Министерство образования и науки Республики Казахстан

Костанайский социально технический университет имени академика З. Алдамжар

ДИПЛОМНАЯ РАБОТА

Психолого-педагогические основы конфликтов в молодой семье

Хажиев Руслан Рафаилович

Костанай 2010

Содержание

Введение

. Психолого-педагогические аспекты проблемы конфликтов в молодой семье

.1 Особенности молодой семьи и её эволюция в современном обществе

.2 Конфликты как психолого-педагогическая проблема молодых супругов

.3 Основные методы психолого-педагогической деятельности по профилактике и коррекции супружеских конфликтов

. Опытно-экспериментальная работа по изучению особенностей семейных конфликтов в молодой семье

.1 Констатирующий этап эксперимента: краткое описание выборки и методов исследования

. Изучение уровня психологической подготовленности молодых супругов к разрешению конфликтных ситуаций

.1 Экспериментальная работа: организация, анализ и интерпретация

Заключение

Список использованных источников

Приложения

Введение

Семейная политика всех цивилизованных государств своей приоритетной задачей считает укрепление института семьи. Однако в современных системах воспитания и образования большинства стран практически отсутствует специальная подготовка к браку и выполнению супружеских обязанностей. Молодые люди вступают в брак, находясь во власти сентиментальных, романтических представлений, не зная правил и закономерностей супружеской жизни. Многие из них потом довольно быстро расходятся.

Главная причина разводов в молодых семьях - возникшие конфликты, которые молодые супруги не смогли разрешить конструктивным путём.

Большинство специалистов сходятся во мнении, что современная семья переживает подлинный кризис, причем проявление этого кризиса обнаруживается тем ярче, чем выше общий уровень социально-экономического развития общества, чем выше уровень жизни и материального благополучия людей. Особые трудности испытывает молодая семья, которая сегодня наиболее нуждается во внимании и поддержке как со стороны государства, так и со стороны психологической науки и практики.

Большинство психологов и социологов, исследующих семейные отношения, подчеркивают важность начального периода развития семьи (Антонюк Е.В., Гребенников И.Ф., Дементьева И.Ф., Дмитриенко А.К., Зуськова О.В., Кратохвил С, Левкович В.П., Лидере А.Г., Мацковский М.С., Меньшутин В.П., Навайтис Г., Ричардсон Р., Сысенко В.А., Трапезникова Т.М., Олейник Ю.Н., Филиппова Г.Г., Харчев А.Г.,. Burges E. и др.). Именно в этот период происходит супружеская адаптация, формируются семейные нормы, осуществляется овладение ролевым поведением. Одновременно в этот период обостряются почти все проблемы супружеской жизни. «Как и все живое, семья бывает наиболее слабой в момент возникновения» (цит. по [12]).

Множество тенденций, замеченных психологами в области межличностного взаимодействия и психологии семьи, разнообразие теоретических предположений, порождающих спектр концептуальных моделей межличностных отношений, свидетельствуют об актуальности осмысления психологии семейных отношений. В реалиях XXI века еще острее стоят вопросы по поводу того, как нам обрести устойчивый, гармоничный союз с другим человеком и каким образом сохранить этот союз на протяжении всей жизни.

Вирджиния Сатир [2], известный американский психолог, считает, что «...Хорошо налаженные семейные отношения - это вопрос выживания, вопрос первостепенной жизненной важности. Неблагополучные семьи порождают неблагополучных людей с низкой самооценкой, что толкает их на преступление, оборачивается душевными болезнями, алкоголизмом, наркоманией, нищетой и другими социальными проблемами. Если мы приложим все усилия, чтобы семья стала тем местом, где человек может получить настоящее гуманистическое воспитание, мы обеспечим себе более безопасный и человечный мир вокруг. Семья может стать местом формирования истинных людей».

Сама по себе тема “природа конфликтов в молодой семье” не получила должной разработки в современной педагогике и психологии, (в настоящее время публикации на эту тему у нас единичны и представляют собой, главным образом, обзор зарубежных исследований).

В предупреждении и преодолении семейных конфликтов очень многое зависит от искусства общения в семье, основу которого составляет стремление сгладить назревающий семейный конфликт, а не разжигать его; умение воспринимать супруга таким, какой он есть, видеть в нем прежде всего положительное, не выпячивать его недостатки, преувеличивая их значение; стремление видеть источник своего раздраженного состояния прежде всего в себе самом, а не в супруге.

Конечно, существуют попытки в педагогике, социологии, психологии и сексологии проникнуть в интимный мир людей. Создается необходимая литература о семье и браке. Возникают различные центры молодой семьи, клубы знакомств, консультации и др. Но сегодня этого недостаточно.

Молодым людям необходимо знать не только этику и психологию, но и педагогику супружеской жизни, уметь увидеть разницу между влюбленностью, любовью и страстью; разобраться в своем чувстве, учесть особенности психологии мужчины и женщины, чтобы не ошибаться или, по крайней мере, меньше ошибаться и страдать, чтобы уметь извлекать полезное из допущенных ошибок, исправлять их.

На наш взгляд, изучение причин возникновения конфликтов в диаде “супруг-супруга” в молодой семье в период первичной адаптации является необходимым и очень важным. И в данной работе мы изучаем природу конфликтов в молодой семье в период первичной адаптации.

В Республике Казахстан семейная политика государства предусматривает укрепление семьи. Президент нашей страны издал указ о том, что молодой семье предоставляется ряд определенных привилегий: первоочередное обеспечение жилой площадью, кредитом и т.д. При этом молодой семьей считается семейная пара, в которой оба супруга не достигли 29 лет, а также неполная семья, в которой ребенка воспитывает один из родителей, не достигший возраста 29 лет, в том числе разведенный, вдовый.

В Законе Республики Казахстан от 7 июля 2004 года № 58 «О государственной молодежной политике в Республике Казахстан» в статье 10 «Государственная поддержка молодых семей» разработаны специальные меры по оказанию помощи молодой семье.

В целях государственной поддержки молодых семей центральные и местные государственные органы в порядке, установленном законодательством Республики Казахстан, разрабатывают, утверждают, реализуют отраслевые и региональные программы.

Формирование и реализация отраслевых и региональных программ в области государственной поддержки молодых семей осуществляются в соответствии с прогнозом социально-экономического развития Республики Казахстан на основе анализа социальных потребностей молодых семей, в отношении которых устанавливаются меры государственной поддержки.

Отдельным пунктом статьи 10 закона «Государственная поддержка молодых семей» 2004 г. внесена задача «развития системы консультирования по проблемам семейной жизни, психолого-педагогическим, правовым и другим вопросам молодых семей» [1].

Указанные меры направлены на создание системы учреждений, непосредственно осуществляющих психолого-педагогическую помощь молодым семьям.

Поскольку данная система находится только в начальной стадии своего зарождения, существует острая необходимость в исследовании данной проблемы, создании необходимого инструментария для практической реализации деятельности таких учреждений.

Актуальность данной проблемы побудила нас обратиться к теме исследования « Психолого-педагогические основы конфликтов в молодой семье».

Объект исследования: молодая семья в период первичной адаптации.

Предмет исследования: социально-педагогические и психологические особенности процесса семейного конфликта в молодой семье.

Цель исследования: выявить причины конфликтности в молодой семье в период первичной адаптации и найти социально-педагогические и психологические пути разрешения конфликтов.

Гипотеза исследования: одной из причин возникновения конфликтов в молодой семье является неподготовленность супругов к браку, обусловленная недостаточным уровнем психолого-педагогических знаний и умений, отсутствием необходимых представлений о правилах поведения в конфликтных ситуациях и их преодолении, нехваткой взаимопонимания и различными взглядами и стереотипами поведения супругов.

На основании объекта, предмета, цели и гипотезы исследования нами были выдвинуты следующие задачи:

 Проанализировать теоретические подходы к проблеме молодой семьи в психолого-педагогической литературе.

 Выявить причины возникновения семейных конфликтов.

 Произвести экспериментальное исследование по выявлению причин конфликтов в диаде «супруг-супруга».

 Разработать и апробировать коррекционную программу по предотвращению возникновения конфликтов в молодой семье в период первичной адаптации.

Выборка для данного исследования составила 20 человек (10молодых пар).

директивный стиль руководство

1. Психолого-педагогические аспекты проблемы конфликтов в молодой семье

1.1 Особенности молодой семьи и её эволюция в современном обществе

Семья как социальный институт возникла в процессе развития общества. На первых порах его развития отношения между мужчиной и женщиной, старшим и младшим поколением регулировались племенными и родовыми обычаями. С возникновением нравственности, религии, а затем государства регулирование половой жизни приобрело нравственный и правовой характер. Это позволило еще больше усилить социальный контроль над браком. С развитием общества происходили определенные изменения в брачно-семейных отношениях. Наряду с официально зарегистрированными в институтах общества (церковными, государственными и др.) появились гражданские союзы, в которых супруги связаны отношениями моральной и материальной зависимости.

Семья является объектом изучения многих наук: социологии, психологии, педагогики, демографии, этики, истории и других, этот факт обуславливает существование достаточно разных определений данного понятия.

По мнению А.Г. Харчева, семью можно определить как исторически конкретную систему взаимоотношений между супругами, члены которой связаны брачными или родственными отношениями, общностью быта, эмоциональной связью и взаимными моральными обязанностями [3].

А.И. Антонов определяет семью несколько иным образом: это основанная на интимной общесемейной деятельности общность людей, связанных узами супружества-родительства-родства и тем самым осуществляющая воспроизводство населения и преемственность семейных поколений, а также социализацию детей и поддержание существования членов семьи. То есть здесь идет речь о семье как о триединстве: супружество-родительство-родство, остальные типы семьи А.И. Антонов называет «семейными группами». Таким образом, с точки зрения данного автора, главным признаком семьи является наличие в ней детей [4].

По мнению Шапошникова Е.А. , брак и семья существуют лишь тогда, когда оба супруга признают себя состоящими в браке и осознают себя членами одной семьи [5].

Итак, первоначально основу семейных отношений обычно составляет брак. Но семья, как правило, представляет более сложную систему отношений, чем брак, поскольку она может объединять не только супругов, но и их детей, а также других родственников. Поэтому семью следует рассматривать как систему связей, взаимодействий и отношений индивидов, выполняющих функции воспроизводства человеческого рода на основе определенных ценностей и норм, подверженных социальному контролю через систему позитивных и негативных санкций. В то время как термин «брак» употребляется для обозначения юридически оформленного союза, «семья» выражает внутренние сущностные характеристики межличностных отношений брачных партнеров, родителей и детей, а также родственников.

Таким образом, семейные отношения могут складываться как реально существующие союзы вне зависимости от формы их заключения, то есть фактические (незарегистрированные) и зарегистрированные браки. На первый план выступает следующий признак семьи: осознание и принятие обоими супругами факта совместности в моральном, эмоциональном, финансовом и хозяйственно-бытовом планах. В данном случае важное и определяющее значение имеет добровольное признание данного факта и мужчиной и женщиной.

Жизнь семьи и ее социальные функции многогранны. Они связаны с интимной жизнью супругов, продолжением рода, воспитанием детей. Все это основывается на соблюдении определенных нравственных и правовых норм: любви, уважения, долга, верности и т.д.

Семья - это такой фундамент общества и такая микросреда, климат которой способствует или препятствует развитию моральных и физических сил человека, становлению его как социального существа. Именно в семье закладываются те нравственные основы, которые способствуют развитию личности.

Семья оказывает самое большое влияние на личность ребенка. В сфере воздействия семьи одновременно сказываются и интеллект и эмоции ребенка, его взгляды и вкусы, навыки и привычки. Семейное воспитание имеет практически всеобъемлющий характер, ибо оно не сводится только к внушению, а включает в себя все формы воздействия на формирующуюся личность: через общение и непосредственное наблюдение, труд и личный пример окружающих. Иными словами, развитие ребенка органически вписано в жизнедеятельность семьи. Воспитательную функцию семьи трудно переоценить.

Общество кровно заинтересовано в прочной, духовно и нравственно здоровой семье. Она требует внимания и помощи со стороны государства в выполнении социальных функций, воспитании детей, в улучшении материальных, жилищных и бытовых условий. Особенного отношения как наиболее хрупкая и уязвимая требует к себе молодая семья.

Молодое супружество, в соответствии с мнением Аберкромби Н., [6] - это супружество, продолжающееся менее 5-ти лет. В российской психологии, как правило, используется периодизация развития семьи, предложенная В.А. Сысенко [7]. Согласно этой периодизации, термин «молодая семья» понимается довольно расширенно - «совсем молодые браки» - от 0 до 4 лет стажа и «молодые браки» от 5 до 9 лет.

В Казахстане молодой семьей считается семейная пара, в которой оба супруга не достигли 29 лет, а также неполная семья, в которой ребенка воспитывает один из родителей, не достигший возраста 29 лет, в том числе разведенный, вдовый [8].

Многие исследователи выделяют в качестве первого периода развития семьи первые год-два совместной жизни. На значимость именно этого отрезка жизненного цикла семьи указывает уже тот факт, что, по разным источникам, за это время распадается от 20% (Т.М. Трапезникова [9]) до одной трети всех семей (В.А. Сысенко [7].

В этот период супруги привыкают друг к другу, покупают мебель и предметы обихода, часто не имеют собственной квартиры и живут с родителями одного из них. Со временем появляется квартира, которая постепенно обставляется, строится собственное домашнее хозяйство. Супруги ожидают детей, с рождением которых возникают обязанности, связанные с уходом и заботой о них. В профессиональной области молодые супруги только приобретают какую-либо квалификацию, постепенно они достигают определенного положения, адаптируются к новой семейной обстановке. Жена некоторое время находится в декретном отпуске. Совместная жизнь требует немалых затрат, в том числе психологических.

Многочисленные исследования социологов, психологов, педагогов говорят о том, что стабильная семья может быть создана при определенной готовности молодых людей к семейной жизни. А.Н. Сизанов утверждает, что понятие “готовность к семейной жизни” включает в себя социально-нравственную, мотивационную, психологическую и педагогическую готовность [10].

Социально-нравственная готовность к семейной жизни предполагает гражданскую зрелость (возраст, среднее образование, профессия, уровень нравственного сознания), экономическую самостоятельность, здоровье. Социологические исследования показывают, что раннее заключение брака является важным фактором, влияющим на удовлетворенность отношениями между супругами. Создать семью можно в 18 лет, но наиболее благоприятный с медицинской точки зрения возраст вступления в брак - 20-22 года для девушек и 23-28 - для юношей (здесь учитывается тот факт, что мужской организм достигает полной зрелости позже женского). При изучении успешных и неуспешных браков (к успешным относятся те, где оба супруга удовлетворены своими отношениями и считают свой брак прочным) выяснилось, что в группе успешных семей только 43% женщин вступили в брак до 21 года, в неуспешных - 69%. По данным Н. Г. Юркевича, у мужчин в возрасте до 21 года включительно процент распавшихся браков в 2.2 раза больше процента заключенных[11].

Важным моментом, обеспечивающим адаптацию супругов в семейной жизни, является соотношение их возрастов. Сексологи утверждают, что семьи, в которых жена старше мужа, в подавляющем большинстве непрочны. При этом, чем старше возраст вступающих в брак, тем на большее число лет муж должен быть старше жены. Если например, женщине, вступающей в брак 20-22 года, то мужчине может быть 24-26; если женщине 25 лет, то мужчине - около 30 и т.д. Однако, максимальный разрыв в возрасте супругов не должен превышать 8-12 лет (25, 13).

Уровень нравственного сознания молодых людей - одно из важных условий готовности к созданию семьи. Развитое нравственное сознание проявляется в понимании молодежью социальной значимости семьи, в серьезном отношении к браку, в продуманном выборе спутника жизни, в чувстве ответственности за создаваемую семью, в глубоком уважении к будущему мужу (жене), к представителям старшего поколения, к другим членам семьи, в чуткости, а также в общении с ними.

Т.М. Афанасьева, например, приводит тот факт, что по данным социологических исследований современные невесты прежде всего ищут в будущем спутнике... интеллигентность, т.е. очень сложный комплекс самых высоких человеческий свойств. Это и ум, и эрудиция, и чуткость, такт, культура внутренняя и внешняя. На втором месте - отношение к женщине как другу, заботливое отношение к семье детям, затем - разумная воля, трудолюбие, трезвость, чувство юмора, стремление к всестороннему совершенству, физическая красота [12].

Юноши ищут в своих избранницах прежде всего сочетание доброты, мягкости, самоотверженности, женственности с верностью супружескому долгу. Но и для них также важны ум и деловые достоинства подруги, которой придется трудиться наравне с мужем [13].

В исследованиях Богданова Г.Т. также было подтверждено, что в настоящее время юноши и девушки, считая любовные отношения самоценными, далеко не в каждом любовном партнере видят будущего спутника жизни [14].

Готовность к созданию семьи и ее благополучие во многом зависят от состояния здоровья молодых людей, вступающих в брак. Но здоровье приобретается не за один день, а в течение всей предшествующей жизни. Здоровый образ жизни способствует развитию духовной культуры человека, укреплению внутрисемейных отношений, поддержанию дружеских и высоконравственных отношений с окружающими людьми, а также позволяет человеку значительно легче преодолевать психоэмоциональные трудности и стрессовые ситуации, которые порой возникают в семейной жизни.

Молодые люди, создавая семью, конечно, думают о материальных и жилищных проблемах. По данным многочисленных исследований фактор материальной и жилищной обеспеченности на стабильность семьи непосредственно не влияет. Однако плохие материальные условия жизни часто усиливают конфликтные ситуации, возникающие по другим причинам. Выборочные социологические исследования показывают, что 44% молодоженов собираются жить совместно с родителями (причем у 37% молодых людей были установлены нечеткие представления относительно мнения родителей об их браке). Другие молодожены предполагают жить в общежитии, на частной квартире, в отдельной квартире, в комнате коммунальной квартиры. При этом ответы жениха и невесты не совпадают в 23% случаев. В целом, современной молодежи свойственно стремление к раздельному проживанию с родителями, хотя зависимость молодых людей от родителей еще велика. Например, около 80% всех вступающих в брак по данным тех же исследований предполагают получать материальную помощь от родителей, что указывает на экономическую и социальную несамостоятельность молодежи.

Молодым людям, собирающимся создать семью без прочного материального фундамента, обычно приходится выслушивать немало предостережений и вполне справедливых. И все же создание такой семьи имеет гораздо больше рациональных оснований, чем это представляется тем, кто признает обязательным материальную обеспеченность молодоженов. Как правило, длительный период ухаживания может привести к спаду любовных отношений.

Мотивационная готовность к семейной жизни включает в себя любовь как основной мотив создания семьи, готовность к самостоятельности, чувство ответственности за создаваемую семью, готовность к рождению и воспитанию детей.

Известно, что большинство людей создают семью по любви. Таких семей, по данным социологов, примерно 70-75%. Без сильного чувства, без сердечного влечения, по рассудку создают семью 15-20% молодоженов. Около 5-10% создают семью по материальным соображениям (один из будущих супругов имеет машину, отдельную благоустроенную квартиру, хорошо оплачиваемую должность и т.п.).

Доктор философских наук В.И. Зацепин в книге “О жизни супружеской” рисует диаграмму подъемов и спадов любовного влечения у разных индивидов. Он обнаружил, что повышенная конфликтность возникает между супругами, у которых накладываются друг на друга волна прилива и пора спада чувств.

Ученый считает, что супругам полезно в пору осложнений и охлаждений отправляться в командировку, в отпуск, отвлечься, наконец, каким-нибудь интересным занятием (т.е. отходить друг от друга на безопасное расстояние).

Психологическая готовность к созданию семьи - это наличие развитых навыков общения с людьми, единства или схожести взглядов на мир и семейную жизнь, умения создать здоровый морально-психологический климат в семье, устойчивости характера и чувств, развитых волевых качеств личности.

От атмосферы семьи, в которой выросли будущие супруги, зависит во многом и то, как сложится судьба будущей семьи, будет ли она благополучной или, напротив, столкнется с проблемами и трудностями, а то и распадется.

Данные социологических исследований свидетельствуют: развод родителей в три раза увеличивает вероятность развода у детей, в то время как вероятность развода детей из полной семьи составляет 5 из 100 [13].

Педагогическая готовность к созданию семьи включает в себя педагогическую грамотность, хозяйственно-экономические умения и навыки, сексуальную воспитанность.

Педагогическая грамотность молодых людей, вступающих в семейную жизнь, предполагает знание закономерностей развития детей и особенностей их воспитания, навыки ухода за младенцем. Под хозяйственно-экономическими умениями и навыками подразумеваются умение планировать, распределять и соблюдать семейный бюджет, организовывать быт и досуг, создавать в семье уют.

