



III Международная междисциплинарная научно –
практическая конференция молодых учёных и студентов
«ПСИХОЛОГИЯ , ПСИХИАТРИЯ , НАРКОЛОГИЯ XXI ВЕКА :
ПЕРВЫЕ ШАГИ В НАУКУ И ПРАКТИКУ»

ТЕМА : КОНФЛИКТ В СЕМЬЕ : СОВРЕМЕННЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ЕГО РАЗРЕШЕНИЮ

Научный руководитель : Алмагамбетова А.А. ассистент кафедры психиатрии и наркологии
НАО МУС

Докладчики : Калишева А.Е., Сагындык А.С. , Кыдырбек А.М. , Зекенов А.А.



План

1

Введение

2

Цель работы

3

Результаты и их обсуждения

4

Заключение



Введение

- В современном обществе семейные конфликты становятся всё более распространённым явлением, влияющим на стабильность семьи и общества. Рост числа разводов, снижение взаимопонимания и изменение семейных ценностей делают изучение этой проблемы особенно важным.
- Актуальность темы обусловлена тем, что семейные конфликты затрагивают не только супругов, но и детей, отражаясь на их психическом и эмоциональном состоянии. Междисциплинарный подход, включающий социологические и психологические аспекты, позволяет глубже понять причины конфликтов и найти эффективные способы их разрешения.





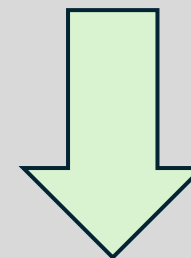
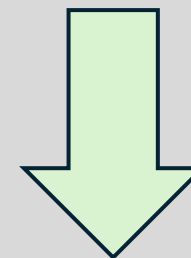
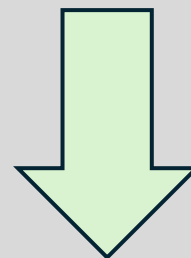
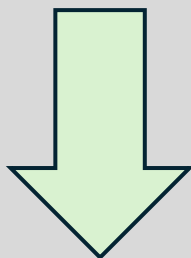
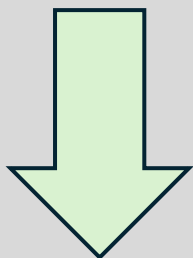
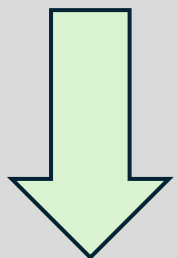
Цель исследования :



Проанализировать природу, причины и особенности семейных конфликтов, а также выявить современные психологические подходы и эффективные методы их разрешения с целью укрепления семейных отношений и повышения психологического благополучия членов семьи.



Задачи исследования



1) Изучить теоретические основы понятия «семейный конфликт» и определить его роль в межличностных отношениях.

2) Рассмотреть основные причины и факторы, способствующие возникновению семейных конфликтов в современном обществе.

3) Проанализировать психологические механизмы развития конфликтных ситуаций в семье.

4) Исследовать современные подходы и методы психологического разрешения семейных конфликтов.

5) Определить особенности профилактики и коррекции конфликтов в молодой семье.

6) Разработать практические рекомендации по конструктивному взаимодействию и улучшению коммуникации между членами семьи.



По словам С.В.Небыкова основные проблемы в семейной жизни :

Отношения с друзьями и родственниками

Материальные и жилищные трудности

Распределение домашних трудностей

Иерархия и семейные роли

Межличностные трудности-ревность , непонимание,слабое понимание особенности партнёра



