

УДК 159.964.21

Смірнова Л. Є.

група 4431, Національний університет кораблебудування імені адмірала
Макарова (Миколаїв), lilya.nova191@gmail.com

Кравчук О. Ю.

викладач кафедри соціально-гуманітарних дисциплін, Національний
університет кораблебудування імені адмірала Макарова (Миколаїв),
kraffchuk@email.ua

СІМЕЙНІ КОНФЛІКТИ ТА МЕТОДИ ЇХ ВИРІШЕННЯ

Стаття присвячена проблемі складних взаємовідносин між партнерами в сучасних сім'ях. Розглянуто та проаналізовано вже існуючі психологічні техніки до врегулювання сімейних конфліктів та запропоновано нові, які допоможуть зберегти цінність інституту сім'ї та встановити сімейний лад.

Ключові слова: інститут шлюбу, сімейні конфлікти, показники розлучень, конфліктологія.

The article is devoted to the problem of difficult relationships between partners in modern families. The existing psychological techniques are descry and analyzed to resolve family conflicts and new ones are proposed that will help preserve the value of the family institute and establish a family system.

Key words: marriage institute, family conflicts, divorce rates, conflict science.

Постановка проблеми. За даними статистичної служби Європейського союзу, Україна посідає пальму першості в Європі за кількістю розлучень. Як стверджують соціологи, найбільша кількість розлучень припадає на перші роки подружнього життя. Велике значення на успішне функціонування інституту шлюбу має державна політика країни. Та головною складовою в правильній зміні і розвитку етапів подружнього життя має власна обізнаність партнерів, які вступають до шлюбу. Глибоке розуміння сімейних цінностей, власних мотивів, емпатія до інших членів родини – все це невід'ємна складова щасливих років спільного подружнього життя.

Постановка проблеми. Поняття конфлікт має безліч дефініцій. Та поряд з різноманітним визначенням, існує й різноманіття форм конфліктів. Й найпоширенішою формою конфліктів є сімейні конфлікти. Саме сімейні незгоди, є найгострішою проблемою соціальної політики України в останні роки.

Що саме призводить українські сім'ї до таких сумних показників, та які шляхи подолання такої невеселої ситуації є предметом нашого дослідження.

Аналіз останніх досліджень. Андрій Рева, Міністр соціальної політики України повідомив, що за 15 років в Україні в 22 рази зросла кількість матерів-одиначок. Суттєво зросли й показники розлучень. Наприклад, у 2016 р., в порівнянні з 2015 р., число розлучень зросло на 1,2 тис. (35,46 тис. в 2016 р. проти 34,2 тис. у 2015 р.). Згідно з статистичними даними кожна п'ята дитина, народжена в Україні, є позашлюбною [7].

Більш того, за даними останніх статистичних досліджень, 10% укладених шлюбів розривають протягом першого року і лише одна з трьох пар не розлучається.

Метою статті є аналіз сімейних конфліктів і методів їх використання з метою зниження тенденції розлучень в Україні й світі в цілому. Інформатизація населення про конструктивні стратегії поведінки під час конфліктів, та основні шляхи попередження сімейних конфліктів.

Виклад основного матеріалу. Сімейні конфлікти унікальні за специфікою свого виникнення.

До основних причин виникнення конфліктів психологи відносять:

- відмінність поглядів на спільне майбутнє;
- невірність;
- духовна розбіжність (різні віросповідання);
- невідповідність партнера власним очікуванням;
- шкідливі звички партнера.

У багатьох випадках причин може бути декілька. Також, в залежності від розв'язання, конфлікти поділяють на два типи:

1. Творчий – який передбачає відмову від образ всіх учасників конфлікту, й сумісний пошук шляхів подолання конфронтації.

2. Руйнівний – учасники якого принижують один одного, й не бажають знаходити спільну точку зору.

Та перш ніж вдаватися в питання вирішення конфліктів, потрібно розглянути шляхи попередження сімейних негараздів [1, с. 5-18].

Виходячи з соціально-психологічних закономірностей розвитку сім'ї, до основних шляхів попередження сімейних розладів можна віднести:

- проведення інформатизації серед молодого покоління й вже сформованих сімей про важливість інституту шлюбу, та надання населенню основних психологічних знань про сімейні відносини;
- формування сімейних традицій серед населення;
- запровадження культури толерантного спілкування серед молодого покоління;
- виховання манер поведінки чоловіка та жінки серед підростаючого покоління.

Та якщо родина стикається з конфліктною ситуацією, ми пропонуємо мислити більш детально, й в першу чергу переосмислювати власну поведінку, що є причиною виникнення конфлікту. Якщо ж все-таки після переоцінки власних дій, залишаються претензії до партнера, то ми пропонуємо стратегію поведінки «Уважний слухач» й уважно заслухати думки свого партнера, тому що часто конфлікти – це лише невідповідність дій людей відносно наших власних очікувань, й спробувати зрозуміти позицію свого партнера, тобто стати спостерігачем ситуації, а не активною конфліктуючою стороною. Потім, в

процесі діалогу, слід почати зі слів, які засвідчують слова поваги до свого партнера: – звичайно, ти мудра людина, така розумна людина як ти, твоя думка важлива для мене..., й після даного звернення висловити своє прохання до партнера. Якщо проблема все ж залишається невирішеною, слід зробити паузу на декілька днів, але не більше ніж 72 години й спробувати повернутися до розв'язання ситуації. Також для уникнення галасливих сварок, рекомендуємо висловлювати свою позицію тихіше, ніж Ви розмовляєте зазвичай. Це налаштує співрозмовника на конструктивний діалог, й змусить його прислухатися до Вас. Також ми рекомендуємо свої висловлювання в ході бесіди будувати використовуючи формулювання ми, а не я, й пояснювати цілі діалогу – як спільні, які будуть корисними для всієї родини, підкреслюючи свою турботу про партнера. Навіть покупку шуби для примхливої дружини можна пояснити для чоловіка як турботу про нього. Наприклад, дружина може попросити шубу для себе, як небажання хворіти взимку, через переохолодження, адже тільки в здоровому стані вона зможе приділяти чоловікові увагу належним чином, буде в змозі готувати сніданки, обіди й вечері.

