

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ**  
**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

**Факультет № 3**

**Кафедра педагогіки та психології**

**МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ**  
**ДО СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ**  
навчальної дисципліни «**ПСИХОЛОГІЯ СІМ'Ї**»  
вибіркових компонент  
освітньої програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти  
**053 «Психологія»**  
**(психолог ювенальної превенції)**

**Харків 2023**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 30.08.2023 № 7

**СХВАЛЕНО**

Вченою радою факультету № 3  
Протокол від 29.08.2023 № 8

**ПОГОДЖЕНО**

Секцією науково-методичної ради  
з гуманітарних та соціально-  
економічних дисциплін ХНУВС  
Протокол від 29.08.2023 № 7

Розглянуто на засіданні кафедри педагогіки та психології  
(Протокол від 29.08.2023 № 13)

**Розробник:**

Доцент кафедри педагогіки та психології факультету № 3 ХНУВС,  
кандидат психологічних наук, доцент – Доценко В.В.

**Рецензенти:**

Шевченко В.В. – доктор філософії з психології, доцент кафедри психології та педагогіки гуманітарного факультету Національної академії Національної гвардії України;

Мілорадова Н.Е. – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри педагогіки та психології факультету № 3 ХНУВС.

### 1. Розподіл часу навчальної дисципліни за темами

Номер та назва навчальної теми	Кількість годин відведених на вивчення навчальної дисципліни						Вид контролю
	Всього	з них:					
		Лекції	Семінарські заняття	Практичні заняття	Лабораторні	Самостійна робота	
Семестр № 5							
Тема 1 Соціально-психологічна характеристика сім'ї	8	2	2	-	-	4	залік
Тема 2 Проблема вибору чоловіка (дружини) та мотивація шлюбу	8	2	2	-	-	4	
Тема 3 Життєвий цикл сім'ї	18	4	4	-	-	10	
Тема 4 Психологія взаємовідносин подружжя	14	4	4	-	-	6	
Тема 5 Сімейні конфлікти	18	4	4	-	-	10	
Тема 6 Розлучення та його наслідки	10	2	2	-	-	6	
Тема 7 Взаємовідносини між батьками та дітьми	22	6	6	-	-	10	
Тема 8 Психологічна допомога сім'ї	22	6	6	-	-	10	
Всього за семестр № 5:	120	30	30	-	-	60	залік

### 3. Методичні вказівки до семінарських занять

#### Тема № 1 Соціально-психологічна характеристика сім'ї

**Семінарське заняття:** Соціально-психологічна характеристика сім'ї

**Навчальна мета заняття:** визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості знань про історію становлення інституту сім'ї; структуру та функції сімейної системи; основні типології та

класифікації сімейних взаємовідносин і ролей; значення сім'ї для гармонійного розвитку особистості та соціалізації її членів; розвивати вміння розрізняти форми організації шлюбно-сімейних відносин; функціонально-рольову структуру сімейних відносин.

**Кількість годин** – 2 години

**Навчальні питання:**

1. Етапи розвитку психології сімейних відносин.
2. Сім'я і шлюб в історії суспільства (шлюб у давні часи; європейський шлюб у Середньовіччі; язичницька сім'я; християнська модель сім'ї)
3. Сім'я як соціальний інститут: типи, функції, структура.

**Методичні вказівки**

У відповіді на перше питання семінарського заняття здобувачам необхідно зазначити, що людина як особистість, як член певної суспільної спільноти не з'являється сама по собі, а формується сім'єю, школою, колективом, засобами масової інформації тощо. Значну роль у формуванні духовності і особистості відіграє виховний потенціал сім'ї, який визначається внутрішньо притаманними тільки сім'ї можливостями, які реалізуються як свідомо, так і стихійно.

Контакт між членами в сучасній сім'ї послаблено. Це обмежує виховний вплив батьків на дітей, почуттєві взаємини між ними, що при несприятливій морально-виховній атмосфері і незадоволених психологічних, біологічних і суспільних потребах призводить до відхилень у поведінці. Досліджено, що причини більшості відхилень кореняться в сімейному середовищі і пов'язані з виховною неспроможністю батьків, відсутністю готовності до батьківства і материнства, відхиленнями в структурі сім'ї і в її виховній атмосфері.

Визнано, що на перший план сімейного життя висувається комплекс факторів: емоційна єдність дитини з батьками; почуттєві взаємини між членами в сім'ї; атмосфера захищеності, бажаності, любові.

Вплив сім'ї змінюється зі зміною конкретно-історичного значення сім'ї, її функцій: посилення чи послаблення та виникнення або підсилення інших. Тому тип родинного виховання залежить від культурної атмосфери, від ідеологічного змісту, суспільності, залежних великою мірою від таких чинників як географічне розташування, історія, соціальна структура, суспільства інших народів.

Соціологи вважають, що коли проявляється ріст дитячої злочинності, безпритульності, поява притулків, навчально-виховних закладів інтернатної форми, дитячих комбінатів для дітей-сиріт, позбавлених батьківської опіки, то пропагується, підтримується державою програма громадянського виховання, що здійснюється як "єдине" виховання в лоні порушення прав людини, кризи моралі та права.

Отже, сім'я – це складне соціальне утворення, історично конкретна система взаємин між чоловіком та дружиною, батьками і дітьми, мала група, члени якої пов'язані шлюбними або родинними відносинами, спільністю побуту й взаємною моральною відповідальністю.

Сімейні відносини регулюються нормами моралі й права. Їхню основу становить шлюб – легітимне визнання взаємин чоловіка й жінки, які супроводжуються народженням дітей і відповідальністю за фізичне й моральне здоров'я членів сім'ї.

*Друге питання:* Динаміка шлюбних відносин в історії розвитку суспільства полягала в переході від групового шлюбу до індивідуального.

Взаємини батьків і дітей також трансформувалися протягом історії. Розрізняють шість стилів відносин до дітей.

- 1). Інфантіцидний – дітовбивство, насильство (з давнини до IV ст. н.е.).
- 2). Дитину віддають годувальниці, в чужу сім'ю, в монастир (IV-XVII ст.).
- 3). Амбівалентний – діти не вважаються повноправними членами сім'ї, їм відмовляють у самостійності, індивідуальності, «ліплять» за «образом і подобою», в разі опору жорстоко карають (XIV-XVII ст.).
- 4). Нав'язливий – дитина стає ближче батькам, її поведінка суворо регламентується, внутрішній світ контролюється (XVIII ст.).
- 5) Соціалізуючий – зусилля батьків спрямовані на підготовку дітей до самостійного життя, формування характеру; дитина для них – об'єкт виховання і навчання (XIX - початок XX ст.).
- 6) Батьки прагнуть забезпечити індивідуальний розвиток дитини з урахуванням її нахилів та здібностей, налагодити емоційний контакт (середина XX ст. – теперішній час).

До середини XIX ст. сім'я розглядалася як вихідна мікро модель суспільства, соціальні відносини виводилися з сімейних, саме суспільство трактувалося дослідниками як сім'я, що розрослася, причому як патріархальна сім'я з відповідними атрибутами: авторитарністю, власністю, субординацією тощо.

Здобувачі розповідають про національні, культуральні особливості стосунків у сім'ях різних народів

*Третє питання:* необхідно дати визначення сім'ям за їх способами реагування на стресові, конфліктні ситуації й нормативні кризи:

Благополучні сім'ї. Їх проблеми, як правило, викликані внутрішніми протиріччями й конфліктами, які пов'язані з умовами, що змінюються, життєдіяльності в соціумі:

- 1) з надмірним прагненням захистити один одного, допомогти іншим членам сім'ї («поблажлива, гіперпротекція» і «надмірна опіка»);
- 2) з неадекватністю співвіднесення власних уявлень про сім'ю й ті соціальні вимоги, які пред'являються до неї на даному етапі соціального розвитку (труднощі сприйняття протиріч сучасного соціуму).

Неблагополучні сім'ї (проблемні, конфліктні, кризові). Психологічні проблеми виникають через незадоволення потреб одного або декількох членів сім'ї під впливом надсильних внутрішньосімейних і загальносоціальних життєвих факторів.

Головною проблемою, як правило, є положення дитини в сім'ї й відношення до нього батьків. У неблагополучних сім'ях у батьків найчастіше

проявляються різні психогенні відхилення: проекція на дитину власних небажаних якостей, жорстокість і емоційне відкидання, нерозвиненість батьківських почуттів тощо. Неблагополучні сім'ї розділяють на конфліктні, кризові й проблемні (В.С. Торохтій):

**Конфліктні сім'ї.** У взаєминах подружжя й дітей є сфери, у яких інтереси, потреби, наміри й бажання членів сім'ї приходять у зіткнення, породжуючи сильні й тривалі негативні емоційні стани. Шлюб може довгостроково зберігатися завдяки взаємним поступкам і компромісам, а також іншим скріпним його факторам.

**Кризові сім'ї.** Протистояння інтересів і потреб членів сім'ї носить особливо різкий характер і захоплює важливі сфери життєдіяльності сімейного сполучника. Члени сім'ї займають непримиренні й навіть ворожі позиції по відношенню один до одного, не погоджуючись ні на які поступки або компромісні рішення. Кризові шлюби розпадаються або перебувають на грані розпаду.

**Проблемні сім'ї.** Для них характерна поява особливо важких ситуацій, здатних привести до розпаду шлюбу. Наприклад, відсутність житла, важка й тривала хвороба одного з членів подружжя, відсутність засобів на утримання сім'ї, суд за карний злочин на тривалий строк і цілий ряд інших надзвичайних життєвих обставин. У сучасній Україні це найпоширеніша категорія сімей, для певної частини яких імовірні перспективи загострення сімейних взаємин або поява важких психічних розладів у членів сім'ї.

Загальноприйнятої класифікації сімейних функцій немає. Проте, серед основних функцій сім'ї виділяють:

- ✓ репродуктивну - біологічне відтворення й збереження потомства, продовження роду;
- ✓ виховну - духовне відтворення населення. Сім'я формує особистість дитини, робить систематичний виховний вплив на кожного члена сім'ї протягом всього ; життя
- ✓ господарсько-побутова - підтримка фізичного стану сім'ї, догляд за старими;
- ✓ економічно-матеріальна - підтримка одними членами сім'ї інших: неповнолітніх, старих, непрацездатних;
- ✓ функція організації дозвілля - підтримка сім'ї як цілісної системи; зміст і форми проведення дозвілля залежать від рівня культури, національних традицій, інтересів, віку членів сім'ї, її доходів;
- ✓ функція соціального контролю - відповідальність членів сім'ї за поведінку її членів у суспільстві, їхню діяльність; основу, що орієнтує, становлять цінності й елементи культури, визнані у всьому суспільстві або в соціальних групах.

### ***Теми для рефератів***

1. Еволюція сімейно-шлюбних стосунків в історії розвитку суспільства.
2. Вплив самооцінки та рівня домагань на еталонний образ супутника життя.
3. Основні причини ідеалізації партнера.

4. Дослідження мотивів вступу до шлюбу у дисфункціональних сім'ях.
5. Моделі стосунків в сім'ї.

### **Література:**

#### **Основна:**

1. Психологія сім'ї : навч. посіб. : Рекомендовано МОН України / В.М. Поліщук, Н.М. Ільїна, С.А. Поліщук та ін.. - Суми : Університетська книга, 2010. 239 с.
2. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с. з іл.
3. Седих К.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. – 2-ге вид., стереотип. К. : ВЦ Академія, 2017. 192 с.

#### **Допоміжна:**

1. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодого сім'ї: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
2. Психологія молодого сім'ї і сімейна криза: Моногр. Луцьк: РВВ "Вежа" Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2017. 168 с.
3. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
4. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.

#### **Інформаційні ресурси в Інтернеті:**

- 1 Помиткіна Л.В., Злагодох В.В., Хімченко Н.С., Погорільська Н.І. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с. URL: [http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina\\_Liubov/Psykholohiia\\_simji.pdf](http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina_Liubov/Psykholohiia_simji.pdf).
2. Столярчук О.А., Щербатих О.В. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: 2015. 136 с URL: [http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O\\_Stoliarchuk\\_PSS\\_IL.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_IL.pdf).

## **Тема № 2: Проблема вибору чоловіка (дружини) та мотивація шлюбу**

**Семінарське заняття:** Проблема вибору чоловіка (дружини) та мотивація шлюбу

**Навчальна мета заняття:** сформувати знання про мотиви, що спонукають людину вступати до шлюбу; теорії вибору супутника життя; задачі розвитку на етапі дошлюбного залицяння; розвивати вміння аналізувати, розрізняти форми організації шлюбно-сімейних відносин.

**Час проведення:** 2 години

#### **Навчальні питання:**

1. Вплив дошлюбної поведінки на стабільність молодого пари
2. Характеристика основних теорій вибору супутника життя
3. Мотиви створення сім'ї.

4. Основні компоненти психологічної готовності молодих людей до шлюбу.

**Методичні вказівки:**

*Перше питання:* здійснити аналіз специфіки дошлюбного періоду, розкрити основні його функції, а саме:

✓ нагромадження спільних вражень і переживань. На цьому етапі створюється своєрідний емоційний потенціал майбутнього сімейного життя, запас почуттів, які дозволять більш успішно й менш «болісно» адаптуватися до неї;

✓ більш глибоке дізнання один одного й паралельне уточнення й перевірка ухваленого рішення про можливість сімейного життя;

✓ проектування сімейного життя. Цей момент, як правило, не розглядається майбутнім подружжям або не усвідомлюється ними. Більшість психологів справедливо відзначають, що між партнерами необхідний інформаційний обмін з таких питань, як ціннісні орієнтації й життєві плани; деталі біографії; уявлення про шлюб; рольові очікування й домагання; репродуктивні установки тощо.

Далі здобувачі відзначають, що результати багатьох досліджень показали сукупність дошлюбних факторів, які спонукали молодих людей укласти сімейний союз і які істотно впливають на успішність адаптації подружжя в перші роки спільного життя, на міцність шлюбу або ймовірність розлучення. Такими дошлюбними факторами є: місце й ситуація знайомства молодих людей; перше враження; соціально-демографічні характеристики; тривалість періоду залицяння; ініціатор шлюбної пропозиції; час обмірковування шлюбної пропозиції; ситуація оформлення шлюбу; вік майбутньої пари; батьки й відношення останніх до шлюбу своїх дітей; динамічні й характерологічні особливості подружжя; відношення в сім'ї із братами й сестрами.

