

*Порохова О.В.,
студент 3 курса магистратуры по направлению «Психологическое
сопровождение, коррекция и консультирование»,*

Удмуртский государственный университет,

Россия, г. Ижевск

Научный руководитель: Хотинец В.Ю.,

зав. кафедры общей психологии, д. псих. н., профессор,

Удмуртский государственный университет,

Россия, г. Ижевск

СТРУКТУРНО-ДИНАМИЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЧЕЛОВЕКА С ВНУТРИЛИЧНОСТНЫМ КОНФЛИКТОМ

Аннотация: В статье представлены результаты эмпирического исследования структурно-динамических характеристик переживания человека с внутриличностным конфликтом. Целью работы стало выявление связей между динамическими показателями переживания (сила, широта, субъективная длительность и информативность) и его структурными аспектами (энергетическим, пространственным, временным и информационным). Исследование проведено на выборке из 140 респондентов с использованием комплекса психодиагностических методик. Полученные результаты свидетельствуют о системной согласованности динамических и структурных компонентов переживания, что позволяет рассматривать переживание как целостный психологический процесс. Практическая значимость работы заключается в уточнении психологических маркеров хронизации внутриличностного конфликта и может быть использована при разработке диагностических и коррекционных программ.

Ключевые слова: внутриличностный конфликт, переживание, динамика переживания, структурные аспекты переживания, эмоциональные состояния, психологическая регуляция.

Abstract: *The article presents the results of an empirical study of the structural and dynamic characteristics of experiencing intrapersonal conflict. The aim of the study was to identify the relationships between dynamic indicators of experience (intensity, breadth, subjective duration, and informativeness) and its structural aspects (energetic, spatial, temporal, and informational). The study was conducted on a sample of 140 respondents using a set of psychodiagnostic methods. The results demonstrate a systematic coherence between the dynamic and structural components of experience, allowing experience to be considered as a holistic psychological process. The practical significance of the study lies in refining psychological markers of intrapersonal conflict chronification and may be applied in the development of diagnostic and corrective programs.*

Keywords: *intrapersonal conflict, experience, experience dynamics, structural aspects of experience, emotional states, psychological regulation.*

Проблема внутриличностного конфликта традиционно занимает значимое место в психологических исследованиях, поскольку отражает фундаментальные противоречия между потребностями, ценностями, нормами и возможностями личности. В рамках личностного подхода внутриличностный конфликт рассматривается как источник напряжения, определяющий особенности жизненной стратегии, субъективного благополучия и регуляции поведения [1]. Клинические и прикладные исследования подчёркивают, что устойчивые внутренние противоречия могут выступать фактором дезадаптации и психологической дезинтеграции личности [2].

На основе теоретико-методологического анализа переживания человека с внутриличностным конфликтом, как феномена психологических

исследований, систематизированы научные представления зарубежных и отечественных авторов.

В ситуации внутриличностного конфликта особую роль приобретает переживание как форма субъективного отражения и переработки внутреннего противоречия. Именно через переживание конфликт приобретает психологическую значимость, влияя на эмоциональное состояние, поведение и способы саморегуляции личности. В отечественной психологии переживание рассматривается как центральное звено психологической регуляции. Л. С. Выготский подчёркивал, что переживание представляет собой единство ситуации и личности, в котором объективные условия преломляются через индивидуальный смысл и личностную позицию субъекта [3].

Дальнейшее развитие данная идея получила в работах Ф.Е. Василюка, рассматривающего переживание как особую форму внутренней деятельности, направленной на преодоление критических жизненных ситуаций и восстановление утраченного жизненного равновесия [4]. С этой точки зрения переживание выступает не пассивной реакцией на конфликт, а активным психологическим процессом, обеспечивающим переработку внутреннего противоречия.

Современные исследования акцентируют внимание на многомерной структуре переживания. В работах Л.Р. Фахрутдиновой показано, что переживание может быть описано через энергетический, пространственный, временной и информационный аспекты, отражающие различные стороны психологического опыта [5]. Одновременно динамические характеристики переживания – сила, широта, субъективная длительность и информативность – позволяют описать процессуальную сторону переживания и особенности его развертывания во времени. Д.Ю. Леонтьев в своих работах отмечал прямое влияние социально-демографических факторов на переживание и их

роль как модераторов связи между критической ситуацией и переживанием [6].

