Введение

семья конфликт психологический эмпатия

Актуальность. Семья-это общество в миниатюре, со всеми его достижениями, противоречиями. В настоящее время семья переживает сложный период развития: осуществляется переход от традиционной модели семьи к новой, меняются виды семейных отношений. Возрастает число разводов, снижается рождаемость, хотя увеличивается рождение детей, рождённых вне брака, растет доля неполных семей. Семейные отношения чутко реагируют на кризисные процессы в экономической и социальной жизни страны. Семья- это феномен, неизменно связанный с человеческими эмоциями, переживаниями, убеждениями и отношениями.

Семья - ячейка (малая социальная группа) общества, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т.е. отношениях между мужем и женой, родителями и детьми, братьями и сестрами, и другими родственниками, живущими вместе и ведущими общее хозяйство. Семья играет огромную роль, как в жизни отдельной личности, так и всего общества.

Семейное неблагополучие - это такие особенности жизнедеятельности семьи, которые затрудняют или препятствуют выполнению семьей ее функций. Способствовать нарушениям может весьма широкий круг факторов: особенности личности ее членов, особенности взаимоотношений между ними, определенные условия жизни семьи. Например, причиной нарушений воспитательной функции семьи могут выступить и отсутствие у родителей соответствующих знаний и навыков, и расстройства отношений между ними (конфликты по вопросам воспитания, вмешательство со стороны других членов семьи, затрудняющее воспитание и другие).

Совершенно очевидно, что невозможно абсолютно бесконфликтное развитие любой семьи. Ведь любое новое возникает через отрицание старого, через отражение этого отрицания в сознании людей со всеми вытекающими отсюда страстями, эмоциями, приписыванием мотивов.

Однако многие из конфликтов отнюдь не являются необходимыми для процесса поступательного развития семьи. Некоторые из них являются надуманными, искусственно раздутыми, деструктивными. Поэтому очень важно уметь анализировать причины конфликтов. Важно помнить и блюсти интересы семьи и личности, не делать конфликтное противоборство самоцелью, снижать дезинтегрирующее воздействие конфликта на жизнь семьи, и особенно на развитие детей.

Объектом исследования является формирование благоприятного психологического климата в семье.

Предмет исследования: условия формирования благоприятного психологического климата в семье.

Цель исследования: изучение влияния тренинга коммуникации на формирование благоприятного психологического климата в семье.

В соответствии с целью, объектом и предметом исследования были определены следующие задачи:

Изучить теоретические аспекты формирования благоприятного климата в семьею.

Определить диагностические методики, необходимые для проведения исследования.

Провести практическую работу, направленную на формирование благоприятного климата в коллективе.

Анализ результатов.

Гипотеза: предполагаем, что тренинг коммуникации оказывает влияние на формирование благоприятного климата в семье, потому что он способствует развитию толерантного отношения друг к другу.

Экспериментальная база исследования: 15 семей.

Методы исследования: теоретические - анализ и синтез методологической, психологической литературы по вопросам исследования; эмпирические - тестирование.

Теоретические источники: работы А.В. Петровского и Н.Г. Ярошевского о сущности конфликта, Обозов Н.Н., Сысенко В.А.- факторы устойчивости брака, Голод С.И., Ковалев С.В. рассматривают психологические особенности современной семьи.

Практическая значимость: результаты данной работы могут быть применены в практической деятельности лиц, интересующихся проблемами семейного благополучия.

Структура и объем работы: выпускная квалификационная работа изложена на -65-страницах, состоит из введения, 2 глав, заключения, списка использованной литературы из 61 наименования и приложения на 13 страницах.

Глава 1. Теоретические основы проблемы психологического климата в семье

.1 Современная семья, ее основные функции и причины неблагополучия

Один из путей логического осмысления феномена семьи - поиск его структуры, неких постоянных составляющих, которые претерпевают изменения на протяжении исторического времени и жизненного цикла одной семьи. Структурными осями в феномене семьи, согласно С.И. Голоду, являются супружеские и детско-родительские отношения. Основным теоретическим понятием, с помощью которого раскрыто понятие семьи, является понятие «психологическое отношение», введенное в отечественную психологию А.Ф. Лазурским и его учеником В.Н. Мясищевым [34]. Несмотря на то, что это понятие относится к базисным психологическим категориям (Петровский А.В., Ярошевским М.Г., 1999), до сих пор недостаточно полно раскрыто его содержание. В данной работе психологическое отношение понимается как готовность к активному или пассивному действию относительно какого-то человека на основе определенных эмоций, которые с ним связаны, его оценки, интереса к нему. Таким образом, психологическое отношение включает в себя компоненты: поведенческий (готовность действовать, сокращать или увеличивать дистанцию) эмоциональный (склонность к переживанию определенных эмоций в связи с этим человеком), когнитивный (стремление оценивать, думать, знать, помнить). Психологическое отношение является результатом осмысления, глубокого понимания одним человеком другого. Проблема конфликта в семье охватывает широкий круг вопросов, среди которых определение конфликта, его природы, причин возникновения, возможностей разрешения конфликта, а также типология конфликтов и выявление их роли в жизни семьи. семья конфликт благоприятный эмпатия

Семья - ячейка (малая социальная группа) общества, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т.е. отношениях между мужем и женой, родителями и детьми, братьями и сестрами, и другими родственниками, живущими вместе и ведущими общее хозяйство [5]. Семья играет огромную роль как в жизни отдельной личности, так и всего общества. Значение семьи иллюстрируется хотя бы тем фактом, что подавляющее число людей (по данным предпоследней переписи 88,4% всего населения страны живет в семье) [49].

Функций семьи столько, сколько видов потребностей в устойчивой, повторяющейся форме она удовлетворяет. Выполнение семьей ее функций имеет значение не только для ее членов, но и для общества в целом. Охарактеризуем личностное и общественное значение важнейших функций семьи в современном российском обществе.

Воспитательная функция семьи состоит в удовлетворении индивидуальных потребностей в отцовстве и материнстве, контактах с детьми, их воспитании, самореализации в детях. По отношению к обществу к обществу в ходе выполнения воспитательной функции семья обеспечивает социализацию подрастающего поколения, подготовку новых членов общества.

Хозяйственно-бытовая функция семьи заключается в удовлетворении материальных потребностей членов семьи (в пище, в крове и т.д.), содействует сохранению их здоровья. В ходе выполнения семьей этой функции обеспечивается восстановление затраченных в труде физических сил.

Эмоциональная функция семьи - удовлетворение ее членами потребностей в симпатии, уважении, признании, эмоциональной поддержке, психологической защите. Данная функция обеспечивает эмоциональную стабилизацию членов общества, активно содействует сохранению их психического здоровья.

Функция духовного (культурного) общения - удовлетворение потребностей в совместном проведении досуга, взаимном духовном обогащении; играет значительную роль в духовном развитии членов общества.

Функция первичного социального контроля - обеспечение выполнения социальных норм членами семьи, в особенности теми, кто в силу различных обстоятельств (возраст, заболевание и т.п.) не обладает в достаточной степени способностью самостоятельно строить свое поведение в полном соответствии с социальными нормами.

Сексуально-эротическая функция - удовлетворение сексуально-эротических потребностей членов семьи. С точки зрения общества важно, что семья при этом осуществляет регулирование сексуально-эротического поведения членов семьи, обеспечивая биологическое воспроизводство общества.

С течение времени происходят изменения в функциях семьи: одни утрачиваются, другие изменяются в соответствии с новыми социальными условиями. Современная семья в российском обществе начинает вновь выполнять такую функцию, как приумножение и передача по наследству частной собственности. Качественно изменилась и функция первичного социального контроля. Повысился уровень терпимости к нарушениям норм поведения в сфере брачно-семейных отношений (внебрачным рождениям, супружеским изменам и т.п.). Развод перестал восприниматься как наказание за недостойное поведение в семье.

В современной семье значительно возросло значение таких функций, как эмоциональная, духовного (культурного) общения, сексуально-эротическая, воспитательная. Брак все более рассматривается как союз, основанный на эмоциональных связях, а не на хозяйственно-материальных [8, 10, 11, 15, 16, 49].

Семейное неблагополучие - это такие особенности жизнедеятельности семьи, которые затрудняют или препятствуют выполнению семьей ее функций. Способствовать нарушениям может весьма широкий круг факторов: особенности личности ее членов, особенности взаимоотношений между ними, определенные условия жизни семьи. Например, причиной нарушений воспитательной функции семьи могут выступить и отсутствие у родителей соответствующих знаний и навыков, и расстройства отношений между ними (конфликты по вопросам воспитания, вмешательство со стороны других членов семьи, затрудняющее воспитание и другие).

На протяжении своего жизненного цикла семья постоянно встречается с самыми различными трудностями, неблагоприятными условиями, проблемами. Болезнь одного из ее членов, жилищно-бытовые трудности, конфликты с социальным окружением, последствия широких социальных процессов (вооруженные конфликты, социально-экономические кризисы и т.п.) - далеко не полный их перечень. В связи с этим перед семьей часто возникают непростые проблемы, которые могут отрицательно сказаться на ее жизни.

Все эти обстоятельства приводят к сложным и многочисленным последствиям и проявлениям семейного неблагополучия. Это, с одной стороны, нарастание конфликтности взаимоотношений, снижение удовлетворенности семейной жизнью, ослабление сплоченности семьи вплоть до ее распада. С другой стороны, могут нарастать усилия семьи, направленные на ее сохранение, возрастать сопротивляемость трудностям. Нередко на этой стадии члены семьи обращаются в семейную консультацию. приходят в учреждения социальной защиты, обращаются к школьному психологу или социальному педагогу.

В целом семейное неблагополучие представляет собой сложное образование, включающее факторы, его обуславливающие (трудность, с которой столкнулась семья), неблагоприятные последствия для семьи, ее реакция на трудность, в частности осмысление неблагополучия членами семьи.

Факторы семейного неблагополучия - это весьма широкий круг обстоятельств, особенностей внешней социальной среды, условий жизни семьи, изменения в личности ее членов, которые затрудняют функционирование семьи или ставят ее членов перед необходимостью противостоять неблагоприятным изменениям.

Все многочисленные трудности, которые возникают перед семьей и угрожают ее жизнедеятельности, можно подразделить, прежде всего по силе и длительности их действия. Особое значение имеют при этом две группы семейных трудностей: сверхсильные и длительные (хронические) раздражители. Примером первых может служить смерть одного из членов семьи, известие о супружеской измене, внезапное изменение в судьбе и социальном статусе, например арест в связи с преступлением одного из членов семьи, внезапное и сильное заболевание [47].

К хроническим трудностям относятся чрезмерная физическая и психическая нагрузка в быту и на производстве, трудности в связи с решением жилищной проблемы, длительный и устойчивый конфликт между членами семьи и т.п.

Среди трудностей, с которыми сталкивается семья, можно выделить также два следующих их типа: связанные с резкой сменой образа жизни семьи (жизненного стереотипа) и с суммированием трудностей, их «наложением» друг на друга. Пример первого типа - психические трудности, возникающие при переходе от этапа к этапу жизненного цикла. Такие переходы в семье, как правило, сопровождаются довольно резким изменением образа жизни (заключение брака и начало совместной жизни, появление ребенка, прекращение семьей воспитательной деятельности). Пример трудностей второго типа - необходимость практически одновременного решения ряда проблем, например, сразу после появления в семье первого ребенка часто одновременно требуются завершение образования и освоения профессии, решение жилищной проблемы, первичное обзаведение имуществом, уход за ребенком.

По источнику возникновения семейные трудности можно подразделить на: связанные с этапами жизненного цикла семьи; обусловленные неблагоприятными вариантами жизненного цикла; ситуационные воздействия на семью.

Через этапы жизненного цикла проходят так называемые «нормативные стрессоры», т.е. трудности, достаточно обычные, которые в более или менее острой форме переживаются всеми семьями: трудности взаимного психологического приспособления; проблемы, возникающие при формировании взаимоотношений с родственниками при решении жилищной проблемы; проблемы воспитания и ухода за ребенком, ведения домашнего хозяйства.

