

ЦІНІСНО-СМИСЛОВИЙ ДИСОНАНС ЯК ФАКТОР ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНОГО КОНФЛІКТУ

Поняття конфлікт у повсякденному вживанні найчастіше використовується по відношенню до зовнішніх об'єктів (або суб'єктів) та характеру їх взаємин. Під людськими конфліктами мають на увазі конфлікти стосунків, інтересів, позицій, поглядів суб'єктів взаємодії, переносячи тим самим предмет конфліктології переважно до сфери спілкування та взаємодії опонентів¹. Міжособистісні конфлікти класифікують за безпосередніми причинами виникнення; за тривалістю перебігу; за джерелом виникнення і т.п.

Разом із цим людське життя не обмежується соціальною взаємодією, а гармонія внутрішнього світу людини є не менш важливою, ніж стосунки з оточуючими. Вивченню внутрішньоособистісних конфліктів присвячено праці З.Фрейда, К.Юнга, К.Адлера, К.Хорні, К.Левіна та ін. Внутрішньоособистісний конфлікт являє собою протиріччя між компонентами структури особистості. Формування цих протиріччя може відбутися одночасно, а може бути пролонгованим у часі.

Прикладом одночасно виникаючих протиріччя є потяг маленької дитини до іграшки, яку брати заборонено. Прагнення здобути бажане тут вступає у протиріччя з острахом покарання. У такій ситуації дитина вагається, реагує спочатку емоційно, а потім інтелектуально – робить свій вибір.

Для дорослого подібною є ситуація купівлі бажаної речі у кредит, який буде важко виплатити. Дорослий також спочатку хвилюється, вагається, а потім приймає рішення, чим знімає внутрішньоособистісний конфлікт. Звичайно, емоційне напруження зникає не одразу – подумки людина може не раз повертатися до обраних аргументів, щоб упевнитися в їх правильності. Таким

¹ Психология. Словарь / Под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Политиздат, 1990. - 494 с.

чином, внутрішньоособистісний конфлікт розв'язується в результаті напруженої емоційної та інтелектуальної діяльності особистості.

Набагато складнішим є розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів, пролонгованих у часі. Наприклад, коли людина хотіла вибачитися перед батьками, яких вже немає в живих. За цих обставин емоційною реакцією на протиріччя між бажаним і можливим нерідко стає розпач і почуття провини. Подібні випадки може призвести до алкоголізму, наркоманії та інших видів залежності, що допомагають забути про травмуючі спогади. Неефективність цих псевдоамортизаторів очевидна для тих, хто споглядає ситуацію не зсередини, а збоку, виходячі за її межі.

Для розв'язання пролонгованих внутрішньоособистісних конфліктів у психотерапевтичній практиці, як правило, використовують ретроспективні методики. За допомогою психотерапевта чи психолога клієнт здійснює ретроспекцію – уявне повернення в події минулого, у час зародження внутрішньоособистісних конфліктів з метою більш усвідомленого перегляду причин виникнення і трансформації емоційних реакцій.

Окрему специфіку являють собою внутрішньоособистісні конфлікти, пов'язані з ціннісно-сисловою сферою людини.

Метою даної статті є розкриття психологічних особливостей ціннісно-сислового дисонансу як фактору внутрішньоособистісного конфлікту.

Внутрішньоособистісні конфлікти, пов'язані з ціннісно-сисловою сферою, є найбільш складними утвореннями, а втручання у ціннісно-сислову сферу особистості викликає найбільший опір, оскільки людина відстоює те, що для неї є найціннішим. Ідеали, цінності та смисли являють собою орієнтири на шляху особистісного зростання. Під ідеалами (idea - уявлення) розуміють уявлення людини про досконале в особистості, у внутрішньому та зовнішньому світі. Ціннісні орієнтації являють собою "елементи структури особистості, що закріплені життєвим досвідом і переживаннями і які відокремлюють важливе,

істотне для даної людини від несуттєвого" [440, с. 464]². У свою чергу, смисли розглядаються як логічно представлені підстави дій, міркувань особистості.

