



# «Նոր ժամանակի կրթություն» ՀԿ

ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ  
ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ ԴԱՍԸՆԹԱՑ

## ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Հետազոտության թեման՝ «Ընտանիքի հոգեբանություն,  
կոնֆլիկտներ»

Առարկան՝ Ռուսաց լեզու

Հետազոտող ուսուցիչ՝ Թամազյան Լատիրա Վաչագանի

Ուսումնական հաստատություն՝ ՀՀ Լոռու մարզի Շնողի Հովիկ  
Մեղիքսերթյանի անվան միջնակարգ դպրոց

Երևան 2023

## Содержание.

1. Введение.

2. Психология семейных отношений.

1) Периоды брака.

2). Типы супружеских отношений.

3). Супружеские конфликты.

4). Этапы протекания конфликтов и их разрешение.

3. Конфликты между родителями и детьми.

1) Пути решения семейных конфликтов родитель—ребенок.

2) Профилактика конфликтов родителей и детей.

3) Почему важно научить ребенка грамотно разрешать конфликты?

4. Заключение.

5. Использованная литература.

## Введение.



Семья— целостная система, испытывающая на себе влияние различных трудных, в том числе и конфликтных ситуаций. Способность супругов к адекватному, конструктивному совладению в ситуации конфликта является фактором благополучия семьи. Знание особенностей совладающего поведения мужчин и женщин позволит увидеть важные ресурсы, формирование и развитие которых сохранит стабильность и жизнестойкость семьи в процессе преодоления конфликтных ситуаций. Цель настоящего эмпирического исследования заключалась в выявлении особенностей совладающего поведения в ситуации супружеского конфликта у мужчин и женщин. На основе эмпирического исследования, проведенного на выборке 40 женщин и 40 мужчин, было установлено, что для мужчин и женщин в целом в ситуации супружеского конфликта в большей степени характерен выбор относительно продуктивных вариантов поведения (в когнитивной и поведенческой сферах) и непродуктивных вариантов (в эмоциональной сфере). Доля непродуктивных вариантов копинг-поведения в ситуации супружеского конфликта в эмоциональной и поведенческой сферах у мужчин значительно выше, чем у женщин.

В то же время женщины чаще мужчин прибегают к продуктивным вариантам копинг-стратегий в когнитивной и эмоциональной сферах. Полученные результаты могут быть использованы в процессе супружеского консультирования и коррекции брачно-семейных отношений. За последнее десятилетие наметился ряд тревожных тенденций, свидетельствующих о кризисных явлениях в жизни семьи, затрагивающих как супружеские, так и детско-родительские отношения. Эти неблагоприятные тенденции объясняются социально-экономическими условиями: нестабильностью социальной системы, низким материальным уровнем жизни, проблемами профессиональной занятости, трансформацией традиционно сложившихся ролевой структуры семьи и распределения ролевых функций между супругами. Возрастает число неблагополучных семей, в которых девиантное поведение супругов -алкоголизм, агрессия, нарушения коммуникации, неудовлетворенные потребности партнеров в уважении, любви и признании становятся причиной возрастания эмоционально-личностных расстройств, напряженности, утраты чувства любви и безопасности, нарушений личностного роста. Изменение демографической ситуации - падение рождаемости и увеличение удельного веса однодетных семей - приводит к трудностям личностного развития и недостаточной коммуникативной компетентности детей, воспитывающихся в таких семьях. Увеличение числа разводов - не менее 1/3 всех семей,

заклучивших брак, распадается - стало одной из наиболее острых социальных проблем. Цена развода оказывается чрезвычайно велика. По стрессогенности развод занимает одно из первых мест среди трудных жизненных событий. Результатом развода и распада семьи становится формирование неполной семьи, преимущественно материнского типа. В значительном числе случаев в такой семье наблюдается ролевая перегрузка матери и, как следствие, снижение эффективности воспитания.

Другой социальной проблемой является рост числа неофициальных (гражданских) браков. 30% мужчин в возрасте от 18 до 30 лет живут в гражданском браке, 85% в дальнейшем женятся, и лишь 40% заключенных браков сохраняется. Сокращение и обеднение общения в семье, дефицит эмоционального тепла, принятия, низкая информированность родителей о реальных потребностях, интересах и проблемах ребенка, недостаток сотрудничества и кооперации в семье ведут к возникновению трудностей в развитии детей. На фоне этого в последнее время широко развивается относительно молодая наука, отрасль психологического знания - психология семьи. Ее предметом являются функциональная структура семьи, основные закономерности и динамика ее развития; развитие личности в семье.