Семейная жизнь ставит перед членами семьи ряд весьма трудных задач: участие в семейных взаимоотношениях; подчинение нормам, существующим в данной семье; деятельность в домашнем хозяйстве и вне семьи по обеспечению материального положения семьи; воспитание подрастающего поколения; решение всевозможных семейных проблем. Чтобы успешно справляться с проблемами. Возникающими в ходе семейной жизни, нужно обладание семейно-необходимыми качествами. Круг этих качеств весьма широк. Это, во-первых, потребности, необходимые для мотивирования участия индивида в жизни семьи, преодоления в ней трудностей и решения проблем: потребности в отцовстве и материнстве; широкий круг потребностей, удовлетворяемых в ходе супружеских взаимоотношений - любовь, симпатии, сексуально-эротические потребности, хозяйственно-бытовые и др. Во-вторых, широкий круг способностей, навыков и умений. Это, прежде всего способности, необходимые для понимания другого человека - члена семьи; совокупность навыков и умений, необходимых для поддержания семейных отношений и воспитания детей. В-третьих, столь же широкий круг волевых и эмоциональных качеств, в том числе качеств, необходимых для регулирования своих эмоциональных состояний, преодоления состояний фрустрации, умения подчинять желания данного момента целям будущего; терпение, настойчивость, столь необходимые при формировании как супружеских, так и воспитательных отношений.

Алкоголизм «травмирует» именно семейно-необходимые качества [7]. По мере развития заболевания у индивида, как правило, все более исчезают качества, необходимые для успешного функционирования семьи: наблюдается извращение потребностей, снижение способности к пониманию других членов семьи, волевых качеств и др. Эти личностные нарушения отрицательно воздействуют на семью, вызывая цепную реакцию неблагоприятных изменений. Изменения эти далее становятся фактором травматизации для других членов семьи.

Отметим ряд общих черт, характерных для семей, в которых один из членов болен алкоголизмом:

Высокая (порой непереносимая) нервно-психическая и физическая нагрузка на семью, в целом, и отдельных ее членов. Жалобы на нервно-психическое напряжение, неуверенность в завтрашнем дне, тревогу - наиболее часто встречающиеся при беседах с членами семей алкоголиков. Скандалы, в том числе в ночное время, неожиданные исчезновения из дому, вместе с мучительной тревогой о том, что может случиться, - все это частые события, определяющие социально-психологическую атмосферу такой семьи.

Отрицательное мотивационное воздействие личности и поведения алкоголика на других членов семьи. Поведение алкоголика, его личностные особенности во многом противоречат социальным ожиданиям других членов семьи, их представлениям о том, каким должен быть человек, муж, жена, ребенок. Эмоциональная реакция на поведение и многие особенности личности члена семьи, страдающего алкоголизмом, - это, как правило, возмущение, раздражение, горечь. Члены семьи часто говорят, что им очень не повезло в жизни, что они завидуют другим людям, у которых нормальные мужья, дети [12].

Нарушение семейных взаимоотношений. Семья - сложная система взаимоотношений, в которой каждый ее член занимает определенное место, участвует в выполнении определенных функций, своей деятельностью удовлетворяет потребности других членов, поддерживает взаимоотношения. Алкоголизм у одного из членов семьи приводит к тому, что эти функции не выполняются, образуются «функциональные пустоты», происходит смещение взаимоотношений. Например, отец выполняет в семье ряд чрезвычайно важных семейных функций. Предпосылкой выполнения многих из них служит его авторитет, личностные качества, в силу которых его поведение является “обучающим”, на примере которого дети учатся, как решать различные проблемы, возникающие в ходе взаимоотношений; суждения отца обладают повышенной значимостью, убедительностью для них. Прямой противоположностью в этом отношении является ситуация, когда отец страдает алкоголизмом. Так, безвольный, агрессивный, несамостоятельный отец, сам требующий опеки, создает «функциональную пустоту» в процессе воспитания. Его детям приходится самостоятельно и, следовательно, с меньшим успехом, «находить», «вырабатывать» нужные качества [44].

Снижение социального статуса семьи в целом и ее членов. Семья становится объектом внимания учреждений и организаций, занимающихся борьбой с алкоголизмом. Алкоголизм одного из членов семьи порождает проблемы не только в семье, но и в ее ближайшем социальном окружении [13]. Свидетелями алкогольного поведения становятся соседи, школа, коллеги по работе, которые нередко способствуют тому, что семья оказывается в поле зрения милиции, медицинских учреждений. Формирующееся неблагоприятное общественное мнение о том, что в семье есть алкоголик, ведет к довольно резкому снижению социального статуса семьи. Члены таких семей обычно стесняются самого факта, что в семье есть человек, страдающий алкоголизмом, всячески скрывают это [3].

Особенно острой проблемой является, как показывают психолого-педагогические и социологические исследования, повышенная чувствительность младшего поколения семьи (детей-школьников) к указанному снижению социального статуса семьи. Значительная часть их становится объектом насмешек, групповой обструкции; у них возникают сложности в общении со сверстниками.

Весьма характерным признаком семьи такого типа семейного неблагополучия является особый психологический конфликт, возникающий у ее членов. Суть его в следующем. С одной стороны, под влиянием общественного мнения они чувствуют себя виноватыми за поведение своего близкого, страдающего алкоголизмом. Общественное мнение требует от семьи необходимого воздействия на такого человека с целью нормализации его поведения.

Однако, с другой стороны, семья ощущает, что усилия ее оказываются часто безрезультатными: им противостоит неподатливость алкоголика. Как правило, общественное мнение по-прежнему не снимает вины за поведение индивида, страдающего алкоголизмом, с членов его семьи. Считается, что они действуют недостаточно энергично, не принимают необходимых «сильных» мер. Эти противоречивые тенденции и становятся основой внутреннего конфликта членов семьи.

Феномен «сопровождающего заболевания». Речь идет о нервно-психическом расстройстве другого (или других) члена семьи, которое чаще всего менее заметно, остается в тени алкоголизма, более всего нарушающего жизнь семьи. Так, в случае алкоголизма мужа нередко наблюдаются заболевания жены и детей, прямо или косвенно обусловленные неблагоприятной обстановкой в семье.

Таким образом, семья, где один из членов страдает алкоголизмом, имеет ряд специфических черт, которые делают необходимыми соответствующие методы социально-педагогической помощи.

Особую тревогу вызывает проблема семейного алкоголизма, подрывающего основы физического и духовного развития подрастающего поколения [14]. По данным статистики, свыше миллиона детей в нашей стране воспитываются в детских домах. В основном это дети родителей-алкоголиков, лишенных родительских прав из-за пренебрежения своими родительскими обязанностями и асоциального поведения .

Менее очевидно и менее изучено положение тех детей, которые хоть и воспитываются в семьях, но в таких, где “зеленый змий” завладел правами главы семьи. О том, сколько детей проживают с алкоголиками-родителями, точных статистических данных нет. Не вызывает сомнения то, алкоголизм обоих родителей препятствует созданию нормальной атмосферы в семье. Но глубина проблемы этим не исчерпывается. Аморальное поведение родителей и отсутствие внимания к ребенку, алкоголизм матери во время беременности и грудного вскармливания могут быть причиной различных отклонений в развитии детей и подростков.

Различные типы семейных конфликтов требуют различные подходы по их профилактике и искоренению: традиционный консультационный, психолого-педагогический и социальный.

Сочетание перечисленных трудностей в определенные моменты жизненного цикла семьи приводит к семейным кризисам, либо семья приобретает стойкие черты определенного типа семейного конфликта.

.2 Понятие конфликта и различные подходы к его изучению

Краткий психологический словарь содержит следующее определение конфликта: «Конфликт (от лат. conflictus - столкновение) - столкновение противоположно направленных, несовместимых друг с другом тенденций в сознании отдельно взятого индивида, в межличностных взаимодействиях или межличностных отношениях индивидов или групп людей, связанное с острыми отрицательными эмоциональными переживаниями» [23, 152-153]. “Сейчас можно лишь удивляться, сколь долгим и тернистым был путь к очевидным и простым истинам о невозможности абсолютно бесконфликтного развития общества, зная, что любое новое возникает через отрицание старого, через отражение этого отрицания в сознании людей со всеми вытекающими отсюда страстями, эмоциями, приписыванием мотивов” [2, 3].

Истоки исследования проблемы конфликта восходят к глубокой древности. Еще китайские мыслители в VII - VI веках до нашей эры видели источник развития природы и общества в борьбе противоположностей. Большое внимание исследованию конфликтов уделил итальянский мыслитель, государственный деятель Н. Макиавелли. В работах, посвященных римской истории, он рассматривает конфликты разного уровня и отмечает их положительную роль в общественном развитии.

Уже в XIX веке многие мыслители исходили из того, что конфликт - это реальность, неизбежное явление в истории человеческого общества и стимул социального развития. В марксистской концепции абсолютизировались экономические отношения, считавшиеся главной причиной конфликта между классами и другими социальными группами. Были и иные объяснения конфликта, в которых конфликт определялся не только как одна из форм разногласий, но и как социализирующая сила, способная объединить противоборствующие взаимосвязанные стороны. Так, Георг Зиммель считал, что «конфликт очищает воздух».

Свое дальнейшее теоретическое обоснование проблема конфликта получила в ХХ веке. Представители структурно-функционального анализа конфликтам отводили только негативную роль. Они придерживаются равновесной, бесконфликтной модели. Согласно взглядам сторонников этого направления организация представляет собой систему, жизнедеятельность и единство которой обеспечиваются благодаря функциональному взаимодействию ее составных элементов. Обязательным условием функционирования организации, по мнению функционалистов, является наличие у членов организации единых ценностей. Это могут быть правовые установки, нравственные нормы, религиозные заповеди. Данные ценности составляют основу жизни семьи и определяют ее практическую деятельность.

В середине ХХ века оформилось направление, которое всесторонне и глубоко исследует проблему конфликтов. Стали появляться работы, посвященные разработке собственно теории конфликта. Конфликты стали рассматриваться как явления, органически присущие жизни семьи. По мнению Ральфа Дарендорфа, любая социальная группа опирается на принуждение одних ее членов другими [33]. Для членов группы изначально характерно неравенство социальных позиций (например, в распределении собственности и власти), а отсюда и различие их интересов и устремлений, что вызывает взаимные трения и антагонизмы. Именно интересы субъектов непосредственно влияют на формирование конфликта. Поэтому, чтобы понять природу конфликта, необходимо, прежде всего понять природу интереса и способы его осознания субъектами конфликта. И здесь выделяются объективные (латентные) и субъективные (явные) интересы. Они обнаруживаются уже на первом этапе проявления конфликта. Но эти стороны пока не являются в буквальном смысле социальной группой, не консолидировались в нее. В каждой из этих групп происходит формирование неких общих интересов и психологической направленности на их защиту. Все это характеризует первый этап развития конфликта.

Второй этап развития конфликта состоит в непосредственном осознании латентных, т.е. скрытных, глубинных интересов субъектов и тем самым в организации квазигрупп в фактические группировки.

Третий этап заключается в непосредственных столкновениях тех или иных «идентичных» групп. Если идентичность отсутствует, то конфликты неполные.

Конфликты - это всепронизавыающие компоненты социальной, а значит, и семейной жизни. Их невозможно устранить только потому, что мы их не желаем, с ними надо считаться как с реальностью. Конфликты - источники инноваций и перемен. Они не позволяют застаиваться социальной группе, так как постоянно создают социальное и психологическое напряжение. Подавление и «отмена» конфликтов ведет к их обострению. Поэтому задача состоит в том, чтобы уметь контролировать конфликт: он должен быть легализирован, институционализирован, развиваться и разрешаться на основе существующих внутригрупповых, внутрисемейных правил.

По мнению американского социолога Кеннета Эдварда Боулдинга, конфликт - это ситуация, в которой стороны понимают несовместимость своих позиций и стремятся определить противника своими действиями. Конфликт выступает как вид социального взаимодействия, при котором стороны осознают свое противостояние и свое отношение к нему. И тогда они сознательно организуются, вырабатывают стратегию и тактику борьбы. Но все это не исключает того, что конфликты можно и нужно преодолевать или ограничивать.

Конфликт всегда связан с субъективным осознанием людьми противоречивости своих интересов как членов тех или иных социальных групп.

Анализ и обобщение ряда исследований социологов, психологов и педагогов, указанных в списке использованной литературы, привели к следующим определениям основных понятий конфликтологии.

. Инцидент - действие или совокупность действий участников конфликтной ситуации, провоцирующее резкое обострение противоречия и начало борьбы между ними.

. Участник спора, переговоров, конфликта, конфликтной ситуации - это субъект (лицо, группа, организация, государство), непосредственно вовлеченный во все фазы спора, переговоров, конфликта, конфликтной ситуации.

. Противник - это субъект (лицо, группа, организация, государство), который придерживается противоположной точки зрения по отношению к основной, исходной или непосредственно вашей.

. Оппонент - это участник дискуссии-спора, имеющий точку зрения, взгляды, убеждения, аргументы, которые противоположны, отличны от основных, исходных или по сравнению с вашими.

. Конфликтный человек - это человек, который чаще других создает и вовлекает других в конфликты и конфликтные ситуации.

