

<https://doi.org/10.31108/2.2024.3.33.15>
УДК 316.6:377

Олег Фурс

ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНІ КОНФЛІКТИ ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ ТА ШЛЯХИ ЇХ ПОДОЛАННЯ

Фурс Олег. *Внутрішньоособистісні конфлікти здобувачів закладів професійної освіти та шляхи їх подолання.*

Вступ. Використання ефективних шляхів подолання внутрішньоособистісних конфліктів здобувачів професійної освіти в процесі їхньої практичної підготовки є важливою складовою розширення їхніх знань про почуттєву та емоційну сфери, формування навичок емоційної саморегуляції.

Мета: теоретичне обґрунтування особливостей внутрішньоособистісних конфліктів та шляхів їх подолання здобувачами закладів професійної освіти.

Методи. Використано теоретичні методи: аналіз, синтез, узагальнення наукової інформації, а також застосовано метод підбору у процесі розробки комплексу психодіагностичних методик для вивчення внутрішньоособистісних конфліктів серед здобувачів.

Результати. Розкрито сутність поняття «конфлікт». Проаналізовані наукові підходи до вивчення внутрішньоособистісних конфліктів, з'ясовані джерела виникнення внутрішньоособистісних конфліктів у здобувачів та їх наслідки, описано їх види. Встановлено, що основним типом внутрішніх конфліктів, властивих для здобувачів, є ціннісний конфлікт, який на рівні індивідуальної свідомості виражається у зіткненні між «Я-реальним» і «Я-ідеальним». Запропоновано комплекс психодіагностичних методів та методик з метою вивчення внутрішньоособистісних конфліктів серед здобувачів.

Висновки. Доведено, що для розв'язання і подолання внутрішньоособистісних конфліктів здобувачів доцільно використання психотерапії як одного з ключових елементів покращення їхнього морально-психологічного стану, вирішення кризових життєвих ситуацій та успішності.

Ключові слова: конфлікти, внутрішньоособистісні конфлікти, здобувачі, дослідження, проблема, методики, особливості.

Furs, Oleg. *Intrapersonal conflicts experienced by vocational school students and ways to resolve them.*

Introduction. The use of effective ways to resolve intrapersonal conflicts by vocational school students in the process of their vocational training is an important component of developing students' knowledge about sensory and emotional spheres and forming their emotional self-regulation skills.

Aim: theoretical substantiation of the features of intrapersonal conflicts and ways to resolve them by vocational school students.

Methods. Analysis, synthesis, generalization of scientific information, as well as the selection method to develop a set of psychodiagnostic tools.

Results. The essence of the concept of conflict was clarified. Scientific approaches to the study of intrapersonal conflicts were analyzed and the sources, consequences and types of intrapersonal conflicts experienced by vocational school students were described. It was established that the main type of intrapersonal conflicts was a value conflict, which at the level of individual consciousness was caused by a clash between the real self and ideal self. A complex of psychodiagnostic instruments and techniques was proposed for studying intrapersonal conflicts experienced by vocational school students.

Conclusions. In order to resolve intrapersonal conflicts experienced by vocational school students, it is advisable to use psychotherapy to improve students' moral and psychological condition and resolve their crisis situations and promote success.

Key words: conflicts, intrapersonal conflicts, students, research, problem, methods, features.

Вступ. У сучасних умовах російсько-української війни однією з актуальних проблем постає проблема конфліктів, оскільки кожна людина щоденно зіштовхується з подібними ситуаціями. Часто такі конфлікти та стреси призводять до появи посттравматичних стресових розладів та інших негативних наслідків для здоров'я людини.

Крім міжособистісних конфліктів, необхідно зважати на існування внутрішньоособистісних конфліктів, з якими ми зіштовхуємося у нашій повсякденній діяльності.

Важливу роль зазначена проблема має і для здобувачів закладів професійної освіти, оскільки в основі внутрішньоособистісного конфлікту лежать негативні психологічні стани особистості, такі як внутрішні переживання, образи, розчарування тощо. Це потребує якісної підготовки здобувачів в процесі їхнього навчання у закладах професійної та професійно-технічної освіти.

Однією зі складових супроводження освітнього процесу є попередження та подолання внутрішніх конфліктів.

Слід зазначити, що проблеми внутрішньоособистісних конфліктів, їх витоки та шляхи подолання досліджувало чимало вітчизняних та зарубіжних вчених. З-поміж сучасних вітчизняних досліджень виділяються роботи, які надають розуміння щодо проблеми внутрішньоособистісних конфліктів, окреслюють окремі підходи до розробки єдиної методології, способи їх подолання, і в яких внутрішньоособистісний конфлікт розглядається як боротьба різноспрямованих особистісних тенденцій, яка супроводжується емоційною напругою або переживаннями (Ложкін & Пов'якель, 2007; Пірен, 2007 та ін.).