## **Психология семейных отношений.**



**Главный смысл и цель семейной жизни – воспитание детей.**

**Главная школа воспитания детей – это взаимоотношения мужа и жены, отца и матери.**

В.А. Сухомлинский

В своей работе я хочу рассмотреть семейные конфликты, т.к. 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. Семья - колыбель духовного рождения человека. Многообразие отношений между ее членами, обнаженность и непосредственность чувств, которые они питают друг к другу, обилие различных форм проявления этих чувств, живая реакция на

мельчайшие детали поведения ребенка - все это создает максимально благоприятную среду для эмоционального и нравственного формирования личности.

Скудость, однообразие, монотонность эмоционального опыта в раннем детстве могут определить характер человека на всю жизнь.

Попробуем представить себе разные семьи, где нам доводилось бывать. От каждой из них остается какое-то свое, совершенно особое ощущение. Если начать анализировать, откуда же оно берется, на ум придут не только коренные черты - теплота и сердечность или, напротив, сухость семейной атмосферы, манера держаться между собой и с гостями, интонации при разговорах о внутрисемейных событиях и делах «посторонних», стиль препровождения досуга. Все эти незначительные, на первый взгляд, детали прочно сливаются в нашем представлении с обликом того или иного семейства.

Для эмоционального здоровья семьи важна подлинность чувств, важно, чтобы поступок находился в гармонии с душевным состоянием. Набор тех признаков, которые входят в понятие «семейное счастье», зависит от того, по каким законам живет сам институт семьи. За последние десятилетия эти законы очень изменились, семья находится в процессе изменения и развития.

Испокон веков семья была хозяйственной ячейкой, и жить в ней было просто необходимо: одинокой женщине или одинокому мужчине было бы очень трудно прокормиться. В семье рождались и воспитывались дети наследство от старших поколений переходило к младшим.

Сегодня хозяйственная функция семьи резко сошла на нет, человек без ущерба для здоровья может прожить и один. На сегодняшний день стала доминирующей новая функция семьи: создание и поддержание психологического комфорта для каждого члена семьи. Раньше думать об этом не было особой необходимостью - семья держалась иными связями. Следующее, что отличает современную семью, - иная, чем прежде, структура.

Сегодняшняя городская семья в основном малочисленна, состоит из одного-двух поколений. В ней сместился психологический центр: если раньше все держалось на отношениях родственных, самыми крепкими были связи детей и родителей, то теперь семья держится на отношениях супружеских, а родственные отношения (хотя значение их все же очень велико) отошли на второй план.

Таким образом, говоря о культуре семейных отношений, мы подразумеваем прочные, теплые отношения между супругами, отношения, основанные на взаимной любви. Любить жизнь! А что это значит? Много говорят о том, что отличает человека от животного. Это, наверное, любовь к жизни, к Родине, к родителям. У людей бывают довольно-таки сложные взаимоотношения между собой в семье, в школе, в детском саду, на улице, в транспорте, в общественных местах. Везде нужен психолог для разрешения конфликтов. Животные чаще руководствуются инстинктами, хотя они тоже могут любить и дружить, быть верными своим хозяевам до конца жизни. Вспомним замечательные фильмы о верности собак "Ко мне", "Мухтар", "Белый Бим Черное ухо", "Хосико", и многие другие фильмы. Что же изучает семейная психология? Семейная психология изучает развитие человека в семье, психологические особенности данной семьи, механизмы в социальной среде. Она дает

психологическую характеристику здоровой семьи и семейной патологии, способствует практическому применению своих знаний во время психологической помощи семьям, когда это необходимо. Данные, которые имеют психологи, служат источником разработки научных принципов подготовки специалистов, которые работают с семьями. Отчего в семьях бывают разного рода проблемы? Они бывают в тех семьях, где члены семьи принципиально не учитывают потребности, желания конкретного человека, а учитывают только потребности рода целиком, преследует эгоистические цели. Состояние, имущество, наследство, различные документы, векселя всегда были важнее чье-то душевного, духовного, физического комфорта, любви, чувств, искренней привязанности, важнее самой жизни. Брак и семья стали предметом исследования специалистов, в числе и психологов, с 1960-1970-х годов. Изначально семья изучалась в связи с профилактикой психических заболеваний или с недостатком семейного воспитания. Позднее этим стали заниматься такие области знания, как история и эволюция форм брака, готовность молодежи к образованию семьи, жизненный этап семьи, взаимоотношения между супругами, между родителями и детьми, семьи и общества, семьи и школы, и так далее.