Сексуальная воспитанность предполагает усвоение необходимых знаний об интимных сторонах жизни человека, правильных взглядов на взаимоотношения полов, знание того, как беречь свою любовь.

Сексологи, которым приходится сталкиваться со случаями дисгармонии, считают, что многие проблемы супружеских отношений зарождаются именно в начальный период брака, а порой в самую первую ночь после свадьбы. Выходит, что не у всех оправдываются ожидания, не всем приносит радость физическая близость. Существуют семьи, в которых открытие этой страницы супружества приносит немало горестей, а то и конфликтов в отношения любящих.

Итак, стабильная благополучная семья может функционировать только при определенной подготовке молодых людей к совместной семейной жизни.

Молодые браки характеризуются первоначальным вхождением в мир друг друга, распределением труда и обязанностей в семье, решение жилищных, финансовых и связанных с ведением общего хозяйства и быта проблем, вхождением в роли мужа и жены, доформированием личности, процессом приобретения жизненного опыта, взросления и возмужания. Этот период брачной жизни является самым трудным и опасным с точки зрения стабильности семьи.

Можно с уверенностью утверждать, что прочность семьи базируется на взаимной любви, общности интересов, способности к сопереживанию, заботливом и уважительном отношении друг к другу.

Выбирая себе спутника жизни, юноша или девушка стремится найти в нем черты характера, импонирующие ему или ей.

Идеальный вариант мы имеем в случае, если будущие супруги вместе учатся или работают. В этом случае молодые люди объединены общностью взглядов, интересов, общей целью. Они практически постоянно находятся вместе, совместно проводят досуг и т.д.

Статистика свидетельствует, что к возрасту 25 лет в брак вступают более 80% женщин и около 70% мужчин. (27, 8).

По данным “Службы семьи”, сегодня до 20 лет выходят замуж более 55% девушек. Главной причиной ранних браков (по данным опроса, проведенного работниками одного из ЗАГСов) среди девушек является страх остаться одной. Если учесть еще, что в стране каждый четвертый-пятый одинокий, и это обстоятельство весьма серьезное, то понять молодежь нетрудно[15].

Специалисты утверждают, что социальное происхождение супругов, место их рождения, состав и величина родительской семьи в большей степени могут сказываться на характере семейных отношений супругов, чем их национальная принадлежность. Наследование сходных образцов и норм поведения, распространенных в среде, где выросли будущие супруги, способствует более полному взаимопониманию и единству интересов [16].

Подавляющее большинство обследованных молодых пар (по данным статистики - около 90%) являются выходцами из полных семей. Более 70% воспитывались в семьях с братьями и сестрами; более 9% росли в трехпоколенных семьях, т.е. в семьях жили бабушка или дедушка. Следовательно, воспитание большинства будущих супругов в родительских семьях осуществлялось в полном объеме родственных связей, что, без сомнения, положительно сказывается на семейно-брачных отношениях респондентов.

Молодые семьи наследуют многие образцы семейной жизни родителей. Как правило, те, кто оценивают брак родителей как идеальный, так же подходят и к своему браку. И чем больше конфликтов было в родительских семьях, тем чаще они возникают и в семьях детей. Родители, чье супружество сложилось благополучно, дают детям самый наглядный и убедительный пример того, как должна строиться совместная жизнь мужа и жены.

Гармоничность семейной жизни родителей имеет и другие результаты для будущей семейной жизни детей. Около 43% опрошенных из семей, где между родителями царили лад и согласие, проявляли полное взаимопонимание в вопросах ведения домашнего хозяйства, в то время как те, чьи родители развелись, такое качество проявляли только 28% опрошенных [17].

Поэтому, как видим, значение личного примера родителей для будущей семейной жизни детей очень велико. Психологические установки относительно числа детей в семье, распределение обязанностей между супругами во многом носит традиционный характер.

Однако молодости свойственно стремление к новому, собственному пониманию ценностей брака. Молодым семьям, например, присущи иные подходы к вопросам лидерства в семье, здоровья, психологического комфорта, свои особенные ценностные ориентации. И в то же время, слабая подготовка молодых людей к супружеству и семейной жизни, психологические перегрузки и повышенные требования к брачному партнеру нередко приводят к конфликтам, которые разъедают семейные устои .

В молодежной среде достаточно широко распространены добрачные интимные связи. Почти 70% молодых людей считают добрачные сексуальные отношения допустимыми. Констатируя факт широкого распространения добрачной половой жизни молодых людей, следует все же отличать интимную связь влюбленной пары от половой распущенности некоторых молодых людей. Если оценивать причины добрачного сексуального общения, то следует заметить, что почти 60% молодых людей допускают возможность вступления в сексуальные связи только с любимым человеком. И только около 12% опрошенных не видят никаких препятствий для полной свободы добрачных отношений. Большинство опрошенных молодых людей считают добрачную близость допустимой и нравственно оправданной, если ей сопутствует любовь и планы будущего заключения брака. Почти половину опрошенных семейных пар составили такие, где супруги были знакомы до брака от года до трех лет. При этом знакомство почти 70% супругов было связано с совместной учебой, что, безусловно, обусловило общность их взглядов, жизненных планов, дало возможность узнать и понять личность будущего супруга.

Семья создается в результате активного поиска молодыми людьми близкого, дорогого человека, необходимого для счастливой, полноценной жизни. Характер будущего супружества в значительной мере определяется мотивом, причинами, которые обусловили заключение брачного союза.

В работах социологов С.И. Голода, З.И. Файнбурга, А.Г. Харчева и других отмечается довольно большое разнообразие мотивов, лежащих в основе принятия решения о вступлении в брак: это и любовь, и общность интересов, и совпадение вкусов, стилей жизни, материальные соображения, случайность и пр. При этом каждый специалист пользуется своим “набором” наиболее значимых с его точки зрения мотивов.

Преобладающим мотивом заключения брака у молодежи являются любовь и близкие к ней духовные, этические и эстетические ценности и ожидания.

Любовь как эмоциональная основа брачного союза преобладает над другими мотивами. В браке любовь остается для большинства супругов высшей ценностью. Сохранение взаимной любви супругов в браке считается одной из субъективных характеристик успешного функционирования семьи. На основе сильной, положительно окрашенной эмоциональной связи супругов осуществляется преодоление всех трудностей сложного периода адаптации. Характер и сила чувств определяют уровень “социального оптимизма” супругов-студентов, а именно: невосприимчивость к внешним неблагоприятным для семьи условиям существования, в первую очередь материально-бытовым.

Любовь должна быть подлинной и действенной, т.е. предполагать “не получение эгоистического удовлетворения, а испытание радости через радость другого человека, наслаждение через отраженное наслаждение другого” [60]. Подлинность чувства предусматривает уважение прав и достоинств супруга, его интересов, духовную близость супругов.

Эмоциональная сторона брака имеет для молодых супругов первостепенное значение. Удовлетворенность браком у каждого из них связана с характером и силой чувств. Ни материально-бытовые условия, ни возможность продолжать учебу без дополнительных трудностей, возникающих с созданием семьи, не влияют на удовлетворенность браком так сильно, как характер и сила чувств молодых супругов.

Установлена связь между сохранением чувства любви в браке и характеров использования свободного времени: справедливое распределение домашних обязанностей между супругами позволяет увеличить время досуга семейной женщины.

Большое значение для сохранения и укрепления чувств молодых супругов имеет положительно окрашенное общение [18]. Общение - необходимое условие для полнокровной, внутренне богатой и эмоционально насыщенной жизни.

Одним из главных вопросов, с которыми сталкиваются вступающие в брак молодые супруги, является жилищный вопрос. Хорошо, когда молодые начинают совместную жизнь в отдельной квартире, но такое встречается крайне редко. Жилищную проблему молодых семей помогает решать и государство путём предоставления молодой семье в порядке, предусмотренном законодательством Республики Казахстан, жилого помещения комнатного типа в общежитии организации образования на период обучения в высших учебных заведениях и организациях среднего профессионального образования.

Определённую роль играет предоставление молодым семьям льготных кредитов в соответствии с законодательством Республики Казахстан. Однако существующих мер недостаточно, и жилищная проблема, материальные затруднения нередко являются причиной конфликтов в молодых семьях.

Молодая семья живет сегодня в очень трудных материальных условиях. Большинство молодых людей в начале своей семейной жизни сталкиваются с проблемами, о которых они, возможно, раньше и слышали, но не думали, что им придется их решать. В частности, такой маленький бюджет, каким располагает молодая семья, требует особой тщательности ведения хозяйства. И здесь необходимы хотя бы элементарные знания и умения.

Молодые супруги нередко пользуются и помощью родителей. Она носит разнообразный характер. Это и материальная, и хозяйственно-бытовая, и нравственно-психологическая, и помощь по воспитанию детей. Помощь эта неоценима и в начале супружеской жизни и закономерна, потому что дает возможность молодым супругам завершить образование и более рационально и интересно проводить свободное время. Если она оказывается в разумных пределах, то, естественно, способствует становлению молодых семе, в противном же случае такая помощь может отрицательно влиять на молодых супругов, вырабатывая у них ложные установки на “легкость”, может способствовать развитию к них иждивенчества, инфантилизма, паразитических наклонностей.

Таким образом, из всего вышесказанного можно сделать следующие выводы: молодой семьей считается семейная пара, в которой оба супруга не достигли 29 лет, а также неполная семья, в которой ребенка воспитывает один из родителей, не достигший возраста 29 лет, в том числе разведенный, вдовый.

Молодая семья сталкивается с серьёзными материально-бытовыми проблемами. Особую позицию здесь занимает жилищный вопрос, т.к. далеко не все молодые семьи имеют возможность приобрести жилую площадь. Такие проблемы являются фактором риска для отношений молодых супругов.

Первые годы являются серьёзным испытанием для молодых супругов, т.к. в этот период продолжается формирование их взаимоотношений, распределяются обязанности, выявляются различия во взглядах, вкусах и т.д., приводящие к конфликтам.

.2 Конфликты как психолого-педагогическая проблема молодых супругов

В период брачной адаптации формируются общие представления супругов о браке и семье. Конфликт в молодой семье происходит именно из-за наличия у молодых супругов представлений о семейной жизни, в чем-то противоречащих друг другу. Конфликт - обоюдное отрицательное психическое состояние двух или более людей, характеризующееся враждебностью, отчужденностью, негативизмом в отношениях, вызванное несовместимостью их взглядов, интересов или потребностей. Под супружеским конфликтом в широком смысле мы понимаем столкновение между супругами, вызванное противоречием установок, целей, взглядов, идеалов, представлений и т.д. по отношению к конкретному предмету или ситуации[19].

Чем глубже ученые изучают супружеские взаимоотношения, тем тверже убеждаются в невозможности существования бесконфликтных семей. Все супружеские союзы проходят стадию разногласий. Наличие конструктивно разрешаемых конфликтов является важным компонентом такой структуры семьи, как субсистема супружеской пары+.

Олейник А.Н. [20] обращает внимание на то, что начальный период, по праву можно считать наиболее ответственным периодом в жизни супругов, когда молодожены сталкиваются с первыми не любовными, интимными и приятными проблемами, а семейно-бытовыми. Период притирки характеров, взглядов на жизнь, семейный уклад - очень сложный этап в отношениях, вызывающий подъемы и спады настроения молодых. Насыщенный самыми противоречивыми переживаниями, этот момент супружеской жизни часто запоминается на всю жизнь и отражается на дальнейшей судьбе семьи. Каждый из партнеров не только открывает мир другого, но и сам обнаруживает в себе что-то раньше не замеченное.

Кочетов А.И. [21], говоря о проблемах первых лет супружеской жизни, указывает, что «первые год-два совместной жизни - это время формирования индивидуальных стереотипов общения, согласование систем ценностей, выработка общей поведенческой линии». В этот период происходит взаимное приспособление супругов, поиск такого типа взаимоотношений, которые удовлетворяют обоих. На этом этапе решаются следующие задачи:

формирование структуры семьи;

распределение функций (ролей) между мужем и женой;

выработка общих семейных ценностей.

Авторы Гребенников И.В. [22] единодушны в том, что процесс формирования молодой семьи протекает весьма интенсивно и напряженно. Они считают, что в период до рождения детей у супругов наиболее характерны трудности выработки своего семейного уклада, разочарование друг в друге как результат более глубокого узнавания, конфликты по поводу распределения функций, проблемы во взаимоотношениях с родственниками, материальные и экономические проблемы.

В ряде исследований отечественных авторов (показано, что некоторая переоценка, идеализация партнера присуща в основном молодым семьям. Согласно другим данным, эта особенность имеет место и на других этапах развития семьи, причем величина разности между оценкой и самооценкой уменьшается с увеличением семейного стажа, приближаясь к нулю, что свидетельствует о более адекватной оценке партнера по мере приобретения опыта семейной жизни.

Для молодых людей, вступающих в брак, характерна некоторая идеализация семейной жизни. Это выражается в том, что от семейной жизни они в первую очередь ожидают удовлетворения своих потребностей в духовном росте и самосовершенствовании. При этом ожидание удовлетворения материальных потребностей занимает последнее место, хотя их значение в реальной жизни несоизмеримо выше.

Огромный пласт работ посвящен проблеме связи сходства установок супругов в сфере семейных ролей и удовлетворенности браком. Значимый вклад в разработку этой проблемы был внесен Елизаровым А.Н.[19]. Автор рассматривает супружескую пару как основу семьи, а супружеское взаимодействие как «совокупность отношений между брачными партнерами». Полученные ими данные свидетельствуют о том, что несовпадение мнений супругов по поводу функций семьи, характера распределения основных семейных ролей приводит к дезорганизации семьи. Ими так же было показано, что совпадение мнений супругов по этим вопросам влияет на их совместимость и успешность брака.

Обобщая имеющиеся в литературе представления о молодой семье, можно сделать вывод о том, что:

начальный период - это наиболее ответственный период в жизни супругов;

это время формирования индивидуальных стереотипов общения, согласования систем ценностей, выработки общей поведенческой линии;

процесс формирования молодой семьи протекает весьма интенсивно и напряженно.

Супруги, особенно молодые, обычно драматизируют любую спорную ситуацию и считают, что единственный путь выхода из такой ситуации - развод. Конфликтными супружескими союзами называют такие, в которых между супругами имеются постоянные ссоры, где их интересы, потребности, намерения и желания приходят в столкновение, порождая особо сильные и продолжительные эмоциональные состояния.

Исследования психологов показывают, что в 80-85% семей есть конфликты. Оставшиеся 15-20% фиксируют наличие «ссор» по различным поводам (В. Поликарпов, И, Залыгина). В зависимости от частоты, глубины и остроты конфликтов выделяют кризисные, конфликтные, проблемные и невротические семьи (В. Торохтий).

Кризисная семья. Противостояние интересов и потребностей супругов носит острый характер и захватывает важные сферы жизнедеятельности семьи. Супруги занимают непримиримые и даже враждебные позиции по отношению друг к другу, не соглашаясь ни на какие уступки. К кризисным брачным союзам можно отнести все те, которые или распадаются, или находятся на грани распада.

Конфликтная семья. Между супругами имеются постоянные ссоры, где их интересы сталкиваются, порождая сильные и продолжительные отрицательные эмоциональные состояния. Однако брак может сохраняться благодаря другим факторам, а также уступкам и компромиссным решениям конфликтов.

Проблемная семья. Для нее характерно длительное существование трудностей, способных нанести ощутимый удар стабильности брака. Например, отсутствие жилья, продолжительная болезнь одного из супругов, отсутствие средств на содержание семьи, осуждение на длительный срок за преступление и ряд других проблем. В таких семьях вероятно обострение взаимоотношений, появление психических расстройств у одного или обоих супругов.

Невротическая семья. Здесь основную роль играют не наследственные нарушения в психике супругов, а накопление воздействия психологических трудностей, с которыми встречается семья на своем жизненном пути. У супругов отмечается повышенная тревожность, расстройство сна, эмоции по любому поводу, повышенная агрессивность и т.[26].

Конфликтное поведение супругов может проявляться в скрытой и открытой формах. Показателями скрытого конфликта являются: демонстративное молчание; резкий жест или взгляд, говорящий о несогласии; бойкот взаимодействия в какой-то сфере семейной жизни; подчеркнутая холодность в отношениях. Открытый конфликт проявляется чаще через открытый разговор в подчеркнуто корректной форме; взаимные словесные оскорбления; демонстративные действия (хлопанье дверью, битье посуды, стучание кулаком по столу), оскорбление физическими действиями и др.

Существует зависимость между конфликтом и личностями конфликтующих. Так, есть люди, которые испытывают положительные эмоции при конфликте. Некоторые же переживают их очень болезненно, поскольку не переносят любую психическую напряжённость. Определённые черты характера человека (злость, вспыльчивость, капризность, обидчивость и т. д.) могут обострять возникающие разногласия, усугублять неприязненность в отношениях. Вот почему важно воспитывать в себе с юных лет те качества, которые могут способствовать умению налаживать отношения с людьми. Можно с уверенностью сказать, что если супруги по каким-то причинам не сумели найти верный, адекватный способ решения своих проблем, то конфликт, даже естественный и закономерный для данной стадии жизненного цикла семьи, оказывается непреодолимым.

Конфликт обычно вызывается какой-то сложной для супругов проблемой. Конфликтные ситуации специфичны для разных стадий развития семьи. Наиболее существенна роль конфликта в период формирования семьи, когда супруги только начинают приспосабливаться друг к другу. Именно на этом этапе важно определить причины конфликтных ситуаций, способы и пути их разрешения.

Семейные разногласия является естественным явлением для любой семьи. Ведь для совместной жизни объединяются мужчина и женщина с индивидуальными психическими различиями, неодинаковым жизненным опытом, разными взглядами на мир, интересами. И по самым различным вопросам, начиная с того, где провести выходной или отпуск, кончая тем, какую купить машину, могут быть противоречивые мнения.

Возникновение конфликтов связано со стремлением людей удовлетворять те или иные потребности или создать условия для их удовлетворения без учёта интересов другого супруга или члена семьи.

Причин семейных конфликтов очень много: разные взгляды на семейную жизнь; нереализованные ожидания и неудовлетворенные потребности, связанные с семейной жизнью; пьянство одного из супругов; супружеская неверность; грубость, неуважительное отношение друг к другу; нежелание мужа помогать жене в домашних делах; бытовая неустроенность; неуважительное отношение мужа к родственникам жены и наоборот; различия в духовных интересах и потребностях и т.п+.

А.И. Кочетов, например, называет семь основных причин семейных конфликтов [13]:

 нарушение этики супружеских отношений (измена, ревность);

 биологическая несовместимость;

 неправильные взаимоотношения супругов (одного из них) с окружающими их людьми - родственниками, знакомыми, сослуживцами и т.д.;

 несовместимость интересов и потребностей;

 различие педагогических позиций по отношению к ребенку;

 наличие личностных недостатков или отрицательных качеств у одного, а подчас и у обоих супругов;

 отсутствие взаимопонимания между родителями и детьми.

В.А. Сысенко рассматривал те же причины, что и А.И Кочетов, только более подробно и конкретно:

 неудовлетворенность сексуальных потребностей одного из супругов;

 неудовлетворенность потребности в ценности и значимости своего «Я» (нарушение чувства собственного достоинства со стороны другого партнера, его пренебрежительное, неуважительное отношение, обиды, оскорбления, постоянная критика);

 неудовлетворенность потребности одного или обоих супругов в положительных эмоциях (отсутствие ласки, нежности, заботы, внимания и понимания, психологическое отчуждение супругов друг от друга, эмоциональная холодность);

 пристрастие одного из супругов к спиртным напиткам, азартным играм и тому подобным вещам, приводящим к большим затратам денежных средств;

 финансовые разногласия супругов (вопросы взаимного бюджета, содержания семьи, вклада каждого из партнеров в ее материальное обеспечение);

 неудовлетворенность потребности во взаимопомощи, взаимной поддержке, потребности в кооперации и сотрудничестве, неудовлетворенность ведением домашнего хозяйства [9].

Главная причина семейных несчастий, как писал Л.Н. Толстой, заключается в том, что люди воспитаны на мысли о счастье и ждут его от брака. Но даже порой после нескольких месяцев супружеской жизни горячие чувства уходят в небытие, а остаются только серые, нескончаемо однообразные, с массой самых обыденных и прозаических дел, будни.

