

7. Freud, Sigmund. "The Dissolution of the Oedipus Complex." *The Freud Reader*, edited by Peter Gay, W. W. Norton & Company, 2001, pp. 313–322.
8. Hall, G. Stanley "Adolescence: Its Psychology and Its Relation to Physiology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion, and Education". Volume II 1904. С.363-647.
9. Vygotskij L.S. *Psihologiya razvitiya rebenka*. M.: Izd-vo «Smysl», Izd-vo «Eksmo», 2005.
10. Dragunova, T.V. *Krizis obyasniali po-raznomu // Hrestomatiya po vozrastnoj psihologii : uchebnoe posobie dlya studentov / sost. L.M. Semenyuk*. – M. : Izdatelctvo NPO MODEK, 1998. – 357s.
11. Elshibekova Қ. Zh. *Zhanzhaldardy basқaru: Lekciya kursy / Қ. Zh. Elshibekova* – Almaty: «Тұран» Universiteti, 2022. – 99 b.
12. Nasledov A.D. *Matematicheskie metody psihologicheskogo issledovaniya. Analiz i interpretaciya dannyh*. – SPb.: Rech, 2012. – 392s.
13. Orlov A. I. *Dvuhvyborochnyj kriterij Vilkoksona — analiz dvuh mifov // Politematicheskij setevoy elektronnyj nauchnyj zhurnal Kubanskogo gosudarstvennogo agrarnogo universiteta*, № 104, 2014, S.91-111.

МРНТИ 15.81.61

<https://doi.org/10.51889/2959-5967.2025.84.3.024>

Багиярова Ф.А.<sup>1</sup> , Саитгапеева Г.Г.<sup>2</sup> \*

<sup>1</sup> *Казахский Национальный медицинский университет имени С.Д. Асфендиярова (Алматы, Казахстан)*

<sup>2</sup> *Университет Туран (Алматы, Казахстан)*

## СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДЕСТРУКТИВНЫХ СЕМЕЙНЫХ КОНФЛИКТОВ И НАСИЛИЯ

### Аннотация

Проблема бытового насилия в семьях остаётся одной из наиболее острых социальных и психологических задач, особенно среди молодых пар, находящихся на этапе становления взаимоотношений. Целью настоящего исследования стало выявление ключевых социально-психологических факторов, способствующих развитию деструктивных конфликтов и насилия в партнёрских отношениях, а также обоснование эффективных психопрофилактических подходов. В рамках теоретического анализа выделены три группы факторов: психологические (низкий уровень самоконтроля, дефицит навыков саморегуляции), социальные (экономическая нестабильность, культурные установки) и индивидуальные (детские травмы, усвоенные модели насильственного поведения). Основой эмпирической части послужило анкетное исследование, в котором приняли участие 73 респондента. Использовались как авторские вопросы, так и адаптированные шкалы из валидированных опросников (CTS2, DERS, IRI и др.). Результаты показали высокий уровень эмоциональных барьеров, недостаток открытой коммуникации и дефицит эмпатии в отношениях, что коррелирует с проявлениями конфликтности и агрессии. Обнаружено преобладание избегания и раздражительности как стратегий взаимодействия. На основе полученных данных разработаны рекомендации по внедрению психопрофилактической программы, основанной на методе самосовладания, концепции саморегуляции (по Д. Гоулману) и копинг-стратегиях (по Р. Лазарусу и С. Фолкман). Предлагаемая программа включает психообразовательные тренинги, семейные консультации и группы поддержки. Исследование подчеркивает необходимость ранней диагностики и системной профилактики деструктивных моделей взаимодействия для формирования устойчивых и безопасных партнёрских отношений.

**Ключевые слова:** семейные конфликты, бытовое насилие, копинг-стратегии, самосовладание, социально-психологические факторы.

Багиярова Ф.А.<sup>1</sup>, Саитгареева Г.Г.<sup>2</sup> \*

<sup>1</sup> С.Д. Асфендияров атындағы Қазақ ұлттық медицина университеті (Алматы, Қазақстан)

<sup>2</sup> Туран университеті (Алматы, Қазақстан)

## ДЕСТРУКТИВТІ ОТБАСЫЛЫҚ ҚАҚТЫҒЫСТАР МЕН ЗОРЛЫҚ-ЗОМБЫЛЫҚТЫҢ ҚАЛЫПТАСУЫНА ӘСЕР ЕТЕТІН ӘЛЕУМЕТТІК-ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ФАКТОРЛАР

### Аннотация

Отбасындағы тұрмыстық зорлық-зомбылық мәселесі – әсіресе қарым-қатынасы енді қалыптасып келе жатқан жас отбасылар арасында – ең өзекті әлеуметтік және психологиялық мәселелердің бірі болып отыр. Осы зерттеудің мақсаты – деструктивті қақтығыстар мен зорлық-зомбылықтың қалыптасуына ықпал ететін негізгі әлеуметтік-психологиялық факторларды анықтап, тиімді психопрофилактикалық тәсілдерді негіздеу. Теориялық талдау аясында үш факторлық топ анықталды: психологиялық (өзін-өзі бақылаудың төмен деңгейі, өзін-өзі реттеу дағдыларының жетіспеуі), әлеуметтік (экономикалық тұрақсыздық, зорлық-зомбылықты ақтайтын мәдени нормалар) және жеке факторлар (балалық шақтағы психологиялық жарақаттар, зорлық моделін меңгеру). Эмпирикалық зерттеу бөлігінде 73 респондент қатысқан сауалнама жүргізілді. Сауалнамада авторлық сұрақтармен қатар валидтелген сауалнамалардан (CTS2, DERS, IRI және т.б.) бейімделген шкалалар қолданылды.