Найпершими в структурі особистості формуються ідеали, якими, в більшості випадків, виступають батьки. Ідеалізація батьків у сприйнятті дітей, сприяє прискореному розвитку останніх, завдяки психологічному механізму ідентифікації, наслідування дітьми дорослих. Цей механізм діє як у біологічній природі, так і в соціумі. Маленькі тварини, птахи або риби, слідує інстинктам, копіюють поведінку своїх батьків. Але з часом, навчившись виживанню, нащадки не впізнають батьків, а іноді – ворогують. У людському соціальному середовищі на перших етапах життя дитиною керують ці ж самі психологічні механізми ідентифікації та наслідування. У підлітковому віці ідеалізація батьків поступається критичному осмисленню їх вад і переваг, відбуваються спроби підлітків вийти за межі сім'ї. З часом, від особистісних ідеалів людина переходить до ідеалів трансцендентних, таких як добро, істина тощо.

Перші цінності в житті людини пов'язані з нею самою, з потребами тіла (безпека, здоров'я, комфорт тощо). Цінними для дитини є також спрямовані на неї позитивні емоції, любов, піклування. Природний егоцентризм є умовою її виживання, а найефективнішою зброєю в "дорослому світі" для неї є беззахисність, безпосередність, щирість. Навіть дикі тварини безпорадні перед посмішкою Мауглі.

Смисли являють собою більш пізні новоутворення в структурі особистості. Усвідомлення особистісних смислів вимагає інтелектуальної та моральної саморефлексії, яка не під силу малій дитині. Перші смисли формуються у більшості під впливом казок, сімейних настанов. Надалі ж підліток піддає сумніву засвоєне та прагне до створення власних смислових орієнтирів.

² Философский энциклопедический словарь / Гл. редакция: А. Ф. Ильичев, П. Н. Федосеев, С. М. Ковалев, В. Г. Панов - М.: Сов. Энци., 1983. - 840 с.

Як вказувалося раніше, проблеми, пов'язані з ідеалами, цінностями та смислами є найбільш складними. Чимало сучасних вчених звертають увагу на певну безпорадність психіатричної практики перед вічними проблемами життя й смерті, сенсу існування, нарешті, людського щастя. Як зазначає професор філософії державного університету у Сан Франциску Джекоб Нідлмен “Психоаналітик, харизматичний у минулому, замкнувся всередині рутинної медичної роботи і сам перетворився в об’єкт усе більшого публічного цинізму. Біхевіорист, який колись вражав світ, визначаючи людину як згусток керованих реакцій, нині обмежився простим філософствуванням і практикою часткової психологічної косметики. У полі психофізіології, яке розширюється, ми чуємо оклики про “прорив” у таємниці загадкової структури мозку, що викликає благоговіння, однак у цих окликах немає справжньої впевненості. Що ж стосується експериментальної психології, то вона просто онімела, і маса накопичених за цілі десятиріччя дослідницьких даних, отриманих при нагляді за тваринами, не має ніякого зв’язку (здається цей зв’язок ніколи і не буде встановлений) із стражданнями, страхами й розчаруваннями повсякденного життя людини” [351, с. 21]³. Вихід із цього критичного становища вчений бачить у поєднанні, синтезі психологічних і духовних практик.

Безперечно, проблематика духовного розвитку особистості має свою специфіку й потребує свого, специфічного підходу. Сутність духовно орієнтованого підходу полягає перш за все, в тому, що в процесі психологічної допомоги психолог приділяє першочергову увагу пошуку шляхів і можливостей прояву Духа в природі особистості через розвиток свідомості й самосвідомості, визначення ідеалів, ціннісних орієнтацій та смислів, які для людини є життєво важливими.

Реалізуючи духовно орієнтований підхід у психологічній практиці, психолог спирається на такі основні принципи:

³ Психотерапия и духовные практики: Подход Запада и Востока к лечебному процессу. / Составитель В. Хохлов; пер. с англ. Н. В. фон Бока. – Мн.: «Вида – Н», 1998. – 320 с.

Принцип вищої доцільності. Відповідно до нього, всі події у житті клієнта мають сенс і цінність. У подіях та ситуаціях, в яких опиняється клієнт, віднаходиться певна сторона, яка дозволяє аналізувати їх з точки зору потребності для розвитку особистості. Минуле, сьогоденне та майбутнє постають в одній площині. Будь-який досвід розглядається як надбання людини, що допомагає в майбутньому уникати подібних життєвих помилок.