Одна из наиболее распространённых причин семейных конфликтов - эгоистичность одного или обоих супругов. Эгоист прежде всего думает о своих потребностях, заботится о себе, не считается с потребностями и интересами близких людей. Эгоизм в семье и есть главный враг счастливого супружества. Вообще, нет порока страшнее, чем эгоизм, достоинства он превращает в недостатки. Так, соединение эгоизма с трудолюбием порождает психологию хапуги, со смелостью - лихачество, авантюризм. Даже способности и ум эгоиста подчинены одной цели - карьеризму, самовосхищению, оправданию своих ошибок. Ещё страшнее эгоизм воздействует на недостатки: он превращает их в пороки. Эгоизм и лень - уже паразитизм, эгоизм и ложь - подлость, эгоизм и трусость - предательство и т. д. Эгоизм одного из супругов делает несчастными обоих.

Эгоизм обоих супругов порождает мещанство. В этом случае они вначале конфликтуют, а затем претерпеваются друг к другу, прощают пороки и недостатки и объединяются во имя того, чтобы удовлетворить свои примитивные потребительские запросы. Они заражаются целым рядом страстей, в числе которых: страсть к накопительству; стремление к престижу; самореклама; самодовольство; жизнь по принципу: мой дом - моя крепость.

В мещанской семье нет ничего прочного и настоящего, кроме выгоды. Выгода - её бог и точка опоры.

Мещанская семья среда для дальнейшего расцвета эгоизма в каждом из супругов. И уже по одному этому мещанство - главный враг любви! Нельзя допустить, чтобы высочайшая радость на земле гибла из-за самовлюблённости, жадности, зависти, корысти одного или обоих супругов.

Другая общая причина семейных бед - неуступчивость супругов. Она - главное препятствие к взаимопониманию, согласию, семейной гармонии.

Причиной раздоров в семье может быть зависть к материальному обеспечению. Чаще у людей с эгоистической направленностью чрезмерно развиты материальные потребности. Разумеется, человек должен быть материально обеспечен. Но материальные потребности могут быть столь значительными, что зарплаты на их удовлетворение не хватит. Одни ищут дополнительную работу, стараясь заработать побольше денег. Другие «добывают» деньги преступным путём - берут взятки, занимаются вымогательством, спекулируют, воруют, участвуют в грабежах. Третьи, не найдя способа «добыть» деньги, мучаются, страдают, чувствуют себя несчастными и завидуют тем, кто «умеет жить». У этих людей часто бывает плохое настроение, вызванное сильными отрицательными переживаниями. В итоге - неизбежные семейные ссоры.

Люди с нормально развитыми материальными потребностями живут по средствам и стремятся свои потребности привести в соответствие с возможностями удовлетворения их.

Определение характера конфликта зависит от того, способствует он или нет сохранению и развитию супружеских отношений. По этому основанию все имеющиеся конфликты рассматриваются как конструктивные (они желательны и даже необходимы для развития отношений в семье) и деструктивные (препятствующие адаптационным процессам). Следствием деструктивного конфликта является сохранение на длительное время напряженности между супругами после ссоры. Оба партнера в семьях с преобладанием деструктивных конфликтов считают реальной угрозу развода. Конструктивный конфликт предполагает снятие напряженности в отношениях партнеров. Хотя после ссоры и остается тяжелый осадок, но супруги начинают бережнее относиться друг к другу, стремятся лучше понимать друг друга. Впоследствии такая ссора воспринимается как случайность, недоразумение.

По данным одного из социологических опросов, наиболее общие кризисные моменты первых лет супружества оказались весьма похожими у большинства молодых пар, хотя и существенно различающимися для мужчин и женщин. Обнаружилось, что мужчины в целом, несмотря на традиционное отношение их к сильному полу, оказались более всего чувствительны к материально-бытовым неудобствам и трудностям физической адаптации. Женщины же проявили наибольшую обеспокоенность недостаточностью (с их точки зрения) проявления со стороны своих супругов чувства любви и уважения, потерей романтического тона добрачных ухаживаний. Новый, весьма сложный образ жизни, груз семейных обязанностей, неустроенность быта и прочие связанные с началом совместной жизни вещи оказываются для многих супружеских пар неожиданной, неприятной, а порой и неподъемной ношей. О том, что дело обстоит именно так, свидетельствует авторитетное мнение А. Харчева и В. Мацковского, которые к числу основных причин семейных конфликтов и разводов в молодых семьях относят установку на брак как на нечто легкое [25]:

 неподготовленность молодых людей к резкому изменению образа жизни;

 сложность отношений между поколениями;

 гедонистическое отношение к браку (когда от него ждут одних только приятных неожиданностей);

 отсутствие подготовки к выполнению всего комплекта функций, необходимых в семье.

Ухудшается, и порой весьма чувствительно, материальное положение семьи. Резко возрастают нагрузки молодых женщин. Особенно остро встает проблема справедливого распределения обязанностей. Отношение женщины к мужу часто определяется тем, насколько он может обеспечить семью материально и какую часть домашних хлопот берет на себя.

Сам дух семьи, характер отношений в ней, общий стиль и тон супружества принято называть семейной атмосферой, которая представляет собой психологический климат семьи. В сущности, она является основным источником радости или неприятностей, ощущения полноты супружества или его неполноценности.

Вирджиния Сатир утверждает, что атмосферу конфликтного супружеского союза можно почувствовать, как только попадаешь в такую семью. Лица и тела людей говорят об их страданиях, их тела скованы и напряжены, или они неуклюже сутулятся. Их лица кажутся мрачными, угрюмыми или печальными, могут ничего не выражать, словно маски. Глаза смотрят в пол, они не видят других людей. Кажется, что они не только не видят, но и не слышат. Голоса их звучат редко и скрипуче или почти не слышны [47].

Дейл Карнеги утверждает, что трудно четко провести границу между тем, где кончается романтическая любовь и начинается театр военных действий. В семье, где отношения напоминают боевые действия, состояние супругов аналогично состоянию людей на войне [30].

Для общества в целом характерны разводы. Их уровень довольно изменчив. В наше время молодые супруги нередко излишне поспешно прибегают к разводу как к способу разрешения любых конфликтов, в том числе и вначале преодолимых. Подобное «легкое» отношение к распаду семьи складывается благодаря тому, что развод уже стал обыденным явлением. В момент заключения брака существует четкая установка на развод, в случае, если хоть один из супругов не будет удовлетворен совместной жизнью. Ясно, что такая установка стимулирует развод.

Трудно найти супружескую пару, которая хотя бы паз в жизни не задумывалась о разводе. Бывает, что разводом просто грозит один из супругов, чтобы «припугнуть» свою «половину» и изменить ситуацию.

Самая распространенная причина разводов - это ссылка на несхожесть характеров. Между тем счастливый и несчастливый брак менее всего зависит от характеров партнеров. Можно привести тысячи примеров, когда брак оказывался счастливым для людей со сходными характерами, и тысячи примеров не менее счастливых браков, когда у партнеров были характеры диаметрально противоположные. «Тяжелый» и «легкий» характер - понятия очень и очень относительные. То, что нетерпимо в характере одного из партнеров, для другого партнера может быть не только терпимо, но и приемлемо для всех других окружающих людей. Супругам необходимо понять, что дело не в том, какой характер у их партнера - покладистый или крутой, дело в их собственном характере, степени их уживчивости и приспособляемости. Следует научиться видеть себя не только «изнутри», но и смотреть на себя глазами партнера.

Жена, сознающая свою ответственность перед собой, своей семьей и перед обществом, пойдет на развод только в исключительных случаях, когда нет никакой иной разумной альтернативы. Как показывает статистика, отсутствие детей не влияет на число расторгаемых браков, хотя совсем недавно дети еще удерживали родителей от развода. Определенную негативную роль в деле играет то обстоятельство, что женщина все меньше зависит мужчины экономически. Особенно радикальны в вопросах развода молодые жены: большая свобода и более высокий жизненный уровень в сочетании с неустоявшимися еще супружескими отношениями позволяют им легко идти на расторжение брака. На рост числа разводов влияют следующие факторы:

 низкая способность к социальной адаптации и недостаточная приспособляемость;

 плохое понимание партнера и нетерпимость по отношению к его поведению и потребностям;

 нежелание переносить трудности;

 чрезмерная властность одного из партнеров;

 сексуальная несовместимость.

Первая сильная волна разводов приходится на третий год после заключения брака. Вероятность развода выше там, где муж старше жены более чем на 10 лет, где муж младше жены и где уровень образования мужа существенно ниже образовательного уровня жены. Влияет на увеличение числа разводов и материальная обеспеченность жены. Чем выше доход, тем чаще супруги идут на развод.

Конфликты проходят не бесследно, и наносят супругам психологические травмы. В своем исследовании мы хотим определить, каковы причины возникновения конфликтов в молодых семьях.

Конфликты в семье могут создавать психотравмирующую обстановку для супругов, в результате чего они приобретают ряд отрицательных свойств личности. В конфликтной семье закрепляется отрицательный опыт общения, теряется вера в возможность существования дружеских и нежных взаимоотношений между людьми, накапливаются отрицательные эмоции, появляются психотравмы. Психологические травмы чаще проявляются в виде переживаний, которые в силу выраженности, длительности или повторяемости сильно воздействуют на личность. Выделяют такие психотравмирующие переживания, как состояние полной семейной неудовлетворенности, «семейная тревога», нервно-психическое напряжение и состояние вины.

Состояние полной семейной неудовлетворенности возникает в результате конфликтных ситуаций, в которых проявляется заметное расхождение между ожиданиями индивида по отношению к семье и ее действительной жизнью. Выражается в скуке, бесцветности жизни, отсутствии радости, ностальгических воспоминаниях о времени до брака, жалобах окружающим на трудности семейной жизни. Накапливаясь от конфликта к конфликту, такая неудовлетворенность выражается в эмоциональных взрывах и истериках.

Семейная тревога чаще проявляется после крупного семейного конфликта. Признаками тревоги являются сомнения, страхи, опасения, касающиеся прежде всего действий других членов семьи.

Нервно-психическое напряжение - одно из основных психотравмирующих переживаний. Оно возникает в результате:

 создания для супруга ситуаций постоянного психологического давления, трудного или даже безвыходного положения;

 создания для супруга препятствий для проявления важных для него чувств, удовлетворения потребностей;

 создания ситуации постоянного внутреннего конфликта у супруга.

Проявляется в раздражительности, плохом настроении, нарушениях сна, приступах ярости.

Состояние вины зависит от личностных особенностей супруга. Человек чувствует себя помехой для окружающих, виновником любого конфликта, ссор и неудач, склонен воспринимать отношения других членов семьи к себе как обвиняющие, укоряющие, несмотря на то, что в действительности они такими не являются.

Важно, чтобы молодые супруги, как просто ни проходило бы сегодня заключение брака, отнеслись к браку серьезно и, что еще важнее, не романтизировали семейную жизнь. За подобное легкомыслие жизнь рано или поздно наказывает, и порой настолько жестоко, что некоторые люди навсегда лишаются возможности возродить гармоничные отношения с их избранником (избранницей).

По данным, полученным американскими врачами, конфликты в семье ослабляют иммунную систему женщины. Женщины, имеющие сложные или натянутые отношения со своими супругами, более подвержены инфекциям, в 6 раз чаще умирают от пневмонии (посещают врачей на 30% чаще, чем женщины, имеющие нормальную семью). Любое неблагополучие, подтвержденное официальным документом или нет, равно болезненно отражается на женском организме.

Стойкость иммунитета мужчин в зависимости от семейного положения американские специалисты еще не изучили. Но наши отечественные исследователи располагают кое-какими сведениями о том, что на них (мужчин) семейные неурядицы действуют еще хуже. Мужчины с несложившейся семейной жизнью умирают от болезней сердца в 3,5 раза чаще, чем имеющие благополучную семью, а дорожные катастрофы с ними случаются в 5 раз чаще.

Таким образом, любой конфликт в семьях, а тем более молодых, не проходит бесследно, а имеет за собой значительные психотравмирующие последствия. Иногда говорят о том, что лучше жить одному, чем с плохим супругом в недружной семье. А в идеале каждый надеется заменить недружную семью дружной - создать хорошую семью. Но далеко не каждому это удается.

Следствием супружеских конфликтов могут быть психологические травмы, которые проявляются в виде переживаний, сильно воздействующих на личность. Выделяют такие психотравмирующие переживания, как состояние полной семейной неудовлетворенности, «семейная тревога», нервно-психическое напряжение и состояние вины.

Конфликты в семье отражаются не только на психическом, но и на физическом здоровье супругов: ослабляется иммунная система, увеличивается подверженность инфекциям, повышается риск заболевания пневмонией.

Поэтому очень важным для супругов является полное разрешение конфликта.

Психологические конфликты в семье неизбежны уже потому, что семья - объединение людей, различных по психическому складу, возрасту, характеру и ряду других признаков. Однако одни семьи оказываются способными перманентно преодолевать эти конфликты, в других они накапливаются, обостряются, ведут к разрушению брака. Прочный брак - это всегда союз людей, глубоко заинтересованных в совместной жизни. Именно эта глубокая обоюдная заинтересованность противостоит повседневным житейским конфликтам, помогает измерять их истинный масштаб, гасить их.

Начальный период брака характеризуется семейной адаптацией и интеграцией. По определению И.В. Гребенникова, адаптация - это приспособление супругов друг к другу и к той обстановке, в которой находится семья [22].

Психологическая сущность взаимной адаптации заключается во взаимоуподоблении супругов и во взаимном согласовании мыслей, чувств и поведения (Ковалев С.В., 1988). Адаптация осуществляется во всех сферах семейной жизни. Материально-бытовая адаптация заключается в согласовании прав и обязанностей супругов в выполнении домашних дел и в формировании удовлетворяющей их обоих модели планирования и распределения семейного бюджета [32].

Нравственно-психологическая адаптация основывается на совмещении мировоззрений, идеалов, интересов, ценностных ориентации, установок, а также личностных и характерных особенностей мужа и жены (максимально возможном для данной пары, но во всех случаях превышающем уровень, ниже которого совместное существование супругов оказывается невозможным).

Интимно-личностная адаптация заключается в достижении супругами сексуального соответствия, предполагающего их взаимное не только физическое, но и морально-функциональное удовлетворение интимными отношениями (Гребенников И.В., 1991).

Некоторые исследователи выделяют первичную и вторичную (негативную) адаптацию, соответственно, по первым двум стадиям жизни семьи: по совсем молодому и просто молодому бракам (Ковалев С.В., 1988).

Первичная адаптация супругов осуществляется в двух основных видах их соотношений: ролевых и межличностных. Базовым для ролевых отношений выступает представление о целях супружеского союза (скрытых для сознания), в которых выражается мотивация супругов. Общая мотивация семейного союза включает в себя четыре ведущих мотива: хозяйственно-бытовой, нравственно-психологический, семейно-родительский и интимно-личностный.

Можно вступать в брак, в основном ориентируясь на него преимущественно как на хозяйственно-бытовой союз, искренне считая, что главное в семье - это хорошо налаженный быт и домоводство; как на союз нравственно-психологический - желая найти верного друга и спутника вашей жизни, хорошо понимающего именно вас; как на союз семейно-родительский, исходя из того, что главная функция семьи есть рождение и воспитание детей, или как на союз интимно-личностный - стремясь найти желанного и любимого партнера по любви.

Следовательно, чтобы семья была благополучной, эти представления должны либо быть совместными, либо стать таковыми, чтобы поведение одного супруга в его семейной роли не противоречило представлениям другого супруга, и наоборот.

Если один супруг считает главной одну из них, а другой - другую (а домашние, вообще, третью), конфликты в семье неизбежны, особенно в острые, переломные, кризисные периоды семейной жизни, когда обнажаются главные бессознательные, истинные мотивы.

Иначе говоря, в основе семьи лежит социальная ответственность, любовь же - если это настоящее, глубокое чувство, а не его иллюзия или имитация - должна совпадать с этой ответственностью, как бы растворяться в ней, пронизывая и отношения взаимной ответственности.

Механизмом разрешения конфликтов являются семейные кризисы.

Семейный кризис - это перестройка брачно-семейных отношений, когда супругам необходимо выработать новые стратегии поведения и формы реагирования на создавшуюся ситуацию. Одним из таких периодов является кризис молодой семьи. Кризис молодой семьи имеет «трехслойную» структуру: кризис лидерства; кризис отношений между партнерами; кризис отношений между родительской и молодой семьей.

Содержанием кризиса молодой семьи является адаптация супругов к брачно-семейным отношениям, которая рассматривается как процесс выработки устойчивых, присущих им форм реагирования на конфликтные ситуации, связанные с разными сторонами семейной жизни. Показателем адаптированности супругов в молодой семье является их удовлетворенность супружескими отношениями.

Успешная адаптация (адаптивность) характеризуется взаимной удовлетворенностью (полной или частичной) супругов брачно-семейными отношениями, а неуспешная адаптация (дезадаптивность) - взаимной неудовлетворенностью супругов брачно-семейными отношениями. Успешная адаптация состоит в использовании супругами конструктивных форм реагирования на конфликтные ситуации, а неуспешная адаптация - в использовании ими неконструктивных форм реагирования.

Во взаимно-удовлетворенных семьях супруги используют конструктивные - совладающие формы реагирования, направленные на сохранение интересов семьи, а во взаимно-неудовлетворенных - неконструктивные - защитные формы реагирования на конфликтные ситуации, направленные на сохранение своих интересов и собственного здоровья.

Семья является одним из наиболее древних и устойчивых социальных институтов, посредством которого создаются важнейшие условия жизнедеятельности человека. Но одновременно функционирование института семьи направлено на поддержание и постоянное воспроизводство системы социальных ценностей конкретного общества, выступающих его основными "скрепами", сохраняющих его устойчивое "ядро" при всех трансформациях, которые переживаются обществом на протяжении его многовекового существования.

Практическая значимость сохранения того типа отношений между людьми, которым является семья, заключается в том, что семейная жизнедеятельность тесно вплетена в социальную реальность и состояние социального института семьи является одним из важных индикаторов социальной стабильности всей общественной системы. Особая роль института семьи в его функциях, выполняемых в отношении личности: социализирующей, релаксационной, досуговой, которые приобретают особую значимость именно в современных условиях эмоциональных перегрузок и психологических стрессов. Значимость семейных отношений в жизни человека определяется тем, что у основного большинства людей (85%) достижение жизненного благополучия ассоциируется с успехом в семейной жизни; таким образом, семья является одной из главных составляющих человеческого счастья.

Семья общества современного типа в качестве своей основы, наряду с материальным фундаментом, включает высокую ценность индивидуальной любви, взаимодействие родителей и детей на принципах равенства и взаимного понимания. Поэтому стабильность семьи напрямую зависит от культуры межличностного взаимодействия.

Именно нормы культурного взаимодействия, сформированные на микроуровне, определяют психологическую устойчивость конкретной семьи. В связи с этим проблема семейных конфликтов приобретает особую актуальность. Ведь серьезный семейный конфликт возникает не моментально. Ему предшествует ряд обстоятельств, которые могут оцениваться членами семьи по-разному. Подобная психологическая причина конфликта может загоняться как бы вглубь отношений: маскироваться другими причинами, затушевываться. Поэтому анализ каждого значительного конфликта в семье - это большая работа по осознанию своей роли в возникновении противоречий и роли партнера, поиск истинной причины или подтекста конфликтных отношений и, конечно, выработка оптимальных совместных путей выхода из ситуаций.

Таким образом, конструктивно разрешаемые конфликты присущи всем супружеским союзам. Конфликты обычно вызываются какой-то сложной проблемой. Наиболее существенна роль конфликта в период формирования семьи, когда супруги только начинают приспосабливаться друг к другу. Именно на этом этапе важно определить причины конфликтных ситуаций, способы и пути их разрешения.

1.2 Основные методы психолого-педагогической деятельности по профилактике и коррекции супружеских конфликтов

Определение характера конфликта зависит от того, способствует он или нет сохранению и развитию супружеских отношений. По этому основанию все имеющиеся конфликты рассматриваются как конструктивные (они желательны и даже необходимы для развития отношений в семье) и деструктивные. Следствием деструктивного конфликта является сохранение на длительное время напряженности между супругами после ссоры. Оба партнера в семьях с преобладанием деструктивных конфликтов считают реальной угрозу развода. Конструктивный конфликт предполагает снятие напряженности в отношениях партнеров. Хотя после ссоры и остается тяжелый осадок, но супруги начинают бережнее относиться друг к другу, стремятся лучше понимать друг друга. Впоследствии такая ссора воспринимается как случайность, недоразумение.