Нәтижелер қарым-қатынастағы эмоционалды тосқауылдардың жоғары деңгейін, ашық коммуникацияның жетіспеуін және эмпатияның төмендігін көрсетті, бұл қақтығыстар мен агрессияның көріністерімен тығыз байланысты. Өзара әрекеттесуде жалтару мен ашушаңдықтың басым екені анықталды. Алынған мәліметтер негізінде Д. Гоулманның өзін-өзі реттеу тұжырымдамасы мен Р. Лазарус пен С. Фолкманның копинг-стратегияларына сүйене отырып, өзін-өзі басқару әдісіне негізделген психопрофилактикалық бағдарламаны енгізу бойынша ұсыныстар әзірленді. Ұсынылған бағдарламаға психооқытушылық тренингтер, отбасылық кеңестер мен қолдау топтары кіреді. Бұл зерттеу тұрақты және қауіпсіз отбасылық қарым-қатынас қалыптастыру үшін деструктивті мінез-құлық модельдерін ерте диагностикалау мен жүйелі алдын алудың маңыздылығын көрсетеді.

**Түйін сөздер:** отбасылық қақтығыстар, тұрмыстық зорлық-зомбылық, копинг-стратегиялар, өзін-өзі басқару, әлеуметтік-психологиялық факторлар.

Bagiyarova F.A.<sup>1</sup>, Saitgareyeva G.G.<sup>2</sup>\*

<sup>1</sup> Kazakh National Medical University named after S.D. Asfendiyarov (Almaty, Kazakhstan)

<sup>2</sup> Turan University (Almaty, Kazakhstan)

## SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS IN THE FORMATION OF DESTRUCTIVE FAMILY CONFLICTS AND VIOLENCE

### Abstract

The issue of domestic violence remains one of the most pressing social and psychological challenges, particularly among young couples in the early stages of relationship development. The aim of this study is to identify the key socio-psychological factors contributing to the emergence of destructive conflicts and violence in intimate partnerships, as well as to justify effective psychoprophylactic approaches. The theoretical analysis identified three groups of contributing factors: psychological (low self-control, lack of self-regulation skills), social (economic instability, cultural norms), and individual (childhood trauma, internalized violent behavior patterns). The empirical part of the study was based on a survey of 73 participants. The questionnaire included both original questions and adapted scales from validated instruments (e.g., CTS2, DERS, IRI). The results revealed a high level of emotional barriers, insufficient open communication, and a lack of empathy in relationships—

factors that correlate with conflict and aggression. Avoidance and irritability were found to be prevalent as interaction strategies. Based on these findings, recommendations were developed for implementing a psychoprophylactic program based on the method of self-coping, the concept of self-regulation (as defined by D. Goleman), and coping strategies (according to R. Lazarus and S. Folkman). The proposed program includes psychoeducational training, family counseling, and support groups. This study highlights the importance of early diagnosis and systemic prevention of destructive interaction patterns in order to promote resilient and safe intimate relationships.

**Keywords:** family conflicts, domestic violence, coping strategies, self-coping, socio-psychological factors.

**ВВЕДЕНИЕ** Бытовое насилие в семье остается одной из самых острых социальных проблем во всем мире, в том числе и в Казахстане [1]. Несмотря на значительные усилия по повышению осведомленности и развитию механизмов защиты жертв насилия, проблема продолжает оставаться актуальной. В частности, молодые семьи, находящиеся на этапе становления, подвержены особым рискам возникновения конфликтов, а также проявлений насилия [9]. В основе этой проблемы лежат не только социальные и культурные факторы, но и личные, психологические особенности партнеров, которые часто приводят к агрессивным и деструктивным формам взаимодействия.

В Казахстане по данным Министерства внутренних дел РК, в 2020 году зафиксировано более 50 тысяч случаев домашнего насилия, однако реальное количество инцидентов может быть гораздо выше, так как многие жертвы предпочитают не обращаться в правоохранительные органы [2]. Молодые семьи, находясь в процессе адаптации, часто сталкиваются с нехваткой знаний о здоровых способах разрешения конфликтов и зачастую не могут вовремя остановить агрессию. Это делает проблему бытового насилия в молодоженах особенно острым вопросом для психопрофилактики и психогигиены [3].

Природа бытового насилия в семье сложна и многогранна. Исследования, посвященные насилию в отношениях, подчеркивают, что насилие не является случайным явлением, а имеет свои корни в глубоких психологических, социальных и культурных проблемах, которые существуют внутри семьи и в обществе в целом [4]. Бытовое насилие представляет собой систематическое применение насильственных действий, будь то физическое, эмоциональное, психологическое или экономическое насилие.

В рамках литературного обзора по теме социально-психологических факторов, способствующих развитию деструктивных бытовых конфликтов и насилия, были выявлены ключевые группы факторов (рис.1): психологические (низкий уровень самоконтроля, агрессивность, эмоциональная неустойчивость, дефицит навыков саморегуляции), социальные (экономическая нестабильность, безработица, культурные установки, оправдывающие насилие), индивидуально-личностные (детские травмы, усвоенные насильственные модели поведения, психические расстройства), а также выделены эффективные психопрофилактические подходы, включающие обучение навыкам саморегуляции, конструктивного взаимодействия и участие в групповой терапии.

Таблица 1. Социально-психологические факторы, способствующие развитию деструктивных конфликтов и насилия в семье, и возможные психопрофилактические подходы

Категория	Ключевые аспекты
1. Психологические факторы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Низкий уровень самоконтроля</li> <li>- Склонность к агрессивным реакциям</li> <li>- Повышенная эмоциональная реактивность</li> <li>- Недостаток навыков саморегуляции и разрешения конфликтов</li> </ul>
2. Социальные факторы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Экономическая нестабильность</li> <li>- Безработица и низкий доход</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Культурные стереотипы и нормы, оправдывающие насилие</li> <li>- Недостаточный доступ к социальной поддержке</li> </ul>
3. Индивидуальные особенности и травмы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Психологические травмы из детства</li> <li>- Усвоение насильственных моделей поведения в родительской семье и их перенос</li> <li>- Личностные расстройства и эмоциональная незрелость</li> </ul>
4. Психопрофилактические подходы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Самосовладание</li> <li>- Групповая терапия и тренинги</li> <li>- Обучение навыкам саморегуляции и эмоционального контроля</li> <li>- Развитие конструктивных стратегий разрешения конфликтов</li> <li>- Психообразовательные программы</li> <li>- Работа с травмами и коррекция деструктивных установок</li> </ul>