Принцип цілісності. Згідно з цим принципом, життя особистості розглядається як цілісний мистецький твір, в якому розподіл на важливе й другорядне є умовним. Дотримання цього принципу в процесі психологічної роботи дозволяє вбачати в кожній “дрібниці” частину великого та значного, не принижувати ролі вражень, переживань, станів, світоглядних переконань, а розглядати їх із позицій єдності людини й світу.

Принцип свідомої взаємодії. Робота з клієнтом будується на основі усвідомленого ставлення до проблеми та спільного пошуку шляхів її розв’язання. Цей принцип означає надзвичайно важливу роль самоусвідомлення клієнтом мети психологічної роботи, її основних етапів та завдань. За таких умов між клієнтом і психологом зростає довіра, вони природним чином стають партнерами у спільній справі – розв’язанні психологічної проблеми.

Принцип розвитку свідомості. Згідно з цим принципом, розв’язання психологічної проблеми здійснюється в контексті підвищення рівня свідомості клієнта. Цей принцип означає, що крім тактичної мети роботи – розв’язання актуальної на сьогодні день проблеми – психолог має орієнтуватися на стратегічну мету своєї діяльності, яка пов’язана з допомогою у розвитку свідомості клієнта. Визначаючи в процесі діагностики наявний рівень свідомості, психолог використовує його як базовий для досягнення наступного рівня.

Принцип свободи волевиявлення клієнта. Робота з клієнтом не повинна перешкоджати його самостійності. Дотримання цього принципу забезпечує право клієнта на самостійний пошук шляхів розв’язання проблеми, запобігає

виникненню типової ситуації, коли психолог свідомо чи несвідомо намагається “прив’язати” до себе, зробити залежним. Цей принцип узгоджується з ідеями Віктора Франкла відносно того, що клієнт здатний “обирати цінності, смисли, ідеали, далекі й близькі цілі, нарешті, поведінку, яка б узгоджувалась із духовними смислами” [132, с. 179]⁴.

Принцип детермінованості зовнішнього та внутрішнього.

Використання цього принципу дозволяє розглядати особистісну проблему як маршрутну схему на шляху розвитку особистості клієнта, а ставлення до проблеми - як показник рівня свідомості. Цей принцип підкреслює зв’язок між особистістю клієнта та подіями, що мають місце в його житті. Життєві складнощі розглядаються з позиції тієї користі, яку може мати для клієнта процес їх подолання. В свою чергу, ставлення до проблеми визначає характеристики свідомості клієнта та дозволяє накреслювати зону її найближчого розвитку.

Звісно, застосування цих принципів на практиці вимагає високого рівня професійної підготовки психолога, однак ті проблеми, які пов’язані з цінностями та смислами, є найскладнішими проблемами людського існування. Їх розв’язання не допускає некомпетентного втручання. Як зазначає Джекоб Нідлмен ...”тисячі чоловіків і жінок в усій Америці не знають, яка допомога їм потрібна – психологічна чи духовна. Лінія, що відокремлювала психотерапевта від духовного вчителя, стала непомітною” [132, с. 25]. Отже, духовно орієнтований підхід має широку сферу застосування і може складати основу психотерапевтичної практики. Результатом його впровадження є комплексні перетворення у структурі особистості клієнта. “Духовні впливи зцілюють (часом і тоді, коли зазнає невдачі традиційна психотерапія), бо вони

⁴ Гуманістична психологія: Антологія: В 3-х т. Т.2: Психологія і духовність: (Світоглядні аспекти гуманістично зорієнтованих напрямів у сучасній західній психології) / Упоряд.: Г. Балл, Р. Трач. – К.: Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ. - 2005. – 279 с.

розв'язують психічні й емоційні вузли, які заважають життєвій силі робити свою справу” – вважає професор психології Дейвід Елкінз [132, с. 125].

Наведемо приклад внутрішньоособистісного конфлікту, який був наслідком ціннісно-сислового дисонансу – невідповідності між цінностями, ідеалами та смислами, засвоєними в дитинстві і тими, яких людина дотримується у дорослому свідомому житті.

