

ПСИХОЛОГІЯ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ:

таблиці, схеми, коментарі



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»**

**ПСИХОЛОГІЯ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ:
таблиці, схеми, коментарі**

(навчально-наочний підручник)

За загальною редакцією О. М. Цільмак



Одеса- 2020

УДК 159: 316.356.2 (075.8)

П86

Схвалено та рекомендовано до друку методичною радою Національного університету «Одеська юридична академія» (протокол № 8 від 07 липня 2020 р.).

Укладачі:

О. М. Цільмак (передмова, глави № 1-11, 13, післямова),

В.О. Лефтеров (глава 12)

Рецензенти:

Потапчук Є.М. – доктор психологічних наук, професор, Заслужений працівник освіти (Хмельницький національний університет)

Максименко Ю. Б. – доктор психологічних наук, професор (Південноукраїнський національний університет ім. К. Д. Ушинського)

Мілорадова Н. Е. – доктор психологічних наук, доцент (Харківський національний університет внутрішніх справ);

П86

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.

ISBN 978-617-7910-50-2

У навчально-наочному підручнику «Психологія сім'ї та шлюбу: схеми, таблиці, коментарі» представлені основні теми одноіменної навчальної дисципліни. Подані теми розкривають життєвий цикл сім'ї через динамічні, змістовні та трансформаційні процеси. Його оформлення сприяє системному розумінню навчального матеріалу, кращому візуальному сприйманню та запам'ятовуванню. Він адресований здобувачам вищої освіти, психологам, викладачам та усім тим, хто цікавиться психологією сім'ї та шлюбу.

УДК 159: 316.356.2 (075.8)

ISBN 978-617-7910-50-2

© Цільмак О. М., Лефтеров В.О., 2020

© Видавництво Ліра-К, 2020

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	7
РОЗДІЛ I. ЗАГАЛЬНОТЕОРЕТИЧНІ ПОЛОЖЕННЯ «ПСИХОЛОГІЇ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ» Глава 1. Концептуальні положення психології сім'ї та шлюбу	10
1. Історія розвитку шлюбних стосунків	10
2. Національні особливості сімейних стосунків	11
3. Основні напрями вивчення психології сімейних взаємин	13
4. Психологія сім'ї та шлюбу як галузь знань	21
5. Місце психології сім'ї та шлюбу в системі наук	23
Завдання для самостійної роботи	24
Список використаної літератури	25
Глава 2. Характеристика сучасної сім'ї	27
1. Поняття шлюбу та сім'ї	27
2. Типологія сімей.....	30
3. Функції сім'ї	35
4. Форми сімейних стосунків	38
5. Альтернативні форми шлюбно-сімейних відносин	39
Завдання для самостійної роботи	41
Список використаної літератури	42
Глава 3. Структура сім'ї та її основні характеристики	43
1. Сімейна система та структура сім'ї	43
2. Характеристика структурних елементів сім'ї	47
2.1. Чисельний і персональний склад сім'ї	47
2.2. Сімейні підсистеми	47
2.3. Стабілізатори сімейної системи	48
2.4. Сімейна історія	49
2.5. Міфи і легенди	51
2.6. Сімейні ролі	53
2.7. Сімейні правила	54
2.8. Межі сім'ї	55
2.9. Стереотипи взаємодії	56
Завдання для самостійної роботи	57
Список використаної літератури	58
РОЗДІЛ II. ХАРАКТЕРИСТИКА ЖИТТЄВОГО ЦИКЛУ СІМ'Ї	
Глава 4. Життєвий цикл сім'ї	60
1. Поняття про життєвий цикл сім'ї	60

2. Основні класифікації життєвого циклу сім'ї	61
Завдання для самостійної роботи	67
Список використаної літератури	69
Глава 5. Передшлюбний період	70
1. Загальна характеристика передшлюбного періоду	70
2. Теорії вибору шлюбного партнера	73
3. Пріоритети у виборі шлюбного партнера	75
4. Моделі вибору супутника життя	76
5. Мотивація вступу у шлюб	78
Завдання для самостійної роботи	84
Список використаної літератури	85
Глава 6. Любов як основа подружніх стосунків	87
1. Виникнення і розвиток уявлень про любов.....	87
2. Феноменологія любові	88
3. Типи любові.	91
4. Етапи любові	101
5. Фізіологічні основи любові	105
Завдання для самостійної роботи	112
Список використаної літератури	113
Глава 7. Молода сім'я	114
1. Сімейна комунікація: мета та завдання	114
2. Адаптація подружжя до сімейного життя	117
3. Подружня сумісність та її різновиди	122
4. Психологічний клімат у сім'ї	134
Завдання для самостійної роботи	136
Список використаної літератури	167
Глава 8. Типологія стосунків у шлюбі	138
1. Різновиди рольової поведінки подружжя	138
2. Основні види шлюбних сценаріїв	142
3. Класифікація способів поведінки зі шлюбним партнером з точки зору психоаналітичного підходу	144
4. Характеристика сімейних відносин з точки зору психодинамічного напрямку	145
Завдання для самостійної роботи	147
Список використаної літератури	148
Глава 9. Батьківство. Дитячо-батьківські відносини	149
1. Формування батьківської позиції в період очікування дитини	149

2. Дитячо-батьківські відносини в період новонародження та немовляти	151
3. Дитячо-батьківські відносини в період раннього дитинства	153
4. Дитячо-батьківські відносини в період дошкільного віку	155
5. Дитячо-батьківські відносини в молодшому шкільному віці	156
6. Взаємини батьків з підлітками	158
7. Взаємини батьків з молодими дорослими дітьми	159
8. Дорослі діти і їх літні батьки	161
Завдання для самостійної роботи	162
Список використаної літератури	163
5 Глава 10. Вплив батьківського ставлення на розвиток дитини	165
1. Поняття і типи батьківського ставлення	165
2. Поняття і типи сімейного виховання	170
3. Поняття, структура і основні ознаки батьківської позиції	172
4. Фактори порушення емоційно-особистісного розвитку дитини	174
5. Психологічна підтримка дитини	178
Завдання для самостійної роботи	180
Список використаної літератури	181
Глава 11. Кризові періоди шлюбно-сімейних стосунків	184
1. Характеристика сімейних криз	184
2. Різновиди сімейних криз	185
3. Подолання кризової ситуації.	189
Завдання для самостійної роботи	190
Список використаної літератури	191
Глава 12. Сімейні конфлікти	192
1. Сімейні конфлікти та їх характеристика	192
2. Мотивація сімейних конфліктів та їх причини	193
3. Стадії сімейних конфліктів	195
4. Види сімейних конфліктів	197
5. Особливості конфліктів між батьками і дітьми	200
6. Моделі поведінки подружжя в сімейних конфліктах	202
7. Техніки вирішення конфлікту	203
8. Основні правила поведінки під час сімейних конфліктів	206
Завдання для самостійної роботи	207
Список використаної літератури	208

Глава 13. Завершення шлюбно-сімейних відносин. Розлучення.	210
1. Чинники та мотиви розлучень	210
2. Теоретична модель розлучення Дж. Левінгера	215
3. Стадії, етапи та фази розлучення	217
4. Характеристика періоду після розлучення	220
5. Види повторних шлюбів.	222
6. Особливості переживань дитини в ситуації розлучення батьків.....	224
Завдання для самостійної роботи	225
Список використаної літератури	227
РОЗДІЛ III. ДІАГНОСТИЧНІ ТЕХНІКИ ВИЗНАЧЕННЯ ПРОБЛЕМНОГО ПОЛЯ СІМ'Ї	
Глава 14. Діагностичні техніки визначення проблемного поля сім'ї	229
1. Особливості діагностики сімейних відносин	229
2. Процедура застосування методу М. Боуена «Генограма»	230
3. Процедура застосування проєктивного тесту В. Сатир «Скульптура сім'ї»	238
4. Процедура застосування методу «Сімейний простір»	240
5. Процедура застосування методу проєктивного тесту «Малюнок сім'ї»	241
6. Процедура застосування методу О.М. Цільмак «Побудуй дім»	244
7. Процедура застосування методу О.М. Цільмак «Зернятко»	248
Завдання для самостійної роботи	252
Список використаної літератури	253
ПІСЛЯМОВА	255
ПОКАЖЧИКИ	256
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ТА РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	257

ПЕРЕДМОВА

Основним та первинним осередком суспільства та головним його інститутом є сім'я. Відносини у сім'ї між чоловіком та жінкою регулює шлюб, який є закріпленою законом формою та в людському суспільстві вважається єдиноприйнятним, соціальносхваленим.

Г. Спенсер вважав, що соціальні інститути (інституції) є каркасом суспільства і виникають внаслідок процесу диференціації суспільства. Це механізм самоорганізації суспільного життя людей. Тому, розуміння психологічної сутності змістовної та динамічної складової сімейних та шлюбних трансформацій надає можливості подружжю у процесі життєдіяльності не допускати фатальних помилок, а психологам розуміти сутність цих процесів.

Навчально-наочний посібник присвячений теоретико-прикладним аспектам вивчення психологічної природи, специфіки та базових категорій психології сім'ї та шлюбу. Він змістовно об'єднаний у три розділи. Перший розділ «Загальнотеоретичні положення психології сім'ї та шлюбу» охоплює три глави. Перша глава «Концептуальні положення психології сім'ї та шлюбу» розкриває такі питання як: історія розвитку шлюбних стосунків, національні особливості сімейних стосунків, основні напрями вивчення психології сімейних взаємин, психологія сім'ї та шлюбу як галузь знань, місце психології сім'ї та шлюбу в системі наук. Глава «Характеристика сучасної сім'ї» розкриває зміст поняття шлюбу та сім'ї, типологію сімей, функції сім'ї, форми сімейних стосунків, альтернативні форми шлюбно-сімейних відносин. У третій главі «Структура сім'ї та її основні характеристики» розкриваються такі питання як: сімейна система та структура сім'ї, характеристика структурних елементів сім'ї, чисельний і персональний склад сім'ї, сімейні підсистеми, стабілізатори сімейної системи, сімейна історія, міфи і легенди, сімейні ролі, сімейні правила, межі сім'ї, стереотипи взаємодії.

У другому розділі «Характеристика життєвого циклу сім'ї» розкриваються питання життєдіяльності сім'ї. Глава «Життєвий цикл сім'ї» ознайомлює читача зі змістом поняття «життєвий цикл сім'ї» та з основними класифікаціями життєвого циклу сім'ї. Глава «Передшлюбний період» охоплює такі питання як: загальна характеристика передшлюбного періоду, теорії вибору шлюбного партнера, пріоритети у виборі шлюбного партнера, моделі вибору супутника життя та мотивація вступу у шлюб. Глава «Любов як основа подружніх стосунків» присвячена розкриттю сутності такого феномену як «любов». У цій главі розглядаються питання виникнення і розвитку уявлень про любов, феноменології любові, типології любові, етапи любові та фізіологічні основи любові. Глава «Молода сім'я» розкриває: мету та завдання сімейної комунікації, сутність процесу адаптації подружжя до сімейного життя, особливості подружньої сумісності та її різновиди, особливості та характеристики психологічного клімату у сім'ї. Глава «Типологія стосунків у шлюбі» присвячена аналізу: різновидів рольової поведінки подружжя, основних видів шлюбних сценаріїв, психоаналітичної класифікації способів поведінки зі шлюбним партнером, а також сімейних відносин з точки зору психодинамічного напрямку.

Глава «Батьківство. Дитячо-батьківські відносини» розкриває питання щодо: формування батьківської позиції в період очікування дитини, дитячо-батьківські відносини в період новонародження та немовляти, дитячо-батьківські відносини в період раннього дитинства, дитячо-батьківські відносини в період дошкільного віку, дитячо-батьківські відносини в молодшому шкільному віці, взаємин батьків з

підлітками, взаємин батьків з молодими дорослими дітьми, взаємин дорослих дітей та їх літніх батьків.

Глава «Вплив батьківського ставлення на розвиток дитини» та присвячена розкриттю змісту понять «батьківське ставлення», «сімейне виховання», «батьківська позиція» та типів батьківського ставлення та сімейного виховання, структури та основних ознак батьківської позиції. У ній описуються фактори порушення емоційно-особистісного розвитку дитини та особливості психологічної підтримки дитини. У главі «Кризові періоди шлюбно-сімейних стосунків» розкривається характеристика сімейних криз, їх різновиди та особливості подолання кризової ситуації. Глава «Сімейні конфлікти» надає читачу уявлення про сімейні конфлікти та їх характеристику, мотивацію сімейних конфліктів та їх причини, стадії сімейних конфліктів, види сімейних конфліктів, особливості конфліктів між батьками і дітьми, моделі поведінки подружжя в сімейних конфліктах, техніки вирішення конфлікту та про основні правила поведінки під час сімейних конфліктів.

Глава «Завершення шлюбно-сімейних відносин. Розлучення» розкриває перед читачем чинники та мотиви розлучень, сутність теоретичної моделі розлучення Дж. Левінгера, етапи та фази розлучення, характеристику періоду після розлучення, види повторних шлюбів та особливості переживань дитини в ситуації розлучення батьків.

Третій розділ пропонує читачеві діагностичні техніки визначення проблемного поля сім'ї. У ньому описано особливості діагностики сімейних відносин та процедура застосування таких методів як: М. Боуена «Генограма», проективного тесту В. Сатир «Скульптура сім'ї», «Сімейний простір», проективного тесту «Малюнок сім'ї», О.М. Цільмак «Побудуй дім» та «Зернятко».

Стиль навчально-наочного посібника надає можливість структурно-логічно засвоїти матеріал, через аналіз різних наукових думок, теорій та концепцій. Представлений у підручнику матеріал надає можливість цілісно розглянути інститут сім'ї та шлюбу через їх змістовні та динамічні трансформації життєдіяльнісного циклу.

Підручник адресований здобувачам вищої освіти, психологам, викладачам та усім тим, хто цікавиться психологією сім'ї та шлюбу.



**РОЗДІЛ І.
ЗАГАЛЬНОТЕОРЕТИЧНІ ПОЛОЖЕННЯ
"ПСИХОЛОГІЇ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ"**



ГЛАВА 1.

КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЇ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ

План:

1. Історія розвитку шлюбних стосунків.
2. Національні особливості сімейних стосунків.
3. Основні напрями вивчення психології сімейних взаємин.
4. Психологія сім'ї та шлюбу як галузь знань.
5. Місце психології сім'ї та шлюбу в системі наук.

1. ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ

В історії людства змінилося чимало форм громадського регулювання відносин між статями. Одні з цих форм були характерні для окремих племен, інші мали більш широке поширення, але всі вони відповідали певному рівню соціально-економічного розвитку суспільства.

Для первісного людського стада була властива *невпорядкована форма статевих відносин*, оскільки ще не існувало обмежень, встановлених згодом звичаєм. Приборкання статевого інстинкту почалося зі встановлення первісною громадою статевих табу – заборон, які допомагали тримати інстинкт у певних рамках.

Важливим кроком в регулюванні статевих відносин між чоловіком і жінкою було виключення статевих стосунків між батьками і дітьми. Цю санкцію можна вважати історичною межею між дошлюбним станом суспільства, коли статеве життя людей визначалося лише їх природою, і шлюбом, як соціально-регульованим ставленням між статями. (Табу були всюди. Так, у племені ведда в Цейлоні не можна було одружуватись на старшій сестрі, тоді як на молодшій або на дочці – можна.)

На ранній стадії первіснообщинного ладу, з появою роду, виникає груповий шлюб – *екзогамія*, сутність якої полягала у абсолютній забороні всіх статевих зв'язків всередині роду, у вимозі вступати в статеві стосунки лише з членами інших родів.

Серед дослідників існують різні точки зору на походження екзогамії:

1) вона виникла в силу того, що від шлюбів між кровними родичами народжувалися неповноцінні діти;

2) життя вимагало розширити соціальні контакти, мати зв'язки з іншими людськими об'єднаннями.

Найбільш імовірною причиною виникнення екзогамії видається поєднання всіх цих обставин. Але такі шлюби ще не приводили до створення сім'ї. Діти належали всьому роду і виховувалися родовою комунією. До того ж первісні люди вважали, що чоловік не пов'язаний біологічно з дітьми своєї дружини. На їхнє переконання, вагітність відбувається лише з однієї причини: дух – родич жінки – вселяє в її тіло дух дитини. (Жителі Тробриандських островів замість того, щоб звинуватити дружину в зраді, яка вважалася серед жителів цих островів серйозним злочином, чоловіки щиро раділи, що боги-духи відвідали будинок у період їх відсутності).

До групового шлюбу відносять полігамію (багатошлюбність), яка включає полігінію (багатоженство) і поліандрію (багато чоловіків), коли жінка має кількох чоловіків, зазвичай братів.

Розвиток первісного суспільства призвів до того, що групові шлюби стали витіснятися парними шлюбами. Моногамія призвела до кінця матріархату. Чоловік захотів передавати у спадок своїм дітям свою власність. На цьому ступені чоловік живе з однією дружиною, проте порушення вірності залишається правом чоловіка, в той же час від жінок потрібна найсуворіша вірність, і за перелюбство їх піддають жорсткій карі. Шлюбні узи, однак, легко могли бути розірвані кожною зі сторін, а діти, як і раніше, належать тільки матері. Господарським осередком ще довго залишався рід.

Парний шлюб виник з потреби зробити відносини між статевими партнерами більш стабільними. Надалі чоловік поступово стає годувальником дітей, батьком, виникає економічний осередок, таким чином змінюється характер шлюбу: його метою, поряд з регулюванням статевих відносин, стає також створення сім'ї, утримання та виховання дітей.

2. НАЦІОНАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН

СТАРОДАВНЯ ГРЕЦІЯ

Сім'я в первісній Греції була:

- дуже численною, оскільки дорослі сини, одружившись, не відділялись від батька, а продовжували жити всі разом під одним дахом;
- батько користувався величезною владою, а після його кончини – старший брат;
- батько в Афінах мав право продавати в рабство своїх дочок, а брат, якщо він був головою сім'ї, – своїх сестер;
- сім'я володіла майном, але майно це, особливо нерухоме, не було чиеюсь особистою власністю, воно належало всій сукупності родичів.

В пізнішу епоху:

- кожна подружня пара з її дітьми відділялася, щоб жити своїм власним життям;
- влада батька над дітьми поступово зменшувалася та абсолютно припинялася з досягненням сином повноліття (18 років);
- батько міг позбавити поганого сина спадщини;
- діти зобов'язані були нести по відношенню до батьків борг поваги і покори;
- якщо батьки впадали в бідність, син зобов'язаний був утримувати їх, у разі нехтування своїми обов'язками він міг бути підданий суду.

В шлюбі особистість жінки не грала будь-якої ролі. З її почуттями не рахувалися, її обирали в дружини не заради її самої, а як необхідне знаряддя для збереження сім'ї і держави. Дівчат греки зазвичай тримали під замком. Заміжня жінка була більш вільною. У багатьох сім'ях вона здебільшого перебувала вдома, але у малозабезпечених сім'ях їй доводилося постійно залишати його у потребах господарства. У стінах свого будинку жінки розпоряджались цілком самовладно. Вони наглядали за рабами і керували роботою своїх служниць. Крім того, вони повинні були піклуватися про всі дрібниці управління господарством та витратами, пов'язаними з ним. Але суспільне життя їх майже зовсім не торкалося.

СПАРТА

Жінки користувалися набагато більшою свободою і повагою, вони з дитинства звикали відчувати себе громадянками і приймати громадські інтереси ближче до серця. Особиста прихильність при виборі дружини мала велике значення.

СТАРОДАВНЯ РУСЬ

У стародавній Русі:

- 1) шлюб нерозривно пов'язаний з церквою, християнством;
 - 2) церква визначає шлюб як таїнство, за допомогою якого дві істоти зливаються в «єдину плоть», в союз, на зразок союзу Христа з Церквою;
 - 3) держава майже не втручалася у внутрішній розпорядок життя родини, надаючи їй повну самостійність, однак, оберігала її міцність;
 - 4) держава і церква всіляко заважали розриву родини;
 - 5) дружина була віддана в опіку чоловіку, діти – в розпорядження батьків.
- Наприклад, згідно Укладенню 1649 року в Русі вбивство сина або дочки каралося лише 1 роком тюремного ув'язнення. У той же час діти не мали права скаржитися на батьків ні за яких обставин, громадська думка не визнавала відповідальності батьків перед дітьми, але жорстоко карали дітей, які не шанували батьків (батьківський проклин).

12 століття. «Повчання Володимира Мономаха» «Жінок своїх любіть, але влади їм над собою не давайте».

16 століття. «Домострой». «Нехай боїться дружина чоловіка свого». Дружину можна було побити ременем, але потім обов'язково пожаліти. Але тут же йдеться і про обов'язки чоловіка – утримувати сім'ю, годувати дружину і дітей, захищати їх.

Патріархальна сім'я на Русі зазвичай складалася з кількох поколінь. На чолі стояв старший чоловік, після смерті батька – старший син. Всі слухалися беззаперечно. Одружитися можна тільки з волі батьків. У сім'ї основним був чоловік, жінці відводилась роль підлеглої.

УКРАЇНА

Витоки української сім'ї простежуються на нашій території ще з часів раннього палеоліту (приблизно 200 тис. років до н.е.). Землеробське життя давніх українців впливало на сімейний уклад: осідлість, стабільний дохід від роботи на землі, чим, в основному, займалася жінка. Й це робило матір основною особою в сім'ї і надовго закріпило елементи матріархату. З давніх-давен українські жінки відрізнялися почуттям власної гідності і завжди були берегинями сімейної моралі.

Відносини в українській родині будувалися на визнанні рівноправності подружжя, тобто:

- 1) взаємини у родині характеризувалися певним демократизмом;
- 2) дівчина сама сваталася до хлопця: приносила в будинок хліб, ставила на стіл і мовчки чекала відповіді від батьків свого обранця;
- 3) рівність прав на майно, що не характерно для інших народів, де повним власником є тільки чоловік. Непоодинокими були випадки, коли жінка ставала навіть номінальною головою. Вважають, нарешті, що емансипованість української жінки пов'язана з частою вимушеною відсутністю чоловіка вдома (визвольні війни, козацтво, чумаки та ін.) ;

4) жінка нерідко брала на себе відповідальність голови сім'ї і виконувала чоловічу роботу.

Тривале парубоцтво не схвалювали, а до тих, хто взагалі не одружився, ставилися зневажливо.

Шлюб практично повсюдно висвітлювався церквою, кульмінацією чого була взаємна клятва вірності молодих.

Винятковими були шлюби, коли чоловік і жінка «жили на віру», тобто не приносячи такої клятви в церкві. У всіх цих випадках сімейна мораль переходила в ранг суспільної.

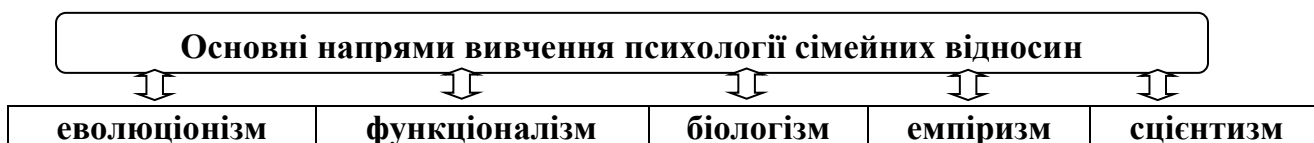
Українцям здавна був властивий культ домашнього вогнища, культ Роду. Вони мали в своєму пантеоні навіть божества, які займалися сім'єю – Рід і Рожаницю.

Завдяки певному здоровому «консерватизму» в побуті українська сім'я з повагою ставилася до народних звичаїв та обрядів, дотримувалася законів гостинності.

Історії людства відомі наступні типи шлюбних відносин:

полігамія	– шлюбний союз більш як двох партнерів. Полігамія може бути реалізована у варіантах полігінії, коли один чоловік має двох і більше дружин, та поліандрії – одна жінка перебуває у шлюбі більше, ніж з одним чоловіком одночасно;
груповий	– притаманний первісному суспільству і санкціонує одночасне сімейне співжиття кількох чоловіків та жінок, які не створюють відокремлених подружніх пар;
моногамія	– шлюб між одним чоловіком та однією жінкою;
гостьовий	– подружжя має дві квартири та живе окремо, відвідуючи один одного 2-3 рази на тиждень;
повторний	– вступ у шлюб з іншим партнером після розірвання попереднього шлюбу;
цивільний	– оформлений в органах державної влади без участі церкви
ранній	– укладається між особами, які не досягли 17-18 років;
конкубінат	– зв'язок одруженого чоловіка із незаміжною жінкою, яка має від нього дітей;
свінгерство	– шлюбне утворення, що передбачає обмін дружинами та чоловіками та ін.

3. ОСНОВНІ НАПРЯМИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЇ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН



ЕВОЛЮЦІЙНИЙ ПІДХІД

Основні положення еволюціоністського підходу (П.А. Сорокін):

- 1) майже у всіх досліджених народів відлік спорідненості по матері передував відліку спорідненості по батькові;
- 2) на первинній ланці статевих стосунків разом із тимчасовими моногамічними зносинами домінує широка свобода шлюбних відносин;
- 3) еволюція шлюбу полягала в поступовому обмеженні цієї свободи статевого життя та в переході від групового шлюбу до індивідуального.

Представники еволюційного підходу

Льюїс Генрі Морган (1818 - 1881)



Зробив великий внесок в теорію соціальної еволюції, науки про спорідненість сім'ї. Творець наукової теорії первісного суспільства, один із засновників еволюціонізму в соціальних науках.

Праці: «Ліга ірокезів» (1851), «Системи спорідненості і властивості людської сім'ї» (1870), «Стародавнє суспільство або дослідження ліній людського прогресу від дикості через варварство до цивілізації» (1877, рос. Пер. – Л., 1933) та ін.

На його думку, основною причиною мінливості сімейних відносин, пов'язаної з переходом від материнського роду до батьківського, та виникнення моногамної сім'ї є розпад колективної власності, набуття господарської самостійності й поява приватної власності та успадкування.

Від моногамії (що часто є більш об'єктивним обов'язком, ніж суб'єктивною схильністю), основаної на приватній власності, оскільки в більшості випадків посередником виступає та чи інша умовність, невіддільною є проституція. Вона – неминучий корелят одношлюбності. Отже, еволюціонізм пробивав собі шлях у науці, проводячи боротьбу з ідеєю початковості визнання патріархальної сім'ї.

Йоган Якоб Баховен (1815 - 1887)



Видав у 1861 р. книгу «Материнське право. Дослідження гінекократії старого часу та його релігійної й правової природи», у якій описав розроблену концепцію гетеризму. Тобто, всі народи пройшли в напрямі до індивідуального шлюбу та сім'ї, ґрунтуючись на материнському праві й високому становищі жінок у суспільстві («гінекократія»).

Дж. Ф. Мак-Леннан (1827 - 1881)



Праця «Первісний шлюб» (1865 р.), у ній він увів такі терміни як «ендогамія» і «екзогамія». Він запропонував соціальну еволюційну теорію шлюбу, а також системи спорідненості згідно з природними законами. Також він відкинув патріархальне суспільство на ранній стадії, стаючи на захист рідні по батьковій лінії як більш базову у еволюції. Хоча ця теорія сьогодні є відкинутою, проте має значний вплив на сферу антропології.

Головна ідея дослідників полягає в тому, що в ході історії форми шлюбу і сім'ї змінювалися від матріархату до патріархату. Ці дослідження продовжили Д. Леббок, Г. Спенсер, У. Вільке, Ф. Гельвальд, Ш. Летурно, серед вітчизняних вчених можна назвати імена М.М. Ковалевського, І.М. Смирнова, Є.І. Якушкіна («Звичайне право») та ін. Дані дослідники, на думку М.М. Харузіна, сходяться в тому, що «ембріоном людського розвитку слід визнати сім'ю». Значний внесок в дослідження виникнення і розвитку сім'ї внесла робота Ф. Енгельса «Походження сім'ї, приватної власності і держави». Сім'я в розумінні Ф. Енгельса є господарською одиницею, яка об'єднує подружжя, місцем емоційного і сексуального задоволення індивідів.

СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ ПІДХІД

Сутність структурно-функціонального підходу:

сімейні взаємини похідні від способу життя сім'ї та сімейного укладу;
сімейні взаємини обумовлені соціокультурними функціями сім'ї;
сімейні взаємини у системі соціокультурних ролей, пов'язаних зі шлюбом, родоводом і батьківством.

Представники структурно-функціонального підходу

Еміль Дюркгайм (1858 - 1917)



Родоначальник структурно-функціонального напряму вивчення сім'ї. Він сконцентрував зусилля наукових пошуків на механізмах згуртованості родини, ролі кожного її члена в сімейному житті, на взаємозв'язку розлучень і самогубств. Він звернув увагу на те, що низка сімейних функцій змінюється й навіть утрачається під впливом урбанізації.

Ернст Вотсон Берджесс (1886 - 1966)



Основні ідеї Берджесса з соціології родини викладені у статті «Родина як єдність взаємодіючих особистостей» (1926), книзі «Пророкування вдалого або невдалого» (1939), написаній у співавторстві з Коттреллом), спільній з П. Уоліном книзі на цю ж тематику (1953 р.). У теоретичному ж плані, мабуть, найбільший інтерес представляє робота Берджесса (у співавторстві з Г. Локком) «Родина» (1945). Родина, стверджують автори, – «єдність взаємодіючих особистостей», те середовище, у якому окремий індивід стає особистістю.

Ця «єдність» відбиває як стан соціальної організації, так і ступінь дезорганізації суспільства в цілому, отже, є й джерелом його «реорганізації». Вихідним пунктом особистісної дезорганізації, прояви якої Берджесс досліджував, зокрема в соціологічній кримінології, він уважав родину – відносини дітей і батьків. «Соціальні зразки», набуті в процесі соціалізації в родині, і не реалізовані, які не знайшли застосування за її межами, – основна причина психологічного конфлікту (особистісної дезорганізації), що обумовлює девіантну поведінку.

Едвард Вестермарк (1862 - 1939)



На його думку, зміна історичних форм сім'ї, виникнення екзогамії виводиться з табу інцесту (заборони на кровозмішення), що розглядалося як засіб функціональної інтеграції сімейних взаємин.

Уільям Філдінг Ґгборн (1886 - 1959)

Отже, застосування структурно-функціонального підходу до сім'ї можна визначити таким чином:

1. Суспільство має функціональні вимоги, які повинні бути задоволені, якщо воно хоче вижити. Вони задовольняються за допомогою підсистем, які називаються соціальними інститутами. Сім'я – це соціальний інститут, який різними способами задовольняє функціональні вимоги суспільства.

2. У той же час сім'я сама по собі система з її власними функціями, вимогами, з якими стикаються члени сім'ї.

3. Сім'я складається з індивідів, чії потреби задовольняються системою родини.

Критика структурно-функціональної теорії (Ритцер Дж., 2002)

1. Не завжди можливо визначити, що є або не є функціонально необхідним для існування соціальної системи. Наприклад, розлучення традиційно розглядалося як дисфункція (яка має небажані наслідки), однак розлучення може бути функціональним, оскільки надає особам можливість завершити потенційно деструктивні взаємини.

2. Суперечливим є визначення чоловічих ролей як інструментальних (тобто орієнтування на мету і раціональні якості, які необхідні для того, щоби задовольнити основні потреби сім'ї), а жіночих – як експресивних (тобто збереження емоційного фону сімейного життя). Дана теорія надає великого значення стабільності та рівноваги. Коли рівновага – основна цінність, то позитивно сприймаються лише ті ролі, які її зміцнюють і підтримують, а її зміни сприймаються як загроза існуючої ілюзорної гармонії.

