

**Інна Анатоліївна Власенко,**  
психолог, ТОВ «Центр розвитку дитини «Індиго»,  
вул. Маршала Жукова, 33а, м. Київ, Україна

## АКТИВІЗАЦІЯ КОНСТРУКТИВНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ УЧИТЕЛІВ ЯК ПЕРЕДУМОВА ЇХ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОГО ЗРОСТАННЯ

*У статті розглянуто змістові і процесуальні аспекти програми, спрямованої на зниження проявів внутрішньоособистісних конфліктів учителів. Представлено результати впровадження означеної програми, що свідчать про розвиток самосвідомості вчителів, підвищення їх адаптаційних можливостей, зниження проявів та рівня внутрішньоособистісних конфліктів і загалом про особистісно-професійне зростання педагогів.*

**Ключові слова:** тренінг, внутрішньоособистісний конфлікт, суб'єкт, самосвідомість, вчителі.

Соціально-політична нестабільність, зміни ціннісних засад суспільства, реформування системи освіти в Україні зумовлюють зростання конфліктності у стосунках суб'єктів навчально-виховного процесу, а також підвищення внутрішньої дисгармонії вчителя, що виявляється у формі внутрішньоособистісних протиріч та конфліктів. Зважаючи на складність і стресонасиченість професії, вчителі нерідко стикаються з внутрішньоособистісними конфліктами. Психологічний стан учителя може безпосередньо відобразитися на психоемоційному стані учнів, ефективності навчального процесу. Від успішного вирішення проблеми внутрішньоособистісного конфлікту залежить психічне здоров'я вчителів та учнів, їх здатність використовувати наявні ресурси для особистісно-професійного зростання.

У психологічній практиці існують суперечності між потребою вчителів у досягненні самореалізації та наростанням їх внутрішньої конфліктності, між необхідністю конструктивного подолання педагогами внутрішньо-особистісних конфліктів і недостатньою розробленістю комплексних засобів, спрямованих на їх подолання.

Зважаючи на недостатню розробленість і актуальність впровадження практичних заходів щодо посилення конструктивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів учителів, визначено мету статті – розкрити змістові та процесуальні аспекти програми активізації конструктивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів учителів і висвітлити результати її впровадження.

Загальнотеоретичні аспекти проблеми внутрішньоособистісних конфліктів окреслено в роботах зарубіжних (А. Адлер, Е. Еріксон, К. Левін, Л. Фестінгер, З. Фрейд, К. Хорні, К. Юнг та інші), радянських і російських (К.О. Абульханова-Славська, Л. І. Божович, Ф.С. Василюк, О. М. Леонтьєв, В. С. Мерлін, В.М. Мясіщев та інші) та українських психологів (О.Ф. Бондаренко, О.А. Донченко, Т.М. Титаренко, В.М. Чернобровкін та інші).

Було проведено аналіз напрямів дослідження внутрішньоособистісних конфліктів у зарубіжній та

вітчизняній психології – психоаналітичного (З. Фрейд, А. Адлер, К. Хорні); теорії групової динаміки (К. Левін, Д. Креч), гештальтпсихологічного (Ф. Перлз), когнітивного (Л. Фестінгер, А. Елліс), екзистенційного (Р. Мей, В. Франкл), гуманістичного (К. Роджерс, А. Маслоу), структурно-особистісного (Б.С. Братусь, О.Р. Лурія, В.В. Столін, А.А. Файзуллаєв), соціально-психологічного (П.П. Горностай, Т.М. Титаренко), клінічного (В.М. Мясіщев, О.І. Захаров) та конструктивного (Ф.С. Василюк, Б.І. Хасан). Проведений аналіз засвідчив складність означеного феномену та відсутність єдиного загальноприйнятого погляду дослідників на сутність і природу внутрішньоособистісного конфлікту.

