

## **ИССЛЕДОВАНИЕ ПРИЧИН КОНФЛИКТОВ МЕЖДУ СУПРУГАМИ И СПОСОБЫ ИХ РАЗРЕШЕНИЯ**

**Морозова Анна (УО МГПУ им. И.П. Шамякина, г. Мозырь)**

**Научный руководитель – Е. П. Дыгун, старший преподаватель**

Взаимоотношения в семьях всегда были сложными и противоречивыми. Большое количество разводов в настоящее время свидетельствует, что данная проблема становится еще актуальнее. Поэтому исследование причин конфликтов между супругами и способов их разрешения видится важным и своевременным.

Есть разные определения конфликтов. Так в одном из психологических словарей конфликт рассматривается как «столкновение противоположно направленных, несовместимых друг с другом тенденций в сознании отдельно взятого индивида, в межличностных взаимодействиях или межличностных отношениях индивидов или групп людей, связанное с острыми отрицательными эмоциональными переживаниями» [1, с. 174]. Н.В. Гришина определяет конфликт как биполярное явление – противостояние двух начал, проявляющее себя в активности сторон, направленной на преодоление противоречия, причем стороны конфликта представлены активным субъектом (субъектами) [2].

В работе российских ученых Владимира Сперанского и Феликса Шаркова конфликт определяется как процесс развития и разрешения противоречивости целей, состояний, отношений и действий людей, общностей, детерминируемый объективными и субъективными причинами [3]. Они же дают определение семейного конфликта как «разногласия между членами семьи, возникающие на основе противоположных мотивов и целей, не совместимых в конкретной ситуации».

В основе конфликтов выделяются разные причины. Например, материальные проблемы – нехватка денег, существенная разница в доходах, завышенные материальные амбиции и невозможность их удовлетворения. Также на появление бытовых конфликтов влияют жилищные трудности – отсутствие жилья, постоянные переезды, проживание с родителями жены/мужа, невыполнение своих обязанностей по дому. Весьма сложной темой является процесс воспитания детей – разные стили и методы воспитания могут стать основой для конфликтного взаимодействия. Частой причиной конфликтов выступают вредные привычки – алкоголизм, наркомания и другие, не позволяющие вести нормальный образ жизни, а также нежелание менять себя.

Главной целью нашего исследования является анализ причин конфликтов между супругами и рекомендации по их устранению.

Проведенное нами исследование семейных отношений с помощью тест-опросника А. А. Карелина показало, что из всех опрошенных супругов у 13,3 % есть боязнь выразить свои мысли и эмоции или же они считают это бессмысленно. Преобладающая часть (86,7 %) принявших в исследовании испытуемых проявили высокую готовность обсуждать имеющиеся проблемы, выслушивать и делиться чем-то значимым со своим партнером.

По мнению участников опроса, самым оптимальным способом решения конфликтов является открытое обсуждение существующей проблемы. Также отмечалось важность умения слушать человека, который выражает свое мнение, проявление эмпатии при выражении эмоций и искренней заинтересованности в поиске решения проблемы.

На наш взгляд, конструктивному разрешению конфликтов между супругами способствуют взаимное уважение; стремление к компромиссу; проявление толерантности; умение прощать ошибки своего спутника; отсутствие взаимных обвинений, прямой критики, неодобрения; здоровая самоирония партнеров; развитие и укрепления взаимного доверия; осознанный взгляд на разные точки зрения; умение находить и ценить общность позиций и переживаний.

Таким образом, взаимоотношения между супругами не могут быть непротиворечивыми. Но чтобы различия не стали основой для деструктивных конфликтов, партнерам важно искать ключи к решению возникших противоречий в открытом диалоге, проявляя уважение к потребностям друг друга и готовность к изменению своих привычек и установок.

#### Список использованной литературы

1. Психология. Словарь / Составитель Л. А. Карпенко ; под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Политиздат, 1990.– 494 с.
2. Гришина, Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. – СПб. : Питер, 2008. – 544 с.
3. Общая конфликтология : учеб. для бакалавров / Ф. И. Шарков, В. И. Сперанский ; под общ. ред. Ф. И. Шаркова. – М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К<sup>о</sup>», 2015. – 240 с.