

Супружеские конфликты

{



Конфликтными супружескими союзами называют такие, в которых между супругами имеются постоянные ссоры, где их интересы, потребности, намерения и желания приходят в столкновение, порождая особо сильные и продолжительные эмоциональные состояния.

Причины супружеских конфликтов (Сысенко)

1. конфликты на почве несправедливого распределения труда (разные понятия прав и обязанностей);
2. конфликты на почве неудовлетворения каких-либо потребностей;
3. ссоры из-за недостатков в воспитании.



Причин семейных конфликтов (А. Харчева и В. Мацковского)



- неподготовленность молодых людей к резкому изменению образа жизни;
- сложность отношений между поколениями;
- гедонистическое отношение к браку (когда от него ждут одних только приятных неожиданностей);
- отсутствие подготовки к выполнению всего комплекта функций, необходимых в семье.

Классификация конфликтов на почве неудовлетворённых потребностей супругов

1. Конфликты, размолвки, возникающие на основе неудовлетворённой потребности в ценности и значимости своего «я», нарушение чувства достоинства со стороны другого партнёра, его пренебрежительное, неуважительное отношение.
2. Конфликты, размолвки, психические напряжения на базе неудовлетворённых сексуальных потребностей одного или обоих супругов.
3. Психические напряжения, депрессии, конфликты, ссоры из-за неудовлетворённой потребности одного или обоих супругов в положительных эмоциях: отсутствие ласки, заботы, внимания, понимания юмора, подарков.
4. Конфликты, ссоры, связанные с пристрастием одного из супругов к спиртным напиткам, азартным играм и другим гипертрофированным потребностям, приводящим к неэкономным и неэффективным, а порой и бесполезным затратам средств семьи.
5. Финансовые разногласия, возникающие на основе преувеличенных потребностей одного из супругов в распределении бюджета, содержания семьи, вклада каждого из партнёров в материальное обеспечение семьи.
6. Конфликты, ссоры, размолвки из-за неудовлетворения потребностей супругов в питании, одежде, в устройстве домашнего очага и т.д.
7. Конфликты в связи с потребностью во взаимопомощи, взаимоподдержке, в сотрудничестве по вопросам разделения труда в семье, ведения домашнего хозяйства, ухода за детьми.
8. Конфликты, размолвки, ссоры на почве разных потребностей и интересов в проведении отдыха и досуга, различных хобби.

Модели поведения супругов в межличностных внутрисемейных конфликтах

Первая — стремление мужа и жены самоутвердиться в семье, например в роли главы. Нередко здесь отрицательную роль играют «добрые» советы родителей. Стремление к самоутверждению обычно охватывает все сферы взаимоотношений и мешает трезво оценивать происходящее в семье. Любое высказывание, просьба, поручение воспринимаются как посягательство на свободу, личностную автономию. Чтобы уйти от этой модели, целесообразно разграничить сферы руководства различными участками жизни в семье и осуществлять его коллегиально, при разумном единоначалии.



Вторая — сосредоточенность супругов на своих делах. Типичен «шлейф» прежнего образа жизни, привычек, друзей, нежелание поступиться чем-либо из своей прошлой жизни для успешной реализации новой социальной роли. Начинает формироваться непонимание того, что организация семьи неизбежно предполагает совершенно новый социально-психологический уклад



Третья — дидактическая. Один из супругов постоянно поучает другого: как надо себя вести, как надо жить и пр. Поучения охватывают практически все сферы совместной жизни, блокируют любые попытки самостоятельности, сея раздражение, эмоциональную напряжённость, чувство неполноценности. Эта модель общения ведёт к нарушению сотрудничества в семье, утверждает систему общения «по вертикали». Нередко позиция поучаемого нравится одному из супругов, и он незаметно начинает играть роль взрослого ребёнка, а в поведении другого постепенно укрепляются материнские или отцовские нотки.



Четвертая — «готовность к бою». Супруги постоянно находятся в состоянии напряжённости, связанной с необходимостью отражать психологические атаки: в сознании каждого укрепилась неизбежность ссор, внутрисемейное поведение строится как борьба за победу в конфликте. Супруги порой весьма хорошо осознают ситуацию, фразы, формы поведения, которые вызывают конфликт. И тем не менее — ссорятся.



Пятая — «папенькина дочка», «маменькин сынок». В процесс установления взаимоотношений, в их выяснение постоянно вовлекаются родители, которые служат своеобразным камертоном. Опасность состоит в том, что молодые супруги ограничивают личный опыт построения взаимоотношений, не проявляют самостоятельности в общении, а руководствуются лишь общими соображениями и рекомендациями своих родителей, которые при всей их доброжелательности, все-таки весьма субъективны и порой далеки от психологических реалий взаимоотношений молодых людей



Шестая — озабоченность. В общении между супругами, в стиле, укладе семейных взаимоотношений постоянно присутствует в качестве некоторой доминанты состояние озабоченности, напряжённости, это ведёт к дефициту позитивных переживаний.

Если один из супругов находится в плохом настроении, другой должен помочь ему избавиться от угнетённого психического состояния. В каждой тревожной и печальной ситуации нужно попытаться уловить юмористические нотки, посмотреть на себя со стороны; в доме следует культивировать юмор и шутки.



Основных принципы совместной супружеской жизни



- Реально смотреть на противоречия, возникающие до брака и после его заключения.
- Не строить иллюзий, чтобы не разочароваться, так как настоящее вряд ли будет отвечать тем нормам и критериям, которые были заранее спланированы.
- Не избегать трудностей.
- Познавать психологию партнёра.
- Знать цену мелочам
- Быть терпимым, уметь забывать обиды.



- Уметь понимать и предугадывать желания и потребности партнёра.
- Не навязывать свои требования, оберегать достоинство партнёра.
- Понимать пользу временной разлуки.
- Следить за собой.
- Иметь чувство меры. Умение спокойно и доброжелательно воспринимать критику.
- Осознавать причины и последствия неверности.
- Не впадать в отчаяние.

Спасибо за внимание!!!