

УДК 316.48

DOI: 10.12737/2306-1731-2023-12-4-62-65

## Социально-психологические особенности внутриличностных конфликтов

### Socio-Psychological Features of Intrapersonal Conflicts

Получено: 24.10.2023 / Одобрено: 31.10.2023 / Опубликовано: 25.12.2023

#### Романова А.В.

Канд. психол. наук, доцент, ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный университет», Россия, 125993, г. Москва, ул. В. Пика, д. 4, e-mail: smnka5@mail.ru

#### Romanova A.V.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Russian State Social University, 4, V. Pika St., Moscow, 125993, Russia, e-mail: smnka5@mail.ru

#### Рыбакова А.И.

Канд. психол. наук, доцент, ФГАОУ ВО «Московский физико-технический институт (национальный исследовательский университет)», Россия, 141701, г. Долгопрудный, Институтский пер., д. 9, e-mail: smnka5@mail.ru

#### Rybakova A.I.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Moscow Institute of Physics and Technology, 9, Institutsky Per., Dolgoprudniy, 141701, Russia, e-mail: smnka5@mail.ru

#### Белякова Н.В.

Канд. психол. наук, доцент, ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управлений им. К.Г. Разумовского», Россия, 109004, г. Москва, Земляной вал, д. 73, e-mail: smnka5@mail.ru

#### Belyakova N.V.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, K.G. Razumovsky Moscow State University of Technology and Management (the First Cossack University), 73, Zemlyanoy Val, Moscow, 109004, Russia, e-mail: smnka5@mail.ru

**Аннотация.** Категория внутриличностных конфликтов объединяет психологические конфликты, состоящие в столкновении различных личностных образований, представленных в сознании человека соответствующими переживаниями. Конфликт, который проявляется в локальных, частных формах выполняет сложную разнохарактерную нагрузку, как положительную, так и отрицательную, именно на уровне внутриличностного проявления. Одной из причин внутриличностного конфликта можно считать высокий уровень субъективного контроля над эмоционально-положительными событиями и ситуациями, с одной стороны, и невозможностью достичь желаемого уровня, с другой.

**Ключевые слова:** внутриличностный конфликт, интересы, личностная тревожность, мотивы, потребность, ситуативная тревожность, социальное явление, уровень тревожности.

**Abstract.** The category of intrapersonal conflicts combines psychological conflicts, consisting in the collision of various personal formations, represented in the mind of a person by corresponding experiences. The conflict, which manifests itself in local, private forms, performs a complex diverse load, both positive and negative, precisely at the level of intrapersonal manifestation. One of the causes of intrapersonal conflict can be considered a high level of subjective control over emotionally positive events and situations, on the one hand, and the inability to achieve the desired level, on the other.

**Keywords:** intrapersonal conflict, interests, personal anxiety, motives, need, situational anxiety, social phenomenon, level of anxiety.

**Введение.** Категория внутриличностных конфликтов объединяет психологические конфликты, состоящие в столкновении различных личностных образований (мотивов, целей, интересов и т.д.), представленных в сознании человека соответствующими переживаниями.

Сущность конфликт можно рассматривать как явление современности, дифференциацию форм, уровней и типов, и в многоплановости, многохарактерности осуществления в едином пространстве. Длительность и интенсивность конфликта зависит от того какое место занимают нарушенные отношения. При столкновении центральных отноше-

ний конфликт принимает огромные размеры, которые полностью захватывают человека. Нередко конфликт может возникать во время сложных жизненных ситуаций, при стрессе, перегрузках, разводе, резкой смене работы, увольнении [6; 8–10].

Конфликт нередко может происходить при столкновении двух внутренних побуждений, отраженных в сознании в виде самостоятельных ценностей. Одним из основных показателей внутриличностного конфликта является сомнение в истинной ценности мотивов и принципов, которыми в жизни руководствуется человек [5; 7].

К. Хорни определяет внутриличностный конфликт с двух позиций, как столкновение стремления к удовлетворению желаний и к безопасности и, как противоречие «невротических потребностей», удовлетворение которых влечет за собой фрустрацию других.

В зарубежной и отечественной психологии много внимания уделяется внутриличностному конфликту. К.Г. Юнг трактует внутриличностный конфликт как переход на более низкую стадию развития, когда основным направляющим компонентом жизни становится бессознательное. К. Хорни рассматривает внутриличностный конфликт, как напряжение, связанное с невозможностью реализовать свои потребности в силу возможного нарушения базисной безопасности человека, невозможностью найти компромисс между своими и чужими желаниями, которые очень часто не только не совпадают, но открыто противоречат друг другу. А. Маслоу в первую очередь считает причиной возникновения внутриличностного конфликта невозможность реализовать свою потребность в самоактуализации, а также, вероятно, потребность более низкого порядка: в безопасности, физиологических потребностях, принадлежности к любви, в уважении, в познании, в эстетике и красоте.

