



UDC 316.356:364.642
LBC 60.561.51

Submitted: 15.01.2024
Accepted: 15.02.2024

PSYCHOLOGICAL HELP IN RESOLVING FAMILY DISPUTES

Layloxon U. Atajanova

Urgench State Pedagogical Institute, Urgench, Uzbekistan

Abstract. The article describes the importance of psychological assistance in resolving family disputes. The main causes of conflicts in the family, their impact on the organization of relationships, and the emotional state of the participants are examined. Marital problems are situations in which two or more parties are perceived or expressed as incompatible. They can appear regularly in different areas of our daily lives, and if treated correctly, they can contribute to the achievement of the required change and new relationships. The role of mediation in solving problems related to communication, trust, conflicts, and aggression within the family is emphasized. Mediation methods aimed at improving family dynamics and finding compromises are discussed. Examples of successful resolutions of family disputes with the help of professional support are given. The importance of open communication, understanding, and tolerance in the process of resolving conflicts within the family is emphasized.

Key words: society, couple, quarrel, family conflicts, freedom, forgiveness.

УДК 316.356:364.642
ББК 60.561.51

Дата поступления статьи: 15.01.2024
Дата принятия статьи: 15.02.2024

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ В РАЗРЕШЕНИИ СЕМЕЙНЫХ СПОРОВ

Лайлохон Уктамовна Атаджанова

Ургенчский государственный педагогический институт, г. Ургенч, Узбекистан

Аннотация. В статье описывается значимость психологической помощи в разрешении семейных споров. Рассматриваются основные причины конфликтов в семье, их влияние на организацию взаимоотношений и эмоциональное состояние участников. Семейные проблемы – это ситуации, в которых две стороны или более воспринимаются или выражаются как несовместимые. Они могут регулярно появляться в разных сферах нашей повседневной жизни, и, если к ним правильно относиться, они могут способствовать достижению искомых изменений и новых отношений. Подчеркивается роль медиации в решении проблем, связанных с коммуникацией, доверием, конфликтами и агрессией внутри семьи. Обсуждаются методы медиации, направленные на улучшение семейной динамики и нахождение компромиссов. Приводятся примеры успешного разрешения семейных споров с помощью профессиональной поддержки. Подчеркивается важность открытого общения, понимания и терпимости в процессе разрешения конфликтов в семье.

Ключевые слова: общество, пара, ссора, семейные конфликты, свобода, прощение.

Введение

Способы разрешения конфликтов в семье зависят главным образом от типа конфликта, возникшего внутри конкретной ячейки общества. На родительские отношения и концепцию брака очень негативно влияют конфликты у детей. Мы рассматриваем конфликты в семье как естественный процесс, когда мысли или желания двух людей сталкиваются, в результате чего они хотят найти общее направление. Можно даже сказать, что ссоры олицетворя-

ют единство пары, несмотря на негативную и разъединяющую сторону процесса.

Во-первых, если пара ссорится, значит, есть что делить. И люди не всегда делят общее имущество, а также свободу, личную территорию, детей и т. д. Другими словами, пары ссорятся только тогда, когда предмет ссоры для них важен. Кроме того, конфликт возникает у человека, который не хочет ссориться с противоположной стороной. Такой парадокс: люди ссорятся потому, что не хотят причинять друг другу боль, не навредив при этом себе.

Во-вторых, конфликт показывает, что пары все еще находятся на том же пути. Конфликт – это отсутствие пути, по которому два человека готовы пойти. Именно во время боя его пытались найти. Это означает, что люди хотят действовать сообща, поэтому они пойдут на все, чтобы навязать друг другу то, что, по их мнению, является лучшим вариантом на данный момент.

Психологи считают семейные ссоры нормальным явлением. Из-за разногласий пары начинают ненавидеть друг друга и даже расстаются. Поэтому вопрос о том, как разрешить семейные конфликты, которые всегда возникают, становится очень важным. Для людей естественно ссориться, особенно если эти люди – супруги и любящие партнеры. Глупо надеяться, что в ваших отношениях никогда не будет ссор, ведь в мире нет двух одинаковых людей. Какими бы близкими и любимыми вы ни были, всегда возникают вопросы, в которых ваше мнение не совпадает с мнением партнера.

Виды конфликтов

Как люди обычно решают спорные вопросы? Они кричат, критикуют, ругаются, ссорятся, даже бьют посуду и прибегают к насилию. Ни для кого не секрет, что подобные методы решения проблем накладывают отпечаток не только на отношения влюбленных. Однако, когда люди не могут прийти к согласию по каким-то понятиям, все кричат и кричат. Но надо помнить один факт: крикуна услышать невозможно! Поэтому после ссор и криков проблема не решится до тех пор, пока партнеры не начнут общаться друг с другом спокойным тоном. Если рассматривать виды конфликтов в семье, то самой распространенной классификацией споров будет следующая.

1. Конструктивные конфликты. Подобные конфликты возникают по разным причинам, но их решение приносит удовлетворение обеим сторонам, иными словами, оно стало соглашением об урегулировании взаимных разногласий. Будь то конфликт в молодой семье или семье с многолетним стажем, исход всегда благополучный.

