| Самозвинувачення | | | -.23987 |
| Мотивація уникнення невдачі | | -.23874 | |
| Мотивація досягнення успіху | .31267 | | |

Продовження додатку А.3

| | Factor 4 | Factor 5 |
|--------------------------------|----------|----------|
| Маскулінність | | .55834 |
| Фемінність | | |
| Андрогінність | | |
| Самооцінка «розум» | | .48340 |
| Ідеальна самооц «розум» | | |
| Самооцінка «характер» | .52318 | |
| Ідеальна самооц «характер» | .48453 | |
| Самооцінка «авторитет» | | |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | |
| Самооцінка «здібності» | .33225 | |
| Ідеальна самооц «здібності» | | |
| Самооцінка «зовнішність» | | |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | | |
| Самооцінка «впевненість» | .27736 | |
| Ідеальна самооц. «впевненість» | | |
| Інтерналі | .54342 | .52075 |
| Середні значення | | |
| Екстернали | | |
| Відкритість | | .33421 |
| Самовпевненість | .30187 | |
| Самокерівництво | | |
| Відображене самоствавлення | | |
| Самоцінність | | .49453 |
| Самоприйняття | .49345 | |
| Самоприхильність | | |
| Внутрішня конфліктність | -.55397 | .54329 |
| Самозвинувачення | -.50786 | .52065 |
| Мотивація уникнення невдачі | | .47865 |
| Мотивація досягнення успіху | .51306 | |

Додаток В.1

Студенти-психологи чоловічої статі першого року навчання

Final Statistics:

| Factor | Pct of Var | Cum Pct |
|--------|------------|---------|
| 1 | 19.9 | 19.9 |
| 2 | 13.3 | 33.1 |
| 3 | 11.7 | 44.8 |
| 4 | 9.8 | 54.7 |
| 5 | 8.5 | 63.2 |

Factor Matrix:

| | Factor 1 | Factor 2 | Factor 3 |
|--------------------------------|----------|----------|----------|
| Маскулінність | | | .61265 |
| Фемінність | .69421 | .53864 | -.50876 |
| Андрогінність | -.27654 | | |
| Самооцінка «розум» | | .51956 | |
| Ідеальна самооц «розум» | | .50954 | |
| Самооцінка «характер» | .54327 | | |
| Ідеальна самооц «характер» | -.51863 | | |
| Самооцінка «авторитет» | .53034 | | .32176 |
| Ідеальна самооц «авторитет» | -.49032 | | |
| Самооцінка «здібності» | | | |
| Ідеальна самооц «здібності» | | | .23654 |
| Самооцінка «зовнішність» | | | |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | | | |
| Самооцінка «впевненість» | .23765 | | |
| Ідеальна самооц. «впевненість» | -.32156 | | |
| Інтерналі | -.26532 | -.32187 | .52347 |
| Середні значення | | | |
| Екстернали | .51236 | .55438 | |
| Відкритість | | | |
| Самовпевненість | | .51372 | .49965 |
| Самокерівництво | | | .48876 |
| Відображене самоствавлення | -.48342 | | |
| Самоцінність | -.50310 | -.25453 | .50432 |
| Самоприйняття | | -.27647 | |
| Самоприхильність | | | |
| Внутрішня конфліктність | .53864 | .62138 | -.53965 |

Продовження додатку В.1

| | | | |
|-----------------------------|---------|---------|--------|
| Самозвинувачення | | | |
| Мотивація уникнення невдачі | | .49047 | |
| Мотивація досягнення успіху | -.34219 | -.23416 | .23654 |

Factor 4 Factor 5

| | | |
|--------------------------------|---------|---------|
| Маскулінність | .54215 | |
| Фемінність | | |
| Андрогінність | | .54378 |
| Самооцінка «розум» | .28765 | .51207 |
| Ідеальна самооц «розум» | -.32518 | .28654 |
| Самооцінка «характер» | | |
| Ідеальна самооц «характер» | | |
| Самооцінка «авторитет» | | |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | |
| Самооцінка «здібності» | .48975 | |
| Ідеальна самооц «здібності» | -.54376 | |
| Самооцінка «зовнішність» | | |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | | |
| Самооцінка «впевненість» | .23087 | |
| Ідеальна самооц. «впевненість» | | |
| Інтерналі | .52347 | .52354 |
| Середні значення | | |
| Екстернали | | |
| Відкритість | | |
| Самовпевненість | | |
| Самокерівництво | | .32187 |
| Відображене самоствавлення | | |
| Самоцінність | | |
| Самоприйняття | | .29854 |
| Самоприхильність | | |
| Внутрішня конфліктність | .50976 | -.50397 |
| Самозвинувачення | | |
| Мотивація уникнення невдачі | | |
| Мотивація досягнення успіху | -.50876 | .48796 |