*Друге питання:* 1. *Теорія комплементарних потреб* (доповнюючих потреб) Р. Уінча ґрунтується на старому, як світ, принципі: «протилежності притягаються». Р. Уінч пише, що у виборі супутника життя кожний індивідуум шукає того, від кого очікує максимум задоволення своїх потреб.

2. *Інструментальна теорія підбора подружжя, розроблена Р. Сентерсом*, також приділяє першорядну увагу задоволенню потреб, але при цьому стверджує, що одні потреби більш важливі, ніж інші, деякі з них більш властиві чоловікам, ніж жінкам, і навпаки. Згідно Р. Сентерсу, людину тягне до того, чий потреби схожі з її власними або доповнюють їх.

3. *Теорія «стимул-цінність-роль», або «обмін і максимальна вигода», Б. Мюрстейна* одержала, мабуть, найбільше поширення серед дослідників. Вона ґрунтується на двох найважливіших посилках. Перша полягає в тому, що міцність відносин залежить від так званої рівності обміну. Іншими словами, відбувається своєрідний облік плюсів і мінусів, активів і пасивів кожного партнера. Друга посилка полягає в тому, що шлюбний вибір містить у собі серію послідовних стадій, через які повинні пройти молоді люди. Той, хто не відповідає умовам кожної стадії, вибуває з «гри».



Першу стадію - *стимул*. Складається первісна думка із приводу зовнішності іншої людини, її розуму, уміння триматися в суспільстві, а також відбувається сприйняття й оцінка тих власних якостей, які можуть бути привабливими для іншої людини.

Якщо між партнерами виникла атракція - перше враження було привабливим, то пара переходить до другої стадії - *порівнянню цінностей*. Партнери обговорюють свої погляди на життя, шлюб, чоловічі й жіночі ролі в сім'ї, на виховання дітей. Якщо взаємна привабливість, що виникла на першій стадії, підкріплюється подібністю цінностей, то взаємини партнерів переходять у третю стадію - *рольову*. На третій стадії - рольовий - партнери перевіряють, чи відповідає рольова поведінка одного очікуванням іншого.

4. *Теорії «фільтрів» А. Керкгоффа й К.Девіса*. Схематично даний процес можна представити як послідовне проходження через серію фільтрів, які поступово відсівають людей з безлічі можливих партнерів і звужують індивідуальний вибір. Перший фільтр - місце проживання - відсіває тих потенційних партнерів, з якими людина ніколи не зможе зустрітися. Потім фільтр гомогамії виключає тих, хто не підходить один одному за соціальними критеріями. На цьому етапі людина вступає в контакти з людьми, які здаються їй привабливими. На наступних стадіях установлюються подібність цінностей і сумісність рольових очікувань. Результатом проходження через всі фільтри є вступ у шлюб.

5. *«Кругова теорія любові» А. Рейса* пояснює механізм вибору шлюбного партнера через реалізацію чотирьох послідовних, взаємозалежних процесів.

1. Установлення взаємозв'язку. Мається на увазі легкість спілкування двох людей, іншими словами - наскільки «у своїй тарілці» вони почувають себе в суспільстві один одного. Це залежить як від соціально-культурних факторів (соціального класу, освіти, релігії, стилю, виховання), так і від індивідуальних здатностей людини вступати в контакт із іншими людьми.

2. Саморозкриття. Відчуття взаємозв'язку з іншою людиною народжує почуття розслаблення, довіри й полегшує розкриття себе перед іншим. Тут також великий вплив роблять соціально-культурні фактори.

3. Формування взаємної залежності. Поступово в чоловіка й жінки виникає й розвивається система взаємозалежних звичок, з'являється почуття необхідності один одному.

4. Реалізація основних потреб особистості, якими, на думку А. Рейсу, є потреби в любові, довірі, стимуляції ким-небудь її амбіцій і ін. Розвиток почуття любові йде в напрямку від першого процесу до четвертого. Безумовно, що пропуск одного з них негативно позначається на розвитку або стабільності любовних відносин.

*Третє питання:* необхідно зазначити, що при ухваленні рішення одружитися переважають наступні мотиви: любов, борг, духовна близькість, матеріальний розрахунок, психологічна відповідність, моральні міркування.

Кожен з них може виявитися провідним, однак молоді люди найчастіше на перше місце ставлять любов.

Психологи вважають любов виборчим відношенням до представника протилежної статі як до унікальної цілісної особистості. Спрямованість на об'єкт любові не повинна бути однобічною, егоїстичною й припускає ототожнення себе з об'єктом любові, заміну «я» на «ми» (але без втрати своєї індивідуальності).

Однак у психології є дослідження, за результатами яких був зроблений висновок, що шлюби по любові не лідирують у списку найбільш стабільних. Наприклад, С.В. Ковальов вважає, що сімейні союзи, укладені через службу знайомств, у кілька разів стійкіше, ніж шлюби по любові. Автор пояснює це тим, що, по-перше, з віком людина втрачає властиву дітям і тваринам безпомилковість емоційної оцінки навколишнього світу; по-друге, неправомірно ототожнювати такі феномени, як любов і шлюб, тому що любов може бути без шлюбу й шлюб без любові.

*Четверте питання:* В.А. Сисенко ввів поняття «здібність до шлюбу», що припускає такі складові:

- здатність піклуватися про іншу людину, самовіддано їй служити, діяльно робити добро;
- здатність співчувати, співпереживати, співчувати, тобто «входити» в емоційний світ іншого партнера, розуміти його радості й прикраси, переживати невдачі, знаходити духовне єднання;
- здатність до кооперації, співробітництва, спілкування, наявність навичок і вмінь у здійсненні багатьох видів праці, організації домашнього споживання й розподілу;
- висока етична культура, що припускає вміння бути терпимим і поблажливим, великодушним і добрим, приймати іншу людину з усіма його чужостями й недоліками, придушувати власний егоїзм.

#### **Теми для рефератів:**

1. Вплив самооцінки та рівня домагань на еталонний образ супутника життя.
2. Основні причини ідеалізації партнера.
3. Дослідження мотивів вступу до шлюбу у дисфункціональних сім'ях.

#### **Література:**

##### **Основна:**

1. Психологія сім'ї : навч. посіб. : Рекомендовано МОН України / В.М. Поліщук, Н.М. Ільїна, С.А. Поліщук та ін.. - Суми : Університетська книга, 2010. 239 с.
2. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с. з іл.
3. Седих К.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. – 2-ге вид., стереотип. К. : ВЦ Академія, 2017. 192 с.

##### **Допоміжна:**

1. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодого сім'ї: монографія. Луцьк : Вежа-Друк,

2018. 235 с.

2. Психологія молодшої сім'ї і сімейна криза: Моногр. Луцьк: РВВ "Вежа" Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2017. 168 с.

3. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.

4. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.

5. Фурман А.В. Основи гендерної рівності : навч. посіб. Тернопіль : Екон. думка, 2016. 168 с.

### **Інформаційні ресурси в Інтернеті:**

1 Помиткіна Л.В., Злагодух В.В., Хімченко Н.С., Погорільська Н.І. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с. URL: [http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina\\_Liubov/Psykholohiia\\_simji.pdf](http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina_Liubov/Psykholohiia_simji.pdf).

2. Столярчук О.А., Щербатих О.В. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: 2015. 136 с URL: [http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O\\_Stoliarchuk\\_PSS\\_IL.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_IL.pdf).

3. Світлана Ройз: сімейний психолог, психотерапевт URL: <https://osvitoria.media/tag/svitlana-rojz/>

### **Тема № 3: Життєвий цикл сім'ї**

#### **Семінарське заняття: Життєвий цикл сім'ї**

**Навчальна мета заняття:** визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості знань про життєвий цикл сім'ї; стадії розвитку, перехідні та кризові періоди сім'ї.

**Кількість годин** – 4 годин

#### **Навчальні питання:**

##### *Частина 1*

1. Динаміка та періодизація сімейного життя.
2. Механізми адаптації до шлюбу.
3. Молода сім'я її задачі та особливості

##### *Частина 2*

4. Нормативні кризи сімейного життя.
5. Ненормативні кризи сімейного життя
6. Психологічна допомога в подоланні сімейних криз

#### **Методичні вказівки**

##### *Частина 1*

У відповіді на перше питання семінарського заняття потрібно зазначити, що родина у своєму розвитку проходить певні стадії, аналогічні тим, які в процесі онтогенезу проходить індивідум. Стадії життєвого циклу родини пов'язані зі створенням родини, з появою нових членів родини й «відходом» старих. Ці зміни в складі родини багато в чому змінюють її рольове функціонування.

Картер і Мак Голдрінг виділяють шість стадій життєвого циклу родини:

- 1) поза сімейне положення: неodrжені й незаміжні люди, що не створили своєї родини;
- 2) родина молодят;
- 3) родина з маленькими дітьми;
- 4) родина з підлітками;
- 5) вихід дітей з родини;
- 6) родина на пізній стадії розвитку.

М. Навайтіс розглядає наступні етапи розвитку родини:

Дошлюбне спілкування. На даному етапі необхідно досягти часткової психологічної й матеріальної незалежності від генетичної родини, придбати досвід спілкування з іншою статтю, вибрати шлюбного партнера, придбати досвід емоційного й ділового спілкування з ним.

Шлюб — прийняття подружніх соціальних ролей.

Етап медового місяця. До його завдань належать: прийняття змін в інтенсивності почуттів, установлення психологічної й просторової дистанції з генетичними родинами, придбання досвіду взаємодії в рішенні питань організації щоденного побуту родини, створення інтимності, первинне узгодження сімейних ролей.

Етап молодої родини. Рамки етапу: рішення про продовження роду - повернення дружини до професійної діяльності або початок відвідування дитиною дошкільної установи.

Зріла родина, тобто родина, що виконує всі свої функції. Якщо на четвертому етапі родина поповнилася новим членом, то на п'ятому вона доповнюється новими особистостями. Відповідно змінюються ролі батьків. Їх можливості задовольняти потреби дитини в опіці, у безпеці повинні доповнюватися здібностями виховувати, організовувати соціальні зв'язки дитини.

Етап закінчується, коли діти досягають часткової незалежності від батьківської родини. Емоційні завдання родини можна вважати вирішеними, коли психологічний вплив дітей і батьків один на одного приходить до рівноваги, коли всі члени родини умовно автономні.

Родина людей старшого віку. На даному етапі відновляються подружні відносини, надається новий зміст сімейним функціям (наприклад, виховна функція виражається участю у вихованні онуків).

Наявність проблем у членів родини може бути пов'язана з необхідністю переходу родини на нову стадію розвитку й адаптації до нових умов. Звичайно найбільш стресогенними є третя, коли з'являється перша дитина, і п'ята стадія, коли структура родини нестабільна у зв'язку з «приходом» одних членів родини й «відходом» інших. Навіть позитивні зміни можуть приводити до стресу родини.

Несподівані й особливо травматичні переживання, такі як безробіття, рання смерть або народження пізньої дитини, можуть утрудняти рішення завдань із розвитку родини й переходу її на нову стадію.

Ригідний і дисфункціональний стиль взаємин у родині також збільшують імовірність того, що навіть нормальні сімейні зміни будуть

переживатися як криза. Зміни в родині розглядаються або як нормальні, або як «ненормальні». Нормальні зміни в родині - це такі трансформації, які родина може очікувати. А «ненормальні», навпаки, раптові й несподівані, як, наприклад, смерть, самогубство, хвороба, втеча й ін.

*Друге питання:* дати загальну характеристику основним механізмам адаптації подружжя до сумісного життя, а саме:

1). Члени подружжя практично не змінюють свої погляди, уявлення, інтереси, при цьому толерантно відносяться до поглядів та стилю поведінки свого партнера, навіть якщо вони протилежні їх уявленням. Це варіант адаптації, коли чоловік з дружиною живуть поруч, але не разом. У цьому випадку в подружжя мало спільного вони дистанціюють один від одного. Це не говорить, що їх шлюб нестійкий або поганий. Якщо кожен прагне до незалежності, до свободи стосунків, то такі пари можуть існувати довго, якщо такі стосунки їх будуть задовольняти не лише на початку сімейного життя, а й після народження дитини.

2. Один із подружжя повністю відмовляється від своїх інтересів, поглядів на сімейне життя і приймає їх від свого партнера. Інший член подружжя сприймає свої погляди, інтереси тощо більш важливими та корисними для своєї сім'ї. Таким чином, один із подружжя ніби розчиняється в іншому. Характерний, наприклад, для сімей, де кар'єра чоловіка – актора, бізнесмена, вченого – вважається головною і дружина стає помічником чоловіка, «тилом», відмовившись від власної кар'єри і більше. Такі шлюби досить стабільні та довготривалі.

Негативним моментом може стати розчарування «розчиненої» половини, або смертю одного з подружжя.

3. Подружжя в процесі сумісного життя, обговорюючи свої стосунки, активно взаємодіючи один з одним, виробляють погляди, цінності своєї сім'ї.

Такий варіант подружньої адаптації можна вважати оптимальним, так як він дає можливість реалізувати основне завдання сім'ї – духовне взаємозбагачення членів сім'ї і запобігання дезінтеграції їх особистості.

Отже, поняття подружньої сумісності так чи інакше визначається через поняття задоволеності шлюбом, його стабільності, при цьому багато дослідників під подружньою сумісністю розуміють щось статичне. Однак не можна забувати, що кожна родина унікальна, і психологічної закономірності, розповсюджуваної на всіх без винятку, не існує.

*Третє питання:* молода сім'я – це мала соціальна група зі складною системою відносин, що включає відносини між подружжям (шлюбні), між батьками і дітьми (дитячо-батьківські), між членами сім'ї та іншими родичами, заснованої на кровноспоріднених зв'язках і специфічних сімейних цінностях. Ядро молодої сім'ї представляють подружжя активного репродуктивного віку (від 20 до 30 років), які проживають разом з моменту фактичного утворення подружнього союзу не менше одного року, але не більше трьох років.

Молода сім'я – одна з найбільш незахищених груп населення, вона потребує соціальної та психологічної підтримки, особливо в перші три роки

шлюбу. Специфіка молодшої сім'ї визначається тим, що вона знаходиться в процесі свого становлення, інтенсивного розвитку, нестабільності відносин між її членами, освоєння ними соціальних ролей. Для молодих людей характерно оптимальне поєднання психологічних, фізіологічних, соціальних та інших чинників, що сприяють вибору супутника життя і створення сім'ї. У молодості люди найлегше знайомляться і пізнають один одного, легше адаптуються до умов спільного життя.