Окремі дослідження українських та російських науковців стосуються специфіки внутрішньоособистісних конфліктів у професійній діяльності індивіда: у соціальних працівників (А.В. Кунцевська), успішних психологів (О.Г. Макаров), медперсоналу (О.В. Марфін), держслужбовців (В.О. Жданов), у курсантів військових училищ (С.А. Чистяков) та інших соціальних груп.

Аналіз досліджень професійної діяльності вчителя виявив, що її психологічними особливостями є напружений характер (Е.І. Кіришбаум, О.М. Лукашенок), поліфункціональність (К.Є. Корнеєва, А.В. Осницький), висока вірогідність розвитку професійної деформації особистості (Л.М. Мітіна, О.С. Ноженкіна), що може провокувати підвищення у педагогів внутрішнього напруження та конфліктності. Останнім часом проведено окремі дослідження з проблеми внутрішньоособистісних конфліктів у вчителів. Л.І. Березовська з'ясувала специфіку психодіагностики та корекції таких конфліктів у зв'язку із професійним вигоранням педагогів [2]. Т.М. Ма-ланьїною розроблено та впроваджено програми психологічного забезпечення подолання внутрішньоособистісних конфліктів, спрямовані на розвиток самопомоги у ситуаціях внутрішньоособистісного конфлікту і підвищення копінг-потенціалу вчителів [7].

Внутрішньоособистісний конфлікт у професійній діяльності вчителя розглядається нами як *системне*

явище, що базується на зіткненні різних особистісних утворень у результаті загострення соціально-психологічних та внутрішньоособистісних протиріч вчителя, набуло для нього особистісного смислу і виникає в умовах професійної діяльності. На підставі теоретичного аналізу нами виокремлено сфери (когнітивну, емоційну, мотиваційну та поведінкову), а також визначено критерії прояву внутрішньоособистісних конфліктів: для когнітивної сфери – усвідомленість конфлікту та розвинутість смисложиттєвих орієнтацій; для емоційної сфери – адекватність самооцінки та амбівалентне самоставлення; для мотиваційної сфери – боротьба мотивів, можливість здійснювати вибір; для поведінки – ступінь ригідності та толерантності у взаємодіях. В результаті проведеного нами емпіричного дослідження виявлено такі прояви внутрішньоособистісного конфлікту у вчителів: нерозвинуту систему смисложиттєвих орієнтацій (17,2%), неадекватну самооцінку (42,2%), високу реактивну та особистісну тривожність (43,8% та 57,8% відповідно), дезінтеграцію мотиваційно-особистісної сфери вчителів (20,8%), високий рівень мотивації до уникнення невдач (67,8%), нестачу часу у сферах збереження здоров'я, досягнення краси природи і мистецтва (80,7%), прагнення зменшити витрати часу на професійну діяльність (21,9%), прояви завуальованої та відкритої жорстокості (35,4% та 27,6%) тощо [5].

В основу побудови програми активізації конструктивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів покладено суб'єктний підхід [1, 10], згідно з положеннями якого суб'єкт здатний до саморегуляції і самоорганізації. Тому вчитель розглядається як свідомо і відповідальна особистість, автор своєї активності, здатний осмислено сприймати внутрішньоособистісні конфлікти, здійснювати усвідомлений вибір, втілювати його у діяльності, брати на себе відповідальність. Теоретичним підґрунтям згаданої програми стали положення: про конструктивний шлях подолання внутрішньоособистісних конфліктів, що реалізується у діяльності (навчанні, самовихованні) [8]; про необхідність поєднання впливу на свідому та несвідому сферу індивіда [9, 12], про ефективність використання методів активного соціально-психологічного навчання [4, 12] та когнітивно-поведінкового підходу для корекції негативних емоційних станів [11]. Враховуючи наведені положення, методи, засоби, нами розроблено модель активізації конструктивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів учителів (див. рис. 1). Програма роботи, спрямована на активізацію конструктивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів учителів, включала групові форми роботи, тренінг для вчителів, індивідуальне консультування педагогів.