Дослідженню внутрішньоособистісних конфліктів як фактора соціалізації, соціальної адаптації, динаміки у період навчання присвячені роботи Т. Ю. Гушиної (2008), Г. М. Дубчак (2000), Т. М. Маланьїної (2016) та ін.

Водночас проблема внутрішньоособистісних конфліктів активно досліджувалася і серед закордонних психологів (Adler, 2011; Dollard et al., 1939; Freud, 2002; Horney, 2003; Масе, 2014 та ін.), де розглядається зв'язок внутрішньоособистісних конфліктів з несвідомим і його роль у формуванні неврозів, роль соціальних чинників у розвитку конфліктів, особливості поведінки в них, механізми впливу на внутрішньоособистісні конфлікти.

Однак проблема внутрішньоособистісних конфліктів здобувачів закладів професійної освіти досліджена ще недостатньо. Пошук найбільш ефективних шляхів подолання внутрішньоособистісних конфліктів здобувачів професійної освіти в процесі їхньої практичної підготовки актуалізує необхідність звернення до встановлення взаємозв'язку між видами внутрішньоособистісних конфліктів та механізмами психологічного захисту, визначення дезадаптаційних чинників, які зумовлюють появу внутрішньоособистісних конфліктів.

Виходячи з актуальності та недостатнього вивчення проблеми, нами визначено **мету дослідження:** теоретичне обґрунтування особливостей внутрішньоособистісних конфліктів та шляхів їх подолання здобувачами закладів професійної освіти.

Завдання дослідження:

1. Визначити рівень дослідженості та наукові підходи до проблеми внутрішньоособистісних конфліктів.
2. Дослідити особливості внутрішньоособистісних конфліктів, які характерні для здобувачів закладів професійної освіти під час їхньої адаптації і освітнього процесу, та визначити шляхи їх подолання.

Методи та організація дослідження. Використано теоретичні методи: аналіз, синтез, узагальнення наукової інформації, а також застосовано метод підбору у процесі розробки комплексу психодіагностичних методик для вивчення внутрішньоособистісних конфліктів серед здобувачів.

Результати дослідження та їх обговорення. Високий рівень загроз національній безпеці України в зв'язку з повномасштабним вторгненням РФ та трагічні події, пов'язані з ним, суттєво ускладнюють умови роботи освітян та навчання здобувачів освіти й висувають

додаткові вимоги до розвитку їхньої фахової та професійної компетентності. Це вагомі причини, які зумовлюють суттєвий інтерес до проблеми внутрішньоособистісних конфліктів здобувачів освіти. Водночас можливі позитивні наслідки внутрішньоособистісних конфліктів полягають у тому, що вони є важливим способом розвитку особистості, оскільки відбувається становлення її характеру, волі і всього психічного життя.

Отже, вищезазначені чинники свідчать про особливу значущість, якої набувають дослідження та пошук шляхів подолання внутрішньоособистісних конфліктів здобувачів професійної освіти.

Зазначимо, що в психологічній літературі слово «конфлікт» (від лат. *conflictus*) у перекладі означає «зіткнення» (Боброва, 2014). «Конфлікт» – надзвичайно широкий термін, що використовується стосовно будь-якої ситуації, коли відбуваються антагоністичні події, стикаються протилежні мотиви, цілі, дії тощо. Конфлікт зазвичай асоціюється з агресією, загрозами, суперечками, ворожістю, напругою та іншими емоційно-негативними станами. Найчастіше під конфліктом розуміють процес різкого зіткнення, загострення протилежно спрямованих цілей, інтересів, позицій, думок або поглядів опонентів чи суб'єктів взаємодії (Маланьїна, 2016).

Варто вказати на те, що теоретичним підґрунтям дослідницького пошуку вивчення внутрішньоособистісного конфлікту слугувало вчення S. Freud (2002). Теорія психоаналізу започаткувала розуміння психологічної природи внутрішньоособистісних конфліктів, згідно з якою внутрішньоособистісний конфлікт розглядається як результат протиріччя між бажаннями «Воно» (Ід) та «Зверх-Я» (Супер-Его), сексуальними потягами і моральними обмеженнями, а також інстинктами смерті та руйнування (Wilmot & Hocker, 2010).

Слід підкреслити, що проблеми внутрішньоособистісних конфліктів тісно пов'язані з аналізом несвідомого та його впливом на свідомість, з наявністю суперечностей та боротьби між ними. Несвідоме проявляється в різних помилкових діях індивіда, обмовках, образах, забуванні імені тощо. Все це є результатом прихованих мотивів (Маланьїна, 2016).