## **Периоды брака**

При анализе стадий развития супружеских отношений выделяются: молодое супружество, супружество среднего возраста и супружество зрелых лет. Молодое супружество продолжается менее пяти лет. Возраст супругов - от 18 до 30 лет. В этот период они привыкают друг к другу, часто не имеют собственной квартиры и живут с родителями одного из них. Со временем появляется квартира, строится домашнее хозяйство. Супруги ожидают детей. В профессиональной области они только приобретают какую-либо квалификацию. Постепенно супруги адаптируются к новой семейной обстановке, часто их материально и «морально» поддерживают родители. Супружество среднего возраста длится 6-14 лет. В этот период люди экономически активны, занимают стабильное общественное положение. Дети - школьники или студенты - становятся все более самостоятельными. Супружество зрелого возраста наступает после 15 и длится до 25 лет. В семье уже взрослые дети, супруги остаются одни или привыкают жить с их семьями и воспитывать внуков. Для супружества пожилого возраста характерно снижение производительности труда и увеличение проблем, связанных со здоровьем. Брак, как правило, стабилен. Супруги нуждаются в помощи и боятся потерять друг друга. Кризисная ситуация в семье может возникнуть без влияния каких-либо внешних факторов, обуславливающих бытовое и экономическое положение супружеской пары, без вмешательства родителей, измены или каких-то патологических черт личности одного из супругов. Присутствие этих факторов ускоряет создание кризисной

ситуации и усугубляет ее. Есть два основных критических периода в развитии супружеских отношений.

Первый наступает между третьим и седьмым годами супружеской жизни и продолжается в благоприятном случае около года. Его возникновению способствуют такие факторы:

- ❖ исчезновение романтических настроений, активное неприятие контраста в поведении партнера в период влюбленности и в повседневном семейном быту;
- ❖ рост числа ситуаций, в которых супруги обнаруживают разные взгляды на вещи и не могут прийти к согласию;
- ❖ более частые проявления отрицательных эмоций, возрастание напряженности в отношениях между партнерами.

Второй кризисный период наступает примерно между семнадцатым и двадцать пятым годами совместной жизни. Он менее глубокий, чем первый, и может продолжаться несколько лет. Его возникновение часто совпадает:

- ❖ с повышением эмоциональной неустойчивости, страхами, появлением различных соматических жалоб;
- ❖ с возникновением чувства одиночества, связанного с уходом детей;
- ❖ с усиливающейся эмоциональной зависимостью жены, ее переживаниями по поводу быстрого старения, а также возможного стремления мужа сексуально проявить себя на стороне «пока еще не поздно».

Таким образом, кризисные ситуации имеют определенные закономерности, лежащие в основах супружеских отношений. Для эффективного решения возникающих проблем не следует искать вину лишь в поведении кого-либо из партнеров. Эти закономерности надо знать и учитывать, корректируя в соответствии с ними свое поведение.

## **Типы супружеских отношений**

А. Г. Харчев писал: «Психологическая сторона брака является следствием того, что человек обладает способностью понимать, оценивать и эмоционально переживать как явления окружающего мира, так и свои собственные потребности. Она включает в себя как мысли и чувства супругов по отношению друг к другу, так и объективное выражение этих мыслей и чувств в поступках и действиях». Формы брака разнообразны, лик его - изменчив. В теории динамической супружеской терапии упоминается о семи профилях брака, основанных на реакциях и поведении супругов в браке. Сейгер предложил следующую классификацию поведения в браке.

1. Равноправный партнер: ожидает равных прав и обязанностей.

2. Романтический партнер: ожидает душевного согласия, крепкой любви, сентиментален.

3. «Родительский» партнер: с удовольствием заботится о другом, воспитывает его.

4. «Детский» партнер: привносит в супружество спонтанность, непосредственность и радость, но одновременно приобретает власть над другим путем проявления слабости и беспомощности.
5. Рациональный партнер: следит за проявлением эмоций, точно соблюдает права и обязанности. Ответственен, трезв в оценках.
6. Товарищеский партнер: хочет быть соратником и ищет для себя такого же спутника. Не претендует на романтическую любовь и принимает как неизбежное обычные тяготы семейной жизни.
7. Независимый партнер: сохраняет в браке определенную дистанцию по отношению к своему партнеру.

Известна классификация профилей брака

на **симметричный**, **комплиментарный** и **метакомплиментарный**. В симметричном браке оба супруга имеют равные права, никто не подчинен другому. Проблемы решаются путем соглашения или путем компромисса. В комплиментарном браке один распоряжается, другой подчиняется, ожидает совета или инструкции. В метакомплиментарном браке ведущего положения достигает партнер, реализующий собственные цели путем подчеркивания своей слабости, неумелости и бессилия, манипулируя таким образом партнером.

## **Супружеские конфликты**

Правильное воспитание – это наша счастливая старость,  
плохое воспитание – это наше будущее горе,  
это наши слезы, это наша вина перед другими людьми.