Тренінг для вчителів, розрахований на 28 годин (14 занять по 2 години), реалізовано як спрямований вплив на особистість педагога (когнітивну, емоційну, мотиваційну та поведінкову сферу). Заняття проводились на добровільній основі.

Блок, орієнтований на когнітивну сферу, спрямований на усвідомлення вчителями характеристик смисложиттєвих орієнтацій, підвищення їх самоприйняття, рефлексію труднощів у взаємодії. Вплив на емоційну сферу педагога спрямований на нормалізацію самооцінки, самоставлення вчителів, розширення форм емоційного реагування, зниження проявів рольового конфлікту, подолання стану емоційної напруженості. Мотиваційний блок було реалізовано через виявлення та зниження стану розузгодження в мотиваційно-особистісній сфері вчителів, формування впевненості в собі та підвищення у них мотивації досягнення успіху. Блок, орієнтований на поведінку, спрямований на формування у педагогів комунікативної толерантності, умінь ефективного розподілу часу, підвищення гнучкості їхньої поведінки. У межах тренінгу використано різноманітні засоби: групові дискусії та обговорення, письмові практики, мозковий штурм, вправи на усвідомлення та вербалізацію емоцій, психогімнастичні вправи, психомалюнки, ігри-драматизації, вправи на розвиток саморегуляції, рольові ігри, релаксаційні вправи, моделювання ситуацій.

Розроблена програма була апробована в спеціалізованій школі № 202 та школі № 212 I-III ступенів м. Києва у 2014 н.р. З метою з'ясування ефективності даної програми з учителів – учасників емпіричного дослідження було сформовано експериментальну (дві підгрупи по 15 осіб) та контрольну групи (30 осіб). Відбір учасників здійснювався на основі результатів емпіричного дослідження за критерієм наявності високого або середнього рівня розвитку внутрішньоособистісних конфліктів.

Мета програми активізації конструктивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів у професійній діяльності вчителя «Діалог із собою і світом» полягала у зниженні проявів та конструктивному подоланні таких конфліктів, розширенні самосвідомості та підвищенні адаптаційних можливостей учителів. Під час роботи нами поставлено такі завдання: активізація процесу самопізнання вчителя; розвиток його самосвідомості та «творчого Я»; усвідомлення особливостей самооцінки, емоційного реагування, профілактика і подолання стану емоційної напруженості; зниження розузгодження між «цінним» – «доступним» в основних життєвих сферах; підвищення комунікативної компетентності; формування навичок ефективного розподілу часу. В основу положень програми покладено принципи: суперечливості індивіда, соціальної групи і суспільства; особистості як суб'єкта власного життєвого шляху; взаємопереходів між конфліктами різних типів.

У процесі організації тренінгу ми ставили завдання допомогти вчителям пізнати світ інших людей і свій внутрішній світ; під час виконання вправ, проведення дискусій, рольових ігор виявити ті особливості особистості, що створюють конфліктний смисл,