Ідеї, що сформульовані S. Freud (2002), набули подальшого розвитку й інтерпретації в роботах його опонентів і послідовників, зокрема в представників глибинної психології A. Adler (2011), C.G. Jung (2003), K. Horney (2003), E. Fromm (2004) тощо.

Як джерело конфлікту, який приводить у дію захисні механізми особистості, A. Adler (2011) досліджує протиріччя між двома вродженими неусвідомленими тенденціями – почуттям неповноцінності й прагненням до переваги. Подоланню цього конфлікту сприяє компенсація – відшкодування недорозвинених або порушених функцій. Вчений виділяє чотири основних види компенсації – неповна, повна, гіперкомпенсація й уявна компенсація.

У свою чергу E. Fromm (2004) розглядав внутрішньоособистісні конфлікти з точки зору «екзистенціальної дихотомії». Вчений доходить висновку щодо наявності таких суперечностей, які містяться в самій сутності людини, а тому вони не можуть бути подоланими. На його думку, у кожній людини існує внутрішній конфлікт між прагненням жити в єднанні з природою і з самим собою, з одного боку, а з іншого боку – бажанням володіти матеріальними і духовними цінностями. Основою внутрішньоособистісного конфлікту дослідник брав до уваги деструктивність, детально аналізував її причини, форми та зміст (цит. Хомуленко & Балусок, 2015).

Отже, наявні підходи до трактування внутрішньоособистісних конфліктів констатують, що, не дивлячись на різноманітність вихідних установок, їх об'єднує з концепцією класичного психоаналізу розгляд конфлікту в контексті онтогенетичного розвитку людини. Представники як класичного психоаналізу, так і інших напрямів глибинної психології сходяться на думці про те, що джерела внутрішніх конфліктів зароджуються в перші роки життя людини.

Вагомим внеском у розуміння внутрішньоособистісного конфлікту були теорії когнітивної психології, відповідно до яких конфлікт виникає при зіткненні з новим досвідом, котрий не узгоджується з існуючими раніше уявленнями людини і є загрозливим цим уявленням. У своїй теорії Л. Фестінгер висунув припущення про те, що людина прагне

до підтримки узгодженості або консонансу між парами релевантних (тобто співвідносних по своєму об'єкту, що відносяться до одного і того ж питання) когніцій (цит. Гуменюк, 2015).

Проблема внутрішньоособистісного конфлікту активно представлена і серед вітчизняних учених (Герасімова, 2001; Кузікова, 2020; Маланьїна, 2016; Пов'якель, 2008) та ін. Зазначені вчені інтерпретують його у зв'язку з проблемами професійного становлення особистості.

Внутрішньоособистісний конфлікт трактується як ситуація, коли в поведінці індивіда зіштовхуються дві сильні, але протилежно спрямовані тенденції (Маланьїна, 2014), відображення співвідношення мотивів один з одним (Ложкін & Пов'якель, 2007).

Тим самим, можна констатувати, що стрижневим поняттям при розгляді проблеми внутрішньоособистісних конфліктів є поняття суперечності.

Трагічні події російсько-української війни, яку переживає наша країна, мають негативні наслідки для здобувачів, які часто невпевнені у своєму майбутньому, нерідко переживають негативні емоційні стани та внутрішньоособистісні конфлікти. Джерелом їх появи є не тільки війна і закономірні глибинні трансформації ціннісно-нормативних засад суспільства, яке постійно розвивається, а й специфічні труднощі «дорослішання» й освоєння професії, які обумовлені конкретним періодом життя молодих людей – студентством.

Як показують досвід і спостереження, для здобувачів у цьому віці характерні: гостре емоційне сприймання своїх особистих невдач і проблем, відсутність життєвого досвіду для найбільш оптимального їх оцінювання і розв'язання, що накладає певний відбиток на характер протікання внутрішньоособистісних конфліктів здобувачів.

Здобувачі закладів професійно-технічної освіти особливо гостро й болісно реагують на конфліктну соціальну обстановку. У таких ситуаціях молоді необхідна особлива педагогічна та психологічна підтримка.

На початкових етапах фахового навчання внутрішньоособистісний конфлікт аморфного чи невдалого професійного самовизначення може суттєво ускладнити адаптацію до навчального закладу професійно-технічної освіти. Майбутня професійна діяльність для більшості здобувачів є новою і незнайомою. Окрім того, перехід від навчання у школі до навчання у закладі професійної освіти супроводжується труднощами зміни умов життя та навчання. Здобувач повинен адаптуватися до нових для нього умов.

