

**Ю. О. Блинова**

Научный руководитель: О. В. Маркевич

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины

г. Гомель, Республика Беларусь

### **ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ КОНФЛИКТНОСТИ И НИЗКИХ УРОВНЕЙ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ В МОЛОДЫХ СЕМЬЯХ С ДЕТЬМИ**

*Статья исследует эффективность программы коррекции конфликтности и низких уровней удовлетворенности в молодых семьях с детьми. Проведен анализ динамики семейных отношений до и после внедрения программы. Результаты показывают повышение уровня удовлетворенности браком и снижение конфликтности, что подтверждает необходимость использования подобных программ для укрепления семейных связей и создания гармоничной семейной среды.*

*Ключевые слова: конфликтность, удовлетворенность браком, молодая семья, дети, супруги.*

**Y. O. Blinova**

Scientific advisor: O. V. Markevich

Francisk Skorina Gomel State University

Gomel, Republic of Belarus

### **EFFECTIVENESS OF THE PROGRAM FOR CORRECTING CONFLICT AND LOW LEVELS OF SATISFACTION IN YOUNG FAMILIES WITH CHILDREN**

*This article examines the effectiveness of a program to correct conflict and low levels of satisfaction in young families with children. An analysis of the dynamics of family relationships before and after the implementation of the program was conducted. The results show an increase in the level of satisfaction with marriage and a decrease in conflict, which confirms the need to use such programs to strengthen family ties and create a harmonious family environment.*

*Keywords: conflict, marital satisfaction, young family, children, spouses.*

В современном обществе вопросы конфликтности и уровня удовлетворенности браком приобретают особую актуальность, особенно в контексте молодых семей с детьми. Стремительное развитие социальных, экономических и психологических факторов создает дополнительные вызовы для гармонии в семейных отношениях, что зачастую приводит к росту конфликтных ситуаций и снижению эмоциональной удовлетворенности супругов.

В таких условиях возникает необходимость разработки и внедрения специальных программ, направленных на профилактику и коррекцию этих проблем. Настоящая статья посвящена анализу эффективности программы коррекции конфликтности и низких уровней удовлетворенности в молодых семьях с детьми, которая ориентирована на развитие навыков конструктивного общения, управления конфликтами и укрепления партнерских связей.

Ознакомимся с основными понятиями. Согласно В. В. Столину, удовлетворенность браком – это стойкое эмоциональное явление – чувство, которое может проявляться как непосредственно в эмоциях, возникающих в различных ситуациях, так и в разнообразных мнениях, оценках, сравнениях [1].

Конфликтностью, по мнению Л. А. Петровской, является состояние готовности личности к конфликтам, ее степень вовлеченности в развитие конфликта [2].

Молодой семьей является супружеская пара с детьми или без них при продолжительности семейной жизни до пяти лет и возрасте супругов не старше тридцати лет, как писала В. М. Целуйко [3].

Цель коррекционной программы – повысить уровень удовлетворенности браком и снизить конфликтность через обучение эффективным методам коммуникации и разрешения споров.

В рамках внедрения программы ставятся задачи по развитию представлений о механизмах конфликтов, формированию навыков осознанного поведения, эмоциональной поддержки и ответственности, а также принципы построения системы воздействия с учетом индивидуальных особенностей участников.

Рассмотрим тематический план программы коррекции конфликтности и низких уровней удовлетворенности браком в молодых семьях с детьми описанный в таблице 1.

**Таблица 1 – Тематический план программы коррекции конфликтности и низких уровней удовлетворенности браком в молодых семьях с детьми**

Тема занятия 1	Цель 2	Содержание 3
«Конфликт и способы реагирования»	Информирование участников программы о сущности конфликта и способов реагирования.	1. «Знакомство»; 2. Мини-лекция на тему: «Семейные конфликты и способы их разрешения»; 3. «Ассоциации»; 4. «Разное мнение»; 5. «Дерево проблем»; 6. «Рисунок в парах»; 7. «Позитивная визуализация».
«Эффективная коммуникация»	Продемонстрировать участникам программы, возможность конструктивного решения конфликтов.	1. «Приветствие»; 2. «Активное слушание»; 3. «Правила эффективного общения»; 4. «Ролевые игры».
«Поведение человека в конфликте»	Продемонстрировать участникам тренинговой программы, что может влиять на поведение человека в конфликте.	1. «Прогноз погоды»; 2. «Почему ты так со мной?»; 3. «Наше поведение»; 4. «Услышь меня»; 5. «Шурум-бурум».
«Супружеские кризисы»	Проинформировать участников, каким образом супружеские кризисы влияют на рост конфликтов, а также как конфликты способствуют переживанию супружеских кризисов.	1. «Цвет, форма, фрукт»; 2. Мини-лекция на тему: «Что такое супружеский кризис и его взаимосвязь с конфликтами»; 3. «Режиссер»; 4. «Салфетка».
«Супружеские обязательства»	Проинформировать участников программы, о наличии супружеских обязательств.	1. «Говорю, что вижу»; 2. Мини-лекция на тему: «Супружеские обязательства»; 3. «Наши отношения похожи на...»; 4. «Почему хорошо быть...»; 5. «Лабиринт».