На початку свого сімейного життя кожному з подружжя доводиться адаптуватися до інтересів, потреб, намірів, бажань і звичок іншого. Мова йде про соціально-психологічну адаптацію, яка представляє собою пристосованість людини до спільної діяльності заради досягнення спільних цілей групи. Соціально-психологічна адаптація обов'язково включає здатність до спілкування, розуміння інших, до співпраці та кооперації з ними. У ній необхідно виділити шлюбно-сімейну адаптацію як пристосованість людини до життя у шлюбі та сім'ї.

У молодого подружжя може бути сильне почуття, хороші матеріальні і житлові умови, і все ж життя у шлюбі не складається через те, що вони не можуть пристосуватися один до одного. Це може сприяти виникненню постійного психічного напруження, конфліктів, сварок, образ, підозр і взаємних звинувачень. Зрештою життя у шлюбі виявляється неможливим.

Таким чином, до загальних адаптаційних здібностей особи до міжособистісної взаємодії можна віднести здатність:

- до співпраці;
- спілкування;
- емоційному та раціональному розумінню інших людей;
- самоконтролю і самопізнання;
- вибору адекватного типу регуляції поведінки в залежності від умов і обставин.

Однак труднощі перших років сімейного життя пов'язані не тільки з соціально-психологічними проблемами а і з зовнішніми об'єктивними умовами існування сім'ї.

Труднощі молодшої сім'ї – комплекс соціальних, психологічних, економічних та юридичних проблем.

До основних проблем молодшої сім'ї можна віднести наступні:

- житлова проблема;
- відсутність допомоги з боку батьківської сім'ї;
- соціально-психологічні проблеми спільного проживання батьків та їх одружених дітей;
- народження дітей (особливо першої дитини в молодій сім'ї);
- поєднання кар'єрних і сімейних ролей.

Таким чином, молода сім'я дуже вразлива, вона схильна до сильного впливу насамперед зовнішніх факторів життєдіяльності. Тому необхідно проводити соціально-психологічні дослідження шлюбно-сімейних відносин молоді з метою допомоги в регулюванні сімейних відносин в молодій сім'ї.

У відповіді на *четверте питання* потрібно опиратися на періодизацію життєвого циклу сім'ї В. Сатір, Н. Оліфірович і дати характеристики етапам сумісного життя подружжя і нормативним кризовим періодам наведеним у таблиці.

### Періодизація життєвого циклу сім'ї

Етапи та кризові періоди	Задачі розвитку сім'ї
<b>Період залицяння</b>	
	1. Формування ідентичності. 2. Диференціація від батьківської сім'ї і досягнення емоційної та фінансової незалежності від батьків. 3. Набуття молодим чоловіком адекватного віку статусу.
Криза 1. Прийняття на себе подружніх обов'язків	Адаптація подружжя до сімейного життя і один до одного: 1. Встановлення внутрішніх кордонів сім'ї і кордонів спілкуванні з друзями і родичами. 2. Вирішення конфлікту між особистісними і сімейними потребами. 3. Встановлення оптимального балансу близькості / віддаленості 4. Вирішення проблеми сімейної ієрархії та областей відповідальності. 5. Досягнення сексуальної гармонії (сексуальна адаптація). 6. Вирішення житлових проблем і набуття власного майна.
Криза 2. Освоєння подружжям батьківських ролей	Реорганізація сім'ї для виконання нових задач: 1. Догляд за маленькою дитиною. 2. Перебудова структури сім'ї у зв'язку з появою дитини. 3. Адаптація до тривалого періоду догляду за дитиною. 4. узгодження особистісних і сімейних цілей.
<b>Сім'я дитини дошкільного і молодшого шкільного віку</b>	
Криза 3. Включення дітей у зовнішні соціальні структури (дитячий садок, школа)	Реорганізація сім'ї для виконання нових задач: 1. Перерозподіл обов'язків у сім'ї у зв'язку з вступом дитини до дитячого садка або школи. 2. Вирішення проблем пов'язаних з дисципліною, навчанням тощо. 3. Розподіл обов'язків щодо допомоги дитині у підготовці домашніх завдань.
<b>Сім'я підлітка</b>	
Криза 4. Прийняття факту вступу дитини у підлітковий період, експериментування з	Реорганізація сім'ї для виконання нових задач: 1. Перерозподіл автономії та контролю між батьками і дітьми. 2. Зміна типу батьківської поведінки і ролей. 3. Підготовка до того, що підліток скоро покине

його незалежністю	родину.
<b>Фаза в якій дорослі діти покидають будинок батьків</b>	
Криза 5. Доросла дитина залишає будинок батьків	Реорганізація сім'ї для виконання нових задач: 1. Сепарація дитини від сім'ї. 2. Коректне залишення будинку батьків. 3. Вступ до навчального закладу, на військову службу
<b>Сім'я, що в основному виконала свої функції («спустошене гніздо»)</b>	
Криза 6. Подружжя знову залишається удвох	Реорганізація сім'ї для виконання нових задач: 1. Перегляд подружніх взаємовідносин. 2. Перерозподіл обов'язків і часу. 3. Адаптація до виходу на пенсію
<b>Фаза, в якій хтось з партнерів залишається один після смерті іншого</b>	
Криза 7. Прийняття факту смерті одного із подружжя	Реорганізація сім'ї для виконання нових задач: 1. Адаптація вдівця до самотності. 2. Пошук нових зв'язків з сім'єю. . 3. Прийняття допомоги від членів сім'ї або соціального оточення.

*П'яте питання:* ненормативна сімейна криза – це криза, виникнення якої потенційно можливе на будь-якому етапі життєвого циклу сім'ї та пов'язане з переживанням негативних життєвих подій, які визначаються як кризові.

Р. Хілл виділив три групи факторів, що призводять до виникнення ненормативних сімейних криз:

1. Зовнішні утруднення (відсутність власного житла, роботи).
2. Несподівані події, стреси (сім'я або один з її членів стає жертвою терористичного акту, автомобільної, залізничної або авіакатастрофи та ін.).
3. Внутрішня нездатність сім'ї адекватно оцінити і пережити якусь сімейну подію, що розглядається нею як загрозлива, конфліктна або стресова (серйозна хвороба або смерть одного з членів сім'ї, подружжя зрада).

У кожній ненормативній кризі можна виділити наступні компоненти:

1. Кризова подія.
2. Сприйняття і розуміння членами сім'ї, що відбувається.
3. Ставлення членів сім'ї до даної події і особливості її переживання ними.
4. Зміни в сімейній системі.
5. Можливі індивідуальні та загальсімейні способи виходу з кризи.

Наведіть свої приклади переживання подружжям ненормативних сімейних криз, поясніть їх причини, вкажіть на ознаки (за якими можна зрозуміти, що сім'я переживає кризу) і запропонуйте план виходу з кризи.

*Шосте питання:* Виділяють деякі особливості сімей, що дозволяють долати їм кризові ситуації з найменшими втратами. До них відносяться:



- гнучкість взаємин між членами сім'ї;
- згуртованість сім'ї;
- відкритість у сприйнятті навколишнього світу;
- адекватні рольові очікування членів сім'ї відносно один одного.

Користуючись навчально-наочним підручником О.М. Цільмак (основна л-ра: 2) розгляньте правила поведінки подружжя у кризі, запропоновані Качановою О.І., для того, щоб сили розпаду не здобули верх над силами згуртування.

### **Теми для рефератів**

1. Мотивація народження першої дитини і батьківські установки.
2. Зміна структури та функції сім'ї у зв'язку з появою дитини.
3. Психологічні особливості перебігу бажаної та небажаної вагітності.
4. Ненормативні сімейні кризи.

### **Література:**

#### **Основна:**

1. Психологія сім'ї : навч. посіб. : Рекомендовано МОН України / В.М. Поліщук, Н.М. Ільїна, С.А. Поліщук та ін.. - Суми : Університетська книга, 2010. 239 с.
2. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с. з іл.
3. Психологія сімейних взаємин: навч. посіб. / М.С.Корольчук, П.П. Криворучко, В.І. Осьодло та ін. за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : Ніка-Центр, 2011. 296 с.
4. Седих К.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. – 2-ге вид., стереотип. К. : ВЦ Академія, 2017. 192 с.

#### **Допоміжна:**

1. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодшої сім'ї: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
2. Психологія молодшої сім'ї і сімейна криза: Моногр. Луцьк: РВВ "Вежа" Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2017. 168 с.
3. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
4. Трубавіна І. М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю. Навчальний посібник. Київ : ДЦССМ, 2010. 132 с.
5. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.
6. Фурман А.В. Основи гендерної рівності : навч. посіб. Тернопіль : Екон. думка, 2010. 168 с.

#### **Інформаційні ресурси в Інтернеті:**

- 1 Помиткіна Л.В., Злагодух В.В., Хімченко Н.С., Погорільська Н.І. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с.

URL: [http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina\\_Liubov/Psykholohiia\\_simji.pdf](http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina_Liubov/Psykholohiia_simji.pdf).

2. Столярчук О.А., Щербатих О.В. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: 2015. 136 с URL: [http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O\\_Stoliarchuk\\_PSS\\_IL.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_IL.pdf).

#### **Тема № 4: Психологія взаємовідносин подружжя**

##### **Семінарське заняття: Психологія взаємовідносин подружжя**

**Навчальна мета заняття:** визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості знань про психологію гармонійних взаємовідносин в родині та умови їх збереження; якості сім'янина; поняття психологічної сумісності у шлюбі; особливості комунікації між подружжям. Розвивати вміння аналізувати і роз'яснювати умови збереження гармонійних відносин в родині.

**Кількість годин** – 4 години

##### **Навчальні питання:**

###### *Частина 1*

1. Проблеми в комунікації між членами родини та шляхи їх вирішення

2. Підходи до вивчення подружньої сумісності: структурний, функціональний підхід, адаптивний.

3. Феномен задоволеності шлюбом.

###### *Частина 2*

4. Розподіл влади у сім'ї

5. Міфи про сім'ю та сімейні ролі.

6. Шляхи оптимізації соціально-психологічного клімату в сім'ї.

##### **Методичні вказівки**

У відповіді на *перше питання* семінарського заняття потрібно розкрити причини розвитку проблем комунікації між членами родини та запропонувати психологічні рекомендації щодо їх налагодження і покращення. Як орієнтир використати особливості спілкування в родині залежно від комунікативної установки.

*За ознакою комунікативних установок членів родини розрізняють:*

- корпоративні (прагматичні) – спілкування здійснюється на договірних, корпоративних засадах. У такій сім'ї кожний виконує покладені на нього обов'язки лише за умов, якщо інші виконують свої.

Як правило, здійснюється жорсткий контроль за поведінкою кожного члена сім'ї, налагоджено систему позитивних і негативних санкцій для заохочення виконання рольових обов'язків. Сімейна група може мати подібні ціннісні орієнтації й бути психологічно сумісною та емоційно пов'язаною, але в її членів відсутня готовність поступитися власними інтересами заради спільного блага.

Прагматичний принцип співжиття «що ти для мене, те й я для тебе» діє як у взаєминах подружжя, так і стосунках з дітьми та іншими родичами. Постійно вираховується, хто і скільки доклав зусиль до підвищення сімейного добробуту і що отримав натомість. Психологічна рівновага в таких

сім'ях дуже нестійка. Цінність кожного визначається тим, якою мірою він може задовольнити прагматичні установки інших. На цій основі досить легко виховується егоїстичний тип особистості з настановою «жити для себе».

- альтруїстичні типи сімей – спілкування в альтруїстичних сім'ях ґрунтується на свідомому визнанні кожним членом родини відповідальності за добробут інших. Поведінка членів родини часто йде врозріз з власними потребами і запитами – за принципом «жити для інших». Кожний у такій сім'ї є цінністю сам по собі, а не тому, що дає якусь користь, тобто створює для сім'ї матеріальний добробут і забезпечує їй високий соціальний статус та ін. Навіть члени сім'ї, які порушують прийняті в ній норми поведінки, не стають ізгоями, навпаки, їм усіляко допомагають знайти правильний шлях.

*За кількістю і характером комунікативних зв'язків* розрізняються відкриті і закриті сім'ї. У відкритих особистісна спрямованість не обмежується лише колом родинних інтересів та цілей. Члени родини включені в різні соціальні зв'язки. Специфікою відкритої сім'ї є прагнення до нових контактів. Завдяки цьому підвищується їх соціально-захисний потенціал. Вони мають можливість компенсувати невдачу в одній суспільній сфері переключенням своїх інтересів в іншу.

Закриті сім'ї є комунікативно самодостатніми. Кількість позасімейних соціальних контактів у них надто обмежена, і, як правило, вони не прагнуть до їх розширення. Головне – це твоя сім'я і родинні зв'язки, а все інше – тло, на якому проходить життя. Власна родина посідає перше місце в ієрархії родинних цінностей.

Здобувачам необхідно зазначити, що уміння працювати із проблемами спілкування — важлива навичка для психолога-консультанта, оскільки необхідність допомогти людям говорити один з одним мовою переживань може виникнути буквально на будь-якому консультативному прийомі. Але для того щоб навчитися робити це правильно, не впадаючи в менторський тон або, навпаки, не дозволяючи подружжю замість почуттів висловлювати один одному претензії, необхідно побачити й «відчути», як це роблять професіонали з більшим досвідом. Треба докладніше ознайомитися із численними техніками й прийомами роботи зі спілкуванням, що існують у рамках сімейної терапії, оволодіння якими вимагає спеціального навчання.

Відповідь на *друге питання* семінарського заняття розпочинається з визначення основних ознак психологічної сумісності.

Подружня сумісність – це здатність членів сім'ї узгоджувати свої дії, оптимізувати взаємостосунки в різних областях і видах спільної діяльності, яка утворює багато видів та рівнів.

Далі здобувачі розкривають особливості

- структурного підходу щодо психологічної сумісності (духовна, персональна, сімейно-побутова, фізіологічна). Відповідність особистісних та індивідуально-типологічних характеристик партнерів. Причому сумісність може припускати і схожість характеристик, і їхні відмінності аж до контраста. Але такі параметри як ціннісні, соціально-психологічні, комунікативні орієнтації, мотиви, інтереси, за умови сумісності подружжя

повинні бути подібними. Водночас визначені типологічні особливості (наприклад, властивості нервової системи) можуть поєднуватися за контрастом. Подібні і контрастні характеристики мають сукупно забезпечувати стійку й ефективну структуру взаємодії подружжя;

- функціонального підходу, що виражається в дослідженні співвідношення психологічних сімейних ролей подружжя, їхніх уявлень про родину, узгодженості їхніх рольових моделей поведінки, що забезпечує високу ефективність функціонування сім'ї, задоволення потреб всіх її членів;

- адаптивного підходу, що орієнтується на вивчення слабких, проблемних аспектів подружніх відносин, що викликають конфлікти, розбіжності, нерозуміння.