Необхідно зазначити, що адаптаційний період у здобувачів проходить по-різному. В основному це залежить від їхніх індивідуально-психологічних особливостей та рівня готовності до навчання у закладі професійно-технічної освіти. Труднощі адаптаційного періоду зазвичай пов'язані з втратою контактів зі шкільними друзями і позбавленням їхньої підтримки; невизначеністю мотивації вибору професії та недостатньою психологічною готовністю до опанування нею; несформованістю системи саморегуляції і самоконтролю за своєю діяльністю і поведінкою та відсутністю повсякденного контролю за ними з боку батьків і викладачів; пошуком оптимального режиму праці й відпочинку та налагодження побуту. Часом умови побуту і навчання не відповідають потребам здобувача, що може провокувати його психічну напругу, а це своєю чергою провокує незадоволеність від перебування та навчання у певному навчальному закладі. Період адаптації здобувача–першокурсника пов'язаний із руйнуванням раніше сформованих стереотипів, що може породжувати труднощі як у навчанні, так і в спілкуванні.

Зазвичай заклад професійно-технічної освіти пред'являє певні вимоги особливо до здобувачів–першокурсників. У разі перевищення вимог, що пред'являються до адаптаційних механізмів здобувачів, відбувається збільшення їхньої фрустраційної напруженості, що може призвести до неузгодженості в системі потреб. Особливо яскраво це стає очевидним в ситуації виникнення труднощів у навчанні чи в окремих моментах міжособистісного спілкування, коли фрустраційна напруженість зростає, внаслідок чого може блокуватися одна з провідних життєвих потреб. Така ситуація призводить до внутрішньоособистісного конфлікту. Це своєю чергою погіршує побудову цілісної

інтегрованої поведінки, сприяє підвищенню напруженості і збільшує ризик порушення психологічної адаптації. Вплив внутрішньоособистісного конфлікту на ефективність адаптаційного процесу двоякий: з одного боку, у здобувача за наявності конфлікту з'являється можливість усунення фізичних перешкод на шляху задоволення потреб, з іншого боку, посилення потреби в усуненні перешкод нерідко призводить до неузгодженості самих потреб. За таких обставин внутрішньоособистісний конфлікт розглядається як основна форма фруструючої ситуації.

Варто зауважити, що основним типом внутрішніх конфліктів, властивих молодим людям студентського віку, є ціннісний конфлікт, який на рівні індивідуальної свідомості виражається у зіткненні між «Я-реальним» і «Я-ідеальним» (Долинська & Матяш-Заяц, 2010). Такий конфлікт виникає внаслідок розузгодженості між різними аспектами «Я» особистості, наприклад розбіжностями між образами Я-реального і Я-ідеального у значущих для людини позиціях або між домаганнями та наявним результатом, або між уявленнями про себе і діями, які не відповідають цим уявленням (Мельниченко, 2010). Т.М. Маланьїна (2014) зазначає, що, за відносної слабкості діагностичного інструментарію внутрішньоособистісного конфлікту, заслуговує на увагу підхід до дослідження таких типів конфлікту, які спрямовані на вивчення проявів когнітивної, емоційної та поведінкової сфер особистості, що слугують індикаторами наявності того чи іншого типу конфлікту. Отже, вивчення показників внутрішньоособистісних конфліктів у зазначених сферах допомагає констатувати наявність такого конфлікту у здобувачів.

Зміст когнітивної сфери виражається зниженою самооцінкою, усвідомленням свого стану як психологічної безвиході, затримкою прийняття рішення, глибокими сумнівами в істинності принципів, якими раніше керувалися; *зміст емоційної сфери* виражається високим рівнем тривоги, частими й значними негативними переживаннями, негативним самоставленням; *зміст поведінкової сфери* виражається зниженням якості та інтенсивності діяльності, зниженням задоволеності від діяльності, негативним емоційним фоном спілкування; *зміст інтегральних показників* виражається погіршенням механізмів адаптації, посиленням стресу (Матієнко, 2008).

Окрім цього, широко визнаним індикатором наявності внутрішньоособистісного конфлікту виступає тривога, тривожність. У ситуації конфлікту, що зачіпає сутнісні основи особистості, людина не може конструктивно впоратися з тривогою на свідомому рівні, проявити сміливість або застосувати свої здібності. Водночас зв'язок невротичної тривоги і внутрішньоособистісного конфлікту має двосторонній характер. При постійно діючому невирішеному конфлікті людина може витіснити зі свідомості одну зі сторін цього конфлікту, і тоді з'являється невротична тривога. Тривога своєю чергою породжує почуття безпорадності й безсилля, а також паралізує здатність діяти, що додатково підсилює психологічний конфлікт (Матієнко, 2008).

Результативність процесу адаптації і створення сприятливого адаптаційного періоду для здобувачів освіти мають бути однією з основних задач освітнього процесу закладу професійно-технічної освіти.

Для вивчення внутрішньоособистісних конфліктів серед здобувачів-першокурсників, на наш погляд, доцільно використовувати комплекс психодіагностичних методик (табл. 1).