Недостаточная
саморегуляция эмоции

Низкая культура
общения

Психологические
факторы
препятствующие
разрешению
конфликтов

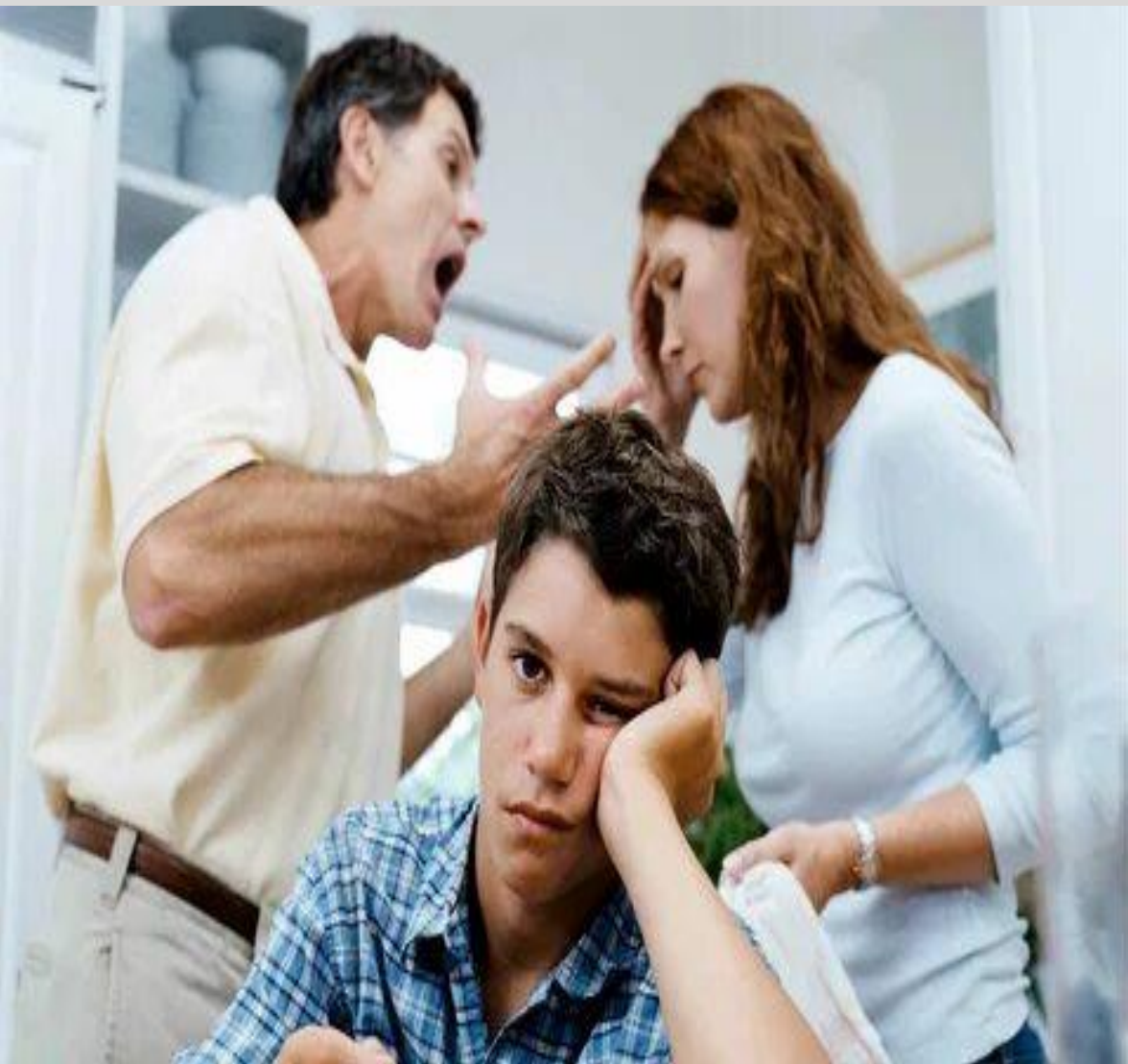
Искажённое
восприятие партнёра

Ошибочное
представление о
природе трудностей («у
нас особая проблема»)

- По мнению авторов, большинство пар не осознают, что трудности типичны для их стадии брака .



Психология конфликтов:



Конфликты появляются из-за сильных эмоции: гнев, обида, разочарование

Персональные атаки и обвинения

Коммуникационные преграды — неумение слушать и выражать чувства

Исходя из этого , вывод:

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ИНТЕНСИВНОСТЬ — ключевой дестабилизирующий фактор .