1. Психологические факторы. Психологические факторы играют ключевую роль в возникновении насилия. Они включают в себя такие характеристики, как низкий уровень самоконтроля, агрессивность, повышенная эмоциональная реактивность, а также дефицит навыков конструктивного разрешения конфликтов [17, 5]. Согласно инвентаризации враждебности, предложенной А. Бассом и А. Дерки, агрессия может проявляться как в прямой форме, так и через раздражительность, подозрительность и вербальные выпады [1]. Психологические проблемы в отношениях часто усугубляются из-за отсутствия у партнеров навыков саморегуляции и взаимодействия в стрессовых ситуациях. Люди, пережившие психологические травмы, имеют больше шансов столкнуться с проявлениями насилия в будущих отношениях. Лица с психопатологическими расстройствами, такими как депрессия, тревожные расстройства или личностные расстройства, могут быть более склонны к насильственным действиям [17]. Согласно исследованию Джонсона и Вагнера (2014), психологические проблемы, такие как низкий уровень самоконтроля и депрессия, тесно связаны с проявлениями насилия в отношениях [9]. Недавние исследования также подтверждают, что насилие часто является результатом дефицита навыков конструктивного взаимодействия и отсутствия психоэмоциональной регуляции [8].

2. Социальные факторы. Социальные факторы являются важными катализаторами насилия в семье. В условиях экономической нестабильности, безработицы и низких доходов, когда оба партнера сталкиваются с финансовыми трудностями, напряженность в семье возрастает. Исследования, проведенные в разных странах, показывают, что экономические проблемы, такие как безработица или низкий уровень дохода, и социальные стереотипы о роли мужчины и женщины в семье, усиливают напряжение и повышают вероятность насилия [13, 16]. Культурные стереотипы, часто существующие в определенных обществах, могут воспринимать насилие как норму поведения в семье. В таких культурах, где традиционно мужчины рассматриваются как главные кормильцы и защитники, насилие может восприниматься как акт контроля или воспитания, что создает опасную почву для его развития [9]. В некоторых культурах насилие воспринимается как нормальная часть семейных отношений, что делает его профилактику особенно сложной [13].

3. Индивидуальные особенности и личностные травмы. Особенности личности каждого из партнеров также оказывают влияние на развитие насилия в отношениях. Люди с пережитыми психологическими травмами из детства (например, насилие со стороны родителей или другие формы жестокого обращения) могут бессознательно переносить эти модели поведения в свои взрослые отношения. По данным исследования Хайндс и др. (2015), люди, пережившие насилие в детстве, чаще воспроизводят подобные модели поведения в своих отношениях в зрелом возрасте [2]. Отсутствие навыков решения конфликтов, умения конструктивно выражать свои эмоции, а также наличие психических расстройств, таких как биполярное расстройство, могут способствовать развитию насилия в семье [9].

4. Психопрофилактические подходы: ряд исследований (Лави, 2018) показывают, что обучение техникам саморегуляции и конструктивного разрешения конфликтов значительно снижает уровень насилия в семье [18, 11].

Метод самосовладания, в контексте психотерапии и психопрофилактики, представляет собой интегративный подход, который направлен на развитие навыков управления эмоциями и поведением в стрессовых ситуациях, а также на предотвращение деструктивных реакций в отношениях [11]. Основа метода – осознанное и последовательное проживание своего проблемного состояния через модель цикличной, непрерывной динамики чувств – ощущений – образа [12].

В основе предложенной методики профилактики деструктивных конфликтов и насилия в партнёрских отношениях лежит концепция саморегуляции. Согласно Д. Гоулману, саморегуляция (англ. self-regulation) представляет собой способность человека управлять своими эмоциональными импульсами, контролировать поведение в стрессовых ситуациях, адаптироваться к изменениям и сохранять внутреннюю устойчивость [14].

Дополнительным теоретическим основанием для исследования послужила транзакционная теория стресса Р. Лазаруса и С. Фолкман, в которой особое внимание уделяется механизмам самокопинга — стратегий преодоления стресса, направленных на снижение напряжения и адаптацию к трудной ситуации [6]. В рамках данной теории копинг-стратегии делятся на проблемноориентированные (направленные на изменение стрессовой ситуации) и эмоциоориентированные (направленные на изменение отношения к ней) [6]. В контексте профилактики насилия важно различать конструктивные и деструктивные формы копинга: первые способствуют разрешению конфликтов, вторые — могут усиливать напряжение, вести к агрессии или избеганию.

Таким образом, сочетание подходов саморегуляции и самокопинга позволяет глубже понять внутренние и внешние механизмы, влияющие на поведение личности в стрессовой ситуации и в рамках конфликтного взаимодействия. Психопрофилактика деструктивных бытовых конфликтов и насилия методом самосовладания направлена как на развитие внутреннего эмоционального контроля (в соответствии с моделью Гоулмана), так и на обучение конструктивным стратегиям преодоления стресса (аналогично модели Лазаруса и Фолкман).

Основная цель исследования — выявить психологические, социальные и культурные факторы, способствующие возникновению насилия в семейных парах. Рассматривается психогигиенический и психопрофилактический подход как основа для создания эффективных программ профилактики насилия.

**МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ** Для диагностики факторов, способствующих возникновению насилия в семье, была разработана авторская анкета из 21 вопроса. Анкета включает как демографические, так и содержательные психодиагностические блоки.

Демографический раздел анкеты (первые 4 вопроса) содержит вопросы о поле, возрасте, семейном положении и длительности брака или совместного проживания. Эти данные необходимы для анализа социального контекста участников и возможного влияния социально-демографических переменных на проявления конфликтов и насилия в семье.

Часть формулировок адаптирована на основе валидированных зарубежных опросников, таких как:

- Conflict Tactics Scale (CTS2) [10] – для оценки агрессивного и поддерживающего поведения,
- Conflict Resolution Style Inventory [5],
- Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) [4] – для оценки эмоциональных барьеров,
- Interpersonal Reactivity Index (IRI) [3] – для измерения понимания эмоций партнёра,
- Family Communication Scale (FCS) [8] – для анализа уровня семейной коммуникации.

Опросники не использовались в полном объёме. Были адаптированы отдельные шкалы и утверждения, соответствующие целям исследования. Вопросы формулировались с учётом контекста семейных отношений и культурной специфики.