Відповідь на *третє питання* складається з визначення поняття «задоволеність шлюбом» як внутрішньої суб'єктивної оцінки, відношення подружжя до власного шлюбу. Здобувачі пояснюють, що стабільність родини й задоволеність шлюбом не взаємовиключні поняття, вони мають багато загального, але однозначного значення вони не мають, оскільки стабільні шлюби не завжди характеризуються високим рівнем задоволеності шлюбом (наприклад, для традиційних родин цілком звичайний стабільний шлюб при повній незадоволеності подружжя своїми відносинами, а в сучасній родині подібна незадоволеність може привести до розриву навіть при наявності дітей).

Далі здобувачі дають загальну характеристику проблеми вивчення задоволеністю шлюбом пояснюючи моделі якості шлюбу, створені американськими дослідниками Р.А. Левісом і Дж. Б. Спенієром. Ними було виділено 40 найважливіших ознак подружнього успіху, об'єднаного в 14 груп, які, у свою чергу, дали три укрупнених блоки факторів:

а) дошлюбні; б) соціальні й економічні; в) особистісні й внутрішньошлюбні. Висновок: психологічні фактори шлюбу вносять найбільший вклад у структуру напруженості в нещасливих родин.

## Частина 2

*Четверте питання:* За типом розподілу влади в сім'ї можна виділити наступні шлюби (М.М. Посисоєв, 2019): симетричний комплементарний метакомплементарний

У симетричному шлюбі	– обидва з подружжя мають рівні права, ніхто з них не підпорядкований іншому. Проблеми вирішуються шляхом угоди, обміну або шляхом компромісу.
У комплементарному шлюбі	– один з партнерів підпорядковується іншому – один дає розпорядження, інший чекає його поради або інструкції.
У метакомплементарному шлюбі	– провідне становище досягається одним із партнерів за рахунок маніпулювання іншим (він реалізує власні цілі шляхом підкреслення своєї слабкості, безсилля та ін.).

За ієрархією влади у сім'ї  
(Антонов А.І., Медков В.М., 1996)

1) традиційна патріархальна	– при владі чоловік;
2) традиційна матріархальна	– при владі жінка;
3) егалітарна (еквалітарна)	– рівність обох, ситуативний розподіл влади між дружиною та чоловіком;
4) неопатріархальна	- діловий лідер чоловік, а внутрішньосімейний – дружина;
5) неоматріархальна	- діловий лідер дружина, а внутрішньосімейний – чоловік.

Домінування передбачає відповідальність за тих хто підпорядковується, а відповідальність – владу над людьми для реалізації завдань. Чим більша влада однієї людини над іншою, тим менша між ними емоційна близькість, оскільки влада – це, в першу чергу, примус.

Розподіл влади між подружжям передбачає наскільки кожен з них відповідає за прийняття і реалізацію рішень у різних сферах життя.

У відповіді на *п'яте питання* курсант дає визначення сімейним міфам як сукупності добре інтегрованих, хоча неправдоподібних, переконань, що поділяють усі члени родини. Ці переконання стосуються їхніх взаємин і звичайно не піддаються сумнівам з боку тих, хто в них залучений, незважаючи на наявність перекручувань, які вони можуть у собі містити. Міфи – це свого роду гомеостатичний механізм, їх ціль полягає в підтримці «стійкого стану». Вони служать для обґрунтування стійкості взаємин і захищає індивідуума від критичного погляду на реальність. Згідно В. Сатир, сімейні порушення – це часто наслідок існуючих міфів, які втримують життя родини в певних границях.

Деякі найпоширеніші міфи:

- міф про вічне кохання;
- щасливе подружжя не сперечаються, більшість людей знаходять задоволення всіх своїх потреб у системі родини;
- просторова близькість необхідна для згуртованості родини. Цей міф створює величезні проблеми в тих випадках, коли відсутність когось з членів родини є неминучим у випадку вступу в шлюб, смерті, вступу дітей у навчальні заклади тощо;
- у благополучних шлюбах подружжя завжди все розповідають один одному;
- люди, які дійсно люблять один одного, повинні знати про всі бажання й потреби партнера;
- поява дитини, любовного зв'язку або одержання розлучення розв'яже всіх проблеми.

Приховані правила можуть бути усвідомлені членами родини або в ході сімейної терапії, або за допомогою взаємодії з іншою родиною, у якій існують інші правила.

*Шосте питання:* дати декілька визначень поняттю психологічний клімат сім'ї – це:

1) стан душевного психологічного благополуччя сім'ї, яке забезпечує адекватну життєвим умовам регуляцію поведінки та діяльності всіх членів сім'ї;

2) стійкий емоційний настрій, результат особливостей і якості взаємостосунків членів сім'ї;

3) комплекс психологічних умов, що сприяють чи перешкоджають колективістичній єдності родини, сукупність соціально-духовних, психофізіологічних, емоційних станів, настроїв, відносин членів сім'ї.

Основні критерії психологічного клімату сім'ї:

- схожість сімейних цінностей;
- адаптивність у сімейних відносинах;
- емоційна задоволеність;
- функціонально-рольову узгодженість;
- соціально-рольова адекватність;
- спрямованість на сімейне довголіття.

Розгляньте зміст цих критеріїв і наведіть приклади.

Психологічний клімат в сім'ї може змінюватись і залежати від її членів. Він може бути:

- 1) сприятливий
- 2) несприятливий (конфлікти, сварки, знервованість)
- 3) суперечливий (повна злагода або сварки)

Гребенніков І. (1993), Кравець В. (1995), Бондарчук О. (2001) вказують на наступні ознаки сприятливого психологічного клімату сім'ї:

- згуртованість членів сім'ї;
- почуття захищеності;
- терпимість;
- взаємна повага;
- взаємодопомога, прагнення допомагати один одному;
- чуйність, співчуття, співпереживання;
- відповідальність за сім'ю та кожного її члена;
- високий рівень колективістичної єдності;
- подружня сумісність;
- можливість всебічного розвитку особистості кожного її члена;
- висока доброзичлива вимогливість членів сім'ї один до одного;
- почуття захищеності та емоційної задоволеності;
- гордість за належність до своєї сім'ї; висока внутрішня дисциплінованість, принциповість, відповідальність;
- бажання і уміння розуміти інших;
- можливість вільно висловлювати власну думку з будь-якого питання;
- прагнення її членів проводити вільний час в домашньому колі, виконувати домашню роботу, разом подорожувати;

- відкритість сім'ї, добрі стосунки з родичами, сусідами, друзями, знайомими; взаємна терпимість і коректність у випадках неспівпадіння думок;

- прагнення до спільного розв'язання сімейних проблем, здатність переносити життєві труднощі тощо.

Орієнтуючись на вказані критерії необхідно розробити рекомендації для сім'ї з несприятливим і суперечливим психологічним кліматом.

### **Теми для рефератів**

1. Психологія гармонійних взаємовідносин в сім'ї та умови їх збереження.
2. Психологічні особливості сучасної сім'ї.
3. Якості сім'янина, спрямованість на іншу людину та здібність до шлюбу.
4. Феномен влади у сім'ї
5. Сімейні правила та міфи
6. Теорії, що пояснюють відчуття самотності у сім'ї.

### **Література:**

#### **Основна:**

1. Психологія сім'ї : навч. посіб. : Рекомендовано МОН України / В.М. Поліщук, Н.М. Ільїна, С.А. Поліщук та ін.. - Суми : Університетська книга, 2010. 239 с.
2. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с. з іл.
3. Психологія сімейних взаємин: навч. посіб. / М.С.Корольчук, П.П. Криворучко, В.І. Осьодло та ін. за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : Ніка-Центр, 2011. 296 с.
4. Седих К.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. – 2-ге вид., стереотип. К. : ВЦ Академія, 2017. 192 с.

#### **Допоміжна:**

1. Доценко В.В. Особливості міжособистісної взаємодії у сім'ях працівників ОВС. *Вісник Національного університету оборони України*. Зб. наук. праць. Київ : НУОУ, 2014. Вип. 2 (39). С.199-204
2. Мушкевич М. І. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна ; за ред. М. І. Мушкевич. Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
3. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодшої сім'ї: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
4. Психологія молодшої сім'ї і сімейна криза: Моногр. Луцьк: РВВ "Вежа" Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2017.168 с.
5. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
6. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.

#### **Інформаційні ресурси в Інтернеті:**

1 Помиткіна Л.В., Злагодух В.В., Хімченко Н.С., Погорільська Н.І. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с. URL:[http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina\\_Liubov/Psykholohiia\\_simji.pdf](http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina_Liubov/Psykholohiia_simji.pdf).

2. Столярчук О.А., Щербатих О.В. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: 2015. 136 с URL: [http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O\\_Stoliarchuk\\_PSS\\_IL.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_IL.pdf).

## **Тема № 5: Сімейні конфлікти**

### **Семінарське заняття: Сімейні конфлікти**

**Навчальна мета заняття:** визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості знань про порушення функціонування сімейної системи; особливості сімейних конфліктів та шляхів їх конструктивного вирішення. Розвивати вміння аналізувати динаміку сімейних конфліктів та конструктивно їх вирішувати.

**Кількість годин** – 4 години

### **Навчальні питання:**

#### *Частина 1*

1. Основні причини та етапи сімейних конфліктів.
2. Конструктивні способи вирішення сімейних конфліктів
3. Феномен «пробачення» в психології сімейних взаємовідносин

#### *Частина 2*

1. Поведінка подружжя в сімейних конфліктах
2. Культура вирішення конфліктів

### **Методичні вказівки**

Перше питання: розкрити і дати загальну характеристику основним причинам конфліктів, а саме:

- захист позитивної Я-Концепції;
- розбіжність цінностей;
- розподіл влади.

Загалом, причини конфліктів, виявлені різними дослідниками, є досить типовими і умовно всіх їх можна поділити на психологічні та соціальні.

Так, А.І. Кочетов виокремлює сім основних причин сімейних конфліктів:

- 1) порушення етики подружніх стосунків (зрада, ревності);
- 2) біологічна несумісність;
- 3) непорозуміння подружжя (одного з них) з людьми, які їх оточують, – родичами, знайомими, товаришами;
- 4) несумісність інтересів і потреб;
- 5) відмінність педагогічних позицій стосовно дитини;
- 6) наявність особистісних недоліків або негативних якостей в одного, а часом і в обох;
- 7) відсутність взаєморозуміння між батьками й дітьми.

Українські дослідники І.В. Ващенко та Л.В. Кондрацька зазначають наступні фактори, що сприяють виникненню сімейних конфліктів:



- важкі фінансові й побутові умови;
- незадоволення потреби в позитивних емоціях (відсутність ласки, турботи, розуміння);
- неадекватні рольові очікування;
- несумісність характерів, конфліктність, грубість, агресивність;
- відмінність поглядів на сумісне подружнє життя, виховання дітей,
- ставлення до батьків або родичів;
- обмеження свободи, активності дій, самовиразу членів сім'ї, сімейний контроль;
- девіантна або деліквентна поведінка одного із членів сім'ї (алкоголізм, наркоманія, позбавлення волі);
- фобія втрати дитини батьками;
- авторитарне втручання родичів в подружні стосунки;
- сексуальна дисгармонія партнерів по шлюбі.

Висновки до першого питання:

- сімейні конфлікти зазвичай пов'язані з прагненням людей задовольнити ті чи інші потреби або створити умови для їх задоволення без урахування інтересів партнера;
- причини виникнення сімейних конфліктів мають психологічні та соціальні складові;
- до психологічних належать: неготовність до шлюбу; протилежні особливості в темпераменті; боротьба за лідерство у сім'ї; психосексуальна несумісність подружжя;
- до соціальних – матеріальні проблеми; житлові складності; соціальне оточення; девіантна поведінка одного із членів сім'ї.

*Відповідь на друге питання* – це характеристика найбільш відомої моделі стратегій поведінки особистості в конфліктній взаємодії, розробленої К. Томасом і Р. Кілменом. В основі цієї моделі лежать орієнтації учасників конфлікту на свої інтереси або інтереси протилежної сторони. У підсумку одержуємо п'ять стратегій поведінки:

- 1) відхід як відмова від обговорення наявного протиріччя («Давай поговоримо про це пізніше — у мене був важкий день», «Кинь ти, це такий дріб'язок, краще давай поп'ємо чай»);
- 2) поступка як згода з партнером, прийняття його претензій, виконання його вимог, відмова від своєї позиції;
- 3) примус - настоювання на своїй позиції й «протискання» свого рішення, ігнорування або знецінювання позиції партнера («Ти говориш дурості, я більше в цьому розумію»);
- 4) компроміс як взаємні поступки, кожний відмовляється від частини своїх інтересів на користь партнера;
- 5) співробітництво - пошук взаємоприйнятого рішення, визнання цінності позиції й думки кожного учасника конфлікту, взаємоповага прав і інтересів один одного.

Конструктивне вирішення сімейних конфліктів включає в себе наступні кроки і принципи:

Кроки	Принципи
1. Попередній, підготовчий. <i>Призначення:</i> обмірковування, планування майбутнього обговорення проблеми	«Потрібне місце, потрібний час»
	«Одне обговорення — одна проблема»
	«Не ігнорувати»
2. Опис проблеми. <i>Призначення:</i> висловлення претензій, прояснення позицій подружжя	«Описувати, а не обвинувачувати»
	«...І тому я переживаю»
	«Не ігнорувати»
3. Рішення проблеми. <i>Призначення:</i> пошук оптимального рішення, запобігання подібних конфліктів у майбутньому	«Мозковий штурм»
	«Чіткість і конкретність»
4. Заклучний. <i>Призначення:</i> взаємна підтримка, відновлення емоційної рівноваги	«Разом ми можемо!»

*Третє питання:* накопичення образ в подружніх стосунках є величезною проблемою, що негативно впливає на життя сім'ї. Це відбивається в спілкуванні, в якості характеру членів сім'ї, обтяжує їх, виявляється в негативних емоційних станах, недовірі один до одного і тривожності. Вирішення цієї проблеми дуже важливо для психології сімейних відносин. Пробачаючи, людина приймає рішення:

- відмовитися від негативних думок, емоцій, поведінкових проявів відносно кривдника,
- заохочувати позитивні думки, емоції і прояви поведінки щодо цього кривдника.