Євген – студент 1 курсу. З дитинства має хвороби опорно-рухової системи. Запит батьків: “Наш син не хоче вчитися, не ночує вдома, записує музику, яка всім (!) видається бездарною”.

Із розмови з Євгеном: “Мені важко зрозуміти себе, свою непослідовність... Здається, що в мені є декілька суперечливих “я”. Одне з них прагне свободи, незалежності, друге – творчості. Разом з цим не хочу засмучувати батьків, які нерідко чекають на мене вночі”...

Аналіз змісту ціннісно-сислової сфери Євгена показав, що провідні мотиви його поведінки значною мірою пов'язані з улюбленою казкою дитинства – “Бременські музики”. Потяг до свободи, незалежності, схильність до музичної творчості є провідними рисами її позитивних героїв. Герої для дитини – це приклади для наслідування. Але на відміну від Трубадура у Євгена були батьки, які намагалися (нехай і по-своєму) піклуватися про нього.

Подальша психологічна робота з юнаком полягала в розкритті перед ним закономірностей формування й розвитку ціннісно-сислової сфери особистості, спільному усвідомленні значення ситуації, що виникла, в узгодженні існуючих протиріч у внутрішньому світі. Паралельно з цим у бесідах з батьками ми обговорювали особистісні потреби молодого людини, такі, як свобода, можливість самореалізації та роль батьків на різних етапах розвитку дитини. Усвідомлення цінностей і смислів, засвоєних у дитинстві, допомогло нейтралізувати ціннісно-сисловий дисонанс, а отже – звільнило частину емоційної енергії для творчості та самовдосконалення.

З приводу ціннісної орієнтації дітей батьки, на жаль, звертаються до психолога тоді, коли засвоєні у минулому цінності негативно проявляються у поведінці дитини. Наведемо ще один приклад.

Анюті 12 років. Прекрасно малює, вчиться у художній школі. Мама тривалий час не зважувалася звернутися до психолога – думала проблема зникне “сама”. Потім обставини змусили...

Анюта прийшла на зустріч залякана, як злодій на місці крадіжки. Разом малювали, потім грали, аналізували малюнки з альбому. Надзвичайний талант! Після встановлення довірливих стосунків зробили методику “Координати життя” [моно]. У лівому нижньому секторі серед вчинків, яких краще б не було – дві крадіжки.

У ході спілкування робимо акцент на різницю між “Я” минулим і “Я” теперішнім, ділимося досвідом “поганих справ” та за допомогою методики “Позитивна самооцінка” розглядаємо їх без осуду, як помилки, що дозволили отримати досвід. Говоримо про те, що у внутрішньому світі все повинно бути красивим, гармонійним, впорядкованим – ця мотивація є зрозумілою для естетичного світосприйняття дівчини. Все, що мучить, не дає спокійно спати - слід осмислити й відпустити.

Анюта розповідає про вкрадений в однокласниці плеєр, який намагалася продати. Ділиться тим, як взяла у знайомої ключі від квартири і т.д. Надзвичайно важко про це розповідати, але вона старається.

Для чого Анюта це робила, коли батьки живуть досить заможного – вона не може сказати. Клептоманія? Хвороба, а не психологічна проблема? Такий висновок спрямував би дівчину до лікаря.

У ціннісній орієнтації, визначеній за допомогою методики “Здійснення бажань” [Моно] яскраво проявляються сімейні цінності. Крок за кроком поринаємо у сімейні спогади, розглядаємо фото. Коли дівчині було 3-4 роки батьки часто сварилися, майже під час кожної сварки лунали звинувачення в нестачі грошей. У глибинах дитячої пам’яті фрази: “потрібні гроші та хіба їх чесно заробиш?”, “треба платити за .., а грошей немає”.

Усвідомлена турбота про сім'ю та підсвідома потреба в грошах для сім'ї дивно поєдналися в особистості дівчини через схильність до крадіжок. Знову й знову розглядаємо цей механізм – малюємо, проговорюємо. Домовляємося, що при будь-якому бажанні взяти щось чуже, Анюта просто зателефонує. Пройшли роки. Батьки Анюти іноді телефонують і вітають зі святами. Турботлива дитина – скарб для батьків, але форми турботи бувають різними.

