

Мельничук С.Л.

Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія

ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕБІГУ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ

У статті представлений емпіричний аналіз психологічних особливостей перебігу внутрішньоособистісних конфліктів, а також визначено певні протиріччя, які випробовують студенти під час навчання. Акцентовано увагу на тому, що значна кількість студентів перебуває у стані підвищеної напруги, тривожності, випробовують внутрішньоособистісні протиріччя, що впливає на загальний процес успішної навчальної діяльності.

У процесі дослідження були використані наступні методики: «Виявлення внутрішньоособистісного конфлікту» (М. Міріманова), «Рівень співвідношення цінності та доступності в різних життєвих сферах», і «Вільний вибір цінностей» (О. Фанталової).

За результатами вивчення особливостей прояву внутрішньоособистісних конфліктів було визначено цінності, які є значимими, але не досягнутими, а тому значна частина студентів переживає цей вид конфлікту. В процесі дослідження було зроблено висновок про те, що всі протиріччя за своєю значимістю і цінністю можна згрупувати у двох напрямках розвитку особистості: становлення особистості студента як професіонала і становлення студента як суб'єкта власного життя.

Було визначено, що зміст мотиваційного конфлікту у студентів впливає на формування їх як майбутніх фахівців. Проаналізовано рівень переживання дискомфорту студентів у мотиваційно-особистісній сфері.

Досліджено емоційну сферу прояву внутрішньоособистісних конфліктів за допомогою методики «Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності (Тест Спілбергера-Ханіна) (адаптований Ю. Ханіним). У процесі дослідження зроблено висновок, що студенти відчують загострення на різних етапах навчання, що призводять до зростання дезінтеграції в ціннісно-змістовій, мотиваційній і емоційній сферах, високі показники яких свідчать про незадоволення реальною ситуацією, переживання дискомфорту, блокування основних потреб.

Ключові слова: внутрішньоособистісний конфлікт, ціннісно-змістова сфера, мотиваційно-особистісна сфера, емоційна сфера, цінність, доступність, комфорт, дискомфорт, тривожність.

Постановка проблеми. В реаліях сьогодення, в системі вищої освіти увага акцентується в більшості випадків на навчальному процесі, реалізації освітніх програм і стандартів, які потребують значних зусиль як від педагогів так і від студентів. Головною концепцією вищої освіти є формування освіченої психічно здорової нації, що забезпечить успішний та ефективний розвиток суспільства. А тому вища освіта потребує змін у підходах до навчального процесу, які забезпечували б його успішність і гармонійний психологічний стан студентів. Але як свідчать дослідження, які проводяться у багатьох вузах нашої країни, існує багато труднощів у ефективному і успішному проходженні навчального процесу. Значна кількість студентів перебуває у стані підвищеної напруги, тривожності, випробовують внутрішньоособистісні протиріччя, що ускладнює комунікацію із

викладачами навчального закладу і як результат: низька успішність в опануванні освітніх компонентів і навчальних програм. Під час навчального процесу студенти випробовують різні труднощі, які спричинені як зовнішніми так і внутрішніми особистісними факторами, які негативно впливають на успішність навчання. І не завжди психологічна служба навчального закладу спроможна допомогти кожному студенту у подоланні дискомфортного психологічного стану і його профілактики. В зв'язку з цим особливе значення набуває пошук ефективних шляхів профілактики і попередження цих станів, які впливають на самопочуття, на перебіг внутрішньоособистісних конфліктів і на успішність студентів.

Метою дослідження є діагностування і обґрунтування психологічних особливостей внутрішньоособистісних конфліктів у майбутніх

психологів під час навчання. Актуальність проведеного дослідження обумовлене зростанням потреби суспільства у спеціалістах – практичних психологах, на яких покладається надія у продуктивному вирішенні професійних завдань у всіх сферах нашого суспільства. Дослідження внутрішньоособистісних конфліктів було проведено серед студентів Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії спеціальності 053 «Психологія».

