

3. Maslach, C. Burnout (1982). The cost of caring. *Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall*. [українською мовою].

4. Зайчикова Т. В. (2002). Вплив синдрому «емоційного вигорання» на професійне становлення педагога. *Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології: матер.міжнар. наук. конф., присвяченої 35-річчю наукової та педагогічної діяльності академіка С. Д. Максименка*. Т. 4. Міленіум. [українською мовою].

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ «СІМЕЙНИЙ КОНФЛІКТ» ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН

УДК159.9.072:005

Матохнюк Людмила Олександрівна,
*завідувач кафедри психології,
доктор психологічних наук, професор*
Зеленько Олена Анатоліївна,
*студентка спеціальності 053 «Психологія»,
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

Анотація. У статті розкрито дефініцію поняття «сімейний конфлікт» як психологічний феномен. Встановлено, що сімейний конфлікт під яким розуміємо неврегульовані суперечності, суперечки або непогодження між членами сім'ї, які можуть виникати через різниці в поглядах, цінностях, потребах, або через недоліки у комунікації та взаєморозумінні. До психологічних особливостей виникнення сімейних конфліктів відносять: комунікаційні проблеми; різні цінності та переконання; стресові ситуації; навантаження обов'язками; особисті конфлікти; фази життя сім'ї; рольові конфлікти; міжособистісні відмінності.

Ключові слова. Конфлікт, сім'я, сімейний конфлікт, психологічні умови, психологія сім'ї.

Актуальність дослідження. На кожному етапі життя, в різних сферах діяльності людини виникають різноманітні непорозуміння, незгоди, суперечки, що в майбутньому може стати причиною конфліктних ситуацій.

Найчастіше конфліктна ситуація виникає за відсутності спільних інтересів людей, які комунікують між собою. Саме відсутність взаємопорозуміння викликає суперництво та протистояння, саме це являється основою для втрати особистого або міжособистісного спокою. Це порушує емоційну рівновагу та призводить до загострення протистояння, а отже, конфлікту. Сімейний конфлікт явище поширене, практично не має сім'ї, яка не має конфлікту. Тому, тема дослідження, є вкрай актуальною і вимагає роз'яснення сутності сімейних конфліктів та їх психологічних особливостей.

Аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми. Різні аспекти проблем, які виникають у сімейних конфліктах та застосування медіації, як засобу для їх вирішення присвячено багато наукових праць, серед них варто виділити роботи Т. Білика, Р. Гаврилюка, І. Городиського, С. Дяченка, Л. Матохнюк, О. Явора, та інших вчених. Вивченням понять «сім'я», «конфлікт», «сімейний конфлікт» свої праці присвятили Н. Грішіна, Л. Скібіцька, І. Танчина, та інші.

Мета наукової публікації. Мета статті полягає у теоретичному аналізі сутності поняття «сімейний конфлікт» а також особливостям їх виникнення.

Завдання статті: на основі теоретичного аналізу розкрити:

1. Суть поняття сімейний конфлікт.
2. Психологічні особливості виникнення сімейних конфліктів.

Методи та методики дослідження. На вирішення першого питання використано системний аналіз наукової літератури, на вирішення другого питання було здійснено узагальнення теоретико-методологічних підходів до важливих проблем психологічних особливостей виникнення сімейних конфліктів.

Виклад основного матеріалу дослідження. З психологічної точки зору, сім'я – це мала соціальна група, яка тісно контактує між собою, а члени якої мають обов'язково спільні інтереси та цілі.

Дж. Мердок у 1949 році опублікував монографію «Соціальна культура», у якій використовуючи аналіз сімей, які були представниками 250 культур, і

запропонував власне визначення поняття «сім'я» - це соціальна група, якій властиве спільне проживання, економічна кооперація та відтворення (Танчин, І., 2005).

На думку, А. Тагієва, «сім'я – це історично зв'язана конкретна система взаємних стосунків між подружжям, батьками та дітьми, це соціальна група, де існує зв'язок, це батьківські або шлюбні відносини, через спільний побут та взаємну моральну відповідальність» (Тагієв, А. 2019).

У свою чергу, І. Танчин визначає, що сім'я як соціальний феномен – це соціально санкціонована, відносно стійка група людей, яка об'єднана кровною спорідненістю, шлюбом або усиновленням дітей, члени якої проживають разом та пов'язані економічно між собою (Танчин, І. 2005).

Л. Матохнюк у наукових роботах окрему увагу приділяє поняттю «цивільний шлюб». Вона зазначає, що це більш-менш тривалий союз між неодруженими чоловіком та незаміжною жінкою, що характеризується веденням спільного побуту в якому передбачається вірність партнерів, спільна турбота про дітей, можливість матеріального забезпечення одного партнера іншим; тобто він є такою формою шлюбу, на який без втручання права може будуватися стабільна сім'я (Матохнюк, Л. 2021).

Отже, на нашу думку сім'я – це наявність тісного зв'язку та постійного спілкування, де кожен член родини бажає жити зі своїми власними поглядами та ідеями, при цьому враховується точка зору іншого члена родини, та знаходиться компроміс.

Поняття «конфлікт», яке варто коротко проаналізувати для розкриття теми дослідження, на думку Л. І. Скібіцької визначається як зіткнення протилежних та несумісних одна з одною тенденцій, для окремого епізоду у свідомості, при міжособистісних відносинах та взаємодіях груп людей або індивідів, яке пов'язане з переживаннями та емоціями (Скібіцька, Л. І. 2007).