## Окончание таблицы 1

1	2	3
«Время для семьи»	Сформировать понимание важности совместного времени для укрепления отношений внутри семьи.	1. «Здравствуй, ты представляешь...!»; 2. «Визуализация семейного времени»; 3. «Семейный календарь»; 4. «Идеальный день с семьей»; 5. «Общие привычки».
«Стресс и его влияние на семью»	Способствовать определению участниками источников стресса и изучению его влияния на семейные отношения.	1. «Мой день»; 2. «Идентификация источников стресса»; 3. «Техники расслабления»; 4. «Эмоции и стресс»; 5. «Поддержка».
«Закрепление навыков»	Научиться применить навыки, изученные в предыдущих занятиях, в реальных ситуациях.	1. «Изменения»; 2. «Сценарии»; 3. «Ситуации из жизни»; 4. «Контракт».
«Партнерство и совместные цели»	Сформировать общее видение и цели в семье.	1. «Моя семья»; 2. «Ценности»; 3. «Цели на будущее»; 4. «Формирование совместного плана».

С целью оценки эффективности разработанной программы коррекции, нами было проведено ее внедрение на базе учреждения «Гомельский городской центр социального обслуживания семьи и детей» и последующий анализ ее эффективности.

Для внедрения программы нами были выбраны две группы пар, у которых хотя бы у одного из супругов на основании результатов методик «Опросник удовлетворенности браком В. В. Столина, Т. Л. Романовой, Г. П. Бутенко» и «Опросник определения уровня конфликтности индивида Д. М. Рамендик» были выявлены абсолютно неблагополучные, неблагополучные и скорее неблагополучные уровни удовлетворенности браком, а также ближе к среднему, выше среднего и высокие уровни конфликтности. В каждой из групп, коррекционной и контрольной, насчитывалось по 22 участника.

После проведения коррекционного вмешательства в соответствии с разработанной программой, нами было проведено повторное психодиагностическое исследование по методикам «Опросник удовлетворенности браком (В. В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко)» и «Опросник определения уровня конфликтности индивида (Д. М. Рамендик)».

Рассмотрим результаты исследования коррекционной группы испытуемых по методике «Опросник удовлетворенности браком (В. В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко)».

Абсолютно неблагополучная категория в коррекционной группе отсутствует, что указывает на то, что ни один из участников не испытывает крайних форм неудовлетворенности в своих отношениях. Это может свидетельствовать о том, что коррекционная программа оказала положительное влияние на участников, помогая им избежать самых тяжелых форм конфликтов и проблем в браке. В контрольной группе, напротив, наблюдается 9 % респондентов, находящихся в крайне неблагополучной ситуации. Это подчеркивает наличие серьезных проблем у части испытуемых и указывает на необходимость вмешательства и поддержки для улучшения их семейных отношений.

В категории «неблагополучная» коррекционная группа демонстрирует 23 % участников с определенными трудностями в отношениях. Это говорит о том, что значительная часть людей все еще сталкивается с проблемами, но они не достигают критического уровня. В контрольной группе этот показатель равен 27 %, что также указывает на наличие неблагополучных браков, но с небольшим перевесом. Это может означать, что участники контрольной группы более подвержены негативным влияниям и не имеют доступа к ресурсам и методам, которые могли бы помочь им справиться с трудностями.

Среди участников с «скорее неблагополучным» уровнем удовлетворенности браком коррекционная группа имеет самый высокий показатель – 50 %. Это говорит о том, что половина респондентов сталкивается со значительными трудностями в своих отношениях. В контрольной группе этот показатель ниже – 41 %, что также свидетельствует о наличии проблем, но в меньшей степени. Высокий уровень «скорее неблагополучных» участников в коррекционной группе может указывать на то, что программа помогла некоторым людям осознать свои проблемы и начать работать над ними, хотя они все еще находятся в состоянии неудовлетворенности.