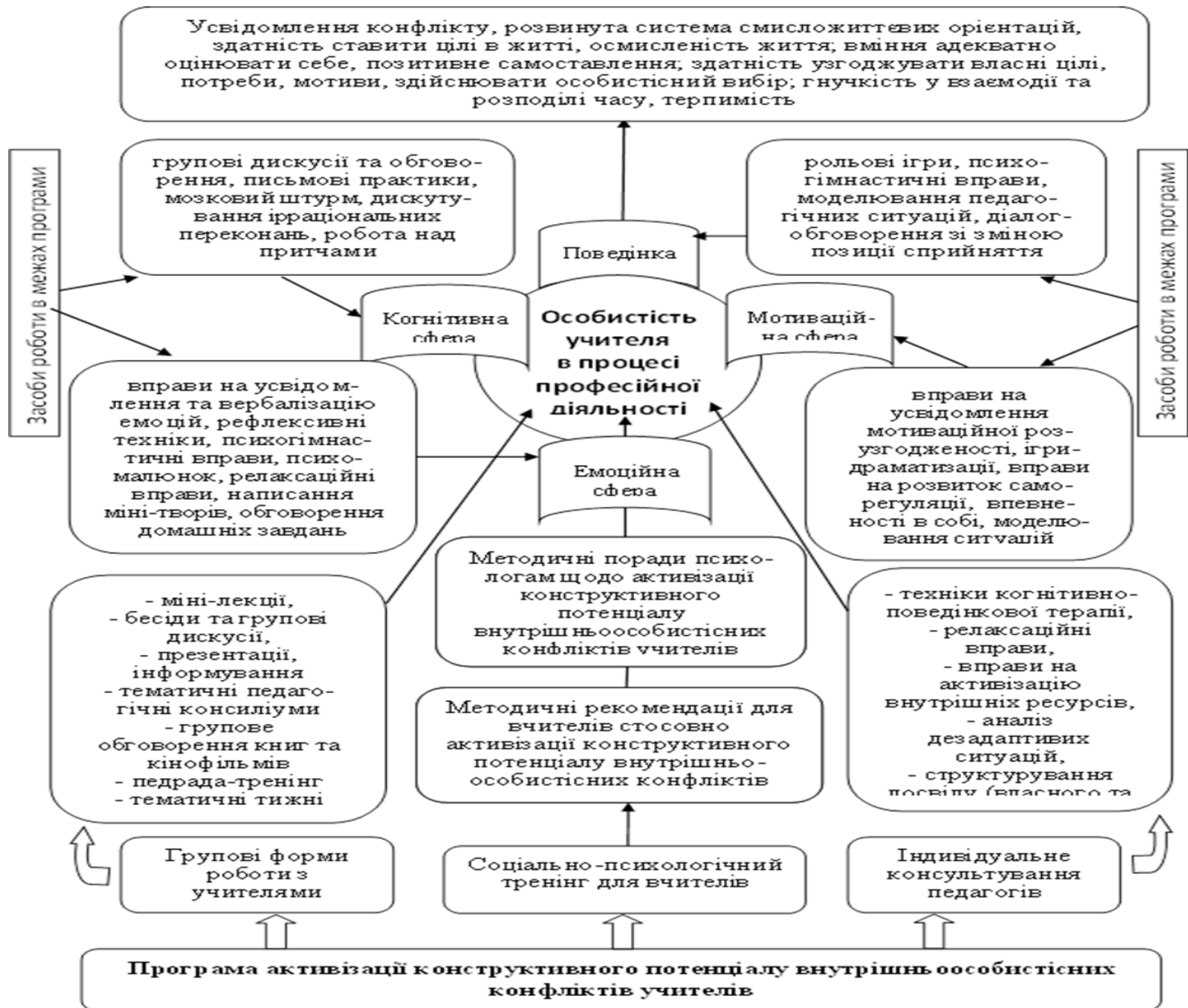


Рис. 1. Модель активізації конструктивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів у професійній діяльності вчителя

заважають продуктивній життєдіяльності, продукують труднощі. Якщо на початку тренінгу вчителі виявляли скутість, небажання відкриватись, прагнення зберегти наявний образ-Я, то поступово в ході роботи вдалося стимулювати їхнє саморозкриття, надати їм змогу отримати зворотній зв'язок від інших учасників, у яких нерідко виникають подібні проблеми. Також вчителі могли експериментувати з різними моделями поведінки, що забезпечувало їхній вихід на рівень усвідомлення внутрішніх протиріч і стимулювало процес трансформації самосвідомості. Кожний учасник отримував індивідуально значущу допомогу від групи та ведучого у виявленні причин особистісних труднощів та у визначенні стратегічних ліній зміни власних особистісних якостей.