. Конфликтная ситуация - это ситуация скрытого или открытого противоборства двух или нескольких сторон-участников, каждый из которых имеет свои цели, мотивы, средства или способы решения проблемы, имеющей личную значимость для каждого из ее участников [35, 5].

Чтобы отличить конфликт от конфликтной ситуации В.И. Андреев советует запомнить следующую «формулу»: проблема + конфликтная ситуация + участники + инцидент = конфликт [2].

Конфликт в отличие от спора имеет более обостренное, часто до предела обостренное противоречие.

Любой конфликт имеет определенную структуру, сферу и динамику.

Структура конфликтной ситуации складывается из внутренней и внешней позиции участников, их взаимодействий и объекта конфликта.

Внутренняя позиция участников состоит из их целей, интересов и мотивов; она непосредственно влияет на течение конфликтной ситуации и находится как бы «за кадром», часто не проговаривается в ходе конфликтного взаимодействия. Внешняя позиция проявляется в речевом поведении конфликтующих, она отражается в их мнениях, точках зрения, высказываемых пожеланиях.

Различение внутренних и внешних позиций участвующих в конфликте людей необходимо нам для того, чтобы, зная об этом, стараться увидеть за внешним, ситуативным - внутреннее, существенное. Ваши конфликтные взаимоотношения могут измениться в лучшую сторону, если вы будете ориентироваться не на поведение, а на внутреннюю позицию, т.е. сможете понять цели партнера, его интересы и мотивы.

Сфера конфликта может быть деловой или личностной. Однако при этом следует стремиться к тому, чтобы конфликт происходил в деловой сфере и не перетекал в личностную. Проще говоря, конфликтовать нужно культурно и не переходить «на личности».

Динамика конфликта складывается из трех основных стадий: нарастания (стадия I), реализации (стадия II), затухания (стадия III). Следует помнить, что успешно «блокировать» развитие конфликтной ситуации можно на стадии ее возникновения (стадии I). Один из эффективных способов «блокировки» конфликта - переведение его из плоскости коммуникативных взаимодействий в плоскость предметно-деятельностную.

Если же конфликт все же «разгорелся» (стадия II), то подавить его уже не удается: страсти бушуют, участники возбуждены и всячески демонстрируют «силовые приемы».

Конфликтная ситуация реализовалась, конфликтующие исчерпали свои силы и энергию, наступает стадия затухания (стадия III). Коррекция эффективна именно на данной стадии, когда произошла разрядка напряжения и участники «выплеснули» свои эмоции. У них возникают чувства виноватости, сожаления и даже раскаяния. На этой стадии можно проводить воспитательные беседы, выявлять и устранять причины конфликтов. В этот период участники, как правило, готовы к позитивным изменениям и хотят стать лучше.

В литературе по конфликтологии высказываются две точки зрения о функциях конфликта: одна - о вреде конфликта, другая - о его пользе.

Конфликт может иметь разнообразные последствия в различных областях жизни семьи, во взаимоотношениях ее членов, выполнять самые разнообразные функции. К позитивным функциям конфликта можно отнести следующие:

) диагностическая функция;

Конфликт показывает те звенья и те поводы, по которым сознательно или бессознательно когда-то были приняты ошибочные решения. Выявляет состояние частей системы «семья» и связи между частями.

) балансировка функций и власти;

) формирование необходимых для нормальной жизни семьи систем связей;

) выявление и фиксирование функций отдельных членов семьи;

Источником конфликта может быть плохая организация взаимодействия членов семьи, когда обнаруживается несогласованность или противоречивость целей ее членов из-за нечеткого распределения их функциональных обязанностей.

) отделение систем норм одного члена от систем норм других членов семьи;

) защита внутрисемейных норм и отношений от возможного вмешательства извне;

) стимулирование следования семейным нормам в поведении членов семьи.

) разрядка психологической напряженности;

) консолидирующая.

В ходе разрешения конфликта люди по-новому воспринимают друг друга и появляется интерес к сотрудничеству, выявляются возможности для этого.

Однако конфликты нередко носят негативный, разрушительный характер. Они могут дестабилизировать отношения в семье, разрушать социальные связи и семейное единство [19].

Но какие бы ни существовали точки зрения относительно функций конфликтов, можно утверждать, что они являются необходимыми элементами развития семьи, без них не может быть движения вперед.

Важно различать типы и виды конфликтов.

По степени остроты противоречий, которые возникают, конфликты могут быть подразделены на следующие типы: недовольство, разногласие, противодействие, раздор, вражда.

Профессор Мичиганского университета А. Раппопорт, полемизируя с известным американским специалистом в области теории конфликта профессором Гарвардского университета Г. Шеллингом, убедительно доказал, что нельзя все конфликты подгонять под единую универсальную схему. Есть конфликты типа:

«схватка» - противников разделяют непримиримые противоречия и рассчитывать можно только на победу;

«дебаты» - возможен спор, маневры и обе стороны могут рассчитывать на компромисс;

«игры» - обе стороны действуют в рамках одних и тех же правил, поэтому они никогда не завершаются и не могут завершаться разрушением всей структуры отношений.

Можно назвать еще ложный конфликт, когда отсутствуют его объективные основания. Лишь у какой-то одной стороны возникает ложное представление о наличии конфликта, в то время, как его в действительности нет.

И с теоретической, и с практической позиций больший интерес вызывают межличностные семейные конфликты, поэтому наибольшее внимание будет обращено на причины, их порождающие, и оптимальную стратегию поведения прежде всего в межличностных семейных конфликтах.

Существуют и иные варианты типологии конфликтов по различным основаниям. Точку здесь ставить не следует, так как проблема детальной разработки типологии остается достаточно открытой и ученым еще предстоит продолжить анализ.

Разрешение конфликта в семье - дело довольно сложное. Оно может идти различными путями с использованием разнообразных методов.

Метод избегания конфликта может выражаться в уходе участника конфликта или в угрозе ухода; в избегании встреч с противником и т.д. Однако избегание конфликта не означает его ликвидацию, ибо остается сама его причина.

Метод переговоров позволяет избежать применения насилия. В процессе переговоров стороны обмениваются мнениями, что неизбежно снижает остроту конфликта, помогает понять аргументы сторон, объективно оценить истинное соотношение сил и условия примирения. Переговоры позволяют рассмотреть альтернативные ситуации, добиться взаимопонимания, прийти к согласию, консенсусу, открыть путь к сотрудничеству.

Метод использования посредничества - это примирительная процедура. В роли посредников могут выступать члены этой семьи и другие лица. В том числе и профессиональные психологи-консультатнты. Практика показывает, что удачно подобранный посредник может быстро урегулировать конфликт там, где без его участия согласие было бы невозможно. К личности посредника предъявляются очень высокие требования: авторитет, нравственность, профессиональная компетентность, высокий интеллект.

Метод откладывания нередко означает сдачу своих позиций. Но сторона, “сдавшая свои позиции” по мере накопления сил и изменения ситуации в ее пользу сделает, как правило, попытку вернуть утраченное.

Метод третейского разбирательства или арбитраж. При разборе строго руководствуются нормами законов и нравственности.

Поиск путей выхода из конфликтных ситуаций способствует выработке и других методов разрешения конфликтов, оптимальных для той или иной семьи, например техника конструктивного спора (техника создана чехословацким ученым С. Кратохвилом - Книга практического психолога).

Чтобы научиться своевременно распознавать и выявлять конфликтные тенденции, нужно обратить внимание на анализ коммуникационного поля. Последнее, естественно, не является некой константой, а имеет свои характерные черты.

Попадая в конфликтную ситуацию, можно направить свою активность либо на то, чтобы лучше понять своего собеседника, либо на регуляцию собственного психического состояния с целью погашения конфликта или его профилактики.

В первом случае разрешение конфликтной ситуации достигается путем налаживания взаимопонимания между людьми, устранения различных недоразумений, недомолвок, несогласованности. Проблема понимания другого человека (супруги или собственного ребенка) довольно сложна и поэтому мы остановимся на ней подробно.

Человек существует в двух измерениях: своем внутреннем «Я» и во взаимодействиях с другими людьми. Эти сферы человеческого бытия психологически принципиально различны. Все, что происходит в сфере личного «Я», есть непосредственная, близкая и очевидная реальность для человека: он чувствует, думает, переживает, желает, стремится и т.п.

«Я» другого человека в известной степени закрыто и выступает некоторой «загадкой», которую необходимо отгадать. Чувства, мысли, переживания, желания и стремления другого не представлены непосредственно, в каких-то видимых «формах», о них можно только догадываться по поведению, словесным и символическим средствам выражения.

Выйти за границы своего «Я» и приблизиться к внутреннему «Я» другого не так-то просто. Существуют различные способы, помогающие понять другого человека.

Метод интроспекции заключается в том, что человек ставит себя на место другого, а затем в своем воображении воспроизводит мысли и чувства, которые, по его мнению, этот другой испытывает в данной ситуации.

После того, как такая психологическая имитация внутреннего мира другого произведена, делается вывод о мотивах и внешних побудителях его поведения, целях и устремлениях. На основе результатов анализа строится взаимодействие с человеком.

Действенность метода интроспекции довольно высока, но не безгранична. Возникает опасность собственные мысли и чувства принять за мысли и чувства другого человека. И если вы перенесли свое субъективное видение на другого человека и как бы заменили его психику своей, не оставив себе возможности отказаться от принятой схемы, то вы можете построить неправильный образ человека и между вами возникнет непонимание. Здесь уместен совет: когда вы ставите себя на место другого, проверяйте свои схемы, сопоставляйте действия и поведение человека с вашим представлением о нем. Изменяйте ваше представление в случае несоответствия.

Метод эмпатии основан на технике вчувствования во внутренние переживания другого человека. Для человека эмоционального, склонного к интуитивному мышлению, данный метод будет полезным.

Важно помнить, что метод дает возможность достичь высоких результатов, если человек умеет доверять своему интуитивному ощущению и способен вовремя остановить возникновение интеллектуальных интерпретаций.

Действительно, человек часто чувствует одно, но не верит своему чувству, начинает размышлять, что-то додумывать и принимает решение, основываясь на мыслительных схемах. Метод логического анализа подходит для тех, у кого преобладает элемент рационализации психической жизни, кто опирается на свое мышление. Чтобы понять партнера по взаимодействию, такой человек выстраивает систему интеллектуальных представлений о нем и о ситуации, в которой находится его собеседник.

Во втором случае стратегия поведения направлена на то, чтобы сохранить внутреннее спокойствие и стабильность, не попадать в атмосферу напряженности, которую несет с собой конфликт. Психологические исследования показывают, что если один из взаимодействующих людей обретает и сохраняет сдержанность, равновесие и отстраненность, то другой участник лишается возможности начать конфликт или дальше взаимодействовать в «конфликтном режиме». В результате назревающий конфликт затухает, а потенциальные конфликтные отношения нормализуются. Любопытно, что данный метод нейтрализации конфликта известен с давних времен и оформлен в русских народных сказках.

Решая проблему стабилизации семьи как социального института, отмечаем необходимость просветительской, профилактической и психокоррекционной работы на различных этапах формирования семьи:

в подростковом и юношеском возрасте во время формирования представлений о своей будущей семье, семейных социальных ролях;

до вступления в брак;

во время семейных кризисов, в ситуациях конфликта;

перед рождением первого ребенка;

при принятии решения о разводе.

Мы предполагаем, что существует необходимость профилактической и психокоррекционной работы с семьями, с целью формирования благоприятного семейного климата.

Таким образом, конфликты - это всепронизавыающие компоненты социальной, а значит, и семейной жизни. Их невозможно устранить только потому, что мы их не желаем, с ними надо считаться как с реальностью. Конфликты - источники инноваций и перемен. Они не позволяют застаиваться социальной группе, так как постоянно создают социальное и психологическое напряжение. Подавление и «отмена» конфликтов ведет к их обострению. Поэтому задача состоит в том, чтобы уметь контролировать конфликт: он должен быть легализирован, институционализирован, развиваться и разрешаться на основе существующих внутригрупповых, внутрисемейных правил.

Выводы к главе 1

В первой главе были рассмотрены теоретические основы проблемы психологического климата в семье. В работах отечественных и зарубежных исследователей разнообразно представлена феноменология семьи. Основным теоретическим понятием, с помощью которого раскрыто понятие семьи, является понятие «психологическое отношение», введенное в отечественную психологию А.Ф. Лазурским и его учеником В.Н. Мясищевым.

