

СТРАТЕГІЇ ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ЖИТТЄВОГО ЦИКЛУ СІМ'Ї

Т.В. Негруца

Херсонський державний університет, dolzenkotanya24@gmail.com

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент І. Р. Крупник

Вступ. Сімейні конфлікти є неодмінною складовою сімейного життя та можуть виникати на будь-якому етапі життєвого циклу сім'ї. Здатність до ефективного вирішення конфліктів є ключовим елементом збереження і зміцнення стосунків між партнерами у шлюбі. Цікаво, що в процесі розвитку відносин у шлюбі партнери використовують різні стратегії вирішення конфліктних ситуацій.

Постановка проблеми. Конфліктні ситуації є неодмінною складовою сімейного життя, і їх вирішення може стати важливим чинником забезпечення стабільності шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї. Стратегії, які використовують люди для вирішення конфліктів, можуть бути визначальними у вирішенні проблем сімейного життя. Однак, на сьогоднішній день недостатньо досліджено питання впливу стратегій вирішення конфліктів на стабільність шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї.

Завдання. У даній статті ми досліджуємо різні стратегії вирішення конфліктних ситуацій у шлюбі на різних етапах життєвого циклу сім'ї.

У статті розглянуто такі позитивні стратегії вирішення конфліктних ситуацій у шлюбі на різних етапах життєвого циклу сім'ї:

- Компроміс – пошук компромісного рішення, яке задовольняє обох партнерів.
- Активне слухання – уважне сприймання думки та почуттів партнера з метою зрозуміти його точку зору та підходити до конфлікту з розумінням.
- Колективна дискусія – обговорення конфлікту з метою знайти спільне рішення.
- Підтримка – підтримка партнера, особливо в умовах стресу та кризи.

- Взаємне допомога – допомога один одному у повсякденних справах та задачах.
- Взаємне визнання – визнання зусиль та досягнень партнера.

Життєвий цикл сім'ї – це процес еволюції відносин між партнерами, від народження дітей до підтримки родини в пізньому віці. Кожен етап циклу супроводжується власними викликами та у подальшому конфліктами. Розв'язання конфліктів може бути важливим фактором, який впливає на стабільність сімейних відносин на кожному етапі(Крупник, 2019).

1. Етап молодого сім'ї.

На цьому етапі сім'ї партнери, зазвичай, молоді та щойно одружені, тому вони не мають великого досвіду вирішення конфліктів. Дослідження показують, що на цьому етапі сімейного життя партнери використовують такі стратегії, як компроміс та примирення (Karakuş, 2015). Партнери на цьому етапі активно працюють над тим, щоб зберегти свої відносини та навчитись взаємодіяти в конфліктних ситуаціях.

2. Етап розвитку сім'ї з дітьми.

Цей етап характеризується з'явленням дітей у сім'ї та зміною ролі партнерів у стосунках. На цьому етапі партнери використовують стратегії, такі як компроміс та активне слухання (Gottman & Gottman, 2015). Вони навчаються прослуховувати один одного та враховувати потреби кожного з партнерів, зокрема, у вихованні дітей. Також на цьому етапі можуть виникати конфлікти, пов'язані з розподілом обов'язків в господарстві та вихованні дітей. Для вирішення таких конфліктів можуть використовуватись такі стратегії, як діалог та взаємодія (Mair, Pepping, & Halford, 2019).

3. Етап підліткового віку дітей.

На цьому етапі діти вже дорослішають, а партнери мають більше часу для спілкування між собою. На цьому етапі партнери можуть використовувати стратегії, такі як домовленість та компроміс, а також залучати дітей до вирішення конфліктів (Fowers & Olson, 2017). Важливо, щоб партнери

зберігали відкрите та довірливе спілкування, яке сприятиме підтримці стосунків між ними та вихованню дітей.

4. Етап виходу дітей з родини.

