Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Комплексный центр социального обслуживания населения «Забота»

«**Конфликт как основа семейного неблагополучия»**



Методические рекомендации для специалистов структур системы профилактики безнадзорности

Нефтеюганский район

2017 г.

Прежде чем рассказать о способах разрешения конфликта, важно разобраться, с чем мы имеем дело, когда говорим: «У них конфликт», и пытаемся вмешиваться в спорную ситуа­цию.

*Что же такое конфликт?*

Обычно на этот вопрос возникают такие ответы:

конфликт - это

* различие мнений,
* разные ценности, агрессивное поведение,
* плохой характер,
* непонимание,
* нежелание следовать моей позиции,
* разные интересы,
* напряжение,
* нежелание иметь дело с человеком,
* когда человек не нравиться ....

*Причины возникновения конфликтов*

В чем же проблема?

Что вызывает или провоцирует возникновение конфликтов между подростками и взрослыми, будь то родители, учителя или представители каких либо других организаций?

Дети взрослеют и хотят быть самостоятельными, но родители думают, что они лучше знают, что и как надо их ребенку. Как и в детстве, родители по-прежнему относятся к подростку, как к малышу, и не могут перестроиться в методах воспитания**.** Лишняя опе**­**ка над подростком не дает формироваться самостоятельному стилю поведения.

Родители принимают решения, и ребенок не обучается навыкам самостоятельного принятия решения и ответственности за себя, свои поступки. Отсутствие у родителей жела­ния и понимания поменять отношение и методы воспитания ребенка с учетом его возраста усиливает конфликт, увеличивает противоречия в семье.

Занятость на работе, невозможность иметь достаточно времени для общения с детьми, переутомление и стресс — все это усиливает агрессивность и напряженность во взаимоот­ношениях в семье.

Конфликты между родителями и детьми могут возникать из-за их позднего возвраще­ния домой. Особенно возрастает тревога родителей, когда проходит условленное время воз­вращения ребенка домой, а он не появился. Некоторые дети, находясь в это время в компа­нии, о доме не вспоминают. Какие бы ни были требования дисциплины родителями, их не­обходимо научиться выполнять, они направлены на безопасность детей и всей семьи.

Стереотипы взрослых — они так привыкли, отсутствие навыка у подростков и родите­лей выражать свои чувства, сказать о них— преобладание в общении «птичьего языка» — все это приводит к разнообразным конфликтам и часто делает невыносимой жизнь и детей, и их родителей. И как следствие сложившейся ситуации, ребенок, так и не получивший те­пла и внимания, уходит за поддержкой на улицу, к друзьям или в «никуда», становится бес­призорником и бомжом.

***Психологические факторы конфликтов***

|  |  |
| --- | --- |
| Факторы влияния | Особенности проявления |
| 1 | 2 |
| Тип внутрисемейных  отношений | Гармоничный и дисгармоничный типы семейных отношений. В гармоничной семье каждый из членов выполняет свои психологические роли, формируется семейное «Мы». Дисгармония семьи — это негатив­ный характер супружеских отношений, выражающийся в конфликтном взаимодействии супругов. Уровень психологического напряжения в такой семье имеет тенденцию к нарастанию, приводя к невротическим реакциям ее членов, возникновению чувства постоянного беспокойства у детей. Наиболее часто конфликты у родителей и детей возникают с детьми под­росткового возраста.  Наиболее типичные из них:   * конфликт неустойчивости родительского отношения (постоянная смена критериев оценки ребенка); * конфликт сверхзаботы (излишняя опека и сверхожидания); * конфликт неуважения прав на самостоятельность (тотальность указа­ний и контроля);   конфликт отцовского авторитета (стремление добиться своего в конфлик­те любой ценой). |
| Деструктивность семейного  воспитания | Разногласия членов семьи по вопросам воспитания; противоречивость, непоследовательность, неадекватность; опека и запреты во многих сферах жизни детей; повышенные требования к детям, частое применение угроз, осуждений. |
| Возрастные кризисы детей | Возрастной кризис представляет собой переходный период от одного эта­па детского развития к другому. В критические периоды дети становятся непослушными, капризными, раздражительными. Они часто вступают в конфликты с окружающими, особенно с родителями. У них возникает отрицательное отношение к ранее выполнявшимся требованиям. |
| Личностные факторы | Черты личности родителей и детей, которые могут привести к разногласи­ям между ними и проблемам взаимоотношений. |

***Типология конфликтов***

Очевидно, что для подбора адекватных способов разрешения конфликта важно знан­ие только его причины, но и понимать основные особенности самого конфликта, а значит, понимать тип конфликта, с которым мы имеем дело.

