

РОЗДІЛ 3. СІМ'Я ЯК СФЕРА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ТА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ

3.1 ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАЦІЇ ШЛЮБНИХ ПАРТНЕРІВ У СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТАХ

Олена ВАСИЛЕНКО, Катерина ОЛЕКСАНДРЕНКО

Як свідчить практика, комунікація шлюбних партнерів є ключовим моментом життєдіяльності сім'ї, вона визначає ефективність її функціонування і перспективи розвитку. Серед найпоширеніших проблем, які належать до сфери міжособистісної взаємодії подружжя, є проблема сімейних конфліктів [2; 3; 4; 7; 8; 10]. Сімейні конфлікти провокують ворожнечу, образи, взаємні звинувачення і являються серйозною психологічною проблемою для міжособистісних стосунків подружжя, батьків і дітей, сватів тощо. Взаємини учасників сімейного конфлікту можуть виявлятися через вербальну комунікацію (крики, словесні образи) та невербальні дії (бійка, биття посуду, штурхання та ін.). У більшості випадків сімейний конфлікт провокує виникнення вельми широкого спектру негативних мовленнєвих реакцій шлюбних партнерів.

Вивчення наукової літератури свідчить про те, що увагу дослідників привертає цілий комплекс проблемних питань, пов'язаних із сімейними конфліктами, зокрема: фактори, що сприяють виникненню сімейних конфліктів (І. Ващенко, Л. Кондрацька) [2], сімейні конфлікти як фактор емоційного вигорання у підлітків (Л. Кондрацька) [3], типологія та характеристика сімейних конфліктів (Н. Максимова) [4], сімейні кризи як причини сімейних конфліктів (Н. Оліфірович та ін.) [5], порушення міжособистісної комунікації у стосунках молодої пари як передумова проявів сімейного насильства (А. Парфанович) [6], формування у майбутніх психологів готовності до запобігання та подолання сімейних конфліктів (А. Руденок) [10]. Доречно звернути увагу на прагнення дослідників вивчити мовленнєву поведінку подружжя у ситуаціях адюльтеру та при вияві ревнощів (Є. Потапчук) [8; 9].

Нажаль, на сьогоднішній день відсутні комплексні дослідження комунікації шлюбних партнерів при виникненні сімейних конфліктів. Існує потреба у розробці практичних рекомендацій членам сім'ї щодо моделей мовленнєвої поведінки подружжя з дітьми, розвитку культури мовлення дітей, пошуку ефективних шляхів подолання сімейних конфліктів.

Сімейне життя часто об'єднує жінку і чоловіка, які мають різну систему цінностей, інтелектуальні здібності, морально-психологічні властивості, життєві орієнтири та прагнення. Відсутність оптимального поєднання ознак подружжя, які можуть сприяти гармонійному шлюбному партнерству детермінує низький рівень міжособистісної сумісності пари, відтак виникає неузгодженість ролевих очікувань, розчарування та роздратування. Все це стає сприятливим підґрунтям для виникнення сімейних конфліктів.

За свідченням І. Ващенко та Л. Кондрацької [2], серед факторів, що сприяють виникненню сімейних конфліктів є: незадоволення потреби в значущості свого «Я», неповага почуття гідності з боку партнера, погіршення матеріального стану сім'ї, неможливість нормально працевлаштуватися, тривала відсутність житла, незадоволена потреба в позитивних емоціях, неадекватні ролеві очікування, несумісність характерів, конфліктність, грубість, агресивність, відмінність поглядів на сумісне подружнє життя, виховання дітей, ставлення до батьків або родичів, обмеження свободи, активності дій, самовираження членів сім'ї, фобія втрати дитини батьками, сексуальна дисгармонія шлюбних партнерів та ін.

На думку Н. Максимової [4], існують об'єктивні та суб'єктивні причини виникнення дисфункцій сім'ї. Серед об'єктивних дослідник виділяє такі фактори, як економічний та соціальної нестабільності. Що стосується суб'єктивних чинників, то авторкою виокремлюються існуючі стереотипи й упередження, що можуть вступати у суперечність із сьогоденними реаліями життя. При цьому, серед причин сімейних конфліктів дослідниця виділяє: помилковість при виборі партнера, невідповідність мотиву взяти шлюб до функцій сім'ї, незавершеність стосунків з батьківською родиною, втрата ілюзій (синдром утопії), страх перед відмінностями, потреба в домінуванні одного партнера, яка детермінована його внутрішніми конфліктами або іншими особливостями партнерів, проблеми комунікації через нездатність партнерів проводити переговори з усіх проблем життя, особистісна незрілість партнерів, що виявляється у прагненні до уникнення відповідальності.