Психологи поділяють конфлікт на три форми (Скібіцька, Л. І. 2007):

- Внутрішньо особистісний;
- Міжособистісний;

- Груповий.

При цьому, сімейні конфлікти, зазвичай відносять до міжособистісних, які носять негативний характер та не призводять до сімейної адаптації. Сімейний конфлікт, практично завжди являється прагненням подружжя задовольнити власні потреби або забезпечити умови для їх задоволення, не враховуючи при цьому інтереси інших членів родини. Сім'я, яка конфліктує - це сім'я, у якій відбувається постійне протиборство між чоловіком і дружиною, а це у свою чергу, породжує тривалі та сильні негативні емоційні стани. Але шлюб, може зберігатись завдяки іншим факторам, а саме - компромісам.

Сімейні конфлікти відбуваються за різних причин, з урахуванням психологічних, соціальних чинників макро-та мікро середовища. Основну увагу приділяють психологічним чинникам рівень зрілості до шлюбних стосунків, ціннісні орієнтації партнерів, моральні норми, рівень подружньої сумісності. А також соціальні чинники: чинник мікросередовища, а саме безробіттю одного з членів подружжя; відсутності нормального житла; недостатності коштів; надмірного фізичного навантаження одного або двох із подружжя; проблеми із влаштуванням дітей до різних дитячих установ.

Отже, психологічні особливості виникнення сімейних конфліктів можуть виникати під впливом різних чинників та динамікою взаємин у сім'ї. Ось деякі з них:

- Комунікаційні проблеми: недостатність ефективної комунікації може вести до непорозумінь та накопичення негативних емоцій.
- Різні цінності та переконання: кожен член сім'ї може мати власні погляди та цінності, що може призводити до суперечок.
- Стресові ситуації: важкі життєві обставини, фінансові проблеми, проблеми зі здоров'ям або роботою можуть впливати на психологічний стан членів сім'ї.
- Навантаження обов'язками: нерівномірне розподілення домашніх та сімейних обов'язків може призводити до недовіри та невдоволеності.

- Особисті конфлікти: індивідуальні проблеми кожного члена сім'ї, такі як низька самооцінка, депресія чи тривога, можуть впливати на динаміку сімейних відносин.

- Фази життя сім'ї: різні етапи розвитку сім'ї (народження дітей, підлітковий період, виїзд дітей з дому тощо) можуть створювати нові виклики та динаміку в сімейних відносинах.

- Рольові конфлікти: розбіжності у сприйнятті та виконанні ролей (батько-мати, дитина-батьки) можуть створювати напругу.

- Міжособистісні відмінності: різні особливості характеру та особистості можуть сприяти виникненню конфліктів.

- Зрозуміння цих психологічних аспектів може сприяти вирішенню конфліктних ситуацій у сім'ї та покращити взаємини між її членами.

На основі аналізу наукової літератури встановлено, що сімейні конфлікти поділяються на три категорії, а саме між дітьми та батьками; між сімейною парою; між сімейною парою та іншими членами родини.

Висновки. Розкрито суть поняття сімейний конфлікт під яким розуміємо неврегульовані суперечності, суперечки або непогодження між членами сім'ї, які можуть виникати через різниці в поглядах, цінностях, потребах, або через недоліки у комунікації та взаєморозумінні. Конфлікти в сім'ї можуть стосуватися різних аспектів життя, включаючи фінанси, виховання дітей, поділ домашніх обов'язків, особисті простори та багато інших. Важливо правильно управляти конфліктами для підтримки здорових та гармонійних відносин у сім'ї.

Психологічні особливості виникнення сімейних конфліктів можуть бути впливовані різними чинниками та динамікою взаємин у сім'ї: комунікаційні проблеми; різні цінності та переконання; стресові ситуації; навантаження обов'язками; особисті конфлікти; фази життя сім'ї; рольові конфлікти; міжособистісні відмінності.

Розуміння цих психологічних аспектів може сприяти вирішенню конфліктних ситуацій у сім'ї та покращити взаємини між її членами.

Перспективи подальших досліджень. Розробити модель подолання конфліктних ситуацій щодо попередження сімейних конфліктів засобами медіації, яка все більше набуває сили, і має значні перспективи для подальшого поглибленого вивчення у теорії, та застосуванні на практиці напрацьованих знань.

Список використаної літератури.

1. Дяченко С.В. 2020. Запровадження медіації для вирішення сімейних спорів у цивільному судочинстві України: судова практика. *Юридичний науковий електронний журнал*, 2, 118–121. [українською мовою].
2. Скібіцька Л.І. (Київ. 2007). *Конфліктологія: навч. посіб.*, 384. [українською мовою].
3. Танчин І.З. (Львів 2005). *Соціологія: навч. посіб.: Українська академія друкарства*, 360. [українською мовою].
4. Тагієв, А. Г. (2019). *Сім'я як компонент сучасного освітнього простору* (Bachelor's thesis, Київ). [українською мовою].
5. Матохнюк Л.О., Шпортун О.М. (2020). *Психологічні особливості ціннісно-сміслових орієнтацій партнерів у цивільному шлюбі*. [українською мовою].

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КРИЗОВОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ

УДК 159.922.6

Мідлер Галина Олександрівна,
*студентка спеціальності «Психологія»,
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

Анотація. В статті викладено теоретико-емпіричний аналіз психологічних особливостей кризової саморегуляції осіб зрілого віку. Встановлені психологічні чинники оптимальної кризової саморегуляції жінок.

Ключові слова: саморегуляція, жінки, зрілий вік, емоційна зрілість, стратегії поведінки.