

Супружеские конфликты



*Выполнила:
студентка группы
13301.50
Маслова А.А.*

Супружеский конфликт.

Супружеские конфликты относятся к семейным конфликтам.

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

Основные причины супружеских конфликтов (по В.А. Сысенко).

**Психосексуальная
несовместимость супругов**

**Неудовлетворение потребности во
взаимопомощи и
взаимопонимании по вопросам
ведения домашнего хозяйства,
воспитания детей и т.д.**

**Неудовлетворение потребности в
значимости своего «я», неуважение
чувства достоинства со стороны
другого партнера**

**Пристрастие одного из супругов к
чрезмерному удовлетворению
своих потребности (алкоголь,
финансовые расходы и т.д.)**

**Неудовлетворение в
положительных эмоциях,
отсутствие понимания**

**Различия в потребностях по
проведению досуга, увлечениях**

Основные причины супружеских конфликтов (по Хоффману).

- Различные представления о браке и содержании супружеских ролей;
- Различные жизненные позиции;
- Способ решения конфликта между супругами: установка на «победу над другим» или на «решение проблемы»;
- Отношение к конфликтным ситуациям;
- Ревность – сомнение в верности и любви;
- Сексуальная неудовлетворенность;
- Характер коммуникации: открытый или закрытый;
- Отсутствие умения сорадоваться.

Факторы, влияющие на конфликтность супружеских отношений (С. Кратохвил).

Кризисные периоды в развитии семьи (факторы):

- Первый год супружеской жизни:

*конфликты адаптации друг к другу, когда два «Я» становятся «Мы»;

*эволюция чувств, влюбленность исчезает, и супруги предстают друг перед другом такими, какие



Факторы, влияющие на конфликтность супружеских отношений (С. Кратохвил).

• **Второй кризисный период:**

* **появление детей;**

* **появление новых задач, новых обязанностей, новой структуры взаимодействия, в связи с появлением детей.**



Факторы, влияющие на конфликтность супружеских отношений (С. Кратохвил).

• Третий кризисный период:

*период совпадает со средним супружеским возрастом, который характеризуется конфликтами однообразия;

*в результате многократного повторения впечатлений у супругов наступает насыщение друг другом



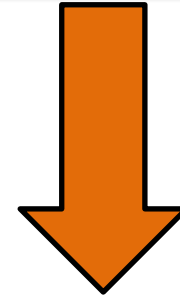
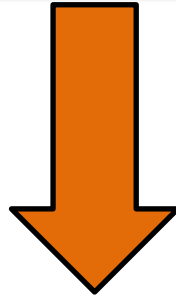
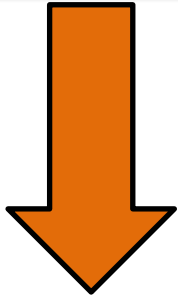
Факторы, влияющие на конфликтность супружеских отношений (С. Крамохвил).

• **Четвертый кризисный период:**

*наступает после 18-24 лет совместной, совпадает с возникновением чувства одиночества, связанного с уходом детей, усиливающейся эмоциональной зависимостью жены, ее переживаниями по поводу возможного стремления мужа сексуально проявить себя на стороне.



Типы супружеских конфликтов.



Неопасные

Опасные

Особо
опасные

Типы супружеских конфликтов.

1. Неопасные – возникают при наличии объективных трудностей, усталости, раздражительности; внезапно начавшись, конфликт может быстро завершиться. Про такие конфликты говорят: «К утру все пройдет»;

2. Опасные – разногласия возникают из-за того, что один из супругов должен, по мнению другого, изменить линию поведения, к примеру, отказаться от каких-то привычек, пересмотреть жизненные ориентиры и т.п., то есть ставится проблема, которая требует разрешения дилеммы: уступать или нет;

3. Особо опасные – приводят к разводам.

Типичные модели поведения супругов в межличностных внутрисемейных конфликтах (В.А. Кан-Калик, 1995).

1. Стремление мужа и жены самоутвердиться в семье, например в роли главы.

Это стремление обычно охватывает все сферы взаимоотношений и мешает трезво оценивать происходящее в семье. Любое высказывание, поручение воспринимаются как посягательство на свободу. Чтобы уйти от этой модели, целесообразно разграничить сферы руководства различными участками жизни в семье и осуществлять его коллегиально, при разумном единоначалии



Типичные модели поведения супругов в межличностных внутрисемейных конфликтах (В.А. Кан-Калик, 1995).

2. Сосредоточенность супругов на своих делах.

Начинает формироваться непонимание того, что организация семьи неизбежно предполагает совершенно новый социально-психологический уклад. Люди не всегда готовы перестроить себя в нужном направлении. Как только взаимоотношения начинают развиваться в такой форме, неизбежно следует конфликт. Здесь важно учитывать адаптационный фактор: поэтапное включение супруга в совместную деятельность постепенно приучает его к новой модели поведения.