По мнению Г. Навайтиса, прогноз консультирования молодых семей всегда более оптимистичен, чем при работе со зрелыми. Причиной на это является :

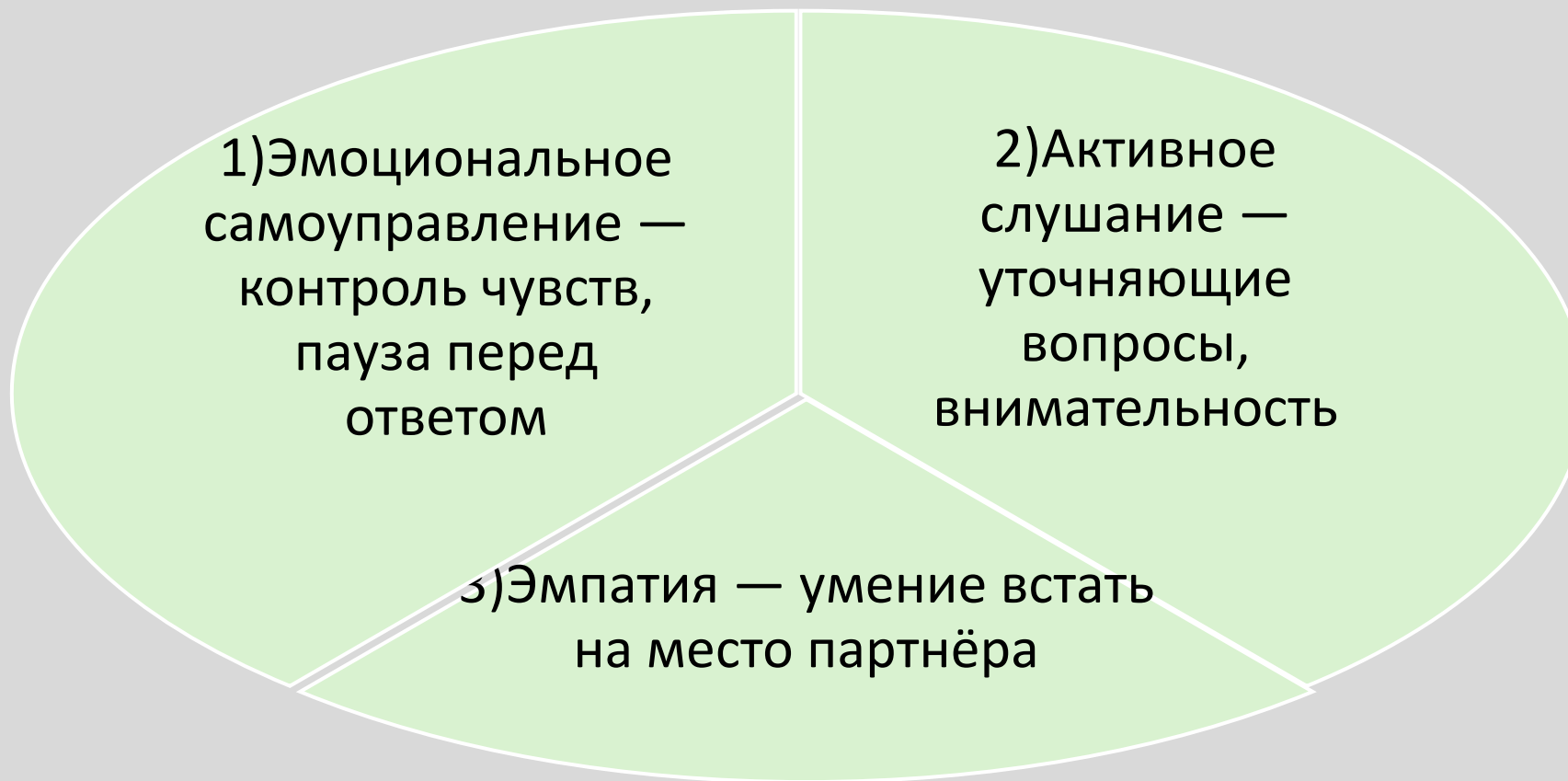
Позитивное отношение супругов друг к другу

Конфликт ограничивается одной сферой

Возможность профилактики на ранних стадиях .



