**Тема. Подружні конфлікти.** План

1. Розуміння суті конфлікту. 2. Класифікація конфліктів. 3. Причини конфліктів.

4. Чотири типи ригідної, неаутентичної поведінки у спілкуванні, які потребують корекції.

5.Стадії розвитку конфлікту та стратегії поведінки.

***Методичні поради***

Сьогодні в літературі з конфліктології існують різні визначення конфлікту (близько 100 дефініцій). Конфлікт – це якість взаємодії між людьми (або елементами внутрішньої структури особистості), що виражається в протиборстві сторін заради досягнення своїх інтересів та цілей9 . Конфлікт – це зіткнення протилежно спрямованих цілей, інтересів, позицій, думок, поглядів опонентів або суб’єктів взаємодії. Конфлікт (з лат. conflictus – зіткнення) – це особливий вид взаємодії, в основі якого лежать протилежні і несумісні цілі, інтереси, типи поведінки людей та соціальних груп, які супроводжуються негативними психологічними проявами. Конфлікт – це зіткнення протилежно спрямованих, несумісних одна з одною тенденцій (потреб, інтересів, ціннісних орієнтацій, соціальних установок, планів тощо) у свідомості окремо взятого індивіда, в міжособистісних взаємодіях та міжособистісних стосунках індивідів чи груп людей. Спільне в цих визначеннях – протиставлення цінностей та норм, інтересів та потреб.

У ході вивчення першого питання теми насамперед необхідно сформувати уявлення про те, що у психології під *конфліктом* розуміється зіткнення протилежно спрямованих інтересів, цілей, позицій, думок, поглядів суб'єктів взаємодії чи опонентів.

Фахівець у галузі міжособистісних взаємин В. В. Москаленко стверджує, що соціально - психологічний конфлікт - це особливий вид міжособистісної взаємодії, в основі якого лежить об'єктивна суперечність цілей, інтересів і думок учасників. На психологічному рівні ця суперечність виявляється у сильних негативних переживаннях учасників щодо ситуації, опонента, самих себе. Як справедливо зазначають дослідники, сутністю *подружнього конфлікту* є зіткнення суперечливих позицій членів сім'ї. Неблагополучні сімейні пари характеризуються тим, що між партнерами існують постійні сфери, де їхні інтереси, потреби, наміри стикаються, породжуючи тривалі і сильні негативні емоційні переживання.

За значенням для групи і організації конфлікти поділяються на конструктивні (творчі, позитивні) і деструктивні (руйнівні, негативні). Перші приносять користь справі, другі — шкоду. За характером причин конфліктів їх класифікують на об’єктивні та суб’єктивні. Перші утворюються від об’єктивних причин, другі — від суб’єктивних, особистісних. Об’єктивний конфлікт, як правило, вирішується конструктивно. Суб’єктивний конфлікт – деструктивно. Міжгрупові конфлікти припускають, що сторонами конфлікту є соціальні групи, які переслідують несумісні цілі та своїми практичними діями перешкоджають одна одній. Це може бути конфлікт між представниками різних соціальних категорій (наприклад, в організації: робітники і керівництво, лінійний і офісний персонал, профспілка і адміністрація тощо). Внутрішньогруповий конфлікт включає, як правило, саморегуляційні механізми. Якщо групова саморегуляція не спрацьовує, а конфлікт розвивається повільно, то конфліктність у групі стає нормою відносин. Міжособистісний конфлікт — це найпоширеніший конфлікт. Виникнення міжособистісних конфліктів визначається ситуацією, особистісними особливостями людей, ставленням особистості до ситуації і психологічними особливостями міжособистісних відносин. Внутрішньоособистісний конфлікт — це, як правило, конфлікт мотивації, почуттів, потреб, інтересів і поведінки у однієї людини.

На думку В. А. Сисенко, причини всіх подружніх конфліктів можна об'єднати у три великі групи:

1. *Конфлікти на основі несправедливого розподілу праці.* Головним у розподілі сімейних обов'язків є саме їх узгодженість, внаслідок чого і традиційна, і егалітарна модель сім'ї можуть бути досить прийнятними для сімейного благо получчя, якщо вони задовольняють обох партнерів. Якщо ж члени сім'ї по - своєму розуміють свої ролі і пред'являють один одному неузгодженні очікування і вимоги, сім'я, насамперед, є конфліктною.

2. *Конфлікти на основі незадоволеності певних потреб.* Кожен партнер хоче задовольнити власні потреби у шлюбі. Водночас, партнери досить часто не знають справжніх потреб один одного, тому не задовольняють їх.