Для активізації процесу самопізнання вчителів ми використовували прийоми, спрямовані на оволодіння ними адекватною інформацією про себе, свою особистість. В процесі роботи створювалися умови

для виявлення учителями різних аспектів образу Я, зокрема Я-реального та Я-ідеального; вчителі представляли себе, свої здібності, вміння, захоплення. Поглибленню саморозуміння сприяли завдання на створення власного девізу, опис сильних сторін, визначення наближених цілей і завдань на перспективу.

Значне змістовне навантаження на тренінгу мали вправи, метою яких було усвідомлення вчителями власних особливостей, що виявляються в міжособистісній взаємодії, зокрема спрямовані на розвиток уміння учасників адекватно оцінювати себе і свої дії, оптимізувати самоставлення. На розвиток самосвідомості були спрямовані вправи, що стосувались осмислення учасниками професійного життя (вправа «Чарівний політ», «Ріка життя»).

У межах означеного тренінгу також проводились групові дискусії («Якості, важливі для досягнення мети», «Як ефективно використовувати час?», «Як зрозуміти іншу людину: ресурси і труднощі»), спря-

мовані на подолання обмежень в уявленнях досліджуваних, розширення бачення заявлених проблем, усвідомлення ними власних особливостей під час рефлексії своїх аргументів. Учителі приходили до висновку про власну відповідальність за досягнення/недосягнення бажаного, за характер відносин з іншими людьми.

Під час тренінгу приділялась увага розвитку творчого потенціалу вчителя, оскільки саме вміння виявляти нові способи вирішення складних, напружених ситуацій, гнучко реагувати на повсякденні завдання і труднощі, на нашу думку, сприяють формуванню в особистості здатності до конструктивного подолання внутрішньоособистісних конфліктів. Реалізації цього завдання слугували: рольові ігри, виконання психомалюнків («Я у конфлікті», «Я теперішній – Я бажаний», «Образ, що надихає»), вправи на активізацію навиків розв'язання проблем («Образ – проблема», «Боротьба з недоробками», «Результат» тощо).

У межах представленої програми також реалізувались групові форми роботи з учителями. Їх метою було розширення уявлень педагогів про конфліктні форми поведінки, підвищення адаптаційного потенціалу вчителів. Групові форми роботи з учителями передбачали, зокрема, проведення міні-лекцій («Взаємодія з учнями: труднощі і можливості», «Психологічне здоров'я вчителя», «Способи подолання стресових ситуацій»), бесід та групових дискусій («Як ефективно працювати зі «складними» дітьми?», «Як грамотно вирішувати конфліктні ситуації?»), перегляд та обговорення презентацій, інформування, групове об-

говорення книг, кінофільмів, тематичні тижні психології.

Індивідуальне консультування проводилося відповідно до запитів учителів, які переважно стосувались проявів рольового конфлікту, невідповідності між бажаним і доступним, переживання труднощів у відносинах.

Результати, отримані на етапі порівняння показників до і після проведення програми активізації конструктивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів учителів у експериментальній та контрольній групах за допомогою Т-критерію Вілкоксона, засвідчили ефективність впровадженої програми. Після неї відбулось зниження проявів внутрішньоособистісних конфліктів: зниження реактивної та особистісної тривожності (Темп=13; Темп=35,  $p \leq 0,01$ ), рівня рольового конфлікту (Темп=33,5,  $p \leq 0,01$ ), проявів внутрішньої конфліктності та самозвинувачення (Темп=16, Темп=17 відповідно,  $p \leq 0,01$ ), високої мотивації до уникнення невдач (Темп=10,  $p \leq 0,01$ ), у педагогів змінилося ставлення до наповнення часу (зменшилось розузгодження у сферах «збереження здоров'я» (Темп=10,  $p \leq 0,01$ ), «осягнення краси» (Темп=10,  $p \leq 0,01$ ), підвищилась здатність ставити власні цілі в житті (Темп=45,  $p \leq 0,01$ ), осмислювати життя (Темп=6,  $p \leq 0,01$ ). Після проведення формувального експерименту зменшився показник високого рівня розвитку згаданих конфліктів учителів, збільшився показник середнього рівня (див. таблицю 1). У педагогів контрольної групи на етапі контрольного зрізу не відбулося значних змін щодо рівнів розвитку означених конфліктів.