Для того щоб глибше розібратися в цій проблемі, спробуємо визначити контекст, в якому пробачення має місце; виявити, що перешкоджає пробаченню, прояснити питання про те, що вважати пробаченням, а що ні.

Пробачення – це складне з філософської, психологічної та моральної точки зору явище, яке зазвичай сприймається як позитивна реакція на людські провини.

Виділяють два види пробачення: вольове і емоційне.

Вольове пробачення – це намір відмовитися від помсти або ігнорування кривдника та попри все ставитися до нього людяно.

Емоційне пробачення – зміна негативних емоцій на позитивні та ті, що спрямовані на благо інших. Примирення – взаємне відновлення довіри у стосунках.

Пробачення може відбутися, а може не відбутися – це особистий вибір людини. Не варто плутати вибір «так, я *можу і хочу* пробачити» з наслідуванням стереотипів в дусі «я обов'язково *повинен/повинна*

пробачити».

Пробачення визначається почуттям справедливості. Щоб здійснити пробачення на практиці, ображений повинен мати почуття справедливості для оцінки того, чи мала місце образа.

Кривдник не обов'язково діє навмисно.

Не завжди зрозуміло, хто кривдник, а хто – потерпілий. Часто відносини розвиваються так, що люди ранять одне одного. Наприклад, дружина в міру своєї зайнятості приділяє мало уваги чоловікові, а потім дізнається про його зраду. В цьому випадку вина на обох, і пробачення потребують обидва.

Пробачення є проявом слабкості. Коли людина вибачає, це означає, що вона не в силах відстояти своє право на справедливе вирішення проблеми, яке виникає в міжособистісних стосунках. (Гасин О.).

Пробачення – протилежність справедливості. Вибачивши, людина позбавляється можливості домагатися справедливості, і, що ще гірше, випадок за який вибачили може повторитися. Наприклад, дружина, пробачила рукоприкладство чоловікові, ризикує знову опинитися жертвою.

Пробачення – прояв прагнення до переваги (Василюк Ф. Е.). Той, хто вибачає може використовувати своє «милосердя» для того, щоб підняти себе над тим, кого він прощає. Це може перерости в якийсь шантаж, коли «милосердний» буде нагадувати кривдникові, що той «в боргу» перед його великодушністю.

Аналізуючи всі ці «за» і «проти» в психологічному розумінні вибачення, можна сказати, що всі вони мають місце бути в подружніх стосунках.

Якщо ви відчуваєте образу, значно продуктивніше сказати: *«я злюся на тебе»; «твої слова змусили мене зніяковіти»; «я засмучуюся через те, що ти не виконав свої обіцянки».*

Такий підхід до висловлення почуттів веде до вирішення конфліктної ситуації, окреслення особистих кордонів і до більш гармонійних стосунків з людьми, що нас оточують.

## *Частина 2*

У відповіді на *перше питання* здобувачі розглядають кейси сімейних конфліктів в основу яких покладено моделі поведінки запропоновані В.А. Кан-Калік (1995)

Типові моделі поведінки подружжя в сімейних конфліктах:

1. **Прагнення чоловіка і дружини самоствердитися** в сім'ї, наприклад у ролі голови. Зазвичай воно охоплює всі сфери взаємовідносин і заважає тверезо оцінювати те, що відбувається в родині. Будь-яке висловлювання, прохання, доручення сприймаються як зазіхання на свободу, особисту автономію.

2. **Зосередженість подружжя на своїх справах.** Небажання поступитися чимось зі свого минулого життя для успішної реалізації нової соціальної ролі. Починає формуватися нерозуміння того, що організація сім'ї передбачає абсолютно новий соціально-психологічний уклад. Тут важливо

враховувати адаптаційний фактор: поетапне включення чоловіка в спільну діяльність, поступове привчання його до нової моделі поведінки.

3. *Дидактична* – один із подружжя постійно вчить іншого: як треба себе поводити, жити та ін. Нерідко позиція повчати подобається одному з подружжя, і він непомітно починає грати роль дорослої дитини, а в поведінці іншого поступово зміцнюються материнські або батьківські нотки.

4. *«Татова донька», «мамин синочок»*. У процес встановлення взаємин, у їх з'ясування постійно залучаються батьки, які служать своєрідним камертоном. Небезпека полягає в тому, що молоде подружжя обмежує особистий самотійний досвід побудови відносин

5. *Заклопотаність*. У спілкуванні між подружжям, в стилі, укладі сімейних взаємин постійно присутній в якості деякої домінанти стан заклопотаності, напруженості, це веде до дефіциту позитивних переживань.

6. *«Готовність до бою»*. Подружжя постійно знаходяться в стані напруженості, пов'язаної з необхідністю відбивати психологічні атаки: в свідомості кожного зміцнилася неминучість сварок, внутрішньосімейна поведінка будується як боротьба за перемогу в конфлікті.

У процесі вирішення сімейних конфліктів суб'єкти можуть застосовувати і неконструктивні (руйнівні), і конструктивні стилі їх врегулювання.

*Друге питання*: високоморальна суть людини вимагає красу вчинків і манер скрізь, у тому числі і в сім'ї. Культуру людини можна умовно розділити на внутрішню та зовнішню:

- внутрішня, основна – моральність,
- зовнішня – краса (естетика) поведінки.

Обидві ці культури взаємозв'язані та взаємообумовлені, вони повинні гармонійно доповнювати один одного.

Як не дивно, але абсолютна гладкість і ввічливість відносин між подружжям не лише не є гарантією міцного відчуття, але може свідчити про відсутність любові. Люди, що люблять, можуть сперечатися, ображатися, обурюватися, в них можуть бути розбіжності. Проте, все це повинно виражатися в таких формах, які не принижували б і не ображали іншого.

Відносини люблячих людей повинні будуватися на рівноправній та здоровій основі. Сімейний етикет припускає уміння погоджувати свої інтереси з інтересами інших членів сім'ї. Основа його – доброзичливість до всіх членів сім'ї. Сімейна етика вимагає підтримувати високий авторитет своєї сім'ї у знайомих та оточуючих.

Культура подружнього спілкування – неодмінна умова безконфліктного сімейного життя.

Знання правил культури спілкування дозволяє уникати багатьох конфліктів і зберігати добрі відносини, навіть якщо виникають серйозні розбіжності. Крім того, при явно вираженому конфліктному поведінці одного з членів родини застосування правил іншими значно знижує напругу, робить внутрішньо сімейну ситуацію набагато спокійною і створює сприятливі обставини для нормалізації відносин.

### **Теми для рефератів**

1. Типологія проблемних сімей.
2. Сімейні конфлікти: види, джерела, наслідки.
3. Психологічна допомога сім'ї в конфліктних ситуаціях.

### **Література:**

#### **Основна:**

1. Психологія сім'ї : навч. посіб. : Рекомендовано МОН України / В.М. Поліщук, Н.М. Ільїна, С.А. Поліщук та ін.. - Суми : Університетська книга, 2010. 239 с.
2. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с. з іл.
3. Психологія сімейних взаємин: навч. посіб. / М.С.Корольчук, П.П. Криворучко, В.І. Осьодло та ін. за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : Ніка-Центр, 2011. 296 с.
4. Седих К.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. – 2-ге вид., стереотип. К. : ВЦ Академія, 2017. 192 с.

#### **Допоміжна:**

1. Джилліген Д. Запобігання насильству. К. : Сфера, 2010. 167 с.
2. Доценко В.В. Особливості міжособистісної взаємодії у сім'ях працівників ОВС. *Вісник Національного університету оборони України*. Зб. наук. праць. Київ : НУОУ, 2014. Вип. 2 (39). С.199-204
3. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодого сім'ї: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
4. Трубавіна І. М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю. Навчальний посібник. Київ : ДЦССМ, 2010. 132 с.
5. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.
6. Фурман А.В. Основи гендерної рівності : навч. посіб. Тернопіль : Екон. думка, 2016. 168 с.
7. Харченко С.В., Доценко В.В. Особливості зміни ролевих очікувань та домагань у шлюбі молодих жінок за останнє десятиріччя. *Право і безпека*. Науковий журнал. Харків : ХНУВС, 2017. Вип. №2. С. 171-175.

#### **Інформаційні ресурси в Інтернеті:**

- 1 Помиткіна Л.В., Злагодух В.В., Хімченко Н.С., Погорільська Н.І. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с.  
URL:[http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina\\_Liubov/Psykholohiia\\_simji.pdf](http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina_Liubov/Psykholohiia_simji.pdf).
2. Конфліктологія: навчальний посібник. URL:  
[https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni\\_konfliktiKap](https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni_konfliktiKap)
3. Столярчук О.А., Щербатих О.В. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: 2015. 136 с URL:  
[http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O\\_Stoliarchuk\\_PSS\\_IL.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_IL.pdf).

## **Тема № 6 Розлучення та його наслідки**

### **Семінарське заняття: Розлучення та його наслідки**

**Навчальна мета заняття:** визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості уявлень про психологічні особливості процесу розлучення; причини розпаду подружніх стосунків; стадії розлучення; особистісні установки на розлучення; повторний шлюб.

#### **Навчальні питання:**

1. Основні причини розлучень
2. Психологічний аналіз ситуації, що передує розлученню.
3. Стадії та можливі наслідки розлучення.
4. Особливості періодів життя після розлучення

#### **Методичні вказівки**

*Перше питання:* розкрити дошлюбні фактори розлучення, як то:

- невідповідність віків подружжя (різниця у віці більше 10 років);
- короткий (менш 6 мес.) (40% що розводяться) і тривалий (більше 3 років) (7% що розводяться) період знайомства;
- тіснота контактів у дошлюбний період, що дозволяє краще узнати майбутнього супутника (20% вступаючих у шлюб зустрічалися один раз у тиждень або рідше, серед розводящихся таких 28%);
- домінування одного з партнерів, відсутність теплих, серцевих взаємин між майбутнім подружжям (3% вступаючих у шлюб і 20% що розводяться);
- як мотив вступу в шлюб не виступає любов, дружба, турбота;
- несхвалення батьками нареченого й нареченої даного шлюбу (18% серед вступаючих у шлюб і 63% серед що розводяться);
- відсутність заручин як деякого «фільтра» (близько 1/3 заручин розбудовуються).

Наступним кроком буде характеристика факторів спільного життя:

- відсутність свого житла, проживання разом з батьками, тіснота (серед вступаючих у шлюб 31% мали менш 6 кв. м на людину, серед розводящихся таких 57%);
- уживання алкоголю одним з подружжя (біля половини жінок, що розводяться, указали це як причину розлучення);
- несправедливий розподіл домашніх обов'язків (35% жінок і 17% чоловіків вважають це важливим мотивом розлучення);
- відсутність спільних інтересів і захоплень;
- сексуальна дисгармонія (серед незадоволених сексуальними відносинами, що вступають у шлюб, 6%, при розлученні - 47%);
- ревності й зрада.

Необхідно зазначити, що причини розлучень у чоловіків і жінок майже не збігаються.

Жінки називають такі найбільш важливі причини розлучення, як пияцтво, умови проживання та матеріальні блага, відмінність характерів.

Чоловіки ж серед таких причин називають зраду, відмінність характерів, невдоволення психологічними якостями дружини.

Даючи відповідь на *друге питання* семінарського заняття необхідно

дати загальну характеристику стадіям, що передують ухваленню рішення про розлучення (згідно К. Зальц):

- розчарування у відносинах — спільне життя більше не приносить того задоволення, що було на початку шлюбу;
- ерозія відносин — психологічна дистанція між подружжям зростає, виникаючі проблеми й протиріччя здаються неминучими й непереборними;
- роз'єднання — іде почуття «ми», подружжя стає чужими один одному, на цьому етапі кількість конфліктів, сварок може істотно знижуватися, що супроводжується почуттям втоми один від одного;
- фізичне роз'єднання — подружжя ухвалюють рішення щодо припиненні спільного життя, роз'їжджаються, оформляють розлучення;
- депресія — переживання минулого подружнього життя як невдачі, провалу, відсутність планів на майбутнє й віри в позитивні зміни в житті;
- «друга юність» — поява планів на майбутнє, повернення віри в себе й можливе щастя, сприйняття розлучення як можливості почати нове щасливе життя;
- активна діяльність — реалізація планів, самореалізація в роботі, вихованні дітей, нових сімейних відносинах і ін.

Відповідь на *четверте питання* — це характеристика стадій розлучення різних авторів.

**Е. Кюблер-Рос** виділяє стадії розлучення для людини, яка потрапила до ролі «кинутої» (для неї звістка про розлучення була несподіваною):

стадія заперечення — реальність происходящего не зізнається, звістка сприймається як тимчасова незлагодa, є впевненість що все повернеться на круги свої, усе буде «як раніше»;

стадія озлобленості — з'являється озлобленість по відношенню до партнера як захисна реакція від щиросердечного болю, безпорадності;

стадія переговорів — уживають спроби відновити шлюб, висувуються якісь умови, з'являється готовність іти на усі потупки, чоловік звертається по допомогу до близьких, екстрасенсів, психологів;

стадія депресії — знижується рівень самооцінки, людина почуває себе невдахою, вона починає цуратися людей, не довіряти їм;

стадія адаптації — прийняття ситуації розлучення, адаптація до нових умов життя.

**К. Аронс** виділяє три досить очевидні стадії розлучення, які тільки що були згадані:

- емоційне розлучення — містить у собі рішення про припинення подружніх відносин, оголошення рішення й розставання;

- офіційне розлучення — юридичне оформлення ухваленого рішення, вирішення всіх формальних питань (розподіл майна, питання про зустрічі з ребенком і т.д.);

- друге життя — самовизначення в сімейному житті (створювати чи ні нову родину), побудова й реалізація нових життєвих планів.

**К. Зальц** виділяє наступні стадії, приділяючи особливу увагу процесам, що передують ухваленню рішення про розлучення:

- розчарування у відносинах — спільне життя більше не приносить того задоволення, що було на початку шлюбу;
- ерозія відносин — психологічна дистанція між подружжям зростає, виникаючі проблеми й протиріччя здаються неминучими й непереборними;
- роз'єднання — іде почуття «ми», подружжя стає чужими один одному, на цьому етапі кількість конфліктів, сварок може істотно знижуватися, що супроводжується почуттям утоми один від одного;
- фізичне роз'єднання — подружжя ухвалюють рішення щодо припиненні спільного життя, роз'їжджаються, оформляють розлучення;
- депресія — переживання минулого подружнього життя як невдачі, провалу, відсутність планів на майбутнє й віри в позитивні зміни в житті;
- «друга юність» — поява планів на майбутнє, повернення віри в себе й можливе щастя, сприйняття розлучення як можливості почати нове щасливе життя;
- активна діяльність — реалізація планів, самореалізація в роботі, вихованні дітей, нових сімейних відносинах і ін.