Надёжность соответствующих шкал оценивалась на основании коэффициента внутренней согласованности ( $\alpha$  Кронбаха), приведённого в оригинальных публикациях. Ниже представлена Таблица 2, где указаны соответствия между вопросами анкеты и используемыми теоретико-методическими основаниями. Респонденты были уведомлены о целях исследования, а также обеспечена анонимность их ответов.

Таблица 2. Надёжность шкал в авторской анкете

№	Вопрос анкеты	Суть	Концептуальная основа	Альфа Кронбаха
1	Вопрос: «Как часто вы общаетесь с партнёром на серьёзные темы?» / «Обсуждение проблем»	Частота открытой коммуникации	Family Communication Scale (FCS), Olson, 2003	0.80–0.88
2	Вопрос: «Перебиваю, оскорбляю, игнорирую, поддерживаю, благодарю»	Частота агрессивных/поддерживающих действий	Conflict Tactics Scale (CTS2), Straus, 1996	0.77–0.89
3	Вопрос: «Что мешает выражать чувства?» (страх, уязвимость, гнев и др.)	Барьеры выражения эмоций	Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS), Gratz & Roemer, 2004	0.85–0.91
4	Вопрос: «Чего опасаетесь при открытом выражении чувств?»	Страх отвержения, недоверие, неравенство	Interpersonal Trust Scale / AAI	0.73–0.80
5	Вопрос: «Насколько хорошо вы понимаете эмоции партнёра?» (1–5)	Оценка эмпатии	Interpersonal Reactivity Index (IRI), Davis, 1983	0.78–0.88
6	Вопрос: «Как вы обычно разрешаете конфликты?»	Перечень стратегий: избегание, компромисс, упрёки и др.	Conflict Resolution Style Inventory, Kurdek, 1994	0.75–0.84
7	Вопрос: «Чувствуете ли поддержку в трудностях?» / «Как часто хвалите друг друга?»	Эмоциональная поддержка в отношениях	Family Communication Scale (частично), Olson, 2003	0.80–0.88

Вопросы, отражающие частоту агрессивного и поддерживающего поведения, эмоциональные барьеры, стратегии разрешения конфликтов, имеют показатели  $\alpha$  от 0.73 до 0.91, что свидетельствует о высокой согласованности и пригодности шкал к исследовательскому применению. Остальные вопросы анкеты были авторскими и сконструированы на основе теоретических положений, изложенных в работах Д.Гоулмана (эмоциональный интеллект), Р.Лазаруса (когнитивная теория стресса), а также современных концепций межличностных отношений и эмоциональной регуляции.

Следует отметить, что значения коэффициента внутренней согласованности  $\alpha$  Кронбаха приведены в статье исключительно для тех шкал, которые были заимствованы или адаптированы из существующих опросников. Для авторских вопросов расчёт  $\alpha$  Кронбаха не проводился.

**РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ** Анкетирование, направленное на выявление уязвимых мест в партнёрских отношениях, которые могут способствовать развитию насилия, проводилось среди 73 респондентов. Его целью также было получение эмпирической базы для разработки эффективных профилактических и коррекционных программ.

*Социально-демографические характеристики*

Пол: среди респондентов большинство составляют женщины (61 человек), мужчины представлены меньшим числом (12 человек). Это может указывать на то, что женщины чаще участвуют в опросах о семейных отношениях, возможно, из-за большей вовлеченности в эмоциональную сферу.

Основная возрастная группа — 46-65 лет (42 человека), далее следуют 31-45 лет (23 человека). Эти возрастные категории наиболее подвержены кризисам в отношениях, связанным с длительным браком или семейной рутинной.

Большинство респондентов состоят в браке (52 человека), что подтверждает актуальность изучения семейных отношений.

Наибольшее количество респондентов в браке/сожительстве более 16 лет (37 человек), что свидетельствует о потенциальных сложностях, связанных с длительными отношениями (включая выгорание и снижение эмоциональной близости).

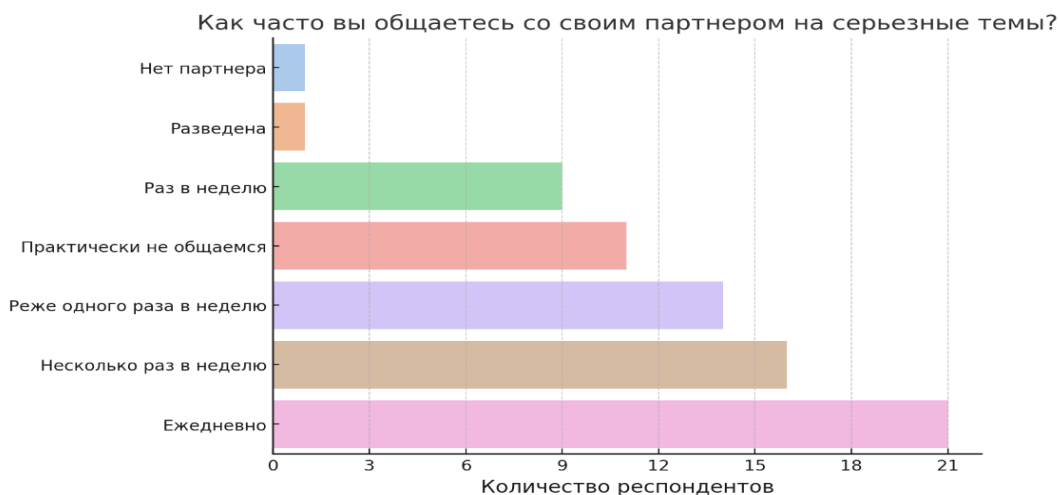


Рисунок 1 - Частота обсуждения серьёзных тем с партнёром в семейных отношениях

*Коммуникация в семье.* Обсуждение серьезных тем: 21 человек общается на серьезные темы ежедневно, 16 – несколько раз в неделю, однако значительная доля (25 человек) общаются редко или практически не общаются (рис.1). Это свидетельствует о нехватке эмоциональной связи.