Семейное неблагополучие - это такие особенности жизнедеятельности семьи, которые затрудняют или препятствуют выполнению семьей ее функций. Способствовать нарушениям может весьма широкий круг факторов: особенности личности ее членов, особенности взаимоотношений между ними, определенные условия жизни семьи.

Конфликты рассматриваются как явления, органически присущие жизни семьи. Конфликт - это, прежде всего модель поведения с особым распределением ролей, последовательностью событий, способами выражения взглядов, ценностных ориентаций, формами отстаивания интересов, целей.

Конфликт может быть позитивным или негативным, конструктивным или деструктивным, в зависимости от того, как мы его разрешим. Он редко бывает застойным - перемены возможны в любое время. Иногда мы можем изменить его курс, просто взглянув на него по-другому. Однако подобное преобразование конфликта есть своего рода искусство, которое требует особых навыков и особых знаний.

В литературе по конфликтологии высказываются две точки зрения о функциях конфликта: одна - о вреде конфликта, другая - о его пользе.

Конфликт может иметь разнообразные последствия в различных областях жизни семьи, во взаимоотношениях ее членов, выполнять самые разнообразные функции.

Глава II. Экспериментальное исследование психологического климата семьи и возможности его психологической коррекции

2.1 Характеристика методов и выборки исследования

Экспериментальное исследование проводилось на базе Центра планирования семьи г. Юрги. Центр располагает психологической службой и работает в тесном сотрудничестве с отделом ЗАГС Администрации города.

Для проведения эксперимента была сформирована выборка: пары, состоящие в официально зарегистрированном браке, имеющие стаж супружеской жизни до пяти лет и пришедшие к решению расторгнуть брак по причинам, носящим психологический характер (несходство характеров, непонимание друг друга, утрата интереса к партнеру и т.д.). Такие причины указаны в заявлениях, поданных в отдел ЗАГСа.

Все обследованные лица (30 человек) характеризуются примерной однородностью по возрасту (от 21 года до 28 лет), образованию (высшее, незаконченное высшее и средне-специальное) и периоду добрачного знакомства (от 3 месяцев до года). Кроме этого, супруги имеют детей и примерно равный стаж супружеской жизни (от года до 5 лет).

Коды испытуемых приводятся в Приложении 1. Принцип кодирования: нумеруется семейная пара, указываются инициалы фамилии и имени, и указывается возраст испытуемых, Дале в таблице приводятся данные об образовательном уровне, супружеском стаже испытуемых и возрасте их детей.

Вся психодиагностическая работа с испытуемыми проводилась индивидуально. Иногда на консультацию пары обращались вместе, в этом случае они также разделялись для индивидуальной работы.

Время проведения экспериментального исследования - около 2-х месяцев: с ноября 2009 по февраль 2010 года.

Основные направления работы - наблюдение, индивидуальная или семейная беседа, тестирование, индивидуальное обсуждение результатов, участие в работе коммуникативного тренинга, рекомендации.

Проанализировав литературные источники, мы пришли к следующим выводам: семейная жизнь ставит перед членами семьи ряд весьма трудных задач: участие в семейных взаимоотношениях; подчинение нормам, существующим в данной семье; деятельность в домашнем хозяйстве и вне семьи по обеспечению материального положения семьи; воспитание подрастающего поколения; решение всевозможных семейных проблем. Чтобы успешно справляться с проблемами, возникающими в ходе семейной жизни, нужно обладание семейно-необходимыми качествами. Круг этих качеств весьма широк. Это, во-первых, потребности, необходимые для мотивирования участия индивида в жизни семьи, преодоления в ней трудностей и решения проблем: потребности в отцовстве и материнстве; широкий круг потребностей, удовлетворяемых в ходе супружеских взаимоотношений - любовь, симпатии, сексуально-эротические потребности, хозяйственно-бытовые и др. Во-вторых, широкий круг способностей, навыков и умений. Это, прежде всего способности, необходимые для понимания другого человека - члена семьи; совокупность навыков и умений, необходимых для поддержания семейных отношений и воспитания детей. В-третьих, столь же широкий круг волевых и эмоциональных качеств, в том числе качеств, необходимых для регулирования своих эмоциональных состояний, преодоления состояний фрустрации, умения подчинять желания данного момента целям будущего; терпение, настойчивость, столь необходимые при формировании как супружеских, так и воспитательных отношений.

Таким образом, необходимыми условиями формирования благоприятного психологического климата является развитие способности в установлении и поддержании психологического контакта в общении. Познание своих возможностей и ограничений во взаимодействии с другими людьми. Осознание причин психологической напряженности во взаимоотношениях и отработка новых поведенческих навыков, снижающих степень конфликтности. Развитие способности прогнозировать поведение другого человека.

Для выявления причин психологической напряженности во взаимоотношениях супругов мы определили следующие диагностические методики, необходимые для проведения исследования:

Методика «Конфликтный ли вы человек?» Автор И.В. Ковалева.

Методика «Эмпатические способности». Автор И.М.Юсупов

Тест на удовлетворенность браком. Авторы опросника - В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко.

Методика «Конфликтный ли вы человек?» Автор И.В. Ковалева.

Инструкция: Вы можете оценить себя и предложить другим оценить вас, насколько Вы конфликтны. Для этого в предлагаемой таблице отметьте соответствующую вашей оценке цифру на семибалльной шкале. Соедините отметки по баллам (крестики) на каждой строке и постройте график. Отклонение влево от середины (цифра 4) указывает на склонность к конфликтному поведению, вправо - на умение избегать конфликтных ситуаций. Теперь подсчитайте общее количество баллов. Сумма в 70 баллов свидетельствует об очень высокой степени конфликтности; 60 баллов - высокой; 50 - выраженной конфликтности. Сумма в 11- 15 баллов говорит о склонности избегать конфликтной ситуации. Сравните собственную оценку (по графику и по баллам) и оценку, данную вам другими. (Опросник в приложении 2)

Тест "Эмпатические способности"

Инструкция: проверьте себя: вам предлагаются вопросы, на которые надо ответить "да" или "нет". (Опросник в приложении 3)

Обработка данных. Подсчитывается число правильных ответов (соответствующих "ключу") по каждой шкале, а затем определяется суммарная оценка: 1. Рациональный канал эмпатии: +1, +7, -13, +19, +25, -31; 2. Эмоциональный канал эмпатии: -2, +8, -14, +20, -26, +32; 3. Интуитивный канал эмпатии: -3, +9, +15, +21, +27, -33; 4. Установки, способствующие эмпатии: +4, -10, -16, -22, -28, -34; 5. Проникающая способность в эмпатии: +5, -11, -17, +23, -29, -35; 6. Идентификация в эмпатии: +6, +12, +18, -24, +30, -36. Интерпретация результатов. Анализируются показатели отдельных шкал и общая суммарная оценка уровня эмпатии. Оценки на каждой шкале могут варьироваться от 0 до 6 баллов и указывают на значимость конкретного параметра в структуре эмпатии. Рациональный канал эмпатии характеризует направленность внимания, восприятия и мышления эмпатирующего на сущность любого другого человека - на его состояния, проблемы, поведение. Это спонтанный интерес к другому, открывающий шлюзы эмоционального и интуитивного отражения партнера. В рациональном компоненте эмпатии не следует искать логику или мотивацию интереса к другому. Партнер привлекает внимание своей бытийностью, что позволяет эмпатирующему непредвзято выявлять его сущность. Эмоциональный канал эмпатии. Фиксируется способность эмпатирующего входить в эмоциональный резонанс с окружающими - сопереживать, соучаствовать. Эмоциональная отзывчивость в данном случае становится средством "вхождения" в энергетическое поле партнера. Понять его внутренний мир, прогнозировать поведение и эффективно воздействовать возможно только в том случае, если произошла энергетическая подстройка к эмпатируемому. Соучастие и сопереживание выполняют роль связующего звена, проводника от эмпатирующего к эмпатируемому и обратно. Интуитивный канал эмпатии. Бальная оценка свидетельствует о способности респондента видеть поведение партнеров, действовать в условиях дефицита исходной информации о них, опираясь на опыт, хранящийся в подсознании. На уровне интуиции замыкаются и обобщаются различные сведения о партнерах. Интуиция, надо полагать, менее зависит от оценочных стереотипов, чем осмысленное восприятие партнеров. Установки, способствующие или препятствующие эмпатии, соответственно, облегчают или затрудняют действие всех эмпа-тических каналов. Эффективность эмпатии, вероятно, снижается, если человек старается избегать личных контактов, считает неуместным проявлять любопытство к другой личности, убедил себя спокойно относится к переживаниям и проблемам окружающих. Подобные умонастроения резко ограничивают диапазон эмоциональной отзывчивости и эмпатического восприятия. Напротив, различные каналы эмпатии действуют активнее и надежнее, если нет препятствий со стороны установок личности. Проникающая способность в эмпатии расценивается как важное коммуникативное свойство человека, позволяющее создавать атмосферу открытости, доверительности, задушевности. Каждый из нас своим поведением и отношением к партнерам способствует информационно- энергетическому обмену или препятствует ему. Расслабление партнера содействует эмпатии, а атмосфера напряженности, неестественности, подозрительности препятствует раскрытию и эмпатическому постижению. Идентификация - еще одно непременное условие успешной эмпатии. Это умение понять другого на основе сопереживаний, постановки себя на место партнера. В основе идентификации легкость, подвижность и гибкость эмоций, способность к подражанию. Шкальные оценки выполняют вспомогательную роль в интерпретации основного показателя - уровня эмпатии. Суммарный показатель теоретически может изменяться в пределах от О до 36 баллов. По нашим предварительным данным, можно считать: 30 баллов и выше - очень высокий уровень эмпатии; 29- 22 - средний; 21-15 - заниженный; менее 14 баллов - очень низкий.

Соотнесите результат со шкалой развитости эмпатийных тенденций.

Уровневые характеристики эмпатии.

Очень высокий уровень эмпатийности. У вас болезненно развито сопереживание. В общении вы, как барометр, тонко реагируете на настроение собеседника, еще не успевшего сказать ни слова. Вам трудно от того, что окружающие используют вас в качестве громоотвода, обрушивая на вас свое эмоциональное состояние. Вы плохо чувствуете себя в присутствии «тяжелых» людей. Взрослые и дети охотно доверяют вам свои тайны и идут за советом. Нередко испытываете комплекс вины, опасаясь причинить людям хлопоты; не только словом, но даже взглядом боитесь задеть их. Беспокойство за родных и близких не покидает вас. В то же время вы сами очень ранимы. Можете страдать при виде покалеченного животного или не находить себе места от случайного холодного приветствия вашего шефа. Ваша впечатлительность порой долго не дает заснуть. Будучи в расстроенных чувствах, вы нуждаетесь в эмоциональной поддержке со стороны. При таком отношении к жизни вы близки к невротическим срывам. Позаботьтесь о своем психическом здоровье.

Высокая эмпатийность. Вы чувствительны к нуждам и проблемам окружающих, великодушны, склонны многое им прощать. С неподдельным интересом относитесь к людям. Вам нравится «читать» их лица и «заглядывать» в их будущее. Вы эмоционально отзывчивы, общительны, быстро устанавливаете контакты и находите общий язык. Должно быть, и дети тянутся к вам. Окружающие ценят вас за душевность. Вы стараетесь не допускать конфликты и находить компромиссные решения. Хорошо переносите критику в свой адрес. В оценке событий больше доверяете своим чувствам и интуиции, чем аналитическим выводам. Предпочитаете работать с людьми, нежели в одиночку. Постоянно нуждаетесь в социальном одобрении своих действий. При всех перечисленных качествах вы не всегда аккуратны в точной и кропотливой работе. Не стоит особого труда вывести вас из равновесия.

Нормальный уровень эмпатийности, присущий подавляющему большинству людей. Окружающие не могут назвать вас «толстокожим», но в то же время вы не относитесь к числу особо чувствительных лиц. В межличностных отношениях более склонны судить о других по их поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. Вам не чужды эмоциональные проявления, но чаще вы держите их под самоконтролем. В общении внимательны, стараетесь понять больше, чем сказано словами, но при излишнем излиянии чувств собеседника теряете терпение. Предпочитаете деликатно не высказывать свою точку зрения, не будучи уверенным, что она будет принята. При чтении художественных произведений и просмотре фильмов чаще следите за действием, чем за переживаниями героев. Затрудняетесь прогнозировать развитие отношений между людьми, поэтому их поступки порой оказываются для вас неожиданными. Вы не отличаетесь раскованностью чувств, и это мешает вашему полноценному восприятию людей.