Исходя из исследований основные стратегии конструктивного разрешения конфликтов:





4) Выражение чувств через «Я-высказывания», а не обвинения
Пример: вместо «Ты никогда не слушаешь» — «Я чувствую, что меня не слышат».

5) Поиск компромиссов

6) Обращение к специалисту при повторяющихся конфликтах



Теория системной семейной психотерапии



Мюррей Боуэн (1913 – 1990 гг.)

Семья - это эмоциональная система, в которую входят все члены семьи, представители всех предшествующих поколений



Семейная терапия Боуэна является современным подходом



Суть подхода : конфликты повторяются из поколения в поколение . Необходимо понимать семейные закономерности и передающиеся модели поведения .



Методы терапии по Боуэну

Генограмма — визуальное отображение структуры семьи и связей.

Самодифференциация — умение сохранять личные границы, не растворяться в эмоциях других.

«I-выговорки» (I-statements) — выражение чувств без обвинений.

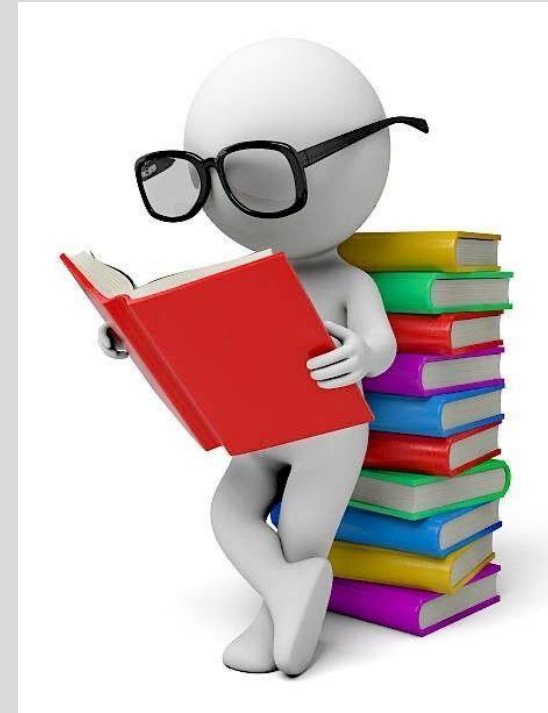
Например вместо : «Ты никогда не помогаешь по дому» , стоит сказать : «Я чувствую себя перегруженным и хотел бы больше помощи»





Заключение

Конфликты в семье — естественная часть отношений , особенно в молодом браке, где только формируются привычки и роли . Главное — не избегать разногласий , а уметь их конструктивно решать через понимание , эмпатию и уважение . Эффективными показали себя стратегии саморегуляции, активного слушания и методы семейной терапии , такие как подход М. Боуэна . Гармония в семье достигается не отсутствием конфликтов , а умением их переживать вместе , сохраняя доверие и любовь .





