

## ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ КОНФЛИКТОВ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СЕМЬЕ

*Дидоха А.Б.*

Россия, Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина  
anastasia\_didochha@mail.ru

**Аннотация.** В статье рассматриваются возможные способы разрешения конфликтных ситуаций, возникающих в студенческих семьях: путем компромисса, сотрудничества, с помощью внешнего воздействия. Формулируются правила бесконфликтного общения.

**Ключевые слова:** студенческая семья, конфликт, семейные отношения, способы поведения.

Как правило, кризис в первые годы семейных отношений протекает по похожему сценарию в разных молодых парах. Это подтверждается социологическими опросами. Причем для мужчин, и женщин они существенно отличаются. Мужчины, в отношениях, как правило, оказываются более чувствительными, они чаще страдают от бытовых проблем и трудностей в материальной и физической адаптации. Женщины, в противовес мужчинам, чаще наоборот страдают от недостатка внимания, проявлений чувств и любви со стороны супруга. Изменение образа жизни, давление, испытываемое в начале семейной жизни, становятся зачастую неприятными, даже непреодолимыми преградами в отношениях.

Разрешением конфликта можно назвать процесс, в ходе которого участники конфликта находят взаимовыгодное или значимое решение произошедшей конфликтной ситуации. Оно может быть как полное, так и частичное. В результате полного решения конфликта будут устранены причины его возникновения. В случаях неполного (частичного) решения – устранена лишь часть конфликтной ситуации. Можно считать, что частичное решение - часть полного решения. Ситуация тут следующая: в психодинамике человеческих взаимоотношений существуют тенденции, часть из которых подталкивает к конфликту, а часть - побуждает к желанию решить его путем сотрудничества [1].

Правильное определение этих тенденций позволяет супружеским парам прийти ко взаимовыгодному сотрудничеству в этих вопросах. Не только избежать участия в конфликтной ситуации, но и предотвратить её.

Предпосылками процесса разрешения конфликтов, в первую очередь, становится умение определять истинные причины возникновения конфликтных ситуаций. Важно помнить, истинные причины конфликтов часто скрываются его участниками, оттого поиск истинной его причины часто становится довольно сложной задачей. Для её решения потребуется знать психологию своего партнера. Верно определив причины конфликта, можно найти оптимальные пути его разрешения. Анализируя возникающую конфликтную ситуацию, мы получаем возможность вовремя изменить ход конфликта, переведя его из деструктивного русла в конструктивное, а в случаях, когда удастся выявить его в зародыше, то и предотвратить его в латентной стадии.

Наиболее эффективным способом предотвратить супружеский конфликт может стать принцип социальной дистанции, очень важно уметь соблюсти этот принцип в отношениях. Этим принципом выражается социально-психологическая совместимость, а также то, насколько близки члены семьи друг к другу. Правильно выбрав социальную дистанцию, становится возможным предотвратить те конфликты, которые случаются при излишней близости или наоборот удаленности людей друг от друга. Всегда должно оставаться пространство для эмоциональной близости супругов.

Следующий метод решения конфликтов в семье – правило разнообразия. Этот метод не менее важен, чем соблюдение дистанции. Чем выше взаимная заинтересованность в семье и более разнообразны интересы супружеской пары, тем шире область взаимодействия членов семьи. Благодаря этому, конфликтов становится существенно меньше. В тех семьях, интересы которых сильно ограничены существенно расширялась конфликтная база между людьми [2, с.20].

Таким образом, избегание конфликтных ситуаций становится возможным в тех случаях, когда оба супруга не закливаются друг на друге, остаются личностями несмотря ни на что и даже сохраняют некоторую независимость друг от друга на психологическом уровне. Поэтому,

важно не забывать проводить корректировку отношений, не давать им прийти в тупик, перенаправлять свою энергию из конфликта в русло личностного роста всех членов семьи.

