

Квасневская Ирина Николаевна

Магистрант

Направление: Психология

Магистерская программа: Общая психология и история психологии

**Основные причины возникновения супружеских конфликтов и
характер их проявления**

Аннотация. В статье представлены результаты исследования, которые раскрывают сущность, особенности и причины семейных конфликтов. В представленных материалах описываются основные виды семейных конфликтов.

Ключевые слова: конфликт, проблема, семья, семейный конфликт, супруги, темперамент, характер.

Семья – это социальная группа, имеющая определенную организацию. Составляющими элементами любой семьи имеют ее члены, которые связаны между собой родственными или брачными отношениями и ведущие общий быт. Кроме того, члены семьи имеют взаимную социальную ответственность и потребность друг в друге.

Каждая семья уникальная. Уникальность зависит не только от количества членов, но и особенностей взаимоотношений между ними. Однако, вне зависимости от вида и типа каждая семья, на протяжении всего своего существования сталкивается с множеством проблем. Решение проблем зачастую приводит к возникновению конфликтов. Именно поэтому проблема исследования семейных конфликтов весьма актуальна в современной психологии.

Семейный конфликт – это осознанное столкновение, противоборство минимум двух людей, групп, их взаимно противоположных, несовместимых,

исключающих друг друга потребностей, интересов, целей, типов поведения, отношений, установок, существенно значимых для личности и группы [4, с. 78].

Взаимоотношения между супругами складываются, развиваются, существуют и сворачиваются по различным причинам. Они во многом определяют характер семейных конфликтов. Масштаб семейных конфликтов может ограничиваться семейными рамками, а также проявляться и за их пределами. Исследование показывает, что конфликты между супругами часто зависят от прошлых конфликтов между, как между супругами, так и между членами семьи, другими родственниками, а также и с совершенно посторонними людьми. Установлено, что конфликты в браке, часто переносятся и проецируются в измененном виде на отношения каждого из супругов со своими родителями. Предшествующие проблемы супругов с собственной родительской семьей, таким образом, проецируются на отношения между мужем и женой, родителями и детьми.

Возникновение и проявление в семьях конфликтов является чаще всего неизбежными. Однако некоторые супруги разрешают их достаточно быстро, кто-то и вовсе «гасят» на этапе возникновения, а кто-то живет в затяжных конфликтах.

Для семейных конфликтов характерны крайне неоднозначные ситуации. Демонстрируемое поведение часто маскирует истинные чувства и представления о конфликтной ситуации и друг о друге. Так, за грубыми и шумными столкновениями супругов могут скрываться привязанность и любовь, а за подчеркнутой вежливостью – эмоциональный разрыв, хронический конфликт, иногда и ненависть.

© Проявление и развитие конфликтной ситуации в семье во многом зависит от темперамента супругов, особенностей характера и поведения, а также от мудрости мужа и жены, от их умения уступать друг другу. В большинстве своем, супруги, не задумываясь, могут назвать целый список тех причин, из-за которых, по их мнению, происходят конфликты и ссоры в семье. В

исследовании выявлены наиболее характерные причины супружеских конфликтов.

Первая группа конфликтов может быть представлена разностью темпераментов. Она проявляет себя как наиболее распространенная причина возникновения и проявления конфликтов между супругами. Так, если один из супругов по типу темперамента холерик, а другой меланхолик, то неизбежно первый будет оказывать давление на второго, заставляя его принимать определенные решения. Возникающее на данной почве недовольство в итоге приводит к возникновению и развитию конфликта. Продолжающийся длительное время конфликт будет способствовать также тому, что у более неуверенного и «мягкого» супруга постепенно накапливается разочарование в выборе партнера. Участники представляют, что из данной ситуации нет выхода, так как разность темпераментов является достаточно серьезной преградой, которая зачастую не дает возможности сформировать необходимое понимание в межличностных отношениях. Если супруги не прилагают необходимых усилий, для того, чтобы попытаться понять и принять друг друга такими, какие они есть, поставить себя на место партнера, то ни о каком комфортном совместном проживании не может идти речи.