Литература

1. Атласов В. В., Хабаров М. Семейные конфликты: причины возникновения и пути решения [Электронный ресурс]. — Барнаул: Алтайский государственный университет, 2023. — URL: <https://journal.asu.ru/smw/article/view/9575/7822>
2. Акмалов Р. Р. Типология и причины семейных конфликтов в семьях с различным социальным статусом супругов [Электронный ресурс]. — URL: <https://sg.docs.wps.com/module/common/loadPlatform/?sid=slBmk97afAvLencG&v=v2>
3. Брездина Е. С. Способы разрешения и профилактики семейных конфликтов [Электронный ресурс]. — 2021. — URL: <https://www.xn—8sbempclcwd3bmt.xn—p1ai/article/4039>
4. Дронова А. М., Ступакова О. А. Семейные конфликты и пути их решения [Электронный ресурс]. — Пермь, 2020. — URL: https://cherya-edu.permarea.ru/upload/versions/11399/18842/Semejnyje_konflikty.Sposoby_reshenija.pdf
5. Зотова Л. Э., Андреева А. А. Причины семейных конфликтов и стратегии поведения в них разнопоколенных членов семей [Электронный ресурс]. — Research Journal, 2016. — URL: <https://research-journal.org/archive/3-45-2016-march/prichiny-semejnyx-konfliktov-i-strategii-povedeniya-v-nix-raznopolennyx-chlenov-semej>
6. Коджаспиров А. Ю. Psychological prevention of parent-child conflict in modern family [Электронный ресурс]. — Psyjournals.ru, 2013. — URL: https://psyjournals.ru/en/journals/psyedu/archive/2013_n1/59124
7. Маршал Э. Что такое семейная терапия Боуэниана? [Электронный ресурс]. — Verywell Mind, 2023. — URL: <https://www.verywellmind.com/bowenian-family-therapy-definition-and-techniques-5214558>
8. Небыкова С. В. Способы разрешения супружеских конфликтов в молодой семье: из опыта использования в процессе профессиональной подготовки психологов [Электронный ресурс]. — Cyberleninka, 2019. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sposoby-razresheniya-supruzheskih-konfliktov-v-molodoy-semie-iz-opyta-ispolzovaniya-v-protsesse-professionalnoy-podgotovki-psihologov/viewer>
9. Рехимли Ф. The social-psychological problems of modern families and the role of social work in their resolution [Электронный ресурс]. — 2025. — URL: <https://egarp.lt/index.php/aghel/article/view/125>
10. Саиева Л. М. Психология семейных отношений. Супружеские конфликты [Электронный ресурс]. — Cyberleninka, 2020. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-semejnyh-otnosheniy-supruzheskie-konflikty-1>
11. Хатуева М. С. Предупреждение и разрешение семейных конфликтов [Электронный ресурс]. — Cyberleninka, 2021. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/preduprezhdenie-i-razreshenie-semejnyh-konfliktov>
12. Черри К. Как работает семейная терапия [Электронный ресурс]. — Verywell Mind, 2023. — URL: <https://www.verywellmind.com/what-is-structural-family-therapy-5193068>
13. Винни С. Обзор метода Готтмана [Электронный ресурс]. — Verywell Mind, 2023. — URL: <https://www.verywellmind.com/what-is-the-gottman-method-5191408>
14. Family conflict and managing strategies: implication for understanding emotion and power struggles [Электронный ресурс]. — ResearchGate, 2020. — URL: https://www.researchgate.net/publication/345745414_Family_Conflict_and_Managing_Strategies_Implication_for_Understanding_Emotion_and_Power_Struggles
15. Family interventions: basic principles and techniques [Электронный ресурс]. — PubMed Central, 2020. — URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7001353/>
16. Prospective relations between family conflict and adolescent maladjustment: security in the family system as a mediating process [Электронный ресурс]. — PubMed Central, 2018. — URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5865390/>
17. Relationship between work-family conflict and family structure in the lives of working mothers in Hungary – a pilot study [Электронный ресурс]. — BMC Psychology, 2024. — URL: <https://bmcpyschology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-024-01925-0>
18. Semejnye konflikty: prichiny, posledstviya i metody razresheniya (учебный / школьный уровень) [Электронный ресурс]. — Nportal.ru, 2018. — URL: <https://nsportal.ru/shkola/psihologiya/library/2018/04/27/konflikty-v-seme-psihologicheskie-prichiny-i-sposoby-ih>
19. The effect of family conflict on the psychological needs and externalising behaviour of preadolescents [Электронный ресурс]. — Scielo, 2018. — URL: https://www.scielo.org.za/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0037-80542018000100004
20. Wang X., McGowan A. L., Fosco G. M. et al. A socioemotional network perspective on momentary experiences of family conflict in young adults [Электронный ресурс]. — PubMed, 2024. — URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38529525/>



Спасибо за внимание!