В связи с тем, что на практике, перенаправить энергию конфликта становится довольно сложно, при решении этой проблемы, иногда, можно воспользоваться тактикой уклонения от участия в конфликте. По мнению Д. Карнеги [3, с.43], уклонение от конфликта является единственным способом выиграть в нем. Особенно это важно когда конфликт происходит в семейной жизни. Здесь куда более важно сохранить гармонию в отношениях. Третий способ, пригодный для выпуска и перенаправления энергии, скапливающейся во время развития конфликта, в положительное русло, считается принцип «сглаживания острых углов» в отношениях. Пользуясь этим принципом, одним из членов супружеской пары осознанно гасится желание развивать конфликт, возникающее у другого члена семьи.

Практически это можно сделать путем хождения на семинары по конфликтологическому консультированию или посещение педагогических тренингов, а также чтением книг на тему взаимодействия между супругами.

В таких отношениях, паре становится свойственна психолого-педагогическая близость, положительная эмоциональная окраска отношений, взаимное уважение партнера, признание его авторитета. С помощью этого удовлетворяется свойственное людям желание становиться более значимым в глазах окружающих, а в отношениях повышается значимость и длительность существования отношений, партнеры, как правило, становятся более удовлетворенными такими отношениями.

Давая советы по расположению к себе окружающих, Карнеги отмечает, насколько важно не забывать позволять людям чувствовать собственную значимость. Часто, стремясь наладить отношения с человеком, мы демонстрируем ему свои положительные качества, такие как, доброта, отзывчивость и т.д. Однако, на деле, куда более эффективно бывает дать ему возможность самому проявить себя, показать его личностную значимость [1, с.213].

Методика обращения к значимости партнера, а также, поддержки его значимости является очень важным компонентом в стратегии предотвращения супружеских конфликтов. Тут важно уметь проявить способность к выполнению важной конструктивной роли, заключающейся в исключении собственной социальной демонстрации. Демонстрация своих положительных качеств, или успехов одного партнера часто может уязвить другого, что приводит к излишней раздражительности и агрессивности, провоцируя конфликт. Чем менее активно члены семьи демонстрируют себя, тем меньше поводов для конфликта создается [1, с.69]. Обобщая различные способы решения межличностных конфликтов, к которым относятся и супружеские конфликты, удалось сформулировать основные правила бесконфликтного общения:

1. Отказ от использования слов и действий, приводящих к возникновению конфликта. Отвечая на провокацию ещё более конфликтным высказыванием, мы лишь способствуем развитию конфликта.

2. Второе правило вытекает из первого. Не отвечайте на провокацию своей провокацией. Поставьте себя на место контрагента, ощутите его чувства, поймите, чем он руководствуется, чего хочет, проникнитесь к нему. В таком случае возникнет эмпатия между вами.

3. Правило проявления эмпатии. Эмпатия является противоположностью провокационным действиям собеседника, она создает доброжелательные послылы в сторону вашего партнера. Сюда можно отнести любые действия, поднимающие настроение, можно улыбнуться, оказать знаки внимания, в некоторых случаях посочувствовать и т.д.

4. Четвертое правило заключается в совершении как можно большего количества положительных действий. Создавая положительные эмоции, необходимые каждому из нас, становится возможным предотвратить даже тот конфликт, предпосылки к которому уже начали активно проявляться. И здесь точно можно сказать, что причина – в конфликтной природе человека.

Рассмотрим, какими принципами стоит руководствоваться при разрешении конфликта:

1. Отделение людей от проблемы. Необходимо разграничить, для начала, взаимоотношения с оппонентом и создавшуюся проблему. Поставьте себя на его место. Стоит отказаться от своих опасений и быть готовым разобраться с проблемой. Твердость при этом должна проявляться к проблеме, а не её участникам.

2. Предлагайте взаимовыгодные варианты. Продумывая сразу несколько вариантов решения проблемы, необходимо отделить поиск вариантов от их оценки. Должен осуществляться поиск взаимных выгод. Для этого обязательно уточните желания и требования другой стороны.

3. Внимание интересам, а не позициям. Уточняйте причины того или иного поведения, необходимо фиксировать базовые интересы, возникающие в отношениях. Положительно скажется наличие общих интересов. Покажите важность существования ваших интересов, при этом признавая интересы другой стороны как важной части проблемы.

