

Чернобровкіна В.А., доктор психологічних наук,
професор кафедри психології
та педагогіки НаУКМА

ПСИХОЛОГІЧНА МЕЖА Я ЯК МІСЦЕ «ЛОКАЦІЇ» МІЖОСОБИСТІСНИХ ТА ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ

Межа є там, де існує дивергенція, протиставлення різних онтологічних полюсів, наприклад „Я – не Я”, „Я – інший”, „Я – світ” та ін. Оскільки існування Я традиційно пов’язують з певним первинним „почуттям Я”, що існує в індивіда стосовно одних феноменів і відсутнє стосовно інших, то „місце” (або простір), у якому з’являються відчуття зіткнення з „іншим”, що не є „моїм Я”, розглядається як „межа Я”.

У психологічній літературі використовують різні термінологічні позначення зазначеного феномена: „межа контакту” (Ф. Перлз), „енергетична межа” (Л. Марчер), „межа Я” та „внутрішня межа” (А. Тхостов), „межа психологічного простору особистості” (С. Нартова-Бочавер), „психологічна межа” (Т. Леві) тощо. Узагальнюючим можна вважати поняття *психологічної межі Я*, що розуміється як «функційний орган» (О. Ухтомський), властивості якого відображують внутрішній психічний стан людини й тим самим забезпечують взаємодію зі світом, адекватну її можливостям, потребам і цінностям.

До функцій психологічної межі Я можна віднести: відокремлення особистості від зовнішнього світу (переживання й усвідомлення власних почуттів, станів і потреб, на відміну від почуттів і потреб інших людей (розрізнення, не-змішування Я і не-Я)); підтримка почуття власної унікальності та ідентичності; формування оптимального контакту зі світом на основі врахування внутрішнього стану й зовнішньої ситуації; селекція зовнішніх впливів і психологічний захист внутрішнього простору, підтримка суверенності особистості; підтримка стану продуктивної самотності та відносної незалежності; окреслення меж власної відповідальності.

Нормально функціонуюча психологічна межа може мати низку станів, кожний з яких відповідає конкретній потребі особистості (Т. Леві). Оптимальне функціонування межі засноване на позитивних особистісних установках, що відповідають потребам та переживанням Я і сприяють гнучкій та адекватній взаємодії людини зі світом, створюють умови для того, щоб „бути самим собою” [1]. Це, наприклад, установки: „Я можу бути в контакті зі світом і почувати себе спокійно”, „Я можу сказати „ні”, „Я можу сказати „так”, „Я можу попросити”, „Я можу стримати себе” тощо. Такі установки підтримують здатність суб’єкта вибирати актуальний стан, що забезпечує одночасно внутрішній комфорт і адекватний контакт із зовнішнім світом.

Отже, психологічна межа є не тільки місцем відокремлення Я від світу, а й місцем їх контактування. Якщо інтенції зовнішнього світу (інших людей,

суб'єктів) не суперечать інтенціям Я, то контактування відбувається відповідно до його потреб і намірів; за умов суперечливих прагнень (коли світ стає «неслухняним», протидіючим) контакт розгортається як зіткнення, протистояння, що становить основу конфліктної взаємодії. Це зовнішній, міжособистісний конфлікт, який феноменологічно переживається як неможливість продовжити дію, зреалізувати намір, як зупинка на шляху задоволення потреби із-за зіткнення інтересів і намірів Я та іншого суб'єкта, а топологічно, тобто за місцем «локації», він існує на межі контакту у вигляді певного феномена або процесу. Стан, в якому перебуває психологічна межа Я, або межа контакту, характеризується в цей момент такими властивостями, як напруга, непроникність, можливо, ригідність та ін. Цей стан підтримується відповідними установками, наприклад: «Я не повинен поступатись» або «Я поступлюсь лише за певних умов» та ін. Залежно від змісту цих установок суб'єкт перериває або продовжує контакт в ситуації конфлікту, контактує у той чи інший спосіб.

В умовах диференціації Я і не-Я як *зовнішнього* і *внутрішнього* конфлікт існує як феномен і процес міжособистісної взаємодії. Однак в разі внутрішньоособистісного конфлікту проблема дещо ускладнюється. В роботах А. Тхостова, де викладений досвід феноменологічного дослідження топології суб'єкт-об'єктної взаємодії [2], на прикладі «феномену зонду» з'ясовано, що психологічна межа Я є рухливою і може зсуватись всередину тіла, психіки і свідомості суб'єкта. Це відбувається у разі його зустрічі з внутрішніми процесами і станами, які феноменологічно сприймаються як пружне „інше” (тобто як не-Я), але при цьому знаходяться у власному тілі (це, наприклад, місця локалізації відчуттів болю) та в психіці (у вигляді „неслухняних”, не до кінця підвладних свідомому Я процесів мислення, пам'яті й особливо – емоцій) [2]. У таких випадках суб'єкт стикається з неможливістю реалізувати власні свідомі наміри із-за внутрішніх перешкод, які зумовлені властивостями своєї тілесно-психічної конституції (як з «опором» «матеріалу») або пов'язані з власними несвідомими патернами, тобто автономізованими від свідомого Я мотиваційними імпульсами. Останнє відповідає класичному розумінню внутрішнього конфлікту в психодинамічному підході. Місце «локації» такого конфлікту також знаходиться на межі Я, але сама межа проходить не між суб'єктом і зовнішнім світом, а між приналежними суб'єкту «частинами» його тілесно-психічної будови, що феноменологічно також переживаються як Я і не-Я.

Таким чином, введення *конструкту психологічної межі Я* в аналіз природи конфлікту пропонує новий ракурс розгляду його феноменології.

1. Леви Т.С. Психология телесности в ракурсе личностного развития / Т. С. Леви. Междисциплинарные проблемы психологии телесности // ред.-сост. В. П. Зинченко, Т. С. Леви. – М., 2004. – С. 288 – 309.