Низкий уровень эмпатийности. Вы испытываете затруднения в установлении контактов с людьми, неуютно чувствуете себя в шумной компании. Эмоциональные проявления в поступках окружающих подчас кажутся вам непонятными и лишенными смысла. Отдаете предпочтение уединенным занятиям конкретным делом, а не работе с людьми. Вы сторонник точных формулировок и рациональных решений. Вероятно, у вас мало друзей, а тех, кто есть, вы цените больше за деловые качества и ясный ум, чем за чуткость и отзывчивость. Люди платят вам тем же: случаются моменты, когда вы чувствуете свою отчужденность; окружающие не слишком жалуют вас своим вниманием. Но это исправимо, если вы раскроете свой панцирь и станете пристальнее всматриваться в поведение своих близких и принимать их потребности как свои.

Очень низкий уровень эмпатийности. Эмпатийные тенденции личности не развиты. Затрудняетесь первым начать разговор, держитесь особняком среди сослуживцев. Особенно трудны для вас контакты с детьми и лицами, которые намного старше вас. В межличностных отношениях нередко оказываетесь в неуклюжем положении. Во многом не находите взаимопонимания с окружающими. Любите острые ощущения, спортивные состязания предпочитаете искусству. В деятельности слишком центрированы на себе. Вы можете быть очень продуктивны в индивидуальной работе, во взаимодействии же с другими не всегда выглядите в лучшем свете. С иронией относитесь к сентиментальным проявлениям. Болезненно переносите критику в свой адрес, хотя можете на нее бурно не реагировать.

Тест на удовлетворенность браком. Авторы опросника - В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко.

Результаты обследования с помощью данного опросника позволяют только судить о том, каково общее эмоциональное и морально-психологическое состояние взрослого человека, от которого, в свою очередь, может зависеть отношение данного взрослого к детям. Есть, правда, немало людей, которые не состоят в браке и, тем не менее, являются хорошими учителями и воспитателями.

В опроснике имеются 24 утверждения, и каждому из них соответствуют три возможных варианта ответов на них: а) верно, б) неверно, в) не знаю. В тексте опросника они могут даваться в несколько иных формулировках и в другом порядке. Испытуемый, читая опросник, должен с помощью данных суждений выразить свое согласие или несогласие с соответствующими утверждениями.

Текст опросника в приложении 4. Обработка и оценка результатов.

Если выбранный испытуемым вариант ответа совпадает с ключевым (эти ответы приводятся ниже), то данный испытуемый получает 2 балла. Если он избрал промежуточный вариант ответа (вариант «б») - 1 балл. За ответ, не совпадающий ни с ключевым, ни с промежуточным, испытуемый получает 0 баллов.

Ключевые ответы: 1в, 2в, За, 4в, 5в, 6в, 7а, 8а, 9в, 10в, 11в, 12а, 13в, 14в, 15а, 16в, 17а, 18в, 19в, 20в, 21в, 22а, 23а, 24в.

По сумме полученных баллов следующим образом оценивается удовлетворенность браком:

-16 баллов - полная неудовлетворенность;

-22 балла - значительная неудовлетворенность;

-26 баллов - скорее неудовлетворенность, чем удовлетворенность.

-28 баллов - частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность.

-32 балла - скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность.

-38 баллов - значительная удовлетворенность.

-48 баллов - практически полная удовлетворенность.

.2 Результаты констатирующего этапа экспериментального исследования

Исследовательский материал был получен в ходе проведения психодиагностического исследования уровня развития эмпатии, степени удовлетворенности браком и способность регулировать конфликтные ситуации.

После обработки данных мы получили следующие результаты (Приложение 5. Сводная таблица).

Психодиагностическое исследование уровня развития эмпатии среди респондентов следующее: высокий уровень выявлен у 9 участников эксперимента (30%), норма- 13 человек (43%), низкий уровень-8 участников (27%).

Высокий уровень эмпатии, выявленный у 9 участников эксперимента (30%), означает особенную чувствительность к нуждам и проблемам окружающих, великодушие, склонность многое им прощать. С неподдельным интересом относятся к людям. Они эмоционально отзывчивы, общительны, быстро устанавливаете контакты и находите общий язык. Окружающие ценят их за душевность. Они стараются не допускать конфликты и находить компромиссные решения. Хорошо переносят критику в свой адрес. В оценке событий больше доверяют своим чувствам и интуиции, чем аналитическим выводам. Предпочитают работать с людьми, нежели в одиночку. Постоянно нуждаются в социальном одобрении своих действий. При всех перечисленных качествах они не всегда аккуратны в точной и кропотливой работе. Не стоит особого труда вывести их из равновесия.

человек (43%) участников экспериментального исследования показали нормальный уровень эмпатийности, присущий подавляющему большинству людей. В межличностных отношениях более склонны судить о других по их поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. Им не чужды эмоциональные проявления, но чаще держат их под самоконтролем. В общении внимательны, стараются понять больше, чем сказано словами, но при излишнем излиянии чувств собеседника теряют терпение. Респонденты данной группы не отличаются раскованностью чувств, и это мешает полноценному восприятию людей.

Низкий уровень эмпатии-8 участников (27%). Они испытывают затруднения в установлении контактов с людьми, неуютно чувствуют себя в шумной компании. Эмоциональные проявления в поступках окружающих подчас кажутся им непонятными и лишенными смысла. Отдают предпочтение уединенным занятиям конкретным делом, а не работе с людьми, являются сторонниками точных формулировок и рациональных решений. Очень низкий уровень эмпатийности значительно затрудняет полноценные межличностные отношения, часто не находят взаимопонимания с окружающими. С иронией относятся к сентиментальным проявлениям, болезненно переносят критику в свой адрес.

Семейная жизнь ставит перед членами семьи ряд весьма трудных задач: участие в семейных взаимоотношениях; подчинение нормам, существующим в данной семье; деятельность в домашнем хозяйстве и вне семьи по обеспечению материального положения семьи; воспитание подрастающего поколения; решение всевозможных семейных проблем. Чтобы успешно справляться с проблемами. Возникающими в ходе семейной жизни, нужно обладание семейно-необходимыми качествами. Круг этих качеств весьма широк. Это, во-первых, потребности, необходимые для мотивирования участия индивида в жизни семьи, преодоления в ней трудностей и решения проблем: потребности в отцовстве и материнстве; широкий круг потребностей, удовлетворяемых в ходе супружеских взаимоотношений - любовь, симпатии, сексуально-эротические потребности, хозяйственно-бытовые и др. Во-вторых, широкий круг способностей, навыков и умений. Это, прежде всего способности, необходимые для понимания другого человека - члена семьи; совокупность навыков и умений, необходимых для поддержания семейных отношений и воспитания детей. В-третьих, столь же широкий круг волевых и эмоциональных качеств, в том числе качеств, необходимых для регулирования своих эмоциональных состояний, преодоления состояний фрустрации, умения подчинять желания данного момента целям будущего; терпение, настойчивость, столь необходимые при формировании как супружеских, так и воспитательных отношений.

Уровень конфликтности. 23 участника эксперимента(77%) имеют выраженную конфликтность, 7 респондентов занимают позицию- избегания конфликта (23%). Конфликты - это всепронизавыающие компоненты социальной, а значит, и семейной жизни. Их невозможно устранить только потому, что мы их не желаем, с ними надо считаться как с реальностью. Конфликты - источники инноваций и перемен. Они не позволяют застаиваться социальной группе, так как постоянно создают социальное и психологическое напряжение. Подавление и «отмена» конфликтов ведет к их обострению. Поэтому задача состоит в том, чтобы уметь контролировать конфликт: он должен быть легализирован, институционализирован, развиваться и разрешаться на основе существующих внутригрупповых, внутрисемейных правил.Конфликт всегда связан с субъективным осознанием людьми противоречивости своих интересов как членов тех или иных социальных групп.

Конфликт может быть позитивным или негативным, конструктивным или деструктивным, в зависимости от того, как мы его разрешим. Он редко бывает застойным - перемены возможны в любое время. Иногда мы можем изменить его курс, просто взглянув на него по-другому. Однако подобное преобразование конфликта есть своего рода искусство, которое требует особых навыков и особых знаний.

Значительная часть участников экспериментального исследования 20 человек (67%) испытывают значительную неудовлетворенность браком, 4 респондента (13%)- частично удовлетворены, 6 человек (20%) удовлетворены браком.

Таким образом, 17 участников экспериментального исследования (57%) испытывают серьезные затруднения в межличностных отношениях, что приводит к семейным конфликтам и непониманию своего партнера.

Результаты психодиагностического исследования дают основания считать, что одной из причин неблагоприятного семейного климата является неразвитость коммуникативной культуры участников эксперимента.

По результатам констатирующего этапа экспериментального исследования всем участникам рекомендовано участие в работе коммуникативного тренинга.

2.3 Формирующий этап экспериментального исследования

Для устранения выявленных проблем во взаимоотношениях супругов воспользуемся тренингом, разработанным Н.П. Аникеевой.

Пояснительная записка.

Основной целью программы является повышение уровня коммуникативной компетентности. Задачи: развитие способности в установлении и поддержании психологического контакта в общении. Познание своих возможностей и ограничений во взаимодействии с другими людьми. Осознание причин психологической напряженности во взаимоотношениях и отработка новых поведенческих навыков, снижающих степень конфликтности. Развитие способности прогнозировать поведение другого человека. Программа была реализована в течение двух месяцев в период с ноября 2009 по февраль 2010 года.

Программа содержит в себе 10 занятий. Каждое занятие состоит из 6-8 упражнений. Занятия начинаются с приветствия участниками друг друга, далее идет основная часть занятия, соответствующая теме, и в завершении - подведение итогов. (Приложение 7)

Основные формы и методы работы:

разогревающие упражнения;

моделирование ситуаций в ролевых играх;

упражнения в парах, группах;

групповые дискуссии.

При работе над данной программой руководствовались следующими принципами:

Принцип экологичности. Все, что происходит на тренинге не должно нанести вред или стать помехой в свободном развитии участников группы и ведущих.

Принцип целесообразности. Все упражнения, игры, задания служат реализации единой цели.

Принцип последовательности. Каждое последующее задание базируется на опыте и переживаниях, полученных при выполнении предыдущих, новые ресурсы внедряются в процесс обучения.

Принцип открытости. Быть искренним перед группой, декларировать цели и задачи тренинга, отвечать, по-возможности, честно на поставленные вопросы, создавать условия для раскрытия потенциала каждого из участников.

Принцип достоверности. Упражнения адаптированы к той действительности, в которой живут и взаимодействуют участники.

Занятие 1

Цель: Знакомство участников друг с другом. Руководитель груп­пы представился и затем по кругу остальные члены группы. Тогда же был оговорен способ обращения друг к другу: на «ты» или на «вы», по именам или фамилиям и т.д. Затем процедура знакомства расширилась ин­формацией о себе: возраст, семья, родители, друзья, интересы.

Ход занятия:

Знакомство участников группы с целью тренинга, принципами работы.

Знакомство участников группы друг с другом.

Подведение итогов, обсуждение занятия.

Введение. Приветствие, представление ведущих, цели и задачи тренинга.

Время проведения: 10 мин.

Принципы работы группы:

Активность;

Разделение ответственности, результат зависит от вас самих, мы - организуем ситуацию;

Конфиденциальность;

Не разглашение информации об участниках;

Здесь и теперь, говорим о чувствах в настоящем времени, обсуждаем ситуацию в конкретной ситуации на тренинге;

Конструктивная обратная связь (с позитивным намерением);

Дисциплина (мобильники, опоздания и т.д.);

упражнение.

Упражнение "Уши мои локаторы"

Цель: Упражнение помогает участникам запомнить имена, снимает напряжение комизмом ситуации.

Время проведения: 15 мин.

упражнение.

Игра "Ассоциации"

Цель: знакомство, узнать больше информации друг о друге, помогает пересмотреть привычные стереотипы.

Время проведения: 45 мин.

упражнение.

Упражнение "Четыре угла - четыре выбора"

Цель: Повышение уровня сплоченности участников.

Время проведения: 30 минут.

упражнение.

Цель: упражнение предоставляет членам группы возможность для лучшего знакомства и экспериментирования с вербальным и невербальным общением.

Необходимое время: 30 минут.

упражнение.

Подведение итогов дня.

Что было интересным, полезным?

Придумать всем вместе ритуал приветствия (домашнее задание)

упражнение.

Упражнение "Подарки"

Участники образуют два концентрических круга. И дарят друг другу "подарки". В процессе обсуждения выясняется, что было наиболее приятным. Почему?

Занятие 2.

Цель: Проявить свою индивидуальность и научиться ценить индивидуальность других.

Ход занятия:

Снятие напряжение.

Презентация своей индивидуальности.

Подведение итогов, обсуждение занятия.