Запропонований комплекс психодіагностичних методик можуть використовувати психологи різних закладів професійно-технічної освіти.

З метою попередження і подолання внутрішньоособистісних конфліктів важливим є розвиток здобувача як особистості, майбутнього фахівця і своєчасне вирішення протиріч, що виникають у ході цього розвитку. Фактори і умови життя створюють можливість для здобуття психологічної гармонії, а отже, і можливість для розвитку гармонійної особистості. Шляхи корекції конфліктів, серед яких чільне місце займають внутрішньоособистісні конфлікти, в студентській молоді висвітлено у працях П. А. Антопової-Тилченко, Л. С. Дробот & М. М. Заброцького (2010), М. В. Балусок (2015) та ін.

Таблиця 1

Комплекс психодіагностичних методик для вивчення внутрішньоособистісних конфліктів

Назва методики	Досліджувані критерії	Особливості використання, призначення
Шкала прояву тривожності MAS, автор Дж. Тейлор (Taylor Manifest Anxiety Scale, TMAS)	Хронічні переживання соматичного і психічного напруження, схильність до дратівливості, неспокій, почуття внутрішньої скутості, нетерплячості	Вимірює прояви тривожності як особистісної властивості
Опитувальник «Діагностика типологій психологічного захисту», автор Р. Плутчик (R. Plutchik)	Механізми психологічного захисту, які пов'язані з різними афективними, стресовими станами	Визначає, який механізм захисту використовує особистість: витіснення, заперечення, заміщення, компенсація, реактивне утворення, проєкція, раціоналізація, регресія
Методика інтерперсональної діагностики, автори Т. Лірі, Г. Лефорж, Р. Сазек (T. Leary, G. Leforge, R. Sazek)	Адаптивна й дезадаптивна поведінка	Визначає ступінь вираженості властивостей характеру (авторитарність, егоїстичність, агресивність, підозрілість, залежність, дружелюбність, альтруїстичність) і можливість порівняти уявлення про своє «Я» з «Я ідеальним».

Слід підкреслити, що одним із можливих напрямків попередження внутрішньоособистісних конфліктів здобувачів є психологічний супровід з першого курсу і до закінчення навчання у закладі. Так як в основі внутрішньоособистісного конфлікту лежить значуще внутрішньоособистісне протиріччя, яке не повною мірою усвідомлюється особистістю, то розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів здобувачів цілком можливо у процесі психотерапії, адже її мета – визначення основного протиріччя, його розв'язання й створення саморегуляції особистості, знаходження оптимальних способів забезпечення внутрішньої узгодженості особистості.

Як вже зазначалося, конфлікт знаходить своє відображення в когнітивній, емоційній і поведінковій сферах. Допомога в когнітивній сфері – це допомога здобувачеві в усвідомленні істинних причин проблем, які виникли, підвищення його самооцінки, віри у свої сили. Допомога в емоційній сфері – це зниження рівнів тривожності і негативного фону настрою. Результат впливу психолога на когнітивну й емоційну сфери здобувачів–першокурсників залежить від їхніх індивідуально-психологічних особливостей. Наприклад, при переважанні у здобувача залежно-підкорюючих рис особистості в першу чергу звертається увага на підвищення його самооцінки, формування віри у свої сили. Якщо у здобувача існує переважання «прямолінійно-агресивних» рис, то зусилля психолога повинні бути спрямовані на зниження рівня агресивності, емоційного реагування, знаходження контактів з оточуючими. Психолог має зосередити увагу на оптимізації внутрішніх ресурсів позитивного самоставлення, що передбачає активізацію у здобувачів спрямованості на самопізнання, формування почуття внутрішньої впевненості, довіри до себе шляхом аналізу сильних та слабких сторін власної особистості. З метою підвищення

стресостійкості здобувачів необхідно розширювати їхні знання про почуттєву та емоційну сфери, формувати навички емоційної саморегуляції.

У процесі розвитку комунікативної культури здобувачів необхідно брати до уваги формування навичок комунікативної самопрезентації, конструктивного спілкування, а також те, що у виникненні внутрішньоособистісних конфліктів значну роль відіграють неусвідомлені психологічні захисти. Ефективність форм і способів подолання їх залежить від індивідуально-особистісних властивостей, типу внутрішньоособистісного конфлікту, його складності, впливу на психіку та реальну поведінку людини. З метою підвищення особистісного адаптаційного потенціалу здобувачів необхідно активізувати заходи виховного змісту, пропаганду фізичної культури й спорту, які сприяють удосконаленню функціональних можливостей організму і психіки. Робота щодо допомоги здобувачеві включитися в новий навчальний колектив повинна здійснюватися комплексно, всіма підрозділами закладу професійної освіти.

Висновки.