Таблиця 1.

**Кількісні показники рівнів розвитку внутрішньоособистісних конфліктів учителів до і після формувального експерименту (у %)**

Рівень конфлікту	Експериментальна група (n=30)						Контрольна група (n=30)					
	До експ.		Після експ.		Різниця		До експ.		Після експ.		Різниця	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
низький	-	-	2	6,7	2	6,7	-	-	-	-	-	-
середній	17	56,7	21	70	4	13,3	18	60	17	56,7	1	3,3
високий	13	43,3	7	23,3	6	20	12	40	13	43,3	1	3,3

Результати апробації авторської програми засвідчують розвиток внутрішніх ресурсів учителів, зниження проявів внутрішньоособистісних конфліктів, розширення їхніх уявлень про себе, власний образ-Я, системи смисложиттєвих орієнтацій, підвищення здатності до профілактики і подолання стану емоційної напруженості, зниження розузгодження у мотиваційно-особистісній сфері, підвищення комунікативної компетентності тощо, що доводить ефективність та доцільність впровадження цієї програми в практику психологічних служб шкіл. Запропоновано рекомендації для вчителів та психологів з метою профілактики та конструктивного подолання внутрішньоособистісних конфліктів.

Таким чином, у статті представлено змістові і процесуальні аспекти програми активізації конструктивного потенціалу внутрішньоособистісних конфліктів учителів. Її метою є розвиток самосвідомості вчителя та зниження проявів внутрішньоособистісного конфлікту. Результати реалізації програми вказують на особистісно-професійне зростання вчителів та доцільність її впровадження у практику роботи з учителями.

Перспективи подальших розвідок полягають у розробці заходів, спрямованих на підвищення конфліктологічної компетентності вчителів.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
2. Березовська Л. І. Психодіагностика та корекція внутрішньоособистісних конфліктів як умова подолання професійного вигорання вчителів: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.10 / Л. І. Березовська. – К., 2013. – 21 с.
3. Василюк Ф. Е. Психология переживания / Ф. Е. Василюк. – М., МГУ, 1984. – 200 с.
4. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга / И. В. Вачков. – М.: Ось-89, 2007. – 256 с.
5. Власенко І.А. Психологічні особливості внутрішньоособистісних конфліктів у професійній діяльності вчителя: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07; Нац. пед. ун-т імені М.П. Драгоманова / І.А. Власенко. – К., 2016. – 20 с.
6. Донченко Е. А. Личность: конфликт, гармония / Е. А. Донченко, Т. М. Титаренко – К.: Политиздат Украины, 1989. – 175 с.

## REFERENCES

1. Abul'hanova-Slavskaya, K. A. (1991). *Strategiya zhizni [The strategy of life]*. Moscow: Mysl [in Russian].
2. Berezovsjka, L. I. (2013). *Psykhodiagnostika ta korekciia vnutrishnioosobystisnykh konfliktiv yak umova podolannia profesiinogo vygorannia vchyteliv*. [Psychodiagnostics and correction of intrapersonal conflicts as a condition of teachers' professional burnout]. *Candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
3. Vasiliuk, F. E. (1984). *Psikhologiiia perezhivaniia (analiz preodolenia kriticheskikh situatsii) [Psychology of emotions (analysis of critical situations overcoming)]*. Moscow: Izd-vo Mosk. un-ta [in Russian].
4. Vachkov, I. V. (2007). *Osnovy tehnologii gruppovogo treninga [The basis of training technology]*. Moscow: Os'-89 [in Russian].
5. Vlasenko, I. A. (2016). *Psikhologichni osoblyvosti vnutrishnioosobystisnykh konfliktiv u profesiinii diialnosti vchytelja [Psychological peculiarities of intrapersonal conflicts in teacher's professional activity]*. *Candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
6. Donchenko, E. A. & Titarenko, T. M. (1989). *Lichnost: konflikt, harmoniia [Personality: conflict, harmony]*. Kiev: Politizdat Ukrainy [in Russian].
7. Malaniina, T.M. (2011). *Psikhologichni osoblyvosti podolannia vchyteliamy vnutrish-*