упражнение.

Ритуал приветствия.

Обсудить варианты придуманные участниками и выбрать единый.

упражнение.

Игра "Молекулы"

Цель: снятие напряжения, создание дружеской обстановки.

Время проведения: 5 мин.

Члены группы - "атомы" - свободно двигаются по комнате под музыку. По сигналу ведущего (хлопок) Атомы объединяются в молекулы по 2 человека, затем по 3 и т.д. в конце упражнения объединяется вся группа.

упражнение.

Игра-фантазия "Магия нашего имени"

Цель: Знакомство участников тренинга друг с другом, умение презентовать себя и других участников тренинга.

Время проведения: 20-30 минут.

Упражнение "Автопортрет"

Цель: обратить внимание участников на уникальность каждой личности.

Материалы: Бумага, мелки (фломастеры, ручки, карандаши), скотч или липучка.

упражнение.

Упражнение "Учимся ценить индивидуальность"

Цель: научиться ценить индивидуальность другого.

Время проведения: 40 мин.

Упражнение "Лови кастрюлю"

Цель: снятие напряжения.

Время проведения: 5-10 мин.

Ход игры: Участники, сидя или стоя в большом кругу, перебрасываются воображаемыми предметами. Бросая, участник объявляет имя партнера и предмет, который он кинет. Тот, кому кидают, должен немедленно "пристроиться" к предмету - ведь котенка нужно ловить иначе, чем змею.

упражнение.

Подведение итогов дня.

Что было интересным, полезным?

упражнение.

Упражнение "Спасибо…"

Время проведения: 5 мин.

Каждый участник говорит своему соседу слева "Имя", Спасибо тебе за то, что… "

Занятие 3

Цель: Развитие доверия и чуткости.

Ход занятия:

Приветствие участников и снятие напряжения Развитие доверия участников группы друг к другу.

Подведение итогов.

упражнение.

Ритуал приветствия.

упражнение.

Игра "Пересаживание по признакам"

Цель: пробудка. Время проведения: 5 мин.

Все сидят в кругу. Сначала ведущий, а потом каждый участник называет какой-либо признак и те, у кого этот признак присутствует должны встать и поменяться местами.

упражнение.

Упражнение "Скала"

Цель: Сплочение, диагностика межличностных отношений (для ведущих).

Время проведения: 10-15мин.

упражнение.

Упражнение "Доверительное падение"

Цель: Доверие, осознание своих страхов во взаимоотношениях с другими Время проведения: 15 мин.

упражнение.

Упражнение "Слепой и поводырь"

Цель: Доверие, осознание своих страхов во взаимоотношениях с другими Время проведения: 20 мин.

Упражнение в парах. Участники договариваются, кто какую играет роль. "Слепой" завязывает глаза платком.

Задание ведущего: поводырь знакомить своего подопечного с окружающим миром, передать свое отношение.5-7 минут, меняемся ролями.

В конце - обсуждение. Что было легче, комфортнее. Какие мысли и чувства возникали во время игры.

упражнение.

"Правда или ложь"

Цель: Игра усиливает групповую сплоченность и создает атмосферу открытости Время проведения: 45 мин.

упражнение.

Подведение итогов дня.

Что было интересным, полезным?

упражнение.

Вертушка.

Время проведения: 10мин.

Занятие 4

Цель: Создание атмосферы сотрудничества.

Ход занятия:

Приветствие участников и разминка Основные упражнения, направленные на создание атмосферы сотрудничества.

Подведение итогов, обсуждение занятия.

упражнение.

Ритуал приветствия.

упражнение.

Игра: "Коллективный счет"

Цель: Разминка, повышение взаимной чувствительности членов группы Время проведения: 15 мин.

упражнение.

Строим мост. Цель: осознание своих ролей в групповом взаимодействии. Время проведения: 25 мин.

Необходимые материалы: много бумаги формата А4, стакан с водой. Группа делиться на 2 подгруппы.

упражнение.

Игра "Машина с характером"

Цель: сплочение группы.

Время проведения: 20 минут.

упражнение.

Подведение итогов дня.

Что было интересным, полезным?

упражнение.

Упражнение "Любое число"

Цель: способ проверки умений участников тренинга понимать друг друга без слов.

Занятие 5

Цель: Научиться определять эмоции другого человека и контролировать свои.

Ход занятия:

Приветствие участниками друг друга, включение в работу.

Основная часть занятия, направленная на познание эмоций Подведение итогов, обсуждение занятия.

упражнение.

Ритуал приветствия.

упражнение.

Упражнение "Мое настроение сегодня"

Цель. Выражение с помощью цветовой палитры настроения в начале занятия.

Необходимые материалы: разноцветные карточки.

упражнение. Небольшая лекция по поводу важности умения понимать эмоции других людей и контролировать свои собственные.

упражнение.

Игра "Испорченный телефон"

Цель: научиться понимать и передавать эмоции.

упражнение.

Подведение итогов дня.

Что было интересным, полезным?

упражнение.

Упражнение "Мое настроение сегодня"

Цель. Выражение с помощью цветовой палитры настроения от предложенных на занятии упражнений.

Необходимые материалы: разноцветные карточки.

Занятие 6

Цель: Научиться определять эмоции другого человека и контролировать свои.

упражнение.

Ритуал приветствия.

упражнение.

Упражнение "Спутанные цепочки"

Цель: психологическое упражнение на разогрев участников тренинга.

упражнение.

Игра "Эмоции"

Цель: прием, направленный на повышение точности восприятия партнера по общению.

Время проведения: 40 мин.

Необходимые материалы: наборы игровых карточек из 6 штук с картинками, на которых изображены проявления эмоций в мимике, и игровые столы, за которыми располагаются игроки.

упражнение.

Обсуждение занятия.

Что интересно, полезно?

упражнение.

Каждый участник называет свою эмоцию и благодарит всех за занятие.

Занятие 7

Цель: Сплочение группы. Ход занятия:

Приветствие участников, разминка, снятие напряжения.

Основные упражнения, направленные на сплочение группы.

Подведение итогов, обсуждение занятия.

упражнение.

Ритуал приветствия.

упражнение.

Упражнение "Ливень"

Цель: игра расковывает, расслабляет, помогает снять напряжение, активизирует внимание, стимулирует наблюдательность.

Время проведения: 5 мин.

упражнение.

Упражнение "Доброе животное"

Цель: способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

упражнение.

Упражнение "Расскажу о своем хозяине"

Цель: включение участников тренинга в групповую работу.

упражнение.

Упражнение "Категории"

Цель: потренироваться в высоком уровне взаимодействия друг другом и усилить чувство принадлежности к группе.

Время проведения: 30 минут.

упражнение.

Подведение итогов дня.

Что было интересным, полезным?

упражнение.

Паутина. Цель: создает ощущение целостности группы.

Время проведения: 10-15 мин.

Занятие 8

Цель: Сплочение группы. Ход занятия:

Приветствие участников группы, упражнения для включения в работу.

Основная часть занятия, направленная на сплочение группы.

Подведение итогов, обсуждение занятия.

упражнение.

Ритуал приветствия.

упражнение.

Упражнение "Надувная кукла"

Цель: Упражнение направлено на преодоление скованности и напряженности участников группы, на тренировку мышечного расслабления.

упражнение "Подъемный кран"

Цель: упражнение на сплочение команды.

упражнение Игра "Киллер"

упражнение "Давайте поздороваемся"

Цель: снятие мышечного напряжения, переключение внимания.

упражнение. «Мое настроение».

Каждый участник говорит по очереди о своем настроении и о том изменилось ли оно после занятия.

Занятие 9

Цель: сплочение группы. Ход занятия:

Приветствие участников группы, упражнения для включения в работу.

Основная часть занятия, направленная на сплочение группы.

Подведение итогов, обсуждение занятия.

упражнение.

Ритуал приветствия.

упражнение.

Упражнение-игра "Тик-так"

Цель: снятие напряжения, активизация внимания.

Время проведения: 5-7 мин.

упражнение.

Упражнение "Смешной рисунок"

Цель: сплочение коллектива, раскрепощение эмоций, развитие воображения.

упражнение.

Упражнение "Вавилонская башня"

Цель: используется в тренингах командообразования.

Материалы: цветные маркеры, флипчарт, заготовленные заранее индивидуальные задания.

Упражнение 5 "Неожиданные картинки"

Цель: показать каждому участнику, какой вклад вносит каждый член группы в общий рисунок.

Оборудование: цветные карандаши, бумага формата А4 на каждого участника тренинга.

упражнение.

Упражнение "Солнце светит для тех, кто... "

Цель: Эта игра способствует развитию чувства сплоченности.

Время проведения: 15 минут.

упражнение.

Подведение итогов, обсуждение занятия.

Что интересно, полезно?

Занятие 10

Цель: формирование единства в поведенческой сфере: развитие навыков и умений взаимодействия, сотрудничества, согласованности действий в решении групповых проблем.

Ход занятия:

Приветствие участниками друг друга Основная часть Подведение итогов занятия.

упражнение.

Ритуал приветствия.

упражнение.

Деловая игра “Потерянный город”

упражнение.

Упражнение “Окажи внимание другому”.

Участники группы по очереди говорят что-нибудь положительное одному члену группы. Знаками внимания могут отмечаться личные качества, внешность, умения, манеру поведения и т.п. В ответ человек говори: “Спасибо, я это знаю. А еще я думаю, что я…”. Участвовать должны все члены группы.

упражнение.

Упражнение “Растопи круг”.

Все участники встают в круг и берутся за руки. Доброволец входит в круг. Он окружен, и его задача - растопить круг своей теплотой. Круг выпустит только того, кто сумеет найти добрые и приятные слова о ком-нибудь, стоящем в кругу.

упражнение.

Упражнение “Наша группа - это…”.

Предлагается каждому участнику описать группу, называя одно, но лучшее качество. В сумме получается ее привлекательная характеристика.

Психогимнастическое упражнение “Оцени группу цветом”.

Психогимнастическое упражнение “Оцени группу символом”.

упражнение Упражнение “Чемодан”.

упражнение.

Подведение итогов, обсуждение занятия.

Упражнение “Мои впечатления”. Тренер задает вопрос об актуальном состоянии участников группы. Обмен впечатлениями. Подведение итогов.

Тренинг проводился в течение двух месяцев, один раз в неделю, по два часа. Всего 24 часа. По окончании тренинга была проведена вторичная диагностика.

.4 Результаты сравнительного анализа экспериментального исследования

Для устранения выявленных проблем во взаимоотношениях супругов мы провели коммуникативный тренинг, основной целью которого было

повышение уровня коммуникативной компетентности. С помощью коммуникативного тренинга решались следующие задачи: развитие способности в установлении и поддержании психологического контакта в общении. Познание своих возможностей и ограничений во взаимодействии с другими людьми. Осознание причин психологической напряженности во взаимоотношениях и отработка новых поведенческих навыков, снижающих степень конфликтности. Развитие способности прогнозировать поведение другого человека.

Одно из самых трудных направлений в деятельности Центра планирования семьи - консультативная психологическая работа с семьями, принявшими решение о разводе. Здесь также налажено тесное взаимодействие с органом ЗАГС Администрации города. Через Центр проходят все, подавшие заявление о разводе. Конечно, в ряде случаев, консультация носит формальный характер, когда невозможно что-либо изменить. Но определенная доля разводящихся получает грамотную, порой очень своевременную психологическую помощь, и семья возвращается к нормальному, гармоничному состоянию.

Вторичная диагностика удовлетворенности браком участников исследования выявила следующие результаты: 11 человек по-прежнему испытывают неудовлетворенность браком (37%), 5 участников частично удовлетворены (17%), 14 респондентов- удовлетворены (47%).

Таким образом, важный показатель благоприятного семейного климата- удовлетворенность браком получила положительную динамику в результате совершенствования коммуникативной культуры, через участие в работе коммуникативного тренинга. Количество участников эксперимента, испытывающих удовлетворенность браком увеличилось на 8 человек (27 %)

Таблица -1 Результаты сравнительного анализа

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровни | Констатирующий этап Кол-во,% | Контрольный этап Кол-во,% |
| Неудовлетворенность  | 20 человек (67%) | 11 человек (37%) |
| Частичная удовлетворенность | 4 человека (13%) | 5 человек (17%) |
| Удовлетворенность | 6 человек (20%) | 14 человек (47%) |



В результате проведенного исследования гипотеза подтвердилась, что тренинг коммуникации оказывает влияние на формирование благоприятного климата в семье.

Выводы по второй главе

Цель исследования: изучение влияния тренинга коммуникации на формирование благоприятного психологического климата в семье.