3. Ця теорія робить акцент на тому, що вона схвалює статус КВО. Оскільки вона робить акцент на існування систем, то прагне пояснити зміни цих систем як дисфункції. Так само, роблячи акцент на співпраці в суспільстві, вона визначає соціальний конфлікт в негативному світлі.

БІОЛОГІЧНИЙ (ЕТОЛОГІЧНИЙ) ПІДХІД

Сутність біологічного (етологічного) підходу:

1) історичний період застав людство з чотирма системами шлюбних стосунків: груповим шлюбом, полігнією (один чоловік та декілька жінок), поліандрією (одна жінка та декілька чоловіків) та моногамією (один чоловік й одна жінка); остання у двох формах – позитивна та така, що допускає розлучення;

2) у всіх вищеназваних формах природний характер шлюбно-сімейних відносин та вони мінливі;

3) різноманіття шлюбно-сімейних відносин – це дивний факт, тому що шлюбна система – це видова ознака й являє собою константу.

Незвичайність етологічного аспекту полягає у:

припущенні початкової моногамності предків людини;
ствердженні, що в подальшому на якомусь етапі еволюції предки людини повернулися до групового шлюбу.

Родоначальник біологічного (етологічного) підходу

Чарльз Дарвін (1809 - 1882)



Книга: «Походження людини та статевий відбір» (1871), у якій детально проаналізовані численні докази тваринного походження людини. «Походження видів» і наступні дві книги становлять єдину наукову трилогію, в яких наведено докази історичного розвитку органічного світу, встановлено рушійні сили еволюції, визначено шляхи еволюційних перетворень, нарешті, показано як і з яких позицій слід вивчати складні явища і процеси природи.

Етологія людини вивчає поведінку людини як результат взаємодії біологічних і соціокультурних факторів. Вона базується на теоретичних уявленнях і методах, розроблених в етології тварин, і водночас тісно пов'язана з гуманітарними дисциплінами.

ЕМПІРИЧНИЙ ПІДХІД

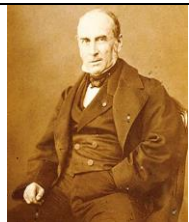
Емпірика – все те, що отримано шляхом експерименту, на практиці, що засноване на досвіді, спостереженні.

Сутність емпіричного підходу:

- 1) сім'я – це мала соціальна група, яка має свою історію виникнення, функціонування та розпаду;
- 2) сімейні стосунки будуються на емоційній близькості членів сім'ї, на їхніх потребах і потягах.

Родоначальник емпіричного підходу

П'єр Гійом Фредерік Ле Пле (1806 - 1882) – основоположник



Зазначав, що спонтанна стійкість сім'ї при зміні поколінь існує завдяки схильності до солідарності та згуртованості. У якості емпіричного методу дослідження.

Використовував аналіз бюджету сім'ї як кількісного вираження різноманітного внутрішньосімейного функціонування й мікросередовища сім'ї, організація якої залежить від структурних змін сімейних взаємин, пов'язаних із вихованням дітей.

Він підкреслював нестабільний характер сімейних відносин, які опинилися під пресингом індустріалізації та урбанізації, що проявляється в розрізненому існуванні батьків і дітей, у послабленні батьківського авторитету.

СЦІЄНТИСТСЬКИЙ ПІДХІД

Сутність сцієнтистського¹ підходу:

- 1) сімейні стосунки розглядаються у взаємозв'язку особистості та суспільства (Р. Хілл);
- 2) сімейні стосунки розглядаються як жива система, яка постійно змінюється і розвивається та яка здатна реагувати адаптаційними змінами впливу на неї (У. Джемс, У. Томас, Ж. Піаже, З. Фрейд).

Роберт Хілл (1775 - 1879)

Значний внесок в аналіз теоретичних схем і концепцій дослідження сім'ї зробив американський соціолог Р. Хілл.



Перші два підходи орієнтовані на вивчення сім'ї за роллю й функціями, які вони виконують у суспільстві, а також динамікою сімейних структур і їх соціальних наслідків.

Три наступних зводяться до теорії соціальної поведінки особистості та груп.

ПІДХІД СИМВОЛІЧНОГО ІНТЕРАКЦІОНІЗМУ

Сутність інтеракціонізму² (Ритцер Дж., 2002):

- 1) при дослідженнях сім'ї та шлюбу інтеракціоністи звертаються до внутрішніх процесів сім'ї, які зовні проявляються у поведінці та розглядаються як символи;
- 2) вони здійснюють акцент на ролях та статусі. Вони переконані, що люди виконують ролі, як актори на сцені. Але як різні актори гратимуть однакову роль порізно, так і дві людини – навіть якщо у них однакова роль і статус – не будуть поводитися однаково, це відбувається частково через особисті відмінності тих, з ким вони спілкуються, а частково через їх власні відмінності.

Основні принципи символічного інтеракціонізму:

1. Людські, на відміну від нижчих тварин, істоти, які наділені розумовою здатністю.
2. Розумова здатність формується соціальною взаємодією.
3. У соціальній інтеракції люди засвоюють значення і символи, що дозволяють їм здійснювати мисленнєві здібності, які саме властиві людині.
4. Значення і символи дозволяють людям діяти і взаємодіяти характерним для людини чином.
5. Люди здатні модифікувати і змінювати значення і символи, які застосовували в дії і взаємодії, на основі своєї інтерпретації ситуації.
6. Люди здатні здійснювати ці модифікації і зміни частково в силу здатності взаємодіяти з собою, що дозволяє їм досліджувати можливі напрямки дії, оцінювати їх порівняльні переваги і недоліки, а потім вибирати один із варіантів.
7. Взаємопов'язані епізоди дії і взаємодії складають групи і суспільства.

¹ **Сцієнтизм** (фр. *Scientisme*, від лат. *Scientia* «наука, знання») – загальна пейоративна назва ідейної позиції, що представляє наукове знання як найвищу культурну цінність і основоположним чинником взаємодії людини зі світом.

Пейоратив (від лат. *peior*, *-us*, *peius* – вищий ступінь порівняння від *malus*, *-a*, *-um*, *male*, тобто «гірший, гірше») – слова та словосполучення, що виражають негативну оцінку чогось або когось, несхвалення, осуд, іронію чи презирство.

² **Інтеракціонізм** (від англ. *interaction* – «взаємодія») – методологічний підхід, що поєднує кілька різних напрямків у суспільних науках.

Критика теорії символічного інтеракціонізму (Ритцер Дж., 2002), отже в ній:

- 1) ігноруються питання щодо таких людських взаємин, в яких використовується сила;
- 2) заперечуються емоційні аспекти взаємодії людини;
- 3) недостатньо береться до уваги вплив на людську взаємодію неусвідомлених процесів.

ТЕОРІЯ КОНФЛІКТУ

Дана теорія прямо протилежна підходу структурного функціоналізму, тому що розглядає конфлікт як центральну і неминучу частину людських взаємин. Замість акценту на елімінації конфлікту, вона робить акцент на його вирішенні.

Основні положення теорії конфлікту (за Тернером):

1. Хоча соціальні взаємини демонструють в повному обсязі систематичні характерні риси, самі взаємини рясніють суперечливими інтересами.
2. Цей факт надає нам можливість вважати, що соціальні системи систематично генерують конфлікт.
3. Конфлікт – неминуча характеристика соціальних систем.
4. Ці конфлікти проявляються в біполярних протилежних інтересах.
5. Конфлікт найчастіше відбувається з приводу розподілу недостатніх ресурсів, частіше всього влади.
6. Конфлікт – основне джерело змін соціальних систем.

Критика теорії конфлікту (Ритцер Дж., 2002):

- 1) бачення соціальної системи лише з точки зору боротьби за владу;
- 2) ця теорія працює на основі надто обмеженої перспективи.

РОЗВИВАЮЧИЙ ПІДХІД

(теорія життєвого циклу сім'ї або девелопменталістская теорія)

Дана теорія робить акцент на сім'ях, на тому, як вони проходять різні стадії «Сімейного життєвого циклу». Використовується перепис даних для опису демографічних змін циклу сім'ї протягом часу. Це комбінована теорія, оскільки в ній широко використані різні ідеї з різних теорій, а саме (Ритцер Дж., 2002):

1) від структурних функціоналістів ідея про те, що сім'я – це:

соціальна система, яка функціонує відповідно до її власних внутрішніх законів і на користь суспільства, частиною якого вона є;

2) від інтеракціоністів ідея про те, що сім'я – це:

«об'єднання взаємодіючих особистостей» і запозичує акцент на соціальній ролі в розумінні сімейного життя.

Девелопменталісти добавили до цих положень фактор часу, тобто поведінку сім'ї можна пояснити стадіями її розвитку в кожній точці її життєвого циклу.

Сім'я подібна людському організму своїми процесами народження, розвитку і смерті. Вони концентрують увагу на те, що сім'я має кар'єру або історію, тобто зміни ролей і рольових сукупностей відбуваються у часі – від формування до розпаду. Специфічні періоди сімейного життя, що характеризуються певним розвитком і завданнями, називаються стадіями розвитку.

Основні положення розвиваючого підходу

(Ритцер Дж., 2002):

1. Сім'ї розвиваються і змінюються послідовно і приблизно за однією схемою.

2. Люди взаємодіють не тільки, коли хочуть цього самі, але їм також доводиться реагувати на тиск середовища.

3. Сім'я та її члени повинні виконувати відповідні часу певні завдання.

4. Індивід – основна автономна одиниця.

Критика теорії життєвого циклу сім'ї (Ритцер Дж., 2002):

1) найчастіше береться до уваги тип сучасної нуклеарної повної сім'ї середнього класу, не врахували всі інші різноманітні форми сім'ї, тобто вони були втрачені;

2) діти маються на увазі в якості основної цінності, бездітні сім'ї розглядаються лише як виняток, а іноді і просто як неповноцінні.

ТЕОРІЯ СОЦІАЛЬНОГО ОБМІНУ

Це одна з новітніх теорій, яка застосовується при дослідженні шлюбу і сім'ї. Вона бере коріння в економічній теорії та біхевіоризмі, особливо в роботах Скіннера. Тібот і Келлі (1959) систематизували її як соціально-психологічну теорію. Однак її розвиток як соціологічної теорії приписується головним чином Джорджу Хомансу (1961) і Пітеру Блау (1964).

Базове положення цієї теорії може бути описано наступним чином

(Ритцер Дж., 2002):

індивіди в процесі інтеракцій намагаються максимізувати вигоди і мінімізувати збитки при досягненні найбільш вигідних результатів.

Формула:

результати = вигода – збитки.

Ліббі і Карлсон звернули увагу, що в соціальних взаєминах люди не завжди шукають негайної вигоди. Вони можуть очікувати винагород не короткострокових, а довгострокових. Д. Сканзоні та Л. Сказоні (1981) звернули увагу, що часто це все взагалі відбувається несвідомо.

Люди, які залучені в ці відносини обміну, можуть лише слабо усвідомлювати або взагалі не усвідомлювати, що має місце обмін.

Серед впливів, які були визначені як важливі чинники обміну в сім'ї і в шлюбі, виділяють наступні:

1. Нормативні орієнтації пари (очікування стосовно своєї ролі та партнера, очікування по відношенню до шлюбу, основні паттерни соціалізації партнерів, їх мотивація і цінності).

2. Когнітивні орієнтації пари (стосуються особистісних переконань, цінностей, відносин, досвід соціалізації).

3. Основні паттерни взаємодії (ставлення до обміну та до сталості шлюбу).

4. Сприйняття ними сталості інституту шлюбу взагалі і їх конкретного зокрема.

Основні ідеї цієї теорії використовуються для пояснення і прогнозування широкого

аспекту соціальної поведінки.

Недоліком цієї теорії часто наголошується те, що люди не настільки раціональні, як це бачиться теоретикам даного підходу.

4. ПСИХОЛОГІЯ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ ЯК ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ

Сім'я – це найменший соціальний осередок суспільства, який є завжди моделлю конкретного історичного періоду розвитку суспільства і відображає його моральні та духовні суперечності. Це проміжна ланка між особистістю і суспільством, тому вона постійно відчуває на собі (безпосередньо або опосередковано) ті зміни, що відбуваються у суспільстві і, відповідно, через своїх членів, впливає на його розвиток (Андреєва Т.В., 1998).

Психологія сім'ї та шлюбу – відносно молода галузь психологічного знання, що знаходиться у стадії свого становлення. Вона базується на найбагатшій практиці сімейної психотерапії, досвіді психологічної допомоги сім'ї і сімейного консультування, практиці психологічного консультування батьків з питань виховання і розвитку дітей і підлітків.

Психологія сім'ї та шлюбу – це:

1) галузь психологічної науки, яка вивчає закономірності виникнення, становлення й руйнування родини як специфічної малої соціальної групи, умови та механізми її функціонування (Федоренко Р. П., 2015);

2) розділ психології, що вивчає еволюцію і сутність шлюбно-сімейних відносин, особливості їх виникнення, становлення, стабілізації та розпаду, що описує характеристики сім'ї та шлюбу в історичному, соціально-психологічному й індивідуально-психологічному контекстах, що розглядає емоційну і функціональну специфіку відносин членів сім'ї один з одним (Л.Б. Шнейдер, 2005).

Предметом вивчення психології сім'ї та шлюбу є:

закономірності функціонування сім'ї, прояви і механізми шлюбно-сімейних відносин.

Об'єктом вивчення психології сім'ї та шлюбу є:

сім'я як система

члени родини

Психологія сім'ї та шлюбу як наукова категорія

розглядається в трьох значеннях, а саме як:

наукова категорія

навчальна дисципліна

сукупність психологічних особливостей певної родини

ПСИХОЛОГІЯ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ У КОНТЕКСТІ НАУКОВОЇ ГАЛУЗІ

Метою психології сім'ї та шлюбу (у контексті наукової галузі) є:

узагальнення та акумуляція знань про психологічні особливості шлюбно-сімейних взаємин.

Завданнями психології сім'ї та шлюбу

(у контексті наукової галузі) є:

- дослідження закономірностей виникнення, становлення й руйнування родини як специфічної малої соціальної групи;
- дослідження умов та механізмів функціонування родини;
- дослідження проблем виховання дітей в сім'ї;
- дослідження найбільш ефективних типів та видів виховання дітей;
- дослідження форм поведінки подружжя під час сімейних криз та особливостей їх переживання;
- систематизація наукових знань про психологію сімейних відносин на сучасному етапі;
- систематизація наукових знань щодо дитячо-батьківських стосунків;
- конкретизація знань про закономірності функціонування сім'ї, прояви і механізми шлюбно-сімейних відносин;
- конкретизація психологічних аспектів сімейних відносин, їх організація і динаміка;
- визначення найбільш ефективних стратегій та форм поведінки подружжя та ін.

Відмітною особливістю психології сім'ї та шлюбу став її нерозривний зв'язок з психологічною практикою. Прискорив розвиток і процес інституціоналізації цієї наукової галузі саме соціальний запит на:

- оптимізацію життєдіяльності сім'ї;
- підвищення ефективності шлюбу;
- підвищення ефективності дитячо-батьківських стосунків;
- вирішення проблем виховання дітей в сім'ї та ін.

ПСИХОЛОГІЯ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ ЯК НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА

Родина в навчальному курсі виступає в двох аспектах, а саме як:

образ конкретної, реальної сім'ї, що складається з різних людей з їх ілюзіями, надіями, особливостями характеру;

мала соціальна група, соціальний інститут і структурна одиниця сучасного суспільства.

Метою викладання психології сім'ї та шлюбу (як навчальної дисципліни) є:

формування психологічної компетентності у галузі психології сім'ї та шлюбу.

Завданнями викладання психології сім'ї та шлюбу є:

- сформулювати уявлення про еволюцію та психологію шлюбно-сімейних відносин;
- конкретизувати можливості практичного використання наукових знань про

психологію сімейних відносин;

- продемонструвати характерні риси життєвого циклу сім'ї;
- акцентувати увагу на ролі сім'ї у формуванні особистості;
- охарактеризувати типові родинні проблеми, шляхи їх профілактики та корекції;
- розвинути вміння самостійно знаходити відповіді на запитання, які виникають під час сімейного консультування;
- розвинути вміння розв'язувати конкретні життєві проблемні ситуації родини та ін.

ПСИХОЛОГІЯ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ У КОНТЕКСТІ СУКУПНОСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕВНОЇ РОДИНИ

Метою психології сім'ї та шлюбу (у контексті сукупності психологічних особливостей певної родини) є:

покращення сімейних взаємин через оптимізацію світогляду, цінностей, настанов членів родини.

Завданнями психології сім'ї та шлюбу

(у контексті сукупності психологічних особливостей певної родини) є:

- психологічне консультування з питань шлюбу (вибір шлюбного партнера, укладання шлюбу та ін.);
- діагностика, корекція, профілактика подружніх відносин;
- психологічна допомога сім'ям в кризових ситуаціях та при розлученнях;
- діагностика, профілактика і корекція дитячо-батьківських відносин;
- психологічне консультування з питань виховання та розвитку дітей і підлітків;
- психологічне консультування з проблем виховання дітей «групи ризику» та обдарованих;
- психологічна допомога у питаннях усиновлення та виховання прийомних дітей;
- психологічна профілактика відхилень і порушень розвитку дітей і підлітків, які виховуються «без сім'ї» (в умовах депривації спілкування з близьким дорослим);
- психологічне консультування та супровід вагітності і пологів;
- психологічний супровід періоду батьківства.

5. МІСЦЕ ПСИХОЛОГІЇ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ В СИСТЕМІ НАУК

Теоретико-методологічною основою психології сім'ї та шлюбу є філософія. Без філософії вона не могла би розробляти та конкретизувати власну методологію, здійснювати необхідні теоретичні узагальнення.

Психологія сім'ї та шлюбу тісно пов'язана з *логікою*. Логіка вивчає людське мислення, тобто його результативні аспекти, а загальна психологія вивчає процесуальний аспект мислення.

Взаємозв'язок психології сім'ї та шлюбу з науковими галузями

Медичними:	Психологічними:	Юридичними:	Іншими галузями:
сексологія	загальна психологія	сімейне право	народознавство
сексопатологія	соціальна психологія	адміністративне право	педагогіка
психіатрія	психологія конфлікту	адміністративний процес	етика
психотерапія	психологія особистості	цивільне право	естетика
медична психологія	вікова психологія	цивільний процес	віктимологія
анатомія	герентопсихологія	кримінологія	соціологія
фізіологія	психодіагностика	кримінальне право	соціологія сім'ї
неврологія	юридична психологія	кримінальний процес	культурологія

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

- 1 Згадайте, коли з'явилося поняття шлюбу?
- 2 Порівняйте уклад сім'ї в Стародавній Греції і Спарті. В чому схожість і відмінності?
- 3 Як ви думаєте, що більше впливало на сімейний уклад Стародавньої Русі – закони і правила або церква? Чому?
- 4 Розкажіть, хто вирішував питання про укладення шлюбу в українській родині.
- 5 Сутність повчання Володимира Мономаха.
- 6 Визначте і окресліть об'єкт, предмет та головні категорії дисципліни «Психологія сім'ї та шлюбу» як галузі психологічної науки.
- 7 Визначте місце «Психології сім'ї та шлюбу» в системі гуманітарних та спеціальних дисциплін.
- 8 Чому «Психологія сім'ї та шлюбу» виступає як міждисциплінарна галузь знань?
- 9 Яке значення дисципліни «Психологія сім'ї та шлюбу» в професійній діяльності практичного психолога?
- 10 Які головні передумови виникнення «Психологія сім'ї та шлюбу»?
- 11 Де і як можна знайти застосування знанням в галузі «Психологія сім'ї та шлюбу»?
- 12 Розкрийте сутність основних напрямів вивчення психології сімейних відносин.
- 13 Сутність біологічного напрямку вивчення психології сімейних відносин.
- 14 Сутність емпіричного напрямку вивчення психології сімейних відносин.
- 15 Зміст розвиваючого напрямку вивчення психології сімейних відносин.

Тестові завдання для перевірки знань:

1. До предмета «Психології сім'ї та шлюбу» можна віднести:

- а) психологію особистості;
- б) соціально-психологічні явища у сім'ї;
- в) подружню взаємодію;
- г) усі відповіді правильні;
- д) усі відповіді неправильні.

2. До основних напрямів соціально-психологічних досліджень сім'ї можна віднести:

- а) вивчення впливу умов праці на психологію сім'ї;
- б) вивчення функцій сім'ї;
- в) вивчення психологічних якостей подружжя, які необхідні сучасному суспільству;
- г) усі відповіді правильні;
- д) усі відповіді неправильні.

3. З якими дисциплінами пов'язана психологія сім'ї ?

- а) психологія особистості, педагогічна психологія, психологія конфлікту;
- б) порівняльна психологія, патопсихологія, соціологія.
- в) історія, філософія, клінічна психологія;
- г) біологія, фізіологія, гігієна, анатомія.

Тематика доповідей та рефератів:

1. Еволюція шлюбно-сімейних відносин.
2. Порівняльна характеристика укладу сім'ї в Стародавній Греції та Спарті.
3. Порівняльна характеристика укладу сім'ї в Стародавній Росії та в Стародавній Україні.
4. Характеристика сучасної української сім'ї.
5. Теоретичні підходи до дослідження психологічних проблем сімейних відносин.
6. Основні ідеї біологічного підходу до вивчення сімейних взаємин.
7. Основні ідеї сциєнтистського підходу до вивчення сімейних взаємин.
8. Концепція дослідження сім'ї Р. Хілла.
9. Концепція дослідження сім'ї Ф. Ле Пле.
10. Концепція дослідження сім'ї У. Огборна.
11. Концепція дослідження сім'ї Дж. Ф. Мак-Леннана.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом

1. Підготуйте схему прав та обов'язків жінки у ендогамній сім'ї.
2. Підготуйте схему прав та обов'язків жінки полігамній сім'ї.
3. Підготуйте схему прав та обов'язків чоловіка в стародавній українській сім'ї.
4. Підготуйте схему концепції сім'ї за Р. Хіллом.
5. Підготуйте схему концепції сім'ї за У. Огборном.
6. Підготуйте схему концепції сім'ї за Ж. Піаже.
7. Підготуйте схему концепції сім'ї за У. Томасом.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Вікіпедія. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki>
2. Лысова А.В. Психология семьи: учебник., Ч.2., Владивосток: Издательство Дальневосточного университета 2003., 121 с.
3. Марценюк М. О. Опорний конспект лекцій з курсу «Психологія сім'ї» для студентів напряму підготовки 6.030103 «Практична психологія». Мукачєво: Вид-во МДУ, 2016 р. 94 с

4. Психологія: підручник. URL: <https://pidruchniki.com/1584072037180psihologiya/psihologiya>
5. 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.
6. Ритцер Дж. Современные социологические теории. 5-е изд. СПб.: Питер, 2002. С. 285-286.
7. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. / О.А. Столярчук. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
8. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї [Текст] : навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. Луцьк : Вежа-Друк, 2015., 364 с.
12. Шнейдер Л.Б. Семейная психология: Учебное пособие для вузов. 2-е изд., М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2006., 768 с.
13. Scanzoni L.D., Scanzoni J. Men, women and change: A sociology of marriage a. family. N.Y. etc., 1981. [735) ... 18, N3. P. 321—334.



ГЛАВА 2. ХАРАКТЕРИСТИКА СУЧАСНОЇ СІМ'Ї

План:

1. Поняття шлюбу та сім'ї.
2. Типологія сімей.
3. Функції сім'ї.
4. Форми сімейних стосунків.
5. Альтернативні форми шлюбно-сімейних відносин.

1. ПОНЯТТЯ ШЛЮБУ ТА СІМ'Ї

Етимологія російського слова «**брак**» вказує на спорідненість із давньоруським «*бачити*», тобто «*відбирати*».

Слово «**шлюб**» бере початок від давньослов'янського «*сьлюб*» – урочиста обіцянка. «*Слюбитись*» — означає домовитись.

ШЛЮБ ЦЕ:

– історично зумовлена, санкціонована й регульована суспільством форма людських взаємин, яка визначає їхні взаємні права та обов'язки, а також їхні права та обов'язки щодо дітей;
– історично змінюється соціальна форма відносин між чоловіком і жінкою, за допомогою якої суспільство впорядковує і санкціонує їх статеве життя і встановлює їх подружні і батьківські права і обов'язки;
– добровільний, рівноправний союз між жінкою і чоловіком, спрямований на створення сім'ї;
– суспільно визнаний і санкціонований юридично чи звичаєвим правом союз, який має на меті створення сім'ї, її легалізацію в суспільстві;
– соціальна форма відносин між чоловіком і жінкою, яка історично змінюється;
– укладений та суспільно зареєстрований союз двох людей з метою створення та підтримання родинних взаємин;
– своєрідний контракт, який укладається між трьома сторонами – чоловіком, жінкою та державою.
Шлюб реєструється. Реєстрація проводиться урочисто та засвідчується свідоцтвом про шлюб. При оформленні шлюбу практикується укладення шлюбного контракту.

Шлюбні відносини між чоловіком та жінкою регулюються юридичними та культурними нормами. Так, у шлюбі між собою *не можуть перебувати особи, які є родичами прямої лінії споріднення*, а саме:

↕	↕	↕
рідні (повнорідні і неповнорідні) брат і сестра	двоюрідні брат і сестра, рідні тітка, дядько та племінник, племінниця	усиновлювач та усиновлена ним дитина

Шлюбні відносини є:	за формою	– дуальними
	за значенням	– універсальними
	за природою	– унікальними

Дуальність подружніх відносин обумовлена:
1) статевим диморфізмом (взаємини чоловіка та жінки);
2) подвійністю мети шлюбу – дружнє сумісне сімейне життя і продовження роду.

Універсальність шлюбу і сім'ї пов'язана з їх найкращою формою корисного соціального об'єднання.
--

Унікальність шлюбу і сім'ї криється в їх:
1) емоційному і родинному потенціалі;
2) своєрідному мистецтві бути разом.

Виокремлюють такі типи шлюбу, а саме:	
за вибором шлюбного партнера:	
ендогамний	– шлюб між представниками однієї соціальної групи;
екзогамний	– шлюб між представниками різних соціальних груп;
за мотивацією партнерів:	
коханням	
розрахунком	
шаблоном	– укладається тоді, коли спрацьовує міркування «Всі мої однолітки одружуються, як би й мені не спізнитися»;

за економічним критерієм:	
рівний	
нерівний	– різниця у віці, прибутках між партнерами;
килимний	– викуп за наречену (у народів Азії та Африки).

Сім'я є більш складною системою відносин, ніж шлюб, оскільки вона, як правило, об'єднує не тільки подружжя, але й їх дітей, а також інших родичів та близьких. Крім того, сім'я виступає як соціальна клітина суспільства, є дуже близькою до «оригіналу» моделі всього суспільства, в якому вона функціонує.

СІМ'Я – це:

– мала соціальна група, найважливіша форма організації особистого побуту, заснована на подружньому союзі та родинних зв'язках, тобто відносинах між чоловіком і дружиною, батьками та дітьми, братами і сестрами, іншими родичами, що живуть разом і формують спільне господарство на основі єдиного сімейного бюджету;
– особи, які спільно проживають, пов'язані спільним побутом, мають взаємні права та обов'язки;
– група людей, що складається з чоловіка, жінки, дітей та інших близьких родичів, які живуть разом.

Сім'я має межі:

зовнішні	– характеризують взаємини між сім'єю і соціальним оточенням;
внутрішні	– між підсистемами всередині сім'ї.

На взаємостосунки в родині впливають:

Зовнішні чинники	– сукупність матеріальних і духовних умов, існуючих в даному суспільстві (рівень економічного розвитку, політична стабільність, культурні надбання тощо)
Внутрішні чинники	– визначають успішність родинної взаємодії, що розкриваються через: а) індивідуальні психологічні шлюбні або родинні зв'язки між її членами; б) максимальний ступінь неофіційності родинних контактів; в) підвищену емоційну значущість сімейних подій; г) спільність побуту; д) максимальні індивідуальні відмінності членів сім'ї; є) особливі психологічні, етичні і правові відносини та ін.

Характеристики функціонування сім'ї поділяються на:

суб'єктивні	об'єктивні	інтегральні
--------------------	-------------------	--------------------

Суб'єктивні характеристики функціонування сім'ї:

- задоволеність шлюбом;
- сімейна самосвідомість;
- наявність «сімейних міфів» і їх зміст.

Об'єктивні характеристики функціонування сім'ї:

- особливості емоційних зв'язків у родині;
- мотивація шлюбу;
- верховенство і рольова структура сім'ї;
- особливості комунікації в сім'ї;
- здатність сім'ї до вирішення проблемних ситуацій.

Інтегральна характеристика функціонування сім'ї – це згуртованість сім'ї.

Виділяють такі параметри функціонування сім'ї:

- 1) **здатність сім'ї до вирішення інструментальних і афективних проблем, що забезпечує ефективне її функціонування;**
- 2) **комунікація** як відкритий і спрямований обмін діловою і особистісною інформацією між членами сім'ї;
- 3) **рольова структура**, яка визначає ролі як повторювані моделі поведінки, виконання яких членами сім'ї забезпечується задоволення загальних базових потреб, розподіл ролей і обов'язків, встановлення відповідних меж сімейної системи;

4) емоційна чуйність як індивідуальна здатність членів сім'ї до співпереживання і вираження відповідного діапазону почуттів різного змісту та інтенсивності;
5) афективна залученість , що визначає ступінь зацікавленості і ціннісної значущості членів сім'ї один для одного;
6) поведінковий контроль , який визначає правила і стандарти поведінки, що обов'язкові для всіх членів сім'ї.
Загальна оцінка ефективності функціонування сім'ї ґрунтується на успішності вирішення завдань в кожній з виділених сфер, але ні в якому разі не є їх простою лінійною комбінацією.

2. ТИПОЛОГІЇ СІМЕЙ

Більшість існуючих типологій сімей розроблені на основі виявлених особливостей спілкування і міжособистісних стосунків у сім'ї, які зумовлюють певну взаємодію членів родинної групи і властиві тільки їй способи впливу подружжя один на одного та на дітей. На цій основі сім'ї умовно поділяють на декілька полярних типів.