Додаток В.2

Студенти-психологи чоловічої статі четвертого року навчання

Final Statistics:

| Factor | Pct of Var | Cum Pct |
|--------|------------|---------|
| 1 | 18.6 | 18.6 |
| 2 | 14.8 | 33.4 |
| 3 | 12.5 | 45.9 |
| 4 | 10.8 | 56.7 |
| 5 | 9.7 | 66.4 |

Factor Matrix:

| | Factor 1 | Factor 2 | Factor 3 |
|---------------|----------|----------|----------|
| Маскулінність | .62165 | | |
| Фемінність | | .56436 | |

| | | | |
|--------------------------------|---------|---------|--------|
| Андрогінність | | -.21765 | .56342 |
| Самооцінка «розум» | .50348 | | |
| Ідеальна самооц «розум» | .32156 | | |
| Самооцінка «характер» | .23676 | -.48453 | .31245 |
| Ідеальна самооц «характер» | | | .27651 |
| Самооцінка «авторитет» | .53965 | -.50127 | |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | | |
| Самооцінка «здібності» | .52362 | | .24514 |
| Ідеальна самооц «здібності» | .27621 | | .31256 |
| Самооцінка «зовнішність» | | | |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | | | |
| Самооцінка «впевненість» | | -.26543 | .35132 |
| Ідеальна самооц. «впевненість» | | | |
| Інтерналі | .56432 | -.32176 | .47985 |
| Середні значення | | | |
| Екстернали | | .52341 | |
| Відкритість | .21567 | | |
| Самовпевненість | | -.32165 | .52341 |
| Самокерівництво | | -.49234 | |
| Відображене самоствавлення | | | |
| Самоцінність | .47864 | | .51234 |
| Самоприйняття | .50175 | -.23123 | |
| Самоприхильність | | | .25641 |
| Внутрішня конфліктність | -.56321 | .52341 | |
| Самозвинувачення | | | |
| Мотивація уникнення невдачі | -.23671 | .53863 | |
| Мотивація досягнення успіху | .23876 | | .49435 |

Продовження додатку В.2

| | Factor 4 | Factor 5 |
|--------------------------------|----------|----------|
| Маскулінність | -.52345 | .48321 |
| Фемінність | -.50054 | |
| Андрогінність | | |
| Самооцінка «розум» | | -.23765 |
| Ідеальна самооц «розум» | .31654 | -.27542 |
| Самооцінка «характер» | | |
| Ідеальна самооц «характер» | | |
| Самооцінка «авторитет» | -.26543 | -.48342 |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | |
| Самооцінка «здібності» | -.32765 | |
| Ідеальна самооц «здібності» | | |
| Самооцінка «зовнішність» | | |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | | |
| Самооцінка «впевненість» | -.32145 | |
| Ідеальна самооц. «впевненість» | | |
| Інтерналі | | |
| Середні значення | | .54327 |
| Екстернали | | |
| Відкритість | | |
| Самовпевненість | | -.34212 |
| Самокерівництво | .50236 | |
| Відображене самоствавлення | | |
| Самоцінність | -.21456 | |
| Самоприйняття | | -.32451 |

| | | |
|-----------------------------|---------|---------|
| Самоприхильність | -.48976 | |
| Внутрішня конфліктність | .64326 | .49856 |
| Самозвинувачення | | |
| Мотивація уникнення невдачі | | |
| Мотивація досягнення успіху | | -.52345 |

Додаток В.3

Студенти-психологи жіночої статі першого року навчання

Final Statistics:

| Factor | Pct of Var | Cum Pct |
|--------|------------|---------|
| 1 | 24.3 | 24.3 |
| 2 | 15.3 | 39.6 |
| 3 | 11.4 | 51.0 |
| 4 | 10.2 | 61.2 |
| 5 | 6.7 | 67.9 |

Factor Matrix:

| | Factor 1 | Factor 2 | Factor 3 |
|--------------------------------|----------|----------|----------|
| Маскулінність | | -.53965 | .50348 |
| Фемінність | | .83421 | |
| Андрогінність | .54376 | | |
| Самооцінка «розум» | .23865 | -.51238 | .51236 |
| Ідеальна самооц «розум» | | | |
| Самооцінка «характер» | .51273 | -.82345 | |
| Ідеальна самооц «характер» | .32176 | | |
| Самооцінка «авторитет» | .31043 | | .49321 |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | | |
| Самооцінка «здібності» | .48769 | -.24531 | .54743 |
| Ідеальна самооц «здібності» | | | |
| Самооцінка «зовнішність» | .48362 | -.49320 | |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | | | |
| Самооцінка «впевненість» | .29521 | -.30125 | |
| Ідеальна самооц. «впевненість» | | | |
| Інтерналі | | | .74321 |
| Середні значення | | | |
| Екстернали | | | |
| Відкритість | .21865 | | |

| | | | |
|----------------------------|---------|----------|---------|
| Самовпевненість | | - .28754 | |
| Самокерівництво | | | |
| Відображене самоствавлення | | | |
| Самоцінність | .63015 | | .51065 |
| Самоприйняття | .54329 | | .21654 |
| Самоприхильність | .32103 | - .31256 | .31786 |
| Внутрішня конфліктність | -.83207 | .58965 | -.29543 |