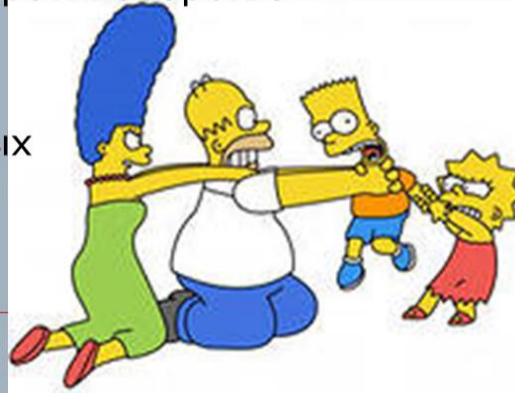
А.С. Макаренко





«Семья» – это основанное на браке или кровном родстве объединение людей, связанных общностью быта, взаимной моральной ответственностью и взаимопомощью.

«Семейный конфликт» - это противоборство между членами **семьи** на основе столкновения противоположно направленных мотивов и взглядов.



**Конфликты**, возникающие на основе неудовлетворенной потребности в ценности и значимости своего «Я», нарушения чувства достоинства со стороны другого партнера, его пренебрежительного, неуважительного отношения.

**Психическое напряжение**, депрессии, потребности одного или обоих супругов в положительных эмоциях; отсутствие ласки, заботы, внимания и понимания. Психологическое отчуждение супругов.

**Конфликты на почве пристрастия** одного из супругов к спиртным напиткам, азартным играм и другим гипертрофированным потребностям, приводящим к неэкономным и неэффективным затратам денежных средств семьи.

**Финансовые разногласия**, возникающие на почве преувеличения потребностей одного из супругов.

**Конфликты на основе** удовлетворения потребности супругов в питании, одежде, благоустройстве домашнего очага, а так же затрат на личные нужды каждого из супругов.

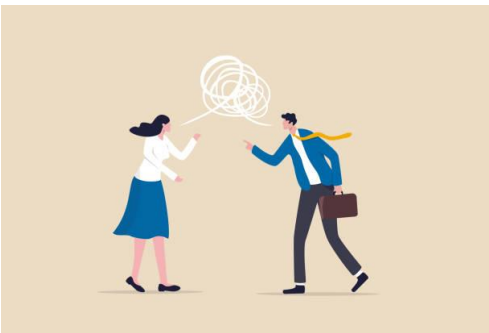
**Конфликты на почве** потребности во взаимопомощи, взаимоподдержке, в кооперации и сотрудничестве, а так же связанные с разделением труда в семье, ведением домашнего хозяйства, уходом за детьми.

**Конфликты на почве** разных потребностей и интересов в проведении отдыха, досуга, различных хобби.

Слово «конфликт» происходит от латинского *conflictus* и в буквальном переводе означает «столкновение». В основе любого конфликта лежит противоречие, которое ведет обычно к конструктивным (положительным), либо деструктивным (отрицательным) последствиям .

Убеждение, что в благополучной семье нет места размолвкам и ссорам, — ошибочно. Практически в каждой семье бывают разногласия по поводу возникновения различных ситуаций. Нередко случается так, что ссоры взрослых происходят в присутствии детей. В случае оскорбления родителями друг друга и выяснения отношений в довольно громких тонах, мамам и папам стоит задуматься о том, как лучше объяснить ребёнку эти негативные моменты, и постараться сгладить детские неприятные впечатления от взрослых разговоров.

### ПРИЧИНЫ КОНФЛИКТОВ В СЕМЬЕ:



- разные взгляды на семейную жизнь;
- неудовлетворенные потребности и пустые ожидания;
- употребление алкоголя одним из супругов;
- неверность;
- неуважительное отношение друг к другу;
- нежелание участвовать в воспитании детей;
- бытовая неустроенность;
- нежелание помогать по дому;
- различия в духовных интересах;
- эгоизм;
- несоответствие темпераментов;
- ревность и т.д.