До причин конфліктів у сімейному спілкуванні Н. Хлопоніна [12] відносить: суперечливість сімейних ролей та вузькі межі їх виконання, ролеву переважаність партнерів, невизначеність ролевих очікувань, невідповідність сімейних ролей можливостям подружжя тощо.

Щодо комунікації учасників сімейних конфліктів, то вона суттєво залежить від індивідуально-психологічних характеристик шлюбних партнерів та стратегій їхньої поведінки (боротьба, компроміс, пристосування, співпраця, уникнення) [3; 6; 10]. За результатами нашого дослідження, організованого в лабораторії медико-психологічних досліджень Хмельницького національного університету у 2019-2020 рр. було з'ясовано, що серед 88 опитаних шлюбних партнерів на питання «Які комунікативні та

поведінкові дії Ви найчастіше використовуєте під час конфлікту з членами сім'ї?» учасники опитування назвали такі варіанти: виправдовуюсь (10,2%), домовляюсь (19,3%), дорікаю (8%), жартую (5,7%), мовчу (2,3%), нападаю (5,7%), погоджуюсь (10,2), прошу вибачення (6,8%), сперечаюсь (10,2%), утікаю (6,8%) частково поступаюсь (14,8%). Отримані результати вказують на те, що: 27,2% опитаних надають перевагу стратегії «пристосування» (виправдовуюсь, погоджуюсь, прошу вибачення), 23,9% – обирають стратегію «боротьба» (дорікаю, нападаю, сперечаюсь), 19,3% – орієнтуються на стратегію «співпраця», 14,8% – спрямовані на стратегію «компроміс» і 14,8% – мають схильність до стратегії «уникнення» (жартують, мовчать, утікають).

Отже, серед найбільш полярних стратегій «боротьба – співпраця» переважає стратегія «боротьба» (23,9%). При такій стратегії сімейні конфлікти будуть породжувати мовленнєву поведінку подружжя, спрямовану на суперечку, вираження свого невдоволення чи взаємного звинувачування. Зважаючи на те, що одиницею мовленнєвої поведінки є мовленнєвий вчинок (конкретний мінімальний акт у спілкуванні), ми провели додаткове опитування учасників дослідження (21 шлюбного партнера), для яких характерна стратегія «боротьба», щодо визначення одиниць мовленнєвої поведінки у сімейних конфліктах. З'ясувалося, що при стратегії «боротьба» шлюбні партнери, як учасники діалогу, найчастіше надають перевагу таким мовленнєвим вчинкам:

– *докір (100%)*, з характерними виявами комунікації: Де тебе так довго носило? Куди ти витрачаєш сімейні гроші? Навіщо ти купуєш вічно купуєш цей непотріб? У тебе тільки рибалка на думці! Чому твої батьки нам не допомагають? Чому весь час пропадаєш з друзями? Чому ти зависаєш у соціальних сітках? Чому ти не приділяєш увагу дитині? Чому ти не слідкуєш за своєю вагою? Чому у тебе немитий посуд?;

– *напад (74,1%)*, з характерними виявами комунікації: Покажи свою переписку у Вайбері! Ти – бездарність! Ти – бездушна людина! Ти – жирна корова! Ти – опудало, а не людина! Ти – махровий альфонс! Ти – хворе на голову створіння! У тебе криві ноги, як твого діда! У тебе не має мозку! Щоб духу твого тут більше не було!;

– *сперечання (100%)*, з характерними виявами комунікації: Ти сама (сам) така (такий)! Якщо я хворий, то подивися на себе! Якщо я утриманка, то ти егоїстичний дурень! А ти ще гірша за мене!

Як бачимо, негативною характеристикою мовленнєвої поведінки шлюбних партнерів у сімейних конфліктах при стратегії «боротьба» є те, що подружжя переходить з предмету конфліктів на особистість один одного і починають принижувати честь і гідність партнера (ти – бездарність, бездушна людина, жирна корова, опудало, махровий альфонс, хворе на голову створіння). Така мовленнєва поведінка набуває характеру зневажливих висловлювань, провокує появу в подружжя почуття гіркоти, досади, душевного болю. Це, у свою чергу, негативно позначається на психічному та фізичному здоров'ї такої сім'ї.