3. *Суперечки через недоліки у вихованні.* Багато конфліктів у молодих сім'ях виникають через розбіжності у правилах сімейної поведінки, які партнери винесли із своїх батьківських сімей.

Відомий фахівець у галузі сімейної психотерапії В. Сатір описує чотири типи ригідної, неаутентичної поведінки у спілкуванні, що, на її думку, потребує корекції у процесі надання психотерапевтичної допомоги:

1. *Каральне спілкування:* переважають нагадування, критика, відмова, звинувачення.

2. *Підпорядковане спілкування:* превалюють вираження згоди, вибачення і виправдання, прагнення до збереження спокою будь - якою ціною.

3. *«Холодне» спілкування:* раціональне, ділове, коректне спілкування, в якому відсутні емоційні прояви.

4. *Безпредметне спілкування:* увага відволікається від початкового предмета розмови, що робить неможливим вирішення проблеми.

**Стадії розвитку конфлікту** І. Передконфліктна ситуація (передумови, приховані конфлікти, непорозуміння). ІІ. Інцидент (привід, перша сутичка). ІІІ. Ескалація конфлікту (загострення стосунків, протидія). ІV. Кульмінація (максимум протистояння, вибух). V. Згасання, завершення конфлікту (втрата інтересу до протистояння, вирішення ситуації, досягнення домовленостей, порозуміння). VІ. Постконфліктна ситуація (наслідки).

**Стратегії поведінки**, які обирають учасники конфлікту, відрізняються залежно від їхньої орієнтації на досягнення власних цілей та/або орієнтації на цілі партнера. Існує п’ять основних стилів вирішення конфлікту. В основі їх лежить система, що називається методом Томаса-Кілмена (метод розроблено Кеннетом У. Томасом та Ральфом Х. Кілменом у 1972 році). Розглянемо їх: [1] Конкуренція: одна сторона домінує, інша втрачає. [2] Пристосування: домінує інша сторона. [3] Ухиляння: обидві сторони відмовляються від своїх цілей (на певний час). [4] Компроміс: обидві сторони від чогось відмовляються, а щось здобувають. [5] Співпраця/Співробітнитво: ситуація визначається по-новому; обидві сторони здобувають більше, ніж втрачають.

Основні поняття: конфлікт, спілкування.

**Питання для самоконтролю** 1. Що таке «конфлікт»?

2. Які підходи до поняття конфлікт існують у психології вам відомі; в чому їх сутність ?

3. Що може відбуватися в сім’ї у випадку нерівномірного розподілу ролей? 4. Що може трапитися в сім’ї у випадку, коли виконувані ролі протиріччять

одна одній?

5. У чому полягають причини конфліктів?

6. Поясніть, чому саме ригідна поведіка є причиною конфліктів у шлюбі? *7.* Розкрийте сутність *к*онфліктів на основі несправедливого розподілу

праці.

8. Охарактеризуйте сутність *к*онфліктів на основі незадоволеності певних потреб у шлюбі.

9. Охарактеризуйте сутність конфліктів у молодих сім'ях виникають через розбіжності у правилах сімейної поведінки.

10.Який, на вашу, думку найпоширеніший стиль виходу з конфлікту? Чому?

11. Який стиль враховує інтереси обох сторін?

12. Чому при вирішенні конфліктів мирним шляхом важливо враховувати інтереси обох сторін?

**Форма фіксації результатів самостійної роботи:**

Дайте короткі письмові відповіді на найбільш важливі питання теми у зошиті.

**Індивідуальне науково-практичне завдання:**

Підготуйте кросворд «Подружні конфлікти»

 **Рекомендована література**

1.Психологія сім'ї : навч. посіб. рек. МОНУ / за заг. ред.В.М.Поліщука. Суми : Університетська книга, 2023. 281 с.

2.Седих К.Психологія сім'ї. Київ. ВЦ «Академія». Навч. поcіб. 3-тє видання, стереотипне. 2021. 190 с.

3. Яцина О. Ф. Основи психотерапії : практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с

4. Федоренко Р. П. Психологія сім’ї : навч. посіб. / Волинський національний університет імені Лесі Українки. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 480 с.

5. Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів] Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.

6. Фальова, О., Колчигіна, А., & Білоцерківська, Ю. Психологічні захисти жінок із різним станом сімейного функціонування і сімейної взаємодії. *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*, (50), 2020. С. 211–235. URL://doi.org/10.32626/2227-6246.2020-50.211-235