Професія психолога на сьогоднішній день є не тільки затребуваною суспільством але і «модною», про що свідчить підвищений інтерес у абітурієнтів. Адже більшість із них вірить у той міф, що психолог може вирішити всі без виключення комунікаційні проблеми, має вплив на інших людей і його знання дозволяють успішно вирішити і особистісні труднощі. А тому володіння цими «надзнаннями» дуже часто стають мотиваційними детермінантами професійного вибору для багатьох абітурієнтів. Але досліджуючи особистість майбутнього фахівця, психолога, акцентуючи увагу на його професійно важливих якостях і компетентностях, можна зазначити те, що стремління до самопізнання, висока емоційна сенситивність, глибокий внутрішній світ, все це дуже часто характеризується наявністю внутрішньоособистісних конфліктів.

Результати дослідження. Психологічні особливості професійної діяльності психолога визначаються перед усім його психологічним здоров'ям і гармонійністю внутрішнього світу, що дає можливість адекватно сприймати проблеми клієнта. Це дає можливість визначити певні протиріччя, які випробовуються студентами під час навчання, а саме:

- високі вимоги щодо особистості молодого фахівця, який здійснює професійну діяльність і наявність у нього значних особистісних психологічних проблем;

- відсутність або несформованість у молодого фахівця навиків конструктивного вирішення зовнішніх і внутрішніх конфліктів;

- необхідність психологічного супроводу гармонійного розвитку особистості майбутнього фахівця і недостатнє вирішення цієї проблеми під час навчального процесу.

Використовуючи методику «Виявлення внутрішньоособистісних конфліктів» (М. Міріманова) [1, с. 257] було визначено ступінь усвідомлення студентами внутрішньоособистісних конфліктів і рівень їх прояву. Результати дослідження свідчать, що у 15% студентів є наявні внутрішньоособистісні конфлікти. Відповідно до взятої за основу класифікації їх було проранжовано і визначено процентне

співвідношення. Мотиваційний («хочу» і «хочу») внутрішньоособистісний конфлікт переживають 15% майбутніх психологів, конфлікт неадекватної самооцінки («можу» і «можу») – 35%, моральний («можу» і «треба») – 10%, рольовий («треба» і «треба») – 13%, конфлікт нереалізованого бажання («хочу» і «можу») – 25%, адаптаційний («треба» і «можу») – 12% [2, с. 154].

Внутрішньоособистісний конфлікт в ціннісно-змістовій сфері особистості проявляється на когнітивному, емоційному і поведінковому рівнях діяльності особистості. У зв'язку з цим було проведено аналіз особливостей прояву протиріч на кожному із зазначених рівнів.

Когнітивний рівень прояву внутрішньоособистісних конфліктів досліджувався за такими напрямками:

- вивчення внутрішніх протиріч в структурі окремих цінностей, на основі співвідношення їх значущості і можливості досягнутти;

- вивчення внутрішніх протиріч, які виникають між різними цінностями внаслідок неможливості їх одночасної реалізації.

Для вивчення внутрішньоособистісних протиріч у структурі окремих цінностей були використані методики О.Б. Фанталової «Рівень співвідношення цінності та доступності в різних життєвих сферах» і «Вільний вибір цінностей» [4, с. 77-86]. У процесі дослідження були проаналізовані 12 загальноособистісних цінностей. В залежності від характеру співвідношення між значимістю цінності і можливості її досягнутти були виділені три типи внутрішніх станів: «Внутрішній конфлікт» (ВК, значущість перевищує досягнення), «Внутрішній вакуум» (ВВ, досягнення перевищують значимість), «Нейтральна зона» (НЗ, протиріччя між значимістю і досягненнями). Перші два стани характеризують внутрішньоособистісний конфлікт, останній – відсутність внутрішнього протиріччя. Індекс розходження «Цінність – Доступність» ($R_{ц-д}$) є не просто сумарним показником розходження по модулю за 12-ма поняттями методики, а визначається вже як трьохкомпонентна структура:

$$R_{ц-д} = \sum BK + \sum BV + \sum HZ$$

В процесі дослідження було проведено попарне ранжування понять із занесенням їх у спеціальні матриці реєстраційного бланку. Це потрібно було зробити двічі: перша матриця «Цінності», друга – «Доступність». Потім було підраховано скільки разів кожне поняття було пріоритетним за «Цінністю» (Ц) і скільки разів – за «Доступністю» (Д).