Типологія сімей:	
За наявністю батьків:	
1) повна сім'я	– є обидва члени сімейної пари;
2) неповна	– один із батьків виховує дітей.
За кількістю поколінь у родині:	
однопоколінна	
багатопоколінна	– розширена, велика, складна.
За тривалістю, віком сім'ї:	
1) молодіжна	– тільки створилась, оформилась;
2) молода	– сім'я, яка зустрілась із першими несподіваними перешкодами.
За кількістю дітей:	
1) бездітні	
2) одnodітні	
3) малодітні	– дві дитини;
4) багатодітні	– троє і більше дітей.
За кількістю і характером сімейних пар, які проживають разом і ведуть спільне господарство, виховують дітей:	
розширена (складна)	– складається із сімейних пар та дорослих дітей, які проживають разом;
нуклеарна (проста)	(також подружжя або партнерська сім'я) – складається з однієї сімейної пари, можливо, з дітьми;
За ступенем включення членів родини в сімейні стосунки та їх духовної єдності:	
1) згуртована (інтегрована)	– кожний член сім'ї відчуває себе повноцінним учасником сімейної взаємодії. Таким сім'ям властиві духовна та емоційна близькість, відповідальність один за одного, довір'я, тобто існує психологічна захищеність;

2) роз'єднана /дезінтегрована	– характерна відособленість членів родини один від одного. Кожний живе ніби сам по собі, духовно й емоційно майже не пов'язаний з іншими членами родини;
3) частково дезінтегрована	– складаються з родинних мікрогруп, у які входять не лише члени конкретної сім'ї, а й родичі з боку чоловіка чи дружини. У таких сім'ях хтось з її членів опиняється в ізоляції, ігнорується сімейною групою.
Звичайно, такий поділ сімей за ступенем згуртованості є умовним.	
За характером психологічної й ціннісно-орієнтаційної єдності сім'ї:	
1) гармонійна:	
а) природно гармонійна	– характеризується збігом цілей, мотивів, емоційних і пізнавальних установок членів родинної групи, завдяки чому забезпечується їхня психологічна сумісність;
б) штучно гармонійна	– злагода є результатом свідомих зусиль членів родини. У таких сім'ях помітне прагнення пристосуватися один до одного, часом ціною обмеження власних потреб, привести їх у відповідність до потреб і запитів інших членів сімейної групи;
2) дисгармонійна	– притаманна розбіжність у системах ціннісних орієнтацій, потреб, мотивів і цілей членів родинної групи. Адаптація їх один до одного ситуативна, перманентна, а то й декларативна. Рольові обов'язки в таких сім'ях нерідко виконуються з примусу, що створює психологічне напруження в сімейному спілкуванні. Емоційна дистанція між чоловіком і жінкою та іншими членами родини створює сприятливий ґрунт для виникнення психологічної несумісності, а отже, і міжособистісних конфліктів.
За атмосферою та якістю взаємин:	
благополучна	неблагополучна
стійка	нестабільна
організована	дезорганізована
За кількістю і характером комунікативних зв'язків у сім'ї:	
1) відкрита	– особистісна спрямованість не обмежується лише колом родинних інтересів та цілей. Члени сім'ї 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;
2) закрита	– є комунікативно самодостатньою. Кількість позасімейних соціальних контактів у них надто обмежена, і, як правило, вони не прагнуть до їх розширення. Власна сім'я посідає перше місце в ієрархії родинних цінностей.
За критерієм здатності до реалізації функцій сім'ї:	
1) функціональна	– справляється з поставленими перед нею зовнішніми і внутрішніми завданнями, виконує свої функції, внаслідок чого задовольняються потреби сім'ї в цілому та її членів зокрема;

2) дисфункціональна	– сім'я, яка не справляється зі своїми завданнями, в якій систематично не задовольняються базові потреби її членів і не вирішуються основні завдання, специфічні для кожної стадії життєвого циклу сім'ї.
----------------------------	---

За ознакою комунікативних установок членів родини:

1) корпоративна	– 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 у 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 в 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».
------------------------	---

2) альтруїстична	– спілкування ґрунтується на свідомому визнанні кожним членом родини відповідальності за добробут інших. Поведінка членів сім'ї часто йде врозріз із власними потребами і запитамі – 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.
-------------------------	--

Залежно від адаптивних ресурсів сім'ї та її здатності пристосовуватися до мінливості умов життя:

1) гнучка	– характеризується здатністю швидко переорієнтуватися, якщо цього вимагають нові умови життя;
2) інертна (консервативна)	– ригідні та консервативні щодо переоцінки й зміни вже усталених стандартів поведінки.

За характером розподілу домашніх обов'язків у сім'ї:

1) традиційна	– обов'язки в основному виконує жінка;
2) колективістська	– обов'язки виконують разом або по черзі.

За типом розподілу сімейних ролей (І.В. Гребенніков, 1985):

1) централістична	(або авторитарна, з відтінками патріархальності) – коли на чолі стоїть один з подружжя (нерідко дружина), якому належить верховна влада у вирішенні основних питань сімейного життя;
--------------------------	---

2) автономна	- чоловік і дружина розподіляють ролі і не втручаються у сферу впливу іншого;
3) демократична	- управління сім'єю в рівній мірі здійснюють і чоловік, і дружина.
За характером розподілу влади у сім'ї:	
1) єдиновладна (авторитарна)	- влада зосереджена в руках когось одного – чоловіка, дружини та ін.;
2) демократична	- характерна або рівноправність усіх членів родини в прийнятті рішень, або існує функціональний розподіл влади: в одних сферах життя головну роль відіграє чоловік, в інших – жінка, у третіх – хтось із батьків подружжя чи старші діти.
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.

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.).

Існують і інші типології взаємин у шлюбі, які побудовані за різними підставами у залежності від того, на чому сконцентрований інтерес дослідника. Працюючи з конкретною сім'єю, що має проблеми у взаєминах, можна спиратися на будь-яку класифікацію, що найкраще підходить для даної ситуації.

Сучасні сім'ї відрізняються між собою за такими ознаками, а саме за: (В.С. Торохтій (2009):	
кількістю дітей	бездітна, або інфертильна, сім'я, одnodітна, малодітна, багатодітна;
складом	неповна сім'я, окрема, проста або нуклеарна, складна (сім'я з декількох поколінь), велика родина, материнська сім'я, сім'я повторного шлюбу;

сімейним побутом, устроєм	родина – «відрада»; родина дітоцентричного типу; родина типу спортивної команди або дискусійного клубу; сім'я, яка ставить на перше місце комфорт, здоров'я, порядок;
структурою	з однієї шлюбної пари з дітьми або без дітей; з одним із батьків подружжя та іншими родичами; із двома й більше шлюбними парами з дітьми або без дітей, з одним із батьків дружини та інших родичів або без них; із матір'ю (батьком) і з дітьми;
однорідністю соціального складу	соціально гомогенні (однорідні) й гетерогенні (неоднорідні) сім'ї
сімейним стажем	молодята, молода сім'я, сім'я, що чекає дитину, родина середнього подружжя, старшого подружнього віку, літні подружні пари;
якістю взаємин та атмосферою в родині	благополучна, стійка, педагогічно слабка, нестабільна, дезорганізована;
географічною ознакою	міська, сільська, віддалена (райони крайньої Півночі);
типом споживчої поведінки	сім'ї з «фізіологічним» або «наївно-споживчим» типом споживання (переважно з харчовою спрямованістю); родини з «розумним» типом споживання, тобто з високим рівнем витрат на купівлю книг, журналів, видовищні заходи та ін., сім'ї з проміжним типом споживання;
особливими умовами сімейного життя	студентська сім'я, «дистантна» сім'я, «позашлюбна родина»;
характером проведення дозвілля	відкриті або закриті;
соціальною мобільністю	реактивні сім'ї, сім'ї середньої активності й активні;
мірою кооперації спільної діяльності	традиційні, колективістські та індивідуалістичні;
станом психічного здоров'я	здорова сім'я, невротична родина, віктимогенна родина.

Класифікація сімей за наведеними полярними ознаками дещо умовна. Характеризуючи сім'ю як той чи інший тип, беруть до уваги перевагу якоїсь однієї ознаки взаємин у сімейній групі й абстрагуються від усіх інших. Отже, чисті сімейні типи – це наукова абстракція, яка потрібна для розуміння сутності явища. В житті звичайно трапляються змішані типи, у яких взаємини характеризуються поєднанням різних ознак у певному співвідношенні.


3. ФУНКЦІЇ СІМ'Ї

Важливою характеристикою сім'ї є її структура. Як інституціональне утворення сім'я має комплекс соціальних функцій – ролей, заради яких суспільство створює, підтримує й охороняє цей соціальний інститут.

Структура сім'ї (групи) розглядається з точки зору **функцій**, які виконують її члени, а також стосовно міжособистісних відносин у ній.

Функція – це життєдіяльність сім'ї, пов'язана із задоволенням визначених потреб її членів.

Класифікація сімейних функцій:	
репродуктивна	- біологічне відтворення й збереження потомства, продовження роду;
виховна	- духовне відтворення населення. Сім'я формує особистість дитини, робить систематичний виховний вплив на кожного її члена протягом усього життя; вона включає самовиховання подружжя, взаємовиховання;
господарсько-побутова (господарсько-економічна)	– підтримка одними членами родини інших: неповнолітніх, старіючих, непрацевдатних; пов'язана з харчуванням сім'ї, одягом, благоустроєм помешкання, створенням домашнього затишку, організацією життя й побуту сім'ї, формуванням й витрачанням домашнього бюджету;
статевого регулювання	– через сім'ю впорядковуються природні статеві потреби людей, які набувають форму подружніх взаємостосунків;
рекреативна (від лат. recreatio – відновлення)	– організація дозвілля, підтримка родини як цілісної системи; зміст і форми проведення дозвілля залежать від рівня культури, національних традицій, індивідуальних здібностей та інтересів, віку членів родини, її доходів, спрямована на підтримку фізичного стану родини, піклування про благополуччя кожного;
соціального контролю	- відповідальність членів родини за поведінку її членів у суспільстві, їхню діяльність, основу, що орієнтує, встановлює цінності й елементи культури, визнані в усьому суспільстві або в соціальних групах;
психотерапевтична або емоційної підтримки	– психологічний захист кожного члена сім'ї, його емоційна стабілізація. Вона вважається відносно новою, хоча завжди була притаманна сім'ї, набуває особливої актуальності з поширенням в сучасних умовах партнерської сім'ї та зростаючою кількістю стресогенних факторів у світі;
комунікативна	– в ході реалізації якої відбувається задоволення потреб людини в спілкуванні на основі взаєморозуміння та підтримки, в ізоляції, в усамітненні;
регенеративна (лат. regeneratio – відродження)	– пов'язана з успадкуванням статусу, прізвищ, майна, соціального положення;
регулятивна	– сім'єю здійснюється моральна регламентація поведінки членів сім'ї у спілкуванні один з одним та з іншими людьми.

Т.В. Волосовець (2002) функції сім'ї визначає через задоволення певних потреб її членів. Отже, на її думку, слід виділити такі функції сім'ї як:	
виховна 	– полягає в тому, що задовольняються індивідуальні потреби в батьківстві і материнстві; в контактах з дітьми і їх вихованні; в тому, що батьки можуть «реалізуватися в дітях». В ході виконання виховної функції сім'я забезпечує соціалізацію підростаючого покоління, підготовку нових членів суспільства;
господарсько-побутова	– полягає в задоволенні матеріальних потреб членів сім'ї (в їжі, одязі та ін.). Сприяє збереженню їх здоров'я. В ході виконання сім'єю цієї функції забезпечується відновлення витрачених у праці фізичних сил;
емоційна	– полягає в задоволенні її членами потреб у симпатії, повазі, визнанні, емоційній підтримці, психологічному захисті. Ця функція забезпечує емоційну стабілізацію членів суспільства, активно сприяє збереженню їх психічного здоров'я;
духовного (культурного) спілкування	– полягає в задоволенні потреб у спільному проведенні дозвілля, взаємному духовному збагаченні, вона відіграє значну роль у духовному розвитку членів суспільства;
первинного соціального контролю	– полягає в виконанні соціальних норм членами сім'ї, особливо тими, хто в силу різних обставин (вік, хвороба) не володіє в достатній мірі здатністю самостійно будувати свою поведінку в повній відповідності з соціальними нормами;
сексуально-еротична	полягає в задоволенні сексуально-еротичних потреб членів сім'ї. З точки зору суспільства важливо, що сім'я при цьому здійснює регулювання сексуально-еротичної поведінки її членів, забезпечуючи біологічне відтворення суспільства.

В.В. Ткачова (2007) виділяє специфічні функції сімей, що мають дітей з порушеннями в розвитку, в тому числі і мовленнєві. Отже, на її думку, слід виділити такі функції сім'ї як:	
реабілітаційно-відновлювальна	– батьки беруть активну участь у процесі реабілітації своєї дитини. Вони звертаються до фахівців і керуються їх рекомендаціями з метою оптимізації фізичного і психічного стану дитини. Батьки використовують будь-яку можливість для відновлення соматичного здоров'я дитини.
особистісно-орієнтованого підходу	– допомога дорослого полягає у визначенні, розвитку і підтримці здібностей дитини з відхиленнями у розвитку. Саме особистісно-орієнтований підхід у вихованні дитини дозволяє батькам виявити його здібності.
приспосувально-адаптовна	– батьки беруть участь у процесі адаптації дитини до життя. Одночасно вони адаптують і навколишнє середовище до можливостей дитини. З цією метою вони використовують уже наявні або створюють самостійно нові приспосувальні пристрої. Батьківська любов і чуйність дозволяють пристосувати дитину і перевести її на вищий щабель самостійності в найскладніших випадках.

емоційного прийняття	– сім'ї, в яких внутрішньосімейна атмосфера наповнена любов'ю і повагою до кожного члена сім'ї, де кожен представляє цінність для інших, є зразковою. У таких сім'ях у дітей легше і швидше формуються емоційна стабільність, навчальні навички та знання, особистісна зрілість, стійкість до будь-яких життєвих негараздів. Сім'я з такими взаємовідносинами може служити прикладом для інших.
корекційно-освітня	– любов до дитини обов'язково формує у батьків мотивацію до її навчання. Батьки дитини беруть участь у процесі її розвитку, звертаються до фахівців за допомогою і, слідуючи їхнім рекомендаціям, організують для дитини вдома спеціальні умови. У сім'ї створюється корекційно-освітнє середовище, що сприяє розвитку у дитини інтересу до навколишнього світу і до його пізнання, що розкриває її здатності і можливості, оптимізує особистісний розвиток дитини.
соціалізації	– ступінь соціалізації дитини залежить не тільки від її психофізичних можливостей, але і від вибору батьками адекватної моделі виховання. Дитина з відхиленнями у розвитку повинна бути зорієнтованою батьками на активні взаємини з навколишнім соціумом, повинна прагнути до пізнання світу, до контактів з однолітками, до оволодіння знаннями та доступною професією.
рекреаційна	– спільний відпочинок всією сім'єю, проведення дозвілля разом із друзями дитини, в театрі, на виставці або в кіно на очах у всіх – це форма досягнення повної свободи від упереджень.

Свої функції сім'я, як система, виконує за допомогою таких механізмів:

структури сімейних ролей	сімейних підсистем	зовнішніх і внутрішніх кордонів між ними.
--------------------------	--------------------	---

Основними аспектами сімейного функціонування є:

1) актуальні функціональні обов'язки, які можуть бути делеговані членам сім'ї соціальним оточенням;	2) поведінкові феномени й процеси, які проявляються в сім'ї через міжособистісні взаємостосунки.
---	--

Порушення функцій сім'ї – це

такі особливості життєдіяльності сім'ї, які утруднюють або перешкоджають виконанню її функцій.

Загальноприйнятої класифікації сімейних функцій на сьогоднішній день не існує, однак вчені визначають наявність їх взаємозалежності та взаємодоповнюваності.

4. ФОРМИ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ

Універсальність шлюбу та сім'ї пов'язана з обов'язком кожної істоти жити за природними законами і одночасно з обов'язком індивідуума вести корисне для суспільства життя. Унікальність шлюбу та сім'ї – це емоційний та кровно-родинний потенціал, це мистецтво жити разом.

Розрізняють такі форми сімейних відносин:

шлюбно-сімейних стосунків	розвитку сімейних відносин
----------------------------------	-----------------------------------

Форми шлюбно-сімейних стосунків:

1. Як ритуал	виконання соціально-нормативних установок, наслідування визначених суспільством стереотипів – при таких формах стосунків є передумови для довгостроковості існування сім'ї та шлюбу, хоча при цьому не виключена випадковість шлюбу, а тому й випадковість розпаду.
2. На основі чесної контрактної системи	а) партнери уявляють чого хочуть від шлюбу, допомагають вирішувати життєво-важливі проблеми один одному, є емоційна прив'язаність, але не кохання. Негативною рисою є те, що така сім'я існує як економічна одиниця; б) максимальна особистісна свобода – немає емоційних переживань, особистісна залученість у сімейні стосунки мінімальна.
3. На основі нечесного контракту	– ознаками таких стосунків є: односторонність, коли кожний з партнерів намагається отримати свою користь від цього шлюбу.
4. За примусом	– немає глибокого почуття; основою для таких стосунків може бути жалість, амбіційність або власне бажання володіти партнером; виключена свобода; психологічні основи деформовані, компроміси неможливі.
5. Які освячені коханням	є ідеальною формою взаємостосунків, які засновані на добровільності, повазі; діти народжуються в любові. При цьому зберігаються індивідуальність і самостійність, а також повна підтримка партнера.

Форми розвитку сімейних відносин:

традиційні	<i>ознаками є:</i> а) одруженість (законний шлюб, юридично оформлений, фіксовані подружні відносини); б) обов'язкове бажання мати дітей; в) стабільність; г) чоловіча ідеологія (установка на домінування чоловіка); д) сексуальна вірність; є) гетеросексуальність; ж) діадність.
-------------------	---

квазісімейні	ознаками є: а) самотність; б) незареєстроване співмешкання; в) розлучення; г) повторні шлюби; д) відкритість шлюбу, тобто будова життя на основі теперішнього; є) усвідомлений бездітний шлюб (хоча безплідність жінок та чоловіків є однією з найгостріших проблем сьогодення не тільки у нашій країні, але й в усьому світі).
---------------------	--

5. АЛЬТЕРНАТИВНІ ФОРМИ ШЛЮБНО-СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН

Протягом кількох останніх десятиліть у західному суспільстві, а від недавнього часу і в Україні, з'явилося і набуло поширення багато альтернативних форм сімейних структур і способів життя.

Р. Зідер (1997) виокремлює такі форми сімейних стосунків:
1. Самотність (складають особи, які ніколи не перебували у шлюбі, тобто існуючі в моноваріанті).
2. Незареєстроване співмешкання.
3. Свідомо бездітний шлюб.
4. Повторний шлюб.
5. Відкритий шлюб (допускається подружжя невірність з обоюсторонньої згоди).
6. Позашлюбний секс та інтимна дружба.
7. Свінгерство (це короткочасний обмін партнерами для сексу).
8. Гомосексуальні пари.
9. Груповий шлюб, житлові спільноти, колективні сім'ї.

Різновиди альтернативних форм сімейних структур і способів життя:	
Церковний шлюб	– союз чоловіка та жінки, освячений церквою.
Незареєстровані шлюби (цивільний)	– збільшення числа незареєстрованих пар пояснюється тим, що подібна поведінка в останні роки стала соціально прийнятною, а також тим, що підвищився вік вступу у перший шлюб. Незареєстровані шлюби практикуються переважно серед молодих людей, які є мешканцями великих міст. Рідко вибирають такий стиль життя релігійні особи. Більшість пар, які живуть у незареєстрованому шлюбі, не мають дітей, оскільки відчують себе не так стабільно, як одружені пари і не впевнені у своїй здатності разом долати труднощі.
Серійна моногамія	– передбачає декілька циклів шлюбу і розлучення. Скажімо, акторка Елізабет Тейлор виходила заміж 8 разів. Проте кількість осіб, які ведуть подібний спосіб життя останнім часом, зростає і трапляється не лише в середовищі богемі. Це пов'язано, насамперед, із полегшенням процедури розлучення.

Самотність	<p>– серед них є і неодружені, і розлучені, й овдовілі. Самотність – непостійний і неоднозначний статус. Між полюсами вільної і незалежної людини, і людини, яка знемагає від самотності, є багато різних перехідних типів людей, які свідомо або внаслідок певних обставин залишилися самотніми.</p> <p><i>Цікаво, що кількість неодружених і незаміжніх зростає відповідно із підвищенням рівня освіти. Це особливо стосується жінок.</i></p>
Діслокальний брак	– подружжя живе в різних містах.
Неповні сім'ї	<p>– найчастіше це сім'ї, які утримують жінки. Зростання кількості таких родин є наслідком зростання кількості розлучень, а також жінок, які народжують дітей поза шлюбом. Такий стиль життя сьогодні є цілком соціально прийнятним. Більшість жінок, які є самостійні і можуть самі себе матеріально забезпечити, не хочуть ставати у залежність від чоловіків тільки тому, що цього вимагають соціальні традиції нуклеарної сім'ї.</p> <p>Статистико-соціологічні дослідження свідчать, що більшість неповних сімей переживає значні труднощі: постійний брак часу, коштів, почуття самотності.</p>
Груповий шлюб	– партнерів більше двох.
Бездітні шлюби	– або змушені бути без дітей; або спеціально не хочуть мати дітей.
Гомосексуальні пари	<p>– надають перевагу сексуальному партнерству із своєї статі. Дослідження показують, що лесбійки є більше схильними до тривалих зв'язків, ніж гомосексуалісти-чоловіки. Однак, якщо лесбійки, як і гетеросексуальні пари, надають великого значення вірності у сексуальних стосунках, то гомосексуалісти-чоловіки спокійно ставляться до зв'язків їхніх партнерів «на стороні».</p> <p>Гомосексуальні пари зазвичай приймають такі взірці сімейного життя, які існують серед гетеросексуальних пар. Для них так само є істотним романтичне кохання, як і практичні аспекти сімейного побуту. В Німеччині, Голландії вони дозволені. Подружжя має право брати дітей на виховання.</p>
Транссексуальні шлюби	- коли один з подружжя, наприклад, має чоловічу стать, а відчуває при цьому себе жінкою.
Комуна	– це своєрідна форма розширеної сім'ї. Члени комун вважають, що йдучи в комуни, вони втікають від філістерства (святенництва), самотності, матеріалізму і лицемірства суспільства і його сімейної основи. Норми стосунків між членами окремих комун різні. У багатьох комунах головним завданням вважається виховання дітей батьківським колективом. Є комуни, у яких практикується груповий шлюб.
<p>Загалом, можемо констатувати, що традиційна модель нуклеарної сім'ї, коли чоловік заробляв гроші поза домом, дружина дбала про дім, а діти були залежними від батьків, сьогодні вже не є абсолютно домінуючою.</p>	

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Надайте характеристику сім'ї як системи.
2. Опишіть соціально-психологічні особливості сім'ї як групи.
3. Назвіть підходи до типології сім'ї як малої групи.
4. Розкрийте типологію сімей виходячи з її основних функцій.
5. Охарактеризуйте проблеми та відмінності особливих сімей.
6. Назвіть тенденції розвитку сучасної сім'ї.
7. Чи можна стверджувати, що сучасна сім'я перебуває в кризовому стані?

Тестові завдання для перевірки знань:

1. За типом подружніх стосунків виділяють наступні типи сім'ї:

- а) моногамія, полігамія, поліандрія;
- б) ендогамія, екзогамія, гетерогамія;
- в) нуклеарна, патріархальна та дітоцентрична сім'я;
- г) правильної відповіді немає.

2. Ендогамна сім'я - це:

- а) сім'я, заснована на шлюбі, який укладається в рамках одного соціального прошарку;
- б) сім'я, в якій передбачається рівноправ'я;
- в) союз між одним чоловіком і декількома жінками;
- г) стосунки між представниками різних родів.

3. Яка з перерахованих функцій сім'ї відповідає за організацію соціального контролю?

- а) духовна;
- б) емоційна;
- в) рекреативна;
- г) виховна.

4. Комунікативна функція виконує роль:

- а) народження дітей у сім'ї;
- б) задоволення сім'ю спілкуванням і взаємодією;
- в) виховання дітей;
- г) дозволяє отримувати інформацію про дії подружжя.

5. Сексуальна функція виконує роль:

- а) народження дітей;
- б) сексуального виховання дітей;
- в) реалізації сексуальних стосунків між чоловіком та дружиною.

6. Рекреативна функція виконує роль:

- а) організації дозвілля і відпочинку;
- б) спілкування;
- в) психотерапії;
- г) усі відповіді правильні.

Тематика доповідей та рефератів:

1. Наслідки функціональної дезорганізації сімейного життя.
2. Характеристика сімей за ієрархією влади.

3. Позитивні та негативні моменти незареєстрованого співжиття.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом

1. Підготуйте схему форм розвитку сімейних взаємовідносин.
2. Підготуйте схему основних форм шлюбно-сімейних взаємовідносин.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Андреева, Т.В. Семейная психология / Т.В. Андреева. – СПб.: Речь, 2004. 244 с.
2. Вікіпедія. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki>
3. Дружинин В.Н. Психология семьи. СПб.: Питер. 2006. 176 с
4. Великова, С.А. Психология семьи: учебник и практикум для академического бакалавриата / С.А. Великова. – М.: Юрайт, 2017. – 308 с.
5. Змановская, Е.В. Психология семьи. Основы супружеского консультирования и семейной психотерапии / Е.В. Змановская. – М.: Инфра-М, 2017. – 380 с.
6. Марценюк М. О. Опорний конспект лекцій з курсу «Психологія сім'ї» для студентів напряму підготовки 6.030103 «Практична психологія». Мукачєво: Вид-во МДУ, 2016. 94 с.
7. Николаева, Е.И. Психология семьи / Е.И. Николаева. СПб.: Питер, 2017. 368 с.
8. Основы логопедии с практикумом по звукопроизношению: Учеб.пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / М.Ф.Фомичева, Т. В. Волосовец, Е. Н. Кутепова и др.; Под ред. Т. В. Волосовец.М.: Издательский центр «Академия», 2002. 200 с
9. Психологія: підручник. URL: <https://pidruchniki.com/1584072037180/psihologiya/psihologiya>
10. 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.
11. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. / О.А. Столярчук. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
12. Социология семьи [Текст] : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направлению и спец. «Социология» / А. И. Антонов, В. М. Медков. М. : Изд. Моск. ун-та : Изд. междунар. ун-та бизнеса и управления («Братья Карич»), 1996. 304 с.
13. Социальная история семьи в Западной и Центральной Европе (конец XVIII-XX вв.) / Р. Зидер. Б.м. ВЛАДОС, 1997
14. Теория семейных систем Мюррея Боуэна. Основные понятия, методы и клиническая практика. – М.: Когито-Центр, 2012. – 496 с.
15. Торохтій, В. С. Психологічне здоров'я сім'ї [Текст] / В.С. Торохтій.- СПб.: Каро, 2009. 275 с.
16. Ткачева В. В. Психологическое изучение семей, воспитывающих детей с отклонениями в развитии. М.: УМК «Психология»; Московский психолого-социальный институт, 2004. С. 197.
17. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї [Текст] : навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с
18. Школа и семья : Пособие для учителя / И. В. Гребенников. М. : Просвещение, 1985. 176 с.; 20 см.
19. Якимова, Т.В. Психология семьи: учебник и практикум для академического бакалавриата / Т.В. Якимова. – М.: Юрайт, 2017. – 345 с.



ГЛАВА 3. СТРУКТУРА СІМ'Ї ТА ЇЇ ОСНОВНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ

План:

1. Сімейна система та структура сім'ї.
2. Характеристика структурних елементів сім'ї.
 - 2.1. Чисельний і персональний склад сім'ї.
 - 2.2. Сімейні підсистеми.
 - 2.3. Стабілізатори сімейної системи.
 - 2.4. Сімейна історія.
 - 2.5. Міфи і легенди.
 - 2.6. Сімейні ролі.
 - 2.7. Сімейні правила.
 - 2.8. Межі сім'ї.
 - 2.9. Стереотипи взаємодії.

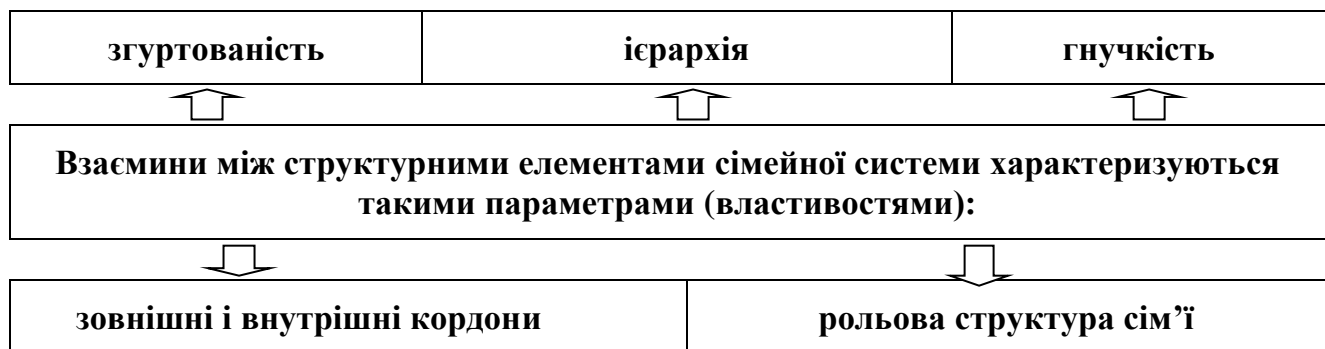
1. СІМЕЙНА СИСТЕМА ТА СТРУКТУРА СІМ'Ї

Сімейна система – це відкрита система, яка знаходиться в постійному взаємообміні з навколишнім середовищем. Вона є системою, що постійно самоорганізується. І як будь-яка інша система функціонує під впливом двох законів:	
гомеостазу	розвитку
тобто будь-яка система прагне до сталості. Стосовно сім'ї – це означає, що будь-яка сім'я у будь-який момент повинна зберігати свою незмінність. Зміни, які відбуваються у життєдіяльності сім'ї, навіть радісні, очікувані, переживаються іноді членами сім'ї дуже болісно й тривалий час.	тобто кожна сімейна система повинна пройти життєвий цикл – певну послідовність змін подій і стадій. Такі стадії і події проходить будь-яка сім'я (шлюб, зміна фізичного віку тощо). Таким чином, рівновага у сім'ї підтримується завдяки постійному переходу від гомеостазу до змін.

Розрізняють два рівні змін у сімейній системі:	
зміни першого порядку	зміни другого порядку
це структурні зміни (один з членів сім'ї переїхав, помер тощо);	відбуваються у взаємостосунках членів сім'ї у зв'язку зі змінами першого порядку.

Структура сім'ї – це:
<ul style="list-style-type: none">• склад сім'ї та її членів, а також сукупність їхніх стосунків (Ейдемільер Є.Г., Юстицькіс В.В., 2001);• спосіб забезпечення її єдності і функціонування як соціального інституту (Харчев А.Г., 1964, с. 55).

У поняття «структура сім'ї» входять:
➤ склад сім'ї (Ейдемільер Є.Г., Юстицькіс В.В., 2001);
➤ системи різних рівнів (вся сім'я в цілому, підсистема батьків, дитяча підсистема, індивідуальні підсистеми) (Minuchin, 1974; Lange, Van der Hart, 1980);
➤ основні параметри (згуртованість, ієрархія, гнучкість, зовнішні і внутрішні межі, рольова структура сім'ї) (Ейдемільер Є.Г., Юстицькіс В.В., 2001);
➤ характер структурних проблем (міжпоколінні коаліції, реверсія (від лат. <i>reversio</i> – повернення) ієрархії, тип незбалансованості сімейної структури) (Gehring, 1993; Olson, 1993).
➤ структурні елементи сім'ї як системи (подружня, батьківська, сіблінгова і індивідуальна підсистеми, що представляють собою локальні, диференційовані сукупності сімейних ролей, які дозволяють родині виконувати певні функції і забезпечувати її життєдіяльність.



Характеристика параметрів (властивостей) сімейної системи:	
Згуртованість	– зв'язок, когезія, емоційна близькість, емоційна дистанція. Згуртованість можна визначити як психологічну відстань між членами сім'ї.
Стосовно сімейних систем – це поняття використовується для опису ступеня інтенсивності відносин, при якій члени сім'ї ще сприймають себе як пов'язане ціле.	
Виділяється чотири рівні згуртованості і, відповідно, чотири типи сімей:	
Роз'єднаний	– низький ступінь згуртованості членів сім'ї, відносини відчуження.
Розділений	– деяка емоційна дистанційованість членів сім'ї.
Пов'язаний	– емоційна близькість членів сім'ї, лояльність у взаєминах.
Заплутаний	– рівень згуртованості занадто високий, низький ступінь диференційованості членів сім'ї.
Розділений і пов'язаний рівні згуртованості є збалансованими і забезпечують найбільш оптимальне сімейне функціонування.	

