

## ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ВСТАНОВЛЕННЯ ГАРМОНІЙНИХ СІМЕЙНИХ ВЗАЄМИН У КОНСУЛЬТАТИВНОМУ ПРОЦЕСІ

ORCID: 0000-0002-4113-4975

**Мета статті** – виявити основні причини розгортання конфліктних шлюбно-сімейних відносин, та основні чинники подолання консультантом шлюбно-партнерських протистоянь, і сприяння встановленню гармонійних сімейних взаємин у подружній парі.

**Методи.** У статті застосовано описовий і компаративний методи, а також методи дискурс-аналізу для виявлення специфіки сімейних взаємин через аналіз самозвітів деяких клієнтів психологічної консультації, що зверталися по допомогу фахівця у зв'язку із конфліктними взаєминами у родині.

**Результати.** Стаття присвячена аналізу чинників та передумов гармонійних взаємин у родині засобами консультативної діяльності практичного психолога. Описано природу конфліктного процесу, його базис та специфіку розгортання. Проаналізовано ключові фактори появи конфліктів та причини, що призводять до загострення конфліктної взаємодії між членами подружжя. Описано можливі шляхи подолання патологічних негативних емоційних станів при перебуванні членів подружжя у ситуаціях конфліктної взаємодії та кризових періодах. Визначено, що специфіка шлюбно-сімейних взаємин тісно пов'язана із ситуаціями неспівпадіння інтересів кожного із членів подружжя. Відповідний спектр взаємного непорозуміння та відстоювання власних інтересів провокує розгортання конфліктної взаємодії.

Наголошено, що одним із найбільш виражених та деструктивних проявів негативних аспектів конфліктної взаємодії є накопичення емоційної напруги і як наслідок – неможливість розрядити власний негативний емоційний фон. Частими є випадки невміння членів подружжя висловитися стосовно власних негативних переживань, проте не у лайливій та звинувачувальній формі, а конгруентно, стосовно лише власного ставлення до проблеми чи наявності певної емоційно незадоволеної потреби.

**Висновки.** У статті вирізнено основні типи сімей відповідно до типу негативного емоційно-особистісного стану протікання: кризова, проблемна, конфліктна та невротична родини. Згідно запропонованої орієнтовної типології щодо стилю конфліктності у родині, маємо класифікаційний критерій розподілу відповідно до специфічних станів переживання даного типу

конфліктності. У кризовій родині переважаючим є загострений стан переживання: члени родини у постійному актуальному режимі перебувають у ситуації провокованих і невіршених конфліктів. Проблемний тип родини передбачає тривалий стан протікання, тобто динамічні у часі та не вирішені протягом тривалого часового проміжку труднощі. Невротична родина характеризується передовсім латентним (завульованим) станом перебігу конфліктного процесу, тобто причини конфліктів не поверхові, часто навіть неусвідомлювані. Конфліктна родина визначає в якості провідного перманентний стан невдоволення: причини конфлікти змінюються, проте ситуація конфлікту постійна. Підкреслено, що відповідний конфліктний тип особистості одного або обох із подружжя вимагає відповідного консультативного чи корекційного втручання.

**Ключові слова:** сімейні конфлікти, подружні кризи, шлюбно-сімейні взаємини, гармонійні взаємостосунки, сімейне консультування.

**Постановка проблеми.** Передумови до появи конфліктних взаємин у подружній парі пов'язані зі зміною подружніх настанов протягом періоду спільного життя. У попередньому досвіді у обох членів подружжя формувалися очікування, установки по відношенню один до одного, а також «зони внутрішньої самотності» (термін К.Палій) (Палій, 2013), що означає ті внутрішньо-особистісні зони, в яких в ранній період формування особистості, а потім і в пізніші періоди, особистість не була зрозуміла іншими, прийнята, і вимушена була залишатися зі своїми складнощами наодинці), самосприйняття, ставлення до себе, самооцінка та ін. Із таким багажем деструктивних самоставлень та викривлених складників сприйняття оточуючих, зближуючись, люди вступають у тривалі стосунки, а далі у шлюб один з одним.