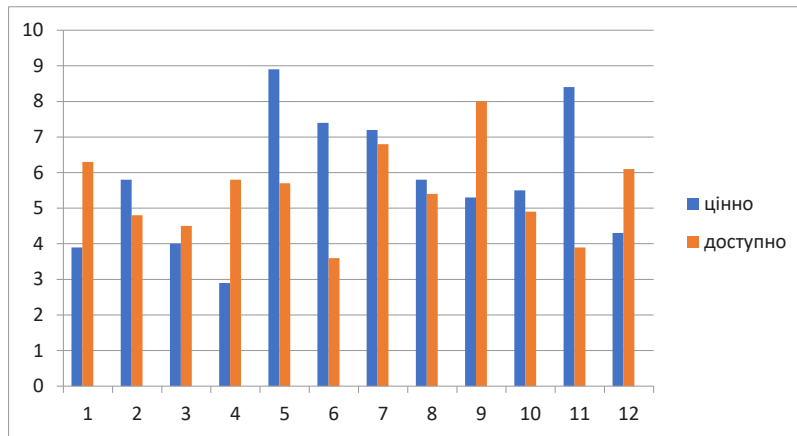


Рис. 1. Середні показники суми виборів цінностей

На рис. 1 представлені середні показники суми виборів 12 понять- цінностей. По осі ординат представлені середні показники «Цінність» і «Доступність» по кожній із життєвих сфер, по осі абсцис – поняття-цінності:

1. Активне, діяльне життя. 2. Здоров'я (фізичне і психічне). 3. Цікава робота 4. Краса природи і мистецтво (переживання прекрасного). 5. Любов (фізична і духовна близькість з коханою людиною). 6. Матеріальне забезпечення життя (відсутність матеріальної скрути). 7. Наявність хороших і вірних друзів. 8. Упевненість у собі (свобода від внутрішніх суперечностей, сумнівів). 9. Пізнання (можливість розширення своєї освіти і світогляду, загальної культури, інтелектуальний розвиток). 10. Свобода як незалежність у вчинках і діях. 11. Щасливе сімейне життя. 12. Творчість (можливість творчої діяльності).

За результатами вивчення особливостей прояву внутрішньоособистіх конфліктів було визначено, що найбільше студенти віддають перевагу таким цінностям: «Кохання», «Наявність хороших і вірних друзів хороших і вірних друзів», «Впевненість в собі», «Здоров'я», «Щасливе сімейне життя», «Матеріальне забезпечення», таким чином для більшості із них ці цінності є найбільш значимими, але не досягнутими. Таким чином можна констатувати, що найбільш цінним у житті студентів є любов і сім'я. Значення їх досить високі, що сягають зони внутрішньоособистісного конфлікту, для якого є характерним перевищення цінностей над можливостями і на даний період можливістю це реалізувати.

Стан «внутрішній вакуум», характеризується зниженням мотивації і відчуттям явної надмірності, в більшості випадків представлено в таких цінностях: «Активна діяльність», «Краса природи і мистецтво», «Пізнання», «Творчість». Найменша

неузгодженість в структурі цінностей «Наявність вірних друзів», «Цікава робота», «Впевненість в собі», «Свобода як незалежність у вчинках і діях».

В цілому можна зробити висновок про те, що протиріччя між значимістю цінності і її досягненням показує, що найбільш актуальні протиріччя можна згрупувати у двох напрямках розвитку особистості:

- становлення особистості студента як професіонала;
- становлення студента як суб'єкта власного життя.