Продовження додатку В.3

| | | | |
|-----------------------------|---------|---------|--------|
| Самозвинувачення | | | |
| Мотивація уникнення невдачі | -.20534 | .61321 | .31256 |
| Мотивація досягнення успіху | .28532 | -.26741 | |

| | Factor 4 | Factor 5 |
|--------------------------------|----------|----------|
| Маскулінність | .58345 | |
| Фемінність | | .50320 |
| Андрогінність | | |
| Самооцінка «розум» | .31065 | |
| Ідеальна самооц «розум» | .29654 | |
| Самооцінка «характер» | | |
| Ідеальна самооц «характер» | | |
| Самооцінка «авторитет» | | |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | |
| Самооцінка «здібності» | .57342 | |
| Ідеальна самооц «здібності» | .48765 | |
| Самооцінка «зовнішність» | | |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | | -.31256 |
| Самооцінка «впевненість» | .21345 | |
| Ідеальна самооц. «впевненість» | .27654 | |
| Інтерналі | | |
| Середні значення | | |
| Екстернали | .52345 | |
| Відкритість | | -.24532 |
| Самовпевненість | | |
| Самокерівництво | | |
| Відображене самоствавлення | | |
| Самоцінність | | -.32167 |
| Самоприйняття | | |
| Самоприхильність | | |
| Внутрішня конфліктність | .48456 | .55349 |
| Самозвинувачення | | .48976 |
| Мотивація уникнення невдачі | | |
| Мотивація досягнення успіху | | |

Додаток В.4

Студенти-психологи жіночої статі четвертого року навчання

Final Statistics:

| Factor | Pct of Var | Cum Pct |
|--------|------------|---------|
| 1 | 19.5 | 19.5 |
| 2 | 15.0 | 34.5 |
| 3 | 13.2 | 47.7 |
| 4 | 12.8 | 60.5 |
| 5 | 8.3 | 68.8 |

Factor Matrix:

| | Factor 1 | Factor 2 | Factor 3 |
|--------------------------------|----------|----------|----------|
| Маскулінність | -.65432 | .55342 | |
| Фемінність | | | |
| Андрогінність | | | .54342 |
| Самооцінка «розум» | .86324 | .32156 | .48765 |
| Ідеальна самооц «розум» | | | |
| Самооцінка «характер» | .61234 | .59321 | .31256 |
| Ідеальна самооц «характер» | .49432 | -.49045 | |
| Самооцінка «авторитет» | .53231 | -.71234 | .23564 |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | -.21345 | |
| Самооцінка «здібності» | .21657 | | .52345 |
| Ідеальна самооц «здібності» | .64321 | -.31256 | |
| Самооцінка «зовнішність» | | | |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | | -.21675 | |
| Самооцінка «впевненість» | .32154 | | |
| Ідеальна самооц. «впевненість» | | | |
| Інтерналі | .52315 | .54237 | .49432 |
| Середні значення | -.65321 | | |
| Екстернали | | | |
| Відкритість | | | |
| Самовпевненість | | | |
| Самокерівництво | | | |
| Відображене самоствавлення | .21654 | | |
| Самоцінність | | | .26543 |
| Самоприйняття | .31245 | -.50976 | |
| Самоприхильність | | | .31569 |
| Внутрішня конфліктність | -.64396 | .51234 | -.51234 |
| Самозвинувачення | | | -.50321 |
| Мотивація уникнення невдачі | | | |
| Мотивація досягнення успіху | | | |