1. Внутрішньоособистісний конфлікт являє собою внутрішньоособистісний протиріччя, які сприймаються й емоційно переживаються людиною як значуща для неї психологічна проблема, яка вимагає свого вирішення і викликає внутрішню роботу свідомості, спрямовану на подолання цього протиріччя. Конфлікт відіграє в житті людини неоднозначну роль: він може виступати і як джерело розвитку особистості, і як причина розвитку невротичних реакцій.

2. Виникнення внутрішньоособистісних конфліктів здобувачів і їх типів пов'язані з ціннісно-сисловою сферою особистості і є відображенням протиріч між «Я-реальним» і «Я-ідеальним», переживання Я особистості, її самоцінності.

3. Для вивчення внутрішньоособистісних конфліктів серед здобувачів-першокурсників доцільно використовувати викладений вище комплекс психодіагностичних методик.

4. Розв'язання і подолання внутрішньоособистісних конфліктів здобувачів можливе у процесі психотерапії, розширенні їхніх знань про почуттєву та емоційну сфери, формування навичок емоційної саморегуляції.

Перспективи подальших досліджень. Виявлення впливу певних особистісних якостей (сформовані життєві цінності, характер самооцінки) на механізми розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів здобувачами закладу професійно-технічної освіти.

Література

1. Антопова-Тилченко, П. А., Дробот, Л. С., & Заброцький, М. М. (2010). Тренінг-семінар. Як успішно вирішувати конфліктні ситуації. *Шкільна бібліотека*, 6, 30–66.
2. Балущок, М. В. (2015). Корекційно-розвивальна програма по роботі із внутрішньоособистісними конфліктами в юнацькому віці. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Серія «Психологія»*, 50, 5–13. <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/6140?show=full>
3. Боброва, Л. (2014). *Психологічні особливості внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх психологів* [Автореф. дис. канд. психол. наук, Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова]. <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/6140?show=full>
4. Герасімова, Н. Є. (2001). Сучасні погляди на проблему дослідження внутрішньоособистісного конфлікту. *Психологія: Зб. наук. пр.*, 13, 63–69. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchuP_2015_34_6
5. Гуменюк, Л. Й. (2015). *Соціальна конфліктологія*. Львівський державний університет внутрішніх справ. <https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/2015.pdf>
6. Гущина, Т. Ю. (2008). *Внутрішньоособистісний конфлікт як фактор соціалізації студентської молоді* [Дис. канд. психол. наук, ДВНЗ Університет менеджменту освіти]. <https://scholar.google.com.ua/citations?user>
7. Долинська, Л. В., & Матяш-Заяц, Л. П. (2010). *Психологія конфлікту*. Каравелла. https://caravela.com.ua/index.php?route=product/product&product_id=100
8. Дубчак, Г. М. (2000). *Внутрішньоособистісні конфлікти студентів у період навчання у вузі* [Дис. канд. психол. наук, Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України]. https://uu.edu.ua/upload/universitet/Osobisti_zdobutki/Zahist_disertaciy_A_Z/Dubchak_aref.doc9
9. Кузікова, С. Б. (2020). *Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці*. Монографія. СумДПУ, <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi72/0052291.pdf>
10. Ложкін, Г. В., & Пов'якель, Н. І. (2007). *Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика*: навч. посіб. ВД «Професіонал». <https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2014/83.doc>