Нередко конфликт связан с противоречиями среди людей, разными точками зрениями, интересами, увлечениями, воспитанием, возрастом, социальным и материальным положением [3; 4]. Нередко его можно рассматривать как социальное явление, связанное с меняющимися социально-экономическими условиями жизни. Конфликт, который проявляется в локальных, частных формах выполняет сложную разнохарактерную нагрузку, как положительную, так и отрицательную, именно на уровне внутриличностного проявления. В конфликте выделяют два главных уровня его проявления: конфликт внешний, который проявляется на уровне противоречий двух разных субъектов в разных формах, как проявление конкурентности, конфликт межличностный, межгрупповой; и конфликт внутренний — внутриличностный, определяемый как «столкновение интересов, потребностей, влечении личности, возникающие при условии их примерной паритетности по интенсивности и значимости, но разной направленности» [1; 2].

Выделяют пять основных типов конфликта: внутриличностный, межличностный, между личностью и группой, межгрупповой, социальный.

При внутриличностном конфликте основными являются факторы внутреннего мира личности (мо-

тивы, потребности, чувства). Внутриличностные конфликты, связанные с работой в организации, могут принимать различные формы. Внутренние конфликты нередко возникают на работе из-за перегруженности, или отсутствием работы при необходимости находиться (длительно) на работе.

Межличностный конфликт довольно распространен, особенно в организациях. Иногда он связан с различием характеров, чаще возникают между начальником и подчиненными, когда последние считают, что руководство требует от них слишком многого, а начальник в свою очередь считает, что сотрудник не полностью работает.

Межгрупповой конфликт может возникать между исполнителями и руководством, между сотрудниками различных подразделений, между небольшими группами внутри коллектива и в микросоциуме.

Внутриличностный конфликт является движущей силой как положительной, так и отрицательной. Он выполняет функцию активации личностного потенциала человека, мотивирует к принятию решений, иногда приводит к стрессовой ситуации, или наоборот является толчком к развитию.

**Методы исследования.** Были обследованы 46 сотрудников (18 женщин и 28 мужчин) одного из офис-центров г. Москвы по методике «Уровень субъективного контроля», по методике исследования «Личностной и реактивной тревожности по Ч.Д. Спилберга (в адаптации Ю.Л. Ханиной)». Возраст исследуемых от 25 лет до 57 лет.

**Результаты исследования.** При оценки ситуативной тревожности выявлено, что у 33% сотрудников — высокая тревожность, у 57% — умеренная тревожность, у 10% низкая; личностная тревожность у 17% — высокая тревожность, у 73% — умеренная, у 10% — низкая.

Также проводили сравнение ситуативной тревожности у мужчин и женщин. Получены следующие данные: высокая тревожность у 20% мужчин, а у женщин уже — 47%, что вероятно можно объяснить большей эмоциональностью и повышенной нервозностью. При анализе личностной тревожности выявлено у 9% мужчин — высокая тревожность, в отличие от женщин — у 24%.

На основе полученных данных ситуативной и личностной тревожности с помощью методики Спилберга следует подчеркнуть, что уровень личностной тревожности выше нормативных показателей как у мужчин, так и у женщин, а ситуативной тревожности еще более повышен. Такие высокие показатели тревожности скорее всего обусловлены

внутриличностным конфликтом, особенностями реактивности нервной системы, чертами характера и профессиональными особенностями, и большим количеством времени общением с разными людьми. Вероятно, последнее обстоятельство требует проведения тренингов, релаксирующих минуток, умением отвлекаться во время обеда и после работы от нервных перегрузок.

Сотрудники, имеющие внутриличностный конфликт в большей степени предрасположены к тревоге, волнениям, нередко воспринимают различные рабочие ситуации как опасные и напряженные. Переживания обследуемых, которые имеют внутриличностный конфликт, с ситуативной тревожностью обладают субъективно переживаемыми эмоциями, такими как волнение, неуверенность, нервозность, озабоченность. Скорее всего это выступает как эмоциональная реакция особенностей нервной системы и длительным внутриличностным конфликтом. Причинами возникновения внутриличностного конфликта могут выступать нереализованные возможности, конфликт между желаемым и действительным. Наличие такого конфликта истощает нервную систему, провоцирует развитие психосоматической патологии.

Лиц, имеющих внутриличностный конфликт можно отнести к группе высокотреховых, склонных к восприятию угрозы для своей самооценки,

самовыражения и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций.

Лица, имеющие умеренный и низкий уровень ситуационной тревожности и личностной тревожности выделяют связи между своими поступками, и действиям, разделяя важные события в профессиональной и личной жизни, и поэтому не так чувствительно, остро реагируют на события и профессиональные ситуации. Многие из них имеют довольно высокий уровень субъективного контроля над различными эмоциональными событиями и ситуациями. Они считают, что они имеют хорошую нервную систему, знания и способны длительно и плодотворно выполнять свои профессиональные обязанности. У них есть чувство субъективного контроля по отношению к негативным событиям и обстоятельством. Они не считают это результатом невезения и не склонны приписывать ответственность другим людям.

