

## **Консультация «Молодая семья: как избежать конфликта».**

Цель: разобрать причины и виды конфликтных ситуаций, выработать способы разрешения семейных конфликтов.

Как заметил классик, «каждая несчастная семья несчастлива по-своему», однако все же можно выделить некоторые наиболее типичные проблемы, возникающие между членами семьи и ведущие к возникновению конфликтов.

Список проблем, ведущих к возникновению семейных конфликтов:

- нежелание или невозможность одного из супругов иметь детей;
- требование мужа, чтобы жена не работала и занималась домашним хозяйством;
- различное социальное положение супругов до вступления в брак;
- разность интересов супругов и неспособность идти на компромисс;
- необходимость жить в одном доме с родителями мужа или жены;
- проблемы поведения одного из супругов: алкоголизм, наркомания и пр.;
- создание семьи в пожилом возрасте;
- большая разница в возрасте между супругами.

В зависимости от каждой конкретной ситуации члены семьи выбирают свою модель поведения, которая либо усугубляет положение, либо постепенно меняет дело к лучшему.

Для решения проблемной ситуации необходимо:

- осознание того, что проблема действительно существует, понимание реального положения вещей;
- откровенный обмен мнениями, принятие во внимание точки зрения другого человека. Способность поставить себя на место другого, готовность к компромиссам во многом облегчает ситуацию и помогает принять правильное решение.

Существуют определенные способы выхода из конфликтных ситуаций.

## *Правила общения в конфликтных ситуациях*

Если один из супругов страдает от того, что другой уделяет ему мало внимания, постоянно занят на работе и не делится своими переживаниями, то он ощущает себя одиноким. Значит, следует вести разговор именно на эту тему, а не подменять истинную причину своего недовольства фразами типа «я тебя больше не интересую», «ты меня не любишь» и др.

Фразы типа «это несправедливо», «она говорит, что я делаю не то, что нужно», «это должно прекратиться», «я этого не вынесу» мешают партнеру по браку понять, о чем идет речь. Ему придется самому домысливать недосказанное вами, и в этом случае могут возникнуть путаница и недопонимание, что еще более осложнит дело.

Одними эмоциями решить проблему нельзя. Если вас не устраивает какая-то сторона семейных отношений и вы желаете изменить положение, то к разговору следует подготовиться. Подберите несколько доводов, которые трудно оспорить, и приемлемых предложений по изменению ситуации к лучшему.

Не позволяйте себе срываться на крик — это не самый лучший аргумент в споре. Не используйте слова и выражения, способные оскорбить собеседника, задеть его чувства. Категоричная форма ваших высказываний может стать причиной нового скандала. Имейте в виду, что слова «должен», «обязан», «следует» способны вызвать у собеседника реакцию, обратную той, на которую вы рассчитываете. И так произойдет не потому, что его не интересует тема разговора. Просто такими фразами вы его поставите в положение человека, вынужденного либо оправдываться, либо беспрекословно подчиняться, а спокойно воспринять это могут далеко не все.

### **«Правила поведения супругов»**

- Научитесь доверять друг другу, уважать мнение другого.
- Всегда будьте доброжелательны по отношению к партнеру по браку, чаще вспоминайте, насколько вы любите его.
- Не забывайте советоваться с супругом (супругой) по различным вопросам семейной жизни, учитывайте мнение другого.
- Ни в коем случае не пытайтесь «переделать», «перевоспитать» супруга (супругу), принимайте его таким, какой он есть.
- Лучший способ разумно распределить обязанности в семье — доверительный разговор.
- Умейте радоваться достижениям другого, помогать ему достигнуть большего, поддерживать его в трудных ситуациях.
- Искренняя бескорыстная забота о партнере по браку — лучшая награда и гарантия вашей счастливой семейной жизни.