Цель состоит не в том, чтобы устранить или предотвратить конфликт, а в том, чтобы сделать его продуктивным. Продуктивное развитие конфликта, предполагающее совместную концентрацию усилий сторон на решении конфликтной проблемы, в своих главных чертах сходно с процессом творческого мышления. Как и решение творческих задач, оно осуществляется в несколько этапов: от познания проблемы и неудачных попыток решить ее традиционными средствами через фрустрацию и дискомфорт к озарению, позволяющему увидеть проблему в новом ракурсе и найти ее новое решение. Получается, что деструктивная функция конфликта призвана служить двигателем процесса, приводящего к реализации конструктивной функции. Расширение же и эскалация действий участников конфликта, влияющих деструктивно на другого участника (т. е. ситуация, когда деструктивная функция в конфликте начинает доминировать), видимо, связаны с тем, что «озарение, позволяющее увидеть проблему в новом ракурсе и найти ее новое решение», по каким-либо причинам встречает серьезные препятствия. Так, пример, Я-концепция человека может препятствовать трезвому взгляду на конфликтную ситуацию, без чего немыслимо прийти к конструктивному решению

С. Кратохвил описывает возможные позитивные результаты конфликтов:

. Кто-либо из супругов что-либо узнал или понял, научился чему-то новому. Уменьшилась напряженность вследствие того, что высказывались жалобы, претензии, был дан выход эмоциям, снизилось раздражение.

. Конфликт привел к большему взаимопониманию и сближению, партнеры стали больше чувствовать, что зависят друг от друга и правильно друг друга оценивают.

. В результате конфликта было найдено решение проблемы, стороны пошли на взаимные уступки, обдумано и обсуждено дальнейшее поведение.

Превращая конфликт из деструктивного в продуктивный, супруги не просто улаживают разногласия и причины, повлекшие его, но и выводят свои отношения на новый уровень: повышается доверие между супругами, они становятся ближе духовно и лучше понимают друг друга. Одним словом, супруги приобретают бесценный опыт, который оказывается чрезвычайно важным в их дальнейшей семейной жизни.

Следовательно, конфликт - обоюдное отрицательное психическое состояние двух или более людей, характеризующееся враждебностью, отчужденностью, негативизмом в отношениях, вызванное несовместимостью их взглядов, интересов или потребностей. В отличие от деструктивных, конструктивно разрешаемые конфликты необходимы в супружеских отношениях. Поэтому действия участников супружеского конфликта должны быть направлены не на предотвращение конфликта, а на изменение его характера: из деструктивного в конструктивный.

Конфликты можно предупреждать, осуществляя в целом эффективное управление социальной системой. В данном случае управление конфликтом (в том числе и предупреждение конфликта) является составной частью общего процесса управления в этой системе.

Управление конфликтами можно рассматривать в двух аспектах: внутреннем и внешнем.

Внутренний заключается в управлении собственным поведением в конфликтом взаимодействии.

Внешний аспект управления конфликтами отражает организационно-технологические стороны этого сложного процесса, в котором субъектом управления может выступать руководитель (менеджер), лидер или посредник (медиатор).

Управление конфликтом - это целенаправленное, обусловленное объективными законами воздействие на его динамику в интересах развития или разрушения той социальной системы, к которой имеет отношение данный конфликт.

Управление конфликтами как сложный процесс включает следующие виды деятельности:

 прогнозирование конфликтов и оценка их функциональной направленности;

 предупреждение или стимулирование конфликта;

 регулирование конфликта;

 разрешение конфликта [36].

Прогнозирование конфликта - это один из важнейших видов деятельности субъекта управления, оно направлено на выявления причин данного конфликта в потенциальном развитии. Основными источниками прогнозирования конфликтов является изучение объективных и субъективных условий и факторов взаимодействия между людьми, а также их индивидуально-психологических особенностей. Особое место в прогнозировании конфликтов занимает постоянный анализ как общих, так и частных причин конфликтов.

Предупреждение конфликта - это вид деятельности субъекта управления, направленный на недопущение возникновения конфликта. Предупреждение конфликтов основывается на их прогнозировании.

Для предупреждения конфликта молодым супругам важно знать психологические барьеры, которые могут спровоцировать конфликт. Психологические барьеры возникают оттого, что в реальной жизни люди очень редко бывают верно "услышаны" другими. Это связано с тем, что в культурах многих народов прививаются такие, социально одобряемые качества личности как: целеустремленность; настойчивость в достижении своих целей; конкурентоспособность, способность к лидерству. Эти качества мало дополняются развитием других качеств, необходимых для эффективного взаимодействия с другими людьми, таких как способность и умение слушать и понимать другого человека. Поэтому в реальной жизни большинство из нас испытывает хронический дефицит искреннего слушания со стороны других людей

Есть определенные способы ведения разговора, которые мешают людям понять друг друга, ухудшают их взаимоотношения, вызывают злость, протест, раздражение. Более того, определенные действия приводят к прекращению разговора уже в самом его начале. Партнеры перестают слушать друг друга, совершенно не интересуются смыслом разговора и реагируют только на то, что лежит на поверхности

Психологические барьеры общения:

.«Ты высказывания»

Ты всегда так делаешь! Ты не должен был делать этого! Ты всегда поступаешь по-своему!

Попытку навязать партнеру свою собственную проблему можно легко обнаружить по наличию так называемых «ты-высказываний» и приказов «ты должен», «у тебя ничего не выйдет», «прекрати сейчас же»… Эти фразы всегда несут на себе элемент превосходства, давления и всегда вызывают у партнера скрытый или явный протест. Даже если партнер и начнет выполнять наши указания, он будет делать это неохотно, не по своей воле. Для другого человека подобные высказывания представляются обвинительными и наступательными и вынуждают занять оборонительную позицию. Основная проблема состоит в том, что подобные утверждения создают впечатление вашей правоты и неправоты другого человека.

.Негативные оценки и ярлыки (оскорбления)

Ты говоришь бред! Это неверно! Ты неправильно воспитываешь детей! Ты плохой муж!

В большинстве случаев другого человека не интересует наша оценка. Он поглощен своими собственными чувствами, желаниями и впечатлениями. Поэтому, услышав подобные фразы, собеседник, скорее всего, станет оспаривать либо саму оценку, либо ваше право ее высказывать в то же самом стиле: Да ты и сам небольшого ума! Ты меня сам провоцируешь! На себя посмотри!

.Советы.

Мой тебе совет - прекрати сейчас же! Не твоего ума дело - лучше своих детей воспитывай! Не советую меня злить!

Если нас попросили о совете - совет следует дать. Но в других случаях советы воспринимаются очень и очень настороженно и часто вызывают чувство протеста:

Отстань ты от меня со своими советами! -Кто ты такой, чтобы мне советы давать? -Не лезь не в свое дело!

.Вопросы.

Где тебя носило? -Почему вы опоздали? -Кто ты такой вообще? -Зачем ты это сделал?

Любой вопрос предполагает ответ - но эти вопросы ответа не требуют. Предполагается, что партнер сам поймет, как вы злы, обижены, расстроены. Но это никогда не происходит. В свою очередь другой человек сам начнет задавать вопросы, не ожидая ответа на них:

А твое какое дело? -Почему тебя это волнует? -Ты меня обидеть хочешь?

Партнер выйдет из себя и попробует прекратить неприятный ему разговор. Например, в виде категоричного требования, то есть приказа.

.Приказы.

Прекрати меня злить! -Замолчи сейчас же! -Иди отсюда! -Я не позволю так со мной обращаться!

Поскольку желания двух людей полностью совпадают очень и очень редко, приказ всегда вызывает чувство протеста и желание его оспорить:

Не уйду! -А кто тебя злит? -Сам уходи!

.Ложные аргументации

Ты хочешь от меня избавиться! -Ты настраиваешь всех против меня!

Ты никогда не идешь мне навстречу!

Всем нам свойственно приписывать свои опасения другим людям. В этих высказываниях скрываются страх и агрессия, которые очень сильно мешают открытому общению. Например, человек очень боится одиночества, и говорит своему партнеру: -Ты хочешь меня бросить! Но это только его страх, а не реальность.

. Обобщения, глобальные выводы из единичных случаев.

Страх или другие сильные эмоции заставляют нас делать поспешные выводы. Такие обобщения вряд ли будут верными, к тому же партнер легко вспомнит, как он месяца три назад протер пыль или вбил гвоздь исключительно по собственной инициативе. Когда он это вспомнит, то сам начнет приписывать нам свои опасения:

Ты никогда меня не слушаешь! -Тебя нельзя убедить! -Ты никогда не обращаешь на меня внимания!

Склонность распространять единичные факты на всю вселенную тоже часто становиться барьером. Однажды столкнувшись с отказом, мы опасаемся отказов впредь и на этом основании приписываем другому человеку качества, которыми он, возможно не обладает.

Всем от меня нужны только деньги! Все мужчины бесчувственные! У меня никогда ничего не получится!

. Ирония, язвительность

Шутки и ирония хороши до тех пор, пока они доставляют удовольствие обоим партнерам по общению. Вполне нейтральные фразы, такие, как: -Ну, ты и герой! -На тебя теперь вся семья в восхищении смотрит! в иной ситуации могут вызвать довольно сильные негативные реакции партнера.

Обязательно ли развитие конфликта лишь по деструктивному пути? Должен ли любой конфликт достигать верхних ступеней этой «лесенки»? Возможен ли иной - конструктивный - путь развития конфликта? Что необходимо для управления конфликтными процессами, возникающими в его профессиональной деятельности?

Рассмотрим некоторые возможности для выхода на конструктивный путь решения конфликта.

Сразу отметим, что речь пойдет не об описании универсального рецепта по разрешению любого конфликта на все случаи жизни. Поскольку разрешение конфликта - это творческий процесс, то можно говорить лишь об определенной последовательности условных шагов, позволяющих понимать особенности противоречий и процессов между конфликтующими сторонами, намечать реальные действия по снижению напряженности между ними, прогнозировать создание и разрешение конфликтных ситуаций. В управлении конфликтом главная роль принадлежит самим супругам по принципу « спасение утопающих - дело рук самих утопающих», или же супруги могут обратиться за помощью к специалисту.

Первый шаг связан с обнаружением конфликта. Необходимо убедиться в том, что между субъектами, одним из которых может быть и он сам, существуют противоречия, имеющие для них личностный смысл, создается конфликтная ситуация, назревает или уже возник инцидент. Информация об этом может содержаться и в словах, которыми обмениваются партнеры, и в их жестах и мимике, сопровождающих эти слова, и в их действиях по отношению к друг другу. Недобрые слова, язвительные реплики, угрожающие жесты и ругательства, так же как и демонстративное игнорирование партнера, сознательный уход от контактов с ним, помогут увидеть изменения в отношениях субъектов и обнаружить признаки назревающего или развивающегося конфликта.

На этом этапе важно понять, в чем заключается предмет конфликта, т. е. вокруг чего произошло столкновение интересов конфликтующих. Ответ на этот вопрос позволит характеризовать конфликт по содержанию как бытовой, идеологический, психологический, этический или амбициозный. А возможно, что конфликт является бессодержательным, т.е. пустым или беспредметным.

Важно также определить обращенность конфликта вовнутрь или вовне, чтобы характеризовать его как внутриличностный или межличностный.

Умение выделять характеристики конфликта позволит понять, что происходит, вокруг чего разгорелся сыр-бор.

Второй шаг - это анализ особенностей протекания и развития конфликта. Здесь важно выяснить, насколько серьезно обострены отношения между субъектами, как далеко они зашли своем неприятии друг друга. Анализируя особенности поведения конфликтующих, их психологический настрой, степень взаимной агрессивности, эмоциональность слов и поступков, психолог либо сам супруг сумеет определить, на какой из ступенек своеобразной «лесенки» конфликта находятся субъекты.

Если партнеры продвинулись лишь на 1 - 2 ступеньки и находятся на стадии недовольства или разногласия, то добрые связи и отношения между ними еще не порваны и, следовательно, сохраняется довольно большая вероятность для озвучивания их недовольства и превращения разногласий в конструктивный диалог.

Если же конфликтующие вступили в стадию противостояния или противоборства, то добрые отношения между ними оказываются нарушенными, а на почве возросшего эмоционального напряжения могут порождаться стойкие чувства неприязни, отвращения или ненависти друг к другу. Вероятность конструктивного диалога между ними практически равна нулю. Они близки к полному разрыву своих отношений.

Третий шаг связан с непосредственным разрешением конфликта. Прежде всего необходимо позаботиться об уменьшении или снятии психологического напряжения между конфликтующими субъектами. Ведь пока бушуют страсти, каждая из сторон руководствуется не рассудком, а эмоциональными порывами, что не позволяет партнерам адекватно оценивать складывающуюся ситуацию и находить пути к примирению[56].

Существуют различные способы снятия психического напряжения: принесение извинений и обращение с просьбой о прощении; переключение одного или обоих субъектов конфликта на другие виды деятельности; предоставление каждому из них возможностей для подробного объяснения своей позиции и своих взглядов на предмет конфликта, а также права на свою особую точку зрения; демонстрация симпатии субъектам конфликта, готовности проявить к ним внимание и оказать поддержку.

В качестве способов разрешения конфликтов психологи предлагают использовать такие, как юмор, признание достоинств субъекта конфликта, компромисс, третейский суд, обоюдный анализ и др. [19].

Юмор - это беззлобно-насмешливое отношение к чему-либо или к кому-либо. Благодаря юмору участники конфликта имеют возможность подняться над ситуацией и увидеть в ней смешные элементы. При этом важно, чтобы шутка была доступна для понимания каждого из субъектов, чтобы она не содержала сарказма или иронии, не была оскорбительной для них.

Признание достоинств заключается в выделении положительных черт субъекта конфликта, в акцентировании внимания на его положительных качествах. Это позволяет сделать своеобразный шаг навстречу партнеру, увидеть в нем не только недостатки, но и достоинства.

Компромисс представляет собой соглашение, к которому субъекты конфликта приходят на основе взаимных уступок.

Использование компромисса позволяет перевести складывающуюся конфликтную ситуацию на конструктивный путь развития, поскольку супруг, обращаясь к достоинствам другого супруга, не наносит оскорблений его личности, а предлагает включиться в совместный поиск решения проблемы.

Третейский суд - это обращение конфликтующих субъектов за помощью к третьему лицу. Обычно к третейскому судье апеллируют, когда стороны начинают понимать, что самостоятельно они не смогут найти выход из создавшейся между ними конфликтной ситуации. Третейский суд может быть опосредованным, когда стороны в поисках истины обращаются к нормативным документам, словарям или к первоисточникам: «Давайте посмотрим, как этот вопрос трактуется в Законе ...», «Уточним в словаре», «Посмотрим, как об этом пишет сам Лев Толстой...».

Непосредственный третейский суд связан с обращением за советом к реальному независимому лицу. Таким лицом может быть психолог, заинтересованный в конструктивном разрешении конфликта друг, родственник . Необходимо подчеркнуть, что в качестве третейского судьи должен выступать не просто посторонний и независимый человек, а тот, кто является авторитетным для обеих сторон, кому каждый из партнеров может доверить решение конфликта.

Разрешению конфликта может помочь такой способ, как обоюдный анализ. Например, супруг может сказать супругу, с которым он конфликтует: «Давай-ка успокоимся и поговорим. Я хотел бы услышать твои претензии ко мне и надеюсь, что ты способен услышать мои доводы». Здесь важно позаботиться о том, чтобы не превратить анализ в разбор недостатков, не свести его к взаимным укорам и упрекам. Поэтому прежде всего от супругов, психолога зависит создание благоприятной атмосферы, доброжелательного настроя на разговор, что позволит обеспечить чувство психологической защищенности супруга и сделать его лицом, заинтересованным в положительном результате анализа.

Уступать должны оба супруга. Но первым уступить должен тот, кто мудрее, сильнее, кто понимает, что нежелание и неумение уступать - путь, ведущий к ссорам и нередко - к разводам.

Очень важно научиться такту и выдержке, умению убедительно и аргументировано излагать свою точку зрения. Если же убедить супруга не удаётся, лучше прекратить спор. Самое главное - не превратить семейные споры в ссоры, дискуссии - в скандалы и выяснения отношений. Супругам надо научиться взаимодействовать с родителями и родственниками, а важнее - научиться уважать друг друга.

Семейное согласие строится постепенно на взаимопонимании и собственном самосовершенствовании. Если кого-либо из супругов не устраивают привычки, потребности и установки другого, надо, чтобы и другой это осознал и понял, что необходима перемена. Исправить положение можно в том случае, если этого хотят оба супруга. Скандалы, ультиматумы, брань, даже физическое насилие не побуждают к лучшему поведению, не помогают, а только мешают виновному исправить свои ошибки или избавиться от недостатков. Повысить культуру быта, культуру отношений - это значит и повысить требовательность супруга к самому себе.

Стремясь помочь любимому человеку избавиться то недостатков, нельзя занимать позиции судьи. Важно и самому определить свою долю вины в неправильном поведении любимого человека.

Важно помнить, что очень часто любая конфликтная ситуация сопровождается ссорой между супругами, в возникновение ссор, которые никогда не проходят бесследно, - одно из самых губительных последствий адаптации молодых супругов и их чувств. Люди обычно говорят: милые бранятся - только тешатся. Но это вовсе не так. Всякая ссора необратима, то есть накладывает какой-то отпечаток на дальнейшие отношения.

Ссору обычно раздувают резкими словами, глупыми упреками, несправедливыми обвинениями. Чаще всего неосознаваемой причиной ссоры является отрицательная психологическая установка. В состоянии эмоциональной усталости человек часто становится придирчивым и несдержанным. Лучше сразу понять причину срыва и тут же это понимание продемонстрировать.

Конфликты часто носят устойчивый характер там, где считают, что в семейной жизни можно себя не сдерживать: что хочу, то и говорю, как нравится, так и поступаю.

Конфликты - это не сражение «не на жизнь, а на смерть». В любой ссоре партнеру необходимо предоставить возможность спокойно высказаться. Нельзя терять в споре взаимного уважения.

Внимательно проанализировав все споры, молодые люди легко обнаружат, что большинства из них можно было избежать или разумно разрешить, не доводя до столкновения. Поэтому нужно принять во внимание использование разработанной специалистами стратегии ведения семейного спора.

Первым условием ведения культурного спора двух любящих друг друга супругов должно быть - не добиваться победы. Необходимо помнить: ваша победа - это поражение второго супруга, поражение любимого вами человека. И потом, побежденный - член той же семьи, следовательно, любая победа одного есть поражение всей семьи в целом.

На второе место можно поставить уважение супруга, какая бы вина на нем ни лежала. Даже в минуты, когда одного из супругов душит обида, ревность, злость, надо помнить: ведь это он (или она) еще недавно был(а) самым дорогим для него (нее) человеком.

В старых русских интеллигентных семьях существовал обычай: при ссорах и конфликтах супруги переходили от родственного «ты» к холодно-официальному «вы». И кто может сказать, от скольких бед и разводов спасло это «вы». Потому что оно сохраняло чувство собственного достоинства и не унижало достоинства другого человека. И если выяснялось, что причина ссоры не стоит выеденного яйца (а таких ссор, особенно в молодых семьях, большинство), то было просто вернуться к нормальным взаимоотношениям.

Наконец, третье важнейшее условие мирного завершения семейной ссоры - не помнить о ней. Специалисты, изучающие психологию семейных отношений, утверждают: чем скорее забывается плохое, тем благополучнее, счастливее оказывается семья. По их мнению, категорически запрещается упоминание о тех причинах, побудивших ссору, которые уже разобраны. Надо взять за правило: какова бы ни была обида, нанесенная одним супругом другому, но если конфликт состоялся, отношения выяснены и наступило перемирие, забыть о ней навсегда [58].

Разрешение конфликта - процесс нахождения взаимоприемлемого решения проблемы, имеющей личную значимость для участников. Разрешение может быть полным и неполным. Разрешение полное происходит при устранении причин, предмета конфликта и конфликтной ситуации. Разрешение неполное - когда устраняются не все причины конфликта или конфликтные ситуации. В таком случае неполное разрешение может быть этапом на пути к его полному разрешению.

Стремление к поиску способов разрешения супружеских конфликтов связано не только с предпочтением, которое оказывают многие люди мирному, бесконфликтному разрешению возникающих в отношениях между ними проблем, что выражено в известной поговорке: «Плохой мир лучше доброй ссоры». Оно имеет вполне объективные основания в самой природе человеческих взаимоотношений. Дело в том, что психодинамика этих взаимоотношений не только подталкивает людей к конфликтам. Напротив, в их развитии существуют и противоположные тенденции, помогающие перейти от конфликта к сотрудничеству. Если супруги правильно определят эти тенденции и смогут воплотить их в практике своих взаимодействий друг с другом, то станет возможным превратить конфликт в сотрудничество, а столкновения в мир. Более того, возникнет возможность избегания конфликтов, их предотвращения.