Ієрархія	– характеризує відносини домінування-підпорядкування в сім'ї і включає в себе характеристики різних аспектів сімейних відносин: авторитетність, домінування, ступінь впливу одного члена сім'ї на інших, влада приймати рішення.
-----------------	--

<p>Однак термін «ієрархія» не може бути обмежений даним простим визначенням, оскільки включає в себе характеристики різних аспектів сімейних відносин:</p> <ul style="list-style-type: none"> авторитетність; домінування; ступінь впливу одного члена сім'ї на інших; влада приймати рішення. <p>Поняття «ієрархія» використовується також у вивченні змін у структурі ролей і правил всередині сім'ї.</p> <p>Одним із найбільш типових порушень структури сім'ї за даним параметром є інверсія ієрархії (перевернута ієрархія).</p> <p>При такій сімейній дисфункції дитина набуває влади більшої, ніж є хоча б у одного з батьків. На макросистемному рівні цей феномен проявляється в ситуації, коли визначна позиція у вихованні дітей є у бабусь (дідусів), а не у безпосередніх батьків.</p> <p>У нуклеарних сім'ях інверсія ієрархії часто спостерігається при наявності:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ міжпоколінної коаліції (коаліції між дитиною та батьком проти другого з батьків); ✓ хімічної залежності одного або обох батьків; ✓ хвороби або втрати працездатності одного або обох батьків; ✓ хвороби або симптоматичної поведінки дитини, завдяки чому вона набуває надмірний вплив у сім'ї і регулює подружні взаємини.
--

Гнучкість	– здатність сімейної системи адаптуватися до змін зовнішньої та внутрішньосімейної ситуації.
<p>Для ефективного функціонування сім'ї потребують оптимального поєднання внутрішньосімейних змін зі здатністю зберігати свої характеристики стабільними.</p> <p>Не збалансовані за параметром гнучкості сімейні системи характеризуються ригідністю або хаотичністю.</p> <p>Сімейна система стає ригідною, коли вона перестає відповідати на життєві завдання, які постають перед нею в зв'язку з проходженням стадій життєвого циклу.</p> <p>При цьому сім'я втрачає здатність змінюватися і пристосовуватися до нової для неї ситуації.</p> <p>З'являється тенденція до обмеження переговорів, більшість рішень нав'язується лідером.</p> <p>Сімейна система в хаотичному стані має нестійке або обмежене керівництво. Рішення, що приймаються в сім'ї, часто є імпульсивними і непродуманими. Ролі неясні і часто зміщуються від одного члена сім'ї до іншого.</p>	

<p>Порушення структури сім'ї перешкоджає виконанню сім'єю своїх функцій, тобто порушення структури взаємостосунків є перепорою для задоволення ряду потреб одного з членів сім'ї.</p> <p><i>Наприклад, нерівномірність розподілу господарсько-побутових обов'язків між подружжям є порушенням структури взаємин, оскільки перешкоджає задоволенню низки потреб того члена сім'ї, який взяв на себе основне навантаження. Питання про те, що в сім'ї є нормою, а що порушенням, – одне з найбільш складних питань в сучасній науці про сім'ю.</i></p>

Виділяють наступні дисфункціональні сімейні структури (Черніков, 1997):
Незбалансовані сімейні структури за шкалами близькості і гнучкості (ієрархії):
1. Структури, що містять аутсайдерів , тобто людей з низьким соціометричним вибором. Наприклад, один із дітей розглядається батьками як нелюбимий.
2. Структура, що стабілізується на основі дисфункції одного з членів сім'ї . Такі структури часто поляризовані за принципом: «здорові члени сім'ї» – «козел відпущення» або «хворий» член сім'ї. Відзначимо, що «хворий» член сім'ї не обов'язково є аутсайдером. Досить часто, наприклад, дитина проявляє симптоми, щоб підтримати будь-кого з батьків.
3. Коаліції через покоління . Щодо сімейних структур, міжпоколінні коаліції мають наступні варіанти:
а) один із батьків утворює стійку коаліцію з дитиною проти іншого – дистанційованого батька. У цьому випадку дитина має можливість не виконувати вимоги останнього, оскільки його завжди підтримає другий з батьків. У типовому випадку – мати утворює коаліцію з дитиною, а батько перебуває на відстані;
б) бабуся (дідуся) утворює коаліцію з дитиною проти батьків. Найпоширеніший варіант в розлучених сім'ях, коли мати з дитиною живе в будинку своєї матері, являє собою коаліцію бабусі і дитини проти виховних заходів матері;
в) батько об'єднується з улюбленою дитиною, дозволяючи їй більше, ніж іншим дітям, і викликаючи у них ревності;
г) один із подружжя об'єднується зі своїми батьками проти другого з подружжя і т. д.
Коаліції допомагають членам сім'ї, які відчувають слабкість, впоратися з тими, хто здається їм сильніше. Вони дозволяють членам впоратися з низькою самоповагою, зменшити тривогу і контролювати третю сторону.
4. Прихована коаліція . У цьому випадку наявність коаліції між учасниками може не визнаватися членами сім'ї. Зазвичай вона виникає на основі спільного секрету через ідентифікацію двох членів сім'ї і часто виражається в підкріпленні симптоматичної поведінки. Haley (1967) характеризує трикутник з таємницею – коаліцією, як «зіпсовану тріаду».
5. Перевернута ієрархія . Це поняття описує ситуацію, коли з яких-небудь причин статус дитини в сім'ї вище, ніж статус одного або обох батьків.
6. Незбалансованість ієрархії в дитячій підсистемі може виглядати або як надмірна її ієрархізованість, коли хтось із дітей набуває особливого статусу, стаючи, наприклад, надмірно відповідальним за інших дітей і набуваючи непосильні для нього функції батька, або як відсутність ієрархічної структури.

Отже, підводячи підсумок, слід зазначити, що науковці у структурі сім'ї виділили наступні елементи:
1. Чисельний і персональний склад сім'ї (Є.Г. Ейдемільер, Н.В. Александрова, В. Юстицькіс, 2007).
2. Сімейні підсистеми (Є.Г. Ейдемільер, Н.В. Александрова, В. Юстицькіс, 2007).
3. Сімейні стабілізатори (А.Я. Варга, 2006).
4. Сімейна історія (А.Я. Варга, 2006).
5. Міфи і легенди (Є.Г. Ейдемільер, Н.В. Александрова, В. Юстицькіс, 2007; А.Я. Варга 2006).
6. Сімейні ролі (Є.Г. Ейдемільер, Н.В. Александрова, В. Юстицькіс, 2007).

7. Сімейні правила (Є.Г. Ейдемільер, Н.В. Александрова, В. Юстицькіс, 2007; А.Я. Варга 2006).
8. Межі сім'ї (Є.Г. Ейдемільер, Н.В. Александрова, В. Юстицькіс, 2007; А.Я. Варга 2006).
9. Стереотипи взаємодії (А.Я. Варга, 2006).

2. ХАРАКТЕРИСТИКА СТРУКТУРНИХ ЕЛЕМЕНТІВ СІМ'Ї

2.1. ЧИСЕЛЬНИЙ І ПЕРСОНАЛЬНИЙ СКЛАД СІМ'Ї

Чисельний і персональний склад сім'ї означає, хто фізично або психологічно присутній в даній сімейній системі, наприклад, розведені сім'ї, повторні шлюби. При роботі з сім'єю важливо знати, кого кожний з членів сім'ї вважає її членом, тому що нерідкі випадки, коли члени сім'ї не згодні в тому, хто входить до її складу. Особливо важливе вирішення цього питання для розлучених сімей та одружених вдруге.

Існує безліч різних варіантів складу сім'ї (або структури):	
нуклеарна	– сім'я складається з чоловіка, дружини та їхніх дітей;
поповнена	- збільшений за своїм складом союз – подружня пара і їхні діти плюс батьки інших поколінь, наприклад бабусі, дідусі, дядьки, тітки, що живуть всі разом або в тісній близькості один від одного і складають структуру сім'ї;
змішана	є «перебудованою» сім'єю, що утворилася внаслідок шлюбу розведених людей. Змішана сім'я включає нерідних батьків і нерідних дітей, оскільки діти від попереднього шлюбу вливаються в нову сім'ю;
батька-одинака	є сім'єю з одним батьком (матір'ю або батьком) через розлучення, догляду або смерті чоловіка або тому, що шлюб ніколи і не був укладений.

2.2. СІМЕЙНІ ПІДСИСТЕМИ

Сімейні підсистеми – це

структурний елемент сімейної системи.

Різновиди сімейних підсистем:	
Підсистема подружжя	– утворюється з укладенням шлюбу. Одночасно починається процес адаптації, приймаються і уточнюються ролі чоловіка і дружини. На цей процес істотно впливає досвід, набутий в батьківських сім'ях.
Підсистема батьків	– з'являється після народження дитини. Батьківська підсистема змінюється, пристосовується до вікових особливостей дітей. Вона повинна враховувати потреби всіх дітей у сім'ї.
Підсистема дітей	– надає можливість дитині бути тільки дитиною; дозволяє вивчати відносини однолітків; формувати необхідні комунікативні уміння для спілкування з однолітками і з дорослими.

2.3. СТАБІЛІЗАТОРИ СІМЕЙНОЇ СИСТЕМИ

У кожній родині є свої стабілізатори, а саме:	
Функціональні	– загальне місце проживання, загальні справи, спільні гроші, загальні розваги та спільне дотримання основних принципів подружнього життя.
Дисфункціональні	– діти, хвороби, порушення поведінки, подружні зради та ін. Якщо діти були стабілізаторами сімейної системи, то, як правило, на стадії відділення дітей від батьків відбувається їх розлучення або алкоголізація подружжя. За час свого життєвого шляху дитина стала стабілізатором. Дитина йде з сім'ї, перестає бути стабілізатором, її функції провисають, ніхто їх не виконує.

	<p>Починаються великі проблеми в сім'ї: з'являється тривога, виникають конфлікти, зростає емоційна напруга. Батькам стає дійсно важко, якщо не з'явиться інший стабілізатор, наприклад, собака.</p> <p>Подружні зради теж можуть бути дисфункціональним стабілізатором. Часто за зрадами стоїть страх близькості. Можна уявити наступний стереотип взаємодії з приводу зрад: зради, з'ясування відносин і скандали з приводу зрад, примирення. Живуть разом, поки не накопичиться напруга від невирішених проблем. Напруга досягає якоїсь межі – далі все повторюється. І таких дисфункціональних стабілізаторів у сім'ях дуже багато.</p>
--	--

Уникнути багатьох помилок у сімейному житті можливо за умови дотримання подружжям основних принципів спільної життєдіяльності . А саме:	
1. Реально дивитися на суперечності, що виникають до шлюбу і після його укладення.	
2. Не тішити себе ілюзіями, щоб не розчаруватися, тому що теперішнє навряд чи буде відповідати тим нормам і критеріям, які були заздалегідь сплановані.	
3. Пізнавати психологію партнера. Щоб жити в злагоді, треба розуміти один одного, пристосовуватися, а також уміти «догоджати» один одному.	
4. Не уникати труднощів. Спільне подолання важких ситуацій – прекрасна можливість швидше дізнатися, наскільки обидва партнери готові жити за принципом двостороннього компромісу.	
5. Знати ціну дрібницям. Невеликі, але часті знаки уваги цінніші і значущі, ніж дорогі подарунки, за якими часом криється байдужість, невірність та ін.	
6. Бути терпимим, уміти забувати образи. Людина соромиться деяких своїх помилок і не любить згадувати про них. Не слід нагадувати про те, що одного разу порушило взаємини і що варто було б забути.	
7. Вміти розуміти і передбачати бажання і потреби партнера.	
8. Не нав'язувати свої вимоги, оберігати гідність партнера.	
9. Розуміти користь тимчасової розлуки. Партнери можуть набриднути один одному, а розлука дозволяє зрозуміти, наскільки сильно любиш свою другу половину і як її нині не вистачає.	

10. Стежити за собою. Неакуратність, безладність народжують неприязнь і можуть спричинити за собою серйозні наслідки.
11. Мати почуття міри. Уміння спокійно і доброзичливо сприймати критику. Важливо підкреслювати, в першу чергу, гідності партнера, а потім в доброзичливій формі вказувати на недоліки.
12. Усвідомлювати причини і наслідки невірності.
13. Не впадати у відчай. Зіткнувшись зі стресовою ситуацією в подружньому житті, було б невірно «гордо» розійтися і не шукати виходу. Але ще гірше зберігати зовнішню рівновагу шляхом принижень і загроз.

2.4. СІМЕЙНА ІСТОРІЯ

Сімейна історія:

- а) описує хронологію значущих подій життя сім'ї протягом кількох поколінь;
- б) відноситься до історичного контексту кожної окремої родини і описує хронологію значущих подій в житті кількох поколінь родини (дати одружень, народжень, смертей, переїзди, хвороби, характер взаємодії та ін.).



Сімейна автобіографія включає розповіді про:

- 1) створення та розпад сім'ї;
- 2) особливості подолання зовнішніх труднощів сім'ї та відстаней, розлуки;
- 3) ідеї призначення шлюбних партнерів один одному, зумовленості їх союзу («від долі не втечеш», «серцю не накажеш»);
- 4) кохання з першого погляду;
- 5) історію незгоди батьків і їх опору шлюбу;
- 6) першу зустріч і своєрідного «впізнання» судженого поглядом, випадковим фізичним контактом;
- 7) весілля, народження дітей, смерті близької людини та ін.

Сімейні реліквії – це

предмети, які тривалий час зберігаються в родині і передаються у спадок, шановані сім'єю і несуть на собі символічне відображення історії сім'ї та роду.

Виділяють два різновиди реліквій:

- 1) предмети-символи, які створені для виконання функцій освячення історії роду і об'єднання членів сім'ї;
- 2) предмети, які спочатку мають обрядове або естетичне значення.

Реліквія розглядається сім'єю як талісман, що приносить щастя і оберігає від невдач.

Психотехнічне значення дії передачі реліквій «у спадок», з рук в руки полягає у зміцненні сім'ї і утвердженні особливої ролі людини, яка отримує сімейну реліквію, ролі відповідального за благополуччя сім'ї, продовжувача та зберігача її історії та традицій.

Сімейні фотографії та сімейний альбом забезпечують єдність історії роду, вони чітко структурують тимчасову ретроспективу. Фотографування дозволяє відобразити моменти щастя, позитивного емоційного стану, найбільш значущих життєвих подій сімейного життя.

Сімейне ім'я – наречення дітей іменами покійних або живих родичів з покоління в покоління (виконує функцію стабілізації сім'ї та роду).

Імена, що передаються «у спадок», ім'я наречення на честь шановного і улюбленого родича:

- відображають прагнення закріпити в роду «фамільні» риси;
- міцно асоціюються з певним ім'ям;
- слугують підтвердженням близькості і єдності членів сім'ї, спільності роду та зв'язку поколінь.

Сім'ї в чомусь повторюють самі себе, одні й ті ж теми програвуються з покоління в покоління, хоча актуальний контекст може бути іншим. Тобто виникає сімейний сценарій.

Сімейний сценарій – це

стійкі патерни мікродинаміки та структурної організації сім'ї, повторювані з покоління в покоління, які обумовлені подіями сімейної історії.

У разі гармонійного розвитку сім'ї формується адекватний образ «Ми», який відображає характер подружніх відносин, узгоджену рольову поведінку та узгоджений стиль життя сім'ї.

Джерелом формування образу «Ми» є

спільна діяльність і внутрішньосімейне спілкування.

У разі виникнення дисфункції у сім'ї та порушень міжособистісної комунікації актуалізуються механізми захисту і формується неадекватний образ «Ми» – так звані **сімейні міфи**, що виконують функцію регуляції відносин у дисфункціональній сім'ї.

Є.Г. Ейдеміллер (2007) для роботи з сімейною історією вводить термін «тема», під яким він розуміє специфічну проблему, навколо якої формується періодично повторюваний в сім'ї конфлікт.

Тема визначає спосіб організації життєвих подій і зовні проявляється в стереотипах поведінки, які відтворюються з покоління в покоління.

Вивчення феномену повторення поведінкових стереотипів в поколіннях було розпочато М. Боуеном. Він встановив, що в родині від покоління до покоління спостерігається накопичення і передача дисфункціональних патернів, що може стати причиною індивідуальних труднощів у членів сім'ї. Ці спостереження були розвинені і зафіксовані в його концепції трансмісії. За допомогою генограмми, автором якої є М. Боуен (2013), можна правильно записати і дізнатися свою сімейну історію.

2.5. МІФИ І ЛЕГЕНДИ

Сімейний міф

(термін запропоновано Феррейром (Ferreira A. J., 1966) визначає:

- а) певні захисні механізми, використовувані для підтримки єдності в дисфункціональних сім'ях (Ferreira A. J., 1966);
- б) багатофункціональний сімейний феномен, що формується у вигляді сукупності уявлень членів даної сім'ї про неї саму;
- в) форма опису сімейної ідентичності, певна ідея чи образ об'єднавча всієї сім'ї (А.Я. Варга, 2006).

Синонімами терміну «сімейний міф» є:

- 1) «вірування», «переконання», «сімейне кредо», «рольові експектації», «узгоджений захист», «образ сім'ї або образ «Ми», «наївна сімейна психологія» та ін. (Є.Г. Ейдемільер, В. Юстицькіс, 1999);
- 2) «образ сім'ї», «образ «Ми», «переконання», «сімейне кредо», «узгоджені очікування», «наївна сімейна психологія» (А.Я. Варга, 2006).

Час, необхідний для формування сімейного міфу, становить приблизно період життя трьох поколінь.

Функція сімейного міфу	– полягає в приховуванні від усвідомлення відторгнутої інформації про сім'ю в цілому і про кожного її члена.
Мета сімейного міфу	– замаскувати ті конфлікти і незадоволені потреби, які є у членів сім'ї, узгодити їх ідеалізовані уявлення один про одного.

На формування сімейних міфів впливають:

- 1) «наївно-психологічні теорії»;
- 2) неадекватні способи каузальної атрибуції (Ейдемільер, Юстицькіс);
- 3) селективність і упередженість відбору інформації, перебільшення, надгенералізація, дихотомія мислення та ін.

В основі неефективності наївно-психологічних теорій в поясненні динаміки внутрішньосімейних взаємодій лежать:

- 1) низький ступінь комунікативної компетентності;
 - 2) використання життєвих понять і моделей для опису поведінки партнера.
- Селективність відбору інформації (упередженість) і надгенералізація призводять до формування неадекватного образу члена сім'ї та спотвореного сприйняття сімейної системи в цілому.

Сім'я при створенні сімейних міфів і патологічних ролей використовує такі захисні механізми (Т.М. Мішина):
1) проєкція як проєктування на соціальне оточення або на іншого члена сім'ї потреб, мотивів, потягів, уявлень, які відкидаються у собі;
2) розщеплення як витіснення і придушення одним із подружжя своїх особистісних якостей, що відкидаються, в поєднанні з культивуванням їх у партнері.
Поєднання різних захисних механізмів створює різноманітність міфів.

Позитивні наслідки сімейних міфів:
1) своєрідний механізм психологічного захисту сім'ї, який виконує функцію збереження;
2) сприяє підтримці цілісності сімейної системи;
3) активізує потужну, але реалістичну мотивацію досягнення цілей;
4) виконує функцію регуляції єдності в дисфункціональній родині;
5) виконує захисну функцію, спрямовану на те, щоб приховувати від усвідомлення уявлення про кожного члена сім'ї та про сім'ю в цілому, які відкидаються.
Найбільш відомими є такі сімейні міфи: «Ми – дружна сім'я»; «Ми – сім'я героїв»; «Міф про рятівника».
Негативні наслідки сімейних міфів:
1) сім'я стає ригідною;
2) вони перешкоджають її нормативним змінам, пов'язаним з динамікою життєвого циклу сім'ї;
3) здатні привести до важких нарцисичних розладів члена(ів) сім'ї та повної непродуктивності їх дій.

Сімейна легенда

– це спотворені реальні факти сімейної історії, інтерпретація окремих подій, що дозволяє підтримувати міф про сімейне благополуччя;
– це сукупність добре інтегрованих, хоча неправдоподібних, переконань, що підтримуються усіма членами сім'ї» (Андрєєва Т.В., 2004);
– це гомеостатичний механізм для підтримки стійкого стану сім'ї.
На відміну від сімейного міфу, сімейна легенда може усвідомлюватися як неправда, спотворена інформація, наприклад: легенда про подружню вірність при наявності зради, легенда про природну смерть суїцидента та ін.
<i>З часом сімейна легенда може стати частиною сімейного міфу.</i>
Приклади сімейних легенд: «всі наші жінки в родині трошки божевільні», «всі наші діти отримують хороші оцінки в школі», «мати – хвора людина і вимагає особливого ставлення, ми живемо заради неї».

Отже, сімейні міфи і сімейні легенди сприяють підтримці дисфункціональних відносин в сім'ях, в результаті чого виявляються незадоволеними потреби особистості в зростанні, зміні, самоактуалізації та в кооперації, а сім'ї в цілому – ригідно відтворюють свій минулий досвід.

2.6. СІМЕЙНІ РОЛІ

Роль – це

соціальна функція особистості, що відповідає прийнятим нормам, засіб поведінки людей в залежності від їх статусу чи положення в суспільстві, в системі міжособистісних стосунків.

Сімейні ролі розуміються як

цілі, переконання, почуття, цінності, дії, які очікуються або приписуються людині, яка займає певне місце в сімейній системі.

Рольова поведінка характеризується (Карабанова О.А., 2001; Ейдемільлер Є.Г., 1999):

- 1) ступенем ідентифікації виконавця з роллю, тобто ступенем прийняття відповідальності за виконання ролі;
- 2) рольовою компетентністю;
- 3) сформованістю мотиваційного та операційно-технічного компонентів рольової поведінки;
- 4) конфліктністю ролі, тобто суперечливістю в свідомості людини поведінкових моделей, необхідних для її реалізації.

Виділяють такі види сімейних ролей:

конвенціональні	- ролі, прописані правом, мораллю, традицією.
міжособистісні	- ролі, які визначаються особистісними особливостями, схильностями їх носіїв (лідер, диктатор, улюбленець, залежний та ін.).

Конвенціональні ролі можуть бути класифіковані за двома підставами:

відповідно до статусу родинних відносин: ролі чоловіка, дружини, батьків (матері та батька), дітей (сина і дочки), сіблінгів (брата і сестри), прабатьків (бабусі і дідуся) та ін. (визначаються історичними, культурними, етнічними особливостями і значно варіюються);	за функціональним принципом («годувальник» сім'ї, господар (господиня) будинку, відповідальний за догляд і виховання дитини, вихователь дітей, сексуальний партнер, «сімейний психотерапевт», відповідальний за підтримку родинних зв'язків, організатор сімейного дозвілля та ін.).
--	--

Міжособистісні ролі визначають характер міжособистісної взаємодії, включаючи ролі покровителя, опікуна, опікуваного, друга тощо.

У свою чергу, ці міжособистісні ролі діляться на такі підгрупи:

Нормативні сімейні (міжособистісні) ролі:	Патологічні міжособистісні ролі:
--	---

Нормативні ролі	– характерні для функціональної сім'ї, сприяють зростанню і розвитку сім'ї як системи, підпорядковуються закону гомеостазу і є вельми мінливими.
Патологічні ролі	– виникають в дисфункціональних сім'ях, перешкоджають розвитку сім'ї та є гальмом, можуть існувати в сім'ї незалежно від зовнішніх обставин, складаючи серйозну проблему.

2.7. СІМЕЙНІ ПРАВИЛА

Сімейні правила – це

сукупність підстав і вимог, на яких будується життя сім'ї.

Особливості сімейних правил:

1) стосуються найрізноманітніших сторін сімейного життя (від розподілу ролей, функцій і місць в ієрархії до розпорядку дня і дозволу членам сім'ї відкрито висловлювати свої думки і почуття);
2) виникають на різних стадіях життєвого циклу, нерідко суперечать один одному, і тому близькі постійно повинні про них домовлятися;
3) показують, що в родині дозволено, а що ні, що вважається хорошим і поганим, тобто вони є елементом сімейної ідеології;
4) дозволяють членам сім'ї орієнтуватися в реальності і надають стійкість сім'ї в цілому завдяки тому, що кожен знає свої права і обов'язки;
5) керують поведінкою членів сім'ї, регулюють її і допомагають будувати сімейну взаємодію;
6) вказують, що члени сім'ї повинні робити, і чого вони робити не повинні;
7) визначають місце для члена сім'ї в сімейній ієрархії, яке він займе.

Виділяють наступні сімейні правила:

явні	- полягають в родині відкрито і проголошені явно, наприклад: стукай в зачинені двері; ніколи не підвищуй голосу; батьки встановлюють час, коли маленьким дітям потрібно йти спати;
приховані	- відомі членам сім'ї, але відкрито не проголошені, наприклад: тема алкоголізму матері заборонена; не говори ні про що сексуальне, це засмутить маму; якщо є проблеми, краще поговори з батьком;
гласні	– відомі членам родини та їх соціальному оточенню;
негласні	– відомі тільки членам сім'ї;
дисфункціональні	– важко змінне правило;
функціональні	– які можна змінювати;
неусвідомлювані	– вони надходять певним чином, навіть не замислюючись, що можна вчинити інакше;
культуральні	- які існують в конкретній культурі і приймаються багатьма сім'ями;

унікальні	– виникають в силу унікальності історії сім'ї та відомі тільки її членам (виробляються всередині сім'ї);
------------------	--

Правила – це жива, динамічна і впливова сила в сімейному житті. Вони повинні змінюватися на кожній стадії життєвого циклу сім'ї, й про ці зміни сім'я повинна домовлятися. Якщо життя в сім'ї змінилося, а правило ні, то це правило стає дисфункціональним.

Нечіткість правил і норм може:
а) сприяти зростанню тривоги у членів сім'ї; б) гальмувати розвиток як всієї сімейної системи, так і окремих її членів.

Відсутність правил і норм призводить до
хаосу в сімейній системі.

2.8. МЕЖІ СІМ'Ї

Межі сім'ї – це

а) правила, що визначають, хто і як бере участь у взаємодії; б) гласні і негласні домовленості між членами сім'ї щодо того, хто і що може собі дозволити робити в сім'ї і за її межами.
--

Види меж сім'ї (В.М. Целуйко, 2003):	
а) внутрішні	- регулюють відносини між різними підсистемами всередині сім'ї. Це правила, що визначають взаємодію між членами різних сімейних підсистем;
б) зовнішні	- регулюють відносини між сім'єю і соціальним оточенням; визначають різницю в поведінці з членами сім'ї і з соціальним оточенням. Розглядають проникність меж (від непроникності до дифузності).

Типи внутрішніх меж сім'ї (В.М. Целуйко, 2003):	
1) чіткі	- мають на увазі цілком певні права, обов'язки, норми поведінки для членів кожної підсистеми (батьківської, дитячої, подружньої), такі правила покращують комунікацію в сім'ї, полегшують узгодження і пристосування учасників різних підсистем;
2) ригідні (жорсткі)	- забезпечують автономію членів сім'ї, ізолюють їх один від одного. Родині з ригідними внутрішніми межами важко функціонувати, тому що у її членів немає навичок узгодження. Характерні вирази в сім'ях з ригідними межами: «не заважай, у мене свої турботи»; «займися своїми справами – пора б самому подбати про себе» та ін.;

3) дифузні (розмиті)	- це такі межі, при яких втрачається автономія членів сім'ї, і неясні функції підсистем. Так, в сім'ї з дифузними межами, наприклад, підсистема подружньої пари як би зникає, розчиняючись в батьківській підсистемі, подружжю не вистачає інтимності у відносинах.
-----------------------------	---

Властивості меж сім'ї (Е.Н. Юрасова, 2019):

а) гнучкість	- це здатність меж до змін. Ригідність меж означає, що сімейні правила не змінюються, незважаючи на зміну ситуації;
б) проникність	- це властивість зовнішніх меж. Проникність меж – це установки сім'ї на взаємодію, контакти з зовнішнім оточенням.

Коли зовнішні межі відрізняються високою проникністю, вони стають дифузними, і це веде до надмірного втручання в життя сім'ї інших людей. Непроникність границь різко знижує можливість необхідного спілкування із зовнішнім світом.

2.9. СТЕРЕОТИПИ ВЗАЄМОДІЇ

Поняття «стереотип» утворене від грецьких слів

Στερεός - твердий	τύπος відбиток
----------------------	-------------------

Стереотип взаємодії – це

а) повідомлення і взаємодія, які часто повторюються;
б) стійкі способи поведінки членів сім'ї і комунікативні стереотипи, в яких укладено певний сенс або певні послання для членів сім'ї.

У родині повідомленням є будь-яка подія, будь-яка взаємодія. Наприклад, якщо жінка гримить на кухні брудним посудом, то інші члени сім'ї розуміють, що це означає. наприклад, що вона сердита на них. Якщо чоловік іде, голосно грюкнувши дверима, то це повідомлення теж легко прочитується. Кожна взаємодія в сім'ї або подія є зрозумілими повідомленнями для членів сім'ї (А.Я. Варга, 2007).

Характеристика повідомлень. Повідомлення можуть бути:

1) **однорівневими або багаторівневими.** Звук закривання двері – це однорівневе повідомлення, воно йде по слуховому каналу. Будь-яке вербальне повідомлення – завжди дворівневе. Перший рівень – вербальний, другий – невербальний.

2) **конгруентними або неконгруентними.** Конгруентними є повідомлення, якщо зміст повідомлень, переданих за двома каналами, збігаються. Якщо спитати у дружини: «Як справи?», а вона з ясною посмішкою, радісною мімікою відповідає: «Все добре!», то це – конгруентне повідомлення.

Деякі стереотипи взаємодії є патогенними.

Наприклад, один із стереотипів взаємодії «подвійний зв'язок» або «подвійна пастка» був описаний американським психотерапевтом Грегорі Бейтсоном (1972).

У лікарні перебуває хлопчик, що страждає на шизофренію, до нього приходить мама. Вона чекає його в холі, хлопчик виходить і сідає близько. Мама відсувається. Він у відповідь замикається і мовчить. Вона сердито запитує: «Ти що, не радий мене бачити?» «Подвійна пастка» – це один зі стереотипів взаємодії, коли член сім'ї (частіше дитина) постійно отримує неконгруентні повідомлення в ситуації, коли він не може вийти зі спілкування.

Стереотипи формуються на основі:

віку	наприклад, «Молодь слухає тільки рок-н-рол»;
статі	наприклад, «Всі чоловіки хочуть від жінок тільки одного»;
раси	наприклад, «Японці не відрізняються один від одного»;
релігії	наприклад, «Іслам – релігія терору»;
професії	наприклад, «Всі адвокати – шахраї»;
національності	наприклад, «Всі євреї – жадібні».

Основні ознаки стереотипу (Уолтер Ліппман, 2004):

1) стереотипи завжди простіші, ніж реальність – складні характеристики стереотипи «укладають» в дві-три пропозиції;

2) стереотипи особи набувають (від знайомих, ЗМІ та ін.), а не формулюють їх самі на основі особистого досвіду;

3) всі стереотипи помилкові, більшою чи меншою мірою, вони завжди приписують конкретній людині межі, якими вона зобов'язана володіти лише через свою приналежність до певної групи;

4) стереотипи дуже живучі, навіть якщо люди переконуються у тому, що стереотип не відповідає дійсності, вони схильні не відмовитися від нього, а стверджувати, що це виключення лише підтверджує правило.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Що таке структура сім'ї та що входить в це поняття.
2. Опишіть варіанти структури сім'ї.
3. Назвіть сімейні правила.
4. Визначте основні сімейні ролі.
5. Назвіть сімейні підсистеми.
6. Розкажіть про межі сім'ї.
7. Охарактеризуйте сімейні міфи та легенди.
8. Опишіть параметри сімейної системи.

