

ВНУТРІШНЯ КОНФЛІКТНІСТЬ ЯК ЧИННИК ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ У ДІТЕЙ

Вдовиченко Анастасія

У сучасних умовах соціальної нестабільності, зростання психоемоційного навантаження та трансформації сімейного середовища спостерігається підвищення рівня психосоматичних розладів у дітей. Психосоматичні симптоми часто не мають чітко вираженої органічної основи, однак супроводжуються реальними тілесними проявами та значним емоційним дискомфортом. У цьому контексті особливої уваги потребує аналіз внутрішніх психологічних чинників, серед яких важливе місце займає внутрішня конфліктність [1–5].

Мета публікації – теоретично обґрунтувати роль внутрішньої конфліктності як психологічного чинника виникнення психосоматичних розладів у дітей.

Внутрішня конфліктність визначається як стан суперечності між особистісними потребами, мотивами, цінностями та зовнішніми вимогами, який не отримує конструктивного розв'язання. У дитячому віці такі суперечності часто мають неусвідомлений характер через недостатній розвиток рефлексії та емоційної регуляції. Унаслідок цього емоційна напруга не знаходить адекватного вербального вираження й трансформується у тілесні реакції [2, 4].



Рис. 1. Міждисциплінарний аналіз підходів внутрішньої конфліктності як чинника психосоматичних розладів у дітей

Психодинамічний підхід розглядає психосоматичні прояви як результат витіснення внутрішніх переживань у соматичну сферу. Невирішений конфлікт між бажаннями та соціальними заборонами породжує хронічну емоційну напругу, яка реалізується через тілесні симптоми. У *когнітивно-поведінковій парадигмі* соматизація пояснюється як результат специфічної інтерпретації стресових ситуацій та закріплення соматичних реакцій як способу уникнення психологічно

складних переживань. *Гуманістичний підхід* підкреслює, що тілесний симптом може виступати сигналом порушення внутрішньої цілісності особистості [3, 4].

У дитячому віці внутрішня конфліктність часто пов'язана із суперечністю між прагненням до самостійності та залежністю від дорослих, між потребою в прийнятті та страхом осуду, між бажанням відповідати очікуванням і внутрішнім відчуттям невпевненості. За тривалого існування такого конфлікту формується стан хронічного стресу, який впливає на функціонування вегетативної нервової системи, що може проявлятися у вигляді головного болю, болю в животі, порушень сну, енурезу, тікоподібних реакцій та інших функціональних розладів. Особливу роль відіграє недостатній розвиток емоційної компетентності. Дитина, яка не вміє усвідомлювати й називати власні емоції, використовує тілесні симптоми як спосіб комунікації внутрішнього напруження. У цьому випадку психосоматичний прояв виконує захисну та адаптаційну функцію – знижує рівень психічної напруги та привертає увагу значущих дорослих. Проте за відсутності психологічної допомоги такі реакції можуть закріплюватися та набувати тривалого характеру [1, 5].

Таким чином, внутрішня конфліктність є вагомим психологічним чинником виникнення психосоматичних розладів у дітей. Невирішені внутрішні суперечності спричиняють постійну емоційну напругу, що трансформується у тілесні симптоми через механізми соматизації. Розуміння внутрішньої конфліктності як основи психосоматичних проявів обґрунтовує необхідність комплексної психологічної допомоги, спрямованої на розвиток емоційної регуляції та усвідомлення переживань.

Перспективи подальших досліджень полягають в емпіричному вивченні взаємозв'язку рівня внутрішньої конфліктності та інтенсивності психосоматичних симптомів у дітей різного віку.

Список використаних джерел

1. Александер Ф. Психосоматична медицина. Київ: Основи, 2002.
2. Максименко С. Д. Загальна психологія. Київ: Центр навчальної літератури, 2017.
3. Прихожан А. М. Психологія тривожності та емоційних порушень у дітей. Київ: Освіта, 2012.
4. Хорні К. Невротична особистість нашого часу. Київ: Либідь, 2003.
5. Юнг К. Г. Психологія та психосоматика. Харків: Фоліо, 2010.