Технология разрешения супружеских конфликтов весьма разнообразна, она включает в себя несколько взаимосвязанных действий, составляющих в своей совокупности определенные стандарты поведения, позволяющие избегать конфликтов и умело разрешать последние, когда они возникают.

Несомненно, первым действием, создающим предпосылку разрешения конфликта, является умение определить, в чем заключены истинные причины конфликта. Необходимо иметь в виду, что истинная причина конфликта довольно часто скрывается одной или обоими конфликтующими сторонами. Задача отыскания истинной причины конфликта не относится к числу простых. Она требует хорошего знания психологии супруга. Если причина конфликта определена верно, то становится более ясной и понятной конфликтная ситуация, а следовательно, в таком случае легче определить наиболее приемлемые способы разрешения конфликта.

Анализ возникающей, а еще лучше - только назревающей конфликтной ситуации дает возможность не только своевременно и успешно направить супружеский конфликт в конструктивное русло, но и найти способы избежать его, предупредить его возникновение.

Один из надежных способов предотвращения супружеский, как и любых межличностных конфликтов, - умение личности соблюдать принципы «социальной дистанции» во взаимоотношениях с людьми. Социальная дистанция выражает степень социально-психологической совместимости, близости или отдаленности людей, которая способствует легкости и трудности их взаимодействия и которая, если ее правильно выбрать и придерживаться, способна предотвратить конфликты, которые могут вспыхнуть, когда люди очень близки друг к другу, но могут возникнуть и в тех случаях, когда они чрезмерно далеки друг другу. Поэтому во взаимоотношениях с супругом (супругой) необходимо стремиться к тому, чтобы предел психологического сближения никогда не был достигнут, чтобы осталась возможность движения, осталось пространство, в котором еще можно сближаться.

Важным методом предотвращения супружеских конфликтов в молодых семьях является следование «правилу разнообразия». Чем больше взаимной заинтересованности супругов, чем разнообразнее их интересы и чем больше совпадения этих интересов, тем значительнее ресурс сотрудничества, тем меньше возможностей для возникновения конфликтного противостояния. Если же интересы, связывающие супругов, очень узки и ограничены (например, только сексуальный или только финансовый), то база возможных конфликтов между этими людьми существенно расширяется. Поэтому одним из важных способов предотвращения супружеских конфликтов является правило, согласно которому во взаимодействиях мужа и жены необходимо не сводить друг на друге свет клином, всегда быть личностью, сохраняющей в определенной мере свою психологическую независимость даже от любимого человека. А для этого нужно все время корректировать отношения, выводить их из тупиков, направлять энергию конфликтов на личностный рост обоих, а не на взаимные обвинения и развод.

Конечно, легко сказать «направлять энергию конфликтов на личностный рост обоих», но очень трудно это сделать. К числу способов, используя которые можно добиться успеха на этом нелегком пути, относятся уклонение от конфликта. Д. Карнеги убежден, что в мире существует один способ одержать верх в споре - это уклониться от него. В браках уход от конфликтной ситуации особенно желателен и продуктивен, так как здесь гармоничные отношения с партнером куда более значимы, чем победа в конфликте с ним.

Третьим способом, который может пригодиться для превращения накапливающейся энергии конфликта в энергию сотрудничества, является правило «сглаживания»: «сглаживатель» старается не выпустить наружу признака конфликта и погасить стремление к конфликтному противостоянию у другого человека.

Согласно Дейлу Корнеги, важным способом, с помощью которого можно предотвращать или сглаживать конфликтные ситуации, является умение давать сотрудничающим с данным человеком людям возможность почувствовать себя «своим человеком». Такие отношения отличается психологической близостью, взаимной авторитетностью партнеров, положительной эмоциональной окрашенностью. Оно обладает наибольшим потенциалом значимости, осознаваемости, длительности своего существования, приносит наибольшее удовлетворение партнерам. Таким образом наиболее полно удовлетворяется потребность человека быть значимым для других [31].

В своих советах, как расположить к себе людей, Д. Карнеги предлагает давать людям возможность почувствовать их значительность. Мы чаще всего стремимся расположить к себе других, демонстрируя перед ними свои достоинства - начитанность, доброту, отзывчивость и т.п. тогда как более короткий и эффективный путь к бесконфликтному сотрудничеству с другим человеком - предоставить ему возможность для проявления его личной значимости. Метод обращения к значимости другого и всемерной поддержки его значимости является очень важным компонентом в стратегии предотвращения супружеских конфликтов [30].

В предотвращении супружеских конфликтов способен выполнить важную конструктивную роль метод исключаемой социальной демонстрации. Вспомним, как часто конфликты возникают из-за того, что один из партнеров изо всех сил стремится к демонстрации своих достоинств, успеха, интеллекта, силы и т.п., вызывая тем самым раздражение и агрессивность другого, подталкивая его к конфликтному противодействию. Чем чаще и активнее супруги исключают социальную демонстрацию, тем меньше возникает поводов для конфликтов.

На основе обобщения различных способов предотвращения межличностных, в том числе супружеских конфликтов, можно сформулировать несколько правил бесконфликтного общения. Первое из них гласит: «Не употребляйте конфликтогенов». Напомним, что конфликтогенами называются слова, действия или бездействия, способные привести к конфликту. Если мы на конфликтоген в наш адрес стремимся ответить более сильным конфликтогеном, то конфликт становится неизбежным.

Поэтому второе правило бесконфликтного взаимодействия звучит так: «Не отвечайте конфликтогеном на конфликтоген». Чтобы вспомнить одно из этих правил или оба их, нужно поставить себя на место контрагента, ощутить чувства, желания, понять мнение собеседника. Этот процесс называется эмпатией. Поэтому третье правило бесконфликтного общения гласит: «Проявляйте эмпатию к собеседнику». Во взаимодействии людей друг с другом существует явление, противоположное конфликтогену. Это - благожелательные посылы в адрес собеседника. К их числу относится все, что поднимает настроение человеку: дружеская улыбка, внимание, интерес к личности, уважительное отношение, сочувствие и т.п [39].

Поэтому четвертое правило бесконфликтного общения сводится к следующему: «Делайте как можно больше благожелательных посылов». Каждый из нас нуждается в положительных эмоциях, поэтому супруг, одаривающий свою половину благожелательными посылами, способен предотвратить конфликт, даже если для такового возникают некоторые предпосылки.

Шнейдер Л.Б. предлагает следующие способы разрешения конфликта [62]:

Игнорирование

Этот способ заключается в том, что мы позволяем собеседнику злиться, выражать свои эмоции, а сами сохраняем спокойствие и дружелюбие. Очень важно при этом стараться не отвергать того, что говорит собеседник, создавать у него ощущение понимания и сотрудничества. Мы не отказываемся от выражения своего собственного мнения, просто высказываем это мнение, спокойно и терпеливо. Что бы это мнение было выслушано, сначала нужно добиться внимания партнера.

Например: Да я понимаю, что ты хочешь помочь мне разобраться с детьми, я очень ценю это, ведь твои мудрые советы не раз мне помогали.

«Я-высказывания»

Фраза начинается с нейтрального необвинительного описания действия другого человека, которое вас не устраивает. Затем следует описание ваших реакций на это поведение. Объясните после этого, почему это поведение составляет затруднение для Вас, или просто укажите, как оно на Вас отражается. Наконец, опишите то, чего бы Вы желали. При этом используйте такие обороты, как «Мне бы хотелось», «Я бы была вам признательна», или «Я бы предпочла».

Например: Когда ты принимаешь решение, не спрашивая моего мнения, я чувствую обиду, потому что мне кажется, что тебя не интересует моя точка зрения. Мне бы хотелось, что бы мы совместно обсуждали такие вопросы и учитывали желание всех членов семьи.

Если мы сможем выразить свою проблему открыто, в «я-форме», то сразу приобретем два существенных преимущества:

мы улучшим отношения с этим человеком, увеличиваем ясность, прозрачность этих отношений,

мы формируем у партнера мотивацию содействия в решении нашей проблемы.

Выражение чувств собеседника

Этот способ заключается в том, что мы признаем и выражаем словесно чувства собеседника. Это помогает снять эмоциональное напряжение и перейти к конструктивному диалогу. Например: Ты считаешь, что я не правильно воспитываю детей? Но мне так хочется сделать для них все, что в моих силах.

Очень часто в отношениях с другими людьми как в зеркале отражаются наши собственные страхи, неуверенность. Поэтому в первую очередь старайтесь разобраться со своими чувствами, желаниями, прежде чем обвинять других людей в негативном к Вам отношении. Не возводите стены вокруг себя, если Вы не хотите жить в одиночестве и изоляции.

Для того, что бы эти способы подействовали, требуется терпение и время.

Рекомендации для решения спорных вопросов

Выражайте свои позиции, стремления, чувства и идеи открыто, ясно и прямо без извинений или принижений как себя, так и оппонента. \* - При обсуждении конкретных действий, позиций, при оказании воздействия делайте больший акцент на преимущества или отрицательные последствия для достижения целей партнера по общению. \* - Избегайте использования личных нападок, унижений или угроз в адрес оппонента, т.е. стремитесь связывать свои цели с целями оппонента, а не с его личностными особенностями. \* - Четко осознавайте и контролируйте свои эмоциональные состояния в ходе взаимодействия и стремитесь направлять их для осуществления положительных действий. \* - Используйте "позитивные" слова и выражения; по возможности, избегайте "эмоционально-нагруженных" фраз и оценочных суждений или безразличия к личности партнера и его интересам.

Позиция "Я прав, а вы - нет" препятствует стремлению достигнуть компромисса. Помните, что ваше понимание ситуации - не единственно возможное. \* - Требования и ультиматумы часто приводят человека в ярость или вызывает протест. Никогда не стоит угрожать или намекать на возможные страшные меры, пытаясь вынудить человека к сотрудничеству. \* - Правильно воспринимайте критику. Критика вызывает обиду и люди с уважением относятся к тем, кто принимает критику спокойно и умеет учиться с ее помощью. Особенное внимание следует уделить тем замечаниям, которые часто повторяются в критических отзывах людей. Получая очередную порцию критики, удостоверьтесь, что вы правильно поняли смысл замечания. Будьте открыты, внимательно слушайте и не бойтесь задавать вопросы. Если оппонент высказывает голые утверждения, просите привести примеры ваших действий, которые вызвали эти замечания. Критика может быть резкой и обидной по форме. Но надо обращать больше внимания на содержание. Критикуемый имеет право на защиту своих положений и позиций. Но нельзя искажать объективно существующие факты для защиты своей позиции. Конечно, вовсе не всякая критика полезна. Постарайтесь непредвзято проанализировать мотивы тех, кто вас критикует.

В конфликтной ситуации надо придерживаться нескольких правил:

ограничивать предмет спора; неопределенность и переход от конкретного вопроса к общему затрудняют достижение согласия;

учитывать уровень знаний, компетентность в данном вопросе противника;

 при большой разнице в уровне компетентности спор или дискуссия будут малопродуктивными, а если малокомпетентный спорщик упрям, конфликтная ситуация может перерасти в конфликт;

 учитывать степени эмоциональной возбудимости, выдержанности противоположной стороны; если участники спора эмоционально легко возбудимы, упрямы, спор неизбежно перерастет в конфликт;

 контролировать себя, чтобы в пылу спора не перейти на оценку личностных качеств друг друга.

Рассмотрим принципы разрешения конфликтов:

###### A. Отделение людей от проблемы

1. Разграничьте взаимоотношения с оппонентом от проблемы.

2. Поставьте себя на его место.

. Не идите на поводу своих опасений.

. Показывайте готовность разобраться с проблемой.

. Будьте тверды по отношению к проблемам и мягки к людям.

B. Предлагайте взаимовыгодные варианты

1. He ищите единственный ответ.

2. Отделите поиск вариантов от их оценки.

. Расширяйте круг вариантов.

. Ищите взаимную выгоду.

. Выясняйте, что предпочитает другая сторона.

#### C. Внимание интересам, а не позициям

1. Спрашивайте «почему?» и «почему нет?».

2. Фиксируйте базовые интересы и их множество.

. Ищите общие интересы.

. Объясняйте жизненность ваших интересов.

. Признавайте их интересы частью проблемы.

D. Используйте объективные критерии

1. Будьте открыты для доводов другой стороны.

2. Не поддавайтесь давлению только принципу.

. По каждой части проблемы - объективные критерии.

. Используйте справедливые критерии.

. Используйте несколько критериев.

Разрешение конфликта может проходить путем компромисса, сотрудничества и путем внешнего воздействия. Рассмотрим этапы разрешения конфликта этими способами.

A. Разрешение конфликта путем компромисса

 Перевод конфликта с эмоционального уровня на интеллектуальный;

 Необходимо выравнить позиции между оппонентами;

 Устранить противоречие, а не ограничиваться примирением сторон;

 Подготовка блока различных вариантов взаимных уступок;

 Добровольный отказ субъектов конфликта от части объекта в пользу; своего оппонента с целью завладеть другой частью объекта.

B. Разрешение конфликта путем сотрудничества

 Для субъектов конфликта их интересы очень важны и компромисс для них неприемлем;

 Перевод конфликта с эмоционального уровня на интеллектуальный;

 Необходимо выравнить позиции между оппонентами;

 Устранить противоречие, а не ограничиваться примирением сторон;

 Доброжелательное отношение субъектов конфликта друг к другу, взаимное уважение и готовность выслушать;

 Заключение «долгосрочного соглашения».

C. Разрешение конфликта путем внешнего воздействия

 Ликвидировать объект конфликта;

 Устранить возможность вступления в контакт субъектов конфликта;

 Заменить объект конфликта;

 Привлечь к разрешению конфликта третейских судей.

Разработано много методик по нормализации супружеских взаимоотношений, предупреждению перерастания спорных ситуаций в конфликты (В. Владин, Д. Капустин, И. Дорно, А. Егидес, В. Левкович, Ю. Рюриков). Большинство из них сводится к следующему:

 Уважать себя, а тем более другого. Помнить, что он (она) самый близкий для тебя человек.

 Стараться не копить ошибки, обиды и «грехи», а сразу реагировать на них. Это исключит накопление отрицательных эмоций.

 Исключить сексуальные упреки, так как они не забываются.

 Не делать замечаний друг другу в присутствии других (друзей, знакомых, гостей и т.д.).

 Не преувеличивать собственные способности и достоинства, не считать себя всегда и во всем правым.

 Больше доверять и сводить к минимуму ревность.

 Быть внимательным, уметь слушать и слышать супруга.

 Не опускаться, заботиться о своей физической привлекательности, работать над своими недостатками.

 Никогда не обобщать даже явные недостатки супруга, вести разговор только о конкретном поведении в конкретной ситуации.

 Относиться к увлечениям супруга с интересом и уважением. В семейной жизни иногда лучше не знать правду, чем во что бы то ни стало пытаться установить истину. Стараться находить время для того, чтобы хотя бы иногда отдохнуть друг от друга. Это помогает снять эмоционально-психологическую перенасыщенность общением.

Одним из способов урегулирования супружеских конфликтов является психологическое консультирование. Сущность психологического консультирования конфликтных семей заключается в выработке рекомендаций по изменению негативных психологических факторов, затрудняющих жизнь супругов и вызывающих конфликты.

Основные задачи психологического консультирования:

 индивидуальные и групповые консультации лиц, обратившихся к специалисту с целью решения сложных проблем, приобретения психологических знаний или разрешения конфликтов;

 выявление конфликтных семей и проведение с ними консультаций;

 оказание помощи супругам в выявлении их ошибок и выборе правильного поведения в трудных ситуациях семейной жизни;

 обучение методам саморегуляции психического состояния.

Семейное консультирование рассматривается как одна из форм супружеской терапии, поскольку речь идет о более простых, поверхностных и кратковременных психотерапевтических воздействиях, в основном в конфликтных и кризисных ситуациях. Консультации позволяют найти выход из конкретных конфликтных ситуаций, при этом применяются прежде всего такие методы, как экспликация, поощрение, индивидуальные рекомендации и советы (С. Кратохвил).

Психологическое консультирование сопряжено с определенными трудностями.

1. Проблема времени. Психолог должен за короткий срок определить причины, мотивы, условия конфликта, показать супругам возможности восстановления их отношений;

2. Различная степень конфликтности семейной жизни у супругов. Значительная часть обращающихся за психологической помощью - это молодые люди недавно поженившиеся. Для них коррекция психологической несовместимости эффективна. Однако нередко психолог имеет дело с семьями, которые неизбежно эволюционируют к разводу. Эффективность их психологического консультирования незначительна.

Еще одна группа консультируемых - люди с противоречивой системой мотивов, как препятствующих, так и содействующих сохранению супружеских отношений. Первая группа мотивов обусловливает сохранение конфликтов, вплоть до готовности идти на развод, в то время как мотивы, содействующие сохранению семьи, делают возможным психологическую коррекцию супружеских отношений.

3. Повышенная агрессивность консультируемого по отношению к супругу и консультанту. Особенность конфликтных семей, находящихся на стадии развода, - упрощенная мотивировка такого решения. Это затрудняет полную диагностику супружеских отношений. Важно заинтересовать консультируемых в более глубоком раскрытии их семейных и личных, проблем, а также трансформировать ситуацию, где психолог проводит экспертизу взаимоотношений супругов, в ситуацию, когда сами они с помощью психолога переосмысливают мотивы конфликта.

4. Наличие неосознаваемых компонентов конфликтного поведения супругов значительно усложняет положение консультируемых и работу психолога-консультанта [54] .

Деятельность педагога-психолога в ходе консультирования имеет 2 стороны.

.Стимулирование конфликта - это вид деятельности субъекта управления, направленный на провокацию, вызов конфликта. Стимулирование оправдано по отношению к конструктивным конфликтам.

.Регулирование конфликта - это вид деятельности субъекта управления, направленный на ослабление и ограничение конфликта, обеспечения его развития в сторону разрешения.

Регулирование как сложный процесс предполагает ряд этапов:этап. Признание реальности конфликта, то есть достижение соглашения между конфликтующими сторонами.этап. Легимитизация конфликта, то есть достижения соглашения между конфликтующими сторонами по признанию и соблюдению установленных норм и правил конфликтного взаимодействия. I этап. Институализация конфликта, то есть создание соответствующих органов, рабочих групп по регулированию конфликтного взаимодействия

Разрешение конфликта - это вид деятельности субъекта управления, связанный с завершением конфликта. Разрешение - это заключительный этап управления конфликтом.

Занимаясь решением конфликта, необходимо отслеживать его логику, динамику и текущую стадию. Бессмысленно приглашать людей за стол переговоров искать взаимовыгодные решения, когда конфликт зашел в деструктивную стадию.

Сначала необходимо сменить отношение с «Мы враги» и девиз деятельности с «Я тебе покажу!!!» на отношение «Мы - партнеры» и на девиз «вместе мы все решим».

Взаимодействуя с участниками при урегулировании конфликта, педагог может использовать следующие тактики посреднического поведения:

 тактика поочередного выслушивания на совместной встрече применяется для уяснения ситуации в период острого конфликта, когда объединение сторон невозможно;

 сделка - посредник стремится вести переговоры с участием обеих сторон, делая основной упор на принятие компромиссных решений;

 челночная дипломатия - медиатор разделяет конфликтующие стороны и постоянно курсирует между ними, обсуждая различные аспекты соглашения. В результате обычно достигается компромисс;

 давление на одного из участников конфликта - большую часть времени третья сторона посвящает работе с одним из участников, доказывая ошибочность его позиции. Директивное воздействие предполагает акцентирование внимания на слабых моментах в позициях оппонентов, ошибочности их действий по отношению друг к другу. Цель - склонение сторон к примирению.

Исходы конфликтных ситуаций могут быть разными: предупреждение конфликта, уход от конфликта, сглаживание ситуации, нахождение компромисса, возникновение конфронтации, принуждение.

