**Конфликтом** обычно считают противоречия и разногласия, возникающие между людьми из-за несовпадения интересов, взглядов, установок, стремлений.

**Причины семейных конфликтов**

Поводов для конфликтов может быть великое множество. Но причин для конфликтов не так уж и много. Психологи определили несколько самых распространенных причин, по которым могут наступать конфликты в семейных отношениях.

Чаще всех ссорятся пары, которые женились в раннем возрасте, а также те, которые решили расписаться из-за беременности девушки. Это связано с тем, что, создавая семью слишком рано и поспешно, молодые люди не успевают рассмотреть особенности характера и привычки друг друга. Спустя некоторое время, когда все проблемы остаются позади, а жизнь становится более спокойной, пара понимает — единственным, что их объединяло, были как раз эти самые совместные заботы, ребенок, съемная квартира, переезд в другой город и т.д. В этот самый момент в семье начинаются разногласия и ссоры.

Очень часто конфликты в семье возникают из-за жилищного вопроса или других финансовых трудностей. В этом случае проблемы не объединяют людей, а являются деструктивным фактором. Постоянные трудности вводят в состояние депрессии каждого члена семьи по отдельности. И впоследствии кризис наступает в семье в целом.

Еще одним негативным фактором для молодой семьи могут стать отношения с родителями. Ведь мама и папа всегда остаются самыми близкими и родными людьми для каждого человека. И если они не одобряют выбор ребенка, если они вмешиваются в семейные отношения, это вводит второго супруга в подавленное состояние и, в конце концов,  заканчивается конфликтом между супругами.

Негативно влияют на пару также переезды на новое место жительства, постоянные долгие командировки одного из супругов, а также напряженный график работы.

**Конфликтные типы личности и стратегии взаимодействия с ними**

У каждого человека в зависимости от жизненного опыта есть собственная классификация трудных в общении людей. Однако какой бы классификации мы ни придерживались, главное - выяснение особенностей партнера по общению и выбор в соответствии с этим стратегии и тактики при взаимодействии с ним.

***"Паровой каток".***Люди этого типа считают, что все должны уступать им, они убеждены в собственной правоте. Главная угроза для них - подрыв их имиджа, поэтому они могут вести себя грубо, бесцеремонно . Поэтому при общении с таким партнером, если предмет спора не очень для вас важен, лучше использовать такие способы выхода из конфликта, как уклонение или приспособление. Уступив такому человеку в малом, вы поможете ему успокоиться. Если же вы решили бороться за свои права, желательно дать "паровому катку" выпустить пар, снизить эмоциональное напряжение. Не перечьте ему в это время. А затем спокойно и уверенно изложите свою точку зрения, ни в коем случае не критикуя его подход, иначе вместо конструктивного решения вы спровоцируете враждебное отношение к себе. Ярость "парового катка" можно подавить только собственным спокойствием.

***"Скрытый агрессор".***Такие люди стремятся причинить нам неприятности с помощью закулисных махинаций. Причем они вполне убеждены в своей правоте. При возникновении трудностей общения с подобным "оппонентом" при возможности лучше уклониться от общения с ним, но в случае необходимости взаимодействия желательно выявить конкретный факт причинения зла и сказать такому человеку, что вам известно, что именно он совершил то или иное действие против вас. Приведите ему доказательства. Однако сохраняйте при этом спокойствие, не давайте ему повод для агрессивного нападения. После того как вы разоблачили его, попытайтесь определить скрытые причины подобного поведения. Если вы поймете их, то вам легче будет прийти к общему решению.

***"Разгневанный ребенок"*.**Эти люди не злы по своей природе, но время от времени взрываются подобно детям, у которых плохое настроение. Как правило, также вспышки бывают спровоцированы ощущением беспомощности, испугом, что в настоящий момент у них "земля уходит из-под ног", и они теряют контроль над ситуацией. "Разгневанный ребенок" боится потерять авторитет, власть, боится не справиться с ситуацией.

Если у вас нет возможности уклониться от контакта с таким человеком, то лучше всего в момент вспышки не перечить ему, дать накричаться, убедить его втом, что вы слушаете его. То есть он должен быть уверен, что по-прежнему контролирует ситуацию, это его успокоит. После вспышки он, скорее всего, будет ощущать дискомфорт, смущение, раскаяние, поэтому лучше всего не заостряйте внимание на случившемся, не напоминайте и не упрекайте его в содеянном. Переведите разговор на решение проблемы, не настаивайте на извинении перед вами, а если извинения последовали без вашей просьбы, примите их тут же, без анализирования случившегося. Помогая "*разгневанному ребенку*" вновь почувствовать себя спокойно, уверенно, вы тем самым приблизите обоих к моменту конструктивного решения проблемы.

***"Жалобщик"*.**"Жалобщики", как правило, охвачены какой-либо идеей и обвиняют всех окружающих. Лучше сначала просто его выслушать, причем совсем не обязательно соглашаться с тем, что он говорит. Может, единственное, что ему необходимо, - быть выслушанным, и вы тем самым возвратите ему ощущение собственной значимости. Выслушав, изложите кратко суть его жалобы, дайте ему понять, что вы услышали его слова. Затем лучше всего перевести разговор на другую тему. Если же он вновь и вновь будет возвращаться к теме своей жалобы, спокойно и уважительно прервите его, переключите на решение проблемы, а не на ее описание.

***"Молчун".*** Причины скрытности таких людей могут быть самыми разными, и успех вашего общения будет зависеть от того, известна ли вам эта причина. Лучше всего с целью выяснения этого задать "молчуну" несколько открытых вопросов (например: "Что вы думаете по этому поводу?"). Но не перегибайте палку: если вопросов будет слишком много, "молчун" еще больше может замкнуться. Не торопите его, дайте обдумать и высказать ему все, что он хочет, в удобном для него темпе. В противном случае он вряд ли захочет продолжать общение с вами. Главное при взаимодействии с такими людьми - доброжелательное отношение к ним.

***"Сверхпокладистый*".** Когда такие люди встречаются нам, они кажутся приятными во всех отношениях: поддерживают любую нашу идею, всегда уступают в спорах, стараясь понравиться всем окружающим. Но, как правило, их слова расходятся с делом: вы полагаетесь на такого человека, а он в ответственный момент подводит вас, не выполнив того, что обещал. Если вы вынуждены общаться с таким человеком, скажите ему, что для вас самое главное - правдивость. Пусть он обещает сделать для вас только то, что действительно в его силах. Объясните, что вы будете относиться к нему лучше не в том случае, когда он соглашается с вами во всем и обещает помочь во всем, а когда он будет говорить вам правду о том, что он думает и что делает. Однако этот человек должен видеть и с вашей стороны подобное поведение.

Безусловно, указанная типология носит лишь условный характер. Поэтому наша главная задача - распознав конфликтную личность, реагировать на ее поступки так, чтобы не усугублять конфликт, а попытаться прийти к конструктивному решению.

*А как в ваших семьях решаются конфликты*?