Зарубежные исследования эмоциональной регуляции также подчёркивают процессуальный характер переживаний. В рамках транзакционной модели стресса Р. Лазарус рассматривает эмоции как результат когнитивной оценки значимости ситуации и доступных ресурсов совладания, подчёркивая роль субъективного опыта в адаптации к внутренним и внешним требованиям [7]. В работах Дж. Гросса эмоциональные процессы анализируются как динамически организованные системы регуляции, включающие как структурные, так и процессуальные компоненты [8].

Несмотря на значительное количество исследований, посвящённых переживанию и эмоциональной регуляции, остаётся недостаточно разработанным вопрос согласованности динамических и структурных компонентов переживания в условиях внутриличностного конфликта. В ряде работ переживание анализируется либо преимущественно как динамический процесс, либо как структурированное психическое образование, без рассмотрения их взаимосвязи. Это определяет актуальность настоящего исследования, направленного на выявление согласованности динамических и структурных характеристик переживания человека с внутриличностным конфликтом.

Цель исследования – установить связи между показателями энергетического, пространственного, временного, информационного аспекта переживаний и показателем внутриличностного конфликта.

Эмпирическое исследование проведено на выборке из 140 респондентов – мужчин и женщин в возрасте от 40 до 60 лет относящиеся к периоду средней зрелости ($M=53,36$, $SD=5,79$), среди них – 25 мужчины и 115 женщин, проживающих в Удмуртской Республике.

Методы исследования: для диагностики динамических характеристик переживания использовалась методика «Градусник переживаний» Л.Р. Фахрутдиновой, позволяющая оценить силу, широту, субъективную длительность и информативность переживания. Структурные аспекты переживания диагностировались с помощью опросника «Переживание ПВЭИ» Л.Р. Фахрутдиновой, включающего энергетический, пространственный, временной и информационный аспекты. Для анализа взаимосвязей между показателями применялся коэффициент ранговой корреляции Спирмена, что обусловлено порядковым характером данных.

Корреляционный анализ выявил наличие статистически значимых положительных связей между всеми исследуемыми динамическими характеристиками переживания – силой, широтой, субъективной временной протяжённостью и информативностью – и его структурными аспектами, выделяемыми в рамках опросника «Переживание ПВЭИ» (энергетическим, пространственным, временным и информационным) ($\rho \approx 0,17-0,34$; $p < 0,05$). Данный результат свидетельствует о системной согласованности процессуального и структурного уровней переживания во внутриличностном конфликте и указывает на их взаимную обусловленность в ходе протекания психологического опыта (см. табл. 1).

Наиболее выраженные корреляционные связи обнаружены между динамическими показателями силы и широты переживания и пространственным аспектом переживания ($r = 0,337$ и $r = 0,304$ соответственно; $p \leq 0,001$). Это означает, что по мере усиления субъективной интенсивности переживания и расширения его психологического охвата возрастает степень «захваченности» внутреннего пространства личности конфликтным содержанием. Переживание в таких случаях приобретает доминирующий характер, занимает значительное место во внутреннем опыте и снижает возможность переключения на альтернативные эмоциональные и когнитивные содержания.

Корреляции динамических характеристик переживания («Градусник переживаний») с аспектами переживания (ПВЭИ), коэффициент Спирмена

Градусник переживаний	Переживания (ПВЭИ)	r	p
Сила_динамика	Энергетический аспект переживания	0,283	0,001
Сила_динамика	Пространственный аспект переживания	0,337	0,000
Сила_динамика	Временной аспект переживания	0,218	0,010
Сила_динамика	Информационный аспект переживания	0,192	0,023
Широта_динамика	Энергетический аспект переживания	0,313	0,000
Широта_динамика	Пространственный аспект переживания	0,304	0,000
Широта_динамика	Временной аспект переживания	0,195	0,021
Широта_динамика	Информационный аспект переживания	0,167	0,048
Время_динамика	Энергетический аспект переживания	0,300	0,000
Время_динамика	Пространственный аспект переживания	0,279	0,001
Время_динамика	Временной аспект переживания	0,192	0,023
Время_динамика	Информационный аспект переживания	0,171	0,044
Информативность_динамика	Энергетический аспект переживания	0,269	0,001
Информативность_динамика	Пространственный аспект переживания	0,278	0,001
Информативность_динамика	Временной аспект переживания	0,175	0,039
Информативность_динамика	Информационный аспект переживания	0,216	0,010