Переходная категория остается стабильной для обеих групп и составляет 9 %. Это говорит о наличии участников, находящихся на грани между благополучием и неблагополучием. Эти респонденты могут быть восприимчивы к изменениям в своих отношениях и могут извлечь пользу из дополнительных вмешательств или поддержки.

В категории «скорее благополучная» коррекционная группа показывает 18 % участников с положительным восприятием своих отношений. Это может свидетельствовать о том, что программа способствовала улучшению восприятия отношений среди участников и помогла им увидеть положительные аспекты своего брака. Контрольная группа имеет немного меньший процент – 14 %, что также указывает на присутствие благоприятных условий, но в меньшей степени. Этот небольшой перевес может говорить о том, что участники коррекционной группы более активно работают над своими отношениями и применяют полученные знания на практике.

Обе группы не имеют представителей в категориях «благополучная» и «абсолютно благополучная», что подтверждает отсутствие респондентов с идеальными условиями в браке.

В целом результаты показывают более высокие уровни неблагополучия среди участников контрольной группы по сравнению с коррекционной группой. Наличие положительных изменений в восприятии отношений у участников коррекционной группы может свидетельствовать об эффективности проведенной программы. Участники программы смогли лучше осознать свои проблемы и начали работать над их решением. Это подчеркивает важность дальнейшей работы над улучшением семейных отношений и возможностью применения коррекционных программ для повышения уровня удовлетворенности браком. Программа показала свою значимость как инструмент для поддержки пар в преодолении трудностей и создании более гармоничных отношений.

Рассмотрим результаты исследования коррекционной группы испытуемых по опроснику определения уровня конфликтности индивида Д. М. Рамендик.

Результаты исследования уровня конфликтности в коррекционной и контрольной группах предоставляют глубокое понимание динамики межличностных отношений и психологического состояния участников.

Очень низкий уровень конфликтности в коррекционной группе (4 % респондентов) указывает на наличие небольшого числа участников, которые практически не испытывают конфликтов в своих отношениях. Это может свидетельствовать о том, что некоторые респонденты смогли достичь гармонии и взаимопонимания благодаря проведенной коррекционной программе. Участники, находящиеся в этой категории, вероятно, обладают высокими навыками коммуникации и эмоционального интеллекта, что позволяет им эффективно справляться с возникающими разногласиями. В контрольной

группе отсутствие участников с таким уровнем конфликтности (0 % испытуемых) подчеркивает более высокую степень напряженности и неудовлетворенности в отношениях. Это может указывать на то, что без целенаправленной работы над собой и своими отношениями люди чаще сталкиваются с неразрешенными конфликтами.

Низкий уровень конфликтности не был зафиксирован ни в одной из групп, что говорит о том, что ни один из участников не оценил свои отношения как практически свободные от конфликтов. Это подчеркивает общую тенденцию к наличию определенных проблем в обеих группах. Участники могут испытывать трудности в выражении своих эмоций или потребностей, что приводит к накоплению недовольства и напряженности.

Уровень ниже среднего в коррекционной группе (14 % испытуемых) показывает, что часть участников все же испытывает некоторые трудности, но они не достигают критического уровня. Это может говорить о том, что участники осознают свои проблемы и готовы работать над их решением. В контрольной группе этот показатель равен 9 % исследуемых, что также свидетельствует о наличии проблем, но с меньшей выраженностью. Возможно, это связано с тем, что участники контрольной группы менее осведомлены о своих эмоциональных состояниях или не имеют доступа к ресурсам для их разрешения.

Ближе к среднему уровень конфликтности составляет 23 % молодых семей с детьми для обеих групп, что говорит о стабильности этого показателя и указывает на то, что значительное количество участников находится на грани между низким и средним уровнем конфликтности. Это может быть признаком того, что многие респонденты осознают свои проблемы и находятся в процессе их решения. Они могут быть открыты к изменениям и готовы применять новые подходы для улучшения своих отношений.

Средний уровень конфликтности также равен 18 % респондентов для обеих групп, подтверждая наличие значительного числа респондентов с умеренным уровнем конфликтов в отношениях. Это может указывать на то, что большинство участников сталкиваются с типичными для отношений трудностями – от недопонимания до различий в ожиданиях.

Ближе к среднему уровень конфликтности в коррекционной группе выше (23 % испытуемых) по сравнению с контрольной (18 % исследуемых). Это может говорить о том, что участники коррекционной группы более активно работают над своими отношениями и стремятся снизить уровень конфликтов благодаря полученным знаниям и навыкам во время программы. Они могут быть более открытыми к обсуждению своих чувств и потребностей.