Обсуждение проблем: только 8 человек обсуждают проблемы ежедневно, большинство (26 человек) практически не обсуждают (рис.2). Это указывает на недостаток эффективной коммуникации в решении конфликтов.

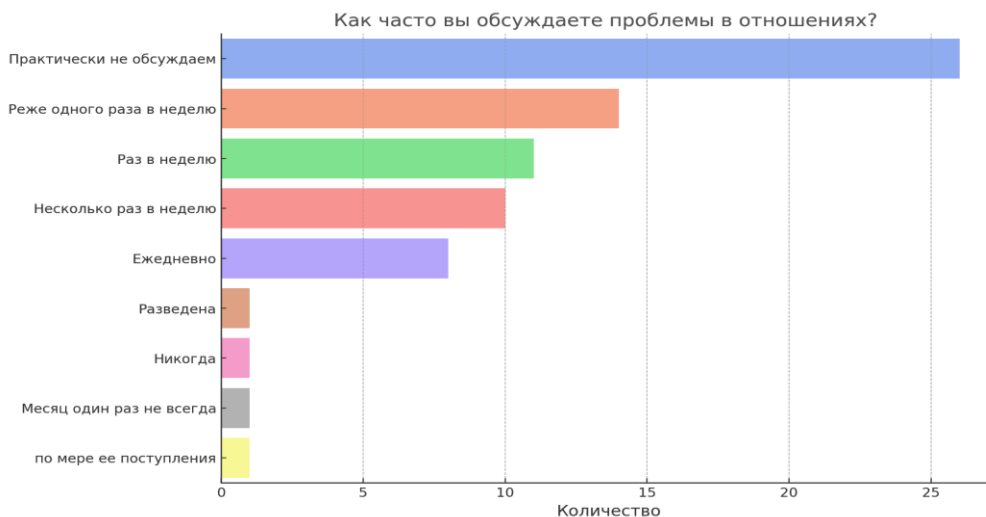


Рисунок 2 – Частота обсуждения проблем в партнёрских отношениях

**Стиль общения и эмоциональные барьеры.** Большинство респондентов описывают свой стиль общения как "спокойный" (29 человек) или "внимательный" (15 человек), что указывает на попытки поддерживать гармонию. Однако 13 человек выбрали "избегающий", а 6 – "агрессивный" (рис.3), что является потенциальными факторами конфликтов.

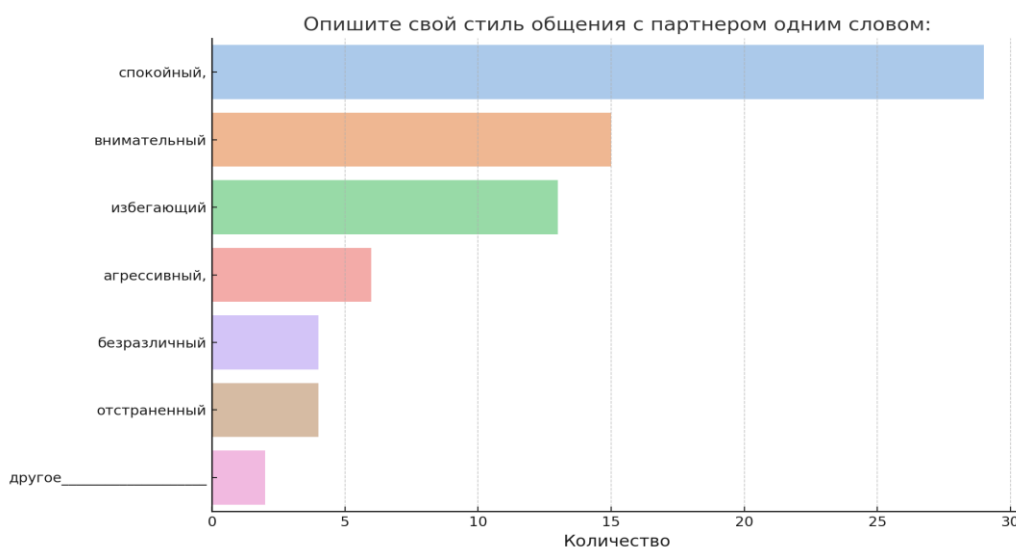


Рисунок 3 – Самооценка стиля общения с партнёром

Почти половина респондентов оценивает своё понимание чувств партнёра как среднее (3 балла из 5). Это указывает на наличие разрыва в эмоциональной связи. При этом 25 человек часто не понимают, что испытывает партнёр, что указывает на слабое развитие эмпатии и сниженный уровень эмоционального интеллекта.

Наиболее часто респонденты боятся при открытом выражении своих чувств: страх повредить отношения, страх реакции партнера, отсутствие доверия (рис. 4).