Також, спираючись на роботи Девіда Джонсона, можна запропонувати одну з можливих моделей поведінки для вирішення сімейної конфліктної ситуації: у будь-якому конфлікті обидва партнери мають власні скриті мотиви й почуття. Зазвичай хоча б один з партнерів відчуває злість або ненависть до іншого. А для того, щоб супротивник відмовився від своєї позиції, у іншого повинні бути більш доброзичливі почуття, породжені всією сукупністю попередніх відносин, а також прагнення до взаєморозуміння і злагоди. Тобто перш ніж вступати в суперечку з партнером, потрібно згадати всі ті прекрасні моменти проведені разом, й акцентувати увагу саме на позитивних рисах характеру свого подружжя [6, с. 1-10].

Окремим підрозділом причин сімейних конфліктів слід виділити – зради партнерів. Соціологічні опитування вказують на те, що для різних людей зрада може полягати в полярно різних діях. Для однієї людини зрада – це лише погляд на сторонню людину, для іншої – зрада – це подарунок для сторонньої людини, але для більшості опитуваних зрада – це статевий акт між особою, котра перебуває у шлюбі, і особою, що не є її подружжям. Зрада – це найболючіша причина сімейних конфліктів, яка в більшості випадків призводить до розлучень. Причини зради криються в обох партнерах, й часто викликають затяжні емоційні реакції. Інколи зради трапляються через полігамність одного з партнерів, в такому випадку потрібно або приймати таку девіацію партнера, або ставити партнера перед вибором: або сімейне цінності, або різноманітність сексуального життя. Та часто на зраду партнера підштовхує саме відсутність порозуміння зі своїм подружжям, брак емоцій в шлюбі. Тому кожна родина повинна в першу чергу перейматися емоційною спорідненістю зі своєю половинкою. Саме спільність емоційних почуттів забезпечує міцність шлюбну на довгі роки, а віра в сили свого партнера спроможна творити дива [3, с. 4-25].

Якщо подружжя пара зіштовхнулася с такою ситуацією як зрада, потрібно в будь-якому випадку вислухати один одного. Навіть якщо, подружжя на бажав продовжувати спільне життя, завершеність колишніх стосунків допоможе побудувати нові щасливі стосунки.

Висновки. Напевно, людство вже й не пам'ятає тої точки відліку, коли зародилася така наука як конфліктологія. Конфлікти, постійно виникали у людських стосунках ще з давніх віків й різних причин. Перші спроби осмислення суті виникнення конфліктів відносяться ще до глибокої давнини. Мислителі древніх віків схилялися до думки, що конфлікти не несуть в собі лише негативний характер, але й допомагають знайти новий шлях розв'язання певної проблеми. Не винятком є й сімейні конфлікти. В більшості випадках, необізнаність основної частини населення про правильні підходи ведення сімейних діалогів призводить до розлучень, та наші запропоновані методики дозволяють подивитися на сімейні конфлікти під новим кутом. Адже, знаючи про те, що конфлікти, як і будь-який інший процес мають як негативні так і позитивні сторони, обізнана людина завжди зможе з будь-якої конфронтації винести для себе корисні інсайти. Сімейні конфлікти дозволяють відкрити нові можливості для розвитку всієї родини, якщо вони від самого початку мають підстави до виникнення й цілі, які ставлять перед собою конфліктуючі сторони. Якщо сутички неможливо уникнути, психологи радять перед початком конфлікту уважно обдумати або навіть прописати на папері, цілі конфлікту, які ставить перед собою незадоволена сторона. В більшості випадків це полегшує перебіг конфлікту, й робить його дійсно конструктивним. Та не слід також забувати про любов, яка править світом. Інколи це відчуття ладно вирішити найгостріші проблеми, найскладніші сімейні стосунки. Тож навіть у сімейних конфліктах не слід забувати про цю рушійну силу. Все починається з кохання.

Список використаних джерел

1. Долинська Л., Матяш-Заяц Л. Уявлення сучасної молоді про особливості міжособистісних конфліктів. *Соціально-психологічний вимір демократичних перетворень в Україні*. Київ: Український центр політичного менеджменту, 2003. С. 331–338.
2. Леонтьев А. А. Психология общения. Москва: Смысл, 1999. С. 365.
3. Лисенко-Гелемб'юк К. М. Психологічний вплив саморегуляції на розв'язання міжособистісного конфлікту. *Збірник наукових праць: філософія соціологія, психологія*. 2008. Івано-Франківськ: Видавничо-дизайнерський відділ ЦІТ. С. 182–189.
4. Фрейд З. Основные принципы психоанализа. Москва: Рефл-бук, 1998. С. 288.
5. Фрейд З. Психология бессознательного. Москва: Просвещение, 1990. С. 488.
6. Jex Steve M. Stress and job performance: Theory, research, and implications for managerial practice. CA: Sage Publications Ltd., 1998. P. 129.
7. За 15 років в Україні у 22 рази зросла кількість матерів-одиначок – Рева. *Укрінформ. Мультимедійна платформа іномовлення України*. 29.12.2017. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/2373627-za-15-rokiv-v-ukraini-u-22-razi-zroslo-kilkist-materivodinacok-reva.html> (дата звернення 10.10.2018).