Тестові завдання для перевірки знань:

1. Функціональні стабілізатори сім'ї це:

- а) рольова адекватність;
- б) особистісні характеристики;
- в) закоханість;
- г) загальне місце проживання, загальні справи, спільні гроші, загальні розваги

2. Сімейна історія це...

а) відноситься до історичного контексту кожної окремої родини і описує хронологію значущих подій в житті кількох поколінь родини;

б) стійкі способи поведінки членів сім'ї і комунікативні стереотипи, в яких укладено певний сенс або певні послання для членів сім'ї;

в) реальні факти сімейної історії, інтерпретація окремих подій, що дозволяє підтримувати міф про сімейне благополуччя;

г) сімейні міфи і сімейні легенди.

3. Чим обумовлюється виникнення сімейного міфу:

а) великим коханням;

б) процесом адаптації;

в) процесом ідеалізації партнера;

г) певними сімейними порушеннями

Тематика доповідей та рефератів:

1. Сімейні ролі и лідерство.

2. Сімейні відносини у світлі «соціальної драматургії» Е. Гоффмана.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Андреева Т. В. Семейная психология: Учеб. пособие. СПб.: Речь, 2004. 244 с.

2. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. Изд. 2-е. М.: Независимая фирма «Класс», 1999. 208 с.

3. Варга А.Я. Современный ребёнок. Энциклопедия взаимопонимания // ОГИ, Фонд научных исследований «Прагматика культуры», 2006. 640 с.

4. Липпман У. Общественное мнение / Пер. с англ. Т. В. Барчунова, под ред. К. А. Левинсон, К. В. Петренко. М.: Институт Фонда «Общественное мнение», 2004. 384 с.

5. Основы психологии семьи и семейного консультирования : учебник для академического бакалавриата / под общей редакцией Н. Н. Посысоева. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. 266 с. (Бакалавр. Академический курс).

6. 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.

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

8. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї [Текст] : навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364с.

9. Целуйко В.М. Психология неблагополучной семьи: Книга для педагогов и родителей. М.: Изд-во ВЛАДООПРЕСС, 2003. – 272 с.: ил.

10. Эйдемиллер Э. Г. Семейная психотерапия. Хрестоматия / Э.Г. Эйдемиллер, Н.В. Александрова, В. Юстицкис. СПб. : Речь, 2007. 400 с.

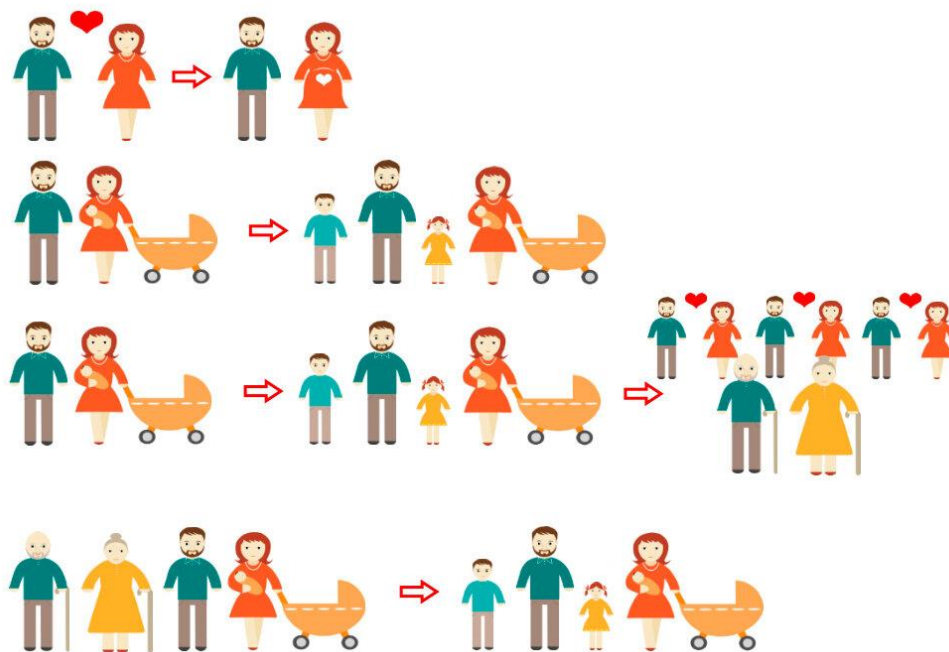
11. Bateson G. Steps to an Ecology of Mind: Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution, and Epistemology. – New York: Ballantine Books, 1972.

12. Bowen, Joanne. Forward // The Origins of Family Psychotherapy: The NIMH Family Study Project. Lanham, MD : Jason Aronson, 28 March 2013

13. Murstein B. J. Who will marry Whom? Theories & Research in Marital Choice. N. Y., 1976.



РОЗДІЛ ІІ. ХАРАКТЕРИСТИКА ЖИТТЄВОГО ЦИКЛУ СІМ'Ї



ГЛАВА 4.
ЖИТТЄВИЙ ЦИКЛ СІМ'Ї

План:

1. Поняття про життєвий цикл сім'ї.
2. Основні класифікації життєвого циклу сім'ї.

1. ПОНЯТТЯ ПРО ЖИТТЄВИЙ ЦИКЛ СІМ'Ї

Життєвий цикл сім'ї – це

– історія життя сім'ї;
– протяжність у часі,
– власна динаміка;
– повторюваність, регулярність сімейних подій.

Сімейні події – найбільш значущі для життя сім'ї події, які суттєво впливають на зміну сімейної структури. Сукупності сімейних подій утворюють основні етапи сімейного циклу.

Життєвий цикл розвитку сім'ї

визначається	здійснюється
об'єктивними подіями (народження, смерть)	в контексті вікових змін всіх її членів

Вікові та психологічні зміни трансформують:

– систему потреб і мотивів особистості;
– способи поведінки і діяльності;
– соціальний статус членів сім'ї;
– стиль спілкування;
– характер функціонування сім'ї в цілому.

У функціонуванні сім'ї простежується **динамічний аспект у вигляді трьох процесів, а саме (Столін В.В., 1989):**

1) асимілятивний	– полягає у підтримці стійкого стану відкритої сімейної системи щодо деяких фіксованих систем відліку;
2) аккомодативний	– полягає в зрушенні самої фіксованої системи відліку;
3) адаптивний	– є пошуком балансу між збереженням деякого стійкого стану і зміною сімейного функціонування, тобто балансу між двома першими процесами.

Сім'я – це не статичне утворення, а динамічне!

Сім'я, як і її соціальний контекст, постійно знаходиться в процесі змін. Функції і структура сім'ї можуть змінюватися залежно від етапів її життєдіяльності.

2. ОСНОВНІ КЛАСИФІКАЦІЇ ЖИТТЄВОГО ЦИКЛУ СІМ'Ї

Соціологічний підхід А. Антонова (1996) полягає у визнанні першорядної значущості виховної функції сім'ї, а також системоутворюючим фактором сімейної системи батьківської підсистеми. Він виділяє чотири стадії життєвого циклу сім'ї:
1) стадія предбатьківства;
2) стадія репродуктивного батьківства;
3) стадія соціалізованого батьківства;
4) стадія прабатька.

Психологічний підхід до періодизації життєвого шляху сім'ї (Мінухін, МакГолдрік, Хейлі, А.Я. Варга, А.В. Черніков та ін). На кожній стадії родина зустрічається з певними завданнями розвитку, від ефективності вирішення яких залежить успішність проходження нею подальших етапів. Для кожної стадії життєвого циклу сім'ї характерні типові проблеми і своя динаміка змін. Переходячи від одного етапу до іншого, сім'я стає більш високоорганізованою і складною системою.
Основні етапи повного циклу функціонування сім'ї з урахуванням типових завдань розвитку:
1. Дошлюбний період.
2. Укладення шлюбу і виникнення подружніх відносин.
3. Народження дітей.
4. Виникнення дитячої підсистеми.
5. Введення дітей в позасімейні інститути.
6. Сформована, зріла сім'я.
7. Етап, коли діти покидають батьківський дім.
8. Етап «спорожнілого гнізда».
9. Завершальний етап життя родини: після відходу з життя одного з подружжя.

Р. Хілл (1949) виокремлює такі стадії життєвого циклу сім'ї:
• стадію монади;
• стадію вступу в шлюб;
• стадію народження дитини;
• стадію проживання з дитиною до підліткового віку;
• стадію «вильоту дітей з гнізда»;
• стадію смерті одного з подружжя;
• знову стадію монади.

Розглянемо життєвий цикл сім'ї , запропонований Б. Картер і М. Макголддрік в 1988 році.
Критеріями даної періодизації є наступні характеристики сім'ї (Б. Картер і М. Макголддрік, 1988):
1) життєві цілі;
2) завдання, які реалізуються для досягнення цих цілей;
3) склад;
4) переходи з однієї стадії на іншу відповідно до нових життєвих установок сімейної системи.

Існують два сценарії розвитку сім'ї на кожній стадії життєвого циклу (Б. Картер і М. Макголдрик, 1988):	
сценарій благополуччя	сценарій неблагополуччя

Рішення задач кожної наступної стадії визначається успішністю вирішення завдань попередньої стадії за наявності між ними спадкоємності і взаємозв'язку.

Життєвий цикл сім'ї включає 6 таких стадій (Б. Картер і М. Макголдрик, 1988):	
<p>Стадія 1. Дошлюбний період (молодий дорослий поза шлюбного союзу), або «час монади».</p> <p>Мета: досягнення емоційної та економічної самостійності особистості, прийняття відповідальності за себе та свою долю.</p> <p>Завдання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - емоційна диференціація Я від сім'ї батьків, автономізація особистості, придбання незалежності; - розвиток інтимності міжособистісних відносин (за Е. Еріксоном), здатності кохати і бути коханим у міжособистісних стосунках з протилежною статтю, пошук шлюбного партнера; - становлення Я особистості через придбання професії та досягнення економічної незалежності. 	
<p>Стадія 2. Укладення шлюбу, утворення нової сімейної пари, або «час діади».</p> <p>Мета: формування нової сімейної системи на основі укладення шлюбу.</p> <p>Завдання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вироблення та узгодження загальних сімейних цінностей і сімейного укладу; - вирішення питань верховенства і встановлення лідерства; - розподіл ролей, прийняття відповідальності подружжя за їх виконання; - визначення фінансово-економічного статусу сім'ї, організація сімейного бюджету, рішення територіальної проблеми сім'ї (проблеми проживання); - організація дозвілля; - шлюбно-сімейна адаптація подружжя як пристосування до життя сім'ї; - формування сімейної самосвідомості «Ми», вироблення спільної позиції щодо майбутнього сім'ї, планування основних життєвих цілей; - встановлення відносин з розширеною родиною (батьками і родичами кожного з подружжя). 	
<p>Стадія 3. Сім'я з маленькими дітьми (до підліткового віку).</p> <p>Мета: початок реалізації функції виховання дітей, розширення сімейної системи з включенням в неї нових членів.</p> <p>Завдання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - зміна структурно-функціональної будови сім'ї – формування подружньої і батьківсько-дитячої підсистем; - формування батьківської позиції матері і батька; - адаптація сімейної системи до включення дітей; - вироблення стратегії, тактики і методів виховання, їх реалізація; - встановлення нових відносин з розширеною сім'єю з включенням ролей для прабабків – бабусь і дідусів. 	

Стадія 4. Сім'я з дітьми підліткового віку.

Мета: розвиток сімейної системи з урахуванням зростаючої незалежності дітей та включення турботи про старше покоління (прабатьків).

Завдання:

- перегляд системи дитячо-батьківських відносин у напрямку визнання права підлітків на дорослість і надання їм необхідного і можливого ступеня незалежності та самостійності;
- турбота про старше покоління сім'ї (прабатьків);
- прийняття поколінням подружжя повної міри відповідальності за благополуччя розширеної сім'ї і зміна характеру відносин, визнання старшим поколінням ролі лідера за середнім поколінням;
- рішення задач вікового розвитку, подолання кризи середини життя, успішне вирішення завдань особистісного розвитку і самоактуалізації, професійного і кар'єрного зростання.

Стадія 5. Період відокремлення дітей, які набувають статус дорослого (сім'я з дорослими дітьми).

Мета: формування гнучкої сімейної системи з відкритими кордонами.

Завдання:

- реконструкція сімейної системи як діади;
- формування нової системи відносин між батьками і дітьми за типом «дорослий-дорослий»;
- включення в сімейну систему нових членів (дружини сина або чоловіка дочки, онуків);
- освоєння нових сімейних ролей – бабусі й дідуся;
- підвищена турбота про старше покоління, прийняття невідворотності та можливої смерті батьків.

Стадія 6. Сім'я після відокремлення дітей (стадія похилого віку і старості).

Мета: перебудова системи відносин поколінь в рамках розширеної сім'ї з урахуванням реалій вікових змін.

Завдання:

- збереження колишніх індивідуальних інтересів, видів активності і форм взаємодії і функціонування в подружніх парах всупереч фізіологічного старіння і втрати фізичних сил і можливостей;
- вивчення нових можливостей виконання соціальних і сімейних ролей (бабусі і дідуся);
- підтримка центральної ролі середнього покоління;
- надбання мудрості та досвіду старості в розумному функціонуванні;
- переживання втрати чоловіка (дружини), близьких людей, друзів, однолітків;
- побудова моделі життєдіяльності після втрати чоловіка (дружини);
- «перегляд» підсумків життя, прийняття неминучості власної смерті, вирішення проблеми особистісної інтеграції перед загрозою розпаду.

Е. Дюваль виокремив наступні стадії життєвого циклу сім'ї:

Прийняття та освоєння подружніх ролей.	Молода подружня пара не має ще дітей, але вирішує питання, пов'язані з бажанням стати батьками. Подружжя займаються врегулюванням відносин із збільшеним числом родичів і, перш за все, з батьківськими сім'ями.
---	--

Поява в родині дітей (вік старшого – до 30 місяців).	Поява першої дитини вимагає від подружньої пари переходу від діадного типу відносин та адаптації до відносин в трикутнику. Турботи, пов'язані з доглядом за дитиною, його правильним розвитком, є головними в цей період.
Сім'ї з дітьми дошкільниками (вік старшої дитини від 2 років і 6 місяців до 6 років).	Це час первинного введення дітей у позасімейні інститути (дошкільні заклади). Батьки повинні адаптуватися до вікових потреб дошкільнят. У них накопичується втома, їм необхідно подолати труднощі, пов'язані з сильним обмеженням особистого простору.
Сім'ї з дітьми молодшими школярами (вік старшої дитини від 6 до 13 років).	У цей період основну увагу батьків притягнуто до шкільних справ дітей. Спонування дітей до навчальних успіхів – головне завдання сім'ї.
Сім'ї з підлітками (старшій дитині від 13 до 20 років).	Прийняття «підлітковості» дітей – важлива і важка задача для батьків і дітей. Від батьків потрібна зміна ставлення до дітей-підлітків, встановлення рівноваги між наданням свободи підліткам та прийняттям ними відповідальності. Дорослішання дітей дозволяє батькам створювати своє коло інтересів, не пов'язаних безпосередньо з дітьми, активно займатися питаннями власної кар'єри. Відбувається підготовка до відходу дітей з родини.
Вихід молодих людей з родини (від відходу першої дитини до моменту, коли наймолодший покине батьківську сім'ю).	Сім'я: дорослі та діти експериментують з незалежністю один від одного. Молоді люди звільняються від опіки батьків. Важливим завданням при вирішенні питань відокремлення дітей є збереження підтримки як основи сім'ї.
Середній вік батьків (від «порожнього гнізда» до відходу на пенсію).	Період, коли батьки залишилися знову самі, без дорослих дітей, що покинули рідне «гніздо». Потрібно переструктурувати подружні стосунки. Старше і молодше покоління вчиться вибудовувати відносини незалежності та збереження родинних зв'язків
Старіння членів сім'ї (від відходу на пенсію до смерті обох подружжів).	Найскладніші завдання цього етапу – прийняття факту відходу на пенсію та адаптація до старості. У зв'язку зі смертю одного з подружжя для іншого встають важкі проблеми втрати і самотнього життя. Збереження сімейних зв'язків з дітьми та онуками допомагає проживанню останнього етапу життєвого циклу сім'ї.
<p>Аналіз представленої періодизації свідчить про те, що Дюваль визнає дитячу підсистему сім'ї провідною.</p> <p>Завдання розвитку пов'язані з народженням дітей, їх вихованням та доглядом з батьківської сім'ї.</p>	

Г. Навайтис (1999) розглядає наступні етапи розвитку сім'ї:

Етапи:	Завдання:
Дошлюбне спілкування	<ul style="list-style-type: none"> – досягти часткової психологічної та матеріальної незалежності від генетичної сім'ї; – набути досвіду спілкування з протилежною статтю; – вибрати шлюбного партнера; – набути досвіду емоційної та ділової взаємодії з ним.
Шлюб	<ul style="list-style-type: none"> – прийняття подружніх соціальних ролей; – включення відносин в парі до більш широкого контексту відносин, що вже підтримуються кожним з подружжя;
«Медовий місяць»	<ul style="list-style-type: none"> – встановлення психологічної та просторової дистанції з генетичними сім'ями; – прийняття змін щодо інтенсивності почуттів; – набуття досвіду взаємодії при вирішенні питань організації щоденного побуту родини; – первинне узгодження сімейних ролей; – створення інтимності.
Молодасім'я – з моменту народження дитини до повернення дружини до професійної діяльності або початок відвідування дитиною дошкільного закладу.	
	<ul style="list-style-type: none"> – прийняття рішення про продовження роду; – поділ ролей, пов'язаних із батьківством і материнством, та їх погодження; – матеріальне забезпечення нових умов життя сім'ї; – пристосування до великих фізичних і психологічних навантажень, до обмеження загальної активності подружжя за межами сім'ї, до недостатньої можливості побути на самоті і т. д.
Зріла родина , тобто сім'я, яка успішно виконує свої функції. Етап закінчується, коли діти досягають часткової незалежності від батьківської сім'ї.	
	<ul style="list-style-type: none"> – створення нової структури відносин; – здібність виховувати дітей; – організація соціальних зв'язків дитини; – забезпечення та прийняття умовної автономності.
Сім'я людей старшого віку.	<ul style="list-style-type: none"> – участь у вихованні онуків; – підтримка один одного.

Завдання, які не вирішені на попередніх етапах, неминуче повинні вирішуватися на наступних, а якщо цього не відбувається, сім'я, як мала група, що має специфічні функції, не здатна їх виконувати. Незалежно від їх числа, початок четвертого етапу визначає народження першої дитини, а закінчення п'ятого – досягнення всіма дітьми часткової автономності.

Періодизація стадій розвитку подружніх відносин Д. Фанта:

молодий шлюб	шлюб середнього віку	шлюб зрілого віку	шлюб літнього віку
---------------------	-----------------------------	--------------------------	---------------------------

Молодий шлюб.

Триває менше п'яти років.

Вік чоловіка й жінки – від 18 до 30 років.

У цей період вони звикають одне до одного, купують меблі й предмети побуту, часто не мають власної квартири й живуть із батьками одного з них. Згодом з'являється квартира, що поступово обстаблюється, будується власне домашнє господарство. Чоловік і жінка очікують дітей, з народженням яких виникають обов'язки, пов'язані з турботою про них.

У професійній області молодий чоловік і жінка тільки здобувають яку-небудь кваліфікацію, поступово вони досягають певного положення, адаптуються до нової сімейної обстановки. Дружина якийсь час перебуває в декретній відпустці. Спільне життя вимагає чималих витрат, у тому числі психологічних, тому їх матеріально й «морально» підтримують батьки.

Шлюб середнього віку.

Триває 6-14 років.

Вік подружжя від 30 до 45-50 років.

У цей період люди економічно активні, займають стабільне суспільне становище й позбавлені необхідності придбання квартири, меблів тощо.

У домі вже немає маленьких, діти – школярі або студенти – стають все більш самостійними. Дружина крім обов'язків по дому може значно більше часу віддавати професійній діяльності.

Шлюб зрілого віку.

Наступає після 15 і триває до 25 років.

Вік партнерів 45-60 років.

В цьому віці знижується швидкість психічних процесів, зменшується здатність опанування нового. У сім'ї вже дорослі діти, чоловік і жінка залишаються наодинці або звикають жити з сім'ями дітей й виховувати онуків.

На початку цього етапу подружнього життя звичайно наступає клімактеричний період, який часто супроводжується у жінок підвищеною напругою, тривожністю, лабільністю психічних процесів. В кінці етапу з виходом на пенсію у партнерів змінюється стереотип їх життя, але все це компенсується великим об'ємом накопиченого життєвого досвіду.

Для **шлюбу літнього віку** характерне зниження продуктивності праці й збільшення проблем, пов'язаних зі здоров'ям.

Шлюб, як правило, стабільний.

Чоловік і жінка потребують допомоги й бояться втратити один одного.

Відносини між ними такі, якими вони склалися протягом довгого спільного життя. У цей час уже важко що-небудь змінювати. Звуження соціальних контактів іноді підсилює тиск на дорослих дітей, особливо при спільному їх проживанні, що може служити причиною виникнення конфліктів.

Конфлікти між партнерами можуть бути відбиттям їх конфлікту з «молодими» через різне відношення до них.

В.А. Сисенко (1983) виділяє:	
зовсім молоді шлюби	- від 0 до 4 років спільного життя;
молоді шлюби	- від 5 до 9 років;
середні шлюби	- від 10 до 19 років;
літні шлюби	- більше 20 років спільного життя.

Е.К. Васильєва (1975) виділяє п'ять стадій життєвого циклу сім'ї:	
зародження сім'ї	з моменту укладення шлюбу до народження першої дитини;
народження і виховання дітей	ця стадія закінчується з початком трудової діяльності хоча б однієї дитини;
закінчення виконання сім'єю виховної функції	це період з початку трудової діяльності першої дитини до того моменту, коли під опікою батьків не залишиться жодного з дітей;
діти живуть з батьками і хоча б один з них не має власної сім'ї;	
подружжя живе окремо або з дітьми, що мають власні сім'ї.	
Е.К. Васильєва (1975) також виходить з того, що на кожній стадії вирішуються свої, властиві тільки цьому періоду завдання, відповідно, і характеристика кожного періоду досить специфічна.	

Отже, шлюбний союз у своєму розвитку переживає ряд етапів, що супроводжуються так званими нормативними кризами. Загальний характер цих криз, однак, не визначає їх гостроту й серйозність. Багато чого залежить від бажання й культури міжособистісних стосунків чоловіка й жінки, їх здатності переглядати свої помилкові уявлення, прагнення підтримувати психологічно благополучні, здорові стосунки з іншими членами сім'ї. Наявність усвідомленої установки на спільний з партнером розвиток, своєчасне виявлення змін у взаєминах дозволяють подружжю керувати своєю поведінкою. Неуважність до процесів розвитку один одного, зміни потреб та інтересів партнера ставить родину на межу розпаду.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Що таке життєвий цикл сім'ї?
2. Які підходи до класифікацій стадій життєвого циклу сім'ї вам відомі? Назвіть авторів.
3. Які завдання і проблеми постають перед сім'єю у різних фазах життєвого циклу сім'ї?
4. Охарактеризуйте фази життєвого циклу сім'ї за Е. Дюваль.
5. Розкрийте фази життєвого циклу сім'ї за Е. Васильєвою.
6. Опишіть фази життєвого циклу сім'ї за А.І. Антоновим
7. Охарактеризуйте фази життєвого циклу сім'ї з точки зору психологічного підходу.
8. Яка з фаз життєвого циклу сім'ї на вашу думку є найбільш значущою.

9. Прокоментуйте життєвий цикл сім'ї.
10. Що може виступати ознаками сімейної кризової події ?
11. Яку роль виконують кризи в житті сім'ї ?
12. Чи можна підготуватися до нормативних життєвих криз ?
13. Приведіть приклад та прокоментуйте ненормативні сімейні кризи.
14. Окресліть специфіку психологічної допомоги сім'ї при ненормативній сімейній кризі.
15. Що може відбуватися в сім'ї у випадку нерівномірного розподілу ролей ?
16. Що може трапитися в сім'ї у випадку, коли виконувані ролі протирічать одна одній?

Тестові завдання для перевірки знань:

1. Хто ввів в науку термін «життєвий цикл» ?

- а) В.О.Сухомлинський;
- б) Пол Гліко;
- в) Джон Алан Лі;
- г) Роберт Дж. Стернберг.

2. Життєвий цикл сім'ї – це:

- а) це певні етапи розвитку і життєдіяльності сім'ї як системи;
- б) це життєдіяльність сім'ї яка пов'язана з задоволення певних потреб;
- в) певні стадії життя сім'ї;
- г) форма організації стосунків, що можуть скластися будь-як.

3. Структура сім'ї – це:

- а) закономірності і динаміка розвитку шлюбу;
- б) це спосіб і організація зв'язків між її складовими частинами (батьками, дітьми, подружжям і т. ін.), характер їх взаємовідносин у процесі життєдіяльності, типи авторитету;
- в) складові, які утворюють основу сімейних відносин;
- г) динаміка стосунків в сім'ї.

4. Вкажіть яка із наведених нижче стадій не входить до переліку стадій життєвого циклу сім'ї ?

- а) Дошлюбний період «Стадія монади»;
- б) «Стадія діади»;
- в) «Сім'я з маленькими дітьми»;
- г) «Сім'я з дітьми підліткового віку»;
- д) «Сім'я з дітьми юнацького віку»;
- є) «Період відокремлення дітей»;
- ж) «Стадія людей похилого віку і старості».

Тематика доповідей та рефератів:

1. Психологічний підхід до періодизації життєвого шляху сім'ї.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом:

1. Побудуйте схему концепції Б. Картера і М. Макголдрика.
2. Побудуйте схему концепції Р. Хілла.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Андреева Т. Семейная психология. СПб, 2004.
2. Андреева, Т.В. Психология современной семьи / Т.В. Андреева. СПб.: Речь, 2005., 436 с.
3. Антонов А.И., Медков В.М. Социология семьи. М.: Изд-во МГУ: Изд-во Международного университета бизнеса и управления («Братья Карич»), 1996., 304с
4. Бэндлер Р., Гриндлер Д., Сатир В. Семейная терапия. Воронеж, 1993.
5. Васильева Э.К. Семья и ее функции. М., Статистика, 1975
6. Великова, С.А. Психология семьи: учебник и практикум для академического бакалавриата / С.А. Великова., М.: Юрайт, 2017., 308 с.
7. Вікіпедія. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki>
8. Дружинин В.Н. Психология семьи. СПб.: Питер., 2006., 176 с.
9. Жизненный цикл семьи. URL: <https://psylist.net/family/00022.htm>
10. Змановская, Е.В. Психология семьи. Основы супружеского консультирования и семейной психотерапии / Е.В. Змановская., М.: Инфра, М, 2017., 380 с.
11. Марценюк М. О. Опорний кЯонспект лекцій з курсу «Психологія сім'ї» для студентів напряму підготовки 6.030103 «Практична психологія», Мукачево: Вид-во МДУ, 2016., 94 с.
12. Николаева, Е.И. Психология семьи / Е.И. Николаева., СПб.: Питер, 2017., 368 с.
13. Психологія: підручник. URL: <https://pidruchniki.com/1584072037180/psihologiya/psihologiya>
14. 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.
15. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. / О.А. Столярчук. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015., 136 с.
16. Сатир В. Как строить себя и свою семью. М., 1992.
17. Сысенко В.В. Супружеские конфликты. М., 1983.
18. Семья в психологической консультации: Опыт и проблемы психологического консультирования/ Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина; Науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР. М.: Педагогика, 1989., 208 с. URL: [http://psychlib.ru/mgppu/bod_sto/bod_sto.htm#\\$p1](http://psychlib.ru/mgppu/bod_sto/bod_sto.htm#$p1)
19. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї [Текст] : навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. Луцьк : Вежа-Друк, 2015., 364 с
20. Шнейдер, Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций / Л.Б. Шнейдер., М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000., 512 с.
21. Якимова, Т.В. Психология семьи: учебник и практикум для академического бакалавриата / Т.В. Якимова., М.: Юрайт, 2017., 345 с.

ГЛАВА 5.
ПЕРЕДШЛЮБНИЙ ПЕРІОД

План

1. Загальна характеристика передшлюбного періоду.
2. Теорії вибору шлюбного партнера.
3. Пріоритети у виборі шлюбного партнера.
4. Моделі вибору супутника життя.
5. Мотивація вступу у шлюб.

1. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ПЕРЕДШЛЮБНОГО ПЕРІОДУ

У психології сімейних взаємин прийнято виділяти періоди:	
<i>дошлюбний</i>	<i>передшлюбний</i>

До особливостей дошлюбного періоду відносять
весь життєвий сценарій людини від народження до шлюбу.

Психологічне завдання дошлюбного періоду, яке розв'язує кожна молода людина, полягає в
необхідності фактично відокремити себе від батьківської сім'ї й водночас продовжувати залишатися пов'язаною із нею.

У передшлюбному періоді виділяють:	
передшлюбне знайомство	передшлюбне залицяння

Передшлюбний період дуже важливий для розуміння всієї специфіки психології сімейних взаємин. Подружжя не є кровними родичами, вони стають «родичами» за вибором. У цьому сенсі потрібно в передшлюбний період багато сил витратити на цей вибір, а згодом докладати чимало психологічних зусиль для його збереження.

Функції передшлюбного періоду:		
1) нагромадження спільних переживань і вражень;	2) пізнання один одного, уточнення і перевірка прийнятого рішення;	3) проектування спільного життя.

Психологічні умови оптимізації передшлюбного періоду включають:
<ul style="list-style-type: none"> • рефлексію мотивів, відносин і почуттів, як своїх власних так і партнера; • заміна емоційного образу обранця на реалістичний; • здійснення передшлюбного інформаційного обміну; • оцінка стилю спілкування і взаємодії (чи влаштовує?); • адекватизація рівня домагань; • реалістичне сприйняття партнера і прийняття його; • уявне і реальне програвання сценаріїв спільного життя.

Фактори ризику вступу у шлюб:

- ранній вік тих, хто вступає у шлюб;
- пізній вік (для Заходу таким віком є: для чоловіка – 40 - 45 років, для жінки – 30 - 35 років, для України: для чоловіка – 30 - 32 роки, для жінки – 25 - 27 років);
- перевищення віку дружини щодо віку чоловіка;
- наявність у дружини більш високої освіти;
- міське походження;
- гетерогенність статусу;
- соціально-демографічна різниця в походженні;
- відсутність братів і сестер у дружини;
- відсутність сестер у чоловіка;
- нестійкість відносин до шлюбу;
- негативне відношення батьків до шлюбу;
- занадто короткий чи занадто тривалий період знайомства;
- неоптимальні мотиви вступу в шлюб;
- дошлюбна вагітність;
- наявність друзів протилежної статі в одного з майбутньої сімейної пари.

Прогностично-сприятливі фактори:

- 1) вища освіта в чоловіка;
- 2) оптимальна тривалість передшлюбних відносин (від 1 року до 3 років);
- 3) «теплі» відносини до шлюбу;
- 4) подібні риси характеру (крім домінування і суперництва);
- 5) наявність рольових очікувань та їхній збіг і погодженість;
- 6) наявність загальних друзів майбутньої сімейної пари;
- 7) згода батьків на шлюб та їхня позитивна оцінка наміченого союзу;
- 8) готовність особистості до шлюбу і сімейного життя;
- 9) здатність до шлюбу.