Продовження додатку В.4

| | Factor 4 | Factor 5 |
|--------------------|----------|----------|
| Маскулінність | .57432 | |
| Фемінність | -.51234 | .51324 |
| Андрогінність | | |
| Самооцінка «розум» | | |

| | | |
|--------------------------------|---------|---------|
| Ідеальна самооц «розум» | | |
| Самооцінка «характер» | .23432 | .49987 |
| Ідеальна самооц «характер» | .48765 | |
| Самооцінка «авторитет» | | .23567 |
| Ідеальна самооц «авторитет» | | |
| Самооцінка «здібності» | | |
| Ідеальна самооц «здібності» | | |
| Самооцінка «зовнішність» | | |
| Ідеальна самооц «зовнішність» | .54323 | |
| Самооцінка «впевненість» | | |
| Ідеальна самооц. «впевненість» | | |
| Інтерналі | | |
| Середні значення | .50432 | .52312 |
| Екстернали | | .54321 |
| Відкритість | | |
| Самовпевненість | -.32145 | |
| Самокерівництво | | |
| Відображене самоствавлення | | |
| Самоцінність | | -.32145 |
| Самоприйняття | | -.23453 |
| Самоприхильність | | |
| Внутрішня конфліктність | .48432 | .49054 |
| Самозвинувачення | .23456 | |
| Мотивація уникнення невдачі | | |
| Мотивація досягнення успіху | | |

Додаток С

Стимульний матеріал до вправи «Сімейний кодекс»

Добре діло твори сміло.

Менше говори - більше почувеш

За доброю хвилею злу жди.

Добро не пропадає а зло умирає.

Не копай іншому ями, бо сам упадеш

Добро не лихо, ходить у світі тихо.

Або пан, або пропав.

Без вірного друга - велика туга.

Боятися вовка - в ліс не ходити.

Брат мій, а хліб їж свій.

Виріс, а ума не виніс.

Високо літає, та низько сідає.

Вище себе не підскочиш.

Гарні гості, та не в пору.

Горбатого могила виправить.

Дай дурневі макогона, то він і вікна поб'є.

Де відвага, там і щастя.

Дома й стіни помагають.

З ким поведешся, того й наберешся.

З миру по нитці - голому сорочка.

Додаток Д

Бланк Диференціально-аналітичного опитувальника (ДАО) до вправи «Презентація здібностей»

| Актуальні здібності | Я | Партнер по спілкуванню | Спонтанні коментанти |
|---------------------|---|------------------------|----------------------|
| Пунктуальність | | | |
| Охайність | | | |
| Ввічливість | | | |

| | | | |
|------------------------|--|--|--|
| Слухняність | | | |
| Щирість (відвертість) | | | |
| Вірність | | | |
| Справедливість | | | |
| Працелюбність | | | |
| Ощадливість | | | |
| Надійність | | | |
| Любов | | | |
| Терпіння | | | |
| Довіра | | | |
| Контакти | | | |
| Віра / сенс життя | | | |
| Упевненість | | | |

Форми поведінки (актуальні здібності) оцінюються таким чином:

(++) означає вищу суб'єктивну оцінку даної здібності;

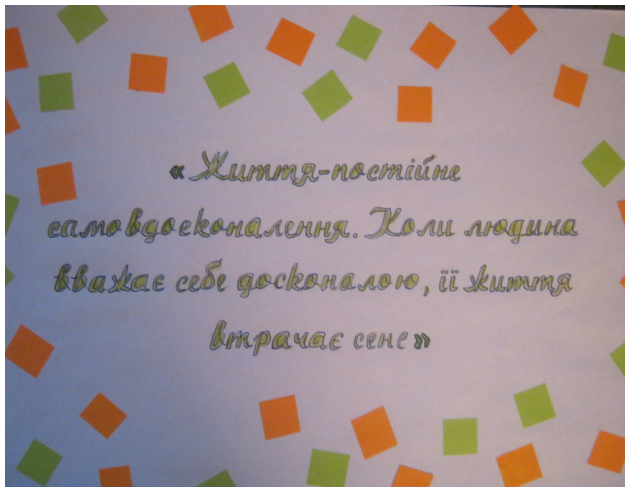
(--) означає низьку суб'єктивну оцінку;

(+/-) означає байдуже ставлення до даної здібності.

Неспівпадання знаків (+ і -) у колонках «Я» і «Партнер по спілкуванню» вказує на конфліктні сфери взаємодії. ДАО одночасно виконує діагностичну та терапевтичну функції.

Додаток Ж

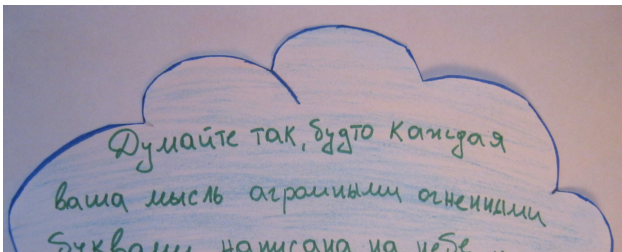
Виконання вправи «Придумай девіз» студентами 1-го курсу



Працюй не тільки заради
збагачення, а й заради
насолюди!



Додаток К



Елементи роботи групи досліджуваних студентів 1-го курсу

Виконання вправи “Зрозумій мене”

