

7. Сердюк Л.З. Структура та функція психологічного благополуччя особистості. Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України – Том V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія – Вип. 17. – Київ, 2017. –С. 124-133.
8. Lyubomirsky, S. Pursuing happiness: The architecture of sustainable change / S. Lyubomirsky, K.M. Sheldon & D. Schkade // Review of General Psychology, 2005. Vol.9. P. 111-131.
9. Ryff, C. D. The contours of positive human health / C. D. Ryff & B. Singer //Psychological Inquiry. 1998. Vol. 9. P. 719-727.

Іванна АНДРІЙЧУК

кандидат психологічних наук, доцент, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль, Україна

Катерина КРІЛЬ

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль, Україна

**СІМЕЙНА МЕДІАЦІЯ ЯК ЧИННИК ВИРІШЕННЯ
МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У МОЛОДІЙ СІМ'Ї**

В сучасних умовах економічної та політичної нестабільності значно погіршується соціальний рівень життя громадян у нашій країні. У таких умовах особистість стикається з важкими психологічними труднощами, які мають вплив на її здатність до соціального та психологічного функціонування в цілому. І, в остаточному підсумку, це також впливає на якість сімейних стосунків. Актуальним стає завдання побудови сімейних взаємин, які можуть допомогти особистості подолати емоційні стреси та труднощі, викликані соціальними, економічними та іншими впливами.

Конфлікти супроводжують нас всюди. Вони є неминучими, що стосується як професійної так особистісної складової людського життя. «Якщо у вашому

житті немає конфліктів, то перевірте, чи є у вас пульс», – пише американський конфліктолог Чарльз Ліксон [2, с.11].

Рано чи пізно у будь-якій країні світу та у будь-якій сфері життя людей виникає питання щодо пошуку нових, альтернативних способів вирішення конфліктів. Одним із таких способів, який є поширеним у багатьох країнах світу, а в Україні поступово набирає популярності є медіація. Наразі вже є «послуга», яка має ціновий еквівалент та може розвиватися з подальшими перспективами.

Сімейна медіація, в основі якої знаходиться робота з інтересами і потребами, з цінностями людини, є ефективним і екологічним способом вирішення конфліктів і, одночасно з цим, способом збереження здорових і щасливих відносин між подружжям, членами сім'ї, між батьками і дітьми [3].

Проблема формування міжособистісних відносин активно розвивається в психологічних дослідженнях, зокрема в зарубіжних країнах. Наприклад, В. Джеймс проводив дослідження значущості в міжособистісних стосунках, у той час як Дж. Мід розглядав і вивів поняття "дзеркального Я", яке, за його власними переконаннями, є ключовою структурою у формуванні відносин між людьми. Е. Фромм фокусувався на вивченому понятті «кохання» в контексті міжособистісних відносин, в той час як Е. Берн і Р. Річардсон проводили дослідження з питань спілкування як одного з ключових аспектів міжособистісних взаємозв'язків.

Проаналізувавши позиції вчених щодо поняття відносини, можна зробити висновок, що одним із важливих компонентів міжособистісних стосунків є емоційний. Тому не кожні міжособистісні стосунки є значущими, але всі значущі є емоційними. Сім'ї дуже чутливі до змін, що відбуваються в соціальній організації суспільства. Сім'я – це завжди взірць певного історичного періоду. Інакше кажучи, вона в мініатюрі відображає всі протиріччя, які існують в суспільстві. Зміни, світовий досвід сучасних сімей, характер пов'язані з руйнуванням традиційних цінностей сімейного життя і шлюбу. Це, проте, не вказує на руйнування інституту сім'ї загалом. Сучасні реалії розкривають перед нами нові аспекти відносин між чоловіком і жінкою, які раніше не були відомі [1].

Медіація, у своєму сучасному вигляді, започаткована в Сполучених Штатах Америки. У середині ХХ століття в США виникла система, яка активно пропагує добровільне рішення конфліктів перед вступом у судовий процес. Важливо відзначити, що суддя може припинити судовий процес і запропонувати сторонам поспілкуватися з медіатором.

Сімейна медіація являє собою несудовий метод вирішення сімейних конфліктів або спорів, який відбувається в проведених структурованих переговорах між сторонами цих конфліктів за допомогою одного чи кількох медіаторів, що спеціалізуються у роботі із сімейними питаннями.

У деяких країнах, таких як Ізраїль, Японія, США та окремі країни Європи, сімейні конфлікти не допускаються до розгляду в суді, поки сторони не пройдуть процедуру сімейної медіації. На прикладі Ізраїлю, був прийнятий обов'язковий закон про медіацію, офіційно повідомлений як «Закон про вирішення сімейних спорів (тимчасовий порядок)» 2014 року, який набув чинності в липні 2016 року. Закон спрямований на організацію справ і попередження цих судових позовів між подружжями у справах про розлучення.

Медіація у сімейних спорах сприяє вирішенню всіх видів сімейних конфліктів. Це спосіб розв'язання суперечок, який здатен врахувати унікальні особливості, що притаманні конкретній сім'ї. До того ж цей спосіб найменш «травматичний» для сім'ї поміж інших існуючих. Сімейна медіація здатна допомогти тим сім'ям, члени яких не можуть порозумітися самостійно.

