

УДК 159.9

Везирова Фатима Мюршюдовна студентка 5 курса

Филиал ДГУ в городе Кизляр

Научные руководства К,П,Н, Доц. Шарбузова Х.З

UDK 159.9

Vesirova Fatima the Murscudovna 5rd year student

The DSU branch in the city of Kizlyar

Research guidance PhD associate Professor Sharbasova H. A.

«СЕМЕЙНЫЕ КОНФЛИКТЫ И ПУТИ ИХ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ».

Аннотация: Как правило, *напряженная атмосфера в семье* обусловлена не одной, а рядом причин, которые не всегда осознаются супругами, а поэтому совместно не обсуждаются и не устраняются, постепенно накапливаются, приводят к нарастанию разногласий, что в свою очередь усиливает неприязнь друг к другу.

Ключевые слова: конфликт, виды конфликта, семейные отношения.

"Family conflicts and ways to prevent them".

Abstract: as a rule, the tense atmosphere in the family is caused not by one, but by a number of reasons that are not always realized by the spouses, and therefore are not discussed and eliminated together, gradually accumulate, lead to an increase in disagreements, which in turn increases dislike for each other.

Keywords: conflict, types of conflict, family relations.

Конфликтные ситуации, возникающие из-за мелочей, становятся привычными и начинают восприниматься как образ жизни семьи. В таких условиях общие интересы отодвигаются на задний план, от постоянных ссор и бурного выяснения отношений травмируется психика, не замечаются достоинства и преувеличиваются недостатки друг друга, нарастают обиды, возникает ненависть. Причины семейного конфликта проявляются в таких формах как:

- *семейный сценарий*: в большей степени один или оба супруга сами выросли в семьях, где подобный стиль поведения был нормой;

- *личностные особенности членов семьи*, например - характер: жесткость, требовательность, бескомпромиссность, вспыльчивость, стремление доминировать любой ценой, замкнутость одного из супругов, скрытость.

- *низкая самооценка одного из супругов*: желание самоутвердиться за счет партнера, продемонстрировать свою силу (даже через унижение другого) разрушают отношение в паре.

- *несформированные навыки общения*. Такие навыки должны формироваться в родительской семье. В этом случае, члены семьи как бы боятся сказать свое слово, выразить свои переживания, тем самым проявляется боязнь вызвать негодование у близкого человека.

- *неспособность установить эмоционально близкие отношения*. Здесь конфликтные семьи оказались более «молчаливыми», чем «бесконфликтные». В конфликтных семьях супруги практически не говорят «мы», они предпочитают говорить только «я», что свидетельствует о психологической изолированности брачных партнеров, их эмоциональной разобщенности.

- *супруги не умеют проявлять свои чувства и переживания*. В нашем обществе на этот счет сложились определенные стереотипы. Для женщин обычно допускается открытое выражение своих чувств и эмоций, что нельзя сказать о мужчинах. Так же важно найти правильную форму выражения своих негативных эмоций и конечно можно хлопнуть дверью, разбить тарелку, закричать - это будет прямое выражение своих переживаний. Но пользы от таких чувств не получит не один из членов семьи.

Предупреждение семейных конфликтов зависит от всех членов семьи и, прежде всего от супругов. При этом следует иметь в виду, что некоторые мелкие семейные ссоры могут иметь позитивную направленность, помогая прийти к согласию по спорным вопросам и предотвратить более крупный конфликт. Но в большинстве случаев семейных конфликтов допускать не следует.

Среди путей предупреждения семейных конфликтов назовем общие, которые вытекают из социально-психологических закономерностей развития семьи. Такими путями являются:

- формирование психолого-педагогической культуры, знаний основ семейных отношений (в первую очередь это касается супругов);
- воспитание детей с учетом их индивидуально-психологических и возрастных особенностей, а также эмоциональных состояний;
- организация семьи на полноправных началах, формирование семейных традиций, развитие взаимопомощи, взаимной ответственности, доверия и уважения;
- формирование культуры общения.

Список литературы.

1. Анцупов А.Я., Шипилов А.И./ Конфликтология.// М.:ЮНИТИ,- 2004.
2. Дружинин В.Н. /Психология семьи// - М.:КСП, 3 изд.- 2008.
4. Емельянов С.М. /Практикум по конфликтологии. 3-е изд.,// перераб. и доп.- СПб.,2009.