**Выводы.** Одной из причин внутриличностного конфликта можно считать высокий уровень субъективного контроля над эмоционально-положительными событиями и ситуациями, с одной стороны, и невозможностью достичь желаемого уровня, с другой. У женщин отмечается чаще и выше уровень тревожности по сравнению с мужчинами, что требует проведения дополнительных тренингов по профилактике риска развития межгруппового конфликта.

## Литература

1. *Бонкало Т.И.* Особенности профессиональной подготовленности лиц с ОВЗ как конкурентоспособных специалистов [Текст] / Т.И. Бонкало, С.В. Феоктистова, С.В. Шмелева, Н.В. Логачев // Вестник Тверского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». — 2020. — № 4. — С. 168–175.
2. *Клецина И.С.* Аналитические подходы к определению причин гендерных конфликтов и путей их преодоления [Текст] / И.С. Клецина // Противоречия, конфликты, кризисы личности: субъектно-бытийный подход: матер. Всерос. науч.-практ. семинара. Краснодар: Кубанский гос. Ун-т, 2007. С. 30–44.
3. *Кольцова Ю.В.* Особенности внутриличностного конфликта [Текст] / Ю.В. Кольцова // Аллея науки. — 2022. — № 7.
4. *Лопухова О.Г.* Внутриличностный гендерный ролевой конфликт: системный подход к проблеме [Текст] / О.Г. Лопухова // Современные исследования социальных проблем 2010. № 4. С. 113–119.
5. *Магогаджиева Х.Г.* Ценностные ориентации и профессиональный путь личности [Текст] / Х.Г. Магогаджиева // Молодой ученый. — 2019. — № 2.
6. *Митяева А.М.* Психологические детерминанты возникновения конфликтов в межличностном общении [Текст] / А.М. Митяева, В.Е. Валуйкова // Baikal Research Journal. — 2023. — Т. 14. — № 1. — С. 158–164.
7. *Мясищев В.Н.* Личность и неврозы [Текст] / В.Н. Мясищев. 1960. — С. 239.
8. *Овсянникова В.В.* Психологическая диагностика протекающего внутриличностного конфликта современных женщин [Текст] / В.В. Овсянникова, В.Е. Валуйкова // Современные методы взаимодействия и способы сотрудничества специалистов помогающих профессий. Материалы VIII Международной очно-заочной научно-практической конференции. Орел: Изд-во Орловского гос. ун-та им. И.С. Тургенева, 2022.
9. *Прокудина О.О.* Внутриличностный гендерный конфликт: причины и разрешение [Текст] / О.О. Прокудина // Психология, социология и педагогика. — 2016. — № 7.
10. *Bonkalo T.I., Shmeleva S.V., Nazarenko V.V., Karpov V.Yu., Logachev N.V., Kumanceva E.S.* Activating model of professional training of persons with disabilities as competitive specialists in higher education establishment // Laplageem Revista, 2021, v. 7, no. 3A, pp. 235–244.

## References

1. Bonkalo T.I., Feoktistova S.V., Shmeleva S.V., Logachev N.V. Features of professional preparedness of persons with disabilities as competitive specialists // Bulletin of Tver State University. Series: Pedagogy and Psychology, 2020, no. 4, pp. 168–175.
2. Kletsina I.S. Analytical approaches to determining the causes of gender conflicts and ways to overcome them / Contradictions,

- conflicts, personality crises: a subjective-existential approach: mater. All-Russian scientific-practical seminar. Krasnodar: Kuban State. Univ., 2007, pp. 30–44.
3. Kolbova Yu.V. Features of intrapersonal conflict // Scientific and practical electronic journal Alley of Science, 2022, no. 7.
  4. Lopukhova O.G. Intrapersonal gender role conflict: a systemic approach to the problem // Modern studies of social problems, 2010, no. 4, pp. 113–119.
  5. Magogadzhieva Kh.G. Value orientations and the professional path of the individual. Young scientist, 2019, no. 2.
  6. Mityaeva A.M., Valuikova V.E. Psychological determinants of the emergence of conflicts in interpersonal communication. Baikal Research Journal, 2023, v. 14, no. 1, pp. 158–164.
  7. Myasishchev V.N. Personality and neuroses, 1960, pp. 239.
  8. Ovsyannikova V.V., Valuikova V.E. Psychological diagnostics of the course of intrapersonal conflict in modern women / Modern methods of interaction and methods of cooperation between specialists in helping professions. Materials of the VIII International part-time scientific and practical conference. Eagle: Oryol State University named after. I.S. Turgenyev, 2022.
  9. Prokudina O.O. Intrapersonal gender conflict: causes and resolution. Psychology, sociology and pedagogy, 2016, no. 7.
  10. Bonkalo T.I., Shmeleva S.V., Nazarenko V.V., Karpov V.Yu., Logachev N.V., Kumanceva E.S. Activating model of professional training of persons with disabilities as competitive specialists in higher education establishment // Laplageem Revista, 2021, v. 7, no. 3A, pp. 235–244.