*Четверте питання:* дати характеристику соціальним наслідкам розлучень, а саме:

1. Низька народжуваність (можливості дітонародження розлучених жінок залишаються нереалізованими, що негативно впливає на процеси розширеного відтворення населення).
2. Збільшується кількість неповних сімей, у яких дитина виховується одним із батьків.
3. Зі зростанням кількості розлучень зросло число людей, які не бажають після розлучення вступати у повторний шлюб
4. Розлучення важко позначається на моральному стані дітей.
5. Після розлучення людина починає поводити себе в протиріччі з загальноприйнятими нормами, намагаючись угамувати своє горе в пияцтві або компенсувати втрату сім'ї збільшенням частоти сексуальних контактів.
6. Зниження трудової активності
7. Висока ймовірність нервових стресів, психічних розладів.

Далі розглянути особливості періодів життя після розлучення і та вказати їх основні завдання.

*Сепарація / Розлучення:* Переборення наслідків втрати звичних зв'язків. Загострення почуття власної гідності та незалежності.

*Неповна сім'я:* Побудова нової структурно-функціональної організації сім'ї. Створення нових систем соціальної підтримки. Організація нових контактів з членами родини.

*Залицання:* Виникнення інтересу до близьких відносин. Підготовка ролей для нових членів сім'ї.

*Повторний шлюб, бінуклеарна сім'я:* Побудова нової структурно-функціональної організації сім'ї. Створення нових ритуалів сімейного життя. Організація контактів з членами розширеної сім'ї.

### **Теми для рефератів**

1. Фактори розлучення.



2. Діти, які переживають повторний шлюб батьків
3. Робота психолога з сім'єю, що переживає розлучення
4. Шлюб та сім'я очима К. Вітакера.
5. Проблеми, які виникають у повторних шлюбах

### **Література:**

#### **Основна:**

1. Психологія сім'ї : навч. посіб. : Рекомендовано МОН України / В.М. Поліщук, Н.М. Ільїна, С.А. Поліщук та ін.. - Суми : Університетська книга, 2010. 239 с.
2. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с. з іл.
3. Психологія сімейних взаємин: навч. посіб. / М.С.Корольчук, П.П. Криворучко, В.І. Осьодло та ін. за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : Ніка-Центр, 2011. 296 с.
4. Седих К.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. – 2-ге вид., стереотип. К. : ВЦ Академія, 2017. 192 с.

#### **Допоміжна:**

1. Бевз Г.М. Дитина в прийомній сім'ї: нотатки психолога. - К. : Укр. ін-т соц. дослідж., 2010. 102 с.
2. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодшої сім'ї: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
3. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
4. Трубавіна І. М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю. Навчальний посібник. Київ : ДЦССМ, 2010. 132 с.
5. Трубавіна І. М. Консультування сім'ї. Науково-методичні матеріали. Частина І. Київ : ДЦССМ, 2013. 88 с.
6. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.

#### **Інформаційні ресурси в Інтернеті:**

- 1 Конфліктологія: навчальний посібник. URL: [https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni\\_konfliktiKap](https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni_konfliktiKap)
2. Столярчук О.А., Щербатих О.В. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: 2015. 136 с URL: [http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O\\_Stoliarchuk\\_PSS\\_IL.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_IL.pdf).

### **Тема № 7 Взаємовідносини між батьками та дітьми**

#### **Семінарське заняття: Взаємовідносини між батьками та дітьми**

**Навчальна мета заняття:** визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості знань про вікову динаміку стосунків між батьками та дітьми; основні стилі сімейного виховання; розвивати вміння аналізувати проблеми взаємовідносин між батьками та дітьми.

**Кількість годин – 6 годин**

## **Навчальні питання:**

### *Частина 1*

1. Вікова динаміка стосунків між батьками та дітьми
2. Стилi виховання дітей

### *Частина 2.*

3. Конфлікти батьків та підлітків: причини, зміст, рішення.
4. Дефекти сімейного виховання

### *Частина 3*

1. Знайомство з методом О.М. Цільмак «Побудуй дім»
2. Алгоритм реалізації методу О.М. Цільмак «Побудуй дім»

## **Методичні вказівки**

У відповіді на *перше питання* семінарського заняття здобувачі дають характеристику наступним етапам онтогенезу:

**Дитинство.** Безпосередньо-емоційне спілкування з дорослим (насамперед з матір'ю) становить основу психічного розвитку в дитинстві. Необхідна уважність, чуйність відносно ознак емоційного неблагополуччя дитини, що виникає в умовах «дефіциту спілкування», уваги й тепла.

**Ранній вік.** Батько підтримує й схвалює нові здатності самостійного пересування дитини - ходьби, перегони, лазання, де емоційна підтримка йому просто необхідна. Головні досягнення в психічному розвитку дитини пов'язані з освоєнням соціальних функцій і способів дій із предметами.

На другому-третьому році життя виникають нові види діяльності дитини - ігрова, продуктивна. Батьки можуть допомогти зародженню гри - підібрати іграшки й підходящі предмети, показати ігрові дії, виявити жвавий інтерес, співучасть, поради, як ускладнити, різноманітнити гру.

**Дошкільний вік** – сензитивний період розвитку образного пізнання навколишнього світу: сприйняття, наочно-образного мислення, уяви.

**Молодший шкільний вік.** Завдання батьків – сприяти сприйняттю дитини майбутнього надходження в школу як бажаної й значимої події, свідчення дорослішання; сприяти створенню реального образу школи й правильного відношення до навчальної діяльності.

**Перехід до шкільного навчання** супроводжується істотною перебудовою всієї соціальної ситуації розвитку дитини, розширенням кола значимих осіб. Центральною фігурою у важливій для дитини області шкільного життя стає вчитель, що виступає як представник суспільства, який пред'являє обов'язкові для виконання вимоги.

**Підлітковий вік.** Цей віковий період дітей вимагає особливої уваги батьків до тих змін, які відбуваються зі зростаючою дитиною, особливої гнучкості їхньої педагогічної тактики, величезного терпіння, виваженості, уміння бачити позитивне й щире в зухвалій поведінці підлітка.

**Юнацький вік.** Соціальна ситуація «порога дорослого життя» жадає від парубка рішення найважливіших питань професійного й соціального самовизначення. Цей період називають іноді часом «виривання коріння», деякого дистанціювання молоді від батьків, змушених з розумінням ставитися до зростаючої емоційної незалежності дітей.

Готуючи відповідь на *друге питання* семінарського заняття необхідно заповнити таблицю та дати характеристику наступним стилям виховання дітей: демократичний, авторитарний, гіперопіка («життя за дитину», «кумир родини»), підвищена моральна відповідальність, анархічний, гіперпротекція, емоційне відкидання, жорстоке відношення (агресивне).

Також здобувачі повинні відзначити, що оптимальна батьківська позиція повинна відповідати трьом головним вимогам:

- адекватність, тобто реальна оцінка особливостей своєї дитини, вміння бачити, розуміти й поважати її індивідуальність. Батько не повинен концентруватися тільки на тому, чого він хоче в принципі домогтися від своєї дитини;

- гнучкість – готовність і здатність змінювати стиль спілкування, способів впливу на дитину в міру її дорослішання;

- прогностичність – орієнтація на «зону найближчого розвитку» дитини й на завдання завтрашнього дня; ініціатива дорослого, спрямована на зміну загального підходу до дитини з урахуванням перспектив її розвитку.

## *Частина 2.*

*Питання: Конфлікти батьків та підлітків: причини, зміст, рішення.*

Одним із найпоширеніших видів сімейних конфліктів є конфлікти між батьками і дітьми. Навіть у благополучних сім'ях у більш ніж третині випадків відзначаються конфліктні взаємини дітей з обома батьками. В основі конфліктів між батьками і дітьми, як правило, є психолого-педагогічні чинники, які впливають на взаємодію батьків і дітей.

Здобувачі дають характеристику гармонійному і дисгармонійному типам сімейних відносин.

У гармонійній сім'ї встановлюється відносна рівновага, що виявляється у формуванні психологічних ролей кожного члена сім'ї, сімейного «Ми», здатності членів сім'ї вирішувати суперечності.

Дисгармонія сім'ї проявляється у негативному характері подружніх відносин, що виражається у конфліктній взаємодії подружжя.

Рівень психологічної напруги в такій сім'ї має тенденцію до наростання, призводячи до невротичних реакцій її членів, виникнення відчуття постійного неспокою у дітей

*Виокремлюють такі риси деструктивних типів виховання:*

- розбіжності членів сім'ї з питань виховання;
- суперечність, непослідовність, неадекватність дій батьків щодо дитини;

- опіка і заборони в багатьох сферах життя дітей;

- підвищені вимоги до дітей, часте застосування погроз і покарань

Серед *особистісних якостей батьків*, що призводять до конфліктів із дітьми, виокремлюють:

- консервативний спосіб мислення;

- прихильність до застарілих правил поведінки і шкідливих звичок (вживання алкоголю та ін.);

- авторитарність та ортодоксальність переконань і ін

Серед особистісних якостей дітей називають:

- низьку успішність;
- порушення правил поведінки;
- ігнорування рекомендацій і вказівок батьків;
- неслухняність, упертість;
- егоїзм і егоцентризм;
- самовпевненість;
- лінощі та ін

Зазвичай дитина на домагання і конфліктні дії батьків відповідає певними реакціями, до яких насамперед належать:

- *реакція опозиції* (демонстративні дії негативного характеру);
- *реакція відмови* (непокора вимогам батьків);
- *реакція ізоляції* (прагнення уникнути небажаних контактів із батьками, приховування інформації)

У наведених випадках основними напрямками профілактики конфліктів батьків із підлітками можуть бути:

1. Підвищення педагогічної культури батьків, що дозволяє враховувати особистісні характеристики, вікові психологічні особливості дітей, їхні емоційні стани.

2. Організація сім'ї на колективних засадах із виконанням дітьми разом із дорослими певних трудових обов'язків, запровадження традицій взаємодопомоги, спільні захоплення, які є основою виявлення і вирішення виникаючих суперечностей

3. Підкріплення словесних вимог батьків відносно дитини обставинами виховного процесу

4. Інтерес батьків до внутрішнього світу дітей, їхніх проблем, турбот, інтересів, захоплень і стану та інше.

*Друге питання:* «Дефекти» сімейного виховання – це помилки, яких допускаються батьки в процесі взаємодії та виховного впливу на дитину, що можуть призвести до відхилень у її психічному розвитку і вплинути на стан її здоров'я.

Для оцінювання ефектів стилів виховання і батьківського ставлення до дитини враховують такі критерії:

- 1) інтенсивність емоційного контакту батьків і дітей: гіперопіка, опіка, прийняття, неприйняття;
- 2) форми контролю поведінки дитини: дозвільний, ситуативний, обмежувальний;
- 3) суворість санкцій – схильність батьків обирати покарання як прийом виховання;
- 4) послідовність-непослідовність виховного процесу;
- 5) емоційна стійкість-нестійкість взаємодії батьків і дітей;
- 6) тривожність-нетривожність батьків і дітей у процесі виховних взаємодій;
- 7) рівень протекції – скільки сил, часу й уваги приділяють батьки дитині;
- 8) ступінь вимог до дитини – кількість і якість обов'язків;

9) повнота задоволення матеріально-побутових і духовних потреб;

10) стійкість стилю виховання – різкість зміни прийомів і методів виховання та взаємодії між батьками і дитиною.

Найбільш поширеними «дефектами» сімейного виховання є такі.

1. *Потуральний стиль виховання* – заступництво і підтримка примх, необґрунтованих бажань дитини, вимоги відсутні або слабкі, що сприяє розвитку особистості дитини за такими типами:

- нестійко-егоїстичним із рисами егоїзму, некритичності, пристосовництва тощо;
- істероїдно-демонстративним з відсутністю самоконтролю, нестриманістю у негативних емоціях;
- епілептоїдним із завищеними домаганнями і труднощами у відносинах з однолітками.

2. *Авторитарний стиль виховання* – холодні стосунки, високий рівень контролю. Сприяє формуванню двох типів особистості дитини:

- пасивного – відсутня ініціатива, розвинена залежність і низька самооцінка;
- агресивного – перетворення на тирана (подібно до батьків).

3. *Жорстоке поводження* – відсутність емоційної близькості, відкрита агресія, жорсткий контроль, позбавлення задовольень, приниження, побої, що призводять до егоїстичного, жорстокого типу особистісного розвитку дитини. Сприяє формуванню спотвореної моралі: «чия сила, того і правда», асоціальної, агресивної поведінки, зловживання психоактивними речовинами.

3. *Альтернувальне виховання* – нестійке емоційне ставлення, нерівномірність уваги, нечіткість висунення вимог та мінливість ступеня контролю за дитиною з боку батьків. Може вплинути на схильність дитини регулювати власний психічний стан за допомогою алкоголю або наркотичних речовин.

5. *Емоційна холодність* батьків, відсутність духовного контакту з дитиною, осуд, неприйняття дитини. Сприяє формуванню відчуження від батьків, егоїзму, цинічного ставлення до почуттів інших людей, жорстокості, брехливості, нещирості, труднощів у спілкуванні, потайливості у стосунках з іншими тощо, також спричинює неврози й невротичні та психосоматичні розлади особистості дитини.

6. *Рівень протекції* у стилі виховання:

- гіпопротекція – ситуація безконтрольності або безнаглядності дитини, зумовлена байдужістю батьків чи надмірною зайнятістю, зосередженням на інших життєвих проблемах;
- гіперпротекція – підвищена опіка дитини, позбавлення самостійності, надмірний контроль за поведінкою, коли дітей привчають підкорятися батькам чи одному із дорослих членів сім'ї, волю якого виконують інші члени родини.

7. *Підвищена моральна відповідальність* (гіперсоціалізація) – надмірне переймання батьків майбутнім, соціальним статусом і навчальними успіхами дитини, знижена увага в поєднанні з високими вимогами призводять до формування тривожно-недовірливого типу особистісного розвитку дитини.

### *Частина 3*

#### **Метод О.М. Цільмак «Побудуй дім»**

##### **Мета методу:**

- корегування життєдіяльнісних установок щодо особистісних стилів поведінки у сімейному житті;
- усвідомлення подружжям наслідків обраного ними стилю поведінки під час сімейних взаємовідносин.