Приклади використання духовно орієнтованого підходу можна було б продовжувати, але, підсумовуючи, слід зазначити, що цей підхід не повинен розглядатися як радикально відокремлений від традиційних психологічних напрацювань. Швидше, він являє собою те доповнення, необхідність якого зумовлена потребами в усвідомленні людиною власних смислів та цінностей.

Узагальнення викладеного дає можливість зробити висновок про те, що ціннісно-смісловий дисонанс може виступати як суттєва причина виникнення внутрішньоособистісних конфліктів.

Подальші наукові пошуки можуть бути спрямовані на розкриття психологічної природи ціннісно-сміслового дисонансу та розробку ефективного психокорекційного інструментарію для знешкодження внутрішньоособистісних конфліктів.

Література

1. Алексеева В. Г. Место ценностных ориентаций в построении типологии личности // Социологические исследования. – 1980. - №1. - С.34-43.
2. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. – К.: Четверта хвиля, 2004. – 256 с.
3. Гуманістична психологія: Антологія: В 3-х т. Т.2: Психологія і духовність: (Світоглядні аспекти гуманістично зорієнтованих напрямів у сучасній західній психології) / Упоряд.: Г. Балл, Р. Трач. – К.: Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ. - 2005. – 279 с.
4. Максименко С. Д. Теорія і практика психолого-педагогічного дослідження. - К.: НИИП, 1990. – 240 с.

5. Помиткін Е.О. Психологія духовного розвитку особистості. - Монографія. - К.: Наш час. - 2006. - 280 с.
6. Психология. Словарь / Под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Политиздат, 1990. - 494 с.
7. Психотерапия и духовные практики: Подход Запада и Востока к лечебному процессу. / Составитель В. Хохлов; пер. с англ. Н. В. фон Бока. – Мн.: «Вида – Н», 1998. – 320 с.
8. Рибалка В. В. Психологія розвитку творчої особистості: Навч. посібник. - К., ІЗМН, 1996. - 236 с.
9. Бандурка А.М., Друзь В.А. Конфликтология. – Харьков, 1997. – 230 с.
10. Философский энциклопедический словарь / Гл. редакция: А. Ф. Ильичев, П. Н. Федосеев, С. М. Ковалев, В. Г. Панов - М.: Сов. Энци., 1983. - 840 с.

ЦІННІСНО-СМИСЛОВИЙ ДИСОНАНС

ЯК ФАКТОР ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНОГО КОНФЛІКТУ

Розглянуто специфіку внутрішньоособистісних конфліктів, пов'язаних з ціннісно-сміисловою сферою особистості. Розкрито психологічні особливості виникнення та прояву ціннісно-сміислового дисонансу як фактору внутрішньоособистісного конфлікту. Наведено принципи духовно орієнтованого підходу та приклади його реалізації у психологічній практиці.

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ ДИССОНАНС

КАК ФАКТОР ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО КОНФЛИКТА

Рассмотрена специфика внутриличностных конфликтов, связанных с ценностно-смысловой сферой личности. Раскрыты психологические особенности возникновения и проявления ценностно-смыслового диссонанса как фактора внутриличностного конфликта. Приведены принципы духовно ориентированного подхода и примеры его реализации в психологической практике.

VALUABLE And SEMANTIC DISCORD
AS the FACTOR INSIDE the PERSONAL CONFLICT

Specificity inside the personal conflicts connected to valuable and semantic sphere of the person is considered. Psychological features of occurrence and display of a valuable and semantic discord as factor inside the personal conflict are opened. Principles of spiritually focused approach and examples of its realization in psychological practice are given.

	Помиткін Едуард Олександрович
	канд. психол. н.
	ст. наук. співр.
	Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України, докторант
	Україна 04060, м.Київ, вул. М.Берлінського – 9
	р.440-63-88 (дод. 125) д.592-55-65, моб.8097-684-92-91
	E-mail: ippoo@mail.kar.net

	Тільки публікація матеріалів
	Ціннісно-смісловий дисонанс як фактор внутрішньоособистісного конфлікту