**Конфликт, причины и пути его разрешения.**
Очевидно, вы задавались вопросами, а можно ли избежать конфликта в семейной жизни? Является ли конфликт злом? Можно ли гневаться, не согрешив? В толковом словаре русского языка слово конфликт определяется как столкновение, серьёзное разногласие, спор.
Исследуя проблему конфликта, можно прийти к выводу, что он неизбежен в человеческой жизни. Вот что пишет Лен Макмиллан в своей книге «Мир наших эмоций»: «С чего мы взяли, что люди никогда не спорят и не расходятся во мнениях? В большинстве случаев сердиться – это вполне нормально. Вас это шокирует? Погодите, дайте закончить. Сердиться – это нормально, но ненормально доходить до того, когда вы теряете власть над своим гневом и контроль над собой». Созвучными этому высказыванию являются и слова Библии: «Гневаясь, не согрешайте;

 солнце да не зайдёт во гневе вашем» (Фасонам 4:26). Мы отличаемся друг от друга, и этот факт делает конфликт неизбежным. Мы привносим в свои взаимоотношения различное прошлое, различные точки зрения, эмоции и даже культуру. Каждый раз, когда сходятся два живых человека, раньше или позже происходит конфликт. Поэтому наличие разногласий не является проблемой. Настоящим испытанием является то, как мы умеем разрешать наши разногласия.

**Причины конфликтов.**
Существует ряд факторов, имея которые в своей жизни, мы пожинаем конфликты.
Первое – это ”мешок обид”. Часто ссора бывает результатом того, что мы долгое время копили в себе наши обиды, разочарования и печали. Когда нас обижают, мы не пытаемся немедленно разрешить возникшую проблему – возможно, потому, что нас учили не делать этого. Так или иначе, но мы кладём эту обиду на дно того мешка, который всегда с нами. Потом туда добавляются другие горести и обиды. Мешок становится всё тяжелее и тяжелее, и, наконец, нам уже просто не по силам эта тяжкая ноша. Окружающие видят это, но мы скрываем содержимое нашего мешка. В итоге, когда он уже полон до краёв, кто-то ещё раз обижает нас. Мы пытаемся спрятать в мешок и эту обиду, но для неё уже не осталось места, и мы взрываемся. Нередко обида не такая уж и серьёзная, и тот, на кого обрушивается наш гнев, не может понять, в чём дело, и сам приходит в ярость.
**Второе** – это обобщение. Это случается тогда, когда в споре мы используем слова: «ты никогда…» или «ты всегда…». Подобные высказывания несправедливы, потому что из этих ложных обобщений делаются неверные выводы. Например, жена ругает мужа за то, что он бросил своё пальто на спинку кресла, хотя надо было бы повесить его в шкаф. «Ты никогда ничего не вешаешь на место!» – взрывается она. И тут же добавляет: «Я уверена, что и твой отец никогда не вешал ничего на место!» Потом идёт обобщающий вывод: «Мужчины все одинаковы: какое-то сборище нерях». Если бы мужу удалось выслушать до конца всю эту тираду, он бы рассердился, поскольку знает, что такой вывод неверен. Ведь, в конце концов, бывает же иногда, что он вешает пальто туда, куда надо. Значит, с её стороны нечестно прибегать к таким обобщениям.
**Третье** – это так называемый «сбор антиквариата». Это происходит, когда люди, ссорясь в настоящем, начинают обращаться к прошлому и ярко описывают свои былые обиды. Люди такого склада живо вспоминают любое оскорбление, которое вы им когда-либо нанесли. В этом случае поведение основано на желании во всём доказать свою полную правоту.
Четвёртое – использование «запрещённых приёмов». Суть такого поведения заключается в том, чтобы высмеивать в человеке какую-либо особенность, которую он не в состоянии изменить, например, черты лица, прозвище и т.д. Такой приём – высшая точка в «грязной» ссоре, поскольку тот, над кем смеются, выходит из себя, не в силах что-либо возразить.
**Пятое** – ”если бы не ты…” Сцены, разыгрывающиеся под таким девизом, направлены на то, чтобы избежать ответственности за свои собственные неудачи и ошибки. Спутника своей жизни или какого-то другого члена семьи мы начинаем обвинять в том, что он является причиной нашей слабости. Такие сцены могут начинаться словами: «Если бы не ты, я бы закончил институт», «если бы не ты, я бы купил новую машину», «если бы не ты…» – и так до бесконечности.
**Шестое** – ”загоняя в угол”. Этот конфликт проявляется, когда, когда члены семьи” загоняют друг друга в угол”, накаляя ситуацию до предела, и в результате уже ничего нельзя изменить. Остаётся только ждать, когда всё утихнет.
**Седьмое** – ”молчание – золото”. Эта народная мудрость верна не во всех ситуациях. Когда мы лишаем близкого человека общения, то должны знать: мы являемся причиной ссоры. Некоторые говорят: «Для ссоры нужны два человека, а я не хочу ссориться». Да, это так. Но эти же два человека необходимы и для того, чтобы начать беседу и попытаться как-то решить проблему. Конечно, бывают ситуации, когда лучшим ответом на колкое замечание будет молчание, но его нельзя применять как средство для того, чтобы вообще оборвать разговор. (Молчание надо использовать для пресечения попыток начать упомянутые выше «игры»).

**Пути разрешения конфликтов.**
Что делать, когда произошёл конфликт? Познакомимся с правилами, которые помогут нам разрешить наши проблемы.
**Правило первое:** наступление на проблему (” гневаясь, не согрешайте”). Писание говорит нам, что в самом гневе нет ничего плохого. Надо только постараться, чтобы это чувство не привело нас ко греху. Можно ли гневаться, не согрешая? Это возможно! Надо не нападать на своего собеседника, а всерьёз браться за решение проблемы.
**Правило второе:** решайте проблему быстро (”солнце да не зайдёт во гневе вашем”). Конечно, нет смысла решать проблему, когда ваш собеседник или вы оба уже не владеете собой. Но стремление к этому должно быть, чтобы как можно быстрее разрешить конфликт, чтобы гнев не перерос в затаённую горечь и негодование.
**Правило третье:** говорите прямо. Цель заключается в том, чтобы, сохраняя нормальные отношения, открыто обсудить возникшую проблему. Не оставляйте вопрос нерешённым.
Конфликтная ситуация, разногласие имеют здоровый характер, когда их цель заключается в искреннем выражении гнева, разочарования и смущения, причём делать это надо так, чтобы проблема в конечном итоге оказалась решённой и между собеседниками не пролегла тень отчуждения. Оба должны выйти победителями. Если мы следуем Божьим правилам, то проигравших просто не будет. Оба выигрывают, если по-настоящему прислушиваются к мнению друг друга и вместе ищут решение возникшей проблемы.