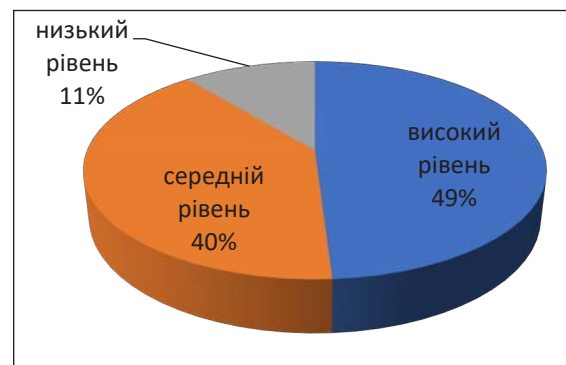


Рис. 2. Рівні сформованості ціннісних протиріч у студентів-психологів

Діаграма, що показана на рис.2 свідчить про те, що 49 % студентів мають низький рівень інтеграції в мотиваційно-особистісній сфері і цілком задоволені своїми потребами, бажаннями і прагненнями. 40 % студентів мають середній рівень сформованості протиріч, а це означає, що не всі їх потреби і бажання реалізуються. Є частка студентів (11%), у кого бажання і потреби в значній мірі перевищують власні можливості, а отже виникають значні протиріччя, це означає, що у студентів наявний високий рівень дезінтеграції у особистісно-мотиваційній сфері. Отже, методика

О. Фанталової «Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» (модифікація І. Субашкевич) [4, с. 77-86] дає можливість дослідити прояви внутрішньоособистісних конфліктів за критеріями: бажане і доступне або важливе і реальне.

В процесі обробки даних оцінювалась розбіжність між «Цінністю» і «Доступністю» відповідно до кожної із категорій, якщо розбіжність була менше ніж 4 бали, то вона не враховувалась як розбіжність.

Таблиця 1

**Співвідношення понять,
що визначають загальнолюдські цінності
у студентів-психологів**

№ цін-ті	Поняття, які впливають на формування внутрішньоособистісного конфлікту	%
1.	Активне, діяльне життя.	2,2
2.	Здоров'я (фізичне і психічне).	15
3.	Цікава робота.	6,2
4.	Краса природи і мистецтво (переживання прекрасного).	1
5.	Любов (фізична і духовна близькість з коханою людиною).	20,2
6.	Матеріальне забезпечення життя (відсутність матеріальної скрути).	11,4
7.	Наявність хороших і вірних друзів.	3,5
8.	Упевненість у собі (свобода від внутрішніх суперечностей, сумнівів).	7,8
9.	Пізнання (можливість розширення своєї освіти і світогляду, загальної культури, інтелектуальний розвиток).	2,5
10.	Свобода як незалежність у вчинках і діях.	8,3
11.	Щасливе сімейне життя.	20,9
12.	Творчість (можливість творчої діяльності).	1

Отже, можна зробити висновок, що у студентському віці спостерігаються певні тенденції щодо вибору цінностей. Ядро, яке формує мотиваційно-ціннісні орієнтації є для більшості загальними: щасливе сімейне життя, кохання, здоров'я, матеріальне забезпечення. Велике значення для студентського віку є свобода як незалежність у вчинках і діях, упевненість у собі, майбутня цікава робота, друзі. Цінності, які носять характер особистісного зростання відходять на другий план: пізнання, активне діяльне життя, краса природи і мистецтво. У процесі дослідження було зроблено висновок про те, що найбільш життєво цінне і є найменш доступним, це є для більшості студентів передумовою у переживанні внутрішньо осо-

бистісного конфлікту. Його феномен пояснюється як «розрив» між доступним, реальним і бажаним. «Розрив» – це є розбіжність у задоволенні потреб значущих цінностей і можливістю це досягнути у реальному житті. Ступінь розбіжності як величина зазначає нам про певну глибину внутрішньо-особистісного конфлікту типу «хочу» – «маю» і «хочу» – «можу».

Зазначені вище цінності формують зміст мотиваційного конфлікту у студентів і впливають на формування їх як майбутніх фахівців.

Інша методика О.Фанталової шкала «Вільного вибору цінностей», охоплює різні сторони життя людини. Їх було розглянуто за загальними ознаками: «Ставлення до життя», «Індивідуально-особистісні якості», «Матеріальні цінності і життєві блага», «Результативність діяльності», «Прояви інтересів». Студенти обирали за ознакою значущості і необхідності у житті. Також було запропоновано на бланку дописати ті цінності, яких не має у переліку, але, які є значущими для них. Після того обрані цінності необхідно було оцінити за 10-бальною шкалою відповідно до критеріїв «Цінність» (Ц) і «Доступність» (Д).

