

Секція 4
ГЕНДЕРНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНИХ ПРОЦЕСІВ

СЕМЕЙНЫЕ КОНФЛИКТЫ И ВОЗМОЖНОСТИ ИХ ПРЕОДОЛЕНИЯ

Ткаченко А.А., студ. гр. СУ-71

Есть три источника влечения человека:
Душа, разум и тело.
Влечение душ порождает дружбу.
Ума – уважение,
Тела – желание.
Соединение всех трех – порождает любовь.

«Ветка персика»

(Древнеиндийский эпос)

Семья — древнейший институт человеческого взаимодействия, уникальное явление. Ее уникальность состоит в том, что несколько человек самым тесным образом взаимодействуют в течение длительного времени, насчитывающего десятки лет, т. е. на протяжении большей части человеческой жизни. В такой системе интенсивного взаимодействия не могут не возникать споры, конфликты и кризисы.

Ключевую роль в семейных отношениях играют супружеские конфликты. Они чаще возникают из-за неудовлетворения потребностей супругов. Исходя из этого, выделяют основные причины супружеских конфликтов:

- психосексуальная несовместимость супругов;
- неудовлетворение потребности в значимости своего «Я», неуважение чувства достоинства со стороны партнера;
- неудовлетворение потребности в положительных эмоциях: отсутствие ласки, заботы, внимания и понимания;
- пристрастие одного из супругов к чрезмерному удовлетворению своих потребностей (алкоголь, наркотики, финансовые расходы только на себя и т.д.);
- неудовлетворение потребности во взаимопомощи и взаимопонимании по вопросам ведения домашнего хозяйства, воспитания детей, в отношении к родителям и т.д.;
- различия в потребностях по проведению досуга, увлечениям.

Наиболее конфликтными являются кризисные периоды в развитии семьи. К ним относят первый год супружеской жизни, период появления детей, период среднего супружеского возраста и период 18-24 лет совместной жизни.

Так же следует обратить внимание на предупреждение и разрешение супружеских конфликтов.

Разработано много рекомендаций по нормализации супружеских взаимоотношений, предупреждению перерастания спорных ситуаций в конфликты. Большинство из них сводится к следующему:

Уважай себя, а тем более другого. Помни, что он (она) самый близкий для тебя человек, отец (мать) твоих детей. Старайся не копить ошибки, обиды и «грехи», а сразу реагируй на них. Это исключит накопление отрицательных эмоций.

Исключи сексуальные упреки, так как они не забываются.

Не делайте замечаний друг другу в присутствии других (детей, знакомых, гостей и т.д.).

Не преувеличивай собственные способности и достоинства, не считай себя всегда и во всем правым. Больше доверяй, и ревность своди к минимуму. Будь внимательным, умеи слушать и слышать супруга. Не опускайся, заботься о своей физической привлекательности, работай над своими недостатками. Никогда не обобщай даже явные недостатки супруга, веди разговор только о конкретном поведении в конкретной ситуации.

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

Конструктивность разрешения супружеских конфликтов, как никаких других, зависит в первую очередь от умения супругов понимать, прощать и уступать.

Одно из условий завершения конфликта любящих супругов — не добиваться победы. Победу за счет поражения любимого человека трудно назвать достижением. Важно уважать другого, какая бы вина ни лежала на нем. Нужно быть способным честно спросить у самого себя (и главное, честно ответить себе), что же тебя на самом деле волнует. При аргументации своей позиции стараться не проявлять неуместный максимализм и категоричность. Лучше самим найти взаимопонимание и не втягивать в свои конфликты других — родителей, детей, друзей, соседей и знакомых. Только от самих супругов зависит благополучие семьи.

Отдельно следует остановиться на таком радикальном способе разрешения супружеских конфликтов, как развод. По мнению психологов, ему предшествует процесс, состоящий из трех стадий: а) эмоциональный развод, выражающийся в отчуждении, безразличии супругов друг к другу, утрате доверия и любви; б) физический развод, приводящий к раздельному проживанию; в) юридический развод, требующий правового оформления прекращения брака.

Многим развод приносит избавление от враждебности, неприязни, обмана и того, что омрачало жизнь. Конечно, он имеет и негативные последствия. Они различны для разводящихся, детей и общества. Наиболее уязвима при разводе женщина, у которой обычно остаются дети. Она больше, чем мужчина, подвержена нервно-психическим расстройствам. Но негативные последствия развода для детей гораздо значительнее по сравнению с последствиями для супругов.

Конечно же, существует более широкий спектр способов разрешения супружеских конфликтов. Как мы знаем, мера напряжения конфликтов может быть различной. Именно она и определяет выбор того или иного способа разрешения. Чем выше степень развития напряжения, тем больше духовных усилий потребуются от нас на поиск выхода из ситуации и тем более «сильным» по своему воздействию должен быть способ разрешения коллизий.

Науч. рук. – Кудояр Л.М., *доцент СумГУ*