Выше среднего уровень конфликтности значительно выше в контрольной группе (28 % респондентов), чем в коррекционной (14 % исследуемых). Это различие подчеркивает более высокую степень напряженности и проблем в отношениях среди респондентов контрольной группы, которые не прошли коррекцию. Участники контрольной группы могут испытывать больше стресса и недовольства своими отношениями из-за отсутствия инструментов для конструктивного разрешения конфликтов.

Высокий уровень конфликтности одинаков для обеих групп (4 % испытуемых), что указывает на наличие небольшого числа участников с серьезными проблемами в отношениях. Однако это также подчеркивает необходимость работы над этими вопросами как для тех, кто прошел программу, так и для тех, кто не прошел.

В целом результаты показывают положительное влияние коррекционной программы на снижение уровня конфликтности среди участников. Несмотря на то, что обе группы демонстрируют наличие проблем в отношениях, участники коррекционной группы имеют более низкие показатели по критическим категориям конфликтности по сравнению с контрольной группой. Это свидетельствует о том, что программа оказала поддержку участникам в осознании своих проблем и предоставила инструменты для их решения.

Эти результаты подчеркивают важность психологической поддержки и обучения навыкам эффективного общения для улучшения межличностных отношений. Коррекционная программа помогла участникам развить навыки саморегуляции эмоций и конструктивного разрешения конфликтов, что способствовало созданию более здоровой атмосферы взаимодействия между партнерами.

Таким образом, можно сделать вывод об эффективности проведенной коррекционной программы: она способствовала улучшению восприятия отношений и снижению уровня конфликтности среди участников. Программа продемонстрировала свою ценность как инструмент повышения качества жизни людей через улучшение их межличностных взаимодействий и эмоционального благополучия.

Далее нами был проведен статистический анализ данных с использованием критерия Вилкоксона, с целью выявления значимости изменения результатов исследования молодых семей с детьми по методикам «Опросник удовлетворенности браком» В. В. Столина, Т. Л. Романовой, Г. П. Бутенко» и «Опросник определения уровня конфликтности индивида (Д. М. Рамендик)» у коррекционной и контрольной групп молодых семей с детьми до и после внедрения коррекционной программы.

Критерий Вилкоксона (также известный как Т-критерий Вилкоксона или Wilcoxon signed-rank test) – это непараметрический статистический критерий, используемый для сравнения двух зависимых (связанных) выборок. Он применяется, когда необходимо проверить различия между двумя измерениями, выполненными на одной и той же группе испытуемых (например, до и после экспериментального воздействия).

В результате исследования эффективности внедренной программы коррекции конфликтности и низких уровней удовлетворенности браком в молодых семьях с детьми было установлено, что программа способствовала улучшению межличностных отношений и повышению уровня удовлетворенности участников. Участники, прошедшие программу, продемонстрировали заметное снижение уровня конфликтности и более высокие показатели удовлетворенности браком по сравнению с контрольной группой. Это свидетельствует о том, что целенаправленная работа над навыками коммуникации и разрешения конфликтов может существенно изменить динамику семейных отношений.

Кроме того, результаты исследования подчеркивают важность поддержки молодых семей в период адаптации к родительству. Программа не только предоставила участникам инструменты для конструктивного взаимодействия, но и помогла создать пространство для открытого обсуждения проблем и потребностей в отношениях. Это подтверждает необходимость внедрения подобных программ в практику работы с молодыми семьями, что может способствовать укреплению их эмоционального благополучия и стабильности. В дальнейшем такие инициативы могут стать основой для формирования более здоровых семейных систем и повышения качества жизни в обществе.

### **Список использованных источников**

1 Егорова, О. В. Феномен удовлетворенности браком: основные направления исследований / О. В. Егорова [Электронный ресурс] – Режим доступа: [http://www.ipras.ru/cntnt/rus/dop\\_dokume/mezhdunaro/nauchnye\\_m/razdel\\_3\\_a/egorova\\_ov.html](http://www.ipras.ru/cntnt/rus/dop_dokume/mezhdunaro/nauchnye_m/razdel_3_a/egorova_ov.html) – Дата доступа: 20.05.2025.

2 Коновалова, Л. А. Взаимосвязь конфликтности супругов с уровнем эмпатии и удовлетворенностью браком / Л. А. Коновалова, А. В. Чистякова // Педагогическое наследие К.Д. Ушинского: материалы научно-практической конференции «Чтения Ушинского», Ярославль, 4-5 марта 2014 г. – 2014. – Ч. 2. – С. 291.).

3 Целуйко, В. М. Психология современной семьи: книга для педагогов и родителей / В. М. Целуйко. М.: ВЛАДОС, 2006. – С.86.