### **Этапы протекания конфликта**

<b>Этап</b>	<b>Характеристика</b>
Возникновение конфликтной ситуации	Две стороны имеют одну цель и стремятся к ней, но достигнуть ее может только один человек (группа). Какое-то время конфликтность ситуации не осознается сторонами. Потенциальный конфликт - соревнование, конкурс

Этап	Характеристика
Осознание конфликта	<p>Осознание ситуации как конфликта, хотя бы одним из участников.</p> <p>Последствия:</p> <p>переход к конфликтному поведению;</p> <p>стремление предотвратить конфликт, т. е. поиск решения до возникновения конфликта. Оптимален второй путь. Здесь важно, признают ли стороны законность требований друг к другу. В тех случаях, когда правомерные требования и притязания изначально отвергаются, конфликт будет иметь более ярко выраженный характер</p>
Проявление конфликтного поведения	<p>Переход к конфликтному поведению, т. е. к реальным действиям сторон, направленным на то, чтобы прямо или косвенно блокировать достижение противоположной стороной ее целей и активно реализовать собственные. Конфликт обостряется эмоциональным поведением, а эмоции, в свою очередь, стимулируют конфликтное поведение. При этом возможны следующие варианты поведения:</p> <p>открытая борьба, столкновение сторон;</p> <p>отказ от конфликтного взаимодействия, уход из конфликтной ситуации (осознание недостатка своей силы, возможностей, изменение отношения к предмету разногласий, временное отступление для дальнейшего решения конфликта, когда это возможно);</p> <p>компромиссное направление, переговоры (взаимные уступки, уменьшение своих притязаний)</p>
Углубление конфликта	<p>Кризис и разрыв отношений между оппонентами. Эта стадия состоит из направлений:</p> <p>конструктивного — сохраняется возможность совместной деятельности, хотя и в специфических формах, оппонентов еще можно примирить и посадить за стол переговоров;</p> <p>деструктивного — сотрудничество невозможно, конфликтующие стороны теряют самоконтроль, и их необходимо разъединять.</p> <p>В рамках деструктивного направления происходит процесс открытого противоборства (захват и удержание спорного объекта, прямое насилие над оппонентом, создание помех для него и причинение косвенного вреда, оскорбляющие действия). Противоборство заканчивается быстрее при значительном перевесе сил одной из сторон, но может быть затяжным, с чередованием активных и пассивных фаз, наступления и обороны, попеременно с переговорами (поэтому перемирие вовсе не означает завершение конфликта)</p>
Разрешение конфликта	<p>Конфликт может закончиться разрешением противоречий, перемирием или тупиком</p>

С. Кратохвил описывает возможные положительные результаты конфликта:

1. Один из супругов чему-то научился или что-то понял.
2. Напряжение, вызванное жалобами и недовольством, снижается, эмоции высвобождаются, а фрустрация уменьшается.
3. Конфликт привел к большему взаимопониманию и сближению, партнеры стали зависеть друг от друга и ценить друг друга правильно
4. В результате конфликта было найдено решение проблемы, стороны взаимно уступили, проанализировали и обсудили дальнейшие действия.

Превращение конфликта из деструктивного в продуктивный не только разрешает супружеские разногласия и причины, приведшие к ним, но и выводит отношения на новый уровень взаимного доверия, духовной близости и лучшего понимания друг друга. Другими словами, они могут приобрести ценный опыт, который будет необходим для их будущей супружеской жизни.

Таким образом, конфликт - это взаимоотрицательное состояние психики двух или более людей, характеризующееся враждебностью, отчужденностью, негативом в отношениях, вызванных несовместимостью их взглядов, интересов и потребностей. Конфликты классифицируются по степени остроты противоречия, а проблемы - по уровню активности и вовлеченности людей, участвующих в конфликте. Открытые и скрытые конфликты легче разрешить, в то время как конструктивные и деструктивные конфликты разрешить труднее. В отличие от деструктивных конфликтов, конструктивные конфликты должны разрешаться в рамках супружеских отношений. Поэтому действия участников супружеского конфликта должны быть направлены не на предотвращение конфликта, а на изменение его характера, то есть с деструктивного на конструктивный.

## **Конфликты между родителями и детьми**

Конфликт родителей и детей - это сложная ситуация для обеих сторон. Но совсем избегать противоречий не получается, даже в самых благополучных семьях. Разногласия между взрослыми и детьми происходят всегда, и это нормально. Чтобы ссоры не перерастали в сложные отношения нужно уметь разрешать конфликт правильно. Об этом и пойдет речь в нашей статье. Конфликт - это часть нормальной коммуникации между людьми. Поэтому важно научиться не только предотвращать их, но и ссориться так, чтобы в итоге каждый из участников ссоры не был унижен или побежден. Конфликты родителей и детей создают негативную атмосферу в доме, которая может задержаться надолго. Дети учатся коммуницировать на примере взрослых, потому именно им и нужно в первую очередь научиться разрешать конфликты экологично. Конфликты между родителями и детьми происходят в любом возрасте. Почему же возникают недопонимания? Перечислим

основные причин конфликтов между родителями и детьми. Проблема взаимопонимания отцов и детей стара как мир. Из-з этого возникает большинство конфликтов не только с бунтующими подростками, но и с подрастающим поколением. Многие родители пытаются сравнить современных детей с собой в этом возрасте. Часто взрослые не могут принять новые ценности, особенности окружающего мира и прогресс. В результате родители начинают давить авторитетом, а ребёнок пытается отстоять свои интересы. Во-вторых, конфликты между взрослыми, которые в эмоциональной форме решают свои противоречия в присутствии детей. Становясь свидетелями таких ссор, малыш пугается, закрывается в себе или же становятся агрессивным, конфликтным.