Багато людей приймають рішення про вступ до шлюбу під впливом мимовільної закоханості, пристрасті, не усвідомлюючи яку відповідальність вони беруть на себе. В результаті їх очікування та надії не виправдовуються.

Готовність означає «систему соціально-психологічних установок особистості, яка визначає емоційно-психологічне ставлення до способу життя, цінностей подружжя».

Готовність до сімейного життя – інтегральна категорія, яка включає цілий комплекс аспектів [Шнейдер Л. Б., 2005, с. 118]:

1. **Формування певного морального комплексу** – готовність особистості прийняти на себе нову систему обов'язків щодо свого шлюбного партнера, майбутніх дітей.

2. **Підготовленість до міжособистісного спілкування та співпраці.** Сім'я є малою групою, і для нормального її функціонування необхідна узгодженість ритмів життя подружжя.

3. **Здатність до самовідданості партнерові.** Здатність до такого почуття включає й здатність до відповідної діяльності, заснованій, передусім, на якостях та рисах альтруїзму люблячої людини.

4. Наявність якостей, пов'язаних із проникненням у внутрішній світ людини – емпатійний комплекс.
5. Висока естетична культура почуттів та поведінки особистості.
6. Вміння вирішувати конфлікти конструктивним способом , здатність до саморегуляції власних психічних проявів та поведінки.

Готовність особистості до шлюбу і сімейного життя включає такі компоненти :
1) фізична і фізіологічна зрілість майбутнього подружжя , коли чоловік стає здатним зачати, а жінка виносити й народити здорову дитину; при цьому існує реальна суперечність між юридично встановленим шлюбним віком, що свідчить передусім про фізичну зрілість майбутнього подружжя, і їх соціальною зрілістю, яка найчастіше настає значно пізніше;
2) етико-психологічна готовність , що передбачає: <ul style="list-style-type: none"> ✓ сформованість адекватних шлюбно-сімейних стосунків, уявлень майбутнього подружжя про шлюб і сім'ю, подружні і батьківські обов'язки, розуміння співвідношення між любов'ю і шлюбом; ✓ уміння цінувати особисті якості партнера, об'єктивно оцінювати власні почуття і ставлення до обранця; ✓ спрямованість на іншу людину; ✓ розуміння основ формування психологічно здорової сім'ї, створення сприятливого соціально-психологічного клімату сім'ї і наявність відповідних умінь. <p>При цьому для того, хто бере шлюб, важливо вміти спроектувати реальну модель майбутньої сім'ї, її уклад з урахуванням впливу способу життя батьківських родин, матеріально-економічних можливостей, шляхів реалізації спільних планів на майбутнє;</p>
3) соціальна готовність , яка означає, що майбутні шлюбні партнери є рівноправними членами суспільства, які спроможні виконувати соціальні ролі та обов'язки, усвідомлюють правову основу шлюбу, готові взяти на себе відповідальність одне за одного і за своїх дітей, здатні матеріально забезпечити сім'ю;
4) сексуальна готовність , орієнтація на спільність сексуально-еротичних переживань з коханим партнером іншої статі, якому людина довіряє і на чію довіру здатна відповідати, з якою вона хоче й може поділяти відповідальність за спільну працю, продовження роду й відпочинок для того, щоб забезпечити можливості сприятливого розвитку дітей; при цьому важливе значення має наявність знань з анатомії і фізіології, культури статевого спілкування.

Психологічна готовність відіграє особливу роль у формуванні готовності до створення сім'ї. Саме вона зумовлює здатність до шлюбу, тобто спроможність: <ul style="list-style-type: none"> ✓ турбуватися про іншу людину; ✓ співчувати, співпереживати іншому; ✓ спілкуватися на основі співпраці з іншим; ✓ бути терпимим (толерантним), сприймати іншу людину з її індивідуальними особливостями, звичками, навіть протилежними власним, вміти пристосовуватися до них.
--

Рівень готовності до подружнього життя визначає в подальшому стабільність і тривалість існування сім'ї.

В.А. Сисенко ввів поняття «здатність до шлюбу». **Здатність до шлюбу передбачає такі складники** [Сисенко В.А., 1985]:

1) здатність турбуватись про іншу людину, робити для неї добро;

2) здатність співпереживати, співчувати, тобто входити в емоційний світ партнера, розуміти його радість та горе, переживати невдачі, знаходити духовну єдність;

3) здатність до кооперації, співробітництва у міжособистісному спілкуванні;

4) висока етична культура, яка передбачає терплячість, великодушність, доброту, прийняття іншої людини з усіма її недоліками.

Усі ці здатності є показниками вміння людини швидко корегувати свою поведінку у відповідності до обставин, які змінюються, проявляти терпимість, стійкість та передбачуваність своєї поведінки, здатність до компромісу.

Зазначені «здатності до шлюбу» перекликаються з **рисами зрілої особистості**, серед яких слід виділити такі [Г. Олпорт, 2002]:

1) здатність до теплих стосунків, подружньої інтимності (любові до близьких людей без власницького характеру) та співчуття (проявляється в терпимості до різниці в цінностях та установах);

2) емоційна незаклопотаність та самоприйняття (здатність керувати своїми емоційними станами таким чином, щоб це не заважало благополуччю інших);

3) реалістичність сприймання, досвіду та домагань (проявляється у здатності бачити речі такими, які вони є, а не такими, якими хотілося б їх бачити);

4) самооб'єктивність (чітке уявлення про свої сильні та слабкі сторони);

5) наявність справи, діяльності, яку їй важливо виконувати.

2. ТЕОРІЇ ВИБОРУ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА

Існують різні теорії вибору шлюбного партнера.

Так, зокрема, К. Мелвілл уподібнює процес вибору шлюбного партнера **торговій угоді**, причому «валютою» в обміні служать такі соціальні цінності двох індивідів як соціальне походження, економічне становище, освіта і особисті якості (вік, зовнішність) (Melville K., 1977).

Теорія гомогамії (Най А., Берардо Ф., Боссард Дж. та ін.) полягає у тому, що:

можна одружитися за умови однакової «соціальної цінності», тобто кандидати з однаковими характеристиками, що мають першорядне значення з точки зору шлюбного вибору (раса, віросповідання, соціальний клас, близькість за освітнім рівнем, віком, шлюбним статусом, територіальна близькість проживання) (NyeL, BerardoE, 1973).

Теорія «потреб, які доповнюються» (Уінч Р.) полягає в припущенні, що:

принцип гомогамії може бути застосований лише до соціально-культурних характеристик, а на рівні особистісних характеристик притягуються протилежності (Winch R., 1954). Це означає, що владного чоловіка нерідко привертає лагідна жінка, а спокійного і м'якого чоловіка може тягнути до енергійної і прямолінійної жінки.

Інструментальна теорія підбору подружжя (Centers R., 1975):

першочергову увагу надає задоволенню потреб, однак, при цьому дослідник стверджує, що одні потреби (наприклад, статеві і потреба в приналежності) більш важливі ніж інші, і що деякі потреби більш притаманні чоловікам ніж жінкам і навпаки. Людину тягне до того, чий потреби схожі з її власними або доповнюють їх.

Теорія «стимул-цінність-роль» (Мурстейн Б.) ґрунтується на двох важливих засадах (Murstein B., 1970):

1) на кожному ступені розвитку взаємин партнерів міцність відносин залежить від так званого рівного обміну (відбувається облік плюсів і мінусів кожного індивіда, кожна людина намагається вступити в шлюб з найбільш привабливим для себе партнером);

2) шлюбний вибір включає в себе серію послідовних стадій, або фільтрів. Виділяються три стадії:

а) стимул (привабливість партнера);

б) цінність (схожість поглядів);

в) роль (відповідність ролі до ролі обранця своїм очікуванням).

Теорія фільтрів (А. Керкгоффа і К. Девіс):

схематично цей процес можна уявити як послідовне проходження через серію фільтрів, які поступово відсіюють людей з безлічі можливих партнерів і звужують індивідуальний вибір.

Перший фільтр: місце проживання – відсіює 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 – встановлюються схожість цінностей і сумісність ролевих очікувань.

Результатом проходження через усі фільтри є вступ до шлюбу.

У «**круговій теорії любові**» розглядається чотири передшлюбні стадії (Reissl. L., 1976):

1) **встановлення взаємозв'язку** (критерій – легкість спілкування, залежить від соціально-культурних чинників);

2) **саморозкриття** – виникнення довіри, можливість розкриття себе перед іншим;

3) **формування взаємної залежності** (на основі почуття необхідності один одному);

4) **реалізація базових потреб особистості** (в любові, довірі).

Загальним для перерахованих теорій є те, що всі вони базуються на **принципі соціально-культурної гомогамії**, а механізм вибору партнера розглядається як система фільтрів. Дані теорії послідовно звужують коло можливих обранців, відсікаючи невідповідних. На заключному етапі залишаються лише ті пари чоловіків і жінок, які теоретично повинні добре підходити один одному як подружжя.

Рольова теорія (Парсонс Т., Бейлз Р., Харбер Б., Орт Р. та ін.):

вважають, що задоволеність шлюбом залежить від відповідності рольових очікувань від партнерів щодо їх рольової поведінки.

Вибір шлюбного партнера можна уявити, на думку Р. Зідлера, як процес фільтрації.

Спочатку визначається *категорія соціально відповідних партнерів*. Це відбувається майже «непомітно» для людини в соціальному середовищі, де вона обертається.

Потім здійснюється *специфічний вибір із «сукупності» можливих партнерів* відповідно до психологічних, сексуально-еротичних і естетичних механізмів. При цьому велике значення надається враженням, винесеним з рідної сім'ї, освіті та ранній професійній кар'єрі молодих людей.

3. ПРІОРИТЕТИ У ВИБОРІ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА

У виборі шлюбного партнера люди відштовхуються від певних критеріїв. **Критерії вибору шлюбного партнера** – це один із найбільш вивчених аспектів сімейної психології. Різні вчені виділяють різні критерії, але фактично всі автори одноставно називають певний їх набір. Велику роль у виборі партнера грає культурне середовище.

В результаті кроскультурного опитування Д. Баса були виявлені наступні **якості потенційних партнерів**:

- 1) взаємна любов і прихильність;
- 2) надійність;
- 3) емоційна стійкість;
- 4) зрілість;
- 5) приємний характер.

Американці в якості критеріїв вибору шлюбного партнера називають такі необхідні якості як:

- дбайливість;
- любов;
- чесність;
- почуття гумору;
- здатність до розуміння;
- уміння спілкуватися;
- надійність;
- орієнтованість на дітей;
- готовність до компромісів;

цілеспрямованість;
працьовитість;
цілісність;
хороший характер;
здатність до емоційної підтримки.

Психологи до *сприятливих якостей для вступу у шлюб* відносять (як для чоловіків так і для жінок) такі:

- оптимізм і емоційну жвавість;
- старанність;
- здатність виконувати підлеглі ролі при збереженні власних суджень;
- доброзичливість і співчутливість;
- уміння розпоряджатися грошима.

Окремо описують якості чоловіків, сприятливі для вступу в шлюб:

- уміння брати на себе відповідальність;
- здатність отримувати задоволення, ведучи за собою інших;
- упевненість у собі;
- турбота про підтримку рівності в спілкуванні;
- уміння помічати деталі.

Окремо описують якості жінок, сприятливі для вступу в шлюб:

- спроможність до емоційної підтримки;
- здатність отримувати задоволення від допомоги іншим;
- спокійне ставлення до порад (чоловіка, свекрухи);
- відсутність тенденції до суперництва;
- відсутність зайвої романтичності.

4. МОДЕЛІ ВИБОРУ СУПУТНИКА ЖИТТЯ

У психології прийнято розрізняти такі моделі вибору супутника життя:

1. Модель фільтрів.

Згідно цій моделі вибір партнера являє собою багатоступінчастий процес.

На першій стадії відбувається фільтрація, тобто виявляється притягувальна сила людини, яка схожа за походженням, релігійною і соціальною приналежністю.

На другій стадії спрацьовує *фільтр ціннісно-орієнтаційної єдності*. Симпатія виникає при співпадінні цінностей, переконань, світоглядних позицій.

На третій стадії фільтрація відбувається за *потребно-мотиваційним принципом*, де співпадають базові потреби.

2. Модель максимізації вигоди.

Формування пари відбувається за наявності у партнера максимальної кількості бажаних якостей. Чим більше співпадінь, тим вірогіднішим стає факт укладання шлюбу саме з цією людиною.

3. Модель доповнення.

Притягувальним є ситуація, коли один партнер володіє чимось таким (властивостями, рисами характеру, інтересами, вміннями), чого немає у іншого. Такий механізм компенсації спрацьовує за принципом компліментарності.

Фази вибору чоловіком та дружиною один одного:

1) фаза спілкування («Який він?») – суттєва роль у зовнішній привабливості, манері поведінки, оцінці навколишніх;

2) фаза визначення гідності партнера («Хто він?») – подібність інтересів, точок зору, шкали цінностей;

3) фаза встановлення ролі, статусу («Де він?») – сумісність ролей, партнери встановлюють, чи зможуть вони зайняти взаємодоповнюючі позиції в подружньому союзі, що дозволить їм задовольнити потреби, оцінюють подібності і протилежності характерів.

Існують такі **внутрішні критерії, які визначають вибір партнера** (Н.Н. Наріцин):

1) **батьківський сценарій** – обранець схожий на батька або на той образ, який був нав'язаний батьками, як ідеальний чоловік. Саме сценарна поведінка змушує обирати собі у подружжя схожих на батьків/матерів. Сценарії визначають критерії вибору, мотивації до шлюбу, мотиви вступу в шлюб, поведінку під час предшлюбного періоду і в шлюбі, ставлення до чоловіка, тривалість шлюбу, кількість шлюбів і т. д. – загалом, все особисте життя людини;

2) **перші навички спілкування** (у дитячому садочку, школі і т. д.) – дуже приваблюють люди, схожі чимось на перших справжніх друзів, навіть якщо їхні обличчя важко згадати. Головне те, що з такими людьми був позитивний досвід спілкування на ранній стадії, що тепер дає підстави припускати, що і з новим знайомим все складеться так само вдало;

3) **перші еротичні враження** (імпринтинг статевого дозрівання) – чоловік, схожий на того, хто викликав перші хвилюючі почуття, перші бажання, через багато років може знову вселити душевний трепет, викликати тягіння і навіть любов;

4) **певні генетичні ознаки**, які той, хто вибирає, вважає позитивними. Природа так влаштувала, що все спрямовано на поліпшення роду. І людина, якій не подобається той чи інший параметр тіла або організму майбутнього партнера, несвідомо буде вибирати того, у кого є те, чого йому не вистачає, і навпаки. Часто такі пари бувають досить гармонійними, але, на жаль, настільки ж часто надії не виправдовуються, у генетиці свої закони.

При виборі шлюбного партнера слід звернути увагу на (С.В. Ковальова):

1) особливості сімейного укладу обранця (його сім'ї), які здаються йому природними;

2) здатність можливого обранця до подолання неминучих у шлюбі перешкод;

3) готовність майбутнього партнера до виконання повсякденних сімейних функцій (і своє прийняття ступеня цієї підготовленості).

Роль етапу передшлюбного залицяння зазнала суттєвих змін в сьогоденні, оскільки у сучасних юнаків і дівчат існує стала тенденція до нехтування передшлюбним залицянням [Сіляева Є.Г., 2002].

Особливістю сучасного передшлюбного залицяння є так званий «передшлюбний експеримент» – своєрідне моделювання всієї реальності сімейних відносин до їх офіційного юридичного початку (включаючи сексуальний контакт) [Сіляева Є.Г., 2002].

На думку С.В. Ковальнової, «передшлюбний експеримент» може допомогти у визначенні функціонально-рольової сумісності, а зовсім не в сексуальній сфері, хоча він зазвичай затівається заради виявлення саме сексуальної сумісності.

Здатність обирати взагалі і шлюбного партнера зокрема у кожної людини розвинена індивідуально. Далеко не кожен із нас є зрілою, самоактуалізованою особистістю. Дисгармонії певним чином визначають спроможність або неспроможність до справжнього, відповідального життєвого вибору.

Серед показників неспроможності вибрати шлюбного партнера слід виділити:

непропорційно великий час, який потрібен людині для пошуку життєвоважливих рішень у складній життєвій ситуації, до якої належить вибір шлюбного партнера.

Основними критеріями готовності і спроможності вибрати є (Сисенко В.А., 1986):

1. Самоорганізаційний.

2. Психосемантичний. Якщо говорити про особистість як про текст, то цей текст упродовж життя є відкритим для певних поступових і стрибкоподібних змін, що підштовхує її до життєвого вибору. Кожен вибір змінює співвідношення фігури й тіла, створюючи новий текст, новий гештальт. Вибори бувають і випадкові, і хибні, і регресивні. Варіантів змін життєвої парадигми чимало.

3. Суб'єктний. Ситуацію життєвого вибору можна розглядати як ситуацію екстремного підвищення відповідальності за своє життя та його зміст. Самостійність – це перша і найважливіша характеристика екзистенційного вибору.

4. Структурно-функціональний – це інструментальні техніки активності.

5. Знарядцево-операційний – має на увазі операціональна здатність розпочинати вибір, переходити до етапу здійснення вибору, досягати нового якісного рівня життєтворення. Життєвий вибір, завдяки якому особистість змінює старі сенси і шукає нові, енергетично забезпечує реконструювання життєвого світу, людина буде індивідуальну історію.

5. МОТИВАЦІЯ ВСТУПУ У ШЛЮБ

Серед мотивів пошуку шлюбного партнера виокремлюються (Н.Ф. Федотова і Л.А. Філіпова):

- прагнення до статевої близькості;
- бажання піклуватися (ці мотиви частіше відзначаються чоловіками);

- бажання відчувати турботу;
- бажання кохати і бути коханими;
- прагнення знайти подібну собі людину;
- бажання бути зрозумілими (частіше відзначається у жінок).

Мотивація на організацію сім'ї сильніше виражена у жінок, ніж у чоловіків.

3. І. Фрайнбург зводить мотивацію створення шлюбу до трьох основних причин:

біологічної	соціально–культурної	економічної
--------------------	-----------------------------	--------------------

При виборі партнера для сімейних відносин і при створенні сім'ї людина може керуватися одним чи декількома мотивами.

Виділяють наступні мотиви при виборі шлюбного партнера:

любов;

бажання мати постійного сексуального партнера;

спільність поглядів і інтересів;

рішення побутових проблем та інше.

Мотивація взяття шлюбу включає чотири основні мотиви:

інтимно-особистісний	морально-психологічний	сімейно-батьківський	господарсько-побутовий
прагнення знайти бажаного партнера для кохання	бажання знайти духовно близького супутника життя	орієнтація на народження і виховання дітей	орієнтація на налагоджений побут і ведення домашнього господарства

У сучасній психології розрізняють три мотивації на шлюб:

1. Мотивація на сам факт шлюбу	Головна рушійна сила в цьому випадку – намір укласти шлюб. Часом це відбувається під впливом інших, при реалізації гасла «Вже час». При цьому інша людина є лише засобом для виконання заповітного бажання – одружитися або вийти заміж. І загалом неважливо, який саме партнер поруч. Важливо, щоб був і не заперечував проти укладення шлюбу. Якщо такої людини поблизу немає – всі сили витрачаються на його пошуки.
2. Мотивація на певну людину	У цьому випадку обранець сприймається як конкретна реальна людина, з усіма слабкостями і недоліками. Звичайно, можуть зустрітися і кращі і красивіші, але це нічого не змінює. Це був свідомий вибір з установкою на прийняття певної людини і з особистою відповідальністю за свої почуття.

<p>3. Мотивація на певний тип шлюбу</p>	<p>У цих випадках діють більш впевнені люди, вони орієнтуються на такого партнера, який здатний здійснити їхні мрії. У колишні часи для жінки ознакою успішного заміжжя був шлюб з капітаном далекого плавання, артистом, дипломатом. Для юнака – шлюб з донькою відомих людей, начальників. У нинішні часи символом успішного заміжжя є шлюб з іноземцем або іноземкою, багатю людиною, фотомоделлю.</p>
--	---

<p>Групи шлюбних мотивів (Балова Д. Ю., 2009):</p>	
<p>1) <i>емоційно-етичні мотиви</i></p>	<p>– це кохання і спільність інтересів;</p>
<p>2) <i>мотиви самореалізації</i></p>	<p>, до яких відносяться: народження дітей, можливість тривалого спілкування з іншою людиною, самопізнання, пізнання іншої людини та ін. Мотиви даної групи можуть бути як свідомими так і несвідомими;</p>
<p>3) <i>мотиви обов'язку</i></p>	<p>: народження дітей, прагнення легалізувати інтимні міжособистісні стосунки, порядність, коли шлюб стимулюється думкою найближчого оточення і відповідальністю перед близькими людьми та інші. Ці мотиви можуть бути як свідомими так і несвідомими;</p>
<p>4) <i>мотиви дефіциту</i></p>	<p>– несвідомі мотиви, такі як (Стельмах А.М., 2010):</p> <ul style="list-style-type: none"> • приклад друзів; • уражене самолюбство, яке стимулює азарт і жадобу перемоги будь-якою ціною; • відчуття власної неповноцінності разом з установкою вдячності і відчуттям реалізації «останнього шансу»; • жалість, вона ж у варіантах провини, обов'язку, коли одруження сприймається як власний подвиг і дозволяє грати на сцені життя дуже благородну роль; • користь, коли завдяки такому шлюбові людина отримує психологічну чи матеріальну вигоду; • помста, коли вибір партнера і одруження здійснюються, щоб помститися тому, хто образив; • страх самотності, коли шлюбний союз виступає в ролі спасіння від своїх проблем, від самого себе, від страху перед майбутнім.

<p>Типи шлюбних мотивів (Пенькова О.І., 2009) :</p>	
<p>1. <i>Шлюб на основі кохання.</i></p>	<p>Такі стосунки частіше за все є довготривалими, рівень задоволеністю ними є значно вищим, ніж в інших випадках.</p>
<p>2. <i>Шлюб на основі контрактної системи,</i></p>	<p>коли партнери чітко уявляють та усвідомлюють, чого чекають від шлюбу, і розраховують на матеріальну користь. У таких шлюбах емоційна прихильність з часом збільшується, можливе виникнення кохання. Міра свободи кожного з подружжя — максимальна, а особиста включеність — мінімальна. Але контракт закріплює стосунки, якщо вони чисто формальні, в шлюбних же стосунках контракт швидше підриває, ніж посилює почуття любові.</p>
<p>3. <i>Шлюб на основі нечесного контракту,</i></p>	<p>коли партнери намагаються здобути зі шлюбу користь лише для себе, і цим спричиняють шкоду іншому.</p>
<p>4. <i>Шлюб з примусу,</i></p>	<p>коли один з подружжя бере шлюб під тиском іншого або ж із жалю, або з причини складних життєвих обставин. Відчуття свободи, яке є необхідним для шлюбу, тут виключене.</p>

5. Шлюб, як ритуальне виконання соціально-нормативних установок. Мотивом вступу у шлюб є установка, що в такому віці усі нормальні люди уже одружені, тому одруження сприймається як необхідний крок у житті, як і вступ до школи, університету та ін.

Часто, приймаючи рішення про шлюб, молоді люди потрапляють у **пастки закоханості**. Пастки закоханості – це неусвідомлені мотиви, які спонукають людину вступати в шлюб. Психологи вважають, що ці «пастки» у подальшому ускладнюють процес взаємної адаптації молодого подружжя і призводять до швидких розчарувань у шлюбі, й це не сприяє стабілізації сім'ї.

Існує велика кількість таких «пасток», в основі яких лежать:

- помилковість сприйняття один одного;
- нечесність один перед одним;
- загострене почуття боргу;
- ідеалізація партнера;
- поспішність при прийнятті рішення та ін.

Такими «пастками» є: обопільне акторство, спільність інтересів, взаємна легкодоступність, «вигоди» або «притулку» та ін.

ВИДИ ПАСТОК ЗАКОХАНОСТІ

(А. Добрович та О. Ясицька):

<i>обопільне акторство</i>	– партнери грають романтичні ролі відповідно до очікувань один одного, друзів і близьких і, щоб не обдурити ці очікування, вийти з прийнятих ролей вже не можуть;
<i>спільність інтересів</i>	– однаковість захоплень приймається за спорідненість душ;
<i>вражене самолюбство</i>	– хтось не помічає або відкидає, в результаті з'являється потреба перемогти, зламати опір;
<i>відчуття неповноцінності</i>	– людина, яка не користувалася успіхом, раптом стає об'єктом залицяння і любові;
<i>інтимна удача</i>	– задоволеність сексуальними стосунками заступає все інше;
<i>взаємна легкодоступність</i>	– швидке і легке зближення створює ілюзію повної сумісності і безхмарного життя на шлюбному горизонті;
<i>порядності</i>	– тривалий період знайомства, інтимні стосунки, зобов'язання перед родичами або один одному морально змушують вступити в шлюб;
<i>подяки</i>	– особа вважає себе некрасивою, невдалою, незграбною... І раптом на неї звертає увагу цілком симпатичний чоловік і пропонує дружбу. Особа щаслива і думає, що його кохає. Проходить час, і вона розуміє, що це не любов, а лише почуття вдячності за те, що він звернув на неї увагу;
<i>бажань і емоцій</i>	– потрапляє особа тоді, коли партнер точно вгадує всі її потреби, які довгий час не задовольнялися, тобто у яких особа відчувала «голод». Зазвичай людина, яка обіцяє дати те, чого ви потребуєте, наділяється зверхністю і високою значимістю;

<i>жалості</i>	– шлюб з почуття обов'язку, відчуття необхідності протегувати;
<i>«вигоди» або «притулку»</i>	в чистому вигляді – це «шлюби за розрахунком». Нерідко результат подружнього союзу виявляється вигідним для одного або обох партнерів. Тоді під «вивіскою» любові ховаються меркантильно-економічні інтереси. Згідно з деякими даними, для жінок – це головним чином матеріальна забезпеченість майбутнього чоловіка, для чоловіків – зацікавленість в житлоплощі дружини (мабуть, це пов'язано з тим, що чоловіки частіше мігрують, а після розлучення виявляються в гірших житлових умовах);
<i>фантазії</i>	– в перший час знайомства людям властиво бачити партнера частково, а частково добудовувати його образ до ідеалу. В такому випадку висока ймовірність почати роман з власними фантазіями. Але чим більше в образі партнера наших мрій, тим сильніше розчарування в результаті;
<i>аналогії</i>	– особа порівнює іншого з собою, та закохується в того, хто так, начебто, схожий на неї, при цьому приписує йому ті якості, які йому не властиві.

**Рекомендації психологів стосовно того, щоби не потрапляти у пастки
(О. Білецька):**

1. Щоби не потрапляти у ці пастки, важливо не втрачати усвідомленість. Якщо уява починає малювати ідеальний образ, запитайте себе, що вже зараз вам не подобається. Це необхідно не для того, щоб уникнути зустрічі з іншим, а необхідно для збереження об'єктивності сприйняття. Здатність помітити в партнері не тільки приємні, але і відразливі риси, дозволяє сформувати його цілісний образ.

Відносини, створені на основі знань один про одного і сприйнятті реальних характеристик, більш довговічні і міцні.

2. Закохуючись людина відчуває стан ейфорії. Коли почуттів стає занадто багато, люди втрачають голос розуму і справжнє сприйняття реальності. Щоб трохи знизити спалах емоцій, корисно прислухатися до свого тіла, до відчуттів, які в ньому виникають. У стані ейфорії ми, як і при стресі, можемо почати дихати поверхнево й уривчасто. Важливо повернутися до спокійного глибокого дихання: видих повинен тривати в два рази довше. Можна порахувати на вдиху до 2 і на видиху до 4.

Потрібно знати, що:

1) за сильною радістю ховається її протилежність – біль, що виникає, наприклад, через те, що не вдалося раніше отримати необхідне;

2) за бажанням наблизитися до іншого і до його інтересів – страх, що не виправдаються надії;

3) за захопленням – роздратування, що партнер не дає всього того, чого ми потребуємо.

Повною мірою задовольнити наші потреби не може жодна людина в цьому світі. Навіть мати не завжди вгадувала, що нам необхідно, поки ми були маленькі. Якщо і вгадувала, то не завжди у неї була можливість це дати. І тут може ховатися багато болю: коли ми особливо в чомусь потребували, ми не отримали цього і вже ніколи не отримаємо. З цим болем теж важливо стикнутися і трохи його прожити. Це допомагає врегулювати емоції і повернутися в реальність.

3. «Птах і риба можуть полюбити один одного, але де вони будуть жити?» Це про те, що вибирати партнера для довгострокових відносин важливо не тільки серцем, а й розумом.

Для цього важливо знати себе: які ваші цінності, життєві орієнтири, темперамент, звички. Буде простіше вирішити, хто може вам підійти, якщо ви візьмете час, щоб придивитися до партнера, спробувати дізнатися і зрозуміти його. А саме:

Чи актуально для нього зараз створення відносин, чого він чекає від відносин?

Чи збігаються ваші цінності, дотримуєтеся ви однакових поглядів щодо грошових питань або виховання дітей?

Чи вписуєтеся ви в ритм і уклад життя один одного?

Чи здатний партнер йти назустріч?

Часто легше відпустити людину, ніж мрії про неї. Важливо з самого початку не прив'язувати свої фантазії до нового партнера. Якщо хочете мріяти – мрійте. При цьому постарайтеся ухопити суть цих думок, запитавши себе, які бажання і потреби в них відображаються. Потім розберіться, чи зможете здійснити бажане з цією людиною.

Часто молоді люди приймають рішення про шлюб внаслідок певних причин, хоча **шлюб з коханою людиною з певних причин неможливий.**

ПРИЧИНИ УКЛАДАННЯ ШЛЮБУ

1. **Наслідування і конформізм** («бути як всі»), такі подружні союзи іноді називають «шлюбами по стереотипу».

2. **Боязнь самотності** – найчастіше на такий крок наважуються ті, у кого немає постійних друзів, не вистачає уваги з боку оточуючих. Крім того, людина може страждати від сором'язливості, замкнутості, незручності, невпевненості в собі, і тоді важливий не реальний обранець, а шлюб як такий, тому перше дружнє знайомство у таких людей може закінчитися шлюбом. За словами Е. Фромма, в цих випадках сила захоплення, відчуття, що кожен «сходить з розуму» від іншого, приймається як доказ сили любові, в той час як це доказ лише їх попередньої самотності. Шлюб, в основі якого лежить дефіцит спілкування і визнання, таїть в собі самому небезпеку розпаду, оскільки сімейне життя не зводиться до одного лише обміну знаками уваги, люб'язностями, демонстраціями позитивних почуттів... Людські стосунки в шлюбі виявляються багатшими, складнішими, багатограннішими, ніж ті, що насичують перший голод спілкування і прагнення позбутися самотності.

3. **Помста** – відноситься до групи шлюбів, що укладаються через страх самотності.

ПОРАДИ ПСИХОЛОГІВ.

Правила для щасливого шлюбу.

Для майбутніх дружин:

- Ви вийдете заміж, і відпаде «пуповина» ваших взаємин з батьками. Тож не забувайте приділяти їм належну увагу. Але не дозволяйте втручатися у ваше сімейне життя.

- Ваше житло – ваша фортеця. Зробіть його таким, щоб чоловікові тут було приємно – затишним, чистим і зручним. Нехай немитий посуд і неprasована білизна не потрапляють йому на очі. Так само, як і засмальцьований халат і стоптаний пантофлі. У своєму домі ви маєте бути Королевою, а не Попелюшкою.