Одним із найбільш виражених та деструктивних проявів негативних аспектів конфліктної взаємодії є накопичення емоційної напруги і як наслідок – неможливість розрядити власний негативний емоційний фон. Частими є випадки невміння членів подружжя висловитися стосовно власних негативних переживань, проте не у лайливій та звинувачувальній формі, а конгруентно, стосовно лише власного ставлення до проблеми чи наявності певної емоційно незадоволеної потреби.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Основними працями з теорії та практики психологічного консультування, що були використані при написання даної статті, є роботи Б.Й. Хасана, О.Ф. Бондаренка та Т.М. Титаренко. Авторитетні вчені розглядали питання подружньої сумісності, задоволеності шлюбом у парі, емоційного та конативного складників подружнього життя, умов гармонійного сімейного життя тощо.

Науково цінними для нашого дослідження є праці М.М. Обозова та Т.М. Трапезнікової (аналіз психологічної сумісності подружньої пари, а також специфіки взаємно адаптації у перші роки спільного життя); Ю.Е. Альшиної та Л.Я. Гозмана (аспекти задоволеності шлюбом та розподілу ролей у подружній парі); Л.І. Мороз, Г.М. Дубчак та Т.В. Говорун (ціннісно-сміслові орієнтації та шлюбно-сімейні установки членів подружжя, настанов на майбутню подружню взаємодію); Л.З. Сердюк (психологічні специфіка та причини розлучень у шлюбній парі); А.А. Богословського (емоційний складник подружніх взаємин, кохання у шлюбі та динаміка емоційних трансформації членів подружньої пари) тощо.

**Мета статті:** виявити основні причини розгортання конфліктних шлюбно-сімейних відносин, та основні чинники подолання консультантом шлюбно-партнерських протистоянь, і сприяння встановленню гармонійних сімейних взаємин у подружній парі.

**Виклад основного матеріалу і результатів дослідження.** У практиці консультативної психології прийнято кваліфікувати в якості основних причин розлучень подружньої пари наявність явної або прихованої подружньої несумісності (рис. 1).

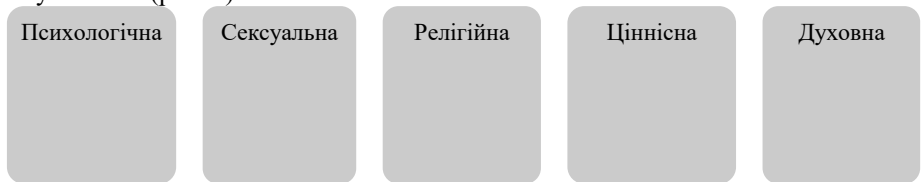


Рис. 1. Основні види подружньої несумісності

Звісно, специфіка явища подружньої несумісності не так очевидна, як може здаватися на перший погляд. Окрім того, зовнішніх чинників, що чинять серйозний тиск на сім'ю, завжди вистачає. Проте, на протипагу достатньо односторонній, на нашу думку, трактовці, можна вирізнити так звані сучасні чинники, що діють на сім'ю останніми роками, і мають свою специфіку. Ось деякі з них (Петрановская, 2016):

- нестабільна економічна, політична обстановка в суспільстві, соціальний тиск, певний суспільний невроз – порушення відчуття базисної впевненості, сумніви у стабільності та «завтрашньому дні»;

- тиск зобов'язань по роботі, «боргове» навантаження на сім'ю у вигляді, наприклад, іпотечних і інших кредитів (оскільки наразі пріоритетом є самостійне проживання членів родини);

- дистанціювання і часті емоційні розриви з членами розширеної сім'ї, зокрема, з батьками, і специфічні стосунки із зайнятими матерями, що призводить до дефіциту емоційної і іншої внутрішньо-сімейної підтримки;
- максимальна завантаженість усіх членів сім'ї, кожен як би є трудоголіком (додаткова робота у папи, навчання і робота у мами, діти, переобтяжені уроками, гуртками, зайнятістю).

Необхідний ресурс просто не встигає відновлюватися, до того ж піклуватися про себе не є «цінністю» в нашій культурі: первинною стає робоча і побутова зайнятість. Коли уся родина виснажена та втомлена, резерви сім'ї виснажуються, і нікому надавати підтримку, зберігати родинне вогнище.