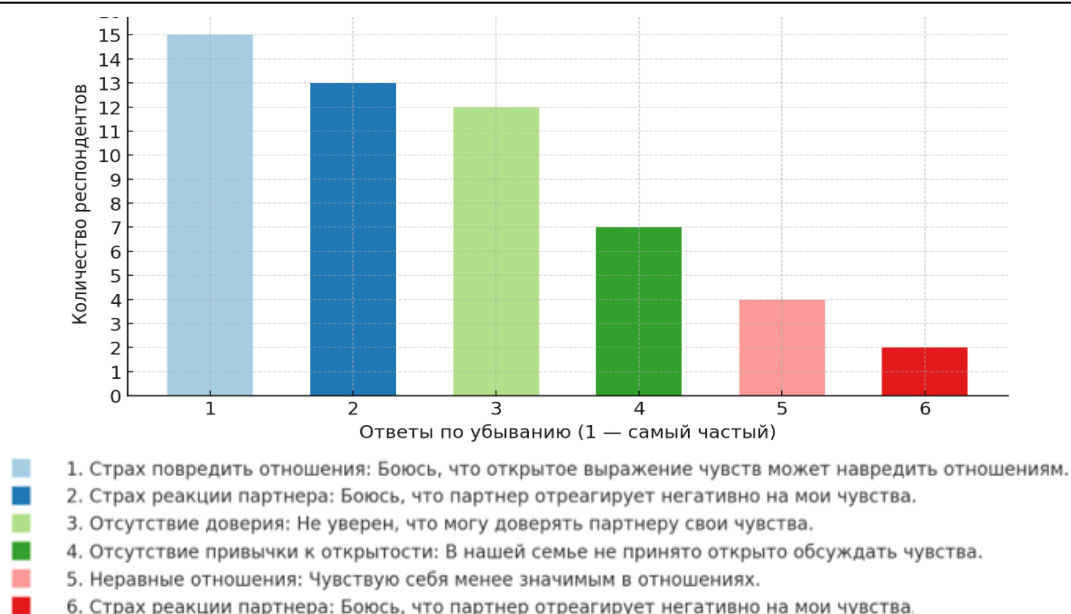


Рисунок 4 – Основные опасения при открытом выражении чувств партнеру

Эти опасения формируют эмоциональные барьеры, усугубляющие дистанцию между партнёрами (рис.5). Данные результаты согласуются с исследованиями Курганского и Немчина, согласно которым восприятие психологического комфорта и уровень эмоциональной активации играют ключевую роль в готовности личности к открытому диалогу [15].

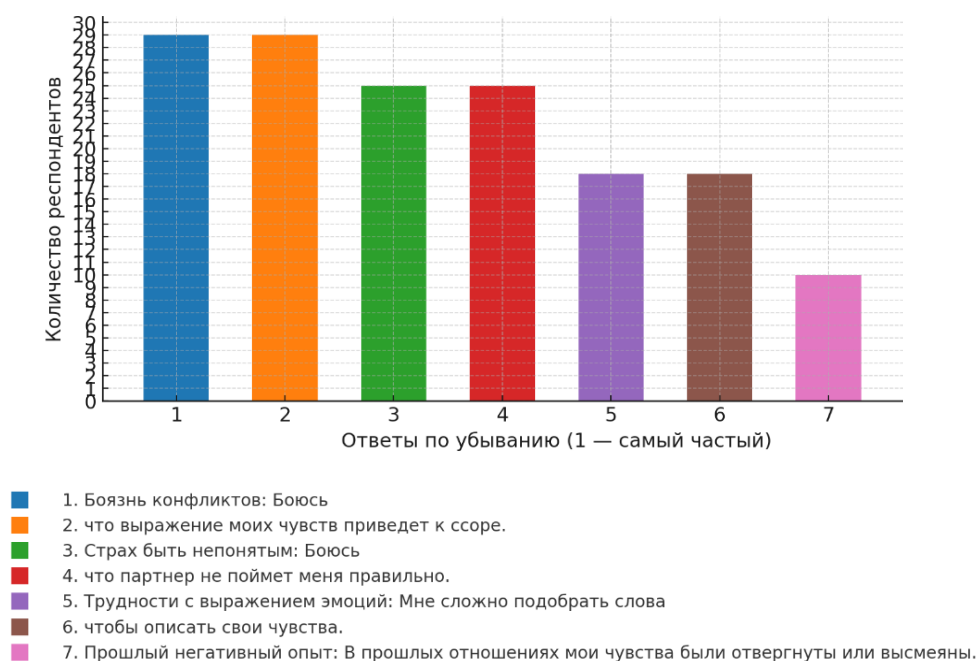


Рисунок 5 – Эмоциональные барьеры во взаимодействии с партнёром

*Разрешение конфликтов и формы поведения.* Наиболее частыми стратегиями разрешения конфликтов стали: «спокойное обсуждение», «уступка» и «избегание». Лишь небольшая часть указала на достижение компромиссов. Более тревожно выглядит факт, что частота перерастания конфликтов в ссоры превышает частоту их разрешения мирным путём, что указывает на нестабильность взаимодействия.

Что касается поведенческих форм, часть респондентов признались в проявлении негативных моделей поведения — перебивания, оскорблений, игнорирования партнёра. Однако значительное количество отметили использование поддерживающих фраз и благодарности, что даёт надежду на наличие позитивного потенциала в отношениях (рис.6).

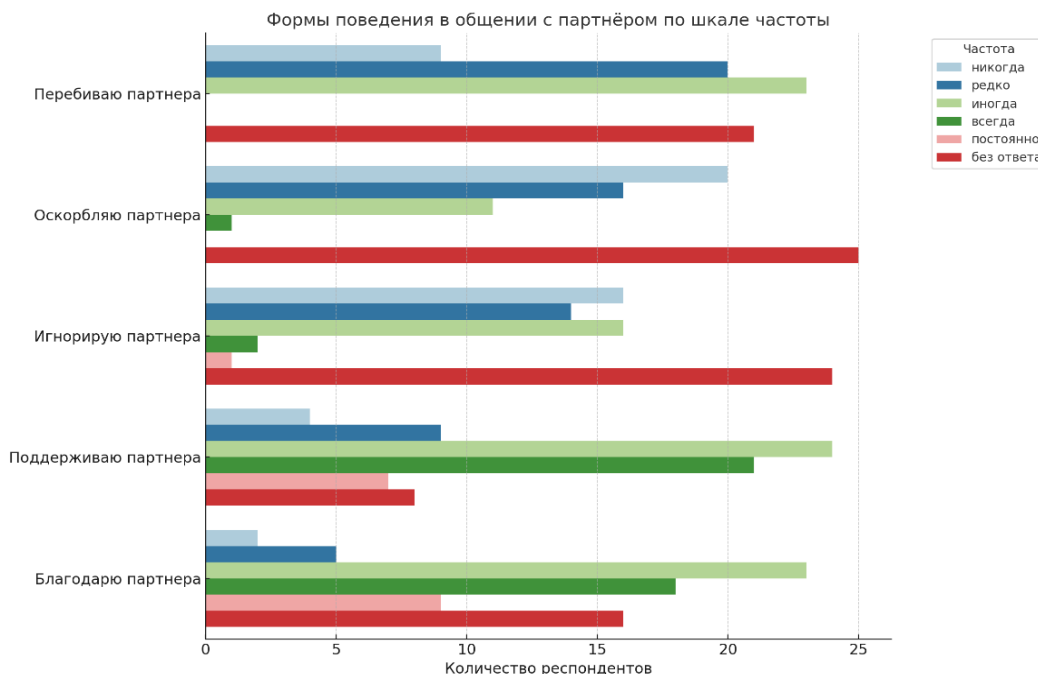


Рисунок 6 – Частота использования различных форм поведения в общении с партнёром

Таким образом, анализ ответов показал, что наиболее распространёнными стилями общения с партнёром являются: «поддерживающий», «открытый» и «раздражительный». Преобладание поддерживающего и открытого стиля характерно для респондентов, реже вовлечённых в эскалацию конфликтов, тогда как раздражительный стиль ассоциирован с высоким уровнем эмоционального напряжения и частыми ссорами.