Опытные консультанты для предупреждения конфликтов используют индивидуальные беседы с супругами, в ходе которых выясняются его позиции и разъясняются свои. При этом нужно:

) проявлять к супругам внимание, уважительное отношение, сочувствие, терпимость к его слабостям; быть выдержанным, говорить спокойным тоном;

) строить фразы так, чтобы они вызывали нейтральную или положительную реакцию со стороны молодых людей;

) постоянно поддерживать с учащимся обратную связь, смотреть ему в глаза, следить за изменением его позы, мимики;

) чуть затягивать темп беседы, если молодой супруг взволнован или говорит излишне быстро;

) попытаться осмысленно поставить себя на его место и понять, какие события привели его в это состояние;

) дать молодому (-ой) супругу (-ге) выговорится, не перебивать и не пытаться перекричать его;

) уменьшить социальную дистанцию, приблизиться и наклониться к нему, коснуться его, улыбнуться;

) подчеркнуть общность цели, интересов, показать молодому (-ой) супругу (ге) заинтересованность в решении его проблемы;

) подчеркнуть лучшие качества молодого (-ой) супруга (-ги), которые помогут ему самому преодолеть конфликтную ситуацию, справиться со своим состоянием.

Определение необходимости консультирования и прогноз эффекта воздействия на семью - это начальная диагностическая стадия коррекции супружеских отношений. Диагностическая стадия может включать структурный, описательный, динамический» генетический и прогностический уровни. Для диагностики супружеского конфликта рекомендуется использовать методику анализа конфликтной ситуации - МАКС (В. Смехов). Она представляет собой свободное описание конфликта в виде ответов на вопросы, которые объединены в одиннадцать рефлексивных планов. Важно представить внутреннюю картину конфликтного события хотя бы одного из его участников. Эффективное использование методики возможно после установления психотерапевтического контакта.

Вторым этапом консультирования конфликтных семей является восстановление супружеских отношений. Успешность перехода к нему зависит от снижения психической напряженности консультируемого. Иногда в супружеском конфликте сложившиеся отношения воспринимаются как неизбежные, из-за чего появляются чувства беспокойства, безысходности, жалости к себе. Важно стремиться изменить пессимистичное отношение супругов к ситуации.

При нормализации супружеских отношений важно:

 не допустить нового обострения конфликта в присутствии психолога (обвинений, оскорблений, грубости);

 не стать на сторону одного из супругов, так как нередки попытки включить консультанта в качестве «союзника» в конфликте;

 с самого начала стремиться к расширению понимания супругами конфликтной ситуации, оценки ее с позиции оппонента;

 терпеливо относиться к медленной, но положительной эволюции, восстановлению супружеских отношений;

 уважительно относиться к нормам и ценностям, которые принимаются или отстаиваются супругами;

 не стремиться давать советы, а помогать найти правильное решение самим;

 соблюдать деликатность и анонимность, особенно в тех вопросах, которые касаются интимных отношений супругов.

Психологу-консультанту не всегда удается нормализовать отношения супругов, которые обратились за помощью. Р. Мэй подчеркивает необходимость психологу-консультанту развивать в себе то, что А. Адлер назвал мужеством несовершенства, т.е. умение мужественно принимать неудачу.

Для разрешения конфликта первостепенное значение имеет установление истинных причин конфликта. Это необходимое условие не только для того, чтобы направить супружеский конфликт в конструктивное русло, но и найти способы избежать его, предупредить его возникновение.

Разрешению конфликта способствуют следующие методы:

1. Умение личности соблюдать принципы «социальной дистанции». Супружеские конфликты могут вспыхнуть не только в тех случаях, когда они чрезмерно далеки, но и когда люди очень близки друг к другу.

2. Следование «правилу разнообразия». Чем больше взаимной заинтересованности супругов, чем разнообразнее их интересы и чем больше совпадения этих интересов, тем значительнее ресурс сотрудничества, тем меньше возможностей для возникновения конфликтного противостояния.

3. Третьим способом превращения накапливающейся энергии конфликта в энергию сотрудничества является правило «сглаживания»: «сглаживатель» старается погасить стремление к конфликтному противостоянию у другого человека.

. Четвертый метод заключается в следующем: «Делайте как можно больше благожелательных посылов». Супруг, одаривающий свою половину благожелательными посылами, способен предотвратить конфликт, даже если для такового возникают некоторые предпосылки [48].

Конструктивность разрешения супружеских конфликтов, как никаких других, зависит в первую очередь от умения супругов понимать, прощать и уступать. Одно из условий завершения конфликта любящих супругов - не добиваться победы. Победу за счет поражения любимого человека трудно назвать достижением. Важно уважать другого вне зависимости от того, какая вина лежит на нем. Нужно быть способным честно спросить у самого себя (и главное, честно ответить себе), что же тебя на самом деле волнует. При аргументации своей позиции стараться не проявлять неуместный максимализм и категоричность. Лучше самим придти к взаимопониманию и не втягивать в свои конфликты других - родителей, друзей, соседей и знакомых. Только от самих супругов зависит благополучие семьи.

Таким образом, разрешение конфликта - процесс нахождения взаимоприемлемого решения проблемы, имеющей личную значимость для участников.

2. Опытно-экспериментальная работа по изучению особенностей семейных конфликтов в молодой семье

.1 Констатирующий этап эксперимента: краткое описание выборки и методов исследования

### С целью изучения причин возникновения супружеских конфликтов, уровня психологической грамотности молодых супругов и влияния специально организованной психолого-педагогической работы на результативность конструктивного разрешения конфликтных ситуаций нами был проведен эксперимент на базе 10 молодых супружеских пар.

Работа проводилась в три этапа:

этап - констатирующий (сентябрь, октябрь 2009 г.) - подбор методик, организация первичного обследования, изучение литературы по теме исследования;

этап -формирующий (октябрь 2009-февраль 2010 г.г.) - реализация программы психологической грамотности для молодых супругов.

этап - контрольный (март 2010 г.) - повторная диагностика, обработка и анализ полученных результатов.

Задачи:

б) определить уровень конфликтности каждого из исследуемых;

в) исследовать супружеские пары на удовлетворённость браком;

г) изучить уровень психологической подготовленности молодых супругов к разрешению конфликтных ситуаций

д) разработать и апробировать экспериментальных программу по формированию психологической грамотности молодых супругов.

Гипотезы:

1. Недостаток взаимопонимания является одной из причин семейных конфликтов.

2. Недостаточная осведомлённость друг о друге приводит к семейным конфликтам.

. Высокий уровень конфликтности провоцирует возникновение конфликтов в супружеской диаде.

. Различные взгляды и стереотипы поведения, а также представления супругов о значимости в семейной жизни сексуальных отношений, моральной и эмоциональной поддержки и т. д. являются важными в возникновении конфликтов.

. Важной причиной конфликтов является низкая психологическая грамотность молодых супругов. Специальная работа по повышению уровня психологической грамотности молодых супругов будет способствовать конструктивному разрешению конфликтов и укреплению брака молодых супругов.

Методы:

. Тест на уровень конфликтности («Конфликтная ли вы личность?») ( Приложение А)

. Тест «Удовлетворёны ли вы браком?» ( Приложение Б)

3. Анкета на выявление уровня психологических знаний и умений поведения в конфликтных ситуациях

1. Выявление предрасположенности к конфликтности

Данное исследование было проведено при помощи теста «Конфликтная ли Вы личность?» Н.В. Киршевой и Н. В. Рябчиковой [43].

Цель данной методики: подтвердить результаты предыдущей установить стиль поведения испытуемого в конфликтной ситуации.

Она помогает выявить типичные способы реагирования респондентов на те или иные конфликтные ситуации. С ее помощью можно определить, насколько человек склонен к соперничеству и сотрудничеству в семье, стремится ли он к компромиссам, избегает ли конфликтов и, наоборот, старается обострить их.

В результате получены следующие данные (Таблица 1).

Таблица 1. Результаты исследования предрасположенности к конфликтности у молодых супругов

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Муж | Жена | Сумма баллов |
| 1 | Азамат Р. | Айкумыс Р. | 32 | 32 |
| 2 | Сергей Б | Юлия Б | 25 | 23 |
| 3 | Дмитрий Ш | Наталья Ш. | 27 | 30 |
| 4 | Александр В. | Любовь В. | 22 | 24 |
| 5 | Бауржан С. | Махаббат С. | 26 | 34 |
| 6 | Аслан М. | Ирина М. | 26 | 32 |
| 7 | Алексей С. | Наталья С. | 30 | 34 |
| 8 | Жумабек А. | Алмагуль А. | 28 | 32 |
| 9 | Алдаберген Р. | Анар Р. | 31 | 32 |
| 10 | Михаил Ж | Елена Ж | 28 | 30 |

Количество баллов от 30 до 44. Вы тактичны. Не любите конфликтов. Умеете их сгладить, легко избегаете критических ситуаций. Когда же Вам приходится вступать в спор, то Вы учитываете, как это может отражаться на Вашем служебном положении или приятельских отношениях. Вы стремитесь быть приятным для окружающих, но когда им требуется помощь, Вы не всегда решаетесь её оказать. Не думаете ли Вы, что тем самым Вы теряете уважение к себе в глазах других.

От 15 до 29 очков. О Вас говорят, что Вы конфликтная личность. Вы настойчиво отстаиваете своё мнение, невзирая на то, как это повлияет на Ваши служебные и личные отношения. И за это Вас уважают.

Среди испытуемых не оказалось ни одной пары, где хотя бы один из супругов не являлся бы конфликтной личностью, что, безусловно, играет роль в возникновении конфликтной ситуации и конфликта. Комментарии испытуемых по данному тесту представлены в таблице 2 .

Таблица 2. Комментарии испытуемых к тесту «Выявление предрасположенности к конфликтности»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ф.И.О. | Сумма баллов | Комментарий испытуемого по данному тесту |
| Азамат Р. | 32 | Согласился, что старается сдерживать себя в конфликтных ситуациях  |
| Сергей Б | 25 | Не согласился, что теряет уважение к себе в глазах других  |
| Дмитрий Ш | 27 | Согласился с результатами теста |
| Александр В. | 22 | Не согласился с результатами теста  |
| Бауржан С. | 26 | Согласился, но не со всем  |
| Аслан М. | 26 | Остался доволен результатами теста |
| Алексей С. | 30 | Подтвердил, что действительно стремится не допускать развязки конфликта |
| Жумабек А. | 28 | Признал, что старается сдерживать себя и не допускать возникновения конфликтных ситуаций  |
| Алдаберген Р. | 31 | Подтвердил результаты теста  |
| Михаил Ж | 28 | Решил принять к сведению результаты теста |
| Айкумыс Р. | 32 | Осталась довольна результатами теста  |
| Юлия Б | 23 | Не согласилась с результатами теста |
| Наталья Ш. | 30 | Согласилась, что старается сдерживать себя и супруга в конфликтных ситуациях  |
| Любовь В. | 24 | Согласилась с результатами теста, но не во всем  |
| Махаббат С. | 34 | Согласилась, но не со всем  |
| Ирина М. | 32 | Подтвердила, что действительно стремится не допускать развязки конфликта  |
| Наталья С. | 34 | Согласилась с результатами теста |
| Алмагуль А. | 32 | Решила принять к сведению результаты теста |
| Анар Р. | 32 | Подтвердила результаты теста |
| Елена Ж | 30 | Решила принять к сведению результаты теста |

Итак, данная методика стала дополнением к предыдущим тестам. Многие испытуемые отнеслись к результатам теста серьезно и задумались об обстановке в семье. Однако среди молодых супругов оказались и такие, кто не признал (или не захотел признать) наличие выявленных методикой тревожных симптомов. Вероятно, они не могут раскрыться перед другими людьми, признаться в возникших трудностях, о чем, в частности, говорит сама методика.

.Изучение степени удовлетворенности браком в семье

Тест «Удовлетворёны ли вы браком?»

Для подтверждения предыдущей методики был использован тест-опросник удовлетворенности браком (ОУБ), разработанный В.В. Столиным, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко и предназначенный для экспресс-диагностики степени удовлетворенности-неудовлетворенности браком, а также степени согласования-рассогласования удовлетворенности браком у той или иной социальной группы [43].

Цель данной методики: установить отношение тестируемых к их семейной жизни, к отношениям с супругой/супругом; помочь разобраться самим, что именно в браке их не устраивает или беспокоит.

Опросник представляет собой одномерную шкалу, состоящую из 24 утверждений, относящихся к различным сферам: восприятие себя и партнера, мнения, оценки, установки и т.д. Каждому утверждению соответствует три варианта ответа: а) верно, б) трудно сказать, в) неверно (Приложение 2).

Инструкции испытуемым: «Внимательно читайте каждое утверждение и выбирайте один из трех предлагаемых вариантов ответов. Старайтесь избегать промежуточных ответов, типа «трудно сказать», «затрудняюсь ответить» и т.д.». Результаты обследования супруг представлены в таблице 3:

Таблица 3. Результаты исследования степени удовлетворенности браком в семье на констатирующем этапе эксперимента

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Жена | Сумма баллов | Степень удовлетворённости |
| 1 | Айкумыс Р. | 32 | Значительная удовлетворённость  |
| 2 | Юлия Б | 20 | Значительная неудовлетворённость  |
| 3 | Наталья Ш. | 20 | Значительная неудовлетворённость |
| 4 | Любовь В. | 25 | Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость |
| 5 | Махаббат С. | 26 | Частичная удовлетворённость и неудовлетворённость  |
| 6 | Ирина М. | 32 | Скорее удовлетворённость, чем неудовлетворённость  |
| 7 | Наталья С. | 34 | Частичная удовлетворённость и неудовлетворённость  |
| 8 | Алмагуль А. | 19 | Значительная неудовлетворённость |
| 9 | Анар Р. | 24 | Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость |
| 10 | Елена Ж | 20 | Значительная неудовлетворённость |

Результаты обследования супругов представлены в таблице 4:

Таблица 4. Результаты исследования степени удовлетворенности браком в семье на констатирующем этапе эксперимента

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Муж | Сумма баллов | Степень удовлетворённости |
| 1 | Азамат Р. | 32 | Значительная удовлетворённость  |
| 2 | Сергей Б | 24 | Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость |
| 3 | Дмитрий Ш | 26 | Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость |
| 4 | Александр В. | 20 | Значительная неудовлетворённость |
| 5 | Бауржан С. | 24 | Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость  |
| 6 | Аслан М. | 22 | Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость |
| 7 | Алексей С. | 33 | Значительная удовлетворённость |
| 8 | Жумабек А. | 30 | Частичная удовлетворённость и неудовлетворённость  |
| 9 | Алдаберген Р. | 26 | Частичная удовлетворённость и неудовлетворённость |
| 10 | Михаил Ж | 24 | Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость |

Следует отметить, что результаты теста выявили, что среди испытуемых большое количество недовольных своим браком. Среди испытуемых женщин лишь одна (10 %) полностью удовлетворена браком. Во всех остальных случаях в той или иной степени имеется недовольство супругами.

У мужчин также 1 испытуемый - Азамат Р. полностью удовлетворен браком (10 %).

Дальнейшая беседа с тестируемыми подтвердила неудовлетворенность браком в той или иной степени в большинстве семей, принявших участие в исследовании. Все это говорит о наличии конфликтных ситуаций в семьях, принявших участии в исследовании.

Тот факт, что многие испытуемые отнеслись к тесту серьезно, задумались над этой проблемой, показывает их стремление разрешить возникшую ситуацию. Остальные же, вероятно, привыкли убегать от проблем, закрывать глаза на них. Такое поведение может лишь усугубить ситуацию.

3. Изучение уровня психологической подготовленности молодых супругов к разрешению конфликтных ситуаций

Следующая методика оценивала уровень проявления «психологической компетентности». Нас интересовал вопрос: как же видят супруги друг друга, насколько психологические знания и умения проявляются в их взаимном восприятии и понимании. Особенности перцептивной и когнитивной составляющей психологической подготовленности молодых супругов можно изучить через рассмотрение содержания и характеристик образа одного супруга, репрезентированного в сознании другого. Как отмечает В.Л.Ситников, в содержании компонентов структуры образа проявляются личностные особенности человека. «Характеристика образа человека дает возможность выявить отношение к нему как к субъектувзаимодействия» [153, с.62]. В связи с этим, супругам было предложено задание - «дать словесный образ (портрет) личности своего супруга.

Проведя соответствующий анализ полученных данных, мы получили следующие результаты:

При описании супруга более половины (45%) респондентов не употребили ни единого психологического понятия; 40% использовало для этого 1-2 психологических понятий; 15% использовало от 3 до 6 понятий (Таблица 5).

Таблица 5. Результаты исследования использования супругами психологических понятий при описании образа друг друга

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Муж | Уровень псих. умений | Жена | Уровень псих. умений |
| 1 | Азамат Р. | 6 | Айкумыс Р. | 1 |
| 2 | Сергей Б | - | Юлия Б | - |
| 3 | Дмитрий Ш | - | Наталья Ш. | 2 |
| 4 | Александр В. | - | Любовь В. | - |
| 5 | Бауржан С. | - | Махаббат С. | 5 |
| 6 | Аслан М. | - | Ирина М. | 1 |
| 7 | Алексей С. | 2 | Наталья С. | 6 |
| 8 | Жумабек А. | - | Алмагуль А. | 1 |
| 9 | Алдаберген Р. | 2 | Анар Р. | 2 |
| 10 | Михаил Ж | - | Елена Ж | - |

В процентном отношении данные выглядят следующим образом (таблица 6):

Таблица 6. Процентное распределение использованных психологических понятий при описании супругами образа друг друга

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Показатели | не употребили ни единого психологического понятия; | использовали для этого 1-2 психологических понятий; | использовали от 3 до 6 понятий |
| Количество супругов | 9 чел. | 8 чел. | 3 чел. |
| % супругов | 45 % | 40% | 15% |

Среди самых упоминаемых психологических терминов- «характер» и « «темперамент» - их привели 40 % испытуемых. 15% супругов в характеристиках использовали также такие психологические понятия, как «эмоциональность», « аффект», «кризис», «мышление», «воображение», «креативность», « интроверт», указывали виды темперамента.

Полученные данные иллюстрируются диаграммой (Рисунок 1 ):



Рисунок 1. Процентное распределение использованных психологических понятий при описании супругами образа друг друга

Исходя из полученных данных об уровне развития этой составляющей психологических знаний исследуемой выборки, можно прогнозировать характер взаимодействий в и продуктивность совместной деятельности. Как отмечают в своей книге «Социальная педагогическая психология» А.А. Реан и Я.Л. Коломинский, с уровнем познания человеком другой личности , а также с адекватностью и полнотой его отражения в существенной мере связана результативность совместной деятельности. Ссылаясь на исследования С.В. Кондратьевой и Е.Н. Жучевой, они полагают, что для «низкого уровня психологических знаний характерно восприятие лишь внешнего рисунка поступка, без проникновения в истинные цели и мотивы, в то время как респондентов высокого уровня психологических знаний отличают отражение устойчивых интегративный свойств личности, выявление ведущих целей и мотивов поведения, объективность оценочных суждений и т.п.» [46].

Определённую психологическую подготовленность показали те супруги, которые в своих характеристиках стремились отразить не только внешний почерк поступка, но его причины, мотивы, истинные отношения.

С целью исследования уровня психологических умений поведения в конфликтных ситуациях было использовано анкетирование молодых супругов. Анкета включала вопросы на выявление когнитивной составляющей психологической культуры молодых супругов. В неё были включены вопросы, позволяющие определить тактику поведения супругов в конфликтной ситуации.

Инструкция.

Прочтите приведённые высказывания. Укажите, какие высказывания ( или близкие им по смыслу) вы применяли в конфликтной ситуации?

1. Ты всегда так делаешь!

2. Ты говоришь бред!

. Ты не должен был делать этого!

. Ты всегда поступаешь по-своему!

. Это неверно!

. Ты неправильно делаешь…..!

. Ты плохой муж (жена)!

. Прекрати меня злить!

. Замолчи сейчас же!

А)часто; Б) иногда

Использовали ли Вы указанные или близкие им по смыслу фразы:

1. Ты считаешь, что я неправильно делаю …..? Но мне так хочется, чтобы тебе это понравилось.

2. Ты считаешь, что я неправильно разговариваю с твоими родителями? Но мне так хочется сделать для них все, что в моих силах.

. Я очень расстроилась (-ся) потому, что твой вопрос не понравился моим родственникам.

. Сегодня ты вела (вёл) себя не так, как всегда

. Я бы предпочла (-чёл), чтобы ты не задевал самолюбие этого человека.

. Мне бы хотелось, чтобы ты сделал это.