М. Боуен, виділивши у своїй «Теорії сімейних систем» параметр «соціальна регресія», відмічає: «емоційні проблеми суспільства мають подібність з емоційних проблем сім'ї» (Варга, 2005). Поняття соціальної регресії, на думку автора, постулює, що «той же процес розвивається в суспільстві; що ми переживаємо період зростання хронічного соціального занепокоєння; що суспільство реагує емоційними рішеннями для зниження поточної тривоги; що результатом цього є симптоми дисфункцій; а зусилля із пом'якшення цих обставин призводять до більше афективних законодавчих ініціатив, що ще більше ускладнює проблему; і що цей цикл повторюється аналогічно тому, як сім'я йде через подібні цикли до стану, який ми називаємо «емоційним захворюванням» (Варга, 2005: 222). Боуен відмітив дані аспекти і розмірковував про це більше ніж півсторіччя тому, але саме ці процеси у вираженій формі мають місце і зараз.

Можемо говорити про появу феномену «втоми від шлюбу». Передовсім втома виявляється як наслідок сукупності причин, незначних конфліктних ситуацій, поверхнево вирішених проблемних питань (внутрішньо-особистісних та міжособистісних у родині), відсутності коректного шляху розв'язання труднощів у взаємостосунках. Феномен шлюбної втоми перш за все характеризується дифузністю скарг на партнера, дещо розмитими та суперечливими претензіями до шлюбного партнера (або взаємними). У такому разі консультант розглядає усі проблемні питання поступово, дотримуючись етапності «від простих проблем до складних». У переважній більшості випадків вже на середині консультативного процесу учасники можуть самостійно формулювати первинні (дійсні) причини появи певного конфліктного загострення у родині. Правильне артикулювання проблем та їх передумов дозволяє встановити коректну та продуктивну до вирішення сукупність причинно-наслідкових зв'язків (Волкова, 2005).

По-перше, можемо говорити про дію нормативної (на жаль, неминучої) подружньої кризи, в результаті якої один із подружжя перестає

ідеалізувати партнера, починаючи сприймати інакше і самого себе. Відповідно, диференційованість родини значно знижується при підвищенні рівня тривоги, і виникають передумови для посилення впливу на родину цих негативних факторів – відокремленості та наростання особистісного егоцентризму.

По-друге, зовнішній тиск, що неминуче очікує на кожного із членів подружжя по окремій стратегії сприйняття (підвищена середовищна тривога, недостатньо продуктивна адаптованість до соціально-побутових умов), значно впливає на здатність кожного із членів родити «відфільтровувати» негативні зовнішні (отруюючі) впливи зовні. Про даний феномен говорять, коли відмічають деяку негативну складову впливу на настрій та поведінки члена родини після, до прикладу, робочого дня. Сукупність накопичених негативних впливів та невміння їх продуктивно перебороти складають суттєве підґрунтя для розгортання сімейних конфліктів та взаємного непорозуміння (Дружинин, 2003).

По-третє, слабо розвинена здатність членів родини комунікувати один з одним, що заважає родині змінюватися оптимально синхронно, складає значну частку причин конфліктних взаємовідносин. Дане явище можна охарактеризувати поняттям непрозорості системи взаємин; мова йде про неможливість партнера конгруентним чином сповістити іншого про власні внутрішньо-особистісні переживання, процеси, ідеї тощо, а також наявність дезорієнтуючих установок по відношенню до ситуацій взаємодії зі шлюбним партнером, що також призводить до накопичення напруження у стосунках і відповідному хронічного дистресу – втоми від шлюбно-сімейних взаємовідносин (Ткачук, 2017).

Один із вагомих етапів психологічного консультування шлюбних пар із ознаками конфліктних взаємин є визначення типу конфлікту, тобто передумов його виникнення та специфіки протікання. Вирізняємо чотири основних типи сімей відповідно до типу негативного емоційно-особистісного стану протікання: кризова, проблемна, конфліктна та невротична родини (див. рис. 2).

Отже, згідно запропонованої орієнтовної типології щодо стилю конфліктності у родині, маємо класифікаційний критерій розподілу відповідно до специфічних станів переживання даного типу конфліктності. У кризовій родині переважаючим є загострений стан переживання: члени родини у постійному актуальному режимі перебувають у ситуації провокованих і невіршених конфліктів. Проблемний тип родини передбачає тривалий стан протікання, тобто динамічні у часі та не вирішувані протягом тривалого часового проміжку труднощі. Невротична родина характеризується передовсім латентним (завуальованим) станом перебігу конфліктного процесу, тобто причини конфліктів не поверхові, часто навіть неусвідомлювані. Конфліктна родина визначає в якості провідного перманентний стан невдоволення: причини

конфлікти змінюються, проте ситуація конфлікту постійна. Як наслідок, можемо говорити про відповідний конфліктний тип особистості одного або обох із подружжя, що вимагає відповідного консультативного чи корекційного втручання (Ейдемиллер, 1996).