Результати досліджень свідчать про те, що більшість студентів (35%) зазначили цінність «Щирість», «Прямота, Відвертість» (33%), значна частина (22%) віддала перевагу «Чесність» і «Цілеспрямованість (21%)». Для 15% студентів з вибірки важливим є «Кохання», «Гроші», 7% – «Спілкування», «Моральна підтримка», «Почуття гумору». Також студенти обирали «Оптимізм», «Наявність сім'ї», «Відпочинок». Ці цінності є значимими для студентів в особистісно-мотиваційній сфері і певній мірі впливають на формування ядра особистості, його поведінку і діяльність. Деякі цінності студенти особисто дописували у бланку. Це дає можливість зробити висновки про те, що кожен із них формує власне ціннісне ядро, до складу якого ввійшли як загальноприйнятні цінності так і власні значущі.

«Шкала оцінки дискомфорту» методики «Рівень співвідношення «Цінності» й «Доступності» в різноманітних життєвих сферах» дає додаткову інформацію щодо визначення рівня розходження між «Цінностями» і «Доступністю» в мотиваційно-особистісній сфері особистості і визначає переживання нею ступеню дискомфорту. Методика включає в себе 7 тверджень, за допомогою яких можна визначити: відсутність почуття внутрішнього дискомфорту, слабо виражений дискомфорт, виражений дискомфорт. Результати дослідження показані на діаграмі на рис 3.

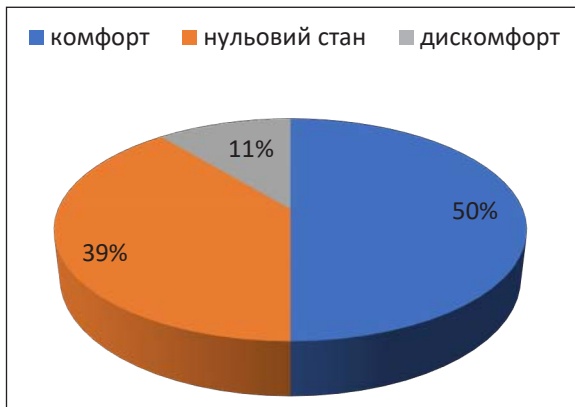


Рис. 3. Рівні прояву внутрішнього стану студентів

Отже, результати дослідження свідчать про те, що основна частина студентів (50%) знаходиться в зоні комфорту, 11% студентів відчувають виражений дискомфорт. При аналізі динаміки внутрішньоособистісних конфліктів у студентів з'ясована різниця у їх змісті, які обумовлені етапом навчання. Найбільший пік переживання студентами протиріч загальнолюдських цінностей приходиться на перший (12 %) і четвертий (10 %) курси навчання.

Загострення, яке відчувають студенти у ці періоди призводять до зростання дезінтеграції в ціннісно-змістовій сфері, високі показники якої свідчать про незадоволення реальною ситуацією, переживання дискомфорту, блокування основних потреб. Результати свідчать про те, що дані етапи навчання є критичними періодами розвитку особистості студента з погляду професійного становлення майбутнього фахівця.

Емоційна сфера прояву внутрішньоособистісних конфліктів досліджувалась за допомогою методики «Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності (Тест Спілбергера-Ханіна) (адаптований Ю. Ханіним) [3, с. 16-18].

Аналізуючи особливості емоційних проявів різних типів внутрішньоособистісних конфліктів було визначено оптимальний рівень протиріч, при якому створюється динамічна основа активності особистості, яка спрямована на їх подолання. Також важливим було визначення рівня протиріч, на якому неузгодженість стає фактором або причиною дезадаптації, формуючи внутріш-

ньоособистісний конфлікт. Шкала реактивної і особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна є методикою, яка дозволяє диференційовано визначити тривожність і як властивість особистості, і як стан.