4. Используйте объективные критерии. Важно оставаться открытым к дискуссии, важно не поддаваться давлению со стороны партнера, для каждой проблемы должны быть выявлены лишь её объективные критерии. Причем критериев должно быть несколько и они должны оставаться справедливыми. В конфликте зачастую удается прийти к компромиссу и сотрудничеству, основываясь на внешних воздействиях.

#### **Разрешение конфликта путем компромисса:**

1. Смена уровня конфликта с эмоционального на рациональный.
2. Признание равнозначности мнений каждой из сторон.
3. Противоречие должно устраниться, должны быть подготовлены разные виды взаимных уступок, на которые может пойти каждый участник конфликта.
4. Добровольное разделение интересов участников конфликта, отказ от какой-то части этих интересов.

#### **Разрешение конфликта путем сотрудничества:**

1. Смена уровня конфликта с эмоционального на рациональный.
2. Признание равнозначности мнений каждой из сторон.
3. Доброжелательное отношение субъектов конфликта друг к другу, взаимное уважение и готовность выслушать.
4. Создание соглашения которое будет соблюдаться в течении длительного периода.

#### **Разрешение конфликта путем внешнего воздействия:**

1. Ликвидация объекта конфликта, либо его замена.
  2. Привлечение к его разрешению третьих лиц, судей.
- При этом, большинство методик, целью которых становится приведение супружеских отношений к нормальному виду, а также предупреждение возникновения конфликтов сводятся к:
1. Взаимному уважению сторон.
  2. Исключению упреков в сексуальном плане, такие упреки со временем сохраняются в голове того кого упрекают.
  3. Отказу от слов недовольства в присутствии третьих лиц.
  4. Отказу от эгоистичного желания превозносить свои умения над партнером.
  5. Увеличению доверительности отношений.
  6. Проявлению знаков внимания к супругу.
  7. Работе над недостатками, стремлению сохранить физическую привлекательность.
  8. Ведению разговора исключительно о каждом конкретном случае поведения супруга, рассмотрению одной конкретной ситуации, не затрагивая прочие. Проявлению взаимного уважения к интересам и увлечениям. В отношениях иногда стоит отвлечься от партнера, избавиться от эмоционального перенасыщения партнером. При этом не всегда стоит знать всю правду в сложившейся ситуации, иногда лучше чего-то не знать, чем пытаться добиться истины.

Конструктивность разрешения супружеских конфликтов, находится в очень сильной зависимости, в первую очередь, от взаимопонимания между супругами, умения простить и уступить.

Помимо вышеперечисленных мер, на базе университетов существуют различные комплексы в помощь молодым студенческим семьям.

Особое место в системе поддержки студенческой семьи отводится формированию и реализации в образовательных организациях современной модели социально-педагогического и психологического сопровождения студенческой семьи, которая реализуется на системной основе, носит комплексный характер и включает следующие основные компоненты:

- центр по трудоустройству;
- семейные клубы;
- курсы по подготовке к семейной жизни;
- центр семейного консультирования;
- клуб студенток-матерей (в т.ч. одиноких родителей).

Вышеперечисленные мероприятия, на наш взгляд, способствуют не только повышению эффективности социальной поддержки молодой семьи, но и ее укреплению. Задача педагогических работников заключается в том, чтобы научить супругов уступать друг другу;

демонстрировать методики по разрешению и предотвращению конфликтов; погружать в семейные ситуации путем импровизаций, решения кейсов; знакомить с курсом методик по семейному консультированию, потому что на этапе обучения в университете и в школе индивид формируется как личность.

Все перечисленные рекомендации оказывают благоприятное воздействие на динамику супружеских отношений, помогают молодым семьям адаптироваться в социальном пространстве и выбирать правильную тактику поведения в конфликтных ситуациях.

#### **Литература**

1. Мариновская И.Д., Цветков, В.Л. Гришин А.А. Конфликтология. М.: Фит, 2015.
2. Семейно-бытовая культура / под ред. Д.И. Водзинского. Минск: Народная асвета, 1987.
3. Богданович А.А. Супружеская жизнь: гармония и конфликт. М.: Профиздат, 2013.