Рис. 2. Типи родин в залежності від стилю конфліктності

Таким чином, специфіка шлюбно-сімейних взаємин тісно пов'язана із ситуаціями неспівпадіння інтересів кожного із членів подружжя. Відповідний спектр взаємного непорозуміння та відстоювання власних інтересів провокує розгортання конфліктної взаємодії (Палей, 2008).

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Таким чином, специфіка конфліктності у шлюбно-сімейній парі має значний спектр проявів. Відповідно, інструментарій роботи консультанта із сім'єю з проявами негативних емоційних і конфліктних станів визначається типом шлюбно-

сімейного конфліктогену та базисних передумов появи конфліктів, що виражається у віднесенні кожного конкретного конфліктного поля до відповідної типології за рахунок типологізації родин із певними проявами негативного емоційного стану. Кожна конфліктна родина визначає в якості провідного: загострений стан переживання, тривалий стан протікання, латентний стан перебігу, або перманентний стан невдоволення. Як наслідок, можемо говорити про відповідний конфліктний тип особистості одного або обох із подружжя, що вимагає відповідного консультативного чи корекційного втручання.

### Література

1. Варга А.Я., Хамитова И.Ю. Теория семейных систем Мюррея Боуэна. *Журнал практической психологии и психоанализа*. 2005. № 4. <https://psyjournal.ru/articles/teoriya-semejnyh-sistem-myurreya-bouena>
2. Витакер К. Полночные размышления семейного терапевта. М.: Класс. 1998.
3. Витакер К., Бамберри В. Танцы с семьей: Семейная терапия: символический подход, основанный на личностном опыте. М.: Независимая фирма «Класс», 1996.
4. Волкова А. Н., Трапезникова Г. М. Методические приемы диагностики супружеских отношений. *Вопросы психологии*. 2005. № 5. С. 110-116.
5. Дружинин В. Я. Психология семьи. М.: Просвещение, 2003. 334 с.
6. Палей А.И. Отношения клиент-психотерапевт: «место встречи» и пути к нему. *Психологическая газета*. 2008. <https://psy.su/feed/2184/>
7. Палій К. Коли ідентичність не значить ідентифікація: чужі серед своїх. *Наукові записки. Серія Культурологія*. Вип. 11. С. 359-362.
8. Петрановская Л.В. Что делать если... Психологическая игра для детей. М.: АСТ, 2016. 160 с.
9. Ткачук Т.А., Іщенко А.С. Психологічні особливості взаємодії подружжя у конфліктних ситуаціях. *Молодий вчений*. Серія Психологічні науки. № 5 (45). 2017. С. 227-230.
10. Эйдемиллер Э. Г. Методы семейной диагностики и психотерапии. М.; СПб.: Фолиум, 1996. 448 с.

### References

1. Varga, A.Ya., Khamitova, I.Yu. (2005). Teorija semejnyh sistem Mjurreja Boujena [Murray Bowen's Theory of Family Systems]. *Journal of Practical Psychology and Psychoanalysis*, 4. URL : <https://psyjournal.ru/articles/teoriya-semejnyh-sistem-myurreya-bouena>(Lastaccessed: 17.03.2019) [in Russian].

