

5. Парошіна Р.А. Формування комунікативності у старшокласників: дисертація на здобуття наукового ступеня ВПП, Красноярськ, 2001.

Котлова Л.О.

*кандидат психологічних наук,
доцент кафедри теоретичної психології та психології розвитку*

Примак Л.О.

*магістрант
Житомирський державний університет імені Івана Франка*

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ ЯК ФАКТОР ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ЖІНКИ

Проблема конфлікту завжди була актуальна для будь-якого суспільства. Однак в Україні на всіх етапах розвитку конфлікти залишали не просто помітне місце, а, як правило місце, яке впливало на її історію.

Дослідження подружніх конфліктів, способів їх вирішення, вивчення і порівняння чоловічих та жіночих поглядів на їх подолання є дуже актуальним у сьогоденному суспільстві.

Сім'я постійно перебуває в процесі розвитку, в результаті цього виникають непередбачені ситуації, а членам сім'ї доводиться реагувати на всі зміни. На їхню поведінку в різних ситуаціях впливають темперамент і характер особи. Не дивно, що в кожній сім'ї між її членами з неминучістю виникають різного роду зіткнення.

Окремі аспекти типології сімейних конфліктів відображено в працях Ю.Е. Алешина, І.В. Ващенко, С.М. Ємельянов, С.В.О. Сисоєнко.

У вивченні проблеми емоційного вигорання виокремлюють, як стан фізичного, психічного й емоційного виснаження, зумовленого довготривалим перебуванням в емоційно перевантажених ситуаціях спілкування, тобто «вигорання» як синдром «хронічної втоми» (К.В. Маслач, В. Е. Орел, Х. Фреденбергер)

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати взаємозв'язок між рівнем конфліктності сім'ї та емоційним вигорання жінки.

Сімейний конфлікт – конфлікт, що виникає між членами однієї сім'ї з приводу питань життєдіяльності сім'ї, так і з приводу задоволення різноманітних потреб її членів, відповідності рольової поведінки

очікуванням. Протиріччя, що виникають в сім'ї, в більшості випадків вирішуються і регулюються самими подружжям безконфліктно. Особливості конфліктів в сім'ї виражаються в тому, що психічний стан подружжя може перейти в стресовий, що спотворює психіку людини; загострюються негативні переживання в духовному світі людини, може наступити стан спустошеності, при якому все здається байдужим [1, с. 113].

Саме конфлікт викликається для подружжя складною проблемою. Конфлікти специфічні для різних стадій розвитку сім'ї. Найбільш глобальна роль конфлікту в період коли формується сім'я, коли подружжя починає пристосовуватися один до одного. Саме на даному етапі важливо визначити шляхи та способи вирішення конфліктних ситуацій, адже рівень конфліктності в сім'ї є одним із факторів емоційного вигорання жінки.

Емоційне вигорання – один з нових, розглянутих в психологічній літературі механізмів захисту, тому його визначення є дещо розмитим. Слід відзначити, що емоційне вигорання завжди розглядається і трактується лише з негативного боку. І, звичайно, на це є конкретні причини, адже коли людина перебуває у такому стані це відбивається на виконанні нею своєї діяльності, на відносинах з партнерами, клієнтами і близькими людьми, так як приводить до емоційної і особистісної відстороненості, незадоволеності собою, слідом за чим іде тривога, депресія і неадекватне емоційне реагування на звичайні життєві ситуації [4, с. 162].

Після підвищеної активності і робочого ентузіазму приходить період виснаження і втоми. Першою ознакою зниження активності є відсутність бажання йти на роботу, наступною ознакою – робити сімейні обов'язки, для жінок, особливо, прибирання в кімнаті кожного дня, готувати їсти, доглядати за дітьми, вчити уроки, в кінці дня в жінок виникає емоційне вигорання, адже роботу яку виконує одна жінка без допомоги чоловіка.

Література

1. Анцупов А.Я. Словник конфліктолога. – М: Питер, 2006, – 528 с.
2. Бойко В.В. Синдром «емоціонального вигорання» в професійній комунікації / В. В. Бойко. – СПб. : Сударыня, 1999. – 434 с.
3. Захарченко В.Г. Подружні конфлікти та стратегії їх розв'язання в молодих сім'ях // Український соціум. – 2004., № 3. – С. 48-55.
4. Freudenberger H.J. Staff Burnout / J. Freudenberger // Journal of Social Issues. – 1974. – Vol. 30. – P.159–165.