А) часто; Б) иногда

Результаты исследования приведены в таблице 7:

Таблица 7. Уровень психологических умений конструктивного разрешения конфликта молодых супругов на констатирующем этапе эксперимента

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Муж | Уровень псих. умений | Жена | Уровень псих. умений |
| 1 | Азамат Р. | высокий | Айкумыс Р. | средний |
| 2 | Сергей Б | низкий | Юлия Б | низкий |
| 3 | Дмитрий Ш | низкий | Наталья Ш. | средний |
| 4 | Александр В. | низкий | Любовь В. | низкий |
| 5 | Бауржан С. | низкий | Махаббат С. | высокий |
| 6 | Аслан М. | низкий | Ирина М. | средний |
| 7 | Алексей С. | средний | Наталья С. | высокий |
| 8 | Жумабек А. | низкий | Алмагуль А. | средний |
| 9 | Алдаберген Р. | средний | Анар Р. | средний |
| 10 | Михаил Ж | низкий | Елена Ж | низкий |

Результаты математической обработки и обобщения данных представлены в таблице 8:

Таблица 8. Результаты диагностики уровня психологических умений молодых супругов на констатирующем этапе эксперимента

|  |
| --- |
| Уровень психологических умений |
| высокий | средний | низкий  |
| супруг  | супруга | супруг  | супруга | супруг  | супруга |
| 1 чел. | 2 чел. | 2 чел. | 5 чел. | 7 чел. | 3 чел. |

Анализ полученных данных показал, что большинство супругов (17 человек из 20) имеют низкий уровень психологической компетентности поведения в конфликтных ситуациях. В пылу спора супруги используют негативные оценки и ярлыки (оскорбления), обобщения из единичных случаев, ложные аргументации и другие психологические барьеры. Анализ умений разрешения конфликта предполагал исследование использования таких приёмов, как «Я-высказывания», «Выражение чувств собеседника», тактичность и уважительное отношение к другой стороне. Однако полученные данные показали, что из 20 опрошенных респондентов лишь 4 молодых супруга иногда использовали указанные приёмы. Наглядно это можно увидеть на гистаграмме (Рис.2)

При этом исследование результатов на предмет гендерных особенностей показывает, что супруги женского пола имеют более высокий уровень психологических умений разрешения конфликтов, нежели мужчины- в исследуемой выборке респондентов с высоким и средним уровнем психологических знаний соответственно: 7 женщин и 3 мужчин из 20 испытуемых.



Рисунок 2. Уровень психологических умений конструктивного разрешения конфликта молодых супругов на констатирующем этапе эксперимента

При этом исследование результатов на предмет гендерных особенностей показывает, что супруги женского пола имеют более высокий уровень психологических умений разрешения конфликтов, нежели мужчины- в исследуемой выборке респондентов с высоким и средним уровнем психологических знаний соответственно: 7 женщин и 3 мужчин из 20 испытуемых.

Итак, данная методика стала дополнением к предыдущим тестам. Многие испытуемые отнеслись к результатам теста серьезно и задумались об обстановке в семье. Однако среди молодых супругов оказались и такие, кто не признал (или не захотел признать) наличие выявленных методикой тревожных симптомов. Вероятно, они не могут раскрыться перед другими людьми, признаться в возникших трудностях, о чем, в частности, говорит сама методика. Ниже представлена итоговая таблица по тестам (Таблица 9.):

Таблица 9. Сводные данные результатов исследовательской работы на констатирующем этапе эксперимента

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Имена супругов  | Тест «Конфликтная ли Вы личность?» | Тест «Удовлетворены ли вы браком?» | Тест «Уровень психологической грамотности» |
| Айкумыс  | 32 | да | средний  |
| Азамат Р. | 32 | да | высокий |
| Юлия  | 23 | нет | низкий  |
| Сергей Б | 25 | нет | низкий |
| Наталья  | 30 | скорее нет | средний  |
| Дмитрий Ш | 27 | скорее да | низкий |
| Любовь  | 24 | скорее нет | низкий  |
| Александр В. | 22 | скорее нет | низкий |
| Махаббат  | 34 | скорее да | высокий  |
| Бауржан С. | 26 | скорее нет | низкий |
| Ирина  | 32 | скорее нет | средний  |
| Аслан М. | 26 | скорее нет | низкий |
| Наталья  | 34 | скорее да | высокий |
| Алексей С. | 30 | скорее да | средний |
| Алмагуль  | 32 | скорее нет | средний  |
| Жумабек А. | 28 | скорее нет | низкий |
| Анар  | 32 | скорее да | средний  |
| Алдаберген Р. | 31 | скорее да | средний |
| Елена  | 30 | скорее нет | низкий  |
| Михаил Ж | 28 | скорее да | низкий |

Анализ таблицы:

1. У Айкумыс и Азамата Р. тест «Конфликтная ли Вы личность?» показал, что они в равной степени являются неконфликтными личностями. Тест «Удовлетворены ли вы браком?» выявил, что степень удовлетворенности браком у обоих супругов высокая , что имеет определённую связь с психологической грамотности супругов : высокий уровень у Азамата и средний у Айкумыс.

. У Юлии и Сергея Б тест «Конфликтная ли Вы личность?» показал, что они являются конфликтными личностями. Тест «Удовлетворены ли вы браком?» выявил, что оба супруга значительно неудовлетворенны таковым, что объясняется «грубостью мужа», «конфликтностью», « непониманием жены». Он предпочитает пустить ситуацию на самотек. Методика исследования уровня психологической грамотности подтвердила наличие конфликтной ситуации в семье, одной из причин которой является низкий уровень психологических умений супругов.

. У Натальи и Дмитрия Ш. тест «Конфликтная ли Вы личность?» показал, что муж является более конфликтной личностью. Тест «Удовлетворены ли вы браком?» выявил, что у жены степень удовлетворенности браком ниже, чем у мужа. Оба супруга недовольны браком. Уровень психологических умений жены и мужа соответственно средний и низкий.

. У Любови и Александра В. практически одинаковые показатели по тестам. Тест «Конфликтная ли Вы личность?» показал, что они в равной степени являются конфликтными личностями. Тест «Удовлетворены ли вы браком?» выявил, что у жены низкая степень удовлетворенности браком связана с «нежеланием мужа помогать в домашних делах», а также бытовой неустроенностью. Он же закрывает глаза на проблемы, существующие в браке. Уровень психологических умений жены и мужа соответственно низкий

.У Махаббат и Бауржан С. тест «Удовлетворены ли вы браком?» выявил, что у жены степень удовлетворенности браком выше, чем у мужа, что связано с её спокойным, выдержанным характером. Тест «Конфликтная ли Вы личность?» показал, что муж является конфликтной личностью. Мир в семье поддерживается благодаря высокому уровню психологической компетентности Махаббат.

. Тест «Удовлетворены ли вы браком?» выявил, что у Ирина и Аслан М. неудовлетворены браком, что обусловлено нереализованными ожиданиями и неудовлетворенными потребностями, связанными с семейной жизнью. Тест «Конфликтная ли Вы личность?» показал, что Аслан является конфликтной личностью. Уровень психологических умений жены и мужа соответственно средний и низкий

. Тест «Понимаете ли вы друг друга?» выявил, что Наталья и Алексей С. Достаточно благополучная пара. Тест «Удовлетворены ли вы браком?» выявил, что оба супруга в общем удовлетворены браком, хотя у мужа степень удовлетворенности несколько ниже, чем у жены (вероятно, связано это с идеализацией брака). Тест «Конфликтная ли Вы личность?» показал, что Наталья и Алексей не являются конфликтными личностями, к тому же супруга, обладая высокой психологической компетентностью, стремится сглаживать конфликтные ситуации.

. Алмагуль и Жумабек А. тест «Удовлетворены ли вы браком?» выявил, что оба молодых супруга неудовлетворены браком. Тест «Конфликтная ли Вы личность?» показал, что Жумабек является конфликтной личностью. Среди причин, обуславливающих его неудовлетворенность браком, Жумабек особенно выделяет нежелание жены участвовать в домашних делах, отсутствие домашнего уюта. Алмагуль не устраивает отсутствие помощи супруга. Уровень психологических умений жены и мужа низкий

. У Анар и Алдабергена Р. довольно высокие показатели по тесту «Удовлетворены ли вы браком?». Тест «Конфликтная ли Вы личность?» показал, что оба супруга не являются конфликтными личностями. Уровень психологических умений жены и мужа средний, что в сочетании с толерантностью супругов позволяет поддерживать мир в семье.

. Тест «Удовлетворены ли вы браком?» у Елены и Михаила Ж. выявил, что супруг более удовлетворен браком, чем супруга. Тест «Конфликтная ли Вы личность?» показал, что Михаил является более конфликтной личностью, в то время как супруга стремится сглаживать конфликтные ситуации. Оба супруга имеют низкий уровень психологической грамотности.

Таким образом, прослеживается определённая корреляция между степенью удовлетворённости супругов в браке, уровнями конфликтности и психологической грамотности молодых супругов. Самые низкие показатели удовлетворённости в браке отмечаются у пар, как правило, имеющих низкий уровень психологических знаний и умений разрешения конфликтных ситуаций. Это Юлия и Сергей Б., Любовь и Александр В.

Среди опрошенных только трем парам свойственно понимание, удовлетворенность браком. Однако результаты нельзя назвать идеальными, что является логичным - конфликты свойственны любому семейному союзу. Часть опрошенных являются конфликтными личностями, и во всех парах отмечаются низкие результаты по уровню психологической грамотности. В четырех парах методики выявили средний уровень понимания, удовлетворительный уровень удовлетворенности браком; однако большинство участников являются конфликтными личностями. В 2-х парах методики выявили низкий уровень удовлетворительности браком, низкий уровень понимания. Большинство участников являются конфликтными личностями.

3.1 Экспериментальная работа: организация, анализ и интерпретация результатов исследования

Формирующий этап эксперимента.

С целью решения данной проблемы на формирующем этапе эксперимента была разработана специальная комплексная программа повышения психологической грамотности молодых супругов.

Программа психологического образования молодых супругов

Цель:

 формирование потребности и способности жить и строить гармоничные семейные отношения;

 овладение технологиями, имеющими силу позитивного произвольного изменения личной ситуации в семье;

 формирование у молодых супругов психологических знаний и умений конструктивного разрешения конфликтов.

1. Введение. Содержание психологического образования. Задачи, тематическое планирование курса.

Беседа, лекция

2. Стили и позиции в общении

Деловая игра

3. Технологии эффективной коммуникации. Виды и техники слушания. Эмоции в общении.

Тренинг

4. Антистрессовая грамотность, виды стрессов.

Тренинг

5. Барьеры в общении. Психологические приёмы расположения к себе.

Практическое занятие

6. Виды конфликтов и их особенности

Беседа, лекция.

7. Стили реагирования в конфликтных ситуациях

Семинар, тренинг

8. Социально-психологическая грамотность и культура управления конфликтом.

семинар

9. Толерантная культура

Семинар, тренинг

10. Позитивные и негативные тенденции современного социума. Социально-психологические причины социальных болезней.

Семинар, тренинг

11. Культура образа жизни (КОЖ) и её реализация.

Семинар

Итого: 22 часа

Испытуемые стали активными участниками эксперимента. Практически все молодые супруги, кроме Михаила Ж, посещали занятия экспериментальной программы. Нежелание Михаила он сам мотивировал своей большой загруженностью по работе, считая такие занятия неважными. Однако у жены он всё-таки интересовался ходом реализации программы. Особый интерес основной части молодых супругов вызывали тренинги, направленные на формирование позитивных стереотипов поведения.

После проведённой системы занятий на контрольном этапе эксперимента были проведены повторные исследования с целью исследования эффективности проведённой работы.

Исследование уровня психологических знаний вновь были проведены средствами методики использования супругами психологических понятий описания при описании образа друг друга. Результаты приведены в табл. 10.

Таблица 10. Процентное распределение использованных психологических понятий при описании супругами образа друг друга на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Показатели | не употребили ни единого психологического понятия; | использовали для этого1-2 психологических понятий; | использовали от 3 до 6 понятий |
|  | конст. этап | контр. этап | конст. этап | контр. этап | конст. этап | контр. этап |
| Количество супругов | 9 чел. | 1 чел | 8 чел. | 2 чел | 3 чел. | 17 чел |
| % супругов | 45 % | 5 % | 40% | 15 % | 15% | 80 % |

Наглядно результаты представлены на гистаграмме (Рисунок 3.):

Анализ результатов исследования уровня психологических знаний показывает, что эффективность экспериментальной программы достаточно высока. В исследуемой выборке динамика роста психологических знаний высокого уровня составила 65 %- с 15 % до 80 %; число молодых супругов со средним уровнем психологических знаний при этом уменьшилось за счёт перехода этой категории в категорию высокого уровня.

Исследование влияния экспериментальной программы на уровень психологических умений конструктивного разрешения конфликта на контрольном этапе эксперимента проводился с помощью анкеты, позволяющей выявить умения использования психологических приёмов предотвращения конфликта: « я-высказывания», « выражение эмоций партнёра» и др.



Рисунок 3. Результаты использования супругами психологических понятий при описании образов друг друга на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Результаты исследования приведены в таблице 11:

Таблица 11. Уровень психологических умений конструктивного разрешения конфликта молодых супругов на констатирующем этапе эксперимента

|  |
| --- |
| Уровень психологических умений |
| низкий | средний | высокий |
| конст. этап | контр. этап | конст. этап | контр. этап | конст. этап | контр. этап |
| 10 чел. | - чел. | 7 чел. | 8 чел. | 3 чел. | 12 чел. |

С целью изучения влияния психологической грамотности молодых супругов на степень удовлетворенности браком в семье также было проведено повторное исследование по методике ОУБ, разработанной В.В. Столиным, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко и предназначенной для экспресс-диагностики степени удовлетворенности-неудовлетворенности браком [43].Результаты исследования данного показателя у женщин представлены в таблице 12.

Таблица 12. Результаты исследования степени удовлетворенности браком в семье у супруг-женщин на контрольном этапе эксперимента

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Жена | Сумма баллов | Степень удовлетворённости |
| 1 | Айкумыс Р. | 32 | Значительная удовлетворённость  |
| 2 | Юлия Б | 30 | Скорее удовлетворённость, чем неудовлетворённость |
| 3 | Наталья Ш. | 20 | Значительная неудовлетворённость |
| 4 | Любовь В. | 25 | Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость |
| 5 | Махаббат С. | 28 | Скорее удовлетворённость, чем неудовлетворённость |
| 6 | Ирина М. | 32 | Скорее удовлетворённость, чем неудовлетворённость  |
| 7 | Наталья С. | 26 | Частичная удовлетворённость и неудовлетворённость  |
| 8 | Алмагуль А. | 26 | Скорее удовлетворённость, чем неудовлетворённость |
| 9 | Анар Р. | 24 | Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость |
| 10 | Елена Ж | 28 | Скорее удовлетворённость, чем неудовлетворённость  |

Для сравнительного анализа используем обобщение результатов (Таблица13):

Таблица 13. Динамика степени удовлетворенности браком в семье у супруг-женщин на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатели | Значительная и частичная удовлетворённость браком | Значительная и частичная неудовлетворённость браком |
|  | конст. этап | контр. этап | конст. этап | контр. этап |
| %супруг-женщин | 40% | 70% | 60% | 30% |

Анализ результатов показывает, что занятия по экспериментальной программе способствовали успешному разрешению конфликтных ситуаций у супружеских пар, что повлияло на психоэмоциональное состояние молодых супругов. Теперь степень удовлетворенности браком в семье у супруг-женщин на контрольном этапе эксперимента возросла на 30 % -с 40% до 70%.

Наглядно результаты представлены на гистаграмме ( Рисунок 4. ):



Рисунок 4. Динамика степени удовлетворенности браком в семье у супруг-женщин на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Аналогичное исследование было проведено для супругов-мужчин. Результаты представлены в таблице 14.

Таблица 14. Результаты исследования степени удовлетворенности браком в семье у супругов-мужчин на контрольном этапе эксперимента

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Муж | Сумма баллов | Степень удовлетворённости |
| 1 | Азамат Р. | 32 | Значительная удовлетворённость  |
| 2 | Сергей Б | 24 | Скорее удовлетворённость, чем неудовлетворённость |
| 3 | Дмитрий Ш | 26 | Скорее удовлетворённость, чем неудовлетворённость |
| 4 | Александр В. | 20 | Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость  |
| 5 | Бауржан С. | 24 | Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость  |
| 6 | Аслан М. | 22 | Скорее удовлетворённость, чем неудовлетворённость |
| 7 | Алексей С. | 33 | Значительная удовлетворённость |
| 8 | Жумабек А. | 30 | Значительная удовлетворённость  |
| 9 | Алдаберген Р. | 26 | Частичная удовлетворённость и неудовлетворённость |
| 10 | Михаил Ж | 24 | Скорее удовлетворённость, чем неудовлетворённость |

Для сравнительного анализа обратимся к таблице 15.

Таблица 15. Динамика степени удовлетворенности браком в семье у супругов-мужчин на констатирующем и контрольном этапе эксперимента

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатели | Значительная и частичная удовлетворённость браком | Значительная и частичная неудовлетворённость браком |
|  | конст. этап | контр. этап | конст. этап | контр. этап |
| % супругов-мужчин | 30% | 80% | 70% | 20% |

Анализ результатов показывает, что занятия по экспериментальной программе у супругов-мужчин также способствовали изменению степени удовлетворенности браком в позитивную сторону. Частичная удовлетворённость браком теперь наблюдалась ещё у 4-х мужчин, т.е. возросла на 40 %- с 30-и % до 70-и %.

Наглядно результаты представлены на гистаграмме (Рисунок 5.):



Рисунок 5. Динамика степени удовлетворенности браком в семье у супругов-мужчин на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Анализ результатов показывает, что практически все молодые супруги усвоили и применяют приёмы разрешения конфликтных ситуаций- на контрольном этапе эксперимента нет ни одного респондента с низким уровнем психологических умений. Количество респондентов со средним уровнем возросло незначительно- с 7-и до 8-и человек. В основном динамика наблюдалась в категории « высокий уровень», т.к. в данной группе количество испытуемых возросло на 45 %-с 3-х до 12 -и человек.

Таким образом, экспериментальная работа подтвердила гипотезу о том, что различные взгляды и стереотипы поведения, а также представления супругов о значимости в семейной жизни сексуальных отношений, моральной и эмоциональной поддержки и т. д. являются важными в возникновении конфликтов.

Важной причиной конфликтов является низкая психологическая грамотность молодых супругов. Специальная работа по повышению уровня психологической грамотности молодых супругов будет способствовать конструктивному разрешению конфликтов и укреплению брака молодых супругов.

семья супруг конфликтность брак

Заключение

Семья является одним из важнейших институтов общества, поэтому, основываясь на том, в каком состоянии она находится, насколько эффективно способна выполнять свои основные функции, можно судить об общественном развитии и положении дел на общегосударственном уровне. Государство заинтересовано в создании здоровой и прочной семьи.

От того, какие стартовые возможности в современном Казахстане имеют молодые семьи, какие им предоставлены альтернативы решения проблем, во многом зависят состояние и развитие различных сфер общества через одно-два десятилетия, что доказывает необходимость особой концентрации внимания именно на состоянии данной категории населения и демонстрирует актуальность ее проблем и их возможных способов решения.

Молодая семья имеет особую социальную ценность, поскольку именно она представляет собой важный фактор социально-экономических и демографических перемен. Молодые браки характеризуются первоначальным вхождением в мир друг друга, распределением труда и обязанностей в семье, решение жилищных, финансовых и связанных с ведением общего хозяйства и быта проблем, вхождением в роли мужа и жены, доформированием личности, процессом приобретения жизненного опыта, взросления и возмужания. Этот период брачной жизни является самым трудным и опасным с точки зрения стабильности семьи. Возникающие противоречия во взглядах, отношениях, ценностях сопровождаются конфликтами.

Мы пришли к выводу, что во взаимно-удовлетворенных семьях супруги используют конструктивные - совладающие формы реагирования, направленные на сохранение интересов семьи, а во взаимно-неудовлетворенных - неконструктивные - защитные формы реагирования на конфликтные ситуации, направленные на сохранение своих интересов и собственного здоровья. Цель состоит не в том, чтобы устранить или предотвратить конфликт, а в том, чтобы сделать его продуктивным.

В ходе исследования нами было доказано, что большинство молодых супругов имеют низкий уровень психологической компетентности поведения в конфликтных ситуациях. В пылу спора супруги используют негативные оценки и ярлыки (оскорбления), обобщения из единичных случаев, ложные аргументации и другие психологические барьеры. Анализ психологических умений разрешения конфликта показал, что лишь в единичных случаях молодые супруги использовали психологические методы разрешения конфликта : «Я-высказывания», «Выражение чувств собеседника», тактичность и уважительное отношение к другой стороне. Результаты исследования показали, что прослеживается определённая корреляция между степенью удовлетворённости супругов в браке, уровнями конфликтности и психологической грамотности молодых супругов. Самые низкие показатели удовлетворённости в браке отмечаются у пар, как правило, имеющих низкий уровень психологических знаний и умений разрешения конфликтных ситуаций.