Обратимся кратко к основным типам конфликтов, которые можно встретить в семей­ных взаимоотношениях: между родителями и детьми, между самими супругами, между разными поколениями в семье, а также между подростками и взрослыми в школе и между самими несовершеннолетними, и обычно их объединяют в типы: внутриличностные кон­фликты, межличностные и межгрупповые.

***Внутриличностный конфликт***

Внутриличностные конфликты — это всегда противоречие мотивов, связанных с воз­можностями удовлетворения базовых потребностей человека. И если такие базовые потреб­ности не могут быть удовлетворены по каким-либо причинам, у человека возникают невро­зы, которые могут порождаться культурными факторами.

Так, чувство изоляции, беспомощность, страх являются специфическими невротиче­скими реакциями и вызывают импульсивные влечения, порождают враждебность. Эти чув­ства представляют собой способы противостояния миру вопреки содержанию этих чувств, они направлены в первую очередь не на удовлетворение собственно потребностей, а на дос­тижение состояния безопасности, их импульсивный характер вызван тревогой, а не реаль­ными желаниями, которые и стоят за тревогой.

К ним добавляются два других влечения — невротические страстные желания любви и власти. Вследствие такого невроза человек реализует гипертрофированное поведение, вы­ражаемое в установке «движение к людям», чтобы получить облегчение напряжения, свя­занное с тревогой и страхом не получить любовь и принятие себя.

Импульсивное желание власти и престижа и невротическая амбиция образуют уста­новку у человека «движению против людей».

Невроз, который возникает вследствие столкновения противоречивых невротических влечений и осознается как противоречивое влечение не может быть удовлетворен, вызывает установку «двигаться от людей», т.е. увеличивать эмоциональную дистанцию между «Я» и другими, что нейтрализует конфликт .

При возникновении внутриличностных конфликтов постоянно происходит как бы борьба между идеализированным «Я», которое придумал человек, и его реальным «Я». И чем дальше этот образ удален от реальности, тем более ненасытным становится желание его достигать и тем более невозможным. Идеализированный образ (задаваемый как ожидания родителей), вероятно, является самым важным из-за своего долговременного воздействия на личность в целом. Идеализированный образ порождает новый внутренний раскол лично­сти и, поэтому требует организации новых защитных мер.

Следствия неразрешенных конфликтов — усиление разнообразных страхов, которые могут порождаться на совершенно пустом месте якобы неотвратимого падения моральных устоев, глубокая беспомощность как следствие чувства безысходной запутанности.

Каждый раз, когда мы говорим о внутриличностном конфликте, мы понимаем, что су­ществуют расхождение, противоречие между различными состояниями «Я». Это расхожде­ние есть результат самоосознания, что реальное «Я» не соответствует идеальному «Я», с одной стороны, и «Я» в будущем заставляет искать способы восстановления равновесия, избавиться от переживаемого диссонанса — с другой. Важно обратить внимание на то, что усиление проявления внутриличностных кон­фликтов у детей проявляется в критические периоды его развития, и таких периодов обыч­но выделяют четыре, но наиболее активно такие конфликты проявляются в подростковом возрасте и возрасте юношества.