В соответствии с целью, объектом и предметом исследования были определены следующие задачи:

.Определить диагностические методики, необходимые для проведения исследования.

.Провести практическую работу, направленную на формирование благоприятного климата в коллективе.

.Анализ динамики результатов.

Экспериментальное исследование проводилось на базе Центра планирования семьи г. Юрги. Центр располагает психологической службой и работает в тесном сотрудничестве с отделом ЗАГС Администрации города.

Для проведения эксперимента была сформирована выборка:

Пары, состоящие в официально зарегистрированном браке, имеющие стаж супружеской жизни до пяти лет и пришедшие к решению расторгнуть брак по причинам, носящим психологический характер (несходство характеров, непонимание друг друга, утрата интереса к партнеру и т.д.). Такие причины указаны в заявлениях, поданных в отдел ЗАГСа.

Для выявления причин психологической напряженности во взаимоотношениях супругов мы определили следующие диагностические методики, необходимые для проведения исследования:

Методика «Конфликтный ли вы человек?» Автор И.В. Ковалева.

Методика «Эмпатические способности». Автор И.М.Юсупов

Тест на удовлетворенность браком. Авторы опросника - В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко.

Таким образом, важный показатель благоприятного семейного климата- удовлетворенность браком получила положительную динамику в результате совершенствования коммуникативной культуры, через участие в работе коммуникативного тренинга. Количество участников эксперимента, испытывающих удовлетворенность браком увеличилось на 8 человек (27 %)

В результате проведенного исследования гипотеза подтвердилась, что тренинг коммуникации оказывает влияние на формирование благоприятного климата в семье.

Заключение

Изучение семейных взаимоотношений осложнено многими факторами:

во-первых, сложностью семьи как социальной и психологической системы. Семья включает в себя большое число всевозможных отношений и взаимосвязей, для формирования которых имеют значение личностные особенности членов семьи, ее социальное окружение, обычаи, традиции, социально-экономические условия и т.д.

Во-вторых, отсутствием единого подхода к проблемам семьи, единого понимания ее сущности и структуры. Пока не выработана общая теория, которая могла бы стать основой для изучения семьи, вместо нее имеется значительное количество школ, течений и направлений с различными, нередко трудно сопоставимыми подходами.

В-третьих, тем, что предметом семейной психологии является та область социальной жизни, которая подвержена влиянию социальных стереотипов, и представление о которой испытывает значительное воздействие обыденного опыта. Каждый человек имеет свой собственный семейный опыт и зачастую исходит только из него, пытаясь понять, что такое семейные отношения вообще. И, конечно, изучение семьи осложняется скрытностью (интимностью) многих происходящих в семье событий, а так же их изменчивостью, отсутствием четких контуров.

В соответствии с целью и задачами исследования, мы изучили и проанализировали психолого- педагогическую литературу, провели психодиагностику, выявили влияние коммуникативного тренинга на формирование благоприятного семейного климата.

Выводы:

. Нами изучены труды отечественных и зарубежных психологов, рассматривающих теоретические основы проблемы психологического климата в семье. В работах отечественных и зарубежных исследователей разнообразно представлена феноменология семьи. Основным теоретическим понятием, с помощью которого раскрыто понятие семьи, является понятие «психологическое отношение», введенное в отечественную психологию А.Ф. Лазурским и его учеником В.Н. Мясищевым. Семейное неблагополучие - это такие особенности жизнедеятельности семьи, которые затрудняют или препятствуют выполнению семьей ее функций. Способствовать нарушениям может весьма широкий круг факторов: особенности личности ее членов, особенности взаимоотношений между ними, определенные условия жизни семьи.

Конфликты рассматриваются как явления, органически присущие жизни семьи. Конфликт - это, прежде всего модель поведения с особым распределением ролей, последовательностью событий, способами выражения взглядов, ценностных ориентаций, формами отстаивания интересов, целей.

Конфликт может быть позитивным или негативным, конструктивным или деструктивным, в зависимости от того, как мы его разрешим. Он редко бывает застойным - перемены возможны в любое время. Иногда мы можем изменить его курс, просто взглянув на него по-другому. Однако подобное преобразование конфликта есть своего рода искусство, которое требует особых навыков и особых знаний.

В литературе по конфликтологии высказываются две точки зрения о функциях конфликта: одна - о вреде конфликта, другая - о его пользе.

Конфликт может иметь разнообразные последствия в различных областях жизни семьи, во взаимоотношениях ее членов, выполнять самые разнообразные функции.

. В экспериментальной части нашего исследования мы решали следующие задачи: занимались подбором инструментария для проведения психодиагностического исследования. Цель исследования: изучение влияния тренинга коммуникации на формирование благоприятного психологического климата в семье.

В соответствии с целью, объектом и предметом исследования были определены следующие задачи:

.Определить диагностические методики, необходимые для проведения исследования.

.Провести практическую работу, направленную на формирование благоприятного климата в коллективе.

.Анализ динамики результатов.

Экспериментальное исследование проводилось на базе Центра планирования семьи г. Юрги. Центр располагает психологической службой и работает в тесном сотрудничестве с отделом ЗАГС Администрации города.

Для проведения эксперимента была сформирована выборка: пары, состоящие в официально зарегистрированном браке, имеющие стаж супружеской жизни до пяти лет и пришедшие к решению расторгнуть брак по причинам, носящим психологический характер (несходство характеров, непонимание друг друга, утрата интереса к партнеру и т.д.). Такие причины указаны в заявлениях, поданных в отдел ЗАГСа.

Для выявления причин психологической напряженности во взаимоотношениях супругов мы определили следующие диагностические методики, необходимые для проведения исследования:

Методика «Конфликтный ли вы человек?» Автор И.В. Ковалева.

Методика «Эмпатические способности». Автор И.М.Юсупов

Тест на удовлетворенность браком. Авторы опросника - В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко.

Таким образом, важный показатель благоприятного семейного климата - удовлетворенность браком, получила положительную динамику в результате совершенствования коммуникативной культуры, через участие в работе коммуникативного тренинга. Количество участников эксперимента, испытывающих удовлетворенность браком увеличилось на 8 человек (27 %)

В результате проведенного исследования гипотеза подтвердилась, что тренинг коммуникации оказывает влияние на формирование благоприятного климата в семье.

Список использованной литературы

Андреева Т.В. Семейная психология: Учебное пособие. - СПб.: Речь, 2004. - 244 с.

Андреева Г.М. Социальная психология.-М.: Глобус, 2007.-163с.

Алешина Ю.Е., Борисов И.Ю. Полоролевая дифференциация как показатель межличностных отношений супругов // Вестник Моск. Ун-та. Серия 14. Психология. - 1989. - № 2. - С. 24-30.

Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. - СПб.: Глобус, 2005.-256с.

Анастази А. Психологическое тестирование. - М.:Лист, 2006.-213с.

Архангельский В.Н. Удовлетворенность браком // Вестник Моск. Ун-та. Серия 14. Психология. - 2001. - № 4. - С. 34-39.

Битянова М.Р. Социальная психология. - М.: Питер, 2002.-329с.

Божович Л.И. Избранные психологические труды. - М.: Международная педагогическая академия, 1995.-352с.

Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии.-1979.- №4.С.23-24.

Божович Л.И. Проблемы формирования личности. - М. - Воронеж, Фортуна-прес, 2006.-296с.

Баранова Е.В. Особенности и проблемы современной семьи // Психологический журнал. - 2001. - № 2. - 9-16.

Большая энциклопедия психологических тестов. - М.: Издательство Эксмо, 2006. - 416 с.

Бендлер Р., Гриндер., Сатир В. Семейная терапия. Воронеж: НПО «МОДЕК», 1993. - 282 с.

Братусь Б.С., Сидоров П.И. Психологическая клиника и профилактика раннего алкоголизма/ Б.С. Братусь, П.И. Сидоров. - М.: Наука,1984.- 216с.

Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь - опросник по психодиагностике/ Л.Ф.Бурлачук, С.М. Морозов.- СПб.: Питер, 1999.-432с.

Варга А.Я. Системная семейная психотерапия. Курс лекций. СПб.: Речь, 2001. - 361 с.

Гуревич К.М. Что такое психологическая диагностика. - М.: Наука, 1985.-203с.

Гришина Н.В. Психология конфликта. - СПб.: Питер, 2005. - 464 с.

Давлетбаева З.К. Супружеские отношения как фактор психического здоровья детей дошкольного возраста // Вестник Моск. Ун-та. Серия 14. Психология. - 1998. - № 1. - С. 13-22.

Дрынкина А.С. Влияние неблагополучной семьи на формирование отклонений в поведении ребенка // Психологический журнал. - 1996. - № 5. - С. 3-19.

Ерохина Н.М. Характерологическая совместимость и удовлетворенность браком в молодых семьях // Семейная психология и семейная терапия. - 2005. - № 4. - С. 3-9.

Земска М. Семья и личность. - М.: Просвещение, 1986. - 203 с.

Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. М.: Гардарики, 2006. - 320 с.

Клюева Н.В. Психолог и семья: диагностика, консультации, тренинг. - Ярославль: Академия развития, 2007. - 160 с.

Клячкина Ж.В. Сферы конфликтного взаимодействия в семье и стратегия разрешения супружеских конфликтов // Психологический журнал. - 2000. - № 3. - 12-19.

Ковалев С.В. Психология семейных отношений. - М.: Педагогика, 1987. - 160 с.

Кричевский Р.Л., Дубровская Е.М. Психология малой группы.-М.:

Владос, 2007.-287с.

Левкович В.П. Социально-психологический подход к изучению супружеских конфликтов // Психологический журнал. - 1995. - № 3. - С. 126-137.

Майерс Д.А. Социальная психология. - СПб.: Сова,2006.- 421с.

Немов Р.С. Психология. - М.: Просвещение, 1995.-352с.

Леонтьев Д.А. Очерк психологии личности / Д.А. Леонтьев. - М.: Смысл, 2006.-293с.

Немов Р.С. Психология/ Р.С. Немов.- М.: Просвещение, 1995.-391с.

Новиков В.С. Межличностные отношения: особенности подходов // Психология и соционика межличностных отношений. -2005. -№ 8.- С. 31.

Практическая психодиагностика/Д.Я. Райгородский редактор-составитель.- Самара: БахраХ-М, 2008.- 668с.

Практикум по психодиагностике. - М.: МГУ, 1992.-193с.

Практикум по возрастной психологии. - СПб.: Питер, 2006.-184с.

Петрова В.Н. Психодиагностика. - Томск: 1999.-84с

Практикум по психодиагностике. - М.: МГУ, 1992.-263с.

Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. - М.: Педагогика-Пресс, 1996. - 440 с.

Райгородский Д.Я. Диагностика семьи. Методики и тесты. - Самара: «Издательский Дом БАХРАХ», 2007. - 234 с.

Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. В 2-х т. -М.: Просвещение, 1989.-338с.

Рудестам Н. Групповая психотерапия.- М.: Глобус, 2004.-208с.

Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии.- М.: Просвещение, 1973.

СвенцицкийА.Л. Психология управления организации.- СПб.: Сова, 2006, 245с.

Семья и формирование личности / Под ред. А.А. Бодалева. - М.: Педагогика, 1981. - 167 с.

Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. - СПб.: ООО Издательство «Речь», 2006. - 349 с.

Соболева М.В. Влияние семейного конфликта на психомоторное развитие ребенка полутора лети жизни // Вопросы психологии. - 2003. - № 2. - С. 11-19.

Спиридонова Н.В. Воспитание и развитие ребенка в семье // Дошкольная педагогика. - 2006. - № 1. - С. 64-71.

Сысенко В.А. Супружеские конфликты. - М.: Финансы и статистика, 1983. - 175 с.