11. Маланьїна, Т. (2016). Внутрішньоособистісний конфлікт як показник рівня суб'єктивного благополуччя студентської молоді. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: психологічні науки*, 5(1), 113–117. <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/434>
12. Маланьїна, Т. М. (2014). Проблема емпіричного дослідження внутрішньоособистісних конфліктів. *Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Тематичний випуск «Проблеми емпіричних досліджень у психології»*. Дод. 4 (31), 64–71. <https://www.psyh.kiev.ua>
13. Матієнко, Т. В. (2008). Передумови виникнення внутрішньоособистісних конфліктів. *Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*, 10, Ч. 1, 274–279. <https://fsps.udpu.edu.ua/wp-content/uploads/2023/pdf>
14. Мельниченко, О. (2010). Каталог вправ для тренінгу спілкування. *Психолог*, 70, 11–14. <https://vseosvita.ua/library/embed/000enu-bdea.docx.html>
15. Пірен, М.І. (2007). *Конфліктологія*. МАУП. <https://psr-chnu.com.ua/docs/pdf>
16. Пов'якель, Н. І. (2008). Внутрішньоособистісні конфлікти студентської молоді у просторі глибинної психології та технологій їх подолання. *Конфліктологічна експертиза: теорія і методика*, 6, 141–149. <https://chasopys-ppp.dp.ua/index.php/chasopys/article/download/169/151/291>
17. Хомуленко, Т. Б., & Балушок, М. В. (2015). Особливості виникнення внутрішньоособистісного конфлікту в юнацькому віці. *Проблеми сучасної психології*, 27, 594–610. http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Psql_2015_27_52.pdf
18. Adler, A. (2011). *Practice and theory of individual psychology*. Academic Project. <https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.188513>
19. Dollard, J., Doob, L. W., Miller, N. E., Mowrer, O. H., & Sears, R. (1939). *Frustration and aggression*. Yale University Press. <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=1088544>
20. Freud, S. (2002). *The Psychopathology of Everyday Life*. Penguin Classics.
21. Fromm, E. (2004). *Anatomy of human destructiveness*. AST, <https://typeset.io/pdf/anomia-ia-k-faktor-ruinuvannia-zdorov-ia-liudini-1gv0v0ly68.pdf>
22. Horney, K. (2003). *Our internal conflicts. Constructive theory of neurosis*. Lan. <https://archive.org/details/ourinnerconflict0000horn>
23. Jung, C.G. (2003). *Psychology of the Unconscious*. Dover Publications.
24. Maslow, A. (1990). Further frontiers of human development. *Issues of human self-development: an interdisciplinary theoretical and methodological collection* / ed. V. Danchenko, 2. C. 3–10.
25. Rogers, K. (1997). *Client-centered therapy*. Wakler, https://publishing.socionics.info/socionics/user/setLocale/en_US?
26. Wilmot, W.W., & Hocker J. L. (2010). *Interpersonal Conflict*. Mc-Graw Hill.
27. Mace, W. L. (2014). *Intrapersonal Conflict. Dealing with unresolved anger*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/campusconfidential-copingcollege/201407/intrapersonal-conflict>

References

1. Antopova-Tylchenko, P. A., Drobot, L. S., & Zabrotskyi, M. M. (2010). Trening-seminar. Yak uspishno vyrishuvaty konfliktni situatsiyi [Training seminar. How to successfully resolve conflicts]. *Shkilna biblioteka*, 6, 30-66. [In Ukrainian]
2. Balushok, M. V. (2015). Korektsiino-rozvyvalna programa po roboti iz vnutrishnoosobystisnymi konfliktamy v yunatskomu vitsi [Correctional and developmental program for resolving intrapersonal conflicts experienced by youth]. *Visnyk H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University. Seriya «Psykhologiya»*, 50, 5-13 <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/6140?show=full> [In Ukrainian]
3. Bobrova, L. (2014). *Psykhologichni osoblyvosti vnutrishnoosobystisnykh konfliktiv maibutnikh psykhologiv* [Psychological features of intrapersonal conflicts experienced by future psychologists]. [PhD thesis, Dragomanov Ukrainian State University]. <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/6140?show=full> [In Ukrainian]
4. Gerasimova, N. Ye. (2001). Suchasni poglyady na problemu doslidzhennya vnutrishnoosobystisnogo konfliktu [Modern views on the problem of intrapersonal conflict]. *Psykhologiya: Zb. nauk. pr.*, 13, 63-69. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchuP_2015_34_6 [In Ukrainian]
5. Gumenyuk, L. I. (2015). *Sotsialna konfliktologiya* [Social conflictology]. Lviv State University of Internal Affairs. <https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/2015.pdf> [In Ukrainian]
6. Guschyna, T. Yu. (2008). *Vnutrishnoosobystisnyi konflikt yak faktor sotsializatsiyi studentskoyi molodi* [Intrapersonal conflict as a students' socialization factor]. [PhD thesis, University of Education Management]. <https://scholar.google.com.ua/citations?user> [In Ukrainian]
7. [In Ukrainian]
8. Dolynska, L. V., & Matyash-Zayats, L. P. (2010). *Psykhologiya konfliktu* [Psychology of conflict]. Karavella. https://caravella.com.ua/index.php?route=product/product&product_id=100 [In Ukrainian]
9. Dubchak, G. M. (2000). *Vnutrishnoosobystisni konflikty studentiv u period navchannya u vuzi* [Student intrapersonal conflicts during their university studies]. [PhD thesis, G.S. Kostyuk Institute of Psychology]. https://uu.edu.ua/upload/universitet/Osobisti_zdobutki/Zahist_disertacyi_A_Z/Dubchak_aref.doc Kuzikova, S. B.