**Чрезмерная свобода** Излишняя свобода может стать истиной причиной конфликтов ребёнка с родителями. Конечно, это касается, в основном, подростков, но и среди дошколят есть дети с чрезмерной свободой действий. В результате ребёнок не подчиняется общепринятым правилам, неадекватно реагирует на просьбы родителей, позволяет себе отвратительные поступки. Всё это вызывает негодование родителей, что приводит к конфликтам. Для их разрешения важно понять не следствие в виде плохого поведения, а истинную причину, которая кроется в излишней свободе.

**Чрезмерная опека** По мере взросления ребёнок учится проявлять большую самостоятельность. Но, к сожалению, некоторые родители не поддерживают в этом своего малыша, а, наоборот, ограничивают. Они изо всех сил стараются защитить своё чадо от ошибок и трудностей. В результате малыш окружается чрезмерной заботой, а родитель чётко следит за жизнью ребёнка и всегда знает, что и как для него лучше.

Со временем такая “душная” опека может привести к протесту. Он может выражаться в различной форме - дети начинают делать что-то назло, закрываться в себе, истерить, скандалить и даже уходить из дома.

**Особенности темперамента** Если у ребёнка и родителя разные темпераменты, то возможны конфликты "на ровном месте". Например, холерики выражают свои чувства очень ярко и бурно. Если малыш-холерик не получил новую игрушку в магазине, то это уже повод для истерики. Поэтому взрослым нужно учитывать особенности темперамента, чтобы минимизировать конфликтные ситуации.

**Авторитарный стиль воспитания** В семье, где мнение подрастающего поколения не учитывается, родители не разрешают детям быть инициативными, проявляя гиперконтроль. На этой почве могут возникать противостояния между взрослыми и детьми. Авторитарные родители решают все вопросы за ребёнка, лишая его самостоятельности. В такой семье малыш будет привыкать подавлять свои чувства и эмоции, во всём подчиняться взрослым.

Испытывая постоянное психологическое давление, ребёнок будет чувствовать напряжение и в какой-то момент может сорваться. Малыш станет проявлять агрессию, не слушаться



родителей, кричать по любому поводу. Такими действиями он будет защищаться от слишком строгих взрослых.

**Проблемы с психологическим благополучием** За пределами семьи у всех могут возникать трудности. Например, из-за проблем на работе родители нередко срываются дома на детях.

У ребенка могут появиться трудности в детском саду или школе. А психологическая разрядка может наступать дома в виде конфликтов, ссор, ругани.

**Социальные и бытовые проблемы** Жизненные трудности: болезнь, плохие бытовые условия, нехватка денег - всё это может накладывать отпечаток на отношения родителей и детей. Если у хотя бы одного из родителей есть алкогольная или наркотическая зависимость, то эта ситуация сильно ухудшает взаимоотношения. Тогда всем членам семьи приходится прикладывать большие моральные усилия для нормального общения.

**Пути решения семейных конфликтов родитель-ребёнок** Важно помнить, что конфликты — нормальная часть семейной жизни. Они дают детям возможность освоить важные социальные навыки: например, умение общаться, вести переговоры и решать проблемы. Если же в семье возник конфликт, то это сигнал о наличии сложностей. В этот момент очень важно, чтобы взрослый принял решение разрешить ситуацию благоприятным для всех образом. Есть несколько стратегий, которые родители могут использовать для разрешения конфликтов со своими детьми:

**Устраните пробелы в воспитании** Каждый этап взросления имеет типичные конфликтные ситуации. Прочитайте о них в авторитетных источниках. Имея четкое представление о возрастных особенностях ребенка, вы сможете предотвращать появление истерик, ссор, разногласий. Задумайтесь, возможно вы упустили момент объяснения норм и правил поведения? В таком случае, постарайтесь уделять малышу достаточно внимания, обсуждать поступки. Выберите время, чтобы наверстать упущенное: спокойно рассказать о правилах общения и поведения в вашей семье, обсудить вместе конфликтные ситуации.