##### **Перевагами застосування методу є те що він сприяє:**

- психодіагностиці особистісних стилів поведінки подружжя та життєдіяльнісних установок;
- забезпечує наочність сприйняття подружжям наявної сімейної проблеми;
- встановленню основних причин сімейного конфлікту;
- самоусвідомленню власних типових життєдіяльнісних установок та помилок;
- коригуванню особистісного ставлення щодо сімейного життя та життєдіяльнісних установок щодо внутрішньосімейних взаємин;
- винайденню найбільш раціональних і нових конструктивних рішень для вирішення сімейних конфліктів.

##### **Необхідні матеріали:**

- коробки з сірниками (відповідно до кількості пар),
- карточки з завданнями (відповідно до кількості учасників),
- фотоапарат,
- комп'ютер,
- проектор,
- екран,
- презентація.

##### **Обов'язковими умовами застосування методу є:**

- 1) наявність дисфункцій у стратегіях поведінки подружжя;
- 2) мотиваційна зацікавленість подружжя у груповій роботі;
- 3) мотиваційна зацікавленість подружжя зберегти сім'ю;
- 4) психолог для групової роботи повинен обрати пари з різними стратегіями поведінки.

**Основні правила поведінки для подружжя під час виконання завдання та під час його обговорення.** Отже, чоловік та дружинна повинні (ці правила для наочності бажано написати на аркуші чи дошці):

- а) поводити себе так як у повсякденному сімейному житті;
- б) уважно слухати один одного;
- в) не перебити один одного;
- г) не звинувачувати один одного;
- д) не боятися оголити проблему, яка наявна у сімейних взаємовідносинах;
- є) не конфліктувати;
- ж) намагатися зрозуміти позицію іншого.

**Основні правила поведінки для психолога:**

- не повинен вмішуватися у процес виконання завдань;
- не повинен нав'язувати власну точку зору;
- не повинен бути категоричним;
- не повинен критикувати;
- повинен уважно спостерігати за роботою пар;
- повинен слідкувати за дотриманням подружжям правил поведінки;
- повинен супроводжувати процес, намагаючись щоби подружжя самотійно винайшло шляхи коригування стратегій поведінки та зробило висновки;
- повинен зупинити роботу, якщо виник конфлікт, який перевищує межі дозволеного.

**Алгоритм реалізації методу під час групової психокорекційної роботи з сім'ями**

**На підготовчому етапі** до застосування методу «Побудуй дім» психолог готує необхідні матеріали, які знадобляться для його застосування

**На основному етапі** застосування методу «Побудуй дім» психолог:

**I.** Пропонує кожній сімейній парі побудувати дім із сірників (на виконання завдання надається 5-10 хвилин).

**II.** Після завершення завдання фотографує усі дома та переносить данні на комп'ютер.

**III.** Викликає по черзі сімейну пару та демонструє на екрані їх побудований дім з сірників.

**IV.** Пропонує сімейній парі розказати про те як саме відбувався процес побудови дому.

**V.** Наголошує на правилах поведінки під час розповіді.

**VI.** Пропонує кожному з пари по черзі відповісти на такі запитання:

- «Як відбувався процес побудови дому?».
- «Чи заважало щось будувати дім?».
- «Які емоції виникали під час побудови дому?»
- «Які емоції наявні тепер, після побудови дому?».
- «Яке ставлення до побудованого дому?»
- «Чи хотілося би щось змінити у побудованому домі?».
- «Які проблемні питання у сімейних стосунках оголилися під час виконання завдання?».

– «Що хотілося би змінити у сімейних стосунках кожному з подружжя?».

– «Що для цього слід зробити?».

– «Які висновки можна зробити?».

**VII.** Пропонує подружжю підвести підсумки у формі висновків, які фіксує на дошці.

**VIII.** Пропонує усім учасникам підвести підсумки, які також фіксує на дошці.

**Підпункти 6-7 та 8 повторюються стільки, скільки є сімейних пар!**

**На заключному етапі** застосування методу «Побудуй дім» психолог, зачитує усі висновки, що записані на дошці, а потім й сам підводить підсумки, використовуючи прислів'я, які демонструє на екрані.

**Приклади прислів'я:**

- 1) «Куєш залізо – не шкодує вугілля, ростиш сина – не шкодує їжі».
- 2) «Що корисно одному, то шкідливо іншому».
- 3) «Будуючи сімейне життя – внесок кожного повинен бути рівноцінним».
- 4) «Любиш брати, умій і сам давати».
- 5) «Де двоє, там третій – зайвий».
- 6) «У відносини двох не повинні влізати інші».
- 7) «Краще своє поберегти, ніж чуже прожити».
- 8) «У сім'ї необхідні компроміси».
- 9) «У кожного своя правда».
- 10) «Тільки тоді легко жити з людиною, коли не вважаєш ні себе вище, чи краще його, а ні його вище і краще себе».
- 11) «Що не під силу одному, то зроблять двоє».
- 12) «Тим сильніше і міцніше сім'я, чим більше в неї вкладено спільної праці».
- 13) «Сім'я міцна ладом».
- 14) «Сім'я в купі – не страшна і хмара».
- 15) «Сім'я міцна, коли над нею дах один».
- 16) «Одна бджола меду не наносить».
- 17) «Без хазяїна двір, а без хазяйки хата, плаче».
- 18) «У поганого та недоброго чоловіка жінка завжди нерозумна».

**Алгоритм реалізації методу під час психологічного консультування подружжя**

**На підготовчому етапі** до застосування методу психолог готує необхідні матеріали.

**На основному етапі** застосування методу «Побудуй дім» психолог пропонує сімейній парі:

**I.** Побудувати «дім із сірників» (на виконання завдання надається 5-10 хвилин)

**II.** Розказати як саме відбувався процес побудови дому.

**III.** Відповісти кожному по черзі на такі запитання:

– «Як відбувався процес побудови дому?».

– «Чи заважало щось будувати дім?».

– «Які емоції виникали під час побудови дому?»

– «Які емоції наявні тепер, після побудови дому?».

– «Яке ставлення до побудованого дому?»

– «Чи хотілося би щось змінити у побудованому домі?».

– «Які проблемні питання у сімейних стосунках оголилися під час виконання завдання?».

«Що хотілося би змінити у сімейних стосунках кожному з подружжя?».



– «Що для цього слід зробити?».

– «Які висновки можна зробити?».

**IV.** Підвести підсумки у формі висновків.

**V.** Винайти шляхи подолання проблеми, винайти компромісні рішення, які задовольняють двох.

**На заключному етапі** застосування методу «Побудуй дім» психолог, підводить підсумки, використовуючи прислів'я.

### **Теми для рефератів**

1. Стилi виховання дитини.
2. Зміна структури та функції сім'ї у зв'язку з появою дитини.
3. Сучасне батьківство: стереотипи та нові тенденції.
4. Психологічні особливості батьківського відношення до єдиної дитини.
5. Психологічні особливості багатодітної сім'ї.
6. Значення бабусі/дідуся в житті людини.
7. Психологічний портрет девіантної матері

### **Література:**

#### **Основна:**

1. Психологія сім'ї : навч. посіб. : Рекомендовано МОН України / В.М. Поліщук, Н.М. Ільїна, С.А. Поліщук та ін.. - Суми : Університетська книга, 2010. 239 с.
2. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с. з іл.
3. Психологія сімейних взаємин: навч. посіб. / М.С.Корольчук, П.П. Криворучко, В.І. Осьодло та ін. за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : Ніка-Центр, 2011. 296 с.
4. Седих К.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. – 2-ге вид., стереотип. К. : ВЦ Академія, 2017. 192 с.

#### **Допоміжна:**

1. Бевз Г.М. Дитина в прийомній сім'ї: нотатки психолога. - К. : Укр. ін-т соц. дослідж., 2010. 102 с.
2. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодшої сім'ї: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
3. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
4. Трубавіна І. М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю. Навчальний посібник. Київ : ДЦССМ, 2010. 132 с.
5. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.

#### **Інформаційні ресурси в Інтернеті:**

1. Конфліктологія: навчальний посібник. URL: [https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni\\_konfliktiKap](https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni_konfliktiKap)
2. Столярчук О.А., Щербатих О.В. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: 2015. 136 с URL:

[http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O\\_Stoliarchuk\\_PSS\\_IL.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_IL.pdf).

3. Світлана Ройз: сімейний психолог, психотерапевт URL: <https://osvitoria.media/tag/svitlana-rojz/>

## **Тема № 8 Психологічна допомога сім'ї**

### **Семінарське заняття: Психологічна допомога сім'ї**

**Навчальна мета заняття:** визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості знань про діагностичні проблеми отримання інформації про сім'ю; поетапну методику вивчення сім'ї; загальні риси організації та проведення сімейної психотерапії та психологічного консультування

**Кількість годин** – 6 годин

#### **Навчальні питання:**

##### *Частина 1*

1. Історія розвитку сімейної психотерапії та етапи її становлення.
2. Системна сімейна психотерапія.
3. Стратегічна сімейна психотерапія.

##### *Частина 2*

4. Діагностика та корекція порушень міжособистісної комунікації в сім'ї.
5. Основні типи вирішення сімейних проблем.

##### *Частина 3*

6. Знайомство з методом М. Боуена «Генограма».

#### **Методичні вказівки**

У відповіді на перше питання семінарського заняття курсантам необхідно зазначити, що в останній чверті XIX сторіччя виникло вчення про «сімейну діагностику» і «сімейне лікування» різних психічних розладів. Справжнім основоположником сімейної терапії вважається І.В. Маляревський який в 1882 році заснував лікарсько-виховний заклад для психічно хворих дітей і підлітків, персонал якого приділяв велику увагу діагностиці взаємин у родинах психічно хворих, ролі дисгармонійного виховання у формуванні тих або інших проявів психічних хвороб. З родичами хворих дітей проводилося так зване «сімейне виховання», що було прообразом сучасної сімейної терапії. Потреба в сімейній терапії зростала, особливо починаючи з 40-х рр. XX ст., після завершення другої світової війни. У наш час виділяють кілька основних напрямків у сімейній терапії: психодинамічний, системний й стратегічний, еклектичний.

Історично першим сформувався психодинамічний напрямок (З. Фрейд), його основні риси – це аналіз історичного минулого членів родини, їхніх неусвідомлених бажань, психологічних проблем і взаємних проєкцій.

Завданням психотерапії було досягнення інсайту, тобто усвідомлення того, як не вирішені в минулому проблеми впливають на взаємини в родині в цей момент і як із цього порушеного контексту відносин виникають невротичні симптоми й неконструктивні способи адаптації до життя в деяких її членів.

Такий підхід вимагає великих зусиль як з боку психотерапевта, так і з

боку членів родини і в наш час вважається економічно менш доцільним, хоча й високоефективним. Зараз більше половини сімейних психотерапевтів працюють у руслі системної сімейної терапії. Прихильники еkleктичного напрямку з'єднують у психотерапевтичній роботі різні методи: гіпноз, аутогенне тренування, медитацію, домашні завдання з модифікації поведінки, аналіз і інтерпретацію взаємин, групові дискусії й ін.

Етапи сімейної терапії. У ході сімейної терапії, тривалість якої може коливатися від декількох тижнів до декількох років, виділяють ряд етапів. Її тривалість обумовлюється силою психічних розладів в «носія симптомів», виразністю міжособистісних конфліктів у родині, мотивацією членів родини до досягнення терапевтичних змін. Спочатку сімейна терапія проводиться із частотою один-два сеансу в тиждень, а потім зустрічі відбуваються один раз у два тижні, а далі - один раз у три тижні. Часто в сімейній терапії виділяють чотири етапи (Ейдемільер, Юстицкіс):

- 1) сімейний діагноз, діагностичний етап;
- 2) ліквідація сімейного конфлікту;
- 3) реконструктивний;
- 4) підтримуючий.

Даючи відповідь на друге питання семінарського заняття необхідно розкрити дослідження найбільш відомих представників *системного напрямку сімейної психотерапії*: М. Сельвіні-Палаццолі, Клу Маданес, С. Мінухін.

У наш час системний напрямок вважається одним з найбільш широко представлених, перспективних, економічно доцільних і терапевтично ефективних напрямків сімейної терапії. Мюррей Боуен розробив метод сімейної психотерапії, що складає із чотирьох принципів:

- 1) визначення й прояснення відносин;
- 2) «незалучення в трикутник» (Боуен рекомендував психотерапевтам не утягуватися емоційно в конфлікти, а зосереджувати свою увагу на процесі відносин);
- 3) навчання подружжя ефективному емоційному спілкуванню;
- 4) заняття «Я-Позиції».

У системній сімейній психотерапії родина розглядається як цілісна система, що прагне до збереження й еволюції сформованих зв'язків. Протягом свого існування родини проходять через закономірні кризи розвитку (вступ у шлюб, відділення від батьківських родин, вагітність, народження дитини, вступ дитини в дошкільні/шкільні установи, закінчення школи й вибір свого життєвого шляху, розриви з батьками, відхід батьків на пенсію й т.д.).

Саме на цих відрізках свого існування родини виявляються нездатними розв'язувати нові проблеми колишніми способами й тому встають перед необхідністю ускладнювати свої пристосувальні реакції. Основні кроки сімейної системної психотерапії виглядають у такий спосіб:

- 1) об'єднання психотерапевта з родиною, приєднання його до запропонованої родиною структури ролей;

- 2) формулювання психотерапевтичного запиту;
- 3) реконструкція сімейних відносин;
- 4) завершення психотерапії й від'єднання.

Відповідь на третє питання – це розкриття особливостей *стратегічного* методу сімейної терапії. Найбільш відомі фігури цього напрямку — Джей Хейлі, Карл Уітекер, Клу Маданес. У своїй роботі психотерапевти цього напрямку не концентруються на особливостях особистості членів родини. Даний підхід характеризується надзвичайною увагою до деталей симптому й меншим інтересом до родини.

Суттю стратегічного підходу є розробка стратегії для рішення проблем, оскільки зміни в родині важливіше, ніж розуміння причин порушень. Стратегічні терапевти досліджують фактори, які забезпечують стійкість проблеми, що підтримується існуючою взаємодією в родині. Багато стратегічних психотерапевтів думають, що нормально функціонуюча родина та, котра уникає симптомів і здатна функціонувати відповідно до вимог мінливих обставин.