***Типология внутриличностных конфликтов***

|  |  |
| --- | --- |
| Тип конфликта | Мотивация |
| Мотивационный | «Хочу — Хочу»  Например, подросток хочет пойти в кино или погулять, но в, то, же время ему хочется избежать наказания родителей за то, что он ушел в кино, не сделал уроки или домашние дела.  Или подростку хочется дружить с сильными ребятами, но не хочется оказаться под их влиянием, т.е. подчиняться. |
| Нравственный | «Хочу — Должен»  Например, подросток должен ходить в школу в костюме, коротко и акку­ратно стриженым, в то время как ему хочется быть свободным и приходить в школу в джинсах и с длинными волосами. |
| Адаптационный | «Могу — Должен»  Нарушение равновесия между субъектом и окружающей средой: например, подросток должен соблюдать дисциплину, постоянно заниматься и быть ответственным за свои поступки, но он все время нарушает дисциплину, не может регулярно заниматься и ведет себя безответственно, как маленький ребенок.  Нарушение процесса социальной адаптации: неспособность выполнить предъявляемые требования, например постоян­ные опоздания на уроки, так как подросток не может вовремя встать и бы­стро собраться в школу. |
| Ролевой | «Должен — Должен»  Невозможность одновременно реализовать несколько ролей: невозможно, например, быть успешным учеником, другом, проводя все время вне дома или школы, и внимательным и заботливым сыном. Различное понимание требований, предъявляемых самой личностью к выполнению одной роли (внутриролевой конфликт): столкновение между двумя ценностями, например увлеченность спор­том и обучением; стратегиями и смыслами жизни. |
| Неадекватной  самооценки | «Могу — Могу»  Адекватность самооценки личности зависит от ее критичности, требова­тельности к себе, отношения к успехам и неудачам: например, повышенная тревожность, связанная со страхом получить неуспех или быть не принятым в своей группе.  Подросток уверен, что он самый лучший и самый ответственный, хотя на самом деле его достижения средние, и он часто не выполняет свои обещания. Или девочка-подросток не уверена в том, что она заслуживает похвалы и любви, так как считает себя некрасивой.  Или учится недостаточно хорошо, если подросток считает себя недостаточ­но умным и успешным. |
| Нереализованное  желание | «Хочу — Могу»  Хочется модно одеваться, иметь дорогой велосипед, постоянно встречаться с друзьями, но родители не имеют финансовых возможностей для покупки велосипеда последней модели, и нет возможности постоянно быть с друзь­ями, так как должен сидеть с маленьким братом или сестрой. Неудовлетворенность своей внешностью: хочется быть сильным, но здоровье не позволяет, так как страдает хроническим заболеванием. Хочется быть красивой, но полнота и маленький рост не позволяют так себя ощущать.  Хочется быть первым в классе, но несобранность или недостаток интеллек­туальных способностей не позволяет достичь таких целей и реализовать желаемое. |

***Внутриличностные конфликты в критические периоды развития***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст | Этап  формирования  ребенка | Выбор | Благоприятные  последствия  выбора | Неблагоприятные  последствия  выбора | Этап  формирования  ребенка |
| Подростко­вый возраст | Включение в различ­ные группы. Самооб­разование (осознан­ное). Саморазвитие (неосознанное) | Самоиден­тификация или ее отсут­ствие. | Хорошо развитое ощущение собст­венной индиви­дуальности. | Непонимание того, что ты собой пред­ставляешь. | Включение в различ­ные группы. Самооб­разование (осознан­ное). Саморазвитие (неосознанное) |
| Молодость | Поиск своего пути. Выстраивание страте­гической линии жизни (осознанное или не осознанное) | Эмоцио­нальная от­крытость или замкнутость. | Способность формировать близкие отноше­ния. | Неспособность формировать близ­кие отношения. | Поиск своего пути. Выстраивание стратегической линии жизни (осознанное или не осознанное) |

***Межличностные конфликты и семья***

Межличностный конфликт можно определить как взаимное отрицательное воспри­ятие людей, вызванное несовместимостью их взглядов, интересов, оценок или потребностей, и связанную с этим отрицательную реакцию на слова и поступки человека, рассматри­ваемого в качестве нежелательного партнера или соперника.

Это фактически столкновение несовместимых желаний, стремлений и установок, когда удовлетворение одного из них грозит ущемлением интересов другого. На поведение людей в возникновении межличностных конфликтов и в их разрешении значительное влияние ока­зывают различия в типах людей.

Ни один межличностный конфликт не происходит без проявления к происходящему и его участникам личностного отношения всех людей, задействованных в нем. Особенности личности проявляются в ее темпераменте, характере и уровне разви­тия личности.