Проведене дослідження дало можливість зробити такі **висновки**: середньоарифметичний показник високого рівня реактивної тривожності спостерігається у 36% і особистісної тривожності – у 34% майбутніх фахівців. Високий рівень реактивної (50%) і особистісної тривожності (46%) визначено у студентів першого курсу, особливо в період адаптації, також у цих студентів спостерігається тенденція до заниженої самооцінки (24%) [2, 155].

В процесі дослідження відмічено, що високий рівень реактивної (35%) і особистісної тривожності (33%) спостерігається у студентів четвертого курсу, які готуються до професійної діяльності. Високий показник для четвертого курсу пояснюється тим, що «недостатній життєвий досвід і невпевненість у собі роблять студентів заручниками внутрішньоособистісних конфліктів, де зовнішній світ накладає стереотипи поведінки і уявлень про професію. А власне уявлення про вірний професійний вибір – тривогою і страхом перед майбутнім» [2, с. 155]. Психологи і науковці пояснюють цей феномен кризою останнього року навчання і вважають, що це є нормою для більшості випускників.

Отже, узагальнюючи дані досліджень можна зробити висновок про наявність взаємозв'язку між мотиваційними цінностями і емоційною сферою особистості. Це підтверджує зроблене припущення про те, що студенти відчувають неузгодженість між «Я-реальним» і «Я-ідеальним», що проявляється у визначенні життєвих цінностей та потреб. Перспективними напрямками подальших досліджень є поглиблене вивчення професійної спрямованості особистості та формування мотиваційного аспекту під час переживання внутрішньоособистісних конфліктів у студентів-психологів. Подальші дослідження передбачають розробку тренінгових занять, діагностичних і корекційних програм для формування безконфліктної та гармонійної особистості майбутніх практичних психологів.

Список літератури:

1. Мириманова М.С. Конфликтология: Учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2004. 320 с.
2. Мельничук С.Л., Мотозюк Л.М. Вплив внутрішньоособистісних конфліктів на професійне становлення студента. Науковий журнал «Габітус» Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій. Видавничий дім «Гельветика», 2021. Випуск 23. С. 150-156.

3. Сборник психологических тестов. Часть I: Пособие /Сост. Е.Е.Миронова. Мн.: Женский институт ЭНВИЛА, 2005. 155 с.

4. Субашкевич І. Модифікація методики О. Фанталової «Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах». Педагогіка і психологія професійної освіти. 2015. № 4-5. С. 77-86.

Melnychuk S.L. RESEARCH OF PSYCHOLOGICAL FEATURES OF COURSE OF THE STUDENTS' INTERNAL PERSONAL CONFLICTS DURING STUDY

The article presents the empirical analysis of the psychological features of the course of internal personal conflicts, as well as identifies certain contradictions that students experience during their studies. Emphasis is placed on the fact that a significant number of students are in a state of increased stress, anxiety, experiencing internal personal contradictions, which affects the overall process of successful educational activity.

The following methods have been used in the research: "Identification of Internal Personal Conflict" (M. Mirimanov), "The Level of Correlation of Value and Accessibility in Different Spheres of Life", and "Free Choice of Values" (O. Fantalova).

According to the results of the study of the features of the manifestation of internal personal conflicts, values have been identified that are significant but not achieved, and therefore a significant number of students experience this type of conflict. In the course of the research it has been concluded that all contradictions in their significance and value can be grouped in two directions of personality development: formation of a student's personality as a professional and formation of a student as a subject of one's own life.

It has been determined that the content of motivational conflict of students affects the formation of them as future professionals. The level of students' discomfort in the motivational and personal sphere has been analyzed.

The emotional sphere of manifestation of internal personal conflicts has been studied with the help of the method "Assessment of the Level of Situational (Reactive) Anxiety" (Spielberger-Khanin test) (adapted by Yu. Khanin). In the process of the study we concluded that students experience exacerbations at different stages of learning, leading to increased disintegration in the value-content, motivational and emotional spheres, high rates of which indicate dissatisfaction with the real situation, feeling of discomfort, blocking of basic needs.

Key words: *internal personal conflict, value-content sphere, motivational-personal sphere, emotional sphere, value, accessibility, comfort, discomfort, anxiety.*