Приложение 1

Коды испытуемых

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Код, возраст | Образование | Супружеский стаж | Возраст ребенка |
| Н.А. - 25 Н.С. - 25 | Высшее Незак. высш | 4 | 1,5 |
| Г.Ю. - 23 Г.О. - 22 | С-спец. Незак. высш. | 1 | 0,5 |
| И.Д .- 22 И.Н. - 24 | Незак. высш. Незак. высш. | 1,5 | 1 |
| П.П. - 26 П.Т. - 28 | Незак. высш. Высшее  | 5 | 2,5 |
| Г.А. - 26 Г.С. - 28 | Высшее Высшее  | 4 | 3 |
| Ц.А. - 25 Ц.В. - 28 | Незак. высш С-спец. | 2,5 | 2 |
| Р.А. - 25 Р.Ю.- 25 | Высшее Незак. высш. | 2 | 1 |
| В.И. - 28 В.Н. - 26 | Высшее Высшее  | 3 | 2,5 |
| Е.О. - 23 Е.Ю. - 26 | Незак. высш. Высшее | 2 | 2 |
| Ж.С. - 26 Ж.И. - 27 | Незак. высш. Высшее | 3 | 2 |
| П.Л. - 21 П.А. - 23 | Незак. высш. С-спец. | 1,5 | 1 |
| М.М. - 22 М.В. - 26 | Незак. высш. Высшее | 2 | 0,5 |
| А.О. - 25 А.А. - 28 | Высшее Высшее | 4 | 3 |
| С.Я. - 24 С.И. - 24 | Высшее Незак. высш | 2,5 | 1 |
| Б.С .- 25 Б.Б. - 26 | С-спец. Высшее | 2 | 0,5 |

Приложение 2

Рвется в спор

Уклоняется от спора

Свои доводы сопровождает тоном, не терпящим возражений

Свои доводы сопровождает извиняющимся тоном

Считает, что добьется своего, если будет возражать

Считает, что проиграет, если будет возражать

Не обращает внимания на то, что другие не понимают доводов

Сожалеет, если видит, что другие не понимают доводов

Спорные вопросы обсуждает в присутствии оппонента

Рассуждает о спорных проблемах в отсутствие оппонента

Не смущается, если попадает в напряженную обстановку

В напряженной обстановке чувствует себя неловко

Считает, что в споре надо проявлять характер

Считает, что в споре не нужно демонстрировать своих эмоций

Считает, что в спорах не уступают

Считает, что в спорах уступают

Считает, что люди легко выходят из конфликта

Считает; что люди с трудом выходят из конфликта

Если взрывается, то считает, что без этого нельзя

Если взрывается, то вскоре ощущает чувство вины

Рвется в спор

Уклоняется от спора

Свои доводы сопровождает тоном, не терпящим возражений

Свои доводы сопровождает извиняющимся тоном

Считает, что добьется своего, если будет возражать

Считает, что проиграет, если будет возражать

Не обращает внимания на то, что другие не понимают доводов

Сожалеет, если видит, что другие не понимают доводов

Спорные вопросы обсуждает в присутствии оппонента

Рассуждает о спорных проблемах в отсутствие оппонента

Не смущается, если попадает в напряженную обстановку

В напряженной обстановке чувствует себя неловко

Считает, что в споре надо проявлять характер

Считает, что в споре не нужно демонстрировать своих эмоций

Считает, что в спорах не уступают

Считает, что в спорах уступают

Считает, что люди легко выходят из конфликта

Считает; что люди с трудом выходят из конфликта

Если взрывается, то считает, что без этого нельзя

Если взрывается, то вскоре ощущает чувство вины

Приложение 3

. У меня есть привычка внимательно изучать лица и поведение людей, чтобы понять их характер, наклонности, способности.

. Если окружающие проявляют признаки нервозности, я обычно остаюсь спокойным.

. Я больше верю доводам своего рассудка, чем интуиции.

. Я считаю вполне уместным для себя интересоваться домашними проблемами сослуживцев.

. Я могу легко войти в доверие к человеку, если потребуется.

. Обычно я с первой же встречи угадываю "родственную душу" в новом человеке.

. Я из любопытства обычно завожу разговор о жизни, работе, политике со случайным попутчиками в поезде, самолете.

. Я теряю душевное равновесие, если окружающие чем-то угнетены.

. Моя интуиция - более надежное средство понимания окружающих, чем знания или опыт.

. Проявлять любопытство к внутреннему миру другой личности - бестактно.

. Часто своими словами я обижаю близких мне людей, не замечая того.

. Я легко могу представить себя каким-либо животным, ощутить его повадки и состояния.

. Я редко рассуждаю о причинах поступков людей, которые имеют ко мне непосредственное отношение.

. Я редко принимаю близко к сердцу проблемы своих друзей.

. Обычно за несколько дней я чувствую: что-то должно случиться с близким мне человеком, и ожидания оправдываются.

. В общении с деловыми партнерами обычно стараюсь избегать разговоров о личном.

. Иногда близкие упрекают меня в черствости, невнимании к ним. 18. Мне легко удается копировать интонацию, мимику людей, подражая им.

. Мой любопытный взгляд часто смущает новых партнеров.

. Чужой смех обычно заражает меня.

. Часто действуя наугад, я тем не менее нахожу правильный подход к человеку.

. Плакать от счастья глупо.

. Я способен полностью слиться с любимым человеком, как бы растворившись в нем.

. Мне редко встречались люди, которых я понимал бы без лишних слов.

. Я невольно или из любопытства часто подслушиваю разговоры посторонних людей.

. Я могу оставаться спокойным, даже если все вокруг меня волнуются.

. Мне проще подсознательно почувствовать сущность человека, чем понять его, "разложив по полочкам".

. Я спокойно отношусь к мелким неприятностям, которые случаются у кого-либо из членов семьи.

. Мне было бы трудно задушевно, доверительно беседовать с настороженным, замкнутым человеком.

. У меня творческая натура - поэтическая, художественная, артистичная.

. Я без особого любопытства выслушиваю исповеди новых знакомых.

. Я расстраиваюсь, если вижу плачущего человека.

. Мое мышление больше отличается конкретностью, строгостью, последовательностью, чем интуицией.

. Когда друзья начинают говорить о своих неприятностях, я предпочитаю перевести разговор на другую тему.

. Если я вижу, что у кого-то из близких плохо на душе, то обычно воздерживаюсь от расспросов.

. Мне трудно понять, почему пустяки, могут так сильно огорчать людей.

Приложение 4

1. Когда люди долго живут вместе друг с другом, как это происходит в браке, они неизбежно со временем теряют остроту восприятия друг друга, а их взаимопонимание нарушается:

а) верно, б) не знаю, в) неверно.

. Ваши отношения с супругом (супругой) приносят вам:

а) беспокойство и страдание,

б) затрудняюсь ответить,

в) радость и удовлетворение.

. Родственники и друзья оценивают ваш брак как:

а) удачный, б) нечто среднее, в) неудачный.

. Если бы вы могли, то немалое изменили бы в характере вашего супруга (супруги):

а) верно, б) не знаю, в) неверно.

. Одна из проблем современного брака состоит в том, что со временем все становится в нем менее привлекательным, в том числе сексуальные отношения с супругом (супругой):

а) согласен, б) трудно сказать, в) не согласен.

. Когда вы сравниваете вашу семейную жизнь с семейной жизнью ваших друзей и знакомых, то вам кажется, что вы:

а) несчастнее других,

б) трудно сказать,

в) счастливее других.

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

а) верно, б) трудно сказать, в) неверно.

. Я считаю, что без меня жизнь моего супруга (супруги) была бы неполноценной:

а) согласен, б) не знаю, в) не согласен.

. Большинство людей обманывается в своих ожиданиях относительно брака:

а) верно, б) трудно сказать, в) неверно.

. Вы давно уже думаете о разводе, и только ряд обстоятельств мешает вам принять решение:

а) верно, б) трудно сказать, в) неверно.

. Если бы вам вновь пришлось вступить в брак, то вашей женой (мужем) стал бы:

а) другой человек, б) не знаю, в) тот же самый человек.

. Вы гордитесь тем, что рядом с вами находится такой человек, как ваш супруг (супруга):

а) верно, "б) трудно сказать, в) неверно.

. Недостатки моего супруга (супруги), к сожалению, перевешивают его (ее) достоинства:

а) верно, б) не знаю, в) неверно.

. Основные помехи для нашей счастливой жизни кроются в характере моего супруга (супруги):

а) согласен, б) трудно сказать, в) не согласен.

. Первоначальные чувства, с которыми вы вступали в брак, со временем усилились:

а) согласен, б) не знаю, в) не согласен.

. Брак уменьшает творческий потенциал человека и его возможности:

а) верно, б) не знаю, в) неверно.

. Мой супруг (супруга) обладает такими достоинствами, которые компенсируют его недостатки:

а) согласен, б) тру дно сказать, в) не согласен.

. В моем браке с эмоциональной поддержкой друг друга не все, к сожалению, обстоит благополучно:

а) верно, б) не знаю, в) неверно.

. Мне кажется, что мой супруг (супруга) часто делает глупости: говорит невпопад, неуместно шутит и т.п.:

а) согласен, б) трудно сказать, в) не согласен.

. Моя семейная жизнь мало зависит от моей воли:

а) верно, б) не знаю, в) неверно.

. Моя семейная жизнь оказалась не такой, какую я ожидал (а):

а) верно, б) не знаю, в) неверно.

. Не правы те, кто полагает, что человек в семье не может рассчитывать на уважение к себе:

а) согласен, б) трудно сказать, в) не согласен.

. Как правило, общество моего супруга (супруги) доставляет мне удовольствие:

а) согласен, б) не знаю, в) не согласен.

. В моей супружеской жизни нет и не было ни одного светлого момента:

а) верно, б) не знаю, в) неверно.

Приложение 5

Сводная таблица констатирующего этапа экспериментального исследования

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Код, возраст | конфликтность | Уровень эмпатии | Удовлетворенность браком (баллы) |
| 1.Н.А. - 25 Н.С. - 25 | 43 12 | 3 2 | 11 23 |
| 2.Г.Ю. - 23 Г.О. - 22 | 67 34 | 5 3 | 27 21 |
| 3.И.Д .- 22 И.Н. - 24 | 11 54 | 1 3 | 17 9 |
| 4.П.П. - 26 П.Т. - 28 | 41 48 | 3 3 | 28 13 |
| 5.Г.А. - 26 Г.С. - 28 | 57 39 | 5 3 | 21 29 |
| 6.Ц.А. - 25 Ц.В. - 28 | 64 28 | 3 4 | 16 20 |
| 7.Р.А. - 25 Р.Ю.- 25 | 13 26 | 1 4 | 29 11 |
| 8.В.И. - 28 В.Н. - 26 | 15 34 | 2 4 | 17 24 |
| 9.Е.О. - 23 Е.Ю. - 26 | 41 12 | 3 2 | 18 23 |
| 10.Ж.С. - 26 Ж.И. - 27 | 49 32 | 3 3 | 15 20 |
| 11.П.Л. - 21 П.А. - 23 | 34 18 | 5 2 | 17 27 |
| 12.М.М. - 22 М.В. - 26 | 14 27 | 2 3 | 22 14 |
| 13.А.О. - 25 А.А. - 28 | 45 34 | 3 4 | 19 21 |
| 14.С.Я. - 24 С.И. - 24 | 26 15 | 5 2 | 20 27 |
| 15.Б.С .- 25 Б.Б. - 26 | 15 43 | 2 3 | 21 24 |
|  |  |  |  |

Примечание 1. Уровни эмпатии -очень высокий-1, высокий-2, нормальный-3, низкий-4, очень низкий-5.

Примечание 2. 0-16 баллов - полная неудовлетворенность ;

-22 балла - значительная неудовлетворенность;

-26 баллов - скорее неудовлетворенность, чем удовлетворенность.

-28 баллов - частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность.

-32 балла - скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность.

-38 баллов - значительная удовлетворенность.

-48 баллов - практически полная удовлетворенность.

Примечание 3. Сумма в 70 баллов свидетельствует об очень высокой степени конфликтности; 60 баллов - высокой; 50 - выраженной конфликтности. Сумма в 11- 15 баллов говорит о склонности избегать конфликтной ситуации.

Приложение 6

Сводная таблица контрольного этапа экспериментального исследования

|  |  |
| --- | --- |
| Код, возраст | Удовлетворенность браком (баллы) |
| 1.Н.А. - 25 Н.С. - 25 | 27 31 |
| 2.Г.Ю. - 23 Г.О. - 22 | 27 29 |
| 3.И.Д .- 22 И.Н. - 24 | 19 21 |
| 4.П.П. - 26 П.Т. - 28 | 32 29 |
| 5.Г.А. - 26 Г.С. - 28 | 21 32 |
| 6.Ц.А. - 25 Ц.В. - 28 | 27 30 |
| 7.Р.А. - 25 Р.Ю.- 25 | 29 29 |
| 8.В.И. - 28 В.Н. - 26 | 33 29 |
| 9.Е.О. - 23 Е.Ю. - 26 | 27 23 |
| 10.Ж.С. - 26 Ж.И. - 27 | 30 33 |
| 11.П.Л. - 21 П.А. - 23 | 18 32 |
| 12.М.М. - 22 М.В. - 26 | 33 29 |
| 13.А.О. - 25 А.А. - 28 | 24 30 |
| 14.С.Я. - 24 С.И. - 24 | 18 27 |
| 15.Б.С .- 25 Б.Б. - 26 | 31 24 |
|  |  |