- Небагато чоловіків досягає чогось без підтримки дружин. Їм потрібні не критика, а любов і захоплення. Це окрилює.
- Майже третина сімейних сварок відбувається через неприйнятність особистих звичок «половини». Подумайте про це до шлюбу. І не прагніть змінити чоловіка. Сприймайте його таким, яким він подобався до одруження. Єдина в світі людина, яку ви спроможні змінити, – це ви самі.
- У будь-якому спілкуванні двох людей один «веде», а другий «йде за ним». Інакше їм не бути разом. Навряд чи тут доцільне чергування. Тому розумні жінки добровільно поступаються лідерством чоловікові. Щоправда, це виходить легко за умови, що чоловік, відповідаючи взаємністю, повсякчас піклується про дружину.
- Ви можете взяти під контроль сімейний гаманець. Але робіть це делікатно. Не принижуйте чоловіка, примушуючи просити у вас «кишенькові» гроші. Між іншим, понад 40% родинних незгод виникає саме через це.

Для майбутніх чоловіків:

- Роль чоловіка – бути лідером у сім'ї. Йдеться не про привілеї чи диктат. Нікому не наказуйте. Ви повинні бути стабілізуючим фактором у родині, людиною, до якої всі охоче звертаються по пораді і підтримку.
- Хороші чоловіки хвалять своїх дружин, цінують не лише їхні суто людські якості, а й зусилля, спрямовані на чоловіка, дітей. Щирий комплімент здатний потроїти енергію дружини.
- Якщо хочете бути щасливим, умійте зробити щасливими інших. Не забувайте про такі дрібнички, як улюблені квіти дружини, місця прогулянок... Ставтеся до власної дружини, як до леді, і вона сприйматиме вас як джентельмена.
- Чоловік, який принижує дружину, насамперед, принижує себе: вона його обраниця, частина його «Я».
- Хороші чоловіки віддані своїм дружинам. Якщо ви не перестали шукати когось іще кращого, не ставайте до шлюбу.

Для тих і тих лише одна порада:

Сім'я потрапляє в біду і тоді, коли зовні все гаразд, але хтось із подружжя замикається в собі. Неодмінно обмінюйтеся почуттями. Навіть негативними. Головне, робити це у відповідний час. Якщо ви роздратовані, стомлені чи просто голодні, відкладіть розмову. У гарному настрої легше оцінити складну ситуацію, знайти вихід з неї, дійти згоди.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

- 1 Що означає поняття «підготовка до сімейного життя»?
- 2 Які головні функції дошлюбного періоду?
- 3 Проаналізуйте дошлюбні фактори ризику?
- 4 Чим і як можна пояснити оптимальний термін розвитку предшлюбних відносин?
- 5 Що вам відомо про укладання шлюбних контрактів в історії людства?

Тестові завдання для перевірки знань:

1. Мотивом взяття шлюбу можуть бути:

- а) втеча від батьків;
- б) самостійність;
- в) любов;
- г) наслідування традицій;
- д) престиж;
- е) помста колишньому партнерові.

2. Мотивація взяття шлюбу включає мотиви:

- а) інтимно-особистісний;
- б) морально-психологічний;
- в) сімейно-батьківський;
- г) господарсько-побутовий;
- д) бажання вийти заміж

3. Готовність до шлюбу визначається:

- а) сексуальною готовністю;
- б) можливостями батьків;
- в) наявністю роботи у майбутнього подружжя;
- г) соціальною готовністю;
- д) назрілим бажанням мати сексуального партнера.

Тематика доповідей та рефератів:

- 1. Психологічна готовність до шлюбу.
- 2. Основні теорії вибору партнера.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом:

- 1. Намалуйте схему факторів психологічної готовності до шлюбу.
- 2. Зобразите схематично основні ідеї Б. Мурстейна.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

- 1. Аллан Дж. Ландшафт детской души. Психологическое консультирование в школах и клиниках / Под общей ред. В.В. Зеленского. – СПб. – Минск: Диалог – Лотаць, 1997. – 287 с.
- 2. Балова Д. Ю. Психологические особенности представителей студентов о брачном партнере: автореф. дисс. на соискание науч. степени канд. псих. наук: спец. 19.00.01 « Общая психология, психология личности, история психологии » / Д. Ю. Балова. – Черкесск, 2009. – 24 с.
- 3. Лейбин В. М. Словарь-справочник по психоанализу / В. М. Лейбин. – СПб.: Питер, 2001. – 688 с. ISSN 2311-214X Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2014 №2(23). 239
- 4. Малер М. Психологическое рождение человеческого младенца: Симбиоз и индивидуация / М. С. Малер, Ф. Пайн, А. Бергман. – Пер. с англ. Е. А. Шандрова, Е. А. Перова. – М.: КогитоЦентр, 2011. – 413 с. (Библиотека психоанализа).
- 5. Пенькова О.І. Сім'я як чинник розвитку духовних цінностей старшокласників / О.І. Пенькова // Проблеми загальної та педагогічної психології. Т. XI, част. 5. – К., 2009. – С. 284 – 292.

6. Олпорт Г. Становление личности. Избранные труды / Олпорт Г. – М.: Мысль, 2002. – 410с.
7. Стельмах А.М. Формирование брачно-семейных ценностей в вузовском пространстве / А.М. Стельмах // Актуальные проблемы современной науки и образования. Общественные науки: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Т.VII. Ч.1. – Уфа: РИЦ БашГУ, 2010. – С. 706-710.
8. Сысенко В. А. Новобрачные в зеркале собственных взглядов, суждений, оценок / Сысенко В. А. – М.: Мысль, 1985. – 235с.
9. Сысенко В. А. Молодежь вступает в брак / В. А. Сысенко. – М. : Мысль, 1986. – 225 с
10. Теории выбора брачного партнера. URL: <http://www.psychologist-consultant.ru/157/160/267/document269.php>
11. Холлис Дж. Грезы об Эдеме: В поисках доброго волшебника / Дж. Холлис. – Пер. с англ. В. В. Мершавки. –Под ред. В.И. Белопольского. –М.: Когито-Центр, 2011. –222 с. (Юнгианская психология).
12. Холлис Дж. Душевные омуты: Возвращение к жизни после тяжелых потрясений / Дж. Холлис. – Пер. с англ. В. В. Мершавки. – 3-е стереотип. изд. – М.: Когито-Центр, 2010. – 192 с. (Юнгианская психология).
13. Холлис Дж. Перевал в середине пути: Как преодолеть кризис среднего возраста и найти новый смысл жизни / Дж. Холлис. – Пер. с англ. В.И. Белопольского, В. В. Мершавки. – М.: Когито-Центр, 2011. – 208 с. (Юнгианская психология).
14. Шарфф Д. Терапия пар в теории объектных отношений / Д.Э. Шарфф, Дж. С. Шарфф. – Пер. с англ. А. М. Боковиков, Л. Б. Сумм. –М.: Когито-Центр, 2008. –384 с. (Библиотека психоанализа).
15. Шнейдер Л. Б. Семейная психология / Шнейдер Л. Б. – М.: Мысль, 2005. – 765с.
16. Юнг К. Г. Избранные труды по аналитической психологии. Психологические типы / К. Г. Юнг. –М., 1929. –359 с.
17. Юнг К.Г. Феномен духа в искусстве и науке / К. Г. Юнг. – М.: Ренессанс, 1992. – 295 с.

ГЛАВА 6.

ЛЮБОВ ЯК ОСНОВА ПОДРУЖНИХ СТОСУНКІВ

План:

1. Виникнення і розвиток уявлень про любов.
2. Феноменологія любові.
3. Типи любові.
4. Етапи любові.
5. Фізіологічні основи любові.

1. ВИНИКНЕННЯ І РОЗВИТОК УЯВЛЕНЬ ПРО ЛЮБОВ

У різні часи любов розглядалася по-різному. Так:

<p>У Древній цивілізації любов розглядалася як якийсь абсолют, об'єднуюча сила світобудови або як шлях людини наблизитися, злитися з цим абсолютотом. Можливо, це і складає архетиповий зміст поняття «любов».</p>
<p>В епоху Античності любові як такої також не було, а був тільки один тілесний ерос. Про індивідуальну любов раз у раз йдеться в найдавніших міфах Греції, а в класичну епоху, майже двадцять п'ять століть тому, з'явилися навіть теорії духовної любові – Сократа, Платона і Арістотеля. Варто згадати грецьких богів любові.</p>
<p>В епоху Середньовіччя особливість любові полягає в тому, що у своєму формуванні вона мала два джерела: 1) Біблія; 2) антична філософія.</p>
<p>В епоху Відродження тема кохання розцвіла в умовах загального інтересу до всього земного і людського.</p> <p>Справжня любов означає прагнення до досконалості, і воно закладено в найпотаємніших глибинах нашого «Я», розвиваючись тим сильніше, чим більш досконалий об'єкт нашої любові або хоча б здається нам таким. В добу Ренесанса тема любові розквітла в умовах загального інтересу до всього земного і людського, що виходить з-під контролю церкви.</p>
<p>Новий час. Подальший хід історичного розвитку призводить до порушень стабільності соціальної структури, підвищення соціальної мобільності, прагнення до автономії. На зміну сімейно-локальних традицій приходять більш універсальна традиція – національно-державна форма управління.</p> <p>До кінця епохи Просвітництва в соціальній життєдіяльності на повсякденному рівні відбувається упорядкування різноманітності у соціальній реальності в ім'я ідеалів, що визначаються суспільним консенсусом. Любов чуттєва і трагічна, піднесена і надумана, щира і недовірлива, прекрасна і легковажна. Кохання у творах формує особистість, окрилює її і вселяє мужність, роблячи її здатною йти наперекір всьому, навіть власного життя.</p>
<p>Культура XIX ст. Кінець XIX – початок XX характеризується ускладненням людської життєдіяльності, усвідомленням власної причетності до глобальних проблем, втратою для більшості членів суспільства непорушних компонентів ідентичності, мобільністю ринкових економік, схильних масовим економічним кризам, загальним контролем над часом, становленням інформаційного суспільства. Прийшла пора руйнування ідеалів, місце любові став займати «секс».</p>

Культура ХХ-ХХІ ст.

Людина ХХ століття має стереотипні реакції, у відповідь на що надходять сигнали зовнішнього середовища; причому шаблонну природу мають і думки, і емоції, і рухи тіла. Великий реформатор уявлень про психіку людини **З. Фрейд** підніс фізіологічно-психологічну сторону любові на протигагу соціальної культури, в якій він бачив свого роду тюремника і ката, що сковує і ламає потужну силу сексуального потягу.

Карл Юнг визнав, що це тільки один із низки проявів життєвих потенцій людини. Люди сприймають себе як взаємозамінні екземпляри соціальної категорії, а не як унікальні особистості. Таким чином, на думку Фромма, «людина платить за нову впевненість у собі відмовою від цілісності свого Я».

Любов розвивається за законом системної диференціації та системної розбіжності. Любов диференціюється на тілесну і духовну складові, які є зв'язковими всередині цього цілого феномена, і функціонально взаємно додатковими по відношенню до системи Я в цілому. Рушійною силою розвитку любові виступає суперечливість результатів системної розбіжності: взаємопроникнення тілесного і духовного компонентів любові і зростання їх нестійкості за рахунок внутрішніх протиріч.

Аналіз психологічного сенсу виникнення і розвитку любові призводить до можливості тлумачення феномена любові, як належить суб'єктивно психологічної та об'єктивно психологічної реальності нашого «Я», як продукту соціальної реальності та індивідуальної ментальності, «трансцендентальної єдності апперцепції». Любов стягує в один вузол функціональне буття і екзистенціальну свободу людини.

2. ФЕНОМЕНОЛОГІЯ ЛЮБОВІ

Поняття «любов» – одне з небагатьох слів, що виражають майже абсолютну абстракцію (поряд з «істиною», «богом» та ін.).

Любити – означає:

- відчувати себе, своє буття як особистості незмінним і радісним, незалежно від зміни ситуації, ролі, самосприйняття («тут ми не думаємо ні про те, що будемо робити, ні про те, що хотіли б робити, ні про те, що повинні»);
- переживання минулого, сьогодення і майбутнього як єдиного цілого, це означає, що людина відчуває повноту зв'язку між власним Я і визнанням цього Я іншими людьми.

Сучасна соціальна психологія в соціальній основі кохання виділяє три основних компоненти:

Емоційний компонент	– це симпатія, те, що з'являється з «першого погляду». Однак, це ще не кохання, це швидше неусвідомлений, інстинктивний потяг до людини. У коханні неминуча ідеалізація.
Діяльний (поведінковий) компонент	– це вміння, здатність не лише переживати почуття кохання, але й проявляти його належним чином.

Раціональний (суто людський) компонент	– це повага, почуття, що ґрунтується вже на уявленні про «хорошу» чи «ідеальну» людину і знанні того, що ця людина близька до створеного ідеалу. Повага є усвідомленням достоїнств людини. Це стійкіший компонент кохання. Але є у поваги одне слабке місце для сімейного життя: вона притупляє, приглушує, знижує статеву активність чоловіка. Чим більше поважає чоловік дружину, тим менше відчуває до неї статевий потяг.
---	---

Психологи стверджують, що у кохання є два різних виміри:	
кількісний	якісний
його сила, запал, пристрасність	його глибина, людяність

Умовами для виникнення пристрасного кохання є:	
1) здатність людини до пристрасного кохання;	
2) зустріч з представником протилежної статі, наділеним такими рисами, які найбільшою мірою обумовили би збудження цього почуття.	

Здатність до пристрасного кохання залежить від двох факторів:	
1) натхненність людини, багата уява, вразливість – дають змогу людині ідеалізувати об'єкт кохання, бачити його досконалим (це обумовлює виникнення сильного почуття);	
2) здатність людини більше турбуватись про іншого, навіть більше, ніж про себе.	

Справжнє кохання, на думку психологів, характеризується:	
а) его-альтруїзмом;	
б) партнерством;	
в) взаємним почуттям відповідальності;	
г) усвідомленням двосторонності (взаємності) кохання, а отже діалектичною єдністю щастя і терпіння;	
д) усвідомленням мінливості кохання з часом;	
е) амбівалентністю або одночасним існуванням у людині суперечливих почуттів;	
є) подібністю поглядів на основні питання життя;	
ж) глибоким знанням партнера;	
з) наявністю проблем, колізій, що виникають між партнерами, до яких треба бути готовими;	
и) можливістю кожному проявити свою індивідуальність, свої бажання, інтереси, повагою до інтересів партнера;	
і) відкритістю стосунків;	
ї) активним спілкуванням;	
й) реальним ставленням до партнера, а не його повною ідеалізацією;	
к) задоволенням різноманітних психічних потреб (афірмації, акцентації, близького контакту, безпеки, спільності);	
л) інтимністю;	
м) взаємною вірою один в одного, вірністю.	

Любов позиціонує світосприйняття особистості та її ставлення до світу в межах від базової довіри і відкритості до тотальної ворожості і недовіри до нього (Е. Еріксон).

На думку В. І. Мустейна, в **поняття «любов» входять безліч характеристик**, таких як:

альтруїзм,
інтимність,
захоплення,
повага,
участь,
довіра,
згода,
гордість.

Кожну характеристику можна, крім того, класифікувати за способом вираження:

- а) почуття,
- б) установки,
- в) поведінки,
- г) здорового глузду.

Р. Хатісс виділяє в любові:

повагу,
позитивні почуття до партнера,
еротичні почуття,
потреба в позитивних почуттях партнера,
почуття близькості й інтимності.

Він же включає сюди почуття ворожості, яке впливає з надто короткої дистанції між партнерами та емоційної близькості.

За З. Рубіном любов містить:

прихильність	турботу	інтимність
--------------	---------	------------

Песимістична модель запропонована Л. Каслером. Він виділяє три причини, які змушують людину закохуватися:

- 1) потреба у визнанні;
- 2) задоволення сексуальних потреб;
- 3) конформістська реакція (так прийнято).

Любов, за Л. Каслером, – це сплав сукупності емоцій, серед яких провідну роль відіграє страх втрати джерела задоволення своїх потреб. Закоханість, конструктивна стійким страхом втратити його, робить людину невільною, залежною і заважає особистісному розвитку. Отже, Л. Каслер приходить до висновку, що вільна людина не відчуває любові.

Оптимістична модель любові запропонована А. Маслоу. Відповідно до цієї моделі любов характеризується:
1) зняттям тривожності;
2) відчуттям повної безпеки і психологічним комфортом;
3) задоволеністю психологічною та сексуальною стороною відносин, яка з роками зростає, постійно посилюється інтерес люблячих людей один до одного.
Конструктивну силу любові Маслоу пов'язує зі з'єднанням сексуальної сфери з емоційною, що сприяє вірності партнерів і підтримці рівноправних відносин.

Отже, любов може розглядатися як:
1) емоційний процес, який має свій об'єкт;
2) особливий вид діяльності, прояв активності суб'єкта;
3) предметне почуття, що має генезис і свою динаміку розвитку, яка допускає зміну об'єкта.

В українській мові термін «любов» у стосунках чоловіка і жінки замінюють терміном «кохання», намагаючись підкреслити своєрідність стосунків між статями, вершину любовного почуття.

3. ТИПИ ЛЮБОВІ

У психолого-філософському нарисі «Про любов» Стендаль розбирає чотири види любові:
1) <i>любов – пристрасть;</i>
2) <i>любов – потяг;</i>
3) <i>фізична любов у сенсі несподіваного спалаху інстинктів;</i>
4) <i>любов – марнославство, тобто, по суті справи, обачлива і надумана любов.</i>

Е. Фромм виділяє п'ять типів любові:				
братерська	материнська	еротична	до самого себе	до Бога

Ролло Мей вказує, що на Заході традиційно виділяють 4 типи любові:
<ul style="list-style-type: none"> • секс, жадання, лібідо; • ерос, любов як прагнення до відтворення чи творчості – вищим, на думку стародавніх греків, формам буття і відносин між людьми; • філія, або дружба, братська любов; • агапе, турбота про благо іншої людини, прототипом якої є Божа любов до людини.

Почуття справжньої любові у будь-якої людини є сумішшю (в різних пропорціях) всіх чотирьох типів любові.

Спираючись на понятійний апарат античної філософії і літератури, Джон Алан Лі (Канада, 1988), Клайд і Сьюзан Хендрик (США, 1993) ідентифікували **три основних любовних стилі**:

- 1) Ерос;
- 2) Людус;
- 3) Сторге,

які, подібно до основних кольорів спектру, комбінуються і утворюють **вторинні любовні стилі**:

- 4) Прагма,
- 5) Агапе,
- 6) Манія.

Сьогодні існує наукова систематика видів кохання, яка допомагає краще зрозуміти сутність даного поняття.

Зарубіжна систематика включає шість «кольорів» кохання:

Кохання-ерос	<p>- сильне почуття, прагнення до повного фізичного володіння, кохання-пристрасть, високий емоційний заряд, коли інтелектуальні якості відступають на задній план, коли людина, що відчуває подібну пристрасть, не вільна собою розпоряджатися.</p> <p>В коханні-еросі дуже сильний потяг до тілесної краси, і тілесний потяг стоїть у ньому на першому місці, особливо на його початку. Цей стан завжди супроводжується муками (пристрасть старослов'янською мовою означає страждання).</p> <p>Кохання-ерос не може бути щасливим.</p> <p>Воно не може привести людину до стану задоволення, оскільки завжди пов'язане з такими дуже сильними негативними емоціями, як ревності, страх втрати, іноді ненависть до того ж об'єкта.</p>
Кохання-сторге	<p>- спокійне, тепле, безпристрасне, надійне кохання-дружба, в якому сексуальний потяг вторинний, а на першому місці стоїть дружнє ставлення, емоційна близькість, глибоке проникнення в інтереси об'єкту кохання.</p> <p>Прудон говорив, що це «кохання без лихоманки», без сум'яття і безрозсудливості, мирна і зачаровуюча прив'язаність. Виникає вона поступово – не як «удар стріли», а як повільне дозрівання квітки з поступовим проростанням коренів у глибину.</p> <p>У такого кохання особлива міцність, і воно може перенести навіть дуже довге розлучення. І розлучаючись, «сторгіани» не стають ворогами, а залишаються добрими приятелями. В цьому описі кохання добре передані зовнішні прояви кохання-дружби, але не його внутрішній світ.</p> <p>Перед нами не кохання-почуття, а кохання-стосунки, не своєрідність почуттів, а своєрідність стосунків закоханих.</p>

Кохання-прагма -	<p>– спокійне, розсудливе, що легко піддається свідомому контролю, почуття. Справжній прагматик не може кохати того, хто кохання не вартий. Він до дрібниць бачить всю цінність людини або відштовхує її. Кохання для нього – настільки ж справа голови, скільки й серця, і він свідомо керує своїм почуттям. Він добре ставиться до близької людини: допомагає їй розкрити себе, робить добро, полегшує життя, залишається відданим їй у життєвих труднощах. Для прагматиків дуже важливий розумний розрахунок, вони намагаються все планувати.</p> <p>Кохання-прагму переживають або дуже спокійні, або дуже раціональні люди, або ті, у кого помірна нервова енергія, невелика палкість почуттів. У них сильне самоволодіння почуттями як раз тому, що ці почуття ослаблені. Прагма – це нормальне, природне для людини почуття, але як би флегматизоване кохання, і воно може бути дуже міцним і тривалим почуттям.</p>
Кохання-людус	<p>- гедоністичне кохання-гра, почуття неглибоке, порівняно легко допускає можливість зради. Людина тут ніби грає в кохання, і його мета – виграти, до того ж виграти якнайбільше, затративши якнайменше сил. Людуани прагнуть мрійливих і безтурботливих стосунків, їх відлякують серйозніші почуття. У них немає ревнощів, немає власницького ставлення до коханця.</p>
Кохання-агапе	<p>- кохання-самовіддача, почуття, в якому органічно злиті ерос і сторге; в якому прагнення володіти об'єктом кохання тісно пов'язане з такою ж потребою віддаватися об'єкту кохання. Люблячий таким почуттям готовий пробачити все, навіть зраду, готовий відмовитися від себе, якщо це дасть щастя іншому.</p> <p>Це один з найбільш повних і зрілих варіантів, в якому розумний егоїзм поєднується з достатнім альтруїзмом. Саме таке кохання здатне стати основою, на якій можуть тривало існувати міцні і гармонійні попружні стосунки.</p>
Кохання-манія	<p>- ірраціональне кохання, одержимість, для якого типові невпевненість і залежність від об'єкта захоплення. Його основа – хворобливе почуття неповноцінності. У таких людей, зазвичай, занижена, в чомусь хвороблива, самооцінка, ними часто керує відчуття неповноцінності, таємне або свідоме. Вони підвищено тривожні, вразливі, і від цього у них трапляються психологічні зриви і сексуальні труднощі. Неврастенічність деколи породжує в них кохання-ненависть, лихоманку амбівалентних почуттів. Манія рідко буває щасливою: це песимістичне, спрямоване на самозруйнування почуття, його переживають люди, у яких пригашена енергія світлих почуттів. Майже всі вони незадоволені життям.</p>

І.С. Кон (1989) виділяє також шість видів любові:

1) еротичну любов (любов-пристрасть)	– характеризується високою інтенсивністю почуття, пристрасним прагненням до повного фізичного контакту, до володіння та єднання з партнером;
---	--

2) гедоністичну любов	– виступає як насолода, гра, флірт. Особа партнера тут незначуща, її роль інструментальна. Відносини неглибокі, неміцні, зрада допускається, розставання з партнером легке та не залишає в душі травмуючих переживань;
3) любов-дружбу	– спокійну, теплу і надійну. Основна увага у відносинах звертається на емоційну підтримку, емпатію, пізнання партнера, взаємозбагачення через духовне і особистісне спілкування. Вона ґрунтується на рівноправ'ї та повазі один одного. Передбачає вміння віддавати і приймати;
4) прагматичну любов	– любов розумову, за розрахунком. Важливу роль у відносинах відіграють прагматичні цінності (поліпшення матеріальних умов, підвищення статусу, отримання будь-яких вигод, привілеїв). Подібні відносини не відрізняються глибиною почуттів, інтенсивністю і змістовністю міжособистісних контактів;
5) безкорисливу любов	– любов-самовіддача, альтруїстична любов. Той, хто безкорисливо любить, прагне віддавати, нічого не бажаючи брати взамін. Це може призвести до фактичної нерівності і до позбавлення партнера можливості актуалізувати себе в ролі «даючого», обмежити його можливості особистісного зростання і самореалізації. У таких випадках виникає небезпека інвалідизації партнера, знецінення його можливостей;
6) любов-манію	– ірраціональну любов-одержимість, що характеризується прагненням до тотального володіння партнером. Особистість партнера не виступає як самоцінність і поза відносин взагалі не розглядається. Для цього виду любові характерна невпевненість, залежність від поведінки об'єкта потягу. При розчаруванні образ партнера в сприйнятті різко змінюється з «ідола» до «повного нікчеми».
<p>На думку І.С. Кона, існують міжстатеві відмінності в перевазі того чи іншого виду любові. Так,</p> <p>1) жінки більш схильні до любові-дружби, безкорисливої любові, а також прагматичної,</p> <p>2) чоловіки – до еротичної і гедоністичної любові.</p>	

Класифікація любові А. Афанасьєва.

«Любов» – це особливий стан ейфорії, викликаний ілюзією знайти «щастя» в парі з суб'єктом, достатньо наділеним тими психічними властивостями, в яких відчувається нестача.

Автор обґрунтував своє уявлення про внутрішню архітектуру людини, що складається з чотирьох психічних модулів або функцій:

- Емоції («душі»),
- Логіки («розуму»),
- Фізики («тіла») і
- Волі («духу»).

Цей набір функцій притаманний усім людям, проте він утворює в особистості ієрархію, яка і визначає відмінність людей.

Існують три види любові (або поєднання слабкої функції з функціями протилежної сторони, що можуть викликати ейфорію):	
Ерос	- любов за принципом протилежності. Зустрічається найчастіше, на жаль, сильна сторона іншого не додає сили слабкій стороні. Любов – заздрість – ненависть.
Філія	- любов за принципом тотожності. Споріднені душі, пізнаючи один одного, в кінцевому рахунку виявляються перед своїм відображенням у дзеркалі.
Агапе	- любов – еволюція, що рухає партнерів від протилежності до тотожності. Плідна, справжня «формула кохання», призводить до гармонізації особистостей люблячих.

Трикомпонентна теорія кохання Р. Стернберга

Трикомпонентна теорія кохання Р. Стернберга демонструє труднощі, які виникають при формуванні любовних стосунків. Вона називається так тому, що підтверджує, що любов може бути зрозуміла за наявності трьох компонентів, які разом можуть бути розглянуті як вершини рівнобедреного трикутника.

Р. Стернберг вважає, що любов має три основні складові:

Пристрасть	– призводить до статевого потягу і сексуального збудження.
Інтимність	– це почуття близькості, яке проявляється в любовних відносинах. Люблячі люди відчувають себе пов'язаними один з одним.
Рішення / зобов'язання	– має довготривалий і короточасний аспекти. Короточасний аспект проявляється в рішенні про те, що конкретна людина любить іншу. Довготривалий аспект – це зобов'язання зберегти цю любов.

Кажуть, що пристрасть приходить і йде, а зобов'язання пари один перед одним лишаються. Саме вони ще довго-довго, особливо у похилому віці та старості, підтримують вогнище любові приязню, вдячністю, самовідданістю.

Класифікація любові за Р.Дж. Стернбергом:

Симпатія	(тільки інтимність)	- один з партнерів має тільки один інтимний компонент за відсутності пристрасті і рішення / зобов'язань;
Безрозсудна любов	(тільки пристрасть)	- об'єкт любові, як правило, ідеалізується;
Порожня (придумана) любов	(тільки компонент рішення / зобов'язання)	- в основу взаємовідносин приймається рішення любити і зобов'язання перед коханою людиною;
Романтичне кохання	(інтимність і пристрасть)	- коханці пов'язані фізичним і сексуальним потягом, але зобов'язання один перед одним відсутні (партнери покладаються на випадок); шлюб малоймовірний;

Любов у шлюбі	(інтимність і рішення / зобов'язання)	- тривала дружба (деякі подружжя шукають захоплення на стороні);
Безглузда любов	(пристрасть і зобов'язання)	- «вкрай сприйнятлива до руйнування», пристрасть згасає, а зобов'язання носять неглибокий характер;
Досконала любов	(інтимність, пристрасть і зобов'язання)	- «досягнення досконалої любові може бути важким, але утримання її ще важче».
Нелюбов	(відсутність усіх компонентів)	- ділові відносини

Симпатія (тільки інтимність)

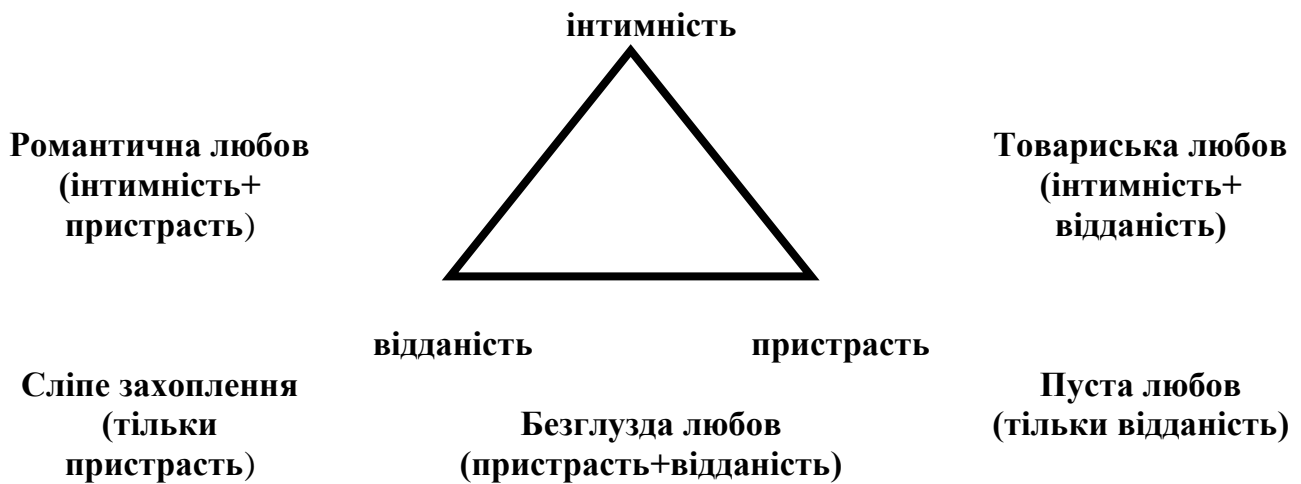


Рис. 1. Графічне зображення триангулярної теорії любові Р.Дж. Стернберга

Р.Дж. Стенберг дійшов до такого наукового висновку, завершивши психологічне дослідження взаємин закоханих, ідентифікувавши компоненти – чинники любові таким чином:

- еротичний (пристрасть);
- емоційний (подільність Я, дружба);
- когнітивний (угоди, домовленості).

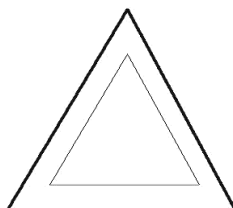
Р.Дж. Стенберг зобразив їх у формі трикутника (рис. 1).

Порівнюючи, наскільки збігаються в парі (**його** та **її**) геометричні форми трикутників, Р.Дж. Стенберг винайшов досить переконливу формулу кохання. Вона має такий вигляд:

чим довші сторони трикутників пари і чим більше вони наближаються до рівносторонніх та збігаються між собою, – тим щасливіше кохання чоловіка та жінки (рис. 2).