2. Whitaker, C. (1998). *Polnochnye razmyshlenija semejnogo terapevta* [Midnight Musings of a Family Therapist]. Moscow : Klass [in Russian].
3. Whitaker, C., Bumberry, V. (1996). *Tancy s sem'ej: Semejnaja terapija: simvolicheskij podhod, osnovannyj na lichnostnom opyte* [Dancing with the Family: Family Therapy: a Symbolic Approach Based on Personal Experience]. Moscow : Klass Independent Firm [in Russian].
4. Volkova, A.N., Trapeznikova, G.M. (2005). Metodicheskie priemy diagnostiki supruzheskih otnoshenij [Methodological Techniques for the Diagnosis of Marital Relations] *Voprosy psihologii*, 5, 110-116.
5. Druzhinin, V.Ya. (2003). *Psihologija sem'i* [Family Psychology]. Moscow : Prosveshenie [in Russian].
6. Paley, A.I. (2008). Otnoshenija klient-psihoterapevt: «mesto vstrechi» i puti k nemu [Client-Psychotherapist Relationship: “Meeting Place” and the Path to It]. *Psychological News paper*. URL : <https://psy.su/feed/2184/> (Last accessed: 17.03.2019)
7. Palii, K. (2013). Koly identychnist ne znachyt identyfikatsiia: chuzhi sered svoikh [When Identity does not Mean Identification: Strangers among Their Own People]. *Naukovi zapysky. Seriya Kulturolohiia*, 11, 359-362 [in Ukrainian].
8. Petranovskaya, L.V. (2016). *Chto delat' esli... Psihologicheskaja igra dlja detej* [What to Do if ... A Psychological Game for Children]. Moscow : AST [in Russian].
9. Tkachuk, T.A., Ishenko, A.S. (2017). Psykholohichni osoblyvosti vzaiemodii podruzhhzia u konfliktnykh sytuatsiiakh [Psychological Features of Marital Interaction in Conflict Situations]. *Molodyi Vchenyi. Series: Psychological Sciences*, 5(45), 227-230 [in Ukrainian].
10. Eidemiller, E.G. (1996). *Metody semejnoj diagnostiki i psihoterapii* [Methods of Family Diagnosis and Psychotherapy]. St. Petersburg, Moscow: Folium [in Russian].

**Erlish E.**

## **PSYCHOLOGICAL FACTORS OF ESTABLISHMENT OF HARMONIOUS FAMILY INTERACTIONS ARE IN A CONSULTATIVE PROCESS**

***Purpose**– to educe principal reasons of development of conflict marriage-domestic relations, and basic factors of overcoming of marriage-partner oppositions a consultant, and assistance to establishment of harmonious family interactions in the married couple.*

***Methods.** In the article descriptive and comparative methods, and also methods of discourse-analysis, are applied for the exposure of specific of family interactions through the analysis of self-reports of some psychological consultation*



*clients, that applied for help specialist in connection with conflict mutual relations in family.*

**Results.** *he article is sanctified to the analysis of factors and pre-conditions of harmonious mutual relations in family by facilities of consultative activity of practical psychologist. Nature of conflict process, his base and specific of development, is described. The key factors of appearance of conflicts and reasons that result in intensifying of conflict cooperation between family members are analyzed. The possible ways of overcoming of negative emotional patois are described at the stay of family members in the situations of conflict cooperation and crisis periods. Certainly, that the specific of marriage-domestic mutual relations closely constrained with the situations of uncoincidence of interests each of family members. The corresponding spectrum of the mutual misunderstanding and defending of own interests provokes development of conflict cooperation.*

*It is marked that one of the most expressed and destructive displays of negative aspects of conflict cooperation there is an accumulation of emotional tension and as a result is impossibility to discharge an own negative emotional background. Frequent are cases of lack of ability of family members to speak out in relation to the own negative experiencing, however in an abusive and accusatory form, but congruently, concerning only own attitude toward a problem or presence of the certain emotionally dissatisfied necessity.*

**Conclusions.** *In the article the basic types of families are distinguished in accordance with the type of the negative emotionally-personality state of flowing: crisis, problem, conflict and neurotic families. In obedience to the offered reference typology in relation to style of conflict in family, have a classification criterion of distribution in accordance with the specific states of experiencing of this type of conflict. In crisis family prevailing is the strained state of experiencing: family members in the permanent actual mode are in the situation of the provoked and unsolved conflicts. The problem type of family envisages the protracted state of flowing, dynamic in time and not solvable during the protracted sentinel interval difficulties. Neurotic family is characterized foremost the latent (veiled) state of motion of conflict process, reasons of conflicts are not superficial, often even unrealized. Conflict family determines as leading the permanent state of dissatisfaction: reasons conflicts change, the situation of conflict is permanent however. Underline, that corresponding conflict type of personality one or both from the married couples requires corresponding consultative or correction interference.*

**Keywords:** *domestic conflicts, matrimonial crises, marriage-domestic mutual relations, harmonious mutual relations, domestic advising.*

**Ерліш Ернест Андрійович** – психолог, ФОП «Ерліш», м. Київ.

*Стаття надійшла до редакції 21.03.2020 р.*