r – коэффициент корреляции

p – уровень значимости

Энергетический аспект переживания продемонстрировал статистически значимые положительные связи со всеми динамическими характеристиками. Установлено, что увеличение силы ($r = 0,283$; $p = 0,001$), широты ($r = 0,313$; $p = 0,001$), субъективной длительности ($r = 0,300$; $p = 0,001$) и информативности переживания ($r = 0,269$; $p = 0,001$) сопровождается ростом энергетической насыщенности переживания, отражающей степень психоэмоциональных затрат и внутреннего напряжения. Данная закономерность указывает на то, что интенсивные и пролонгированные

переживания внутриличностного конфликта требуют значительных психических ресурсов и сопровождаются повышенной энергетической вовлечённостью личности в конфликтную ситуацию.

Связи динамического показателя субъективной длительности переживания с временным аспектом переживания подтверждают согласованность временных характеристик на различных уровнях анализа ($r = 0,192$; $p = 0,023$). Переживания, субъективно воспринимаемые как более продолжительные, характеризуются и большей выраженностью временного аспекта как устойчивой структурной характеристики переживания. Это свидетельствует о тенденции к пролонгации внутреннего конфликтного напряжения и замедлению процессов эмоциональной разрядки.

Информационный аспект переживания также включён в общую систему выявленных связей, однако характеризуется сравнительно меньшей силой корреляций по сравнению с энергетическим и пространственно-временным аспектами. Наиболее выраженная связь выявлена с информативностью ($r = 0,216$; $p = 0,010$), при этом достоверные корреляции обнаружены и с силой ($r = 0,192$; $p = 0,023$), широтой ($r = 0,167$; $p = 0,048$) и субъективным временем ($r = 0,171$; $p = 0,044$). Данный факт может указывать на относительную автономность когнитивно-смысловой переработки переживания по отношению к его энергетической и пространственно-временной организации, при сохранении её включённости в целостную структуру переживания внутриличностного конфликта.

В совокупности полученные данные позволяют рассматривать переживание внутриличностного конфликта как целостный структурно-динамический процесс, в котором изменения на уровне субъективной динамики непосредственно отражаются в структурной организации психологического опыта. Интенсивность, широта, субъективная длительность и информативность переживания оказываются согласованными

с энергетическим, пространственным, временным и информационным аспектами, что подтверждает системный характер их взаимодействия.

Таким образом, результаты исследования подтверждают наличие устойчивых системных связей между динамическими характеристиками переживания человека с внутриличностным конфликтом и его структурными аспектами. Наиболее чувствительными индикаторами внутреннего конфликтного напряжения выступают энергетический и пространственно-временной аспекты переживания, отражающие степень психоэмоциональной затратности и субъективной «захваченности» внутреннего пространства личности. Полученные результаты уточняют представления о психологической структуре переживания и могут быть использованы при разработке диагностических и коррекционных программ, направленных на профилактику хронизации внутриличностных конфликтов и оптимизацию процессов эмоциональной регуляции.

Список использованных источников:

1. Абульханова К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова. – М. : Институт психологии РАН, 2020. – 512 с.
2. Карвасарский Б. Д. Клиническая психология / Б. Д. Карвасарский. – СПб. : Питер, 2019. – 864 с.
3. Выготский Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – М. : Смысл, 2005. – 512 с.
4. Василюк Ф. Е. Психология переживания / Ф. Е. Василюк. – М. : Издательство Московского университета, 1984. – 200 с.
5. Фахрутдинова Л. Р. Психология переживания / Л. Р. Фахрутдинова. – Казань : Изд-во Казанского университета, 2010. – 256 с.
6. Леонтьев, Д. Ю. Предикторы и модераторы переживаний личностью критических ситуаций / Д. Ю. Леонтьев // Вестник Удмуртского

университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2024. – Т. 34, № 2. – С.

7. Lazarus R. S. Emotion and adaptation / R. S. Lazarus. – New York : Oxford University Press, 1991. – 557 p.

8. Gross J. J. Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations / J. J. Gross // Handbook of Emotion Regulation. – New York : Guilford Press, 2014. – P. 3–20.