Типичные модели поведения супругов в межличностных внутрисемейных конфликтах (В.А. Кан-Калик, 1995).

3. 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. Эта модель ведет к нарушению сотрудничества в семье, утверждает систему общения «по вертикали». Нередко позиция поучаемого нравится одному из супругов, и он незаметно начинает играть роль взрослого ребенка, а в поведении другого постепенно укрепляются материнские или отцовские нотки.



Типичные модели поведения супругов в межличностных внутрисемейных конфликтах (В.А. Кан-Калик, 1995).

4. «ГОТОВНОСТЬ К БОЮ».

Супруги постоянно находятся в состоянии напряженности, связанной с необходимостью отражать психологические атаки: в сознании каждого укрепилась неизбежность ссор. Супруги порой весьма хорошо осознают ситуацию, формы поведения, которые вызывают конфликт. И



Типичные модели поведения супругов в межличностных внутрисемейных конфликтах (В.А. Кан-Калик, 1995).

5. «Папенькина дочка», «маменькин сынок».

В процесс установления взаимоотношений постоянно вовлекаются родители. Опасность состоит в том, что молодые супруги ограничивают личный опыт построения взаимоотношений, не проявляют самостоятельности в общении. Механическое вторжение в эту деликатную сферу взаимоотношений, к которому иногда склонны родители супругов, чревато опасными



Типичные модели поведения супругов в межличностных внутрисемейных конфликтах (В.А. Кан-Калик, 1995).

6. Озабоченность.

В общении между супругами, в стиле, укладе семейных взаимоотношений постоянно присутствует в качестве некоторой доминанты состояние озабоченности, напряженности, это ведет к дефициту позитивных переживаний.



Психотравмирующие последствия супружеских конфликтов.

1. Состояние полной семейной неудовлетворенности;
2. Семейная тревога;
3. Нервно-психическое напряжение:
 - Создание для супруга ситуаций постоянного психологического давления, трудного или даже безвыходного положения;
 - Создание для супруга препятствий для проявления важных для него чувств, удовлетворения потребностей;
 - Создание ситуации постоянного внутреннего конфликта у супруга.
4. Чувство вины.

Разрешение конфликта (по Козыреву Г.И.).

Разрешение конфликта надо начинать с установления истинных причин его возникновения. Для этого необходимо отделить эмоции от истинных причин конфликта (если конфликт не носит чисто эмоционального характера).

Решение эмоциональных конфликтов является одной из самых сложных проблем в конфликтологии. Сами супруги решить такие конфликты, как правило, не в состоянии. Поэтому в их решении велика роль посредников (родственников, друзей, знакомых, а порой и незнакомых людей, а также психологов и сексологов).



Способы для решения неэмоциональных супружеских конфликтов (по Козыреву Г.И.).

1. В любом конфликте надо стремиться соблюдать личное достоинство и уважительное отношение к оппоненту.
2. В конфликте важно понять противоположную сторону, войти в «роль» оппонента и посмотреть на себя его глазами.
3. Каждый из супругов выполняет одновременно несколько ролей, порой трудно совместимых. Если возникают конфликты по причине несовместимости этих ролей, то оба супруга должны определить приоритеты ролей (ребенок или работа, карьера или семья и т. д.).
4. Четкое распределение обязанностей супругов.
5. В случае конфликта, возникшего по поводу вопроса о том, кто глава семьи, есть несколько вариантов решения: а) договориться о совместном принятии решений по важнейшим вопросам семейной жизни; б) не акцентировать внимания на этом вопросе и лидер определится естественным путем; в) распределить сферы доминирования.
6. Не переносить свои внутренние конфликты на семью, но стремиться выслушать друг друга.
7. Не переносить служебные (производственные) отношения на супружеские.
8. Не акцентировать внимания на недостатках, просчетах и ошибках партнера по браку, стараться помнить о достоинствах.
9. «Не терзать ни себя, ни партнера подозрениями в неверности и измене, сдерживать себя в ревности, приглушать возникшее чувство подозрительности».
10. В конфликтных ситуациях стремиться к взаимному компромиссу и согласию.
11. Всегда помнить, что нежность, ласка, внимательное отношение, соучастие, доброе слово, шутка, юмор и т.п. могут уладить немало конфликтных ситуаций.

Список литературы.

- Анцупов А.Я., Баклановский С.В. Конфликтология в схемах и комментариях. - СПб.: Питер, 2009. - 304 с.
- Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология. – М.: Юнити, 2000.
- Кан-Калик В.А. Грамматика общения. — М., 1995.
- Козырев Г.И. Введение в конфликтологию. — М., 2001.
- Сысенко В.А. Супружеские конфликты. — М., 1983.