7. Malaniina T.M. Психологічні особливості подолання вчителями внутрішньоособистісних конфліктів: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Т. М. Маланьїна. – К., 2011. – 20 с.
8. Митина Л.М. Психологические особенности внутриличностных противоречий учителя / Л.М. Митина, О.В. Кузьменкова // Вопросы психологии. – 1998. – № 3. – С.3-16.
9. Петровская Л. А. Общение – компетентность – тренинг. Избранные труды / Л. А. Петровская. – М.: Смысл, 2007. – 387 с.
10. Рубинштейн С.Л. Человек и мир / С.Л. Рубинштейн. – М.: Наука, 1997. – 191 с.
11. Эллис А., Драйден У. Практика рационально-эмотивной поведенческой терапии / Пер. с англ. Т.Саушкиной / А. Эллис, У. Драйден. – СПб.: Речь, 2002. – 352 с.
12. Яценко Т. С. Активная социально-психологическая подготовка учителя к общению с учащимися / Т. С. Яценко. – К.: Освіта, 1993. – 208 с.

nioosobystisnykh konfliktiv [Psychological peculiarities of teachers' overcoming of intrapersonal conflicts]. *Candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].

8. Mitina, L.M. & Kuzmenkova, O.V. (1998). *Psikhologicheskie osobennosti vnutrilichnostnykh protivorechii uchitelia [Psychological peculiarities of teacher's intrapersonal contradictions]*. *Voprosy psichologii. – Issues of Psychology*, 3, 3-16, [in Russian].
9. Petrovskaia, L. A. (2007). *Obshchenie – kompetentnost – trening. Izbrannye trudy [Communication – competence – training]* Moscow: Smysl [in Russian].
10. Rubinshtein, S. L. (1997). *Chelovek i mir [A person and the world]*. Moscow: Nauka [in Russian].
11. Ellis, A. & Dryden, W. (2002). *Praktika ratsional'no-emotivnoy povedencheskoy terapii [The practice of Rational Emotiv Behavior Therapy]*. Saushkina T. (Transl.). Saint Petersburg: Rech [in Russian].
12. Yatsenko, T. S (1993). *Aktivnaia socialno-psikhologicheskaiia podgotovka uchitelia k obshcheniiu s uchashchimisia [Active social psychological training of teacher to communication with pupils]*. Kyiv: Osvita [in Russian].

**Инна Анатольевна Власенко,**  
психолог, ООО «Центр развития ребенка «Индиго»,  
ул. Маршала Жукова, 33а, г. Киев, Украина

#### АКТИВИЗАЦИЯ КОНСТРУКТИВНОГО ПОТЕНЦИАЛА ВНУТРИЛИЧНОСТНЫХ КОНФЛИКТОВ УЧИТЕЛЕЙ КАК УСЛОВИЕ ИХ ЛИЧНОСТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РОСТА

Представлены модель и программа активизации конструктивного потенциала внутриличностных конфликтов учителей. Внутриличностный конфликт в профессиональной деятельности учителя рассматривается как системное явление, которое базируется на столкновении разных личностных образований в результате обострения социально-