На вопрос о том, как участники обычно разрешают конфликты, большинство ответили «через компромисс» или «спокойное обсуждение». Однако значительная доля респондентов указала на стратегии избегания и замалчивания конфликтов, что свидетельствует о недостаточной развитости навыков конструктивной коммуникации.

Что касается взаимной поддержки, около 70% опрошенных сообщили, что чувствуют помощь и поддержку со стороны партнёра в трудных ситуациях. Тем не менее, оставшиеся 30% отметили дефицит эмоциональной отзывчивости, что может указывать на скрытые проблемы во взаимоотношениях.

Особое внимание было уделено барьерам открытого выражения чувств. Чаше всего респонденты опасаются быть непонятыми, отвергнутыми или спровоцировать агрессию со стороны партнёра. Эти опасения снижают готовность к откровенному диалогу и создают условия для накопления внутреннего напряжения.

На основании полученных данных можно выделить *ключевые социально-психологические факторы*, способствующие возникновению деструктивных конфликтов:

- низкий уровень эмпатийного восприятия,
- преобладание пассивных или агрессивных моделей поведения при разрешении конфликтов,
- эмоциональная отстранённость,

- страхи и барьеры в выражении чувств.

Результаты согласуются с теоретическими положениями Д. Гоулмана о значении эмоциональной регуляции и самоконтроля в устойчивых партнёрских отношениях [1], а также с концепцией Р. Лазаруса о когнитивной оценке как ключевом этапе реакции на стресс [2].

Выявленные данные подтверждают необходимость внедрения профилактических программ, направленных на развитие эмоциональной осознанности, навыков конструктивной коммуникации и стратегий саморегуляции в партнёрских отношениях.

В дальнейшем планируется разработка Программы «Профилактика деструктивных конфликтов и насилия в семейных парах методом самосовладания» с учетом специфики молодых семей и направлена на развитие здоровых форм взаимодействия между партнерами. Основные компоненты программы будут включать:

1. Психообразовательные тренинги методом самосовладания
2. Семейные консультации:

Медиативные техники для разрешения конфликтов. Помощь в нахождении мирных решений для конфликтных ситуаций без применения насилия.

Группы взаимопомощи:

Группы поддержки для пострадавших от насилия. Предоставление эмоциональной поддержки и обмен опытом между теми, кто пережил насилие.

Обсуждение успешных кейсов и предоставление информации о возможных путях выхода из кризиса.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ** Проблема бытового насилия в семьях, особенно среди молодых пар, продолжает оставаться одной из самых острых социальных проблем. В Казахстане, как и в других странах, молодые семьи часто сталкиваются с нехваткой знаний о здоровых способах разрешения конфликтов, что повышает риск возникновения насилия. Поэтому психопрофилактика, направленная на раннее выявление факторов риска и обучение конструктивному разрешению конфликтов, является необходимостью.

Проведённое анкетирование ( $n = 73$ ) позволило выявить ряд характерных проблем в межличностном взаимодействии респондентов, свидетельствующих о наличии факторов риска деструктивных конфликтов и проявлений насилия в семейных отношениях. Полученные данные показали, что значительная часть участников исследования редко обсуждают с партнёром серьёзные темы и проблемы, что указывает на дефицит открытой и конструктивной коммуникации.

Дополнительно выявлены выраженные эмоциональные барьеры — участники испытывают страх быть непонятыми или отвергнутыми, избегают откровенности, демонстрируют низкий уровень эмоциональной включённости. Самооценка способности понимать чувства партнёра в большинстве случаев колебалась на среднем уровне, что отражает недостаточный уровень эмпатии и эмоциональной близости.

Анализ поведенческих паттернов показал сочетание агрессивных реакций (перебивание, игнорирование) с эпизодическими проявлениями поддержки, что может указывать на нестабильный стиль взаимодействия и эмоциональную турбулентность в отношениях.

Полученные результаты подтверждают необходимость внедрения психопрофилактической программы, направленной на развитие навыков саморегуляции и эмоционального интеллекта. Предлагаемая программа должна включать следующие ключевые модули: психообразовательные тренинги по когнитивно-поведенческой терапии, ориентированные на развитие навыков самоконтроля и управления импульсивными реакциями; семейные консультации и медиативные практики по разрешению конфликтов; группы поддержки для лиц, столкнувшихся с эмоциональным или физическим насилием.

Разработанная анкета продемонстрировала свою информативность и практическую значимость как инструмент первичной диагностики дефицитов в эмоциональной сфере и коммуникации партнёров. На основе полученных данных может быть разработана

масштабируемая программа психологического сопровождения, ориентированная на профилактику насилия и укрепление устойчивых партнёрских отношений в семье.

Комплексный подход, включающий психообразование, консультации и группы поддержки, является ключом к успешной профилактике насилия в семье. Важным шагом в решении этой проблемы является создание системы, которая обеспечивает доступность помощи для пострадавших и предоставляет ресурсы для изменений в деструктивных моделях поведения. Метод самосовладания является важным инструментом в психопрофилактике и психотерапевтической работе с конфликтами в семьях. Он помогает партнером развивать навыки самоконтроля, управления эмоциями и конструктивного разрешения конфликтов. Существующие исследования и практики подтверждают высокую эффективность этих методов в предотвращении насилия в семейных парах, особенно при применении их в контексте психогигиенического подхода.