Ко второй группе конфликтов, как свидетельствуют результаты исследования, можно отнести конфликты, возникающие из-за супружеской неверности. Это проблема встречается часто и действительно препятствует семейному счастью. Если нет уверенности в партнере, невозможно ощущать себя удовлетворенным и счастливым. Это не дает возможности супругам испытывать самые обычные радости брачного союза. Установлено, что измены подрывают доверие, создают ощущение шаткости и ненадежного внешнего мира. Потом становится сложно поверить другому человеку, раскрыть перед ним собственные переживания. Супружеская неверность – это то, что впоследствии заставляет сомневаться во всем, постоянно перебирать в голове аргументы, почему невозможно построить счастливую семью. Также необходимо отметить, что люди по-разному относятся к измене. В решающей

степени данное отношение зависит от темперамента человека, от его характера, от сформированности жизненных ценностей. Исследование показывает, что почти для половины опрошенных респондентов измена представляет что-то обыденное, а кому-то приносит тяжелые душевные страдания.

Третью группу супружеских конфликтов составили злоупотребления алкоголем, склонность к употреблению наркотиков и других психоактивных веществ. Эти причины заводят в состояние морального тупика. Здесь присутствует ощущение безысходности, невозможности разобраться с вопросом, который не дает покоя. Как правило, один из супругов ощущает себя в роли жертвы и не выходит из нее много лет. Для супругов становится непонятным, как дальше жить, на что тратить усилия. Брак таких партнеров крайне непрочный и от влияния на него незначительных факторов разрушается.

Четвертая группа супружеских конфликтов проявляется как желание и стремление самоутвердиться одному из супругов в семейных взаимоотношениях. Конфликт может возникать и тогда, когда муж или жена хотят доказать свое превосходство над вторым партнером. В этом случае у более уступчивого и «мягкого» по характеру партнера возникает ощущение зря прожитой жизни, некоторой загнанности, непонятности и одиночества. Если в браке присутствует унижение и подавление важных эмоций, то его никак нельзя назвать счастливым. Желание самоутвердиться за счет более слабого партнера – это своего рода насилие, которое не ведет ни к чему хорошему. Со временем такое положение дел может привести к распаду брака. Преодолеть такой супружеский конфликт представляется возможным, если более слабый партнер все-таки найдет в себе силы для того, чтобы изменить что-то в жизни и «уйти» от постоянных конфликтов и унижений.

Пятая группа конфликтов, выражающаяся в неумении говорить о чувствах и проявляется в аккумуляции в рамках брачного союза замалчивания эмоциональных проблем. При этом проблемы никуда не уходят и сами собой не решаются. Сложные вопросы наслаиваются друг на друга и в какой-то момент начинают довлеть над личностью супруга. Неумение

проговаривать собственные опасения рождается из страха быть непонятыми, одинокими и ненужными. Постоянная боязнь оказаться не на высоте происходит из-за тотальной неуверенности в себе. Находясь в таком положении, личность прилагает все силы, чтобы сохранить брак, не задумываясь, есть ли там на самом деле, ради чего стараться [1, с. 109-113].

Таким образом, перед каждой супружеской парой стоит задача соотнесения собственных представлений о семье, обсуждения обоюдных ожиданий и принятия того, что каждый человек индивидуален. Кроме того супруги должны понимать, что все люди разные по характеру, темпераменту, поведению и т. д. Для того, чтобы семья была сплоченной, а наличие в ней конфликтов минимально, необходимо относиться друг к другу с уважением и любовью.

В повседневной супружеской жизни очень сложно различить внутренние и внешние причины конфликтов. Одни и те же внешние воздействия способны, иногда, вызвать совершенно противоположную реакцию у разных супружеских пар. Например, тяжелые экономические и хозяйственно-бытовые условия для одной семьи могут стать причиной регулярных конфликтов и даже развода, а для другой семьи – одним из главных факторов укрепления брачных отношений. Не редко бывает так, что супруги сами, не достаточно полно осознают реальные причины собственных конфликтов. Кроме этого, супруги могут скрывать или подменять истинную причину возникшего конфликта. При этом определение истинной причины конфликтной ситуации является один из самых важных условий успешного завершения конфликта.