психологических и внутриличностных противоречий учителя, приобрело для него личностный смысл и возникает в условиях профессиональной деятельности. В основу построения программы активизации конструктивного потенциала внутриличностных конфликтов учителей положен субъектный подход, в соответствии с которым субъект способен к саморегуляции и самоорганизации, совершению осознанного выбора. Определены такие критерии проявления внутриличностных конфликтов: осознанность конфликта, развитые смысловые ориентации, адекватность самооценки, амбивалентное самоотношение, борьба мотивов и возможность совершать выбор, степень ригидности и толерантности во взаимодействиях. Наличие и выраженность внутриличностного конфликта определялись на основе комплекса психодиагностических методик, которые позволяют изучить конфликт опосредованно. Программа активизации конструктивного потенциала внутриличностных конфликтов учителей реализуется четырьмя блоками – когнитивным, эмоциональным, мотивационным и поведенческим, посредством которых осуществлено комплексное влияние на личность учителя. Целью программы является развитие самосознания учителей, расширения их представлений о себе, повышение адаптационных возможностей, что способствует снижению проявлений внутриличностных конфликтов. Охарактеризованы компоненты программы: групповые формы работы с учителями, социально-психологический тренинг, индивидуальное консультирование. Представлены результаты внедрения данной программы, указывающие на ее эффективность. Установлено, что программа способствует повышению способности педагогов адекватно оценивать прожитую часть жизни, осмысливать жизнь, воспринимать себя главным источником активности; снижению выраженности внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой, уровня тревожности; развитию способности выходить из зоны комфорта, навыков коммуникативной компетентности. Выявлено, что после проведения указанной программы у учителей снизился показатель высокого уровня внутриличностных конфликтов (с 43,3% до 23,3%), повысились показатели среднего уровня (с 56,7% до 70%). Результаты применения представленной программы указывают на личностный и профессиональный рост учителей и целесообразность ее внедрения в практику работы с педагогами.

**Ключевые слова:** тренинг, внутриличностный конфликт, субъект, самосознание, учителя

*Inna Vlasenko,  
psychologist, Child Development Center "Indigo",  
33-A Marshal Zhukov Str., Kyiv, Ukraine*

#### **ACTIVATION OF CONSTRUCTIVE POTENTIAL OF TEACHERS' INTRAPERSONAL CONFLICTS AS A CONDITION OF THEIR PERSONAL AND PROFESSIONAL GROWTH**

The article presents the model and programme of the constructive potential activation of teachers' intrapersonal conflict. Intrapersonal conflicts in teacher's professional activities are understood as the system phenomenon based on the collision of different personality formations as a result of the sharpening of socio-psychological and intrapersonal contradictions of a teacher. The subject approach makes it possible to consider the personality of a teacher as an individual capable for self-regulation and self-organisation. The ideas of the subject approach formed the basis of the programme of constructive potential activation of teachers' intrapersonal conflict as well as the issues of the structural ways of overcoming intrapersonal conflicts, which can be realized in person's activities; the combination of influence on the conscious and unconscious sphere of an individual; methods of active socio-psychological studies and cognitive-behavioural approach to the correction of negative emotional states. The following criteria of teachers' intrapersonal conflicts have been identified: conflict awareness, life meaning orientations; self-adequacy, self-concept ambivalence; motivations struggle, ability to make a choice; tolerance and rigidity degree in interactions. The program has been implemented in the following four blocks – cognitive, emotional, motivational, and behavioural. The purpose of the programme is to develop teachers' self-consciousness, to expand their ideas about themselves, increase adaptation capabilities, which reduce the indices of teachers' intrapersonal conflicts. The programme involves group forms of work with teachers, training and individual counselling. The efficiency of the programme has been proved. It has been found that it promotes the increase of teachers' ability to assess the spent part of life, comprehend life, perceive themselves as the main source of their activities. Besides, it promotes the decrease of intrapersonal conflict expression as well as doubts, disagreement with themselves, the level of anxiety, etc. The results of the approbation of the presented programme have indicated teachers' personal and professional growth, so it is reasonable to implement this programme in practical work with teachers.

**Keywords:** training, intrapersonal conflict, subject, self-consciousness, teachers.

*Подано до редакції 14.04.2016*