**Контролируйте свои эмоции** Прежде чем перейти на повышенный тон во время ссоры, постарайтесь вспомнить, что дети всего лишь копируют поведение близких. Подавайте подрастающему поколению своим поведением пример, как нужно себя вести во время конфликтных ситуаций. Постарайтесь говорить спокойно, рассудительно. Такое поведение может снизить градус накала в отношениях в момент конфликта. Важно, чтобы ребенок знал, что крик - это признак реальной угрозы жизни (на дороге, в лесу и т.д.). Все остальные ссоры в кругу семьи желательно вести спокойным тоном.

**Выслушайте ребенка** Активно слушайте. Уделите ребенку все свое внимание и постарайтесь понять его точку зрения. Давайте ему время высказаться и слушайте. Проявите искреннюю заинтересованность.

**Аргументируйте свою позицию** Конфликт - это, прежде всего, различие интересов. Получается, что осуществить желания обеих сторон не получится. В таком случае приходится

выбирать. Чаще всего взрослые оставляют последнее слово за собой без аргументов, лишь потому что они родители. Постарайтесь донести до ребенка аргументы в пользу вашей позиции. Обязательно просите ребенка высказать его аргументы.

**Найдите компромисс** Взаимовыгодным решением конфликта является компромисс. В таком случае ребенок учиться активно слушать, развивает эмпатию, умение ставить себя на место другого. Только в ходе общения вместе можно найти решение, которое удовлетворит потребности обеих сторон. Чтобы достичь компромисса, в первую очередь нужно оценить ситуацию объективно и ответить на вопрос: возможен ли компромисс? Если желание малыша связано с угрозой его жизни, то компромиссов быть не может. В других ситуациях подумайте, действительно ли важен строгий запрет или же есть возможность найти взаимовыгодный выход из ситуации. Предлагайте несколько вариантов разрешения конфликта (чем больше, тем лучше). Постепенно вы найдете оптимальное решение для вас и ребенка. В результате конфликт исчерпан, в выигрыше все участники.

**Возьмите паузу** Пауза очень полезна во время конфликта. Она дает возможность остыть и не наговорить сгоряча много неприятного друг другу. Скажите: “Я подумаю о твоих словах и вечером обсудим”. Дайте себе и ребенку время успокоиться, побыть в одиночестве и обдумать все хорошенько. Во время паузы можно принять более разумное решение, найти оптимальный выход.

**Обратитесь к специалисту** К сожалению, бывают ситуации, когда отношения в кругу семьи зашли в тупик. Тогда непрекращающиеся конфликты, взаимные обвинения, оскорбления становятся “нормой”. В таких случаях лучше всего прибегнуть к помощи специалистов - психологов, семейных консультантов. Они помогут разобраться в истинных причинах недопониманий между членами семьи



**Неправильные пути решения конфликтов** Родители, руководствуясь благими намерениями, стараются закончить ссору любым способом. Некоторые стратегии разрешения конфликтов не только бесполезны, но чаще даже вредны. Например, если кричать на ребенка во время конфликта, то это поведение его больше напугает и еще больше испортит отношения между ребенком и родителем.

**Ребенок всегда прав** Нередко родители, устав от бесконечных истерик ребенка, стараются сразу уступить ему, чтобы избежать дальнейшего развития ссоры. Дети очень быстро

привыкают к такому исходу конфликта. Постепенно они осознают, что можно не выполнять обещания, добиваться желаемого криком, делать что хочешь.

**Родители всегда правы** Когда родители занимают позицию “Я главный, я всегда прав, потому что я взрослый”, конфликты с детьми не разрешаются положительно для обеих сторон. Выигрывает всегда только один - родитель. Но семья - это не то место, где нужно бороться за власть, особенно с детьми. Взрослые уже когда-то были детьми, а дети еще не знают что значит быть взрослым. Поэтому родителям нужно помнить, что ребенок не может отстаивать свои интересы наравне со взрослыми. Малыш еще только учиться жить в социуме, соблюдать правила, мыслить рационально. Ему свойственно делать ошибки. Родительская диктатура не поможет ребенку научиться разрешать конфликты конструктивно во взрослой жизни.

**Отрицание проблемы** Если притворяться, что всё прекрасно, и игнорировать сложные отношения, то проблема не исчезнет. Можно долго создавать образ “счастливой семьи”, но постепенно внутреннее напряжение будет нарастать. Злость, недоговоренности, гнев и психологический дискомфорт создают препятствия для восстановления отношений.

**Насилие** Физическое или моральное насилие - это наихудший метод завершения конфликтной ситуации. Если родители позволяют себе такое отношение к ребёнку, это свидетельствует об их психологической незрелости.

Такое поведение взрослых усугубляет ситуацию ещё сильнее. Ребёнок начинает подавлять в себе гнев, страдать, замыкаться, становится озлобленным. В любом конфликте родители должны помнить, что дети имеют права на неосознанную ошибку по отношению к ним, а взрослые (по отношению к детям) - нет.