На цьому етапі діти покидають родину та партнери знову переживають зміни у ролях та взаємодії. На цьому етапі партнери можуть використовувати такі стратегії, як домовленість та залучення до сімейних справ (Kaufman, 2020). Вони можуть відкриватись один одному та використовувати цей час для підтримки та зміцнення своїх стосунків.

Вирішення конфліктів у сімейному житті є важливою складовою збереження та зміцнення відносин між партнерами. В процесі розвитку відносин у шлюбі партнери використовують різні стратегії вирішення конфліктів, залежно від етапу життєвого циклу сім'ї, на якому вони знаходяться.

На етапі розвитку сім'ї з дітьми партнери намагаються знайти компромісні рішення, оскільки їхня головна мета полягає в тому, щоб забезпечити гармонійний розвиток своїх дітей. На цьому етапі, партнери також використовують стратегії, такі як активне слухання, яке допомагає їм зрозуміти позиції один одного і знайти компромісне рішення, яке б задовольняло потреби обох партнерів.

У сім'ях з підлітками виникає значно більше конфліктів, оскільки це час, коли діти намагаються знайти своє місце в світі і відстоювати свої погляди. На цьому етапі, партнери можуть використовувати стратегії, такі як активне слухання, терпляче очікування та демонстрування розуміння. Ці стратегії можуть допомогти зменшити конфлікти та підтримати діалог між партнерами.

На етапі розвитку сім'ї, коли діти починають самостійне життя, партнери можуть використовувати стратегії, такі як підтримка та взаємне допомога, оскільки їхня головна мета полягає в тому, щоб підтримувати своїх дітей в їхніх життєвих виборах та зберігати теплі стосунки. На цьому етапі, партнери можуть також використовувати стратегії, такі як підтримка та взаємне визнання, що можуть допомогти зміцнити їхні відносини.

Висновки. На різних етапах життєвого циклу сім'ї партнери використовують різні стратегії вирішення конфліктів. На етапі народження дитини, подружжя може використовувати стратегії, такі як компроміс та активне прослуховування, щоб забезпечити гармонійне взаємодію між ними та дитиною. На етапі розвитку сім'ї з дітьми партнери можуть використовувати стратегії, такі як компроміс та активне прослуховування, а також дискусію та діалог, щоб розв'язати конфлікти та забезпечити гармонійне взаємодію між всіма членами сім'ї.

На етапі розвитку сім'ї з дорослими дітьми подружжя використовує стратегії, такі як підтримка та взаємна допомога, щоб підтримувати своїх дітей та зберігати рідні стосунки. Також вони можуть використовувати стратегію як взаємне визнання, що може допомогти зміцнити їхні відносини.

Усі ці стратегії вирішення конфліктів в сім'ї є важливими для збереження та зміцнення відносин між партнерами. На кожному етапі життєвого циклу сім'ї партнери повинні розвивати та використовувати різноманітні стратегії вирішення конфліктів, щоб забезпечити гармонійне та здорове життя сім'ї в цілому.

Література:

1. Крупник І.Р. Labor migration influence on the future family life of labour migrants' children. *Journal of Vasyl Stefanyk Precarpathian National University*. Серія: Соціальні та гуманітарні науки [зб. наук. праць] .2019. Вип.6. Том 1. С. 90-96. doi: 10.15330/jpnu.6.1.90-96
2. Karakuş, M. (2015). The Effect of Conflict Resolution Strategies on Marital Satisfaction. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 1(1), 1-13.
3. Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (2015). *The Seven Principles for Making Marriage Work: A Practical Guide from the Country's Foremost Relationship Expert*. Harmony.

4. Mair, P., Pepping, C. A., & Halford, W. K. (2019). Emotion Regulation and Conflict Resolution in Couples' Intimate Relationships: A Review of Conceptual and Empirical Literature. *Journal of Family Theory & Review*, 11(1), 1-25.
5. Fowers, B. J., & Olson, D. H. (2017). *Marriage and Family Therapy: A Practice-Oriented Approach*. Routledge.
6. Kaufman, G. (2020). *The Science of Couples and Family Therapy: Behind the Scenes at the "Love Lab"*. W. W. Norton & Company.