### Список использованной литературы

1. Buss A., Durkee A. An inventory for assessing different kinds of hostility // *Journal of Consulting Psychology*. — 1957. — Vol. 21, No. 4. — P. 343–349.
2. Compas B.E., Connor-Smith J.K., Saltzman H., Thomsen A.H., Wadsworth M.E. Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research // *Psychological Bulletin*. — 2001. — Vol. 127, No. 1. — P. 87–127.
3. Davis M.H. Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach // *Journal of Personality and Social Psychology*. — 1983. — Vol. 44, No. 1. — P. 113–126.
4. Gratz K.L., Roemer L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale // *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. — 2004. — Vol. 26. — P. 41–54.
5. Kurdek L.A. Conflict resolution styles in gay, lesbian, heterosexual nonparent, and heterosexual parent couples // *Journal of Marriage and the Family*. — 1994. — Vol. 56, No. 3. — P. 705–722.
6. Lazarus R.S., Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping*. — New York: Springer, 1984. — 456 p.
7. Main M., Kaplan N., Cassidy J. Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation // *Monographs of the Society for Research in Child Development*. — 1985. — Vol. 50, No. 1–2. — P. 66–104.
8. Olson D.H. Family Communication Scale. In: *FACES IV and the Circumplex Model: Validation Study*. — Minneapolis: Life Innovations, 2003. — 10 p.
9. Smith J., Brown T. Domestic Violence in Young Families: Causes and Prevention Strategies // *Journal of Family Studies*. — 2021. — Vol. 15, No. 3. — P. 210–225.
10. Straus M.A., Hamby S.L., Boney-McCoy S., Sugarman D.B. The Revised Conflict Tactics Scales (CTS2): Development and preliminary psychometric data // *Journal of Family Issues*. — 1996. — Vol. 17, No. 3. — P. 283–316.
11. Асимов М.А., Васько Т.П. Психология самосовладания: учебное пособие. — Алматы: Университет «Туран», 2023. — 70 с.
12. Асимов М.А., Васько Т.П., Абдулла К.Е. Психотерапия методом самосовладания патологического гемблинга коморбидного со специфической фобией: клинический случай // *Eurasian Journal of Current Research in Psychology and Pedagogy*. — 2024. — № 1. — С. 26–33. <https://doi.org/10.46914/2959-3999-2024-1-1-26-33>
13. Выборочное обследование по насилию в отношении женщин в Казахстане: статистический сборник. — Астана: Комитет по статистике Министерства национальной экономики Республики Казахстан, 2016. — 37 с.
14. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект: почему он может значить больше, чем IQ. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016. — 480 с.
15. Курганский Л.А., Немчин Т.А. Психологическая активация и комфортность: методики изучения. — М.: Психология, 2010.

16. Муканбеткалиев А. Профилактика бытового насилия: вопросы законодательного регулирования // Академияның зерттеулі. — 2021. — № 5 (233).
17. Результаты национального исследования ЮНИСЕФ по насилию в Казахстане. Знания. Отношения. Практика [Электронный ресурс]. — Алматы: ЮНИСЕФ, 2016. — URL: <https://www.unicef.org/kazakhstan/media/201/file/Результаты%20национального%20исследования%20ЮНИСЕФ%20по%20насилию%20в%20Казахстане.pdf> (дата обращения: 20.04.2025).
18. Учебная программа первичной профилактики насилия в школе. — Восточно-Казахстанская область, 2014 г.

### References

1. Buss, A., & Durkee, A. (1957). An inventory for assessing different kinds of hostility. *Journal of Consulting Psychology*, 21(4), 343–349.
2. Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87–127.
3. Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113–126.
4. Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41–54.
5. Kurdek L.A. Conflict resolution styles in gay, lesbian, heterosexual nonparent, and heterosexual parent couples // *Journal of Marriage and the Family*. – 1994. – Vol. 56, No. 3. – P. 705–722.
6. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
7. Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1–2), 66–104.
8. Olson, D. H. (2003). *Family Communication Scale*. In: *FACES IV and the Circumplex Model: Validation Study*. Minneapolis: Life Innovations.
9. Smith, J., & Brown, T. (2021). Domestic Violence in Young Families: Causes and Prevention Strategies. *Journal of Family Studies*, 15(3), 210–225.
10. Straus, M. A., Hamby, S. L., Boney-McCoy, S., & Sugarman, D. B. (1996). The Revised Conflict Tactics Scales (CTS2): Development and preliminary psychometric data. *Journal of Family Issues*, 17(3), 283–316.
11. Asimov, M. A., & Vasko, T. P. (2023). *Psikhologiya samosovladaniya: uchebnoe posobie*. Almaty: Universitet "Turan".
12. Asimov, M. A., Vasko, T. P., & Abdulla, K. E. (2024). *Psikhoterapiya metodom samosovladaniya patologicheskogo gemblinga komorbidnogo so spetsificheskoy fobiei: klinicheskiy sluchay*. *Eurasian Journal of Current Research in Psychology and Pedagogy*, (1), 26–33. <https://doi.org/10.46914/2959-3999-2024-1-1-26-33>
13. *Vyborochnoe obsledovanie po nasiliyu v otnoshenii zhenshchin v Kazakhstane: statisticheskiy sbornik*. (2016). Astana: Komitet po statistike Ministerstva natsional'noy ekonomiki Respubliki Kazakhstan.
14. Goulman, D. (2016). *Emotsional'nyy intellekt: pochemu on mozhet znachit' bol'she, chem IQ*. Moscow: Mann, Ivanov i Ferber.
15. Kurganskiy, L. A., & Nemchin, T. A. (2010). *Psikhologicheskaya aktivatsiya i komfortnost': metodiki izucheniya*. Moscow: Psikhologiya.
16. Mukanbetkaliyev, A. (2021). *Profilaktika bytovogo nasiliya: voprosy zakonodatel'nogo regulirovaniya*. *Akademiyanyng zertteuli*, (5), 233.
17. *Rezultaty natsional'nogo issledovaniya YuNISEF po nasiliyu v Kazakhstane. Znaniya. Otnosheniya. Praktika*. (2016). Almaty: YuNISEF. Retrieved from <https://www.unicef.org/kazakhstan/media/201/file/>
18. *Uchebnaya programma pervichnoy profilaktiki nasiliya v shkole*. (2014). Vostochno-Kazakhstanskaya oblast'.