Стратегія поведінки «боротьба» здатна швидко виснажувати психіку учасників конфлікту, спричиняти виникнення негативних психічних станів, психоемоційного виснаження та депресії. В депресивному стані шлюбні партнери поступово забувають про те, яким веселим і життєрадісним колись було їхнє сімейне життя. За результатами застосування опитувальника В. Бакшинського та О. Жданова «Індекс психоемоційного виснаження» з'ясувалося, що переважна більшість шлюбних партнерів (n=88) під час сімейних конфліктів відчують помірне (67%) чи повне спустошення» (33%). Учасники опитування чітко визнають те, що сімейні конфлікти спричиняють втрату членами сім'ї моральних сил та здатності до активного сімейного життя. Адже навіть «помірне спустошення», на яке вказало 67% опитаних, може викликати у подружжя безсилля та апатію. При «повному спустошенні» (33%) такі стани суттєво посилюють свій негативний вплив на людину, провокуючи появу «збайдужілого» шлюбного партнера – людини, для якої втрачає цінність сімейне життя і стосунки з дружиною (чоловіком). Водночас посилюється проблема особистісних переживань подружньої пари. Це підтверджують відповіді учасників дослідження на питання «Які відчуття можуть породжувати деструктивні сімейні конфлікти?» (таблиця 1).

Таблиця 1

Результати опитування шлюбних партнерів щодо своїх бажань та переживань, пов'язаними з деструктивними сімейними конфліктами

Варіанти відповіді	Учасники опитування (n=88)
«бажання заглушити біль за допомогою за спиртних напоїв»	65,9%
«бажання покінчити життя самогубством»	12,5%
«бажання розлучитися з партнером»	60,2%
«бажання помститися партнерові»	23,8%

Звертає на себе увагу те, що 100% опитаних шлюбних партнерів зазначили, що у них деструктивні сімейні конфлікти породжували відчуття зраженості та образи. Очевидно, це пов'язано з глибокими розчаруваннями своїми партнерами, моделі поведінки яких не відповідали взаємним очікуванням. Особливу увагу привертає відповіді шлюбних партнерів, які відображають не просто емоційне переживання, а потяги до різних деструктивних дій. У першу чергу, це стосується таких відповідей як: «бажання заглушити біль за допомогою спиртних напоїв» (65,9%), «розлучитися» (60,2%). Крім того, 23,8% визнали у них бажання помститися партнерові, а 12,5% – бажання закінчити життя самогубством.

Окрему увагу в процесі проведення нашого дослідження ми звернули на вияви мовленнєвої поведінки подружжя на різних стадіях сімейного конфлікту (латентній, демонстративній, демонстративно-агресивній). З'ясувалося, що на латентній стадії конфлікту у подружжя посилюються внутрішні роздуми, які стосуються очікування змін у моделі поведінки партнера. Через появу невдоволення мовленнєва поведінка має характер, переважно, замовчування, ухилення від прямої відповіді, нещирість. На демонстративній стадії конфлікту комунікація подружжя характеризується суперечками, претензіями, спробами переконати один одного у своїй правоті. З'являється легке роздратування та незначна вербальна агресія. На демонстративно-агресивній стадії конфлікту шлюбні партнери виявляють вербальну і невербальну агресію, злість, гнів. Внаслідок взаємних звинувачувань та образ виникає бажання розірвати стосунки. Це може породити сімейну ненормативну кризу «розлучення» [5].

Загалом практика свідчить, що сімейні конфлікти можуть виникати на різних етапах сімейного життя і бути наслідком сімейних нормативних і ненормативних криз [5; 10]. Наслідками надмірних сімейних конфліктів для подружжя можуть бути інтенсивні вияви емоцій: сльози, скандали, стеження, сварки, докори і підозри. За свідченням Є. Потапчука, мовленнєва поведінка подружжя має свої певні особливості, наприклад, в ситуаціях адюльтеру [8] та при виникненні ревнощів [9]. Дослідник звертає увагу на те, що іноді ревнощі здатні досягати такої сили, що набувають нав'язливий характер: марення ревнощів може виявлятися в агресивних діях по відношенню до партнера. Задля збереження психічного здоров'я та сімейних стосунків подружжю при виникненні підозр важливо вміти корегувати та контролювати свою мовленнєву поведінку. Для цього потрібно: практикувати у стосунках повну відкритість; якщо щось турбує, треба це озвучувати і без докорів; з'ясувати з партнером, які ситуації провокують ревнощі і домовитися про можливі варіанти поведінки в таких ситуаціях; усвідомити для себе: що змушує мене ревнувати? в чому я не впевнена і чому?

Якщо між партнерами уже розгорівся конфлікт на ґрунті ревнощів, для його подолання потрібно: якомога швидше відновити спілкування після сварки; довіритися партнерові (повірити в його слова); важливо розібратися в собі, усвідомити причини виникнення ревнощів [1; 2; 4; 11].