Исследование показало, что можно найти большое количество различных классификаций супружеских конфликтов. В частности, для психологической практики преодоления супружеских конфликтов полезно использовать возможности одной из предлагаемых классификаций и в соответствии с ней выделять такие конфликты:

1. Конфликты-размолвки, возникающие на основе неудовлетворенной потребности в ценности и значимости своего «я», нарушение чувства

достоинства со стороны другого партнера, его пренебрежительное, неуважительное отношение.

2. Психические напряжения, депрессии, конфликты, ссоры из-за неудовлетворенной потребности одного или обоих супругов в положительных эмоциях: отсутствие ласки, заботы, внимания, понимания юмора, подарков.

3. 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.

4. Финансовые разногласия, возникающие на основе преувеличенных потребностей одного из супругов в распределении бюджета, содержания семьи, вклада каждого из партнеров в материальное обеспечение семьи.

5. Конфликты в связи с потребностью во взаимопомощи и взаимоподдержке, в сотрудничестве по вопросам разделения труда в семье, ведения домашнего хозяйства, ухода за детьми [3, с. 91–92].

По степени опасности для семейных уз конфликты могут быть:

– неопасными – возникают при наличии объективных трудностей, усталости, раздражительности, состояния «нервного срыва»;

– опасными – разногласия возникают из-за того, что один из супругов должен, по мнению другого, изменить линию поведения

– особо опасными – приводят к разводам [3, с. 94].

Кроме того, с психологической точки зрения, супружеские конфликты классифицируют на:

1. Конструктивные. Это такие разногласия, которые успешно решаются супругами. В результате многочисленных споров находится решение, которое устраивает обоих. Даже если приходится чем-то жертвовать, это себя оправдывает. Конструктивные конфликты позволяют выяснить истину. Муж и жена начинают лучше понимать друг друга, стремятся прийти к общему соглашению.

2. Деструктивные. В этом случае отношения только разваливаются. Каждое новое негативное событие способствует утрате доверия и формированию настороженности. Со временем люди перестают понимать, зачем им жить вместе, когда можно оставаться поодиночке. Деструктивные конфликты не решают насущных проблем, а загоняют их вглубь. Со временем становится тяжело общаться и даже просто находиться рядом. Развод неизбежен, но он приносит много душевной боли. Мужчина и женщина окончательно разочаровываются друг в друге.

3. Актуальные проблемы – затрагивают сиюминутную ситуацию, которую надо попытаться решить. Тип конфликта, который можно легко преодолеть, если стремиться понять свою вторую половинку. Когда между избранниками в целом царит взаимопонимание, то вполне удастся выйти на новое понимание ситуации.

4. Прогрессирующие сложности – это проблемы, которые увеличиваются со временем. Постепенно нарастает недовольство, неуверенность в себе, желание всячески защитить внутренний мир. На этом фоне у супругов копятся взаимные претензии друг к другу, появляется ощущение безысходности.

5. Привычные конфликты – это определенные трудности, с которыми приходится сталкиваться на протяжении всей семейной жизни. Если одна или несколько проблем не решаются 5–10 лет, то такие сложности переходят в будущее. Люди начинают понимать, что им нужно просто смириться с текущим положением вещей и не претендовать на что-то большее [2, с. 56–57].

В качестве вывода важно отметить, что разрешение супружеских конфликтов является необходимой мерой для сохранения брака. Разумные люди всегда прибегают к компромиссу, учатся учитывать значимые особенности друг друга. Для того, чтобы противоречия не портили микроклимат в семье, надо научиться думать не только о себе. Это поможет выявить основные причины возникновения супружеских конфликтов и определить характер их проявления.

Литература

1. Векилова С.А. Психология семьи: Учебник и практикум для академического бакалавриата. М.: Юрайт, 2019.
2. Емельянов С.М. Конфликтология: Учебник и практикум для академического бакалавриата. 4-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2019.
3. Семенов В.А. Конфликтология: Учебное пособие. Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019.
4. Шнайдер Л.Б. Основы семейной психологии. М.: Огни, 2018.

© Бюллетень магистранта 2020 год № 4