***Особенности личности, провоцирующие конфликты***

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | 2 |
| Экстраверт — это актив­ный, общительный, жиз­нерадостный подросток | Экстраверт динамичен, он постоянно говорит, предпочитает обсуж­дать все вслух.  Легко переходит к новому повороту при обсуждении проблемы и снова начинает открыто ее обсуждать.  Доминирующее поведение экстраверта при совместном взаимодей­ствии с интровертом, молчание экстраверт может принимать за согла­сие и навязывать свое решение, с которым может быть в принципе не согласен интроверт, он просто не получил возможности высказаться. При совместном решении проблемы будет постоянно говорить. Собирает информацию сенсорным путем, опираясь на свои чувства, им необходимо увидеть, потрогать, услышать, понюхать.  Опирается на факты и детали. |
| Интроверт — это необ­щительный, избегающий частых контактов подрос­ток, предпочитает быть один | Должен все обдумать, прежде чем высказаться.  Всякий поворот обсуждения ставит его в затруднительное положе­ние.  Ему необходимо время для осмысления.  Больше будет молчать.  Подчинение экстраверту может послужить причиной болезни. Собирает информацию интуитивным путем.  Интуитивные, получив информацию с помощью органов чувств, ищут их опосредованное значение и взаимосвязи между явлениями и внутри их.  Интуитивисты ко всему подходят глобально. |
| Межличностные конфликты между экстравертами и интровертами могут возникать из-за различия отношений в решении задач. | |
| Решающие — такие под­ростки, которые берут на себя решение вопросов и ответственность | Человек мыслительного типа при принятии решений ориентируется на поставленную цель, его внимание концентрируется на решении задачи.  Не дадут отложить решение на неопределенный срок.  Решающие все планируют, решения принимают без напряжения, они всегда что-нибудь делают. |
| Воспринимающие — это  такие подростки, которые любят размышлять, но не принимают никаких ре­шений; часто пассивны. | Человек чувствующего типа ориентируется на то, как его решение будет воспринято другими людьми, которых оно касается. Поэтому он не торопится с принятием решений. Чувствующие будут сдержи­вать мыслительных от принятия скоропалительных решений. Воспринимающие предпочитают накапливать информацию, они не торопятся принимать решения. |
| Люди на основе полученной информации могут по-разному принимать решения. Если оба типа вынуждены принимать решение вместе, то могут быть столкновения. Но если каждый понимает предпочтения другого, то при взаимодействии они могут дополнять друг друга. При постоянном совместном взаимодействии между этими двумя типами могут возникать конфликтные ситуации тогда, когда они не понимают предпочтений своих характеров и характеров противной стороны. | |
| Типология показывает, что характеры у людей разные. А различные взгляды на одно и то же явление вполне естественны. Недоразумения из-за несовпадения типов характеров начинаются тогда, когда бескомпромиссно отстаиваются только свои собственные предпочтения. | |
| Уровень личностного развития — еще один важный фактор, влияющий на возникновение меж­личностного конфликта. | |
| «Я-концепция» | Представляет осознанную, неповторимую систему представлений чело­века о самом себе.  Формируется в процессе самопознания, через самонаблюдение и само­анализ своих поступков, переживаний мыслей, состояний.  Происходит определение самого себя, поиска своего места в окружаю­щем мире.  Как бы человек действовал по отношению к самому себе.  Это внутренний мир человека, доступный только ему.  Это представление не только о том, какой я есть, но и о том, каким я хо­тел бы быть.  Содержит в себе собственный идеал, к которому стремится ее носитель. Определяет как уровень собственного достоинства. |
| Необходимость понимания «Я-концепции» заключается в том, что при межличностном взаимодей­ствии подросток не всегда поступает адекватно сложившейся ситуации, мотивация его поведения зависит от того, как он видит себя самого. Психологи находят, что самооценка человека, выражен­ная в «Я-концепции», может быть адекватной, завышенной и заниженной. От их самооценок зави­сит и уровень притязаний ребенка на собственное признание — адекватный, завышенный и зани­женный.  При адекватной самооценке и адекватных притязаниях у ребенка больше удач и меньше кон­фликтных ситуаций при взаимодействии с другими людьми. При завышенной самооценке, наме­ренно подчеркивающей свое превосходство над другими, как правило, постоянные проблемы с окружающими. Дети с завышенной самооценкой потенциально конфликты, особенно в ситуа­циях различного рода поощрений и вознаграждений. У подростков с заниженной самооценкой и заниженных притязаниях много неудач.  Поведение человека с заниженными притязаниями формирует у него «комплекс неполноцен­ности», несамостоятельности, зависимости. | |