Результати нашого дослідження дозволили визначити основні шляхи запобігання сімейних конфліктів. За свідченням А. Руденка [10], такими шляхами є: формування психолого-педагогічної культури, знань з основ сімейних стосунків; виховання дітей з урахуванням їх індивідуально-психологічних і вікових особливостей, а також емоційних станів; організація сім'ї на засадах рівноправності, формування сімейних традицій, розвиток взаємодопомоги, взаємної відповідальності, довір'я і пошани; формування культури спілкування.

Насамперед важливо проводити просвіту молоді з питань підготовки до шлюбного життя та вибору шлюбного партнера, зокрема щодо розвитку уявлень про шлюбний потенціал та міжособистісну сумісність шлюбних партнерів. Далі потрібно здійснювати просвіту подружжя з питань взаємної підтримки зони особистісного комфорту та конструктивної поведінки в конфліктних ситуаціях. Для запобігання сімейних конфліктів важливо навчати шлюбних партнерів навичкам гармонійної сімейної комунікації, умінню розподіляти сімейні обов'язки та правильно застосовувати сімейні ролі, наприклад, односторонній, порадник, слухач, співрозмовник, розрадач. Подружжя має вміти створювати зони особистісного комфорту членів сім'ї та уникати міжособистісних зіткнень. Крім сказаного вище, надзвичайно доречно мотивувати шлюбних партнерів засвоювати методи самоконтролю поведінкових, емоційних та мовленнєвих реакцій, що здатні провокувати сімейні конфлікти.

Висновки та пропозиції. Отже, результати проведеного дослідження дають змогу зробити висновки про те, що комунікація подружньої пари під час сімейних конфліктів може характеризуватися різними мовленнєвими реакціями, які залежать від стратегії поведінки шлюбних партнерів у конфлікті. При стратегії «боротьба» шлюбні партнери, як учасники діалогу, найчастіше надають перевагу таким мовленнєвим вчинкам: докір, сперечання, напад. Мовленнєва поведінка подружжя набуває характеру взаємних звинувачувань, викликаних незадоволенням поведінкою партнера. Це спричиняє психоемоційне виснаження та негативні бажання і переживання шлюбних партнерів. Звідси виникає потреба у проведенні психологічної просвіти молоді з питань підготовки до шлюбного життя та вибору шлюбного партнера, зокрема щодо розвитку уявлень про шлюбний потенціал, міжособистісну сумісність шлюбних партнерів, а також про правила гармонійних сімейних стосунків. Вивчення зазначених вище питань має бути одним із *перспективних напрямків* для подальших досліджень даної

Література

1. Андреева Т.В. Психология современной семьи : монография / Т.В. Андреева. СПб. : Речь, 2005. 436 с.
2. Ващенко І.В., Кондрацька Л.В. Фактори, що сприяють виникненню сімейних конфліктів. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць : зб. наук. праць Кам'янець-Подільського нац. ун-ту ім. Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2011. Вип. 12. С. 142–158.
3. Кондрацька Л.В. Сімейні конфлікти як фактор емоційного вигорання у підлітків. Автореф. дис.. канд. н.: 19.00.07. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ. 2009. 16 с.
4. Максимова Н. Ю. Сімейне консультування : навч. посіб. К. : ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. 304 с.
5. Олифирович Н. И., Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф. Психология семейных кризисов. Санкт-Петербург : Речь, 2006. 360 с.
6. Парфанович А. Я. Порушення міжособистісної комунікації у стосунках молодої пари як передумова проявів сімейного насильства. Науковий вісник Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії ім. Тараса Шевченка. Серія : Педагогіка. 2018. Вип. 9. С. 98-105.
7. Потапчук Є. М. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером : довідник сімейного психолога. Хмельницький : «PolyLux design & print», 2020. 36 с.
8. Потапчук Є. М. Мовленнєва поведінка подружжя в ситуаціях адюльтеру як психологічна проблема. Психолінгвістика : зб. наук. праць ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Переяслав-Хмельницький: ФОП Лукашевич О. М., 2014. Вип. 15. С. 126-137.
9. Потапчук Є. М. Вплив ревнощів на мовленнєву поведінку подружжя. Психолінгвістика : зб. наук. праць ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я. М., 2016. Вип. 19 (1). С. 147-152.
10. Руденок А. І. Формування у майбутніх психологів готовності до запобігання та подолання сімейних конфліктів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2014. 306 с.
11. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук : ПП Щербатих О.В., 2015. 136 с.
12. Хлопоніна Н.Є. Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування [Текст] : дис... канд. психол. н.: 19.00.05. Київський національний ун-т ім. Тараса Шевченка. К. 2007. 247 с.