2. Деструктивные конфликты. Подобные конфликты очень опасны, так как их резуль-

тат не удовлетворяет обе стороны и вынуждает их продолжаться долгие годы, снижает чувство удовлетворенности своим браком и оставляет неприятный осадок на долгое время. Частое повторение подобных конфликтов может привести к расставанию [3].

Анализ

Причин семейных конфликтов много, ведь брак включает в себя не только сохранение совместного дома и рождение детей, но и стремление реализовать свои желания, удовлетворить свои потребности и жить счастливо. Мужчина и женщина, даже вступая в брак, продолжают хотеть улучшать собственную жизнь и преследуют свои интересы. Любая семья может столкнуться с проблемами. Их решение осуществляется в условиях противоречия индивидуальных потребностей, мотивов и интересов. Споры играют важную роль в семейных отношениях. При этом существенное влияние на возникновение семейных конфликтов оказывают следующие факторы: ухудшение материального положения многих семей; чрезмерная занятость одного (или обоих) супругов; невозможность обеспечить одного из супругов нормальной работой; отсутствие жилья в течение длительного времени; отсутствие возможностей организовать детей и т. д.

Для многих людей развод – это освобождение от враждебности, неприязни, измен и всего того, что разрушило их жизнь. Конечно, это имеет и негативные последствия. Самой слабой стороной при разводе обычно является женщина с детьми, она более склонна к нервно-психическим заболеваниям. К причинам, приводящим к семейным конфликтам, можно отнести следующие:

- разные взгляды на семейную жизнь;
- прелюбодеяние;
- эгоизм супругов;
- неуважение друг к другу;
- неудовлетворенные нужды;
- неучастие отца, иногда матери, в воспитании ребенка или управлении жизнью.

Существует множество неэффективных способов разрешения семейных споров, и их использование не только отнимает время, но

и усложняет отношения и усиливает конфликтность. В этом случае необходимо не избегать проблем, а использовать наиболее оптимальные методы их решения. Следует быть конструктивным и спокойным в решении проблемы. При этом необходимо не выигрывать или проигрывать, а искать современные пути, ведущие к решению, и в этом процессе важную роль играет современный метод медиации, который может быть использован в спорах, возникающих из алиментных отношений и развода.

Медиация (от латинского слова «mediatio» – «посредничество, в середине») – метод разрешения споров с помощью нейтральной и беспристрастной третьей стороны (посредника) [1]. Целью медиации является разрешение различных споров без обращения в суд или, если дело находится в суде, до вынесения судебного решения. При этом размер алиментов, выплачиваемых по соглашению об уплате алиментов несовершеннолетним детям, не должен быть меньше суммы алиментов, взыскиваемых в судебном порядке. Медиация должна проводиться на основе таких принципов, как добровольность, равноправие сторон, независимость и беспристрастность медиатора, невмешательство других лиц в этот процесс, конфиденциальность, свобода волеизъявления. Медиация – одна из альтернативных форм разрешения споров с участием беспристрастной, незаинтересованной третьей стороны, то есть посредника, помогающего достичь определенного соглашения [2].

Заключение

Методы медиации в основном основаны на переводе переговоров на путь сотрудничества, направлении их к взаимовыгодному результату. В заключение можно сказать, что для предотвращения подобных конфликтов в семье в семье должны быть доверительные отношения. Если один из партнеров постоянно принимает независимые решения или скрывает что-то от другого, это само по себе может создать напряженную атмосферу в отношениях, а масштаб возникшего конфликта может оказаться еще более пугающим, чем та правда, которую партнер скрывает. Решая семейные споры, следует не избегать проблем, а решать их. Необходимо подойти к проблеме конструктивно и спокойно, стараясь не занимать оборонительную позицию, не защищаться и не обороняться. Нежелательно вовлекать в конфликт третьи стороны, поскольку они могут стать катализатором дальнейшей эскалации конфликта. Развод не должен быть решением этого конфликта.

REFERENCES

1. Kunitskaya V. V. Oilaviy nizolar va ularni hal etish yo'llari. *Ijtimoiy o'qituvchi*, 2017, p. 117.
2. Oilaviy nizolarda mediatsiyani qo'llash. "*Huquq va burch*" *jurnali*, 2023, Sent. 14. URL: <https://huquqburch.uz/oilaviy-nizolarda-mediatsiyani-qollash/>
3. Pavlina S. *Oilaviy munosabatlarning muammolarini tushunish*. 2006. URL: <https://stevepavlina.com/blog/2006/01/understanding-family-relationship-problems/>

Information About the Author

Layloxon U. Atajanova, Lecturer, Department of Pedagogy, Urgench State Pedagogical Institute, Gurlenskaya St, 1, 220100 Urgench, Uzbekistan, layloatajanova99@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0004-5261-0924>

Информация об авторе

Лайлохон Уктамовна Атаджанова, преподаватель кафедры педагогики, Ургенчский государственный педагогический институт, ул. Гурленская, 1, 220100 г. Ургенч, Узбекистан, layloatajanova99@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0004-5261-0924>