***Стадии развития конфликта***

|  |  |
| --- | --- |
| Стадии | Особенности поведения |
| Предконфликт | Наличие противоречивых интересов.  Не учет интересов, эмоционально негативное состояние. Желание получить необходимое.  Скрытая форма. |
| Напряжение | Психологическое напряжение. Отстранение, возникновение опасений. Скрытые обвинения.  Формирование угроз. |
| Инцидент:  стычка, вспышка | Эмоциональная, агрессивная вспышка в виде агрессив­ных высказываний, оскорблений или физического дейст­вия или все вместе. |
| Конфликт | Односторонние действия по нанесению морального, ма­териального или физического ущерба. |
| Эскалация конфликта | Подключение к участию в конфликте групп, поддержи­вающих стороны в конфликте.  Смещение интересов.  Смена лидера.  Усиление противостояния.  Деиндивидуализация, дегуманизация. |
| Уничтожение про­тивоположной стороны | Разрешение конфликта |

***Технологии разрешения конфликтов***

Среди различных подходов можно выделить следующие:

* Медиация;
* Консилиация;
* Примирение;
* Конфликтологическое консультирование;
* Психологическое консультирование и психотерапия;
* Коррекция установок;
* Сеть социальных контактов

*Медиация* – переговоры между конфликтующими сторонами с участием посредника – медиатора – с целью поиска решения, удовлетворяющего обе стороны.

*Консилиация* – это способ ведения переговоров без непосредственной встречи сторон за одним столом. Ее целесообразно применять в случаи слишком сильной эмоциональной отягощенности конфликта, часто сопровождающейся нежеланием одной или обеих сторон встречаться лицом к лицу, но при наличии готовности попытаться решить проблему иначе.

*Примирение.* Цель медиатора в ряде конфликтов не столько разрешить конфликт, сколько снизить напряжение и привести стороны к переговорам. Примирение часто используется в семейных и других межличностных конфликтах.

*Конфликтологическое консультирование* представляет собойработу с одной сторонойв случаи невозможности привлечения или не желания второй стороны участвовать в какой бы то ни было процедуре разрешения данной ситуации.

*Психологическое консультирование и психотерапия* представляет собой разрешение межличностных конфликтов через преодоление внутриличностного конфликта или осознание своих личных проблем и влияния их на возникновение конфликтных отношений, т.е. работа со структурными факторами и ценностями личности.

*Сеть социальных контактов* – это решение проблем отдельно взятого человека через его взаимоотношения с людьми. Это эффективный способ обнаружить и активизировать тот потенциал и те ресурсы, которые имеются в окружении ребенка в данный момент или были в его прошлом.

**Основные медиативные подходы к конфликту**

1. Важно понимать, что конфликты есть и всегда будут в нашей жизни. Бояться конфликтов – значит снижать свои способности и ресурсы к их разрешению. Конфликты – это обыденность.
2. Генеральная уборка не заменит ежедневной!! Не запускайте конфликты вокруг себя. Справляйтесь с ними вовремя. Не накапливайте! Не откладывайте их решение на «потом»
3. СЛОН или МУХА? Опыт доказывает, что не существует огромных, сложных, страшных конфликтов. Это лишь совокупность множества накопленных и вовремя не разрешенных конфликтных ситуаций.
4. Сделаешь раз СТО, будет – проСТО!!! Разрешая мелкие конфликтные ситуации с УМОМ, Вы не только предупреждаете их снежный ком, но и формируете стрессоустойчивость, умение держать под контролем сложные ситуации.
5. Любой конфликт можно разрешить конструктивно! Главное – желать этого и знать, как это можно сделать. «В болоте двигаться невозможно, только выбравшись на дорогу, можно идти вперед»
6. Конфликт, разрешенный здесь и сейчас, НЕ отравляет нам жизнь, НЕ расходует нас эмоционально и физически, НЕ портит настроение нам и не отражается на наших близких.
7. Чем быстрее мы беремся за разрешение конфликта, тем больше шансов вернуть хорошие отношения и даже улучшить их.