

КОНФЛИКТЫ В СЕМЬЕ. ИЩЕМ ПУТИ РЕШЕНИЯ



Педагог-психолог Лазаревич Е.Ю.

РАССМОТРИМ ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ: СЕМЬЯ, КОНФЛИКТ, СЕМЕЙНЫЙ КОНФЛИКТ

- Семья - это основанное на браке или кровном родстве объединение людей, связанных общностью быта, взаимной моральной ответственностью и взаимопомощью.
- Конфликт - это столкновения, серьезные разногласия, во время которых человека обуревают неприятные чувства или переживания.
- Семейный конфликт – это противоборство между членами семьи на основе столкновения противоположно направленных мотивов и/или взглядов.



ОСОБЕННОСТИ СЕМЕЙНЫХ КОНФЛИКТОВ:

- уникальны по своему предмету. Важнейшей особенностью семейных отношений является то, что их основное содержание составляют как межличностные отношения (любовь, кровное родство), так и правовые и нравственные обязательства, связанные с реализацией функций семьи.
- отличаются повышенной эмоциональностью, скоростью протекания каждого из этапов развития конфликта.
- участники семейных конфликтов часто не являются противоборствующими сторонами, скорее они жертвы собственных неосознаваемых личностных особенностей и неправильного видения ситуации.



СЕМЕЙНЫЕ КОНФЛИКТЫ МОГУТ ИМЕТЬ ТЯЖЕЛЫЕ СОЦИАЛЬНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ.

НЕРЕДКО ОНИ ЗАКАНЧИВАЮТСЯ ТРАГИЧЕСКИ.

ОЧЕНЬ ЧАСТО ПРИВОДЯТ К РАЗЛИЧНЫМ ЗАБОЛЕВАНИЯМ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ.

ОСОБЕННО ТЯЖЕЛЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ СЕМЕЙНЫЕ КОНФЛИКТЫ ИМЕЮТ ДЛЯ ДЕТЕЙ.



ПОСЛЕДСТВИЯ СЕМЕЙНЫХ КОНФЛИКТОВ РОДИТЕЛЕЙ ВО ВЗРОСЛОЙ ЖИЗНИ РЕБЕНКА:

- Дети из конфликтных семей выходят с глубокими внутриличностными конфликтами. Впоследствии это может привести к развитию невроза и депрессии в случае каких-либо стрессовых ситуаций.
- Формируются определенные черты характера: неуверенность в себе, замкнутость и нелюдимость, безразличие, агрессивность.
- Формируется сценарий поведения в межличностном взаимодействии. Это проявляется в созданных семьях и на их собственных детях, потому что семья, в которой вырос ребенок, закладывает образец его будущей семьи.
- Формируется определенный образ мышления: негативный, с высокой критичностью. Картина мира негативная.



ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ СЕМЕЙНЫХ КОНФЛИКТОВ:

- ограничение свободы, активности действий, самовыражения членов семьи;
- отклоняющееся поведение одного или нескольких членов семьи (алкоголизм, наркомания и т. д.);
- наличие противоположных интересов, устремлений;
- авторитарный, жесткий тип взаимоотношений, сложившихся в семье в целом;
- наличие трудноразрешимых материальных проблем;
- авторитарное вмешательство родственников в супружеские отношения;
- по данным социологов конфликты между супругами по поводу детей по частоте стоят на первом месте.



КОНФЛИКТЫ ДЕЛЯТСЯ ПО СТЕПЕНИ ОПАСНОСТИ ДЛЯ СЕМЬИ:

- *неопасные* - возникают при наличии объективных трудностей, усталости, раздражительности, состояния «нервного срыва»; внезапно начавшись, конфликт может быстро завершиться.
- *опасные* - разногласия возникают из за того, что один из супругов должен, по мнению другого, изменить линию поведения, то есть ставится проблема, которая требует разрешения дилеммы: уступать или нет.
- *особо опасные* - приводят к разводам, распаду семьи.



КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ВОЗНИКНОВЕНИЕ КОНФЛИКТОВ?



«Лучшая война – та, которой удалось избежать»

Конфуций



СПОСОБЫ НЕ ДОПУСКАТЬ КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЙ В СЕМЬЕ:

- ✓ постоянно демонстрируйте взаимное уважение и внимание друг к другу, не навязывайте свои требования;
- ✓ оставляйте плохое настроение и неприятности за порогом дома, а приходя домой, приносите с собой атмосферу приподнятости, радости и оптимизма;
- ✓ не акцентируйте внимание на ошибках и просчетах членов своей семьи – ведь вы тоже ошибаетесь;
- ✓ не упрекайте прошлым вообще и прошлыми ошибками в частности;
- ✓ если вы чувствуете, что нарастает психическое напряжение, шуткой или любым отвлекающим приемом снимите или приостановите это, отвлекитесь на другие безопасные темы;



СПОСОБЫ НЕ ДОПУСКАТЬ КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЙ В СЕМЬЕ:

- ✓ не терзайте себя и своего супруга (супругу) подозрениями в неверности и измене, сдерживайте себя в проявлениях ревности. Помните, что до того, как может возникнуть серьезный конфликт, всегда есть возможность спокойно обсудить ситуацию - возможно, возникшие подозрения беспочвенны;
- ✓ в каждой тревожной и печальной ситуации попытайтесь уловить юмористические нотки, посмотрите на себя со стороны; поощряйте юмор и шутки в вашей семье;
- ✓ найдите цену мелочам. Небольшие, но частые знаки внимания иногда более ценны и значимы, чем дорогие подарки.



ЕСЛИ ПРОБЛЕМА ВОЗНИКЛА, ВАЖНО ПРИЗНАТЬ, ЧТО В СЕМЬЕ ЕСТЬ КОНФЛИКТ - ЭТО ПЕРВЫЙ ШАГ К РЕШЕНИЮ ПРОБЛЕМЫ.

- Обсудите с членами семьи возможные способы разрешения конфликта и выберете оптимальный. Если не получается самостоятельно разрешить конфликт, то лучшее решение - обратиться к семейному психологу.
- Надо взять себя в руки. Лучше просто перевести разговор на другую тему или перенести разговор на другое время. Возможно, причина конфликта уже станет неактуальной, и он будет исчерпан.
- Для улаживания конфликта необходимо, чтобы все участники признали, что каждый из них ценен сам по себе как личность, что в позициях оппонента могут быть свои достоинства, что каждого волнуют свои (иногда одинаковые) проблемы и что у каждого из них где-то глубоко внутри скрыто одно желание: уладить конфликт и сохранить взаимоотношения.



Благодарим за внимание!