### *Частина 2*

У відповіді на перше питання необхідно розкрити специфіку сімейної комунікативної терапії. Провідними її представниками є: П. Вацлавик, Д. Джексон, В. Сатир та інші.

Метою сімейної комунікативної терапії є зміна способів комунікації, або свідомі дії з метою змінити погано функціонуючих зразків інтеракцій.

Основними групами технік сімейної комунікативної терапії є:

- навчання членів родини правилам ясної комунікації;
- аналіз і інтерпретація способів комунікації в родині;
- маніпуляція комунікацією в родині за допомогою різних прийомів і правил.

### *Техніка конструктивних переговорів*

При проведенні таких переговорів дуже важливо дотримуватися певної системи висловлень, не даючи жодному з партнерів проявляти зайві емоції, замість того щоб викладати факти.

*1 етап* - кожному з подружжя пропонується чітко і ясно висловити свою позицію з якогось питання, наприклад, чи варто віддавати дитину в садок у два роки або краще відшукати можливість протримати його ще рік вдома.

*2 етап* — *аргументація*. Кожний партнер повинен якнайдетальніше й ретельніше обґрунтувати переваги своєї позиції.

*3 етап* - вислухавши аргументи один одного, подружжя можуть висловлювати критичні зауваження (але також по можливості опираючись на логіку, а не на емоції) на адресу позиції партнера.

Треба помітити, що сама по собі ця процедура, досить проста на перший погляд, часом вимагає серйозних зусиль із боку обох подружжя, і не тільки в тому, щоб мовчати й уважно слухати іншого.

### *Корекція ригідних уявлень і принципів*

Консультантові не слід брати на себе «внутрішнє зобов'язання»

боротися з будь-якими неадекватними поглядами подружжя (кожний має право на свої життєві принципи). Обговорювати можна лише те, що, з одного боку, явно суперечить поглядам партнера, а з іншого боку – заважає як організації подружнього життя, так і більш компетентній й конструктивній поведінці. Небезпечні завжди не самі по собі погляди або життєва позиція, а та безкомпромісність, з якої їх дотримуються. У цій ситуації консультант може спробувати зм'якшити позицію клієнта, використовуючи парадоксальні питання типу: “А що страшного в тім, що...?”, “А чому б і не...?”. Відповідаючи на подібні питання, люди найчастіше починають говорити про свої почуття сорому, приниження, програшу й т.п., які стоять на шляху зміни позиції й, отже, заважають подружнім відносинам.

Розмова на рівні почуттів означає перехід на більше глибокий рівень роботи з подружньою парою. Обговорення почуттів, демонстрація того, що страхи заважають зміні позиції, не відповідають дійсності, сприяє корекції ригідних уявлень, зміні їх на більш гнучкі й конструктивні.

#### *Дефіцит довіри й близькості у відносинах подружжя*

Уявлення про те, що довірче спілкування подружжя є основою успішних подружніх відносин — одне з базових допущень більшості теорій сімейної й подружньої терапії. Тому встановленню позитивного контакту й довірчого спілкування між подружжям звичайно приділяється основний час роботи в ході психотерапії. Із цього погляду будь-який конфлікт означає, що люди просто не можуть нормально домовитися з якогось приводу.

Спілкування — складний і багатомірний процес. Прийнято виділяти кілька рівнів спілкування: рівень комунікації, тобто безпосереднього спілкування (що, які слова люди говорять один одному) і рівень метакомунікації, тобто обговорення самого процесу спілкування (рефлексія того, як, що й чому говорять люди один одному). Найчастіше розуміння того, що говориться, виводиться тільки з безпосереднього змісту комунікації, у той час як дійсний зміст повідомлення може бути зрозумілий лише при залученні рефлексії — спробі зрозуміти, чому й навіщо саме це говориться людьми в процесі спілкування. Але, оскільки в конфліктних подружніх парах такі глибинні змісти розуміються подружжям по-різному й майже ніколи не обговорюються й не рівняються, їм рідко вдається зрозуміти один одного, і спілкування їх повно недомовок і постійних підозр.

Відповідь на друге питання розкриває основні типи вирішення сімейних проблем, а саме:

- особливості консультування при роботі з подружньою парою;
- використання домашніх завдань при роботі із подружжям;
- специфіка роботи з проблемами розподілу сімейних ролей і обов'язків між подружжям;
- техніка конструктивних переговорів;
- корекція ригідних уявлень і принципів;
- створення позитивного фону в спілкуванні подружжя.

*Арт-Терапія* — це спеціалізована форма психотерапії, заснована на мистецтві, у першу чергу образотворчої й творчої діяльності.

*Основна мета* арт-терапії складається в гармонізації розвитку особистості через розвиток здатності самовираження й самопізнання. З погляду представника класичного психоаналізу, основним механізмом корекційного впливу в арт-терапії є механізм сублімації. *Найважливішою технікою арт-терапевтичної взаємодії* тут є техніка активної уяви, спрямована на те, щоб зштовхнути віч-на-віч свідоме і несвідоме й примирити їх між собою за допомогою ефективної взаємодії.

Клієнт отримує практично необмежені можливості для самовираження й самореалізації в продуктах творчості, твердженням і пізнанням свого Я. Створювані клієнтом продукти, об'єктивуючи його афективне відношення до світу, полегшують процес комунікації й установалення відносин зі значимими для нього людьми.

Арт-Терапія може використовуватися як у вигляді основного методу, так і в якості одного з допоміжних методів. Виділяють два основних механізми психологічного корекційного впливу, характерних для методу арт-терапії.

*Перший механізм* полягає в тому, що мистецтво дозволяє в особливій символічній формі реконструювати конфліктну ситуацію, що травмує, і знайти її рішення через переструктурування цієї ситуації на основі креативних здібностей суб'єкта.

*Другий механізм* пов'язаний із природою естетичної реакції, що дозволяє змінити дію «афекту від болісного до приносящому насолоду».

На думку Маслоу, основне джерело людської діяльності лежить у безперервному прагненні до самоактуалізації й самовираження, що є, однак, тільки в здорових людей. У невротиків ця потреба порушена, і мистецтво може бути способом її відновлення.

Як один з варіантів арт-терапії використовуються замальовки сновидінь і виникаючих у сні почуттів. Фізичний і фізіологічний вплив арт-терапії полягає в тому, що образотворча творчість сприяє поліпшенню координації, відновленню й більш тонкому диференціюванню ідеомоторних актів. Не можна недооцінювати також безпосередній вплив на організм кольору, ліній, форми. У своїх роботах Де Фере відкрив залежність швидкості кровообігу й сили мускульних скорочень від кольору й висвітлення. Наприклад, у країнах каліграфічного листа (Китай, Японія) з давніх часів для лікування нервових потрясінь застосовується малювання ієрогліфів. У наш час з'ясувалося, що при цьому людина повністю розслаблюється й помітно знижується частота її пульсу.

### *Частина 3*

Для діагностики стану сім'ї та її психологічного благополуччя використовують метод М. Боуена «Генограма».

Генограма є структурованою діаграмою системи внутрішньосімейних стосунків в трьох-чотирьох поколіннях

Вона запропонована М. Боуеном в 1978 р в рамках підходу сімейної терапії, що вивчає декілька поколінь родини.

Мета методу:

1) зразки поведінки та внутрішньосімейні взаємини передаються з покоління в покоління;

2) події, подібні смертям, хворобам, великим професійним успіхам, переїздам на нове місце проживання, впливають на сучасні поведінкові зразки, а також на сімейні діади і трикутники.

Генограма дозволяє психотерапевтові і сім'ї отримати цілісну картину, розглядаючи всі феномени і події сімейного життя в якійсь інтегральній, вертикально спрямованій перспективі.

Іноді вона висвітлює те, що було таємницею для деяких членів сім'ї, витягуючи «скелет з шафи».

Цей підхід має багато спільного з традиційними підходами до збору даних з історії родини, але його головною відмінною рисою є структурованість і складання карти даних сім'ї

Для ілюстрації специфіки сімейних взаємин генограма використовує символи, які, поряд з іншими даними, застосовуються для зображення взаємин членів сім'ї та їх позицій в сімейній системі.

Збирається інформація про:

- імена, вік кожного члена сім'ї;
- дату одруження;
- дати смертей, розлучень, народжень;;
- частота і якість контактів,
- емоційні розриви, фактори, що призводять до конфліктів і тривожності;
- рівень відкритості-закритості сімейних субсистем і сім'ї в цілому;
- сімейні сценарії, цінності, правила;
- чоловічі та жіночі стандарти поведінки та ін.

Робота може бути проведена в будь-який час після початку регулярних зустрічей з сім'єю і являє собою збір інформації про сім'ю для кращого розуміння проблеми і пошуку шляхів її вирішення.

Вона, як правило, виконується в присутності всіх членів сім'ї, здатних слухати і сприймати інформацію, в тому числі і дітей. Передбачається, що членам сім'ї дана інформація цікава і їм цікаво дізнатися подробиці про своїх близьких родичів.

### ***Теми для рефератів***

1. Сімейна психотерапія В. Сатір.
2. Позитивна сімейна психотерапія Н. Позешкіан.
3. Сімейне консультування Ю. Альошиної.
4. Психотерапія в період розлучення К. Тепервайт.
5. Шлюб та сім'я очима К. Вітакера.
6. Теорії, що пояснюють самотність в сім'ї.
7. Сімейна консультація

### ***Література:***

#### **Основна:**

1. Психологія сім'ї : навч. посіб. : Рекомендовано МОН України / В.М. Поліщук, Н.М. Ільїна, С.А. Поліщук та ін.. - Суми : Університетська

книга, 2010. 239 с.

2. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с. з іл.

3. Психологія сімейних взаємин: навч. посіб. / М.С.Корольчук, П.П. Криворучко, В.І. Осьодло та ін. за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : Ніка-Центр, 2011. 296 с.

4. Седих К.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. – 2-ге вид., стереотип. К. : ВЦ Академія, 2017. 192 с.

#### **Допоміжна:**

1. Мушкевич М. І. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна ; за ред. М. І. Мушкевич. Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.

2. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям : колективна монографія / М. І. Мушкевич, Р. П. Федоренко, А. П. Мельник [та ін.] ; за заг. ред. М. І. Мушкевич– Луцьк : Вежа-Друк, 2016. 260 с.

3. Трубавіна І. М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю. Навчальний посібник. Київ : ДЦССМ, 2010. 132 с.

4. Трубавіна І. М. Консультування сім'ї. Науково-методичні матеріали. Частина І. Київ : ДЦССМ, 2013. 88 с.

5. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.

6. Ялом І. Ліки від кохання та інші оповіді психотерапевта. Харків : Книжковий клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2017. 416 с.

#### **Інформаційні ресурси в Інтернеті:**

1 Помиткіна Л.В., Злагодух В.В., Хімченко Н.С., Погорільська Н.І. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с. URL:[http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina\\_Liubov/Psykholohiia\\_simji.pdf](http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina_Liubov/Psykholohiia_simji.pdf).

2. Конфліктологія: навчальний посібник. URL: [https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni\\_konfliktiKap](https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni_konfliktiKap)

3. Столярчук О.А., Щербатих О.В. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: 2015. 136 с URL: [http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O\\_Stoliarchuk\\_PSS\\_IL.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_IL.pdf).

4. Світлана Ройз: сімейний психолог, психотерапевт URL: <https://osvitoria.media/tag/svitlana-rojz/>

### **10. Рекомендована література (основна, допоміжна), інформаційні ресурси в інтернеті**

#### **Основна:**

1. Психологія сім'ї : навч. посіб. : Рекомендовано МОН України / В.М. Поліщук, Н.М. Ільїна, С.А. Поліщук та ін.. - Суми : Університетська книга, 2010. 239 с.

2. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-



наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с. з іл.

3. Психологія сімейних взаємин: навч. посіб. / М.С.Корольчук, П.П. Криворучко, В.І. Осьодло та ін. за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : Ніка-Центр, 2011. 296 с.

4. Седих К.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. – 2-ге вид., стереотип. К. : ВЦ Академія, 2017. 192 с.

#### **Допоміжна:**

1. Бевз Г.М. Дитина в прийомній сім'ї: нотатки психолога. - К. : Укр. ін-т соц. дослідж., 2010. 102 с.

2. Джилліген Д. Запобігання насильству. К. : Сфера, 2014. 167 с.

3. Доценко В.В. Особливості міжособистісної взаємодії у сім'ях працівників ОВС. *Вісник Національного університету оборони України*. Зб. наук. праць. Київ : НУОУ, 2014. Вип. 2 (39). С.199-204

4. Мушкевич М. І. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна ; за ред. М. І. Мушкевич. Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.

5. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодшої сім'ї: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.

6. Психологія молодшої сім'ї і сімейна криза: Моногр. Луцьк: РВВ "Вежа" Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2017.168 с.

7. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.

8. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям : колективна монографія / М. І. Мушкевич, Р. П. Федоренко, А. П. Мельник [та ін.] ; за заг. ред. М. І. Мушкевич– Луцьк : Вежа-Друк, 2016. 260 с.

9. Трубавіна І. М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю. Навчальний посібник. Київ : ДЦССМ, 2010. 132 с.

10. Трубавіна І. М. Консультування сім'ї. Науково-методичні матеріали. Частина І. Київ : ДЦССМ, 2013. 88 с.

11. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.

12. Фурман А.В. Основи гендерної рівності : навч. посіб. Тернопіль : Екон. думка, 2010. 168 с.

13. Харченко С.В., Доценко В.В. Особливості зміни ролевих очікувань та домагань у шлюбі молодих жінок за останнє десятиріччя. *Право і безпека*. Науковий журнал. Харків : ХНУВС, 2017. Вип. №2. С. 171-175.

14. Ялом І. Ліки від кохання та інші оповіді психотерапевта. Харків : Книжковий клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2017. 416 с.

#### **Інформаційні ресурси в Інтернеті:**

1 Помиткіна Л.В., Злагодох В.В., Хімченко Н.С., Погорільська Н.І. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с.  
URL:[http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina\\_Liubov/Psykholohiia\\_simji.pdf](http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina_Liubov/Psykholohiia_simji.pdf).

2. Конфліктологія: навчальний посібник. URL:  
[https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni\\_konfliktiKap](https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni_konfliktiKap)
3. Столярчук О.А., Щербатих О.В. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: 2015. 136 с URL:  
[http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O\\_Stoliarchuk\\_PSS\\_IL.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_IL.pdf).
4. Світлана Ройз: сімейний психолог, психотерапевт URL:  
<https://osvitoria.media/tag/svitlana-rojz/>