С целью решения данной проблемы нами была разработана и апробирована специальная экспериментальная программа повышения психологической грамотности молодых супругов.

Анализ результатов исследования уровня психологических грамотности на контрольном этапе эксперимента показал, что эффективность экспериментальной программы достаточно высока. В исследуемой выборке динамика роста психологических знаний высокого уровня составила 65 % -

с 15 % до 80 %. Повышение психологической культуры молодых супругов оказало благотворное влияние на взаимоотношения супругов: повторное исследование по методике «Удовлетворены ли вы браком?» выявило значительное повышение удовлетворённости браком молодых супругов, улучшение взаимоотношений, успешному выходу молодых семей из кризисных периодов. При этом исследование результатов на предмет гендерных особенностей показывает, что супруги женского пола имеют более высокий уровень психологических умений разрешения конфликтов, нежели мужчины.

Проведённая экспериментальная работа позволила выявить основные направления психологического образования молодых супругов:

 формирование потребности и способности жить и строить гармоничные семейные отношения;

 овладение технологиями, имеющими силу позитивного произвольного изменения личной ситуации в семье;

 формирование у молодых супругов психологических знаний и умений конструктивного разрешения конфликтов.

В результате исследования мы подтвердили правильность выдвинутой нами гипотезы: одной из причин возникновения конфликтов в молодой семье является неподготовленность супругов к браку, обусловленная недостаточным уровнем психолого-педагогических знаний и умений, отсутствием необходимых представлений о правилах поведения в конфликтных ситуациях и их преодолении, нехваткой взаимопонимания и различными взглядами и стереотипами поведения супругов.

Поэтому важнейшим направлением государственной поддержки молодых семей в Республике Казахстан является развитие системы консультирования по проблемам семейной жизни, разработка и внедрение программ повышения психологической грамотности молодых супругов.

Список использованных источников

1. Голосенко И.А. Социология Питирима Сорокина (русский период деятельности). - Самара: Социологический центр “Социо”, 1992

2. . Сатир В. Как строить себя и свою семью: - М.: Педагогика - Пресс, 1992. - 192с

. Харчев А.Г. Семейно-бытовая культура. -Москва, 1987.-106с

. Антонов А.И., Медков В.М. Социология семьи. - М.: Изд-во МГУ, 1996..

. Шапошников Е.А. 1000+1 совет семейного психотерапевта. - М.: Олимп: ООО «Фирма «Издательство АСТ».

. Аберкромби Н., Хилл С., Тернер Б. Социологический словарь / Пер. с англ. под ред. С.А. Ерофеева. - Казань: Изд-во Казан. ун-та, 1997.-420с.

. Сысенко В.А. Супружеские конфликты. - М.: Мысль, 1989.

. Закон Республики Казахстан «О государственной молодежной политике в Республике Казахстан» от 7 июля 2004 года № 58.- Астана.

. Трапезникова Т.М. Этика семейной жизни- Ростов, издательский центр «Мысль», 2004,.

. Сизанов А.Н. Современная семья в структуре общества- М.: Педагогика - Пресс, 2003-245с.

. Юркевич Н.Г., Красовский А.С., Бурова С.Н и др. Этика и психология семейной жизни: Кн. для учителя. - Мн.: Нар. асвета, 1989.-286с

12. Афанасьева Т.М. Семья: учебное пособие для 9-10 кл. сред. шк. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Просвещение, 1988.-285с.

. Елизаров А.Н. Телефон доверия: работа психолога-консультанта с родителями в ситуации родительско-юношеских конфликтов// Вопросы психологии. Научный журнал. - 1995. -№3. - С.38 - 45.

14. Богданов Г.Т., Богданович Л.А.Полеев А.М. и др.Супружеская жизнь: гормония и конфликты / сост. Л.А. Богданович.- 2-е изд. - М.: Профиздат, 1991.-175 с.

15. Груко ТА. Родительство в изменяющихся социокультурных условиях // Социол. исслед. 1997. № 1..

16. Бекмагамбетов Ж.А. Социально защищенные и незащищенные семьи в изменяющемся Казахстане России. - Астана, 2005..

. Елизаров А.Н. Родительско-юношеский конфликт в работе молодежного телефона доверия// Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. Журнал. - 1995. - №2. - С. 31 - 45.

18. Витек К. Проблемы супружеского благополучия. / Пер. с чеш. / Общ. ред. и предисл. М.С. Мацковского. - М.: Прогресс, 1988.-138с.

19. Гребенников И.В., Ковинько Л.В. Семейное воспитание: Краткий словарь. - М.: Политиздат, 1990.-319с.

. Олейник А.Н. Основы конфликтологии. - М.: АПО, 1992..

. Кочетов А.И. Начало семейной жизни/ Кочетов А. И. Мужчина и женщина: отношения полов/ А. А. Логинов. - Мн.: Полымя, 1989. - 224с

. Елизаров А.Н. Особенности психологического консультирования как самостоятельного метода психологической помощи // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. Журнал. - 2000. - №3. - С. 11 - 17

. Гребенников И.В. Основы семейной жизни: Учеб. пособие для пед. ин-тов. - М.: Просвещение, 1991.-157с.

. Елизаров А.Н. Неблагополучная семья в рамках структурного подхода// Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. Журнал. - 2002. - №1. - С. 36 - 44.

. Джампольски Дж. Д. Любовь побеждает страх. - М.: Профиздат, 1991.

. Елизаров А.Н. Установление факта наличия семейных отношений в судебно-психологической экспертизе. «Прикладная психология и психоанализ».

. Еникеева Д. Несчастливый брак. - М.: «РИПОЛ КЛАССИК», 1998.-224с.

. Богданов Г.Т., Богданович Л.А., Полеев А.М. и др. Супружеская жизнь: гармония и конфликты / сост. Л.А. Богданович. - 2-е изд. - М.: Профиздат, 1991.-175с.

. Каменский Я.А. Избранные педагогические сочинения. в 2 т., М., 1982, т.1.

. Канатаев Ю.А. Психология конфликта. - М.: ВАХЗ, 1992.

. Дейл Карнеги. Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей. МЦ «Потенциал», «Полиграфия», 1989. - 94 с.

. Карнеги Д. Как быть счастливым в семье. / Пер. с англ. П. Петрова. - Мн.: Попури, Г.К.М., 1996.-431с.

. Ковалёв С. В. психология современной семьи. - М.: Просвещение, 1988. - 208с.

. Елизаров А.Н. Ценностные ориентации неблагополучных семей// Социологические исследования. Научный журнал. - 1995. - №7. - С.93 - 99.

35. Кроник А., Кроник Е. В главных ролях: Вы, мы, он, ты, я. - М.: Мысль, 1989.

36. Культура семейных отношений. Сб. Статей. - М.: Знание, 1980.-112с.

. Майерс Д. Социальная психология / Пер. с англ. - СПб.: Издательство «Питер», 1999.-688с.

. Мариновская И.Д., Цветков, В.Л. Гришин А.А. Конфликтология. Учебное пособие. - М.: Фит. 2001

. Немов Р.С. Психология: В 3-х кн. Кн. 2, 3 - М.: Просвещение, Владос, 1995.

40. Елизаров А.Н. К проблеме поиска основного интегрирующего фактора семьи// Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. - 1996. - №1. - С.42 - 49.

41. Они жили долго и счастливо… Книга о тайнах создания семейного очага. - Ростов н/Д : Изд-во «Феникс», 1995.

. Популярная психология для родителей/ Под ред. А.А. Бодалева. - М.: Педагогика, 1989.

. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии/ Под ред. А.А. Крылова. - Л.: Изд. Ленинградского университета, 1990.

44. Психология личности: тесты, опросники, методики/ Авт. сост. Н. В. Киршева и Н.В. Рябчикова. - М.: Геликон, 1995.

45. Разумихина П.П. Мир семьи: Книга для учащихся старших классов по курсу «Этика и психология семейной жизни». - М.: Просвещение, 1986.-208с.

. Разумовская Т. Узы брака, узы свободы. - М.: Мол. Гвардия, 1990.-222с

. Реан А.А., Коломинский Я.Л., Социальная педагогическая психология. - М.: Владос, 1995.

48. Авсиевич М.Т., Мельник Л.И. Супружеские конфликты и пути их преодоления. - М.: Материал в помощь лектору, 1988.-22с.

. Семейно-бытовая культура. - Минск, 1987.-106с.

50. Симеонова Л. Маленькая книжка о любви: О сложных проблемах взаимоотношений супружеских пар. - М.: Республика, 1992.-173с.

. Столяренко Л.Д. Основы психологии. - Ростов-на-Дону. Издательство «Феникс», 1996.

. Савинов Л.И. Семьеведение: Учебное пособие. Саранск: Издательство Мордовского университета, 2000.

. Свадъбина Т.В. Семья и российское общество в поиске обновления. Нижний Новгород, 2000.

. Бородкин Ф.М., Коряк Н.М. Внимание: конфликт. - Новосибирск: Наука. Сиб. отд-ние, 1989.

55. Супружеская жизнь: гармония и конфликты/ Состав А. А. Богданович. - М.: Профиздат - 1990.

56. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология: Учебник для вузов. - М.: ЮНИТИ, 1999.

. Черняк Е.М. Социология семьи: Учебное пособие. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательско-торговая корпорация “Дашков и К”, 2003.

. Федотова Ю. В. Проблема понимания кризиса семьи. М. 2002. - 108 с.

59. Харин С. С., Ксенда О. Г. Диагностика эмоциональных взаимоотношений педагогов и детей. - Мн.: 1995.

60. Аргайл М. Психология счастья. / Пер. с англ. / Общ. ред. М.В. Кларина. - М.: Прогресс, 1990.-336с

61. Андреева И.С., Гулыга А.В. - Семья: Книга для чтения. Кн. 2. - М: Политиздат, 1991.-527с.

62. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. - М.: Апрель-Пресс, издательство ЭКСМО-Пресс, 2000.

. Шуман С. Г., Шуман В. П. Семейные конфликты: причины, пути устранения. - Брест: Лаборатория «Практической психологии и педагогики», 1992.

. Елизаров А.Н. Роль духовных ценностных ориентаций в процессе интеграции семьи// Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. - 1997. - №3. - С.59 - 67...

. Юрчук В.В. Современный словарь по психологии. - Мн.: Элайда, 2000.-704с.

Приложение А

Тест «Конфликтная ли Вы личность?» Н. В. Киршевой и Н. В. Рябчиковой

.Представьте, что в общественном транспорте начинается спор. Что вы предпринимаете:

A. избегаете вмешиваться в ссору;

B. можете вмешаться, встать на сторону потерпевшего, кто прав;. всегда вмешиваетесь и до конца отстаиваете свою точку зрения.

. На собраниях вы критикуете руководство за допущенные ошибки:

A. нет;

B. да, но в зависимости от вашего личного отношения к нему;. всегда критикуете за ошибки.

. Ваш непосредственный начальник излагает свой план работы, который вам кажется нерациональным. Предложите ли вы свой план, который вам кажется лучше?

A. если другие вас поддержат, то да;

B. разумеется, вы будете поддерживать свой план;. боитесь, что за критику вас могут лишить премиальных.

. Любите ли вы спорить со своими коллегами, друзьями.

A. только с теми, кто не обижается, и когда споры не портят ваши отношения;

B. да, но только по принципиальным, важным вопросам;. спорите со всеми по любому поводу.

.Кто-то пытается пролезть без очереди:

A. считая, что и вы не хуже него, попытаетесь обойти очередь;

B. возмущаетесь про себя;. открыто высказываете свое негодование.

. Представьте себе, что рассматривается рационализаторское предложение, экспериментальная работа вашего коллеги, в которой есть смелые идеи, ноесть и ошибки. Вы знаете, что ваше мнение может стать решающим.Как вы поступите:

A. выскажитесь и о положительных и об отрицательных сторонах этого вопроса;

B. выделите положительные стороны в его работе и предложите предоставить возможность продолжить ее;. станете критиковать ее: что бы быть новатором, нельзя допускать ошибки.

. Представьте: свекровь (теща) постоянно говорит вам о необходимости экономии и бережливости,о вашей расточительности, а сама то и дело покупает дорогие вещи. Она хочет знать ваше мнениео своей последней покупке. Что вы ей скажете:

A. что одобряете покупку, если она доставила ей удовольствие;

B. говорите, что эта вещь безвкусна;

C. постоянно ругаетесь, ссоритесь с ней из-за этого.

. Вы встретили курящих подростков. Как вы реагируете:

A. думаете: "зачем мне портить себе настроение из-за чужих, плохо воспитанных?";

B. делаете им замечание;. если бы это было в общественном месте, то вы бы их отчитали.

.В ресторане вы замечаете, что официант обсчитал вас:

A. в таком случае вы не даете ему чаевые, которые заранее приготовили на тот случай, если бы он поступил честно;

B. просите, чтобы он еще раз при вас посчитал сумму;. это будет поводом для скандала.

.Вы в доме отдыха. Администратор занимается посторонними делами, сам развлекается,вместо того, чтобы выполнять свои обязанности: не следит за уборкой в комнатах, разнообразием меню. Возмущает ли вас это:

A. да, но если вы даже и выскажете ему какие-то претензии, это вряд ли что-то изменит;

B. вы находите способ пожаловаться; пусть его накажут или даже уволят с работы;. вы вымещаете недовольство на младшем персонале: горничных, официантках.

.Вы спорите с ваши сыном-подростком и убеждаетесь, что он прав.Признаете ли вы свою ошибку:

A. нет;

B. разумеется, признаете;. какой же у вас авторитет, если вы признаетесь, что были не правы.

РЕЗУЛЬТАТ:

От 15 до 29 баллов

О вас говорят, что вы конфликтная личность. Вы настойчиво отстаиваете свое мнение, невзирая на то, как это повлияет на ваши служебные или личные отношения. И за это вас уважают.

РЕЗУЛЬТАТ:

От 30 до 60 баллов

Вы тактичны. Не любите конфликтов. Умеете их сгладить, легко избежать критических ситуаций. Когда же вам приходится вступать в спор, вы учитываете, как это может отразиться на вашем служебном положении или приятельских отношениях. Вы стремитесь быть приятным для окружающих, но когда им требуется помощь, вы не всегда решаетесь ее оказать. Не думаете ли вы, что тем самым вы теряете уважение к себе в глазах других?

РЕЗУЛЬТАТ:

От 0 до 14 баллов

Вы мелочны, ищете поводы для споров, большая часть которых излишняя. Любите критиковать, но только когда это выгодно вам. Вы навязываете свое мнение, даже если не правы. Вы не обидитесь, если вас будут считать любителем поскандалить? Подумайте, не скрывается ли за вашим поведением комплекс неполноценности?

Приложение Б

Тест «Удовлетворены ли вы браком?»

.Когда люди живут так близко, как это происходит в семейной жизни, они неизбежно теряют взаимопонимание и остроту восприятия другого человека.

а) верно;

б) не уверен;

в) неверно.

.Ваши супружеские отношения приносят Вам:

а) скорее беспокойство и страдание;

б) затрудняюсь ответить;

в) скорее радость и удовлетворение.

.Родственники и друзья оценивают Ваш брак:

а) как удавшийся;

б) нечто среднее;

в) как неудавшийся.

.Если бы Вы могли, то:

а) Вы бы многое изменили в характере Вашего супруга (Вашей супруги);

б) трудно сказать;

в) Вы бы не стали ничего менять.

.Одна из проблем современного брака в том, что все «приедается», в том числе и сексуальные отношения:

а) верно;

б) трудно сказать;

в) неверно.

.Когда вы сравниваете Вашу семейную жизнь с семейной жизнью Ваших друзей и знакомых, Вам кажется:

а) что Вы несчастнее других;

б) трудно сказать;

в) что Вы счастливее других.

.Жизнь без семьи, близкого человека - слишком дорогая цена за полную самостоятельность.

а) верно;

б) трудно сказать;

в) неверно.

.Вы считаете, что без Вас жизнь Вашего супруга (Вашей супруги) бьыа бы неполноценной.

а) да, считаю;

б) трудно сказать;

в) нет, не считаю.

.Большинство людей в какой-то мере обманываются в своих ожиданиях относительно брака.

а) верно;

б) трудно сказать;

в) неверно.

.Только множество различных обстоятельств мешает подумать Вам о разводе.

а) верно;

б) не могу сказать;

в) неверно.

.Если бы вернулось время, когда Вы вступали в брак, то Вашим мужем (женой) мог бы стать:

а) кто угодно, только не теперешний супруг (супруга);

б) трудно сказать;

в) возможно, что именно теперешний супруг (супруга).

.Вы гордитесь, что такой человек, как Ваш супруг (супруга) - рядом с Вами.

а) верно;

б) трудно сказать;

в) неверно

.К сожалению, недостатки Вашего супруга (супруги) часто перевешивают его достоинства.

а) верно;

б) затрудняюсь сказать;

в) неверно.

.Основные помехи для счастливой супружеской жизни кроются:

а) скорее всего в характере Вашего супруга (супруги);

б) трудно сказать;

в) скорее в Вас самих.

.Чувства, с которыми Вы вступали в брак:

а) усилились;

б) трудно сказать;

в) ослабли.

.Брак притупляет творческие возможности человека.

а) верно;

б) трудно сказать;

в) неверно.

.Можно сказать, что Ваш супруг (супруга) обладает такими достоинствами, которые компенсируют его недостатки.

а) согласен;

б) нечто среднее;

в) несогласен.

.К сожалению, в Вашем браке не все обстоит благополучно с эмоциональной поддержкой друг друга.

а) верно;

б) трудно сказать;

в) неверно.

.Вам кажется, что Ваш супруг (супруга) часто делает глупости, говорит невпопад, неуместно шутит.

а) верно;

б) трудно сказать;

в) неверно.

.Жизнь в семье, как Вам кажется, не зависит от Вашей воли.

а) верно;

б) трудно сказать;

в) неверно.

. Ваши семейные отношения не внесли в жизнь того порядка и организованности, которых Вы ожидали.

а) верно;

б) трудно сказать;

в) неверно.

.Неправы те, кто считает, что именно в семье человек меньше всего может рассчитывать на уважение.

а) согласен;

б) трудно сказать;

в) несогласен.

.Как правило, общество Вашего супруга (супруги) доставляет Вам удовольствие.

а) верно;

б) трудно сказать;

в) неверно.

.По правде сказать, в Вашей супружеской жизни нет и не было ни одного светлого момента.

а) верно;

б) трудно сказать;

в) неверно.

Ключ

в, 2в, За, 4в, 5в, 6в, 7а, 8а, 9в, 10в, 11в, 12а, 13в, 14в, 15а, 16в, 17а, 18в, 19в, 20в, 21в, 22а, 23а, 24в.

Порядок подсчета: если выбранный испытуемыми вариант ответа (а, б или в) совпадает с приведенными в ключе, то начисляется 2 балла; если промежуточный (6) - то 1 балл; за ответ, не совпадающий с приведенными, - 0 баллов. Далее подсчитывается суммарный балл по всем ответам. Возможный диапазон тестового балла 0-48 баллов. Высокий балл говорит об удовлетворенности браком.

Нормы

Различия между средними для разводящихся и благополучных достоверны по критерию Стьюдента (/ = 10,835) на уровне значимости 0,01.

Доверительные интервалы с коэффициентом 0,95 для средних суммарных баллов равны:

 для разводящихся (20.76; 23.36),

 для «благополучных» (30.92; 33.34).

По критерию Фишера можно считать равными дисперсии обеих выборок с уровнем значимости 0,05.

Для практического использования норм теста ОУБ удобно взять целочисленные значения средних и дисперсий из их доверительных интервалов. Будем считать, что

х(н) = 32, а х(р) = 22,

при этом их средние квадратические отклонения равны 8.

Тогда, учитывая нормальность полученных распределений, можно построить удобную таблицу для проведения экспресс-диагностики испытуемого по его суммарному баллу.

Вся ось суммарных балов теста разбивается на семь категорий:

-16 баллов - абсолютно неблагополучные,

-22 балла - неблагополучные,

-26 баллов - скорее неблагополучные,

-28 баллов - переходные,

-32 балла - скорее благополучные,

-38 баллов - благополучные,

-48 баллов - абсолютно благополучные