- (2020). *Psykhologichni osnovy stanovlennya sub'yekta samorozvytku v yunatskomu vitsi* [Psychological foundations of becoming an agent of self-development in youth]. SumDPU, <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi72/0052291.pdf> [In Ukrainian]
10. Lozhkin, G. V., & Povyakel, N. I. (2007). *Psykhologiya konfliktu: teoriya i suchasna praktyka* [Psychology of conflict: theory and modern practice]. VD «Profesional». <https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2014/83.doc> [In Ukrainian]
11. Malanyina, T. (2016). Vnutrishnoosobystisnyi konflikt yak pokaznyk rivnya sub'yektyvnogo blagopoluchya studentskoyi molodi [Intrapersonal conflict as an indicator of students' subjective well-being]. *Naukovyi visnyk Kherson State University. Seriya: psykhologichni nauky*, 5(1), 113-117. <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/434> [In Ukrainian]
12. Malanyina, T. M. (2014). Problema empyrchnogo doslidzhennya vnutrishnoosobystisnykh konfliktiv [The problem of empirical research into intrapersonal conflicts]. *Gumanitarnyi visnyk Hryhorii Skovoroda University in Pereiasliv. Tematychnyi vypusk «Problemy empyrchnykh doslidzhen u psykhologiyi»*. Dod. 4(31), 64-71. <https://www.psyh.kiev.ua> [In Ukrainian]
13. Matiyenko, T. V. (2008). Peredumovy vynyknennya vnutrishnoosobystisnykh konfliktiv [Prerequisites for intrapersonal conflicts]. *Problemy zagalnoyi ta pedagogichnoyi psykhologiyi*. G.S. Kostyuk Institute of Psychology, 10, Ch. 1. 274-279. <https://fspu.udpu.edu.ua/wp-content/uploads/2023/pdf> [In Ukrainian]
14. Melnychenko, O. (2010). Katalog vprav dlya treningu spilkuvannya [Catalog of exercises for communication training]. *Psykholog*, 70, 11-14. <https://vseosvita.ua/library/embed/000enu-bdea.docx.html> [In Ukrainian]
15. Piren, M. I. (2007). *Konfliktologiya* [Conflictology]. MAUP. <https://psr-chnu.com.ua/docs/pdf> [In Ukrainian]
16. Povyakel, N. I. (2008). Vnutrishnoosobystisni konflikty studentskoyi molodi u prostori glybynnoyi psykhologiyi ta tekhnologii yikh podolannya [Student intrapersonal conflicts in terms of depth psychology and technologies for resolving them]. *Konfliktologichna ekspertyza: teoriya i metodyka*, 6, 141-149. <https://chasopys-ppp.dp.ua/index.php/chasopys/article/download/169/151/291> [In Ukrainian]
17. Khomulenko, T. B., & Balushok, M. V. (2015). Osoblyvosti vynyknennya vnutrishnoosobystisnogo konfliktu v yunatskomu vitsi [Peculiarities of intrapersonal conflicts experienced by youth]. *Problemy suchasnoyi psykhologii*, 27, 594-610. http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Psp1_2015_27_52.pdf [In Ukrainian]
18. Adler, A. (2011). *Practice and theory of individual psychology*. Academic Project. <https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.188513>.
19. Dollard, J., Doob, L. W., Miller, N. E., Mowrer, O. H., & Sears, R. (1939). *Frustration and aggression*. Yale University Press. <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=1088544>
20. Freud, S. (2002). *The Psychopathology of Everyday Life*. Penguin Classics.
21. Fromm, E. (2004). *Anatomy of human destructiveness*. AST, <https://typeset.io/pdf/anomiiia-iak-faktor-ruinuvannia-zdorov-ia-liudini-1gv0v0ly68.pdf>
22. Horney, K. (2003). *Our internal conflicts. Constructive theory of neurosis*. Lan. <https://archive.org/details/ourinnerconflict0000horn>
23. Jung, C. G. (2003). *Psychology of the Unconscious*. Dover Publications.
24. Maslow, A. (1990). Further frontiers of human development. *Issues of human self-development: an interdisciplinary theoretical and methodological collection* / ed. V. Danchenko, 2. C. 3-10.
25. Rogers, K. (1997). *Client-centered therapy*. Wakler, https://publishing.socionic.info/socionics/user/setLocale/en_US?
26. Wilmot, W. W., & Hocker J. L. (2010). *Interpersonal Conflict*. Mc-Graw Hill.
27. Mace, W. L. (2014). *Intrapersonal Conflict. Dealing with unresolved anger*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/campusconfidential-copingcollege/201407/intrapersonal-conflict>

Відомості про автора

Фурс Олег Йосипович, кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту Білоцерківського інституту неперервної професійної освіти ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України, м. Біла Церква, Україна.

Furs, Oleg, PhD (Psychology), Associate Professor, Associate Professor of the Department of Pedagogy, Psychology and Management, Bila Tserkva Institute of Continuing Professional Education, State Institution of Higher Education 'University of Education Management' of NAES of Ukraine, Bila Tserkva, Ukraine.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3301-3161>

E-mail: furs2234@gmail.com

Отримано 30 вересня 2024 р.
Рецензовано 21 жовтня 2024 р.
Прийнято 23 жовтня 2024 р.