**Профилактика конфликтов родителей и детей** Как избежать ссор? Учитывайте их причины, способы разрешения и используйте наши подсказки для профилактики родительско-детских конфликтов: Повышение педагогической культуры. Здесь помогут беседы с психологами, педагогами, воспитателями и самообразование. Информация о возрастных психологических особенностях детей. Знание возрастных кризисов ребёнка поможет подготовиться к ним и быть более устойчивыми. Проведение совместных мероприятий. Они помогут повысить значимость семьи, научиться слышать друг друга, быть чуткими и внимательными, заботливыми и поддерживающими. Совместный досуг с общими увлечениями и развлечениями. Четкое распределение внутрисемейных обязанностей. Даже в конфликте с малышом родителю важно учитывать индивидуальность ребёнка. Нужно стараться понять его требования, давать больше возможностей для выбора. Вместе жёстких и конкретных “нельзя” попробуйте увеличить количество “можно”. Например, фраза “Можно, но ... “ станет альтернативой стандартному “Нет, нельзя”. Обратите внимание, вы должны придерживаться своих слов и соблюдать обещания, которые дали в ходе ссоры. Так вы показываете ребёнку неизбежность последствий плохого поведения.



**Почему важно научить ребенка грамотно разрешать конфликты?** По мере взросления дети периодически попадают в конфликтные ситуации со сверстниками, взрослыми. Очень важно научить ребенка еще в детстве положительно преодолевать разногласия. Эти навыки пригодятся ему в течение всей жизни. Если малыш не научится уважительным способам разрешения конфликтов, то во взрослой жизни ему будет тяжелее овладеть такими навыками. Последствия могут весьма трагичными - домашнее насилие, преступления. Главное чему нужно научить ребенка, это распознавать эмоции и управлять ими. А также уметь интерпретировать эмоции других людей. Конечно, это не делается легко и быстро. Потребуется время, последовательная работа родителей, терпение и желание подготовить малыша к взрослой жизни.

### **Заключение**

Проблема непонимания в супружеских отношениях, иначе говоря, семейная проблематика, в последние годы занимает в психологической науке весьма заметное место.

Супружеские конфликты возникают из-за неудовлетворения потребностей супругов. Наиболее конфликтными являются кризисные периоды в развитии семьи. Семейные конфликты имеют психотравмирующие последствия: состояние полной семейной неудовлетворенности, «семейная тревога», нервно-психическое напряжение, состояние вины. Специалистами выработаны рекомендации по регулированию супружеских конфликтов.

Сущность психологического консультирования конфликтных семей заключается в выработке специальных рекомендаций по изменению неблагоприятных психологических факторов, затрудняющих функционирование семьи и создающих в ней конфликтные отношения.

Исследования межличностных супружеских отношений убеждают нас в том, что невозможно насильно сделать людей счастливыми, но разработанные специалистами методики психодиагностики супружеских отношений показывают, что можно помочь супружеским парам уцелеть в семье, которой они еще дорожат.

Как сказал однажды классик семейной психотерапии Карл Виттер: «Состоять в браке поистине ужасно. Хуже этого может быть только одно - в браке не состоять».

По моему мнению, супружеские конфликты, так или иначе, встречаются в каждой семье и приводят к разным последствиям. Однако их не стоит бояться. Отнюдь не всегда конфликты между мужем и женой оказываются деструктивными и ведут к разрушению семьи. Зачастую они лишь укрепляют брак и позволяют разрешить возникшие противоречия. Если же конфликт случился, будущим супругам стоит знать, как правильно вести себя в нем и выйти из конфликтной ситуации с меньшими потерями.

## Литература

1. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования/ Под ред. Е. Г. Силаевой. – М.: Издательский центр «Академия», 2004.
  2. Вершинин М.С. Конфликтология. 3. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. , Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. 4. Сатир В. Как строить себя и свою семью. – М.: Педагогика-Пресс, 1992. 5. К. Левин. Разрешение социальных конфликтов. Особенности темперамента, чтобы минимизировать конфликтные ситуации
  - 6 Дружи́нин В.Н. Психология семьи7 Калинина Р.Р. Введение в психологию семейных отношений.
  - 7 <https://iqsha.ru/ilove/post/konflikty-roditelei-i-detei>
  - 8 Эйдемиллер Э., Юстицкас В. Психология семьи и семейная психотерапия. Л., Питер, 2000
  - 9 Карабанова О.А. Психология семейных отношений. М., 2004

---

  - 10 Лекции по психологии. Выготский Л.С
  11. Сысенко В.А. Супружеские конфликты. – М.: Мысль, 1989.
-