Наукові підходи до психологічної діагностики сім'ї мають певні завдання. А саме: з'ясування того, чи є проблема в сім'ї об'єктом впливу; виявлення об'єкта психологічної допомоги (чоловік, дружина, члени сім'ї чи сім'я загалом); вибір способу впливу (індивідуальна чи парна робота з подружньою парою); застосування корекційного впливу з метою визначення тактики та корекційного процесу (реакції сім'ї на психолога та особливості їхньої поведінки).

З метою дослідження міжособистісних стосунків у молодій сім'ї нами був підібраний комплекс діагностичних методик («Тест-опитувальник задоволеності шлюбом (В. В. Столін, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко), «Розподіл ролей у сім'ї»

(Ю. Є. Альошина, Л. Я. Гозман, Є. М. Дубовська) та тест «Спілкування у сім'ї»). Дослідження проводилося серед молодих сімей які перебувають у шлюбі до 5 років. Вибірку складала 26 сімейних пар віком 27-35 років, які проживають в Ізраїлі.

Зокрема, вказаний вище тест-опитувальник для оцінки рівня задоволеності чи незадоволеності у шлюбі, розроблений В. В. Століним, Т. Л. Романовою та Г. П. Бутенко, можна використати для швидкої оцінки рівня задоволеності чи незадоволеності подружнім життям, а також для визначення відповідності цієї задоволеності в конкретній парі. Цей тест-опитувальник може бути використаний як на індивідуальному рівні в рамках консультаційної практики, так і в масових дослідженнях для вивчення рівня задоволеності шлюбом у різних соціальних групах. Цей інструмент представляє собою одномірну шкалу, яка складається з 24 тверджень, що охоплюють різні аспекти, такі як самосприйняття, сприйняття партнера, думки, оцінки, переконання тощо. Для кожного з цих тверджень доступні три варіанти відповіді: «правильно», «важко сказати» або «неправильно» [2].

Результати методики показали, що ніхто із досліджуваних не вважає свої сімейні стосунки абсолютно неблагополучними, 8 % - неблагополучними, скоріше неблагополучними - 11% респондентів, перехідні - 4%, скоріше благополучні – 38%, благополучні - 27% та абсолютно благополучні - 12% обстежуваних.

Отже, подружні конфлікти - це психологічно напружена ситуація, яка часто виникає між подружжям у зв'язку із зіткненням протилежних інтересів. Зазвичай прийнято вважати, що протягом перших п'яти років рівень задоволеності шлюбом поступово знижується, але отримавши дані результати можна сказати навпаки. Із 26 сімейних пар, 10 пар вважають свій шлюб скоріше благополучним, 7 – благополучним та 3 абсолютно благополучним. Сімейна медіація сприяє досягненню взаємоприйнятних рішень та полегшує розв'язання сімейних конфліктів, у разі потреби, допомагаючи сторонам знаходити компроміс і покращувати взаємодію.

ЛІТЕРАТУРА

1. Захарченко В. Г. Подружні конфлікти та стратегії їх розв'язання в молодих сім'ях. *Український соціум*. 2004. №3. С. 48–55.
2. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодої сім'ї: *монографія*. Луцьк: Вежа-Друк, 2018. 235 с.
3. Jordan K. Need to be Heard: Increasing Child Participation in Protection Mediation Through the Implementation of Model Standards. 47 *Fam. Ct. Rev.* 715, 2009.

Христина ГРЕБЕЛЮК

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль, Україна

СІМЕЙНІ КОНФЛІКТИ ЯК ЧИННИК ВИНИКНЕННЯ АГРЕСИВНОСТІ У МОЛОДШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.

Сімейні конфлікти, відсутність любові, жорстокість батьків чи неузгодженість системи покарань – це далеко не повний перелік травматичних ситуацій, для психіки дитини. Тривалі сімейні конфлікти є сприятливим джерелом для розвитку в дитини таких психічних рис, як: тривога, емоційна нестабільність і невпевненість у собі, занижена самооцінка, байдужість до навколишніх, замкнутість, нездатність розібратися в собі, злість, агресія. Саме тому численні дослідження науковців-психологів спрямовані саме на вивчення проблем, які мають місце у сімейних стосунках (О. Бондарчук. І Ващенко, І. Гребеніков, Е. Ейдемільер, Л. Кондрацька, В. Левкович, М. Мацьковський, В. Торохтій, В. Юстіцкіс та ін.).

Низка дослідників (А. Андрос, А. Бандура, І. Ващенко, Е. Ейдемільер, Л. Кондрацька, В. Юстіцкіс та ін.) звертають увагу на наслідки сімейних конфліктів. Зокрема, з'ясовано, що несприятлива обстановка, яка виникає в сім'ї через досить часті й тривалі сімейні конфлікти, має негативний вплив на кожного члена сім'ї, у яких закріплюється негативний досвід спілкування,