Трикутник набув такого вигляду:

Угоди (моральні зобов'язання)

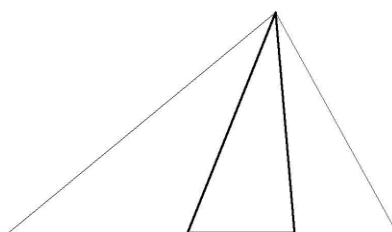


Дружба (подільність Я)

Пристрасть (потреба у фізичній близькості)

Рис. 2 Він + Вона = Гармонія та Злагода

Угоди (моральні зобов'язання)



Дружба (подільність Я)

Пристрасть (потреба у фізичній близькості)

Рис. 3. він + вона = гармонія та злагода

Зіставляючи довжини сторін трикутника, можна «виміряти» вік стосунків у парі, задоволеність ними. Р.Дж. Стенберг підкреслює, що з плином часу характер кохання обов'язково змінюється і це тягне за собою зміну довжин відповідних сторін трикутника. Коротшою може стати сторона трикутника, яка означає пристрасть, і подовжитися сторона, якою зображають моральні угоди.

На думку вченого, *секрет щасливого кохання забезпечується характером динаміки взаємин, а саме суміщенням граней – трансформованих почуттів.*

Класифікація різновидів любові Т. Кемпера

Підставою для виділення Т. Кемпером різних видів любові виступають різні поєднання двох факторів:

Влади	Статусу
здатності силою змусити партнера зробити те, що ти хочеш, або можливість карати партнера;	бажання йти назустріч вимогам партнера, тобто бажаний результат досягається не завдяки силі, а завдяки позитивному ставленню до партнера.

Т. Кемпер виділяє сім видів любові:

Романтичне кохання	– партнери в рівній мірі володіють і статусом, і владою по відношенню один до одного. Найстрашніше покарання – це втрата прояви любові зі сторони партнера. Ця любов яскрава, пристрасна, болісна і трагічна (вона багаторазово описана в художніх творах).
---------------------------	---

Братська любов	– партнери мають високий статус і не володіють владою, не можуть карати один одного. У такій любові кожен готовий поступатися і йти назустріч один одному. Примусу немає, відсутні ревності.
Харизматична любов	– один партнер володіє статусом і владою, інший – тільки статусом. Прикладом подібних відносин можуть бути відносини між учителем і учнем.
«Зрада»	– один партнер має владу і статус, інший – тільки владу. Прикладом може бути ситуація подружньої зради, коли для партнера, який вступив у нові відносини, подружжя ще має владу, однак вже не викликає бажання йти йому назустріч, тобто він втрачає статус.
Нерозділене кохання	– один з партнерів володіє і статусом, і владою, а інший – ні тим, ні іншим.
Поклоніння	– один з партнерів має статус, однак він не при владі, інший не має ні того, ні іншого. Прикладом може бути ситуація закоханості в актора, співака та ін. за відсутності реальних відносин з ним.
Дитячо-батьківська любов	– один партнер володіє високим статусом, але низькою владою (дитина), інший – низьким статусом (оскільки любов до нього ще не сформувалася), але високою владою (батько). Прикладом можуть слугувати відносини між батьками і маленькою дитиною.

У цій класифікації традиційним уявленням про кохання в різностатевій парі відповідає романтичне кохання. (Харизматична любов зазвичай характеризується значною віковою або соціальною нерівністю.)

Дана класифікація цікава тим, що підкреслює момент несвободи і негативних переживань в любові, що пов'язані з наявністю в ній компонента влади.

Психологи розрізняють такі види кохання:

Перше кохання – поверхове, галасливе, короткотривале.

<i>Позитивні наслідки</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1) молодь вчиться встановлювати перші контакти з представниками протилежної статі, сплачуючи відносно низьку ціну за розчарування і поразки; 2) це прелюдія кохання, а не саме кохання; 3) вчить відданості та самопожертві; 4) є могутнім рушієм самовдосконалення та духовного зростання людини; 5) допомагає надзвичайно яскраво побачити і глибоко відчувати красу світу, людей, буття.
<i>Негативні наслідки</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1) особа може застрягнути на об'єкті першого кохання та назавжди залишитися самотньою; 2) можуть розвинутися комплекси; 3) може спонукати до самогубства.

Романтичне кохання – почуття домінують над розумом; партнера підносять до рівня ідеалу.

<i>Позитивні наслідки</i>	1) закоханий бачить в об'єкті свого кохання не тільки те, що там є на сьогодні, але й те, що там буде або, принаймні, може бути;
<i>Негативні наслідки</i>	1) ідеалізація сподівань; 2) здатність відмовитись від усіх й усього і присвятити себе об'єктові кохання; 3) підпорядкування власного життя своїм почуттям.
Романтичне кохання характеризується такими феноменами:	
<i>феномен пізнання</i>	«Ми знайомі лише декілька днів, а мені здається, що я знаю тебе вже давно»;
<i>феномен безмежності</i>	«Дивно, але мені здається, що я знав тебе все життя»;
<i>феномен з'єднання</i>	«Коли я з тобою, я не відчуваю себе самотнім»;
<i>феномен необхідності</i>	«Я не можу жити без тебе».
Зріле кохання – поєднуються глибокий емоційний зв'язок і статева насолода.	
<i>Позитивні наслідки</i>	– надає взаєминам двох осіб максимальної близькості, інтимності і задоволення;
<i>Негативні наслідки</i>	– втрачаючи об'єкт кохання, людина завжди порівнює його з наступними претендентами (кандидатами), знаходячи відмінності розчаровується та врешті приймає рішення бути самотньою; живе спогадами.

Е. Фромм у своїй роботі «Мистецтво любити» виділяє	
зрілу	незрілу
любов, яка пов'язана з особистісною зрілістю або незрілістю люблячого.	
Незріла любов	<p>Незріла любов часто виступає у вигляді симбіозу. Симбіоз може існувати в пасивній та активній формі.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Пасивна форма – <i>мазохізм</i>. Людина позбавляється від самотності, стаючи невід'ємною частиною іншого, віддає йому свободу, щоб інший ним керував. <p>Психологічна вигода цієї форми полягає в тому, що мазохіст нічим не ризикує, ніколи не залишиться на самоті, але й ніколи не буває незалежним.</p> <p>Така людина «не цілком родилася». Якщо у неї з'являється статевий потяг, то вона підпорядковується партнеру і душею, і тілом. Вона відрікається від своєї цілісності і стає знаряддям іншого.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Активна форма – <i>панування, садизм</i>. Людина звільняється від полону самотності, роблячи іншу людину своєю частиною. За рахунок цього вона росте в своїх очах. <p>Садист включає іншу особу, яка його обожнює, в себе як частину. Однак і він сам залежить від того, кому заподіює біль, оскільки не відчуває себе добре без обожнювання з боку іншого.</p> <p>В одній людині можуть поєднуватися обидві форми симбіозу.</p>

Е. Фромм наводить як приклад Адольфа Гітлера, розглядаючи його як садиста по відношенню до народу і мазохіста до себе (про це свідчить його самогубство).

З точки зору Е. Фромма, закоханість і любов не рівні. Закоханість можна розглядати як незрілу любов.

Закоханість – це короткочасне переживання, дуже сильне, але нетривале.

Вона може змінитися розчаруванням і нудьгою в міру того, як люди пізнають один одного, і як близькість перестає бути чудом.

Закоханість може перейти в зрілу любов.

Цей стан триває безперервно, дуже довго і спокійно.

Зріла любов	– передбачає збереження цілісності людини. Двоє людей існують окремо, зберігаючи власну індивідуальність, розділяючи при цьому життя. Така любов допомагає подолати людині самотність і разом з тим дозволяє зберегти себе. Зріла любов активна, діяльна. Це не «впадіння» в любов, а перебування в ній, на відміну від закоханості. Любов – це, перш за все, готовність давати, а не отримувати.
--------------------	---

Зріла любов завжди передбачає виконання ряду функцій по відношенню до любимої людини.

1. **Турбота** – передбачає зацікавленість у благополуччі життя партнера.

2. **Відповідальність** – здатність і готовність відповідати на запит іншої людини.

3. **Повага** – передбачає бути уважним і бачити іншого таким, яким він є, бачити його індивідуальність.

Це означає зацікавленість в тому, щоб партнер рухався власним шляхом, розвивався для себе самого, а не для того, щоб «служити мені».

У результаті і я сам можу бути незалежним, «можу стояти і ходити без підтримки», я не потребую того, щоб використовувати когось у своїх цілях.

Практика любові, за Е. Фроммом, вимагає наступного:

1. **Дисципліни і терпіння.** Людина не припиняє навчатися любові, незважаючи на несприятливі або приємні зовнішні обставини.

2. **Зосередження.** Для цього людині необхідно вчитися перебувати наодинці з самим собою. Одна з важливих здібностей любові – це вміння бути самотнім, не відчуваючи при цьому страху або тривогу.




3. **Граничної зацікавленості.** Гранична зацікавленість передбачає вміння зосереджуватися на партнері, тобто вміння слухати і чути. У цьому вмінні є бар'єри, наприклад, заглибленість у себе, егоцентризм, неповага, гордія. При усвідомленні цих бар'єрів людина навчається слухати.



4. **Уміння бути в сьогоденні, «бути тут і зараз».** В іншому випадку спілкування стає контактом зі своїм минулим досвідом (наприклад, негативним) або з майбутнім (переживання наслідків).

5. **Здібності відчувати самого себе.** Зрілий чоловік довіряє своєму тілу і своїм відчуттям, допускає появу негативних почуттів і емоцій, це не перекреслює увесь досвід спілкування з коханою людиною.




Таким чином, здатність до любові, за Е. Фроммом, пов'язана з особистісною зрілістю людини, тобто з його індивідуальними якостями.

4. ЕТАПИ КОХАННЯ

Етапи кохання:	
<p>Час емоцій</p> 	<p>– це чарівний час, який багато пар згадують з трепетом. Перше знайомство, перший дотик, перший поцілунок, перший секс. Градус емоцій і пристрасті на початку відносин просто зашкалює, ви готові на безрозсудні вчинки, прагнете показати свої найкращі якості, щоб сподобатися партнеру, і з нетерпінням чекаєте розвитку стосунків.</p> <p>Це період, схожий на захоплюючу гру, де кожен з партнерів проходить певні завдання, набуває гідності на шляху до заповітної мети. Це безтурботний час, коли ви сповнені сил, енергії і бажання, ви часто смієтеся і відчуваєте емоції радості і щастя, кожен телефонний дзвінок змушує ваше серце тріпотіти.</p>
<p>Час закоханості</p> 	<p>– друга стадія починається тоді, коли ви розумієте, що кохаєте людину, офіційно приймаєте рішення про серйозні стосунки і стаєте парою. Ви починаєте жити разом, секс все ще яскравий і ще більш значущий, але стає частиною повсякденної рутини.</p> <p>Відносини стають міцнішими, ви цілком довіряєте партнеру – саме на цій стадії люди одружуються і народжують дитину.</p> <p>З цього часу спонтанність замінюється буднями і рутинною, у кожного з'являються обов'язки і зобов'язання, які ви повинні дотримуватися заради сімейного благополуччя. Вам здається, що ви прекрасно знаєте хто поруч з вами, вже не потрібні маски, ви ті, хто є насправді.</p>
<p>Час реальності</p> 	<p>– це час, коли люди знімають рожеві окуляри і виявляються в суворій реальності.</p> <p>Це найгірший час, час переоцінки цінностей і зміни пріоритетів, на жаль, саме цю стадію і не можуть подолати багато пар.</p> <p>Коли місце романтики і пристрасті займає побут, робота, діти, коли щоденний день бабака не дає можливості зітхнути, багато хто починає задаватися питаннями:</p> <p>«А цього я хотіла?», «Чи правильний зробила вибір?», «Чи не втрачаю я час поруч з цією людиною?»</p> <p>В цей час оголюються і стають нестерпними всі ті речі, з якими ви раніше мирилися, вас дратує партнер, іноді ви відчуваєте до нього огиду і мрієте про інше життя, в якому все буде «як раніше».</p> <p>Саме ці роздуми і нетерпимість штовхають людей на пошуки нових яскравих емоцій і стосунків, які, здається, охололи в їхній родині.</p>

<p>Час гармонії</p> 	<p>– якщо пара переживає бурю третьої стадії, стосунки стають терпимими і розуміючими. Адже ви і раніше знали про всі недоліки свого партнера і мирилися з ними. Ви більше не дратуєтеся, не пред'являєте претензії, а шукаєте вихід з ситуації, що склалася, і вирішуєте проблеми. Це час мудрості, ви вже не ті, ким були раніше, ви інші. З початку стосунків все змінилося, можливо, ви багато пережили, але зараз ви розумієте, що краще розмовляти і пояснювати все такому рідному і знайомому чоловікові, ніж починати все спочатку.</p>
<p>Час любові</p> 	<p>– на цій стадії пару чекає нагорода за всі страждання і старання попередніх етапів. Коли ви усвідомили і прийняли той факт, що ви обидва неідеальні, ви згадуєте те, за що полюбили одне одного, і почуття знову оживають. Ви розумієте, що ненависть, роздратування і розчарування викликав зовсім не ваш партнер, а нездійснені мрії, нереалізовані бажання і невиправдані надії.</p>

<p>Розвиток взаємостосунків на етапах кохання</p>	
<p>Цукерково-букетний етап</p> 	<p>– триває близько 18 місяців. Слід зазначити, що у чоловіка і жінки, коли вони закохуються один в одного, виробляються в організмі гормони, які допомагають бачити світ у яскравих фарбах. У цей період їм все здається дивним у їх партнері. Вони відчують себе ніби в стані наркотичного сп'яніння. Не слід у цей період приймати доленосні рішення, адже дія цього сп'яніння рано чи пізно припиниться, все стане на свої місця.</p>
<p>Етап перенасичення</p> 	<p>– у цей період особи починають тверезо дивитися на стосунки та партнера, море почуттів вщухає, особи поступово звикають один до одного. Наслідком цього є зміна поведінки – особи починають вести себе більш розкуто і природно.</p>
<p>Етап відрази</p> 	<p>– етапу відрази не уникнути у будь-яких тривалих стосунках. Сварки і виявлення недоліків один одного характерні для цього етапу. Особі здається, що найпростіший спосіб уникнути всього цього – розставання або розлучення. Це неправильне рішення, оскільки розлучившись, ви незабаром знову вступите в цукерково-букетний етап з іншою людиною і почнете проходити етапи заново, поки не дійдете до цього і не перейдете до наступного.</p>
<p>Етап терпіння</p> 	<p>– на цьому етапі партнери набувають мудрості. Сварки вже не носять такий драматичний характер, адже обидва знають, що сварка закінчується, а відносини необхідно продовжувати. Якщо обидва роблять все, щоб розвинути у себе терпіння, з роками до них приходить мудрість. Це закон.</p>

<p>Етап боргу або поваги</p> 	<p>– це перший етап справжнього кохання, адже до цього кохання ще не було. Партнери починають розуміти свої обов'язки, думаючи не про те, що йому повинен інший партнер, а про те, що він може зробити і дати своєму коханому.</p>
<p>Етап дружби</p> 	<p>– у цей період партнери стають дуже близькі один одному. Вони довіряють один одному, як найближчим друзям. Етап дружби відкриває дорогу до справжнього кохання.</p>
<p>Етап справжнього кохання</p> 	<p>– до справжнього кохання йдуть дуже довгий час, проходячи разом через складні життєві етапи і ситуації. Справжнє кохання – це не те, що несподівано падає вам з неба, як багато хто вважає. Для справжньої дорослої любові людина дозріває, відмовляючись від егоїзму і забобонів.</p>

Проблема генезису й розвитку любові – одна з найменш розроблених у психології емоцій. Тут можна виділити функціональний і власне онтогенетичний аспект. Процес функціонального розвитку любові можливо простежити, ґрунтуючись на класичній роботі А. М. Стендаля «Про любов» (1982). Ключове поняття, що розкриває суть становлення відносно любові – поняття «кристалізації» (Федоренко Р.П., 2015).

<p>На думку А. М. Стендаля (1822), зародження любові відбувається у кілька етапів:</p>	
<p>1-й етап – захоплення предметом любові</p>	<p>– щось в іншій людині привертає увагу, вражає, примушує зупинитися, відчуті захоплення. Іноді – красива зовнішність, хода, голос, іноді – тонке судження, глибока думка, часом – вчинок, сміливість, благородство, доброта.</p> <p>Стендаль вважає красу неодмінною умовою народження любові. «Краса для народження любові потрібна, як вівіска. Треба, щоб неподобство не представляло перешкоди». Вівіска зупиняє, привертає увагу, неподобство може відштовхнути. Проте сама краса – це не лише краса фізична, краса тіла. Це і краса розуму, волі, духу людини.</p> <p>Отже, початок зародження любові пов'язаний із виділенням майбутнього предмета любові з оточення й чудовою емоційно-позитивною оцінкою партнера. Переживання захоплення наділяє партнера винятковістю та неусвідомлено ставить його в центр уваги (Федоренко Р.П., 2015).</p>
<p>2-й етап – вивчення предмета любові</p>	<p>– усебічне дослідження партнера, підвищена чутливість до всіх його поведінкових проявів, зовнішнього вигляду, суджень. Тут ще немає любові, присутні лише добрий інтерес до особи партнера й неусвідомлена симпатія, обумовлена захопленням.</p>

<p>3-й етап – зародження любові та перша кристалізація почуття</p>	<p>– зародження любові пов’язане з переживанням насолоди від виду предмета любові й спілкування з ним. Вирішальне значення для розвитку любові має кристалізація почуттів. Стендаль називає першу кристалізацію особливою діяльністю розуму, спрямованою на наділення предмета любові усіма можливими достоїнствами. Особа партнера піддається систематичній позитивній оцінці. Інформація про партнера селекується й проходить особливу обробку – перебільшення достоїнств, ігнорування або спотворення недоліків (обертання їх у достоїнства), що призводить до «згущення достоїнств і чеснот» партнера та ідеалізації його образу. Якщо немає реальної близькості й спілкування з партнером, настає кристалізація уявного образу (Федоренко Р.П., 2015).</p>
<p>4-й етап – виникнення сумнівів</p>	<p>– ідеалізація образу партнера в певний момент повертає носія почуття любові до самого себе та породжує сумніви про те, наскільки ж він сам гідний любові свого партнера. Цей етап виникнення орієнтації на себе як можливого об’єкта любові, початок пошуку відповіді на питання: «Чому й за що мене люблять?» (Федоренко Р.П., 2015).</p>
<p>5-й етап – друга кристалізація почуттів</p>	<p>– отримання підтвердження зобов’язань любові, у відповідь спрямовує процес самодослідження та саморозвитку особистості в бік виділення й культивування в собі кращих якостей і достоїнств, якими вона вже володіє, які хоче бачити в собі та якими її наділяє предмет любові. Друга кристалізація почуттів – це особистісне зростання в напрямі формування в собі тих достоїнств, які зроблять людину чарівною, обраною, коханою. Отже, п’ятий етап розвитку любові – це етап інтенсивного особистісного зростання носія почуття любові в контексті побудови стосунків любові зі значимим іншим. 6-й етап – розвиток стосунків любові, спрямованих на досягнення повної близькості та єдності з об’єктом любові (Федоренко Р.П., 2015).</p>

Стосунки любові – це зона найближчого розвитку особистості, насамперед в аспекті формування здатності до самореалізації та самоактуалізації. У позитивній оцінці кристалізації потрібно враховувати й можливі негативні впливи цього процесу. Ідеалізація може стати причиною серйозних порушень міжособистісних стосунків і спілкування з партнером у тому випадку, коли образ партнера, що ідеалізується, вступає в протиріччя з реальними якостями (Федоренко Р.П., 2015).

- Підводячи підсумок сказаному про **психологію закоханості і любові**, слід ще раз підкреслити наступне:
- виникнення і перебіг емоційних відносин має певні закономірності;
 - необхідно розрізняти «закоханість» і «любов» як незрілу і зрілу форми любові;
 - зрілій любові зазвичай передуює етап закоханості, що починається з виникнення симпатії;

- з часом роль різних характеристик індивіда, що забезпечують успішність спілкування, змінюється: значимість зовнішніх характеристик (фізичні дані індивіда, соціально-демографічні характеристики, поведінка при спілкуванні) з часом значною мірою знижується, а значимість особливостей особистості, навпаки, зростатимуть;
- здатність людини до зрілої любові залежить від його особистісних якостей, зокрема й від рівня самоприйняття і особистісної зрілості.

5. ФІЗІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ЛЮБОВІ

Еволюційні біологи і психологи говорять, що любов виникла в процесі еволюції, як природний інстинкт, щоб продовжити і зберегти рід. Слід розрізняти «кохання» від «закоханості».

Доктор М.С. Пек вважає, що: «По-перше, закоханість – це специфічне, сексуально орієнтоване, еротичне переживання. Ми не закохуємося в своїх дітей, хоча можемо дуже сильно любити їх. Ми не закохуємося в друзів однієї з нами статі – якщо тільки ми не гомосексуально орієнтовані – хоча можемо віддано піклуватися про них. Ми закохуємося тільки тоді, коли це сексуально мотивовано, – не має значення, це усвідомлюється чи ні.

По-друге, переживання закоханості завжди недовге. У кого б ми не закохалися, рано чи пізно цей стан проходить, якщо відносини тривають. Я не хочу сказати, що ми неминуче перестаємо любити людину, в яку закохалися. Але екстатично, бурхливе почуття, власне закоханість, проходить завжди. Медовий місяць завжди швидкоплинний. Квіти романтики неминуче в'януть».

Основні ознаки закоханості (Дороті Теннов):

- нав'язливі думки про об'єкт закоханості (ОЗ, бажаного чоловіка);
- гостра потреба в відповідних почуттях з боку ОЗ;
- ейфорія або піднесений настрій за наявності взаємності;
- почуття, думки і дії зосереджені на ОЗ такою мірою, що інші турботи (навіть дуже важливі) ігноруються або нехтуються;
- сильна, майже безглузда, упередженість, яка спотворює сприйняття закоханим ОЗ, ця упередженість ніби збільшує вираженість і важливість позитивних якостей ОЗ, одночасно зводячи до мінімуму негативні риси ОЗ, відносячи їх до нейтральних або навіть позитивних;
- статевий потяг до ОЗ;
- виявлена достовірною кореляція стану закоханості і наркотичного сп'яніння.




Мілкмен, Сандервіт вважають, що незвичайні містичні стани викликають хімічні агенти-медіатори, які за своїм ефектом перевершують фенілетиламін і ендорфіни, вони подібні відомим синтетичним психоделікам (речовинам, що викликають складні психічні розлади). Найбільш подібні препарату 3,4-метілендіоксиметамфетамін (МДМА), який отримав у повсякденному вживанні назву «екстазі».

Іспанський філософ Хосе Ортега-і-Гассет називав закоханість «ненормальним станом уваги, який проявляється у нормальної людини».

Коли людина закохується, вона в перші тижні і місяці потрапляє у такі «пастки закоханості»:	
<i>пастка впізнавання</i>	«Як тільки я познайомився з тобою, відразу відчув, що саме тебе я шукав. Я тебе відразу впізнав»;
<i>пастка безмежності часу</i>	«Ми знайомі лише кілька днів, а мені здається, що я знав тебе все життя»;
<i>пастка возз'єднання</i>	«Коли я з тобою, я відчуваю себе іншою людиною, я знаходжу те, чого мені давно не вистачало в житті»;
<i>пастка необхідності</i>	«Я не можу жити без тебе!» – це можна порівняти як новонароджений не може без матері;
<i>пастка вічності почуття</i>	«Я впевнений у вічності наших почуттів»;
<i>пастка «обоготворення»</i>	«Та ви знаєте, яка вона незвичайна!». На будь-який сумнів, коханий: «Та ви просто нічого не розумієте в людях».

У закоханих, які переживають свої бурхливі почуття, можуть бути присутніми як усі перераховані ознаки, так і тільки деякі з них, все залежить від ступеня залученості в це почуття, і на якому етапі закоханість знаходиться.
Закоханість і її пастки швидкоплинні.

 **Середня тривалість закоханості 6 місяців.**
Наполеон пропонував ввести закон, за яким заборонялося би вступати в шлюб всім, хто знає один одного менше півроку.

У закоханості багато різних назв: «романтичне кохання», «любов з першого погляду», «раптова любов», «спонтанна любов» і т.д.
Психолог З. Рубін з Мічиганського університету в ході досліджень встановив, що у жінок закоханість проходить швидше, ніж у чоловіків, жінки частіше виступають ініціаторами розриву і легше його переживають.


Закоханість – це гостре емоційне переживання, потяг до об'єкта сексуального вибору. На відміну від більш постійного і стійкого почуття любові має тенденцію до швидкого насичення і згасання.
Влюбливість – це індивідуальна характеристика людини, залежить від особливостей її сприйняття партнера в інтимному спілкуванні. При цьому в об'єкті закоханості виділяються переважно зовнішні, поверхневі риси і якості.

У людини є такі три зони мозку, які відповідають за любов:		
префронтальна кора	гіпофіз	гіпоталамус
частинка кори мозку, яка відповідає за емоції	ендокринна залоза, яка продукує низку гормонів	регулює емоційні стани

Також важливу роль для привабливості відіграють **феромони**, від них у мозку починають вироблятися хімічні речовини, які впливають на свідомість та сприйняття.




Феромони у:	
жінок –	чоловіків –
це похідні жирних кислот	це похідні гормону тестостерону

Феромони – це легкі речовини, які виробляють залози, що знаходяться під пахвами і виділяються з потом.





	<i>Феромони людина не відчуває, їх відчувають нюхові рецептори, але сам запах людина не сприймає.</i>
<i>Рекомендують два дні не митись, щоб бути більш привабливим, адже феромони змиваються, спричиняючи меншу привабливість для протилежної статі. Втім, якщо не митись тиждень, відбудеться відлякуюча реакція. Феромони утворилися і діють один-два дні, після цього вони перетворюються в токсичні речовини, які мають відлякуючу здатність.</i>	

Механізм дії феромонів:	
феромони активізують зір та блокують адекватне сприйняття особи протилежної статі.	
<i>Тому, коли ми на неї дивимося, вона нам здається набагато привабливішою, ніж є насправді.</i>	

На продукцію феромонів впливають молекули головного комплексу гістосумісності.


	<i>Жінки вибирають партнерів, у яких будова молекул комплексу гістосумісності є кардинально протилежною, якщо будова молекул однакова, то ці чоловіки для жінок є нецікавими. Якщо в двох людей будова комплексу однакова, такі пари нестабільні і швидко розпадаються.</i>
<p>На продукцію феромонів впливають естрогени.</p> <p>Чим більше в жінки естрогенів, тим більша продукція феромонів, і це вірогідніше подіє на нюхові рецептори чоловіків, відповідний сигнал передається до гіпоталамусу в ділянці мозку.</p> <p>А гіпоталамус стимулює статеві залози чоловіків, і в них виробляється тестостерон, який діє на гормони жінки.</p>	
	<i>Відомо, що жінки зі світлим волоссям мають більшу концентрацію естрогенів, тому існує стереотип, що на основі цього чоловікам більше подобаються блондинки.</i>
	<i>У жінки з віком концентрація естрогенів знижується, найбільше після народження дитини. Тому тоді жінка стає менш привабливою для чоловіка.</i>

Любов не живе 3 роки, але має 3 біохімічні стадії:		
пристрасть	захоплення (романтична любов)	прив'язаність (справжнє кохання)

Перша стадія	<p>«Я тебе хочу». Пристрассть починається з зорового контакту, виділення феромонів, які впливають на виділення статевих гормонів тестостерону та естрогену.</p>
	Триває пристрассть від кількох годин до 1-2-х місяців.
Друга стадія	<p>«Я не можу без тебе жити». Захоплення, романтична любов розвивається на основі <i>нейротрансмітерів і моноамінів, які запускають фенілетиламін, дофамін, норадреналін та серотонін.</i> З часом молекули починають розпадатися і після цього настає розчарування. Або любов продовжується і переходить у стадію прив'язаності. Захоплення запускає – фенілетиламін та норадреналін, цементують любов – дофамін та серотонін.</p>
	Ця стадія триває від 2-х місяців до 2-х років.
	<i>На цій стадії більшість людей і одружуються. Коли ще партнери не помічають негативних рис у другій половинці.</i>
Третя стадія	<p>«Я можу жити без тебе, але з тобою мені набагато краще». За прив'язаність відповідають гормони: <i>окситоцин, вазопресин, ендорфіни.</i> Це спокійна і виважена любов.</p>
	При цьому прив'язаність не триває вічно, а лише 4-7 років.

Професор антропології з Rutgers University (Нью-Джерсі, США) Рутгерс Хелен Фішер протягом 30-ти років проводила дослідження природи і хімії любові та виявила, що максимальна тривалість закоханості 30 місяців. Х. Фішер: «Я дійшла до переконання, що романтична любов – первинна мотиваційна система в мозку, коротше кажучи, базовий людський потяг спаровування. Подібно потягам, романтична любов фокусується на нагороді (на улюбленому), подібно до того, як голод фокусується на їжі».

Далі любові немає, це вже звичка.
 Основну роль у цих біохімічних процесах відіграє *окситоцин, вазопресин, ендорфіни.* Якщо знайти шляхи підвищення *ендорфінів*, то цю стадію можна продовжити на довгі роки.

	Що відчують люди коли закохуються?
<p>У тілі людини активізуються гормони: <i>фенілетиламін</i> (гормон закоханості), <i>норадреналін</i> (гормон гніву), <i>дофамін</i> (гормон задоволення), <i>серотонін</i> (гормон настрою).</p>	
<p>Похідні амінокислот, які утворюються з білків в нашому організмі. Комбінація цих речовин визначає, що ми будемо відчувати до протилежної статі.</p>	
<p>За романтичну любов також відповідає фактор росту нервів – це <i>невеликий білок</i>, який сприяє росту аксонів, тобто нервових закінчень в мозку. У закоханих рівень цього білка зростає і нервові клітини набагато активніше ростуть та утворюють асоціативні зв'язки між нервовими клітинами.</p>	

Основні гормони беруться з амінокислот, які надходять в наш організм з білковою їжею. Вони незамінні, оскільки не синтезуються в нашому тілі.



Корисно закохуватися в старшому віці – буде зростати рівень фактору росту нервів і люди будуть захищені від слабоумства.

Романтична любов не триває вічно.

Гормони утворюються та розщеплюються. Найкоротшу дію має *фенілетиламін та норадреналін* – їх тривалість кілька хвилин.

В організмі людини можуть відбуватися різні процеси після того, як усі **гормони** досягли піку.

1-й варіант:

Коли **гормони** досягли піку і починають знижуватися, настає стадія розчарування або завершення любові.

Це стан, коли в людей, так би мовити, відкриваються очі.

«Боже, що я в ній знайшов? Права була моя мама»...



Коли цих гормонів стає мало, то людина не має пристрасті й не розуміє, що її пов'язує з партнером.

2-й варіант:

Першими знижуються гормони **фенілетиламін та норадреналін**, а рівень **серотоніну** знижується поступово.

Якщо в пари є спільні інтереси, то рівень цих гормонів буде знижуватись повільно. Це створює передумову, що вони перейдуть у третю стадію любові – справжню любов.

3-й варіант:

Нерозділене кохання. Є **фенілетиламін**, але немає **дофаміну і серотоніну**, бо немає зворотної відповіді.

Дофамін починає виділятися, коли ми бачимо, що ми теж подобаємося особі, яка подобається нам. Якщо цього немає – настає стадія тривожності, депресії.



Рівень дофаміну та серотоніну можна підвищити за допомогою глюкози, смачної їжі та похвали.



Коли забагато гормону дофаміну – це манія.

Для повноцінної стійкої любові людині потрібна ще одна група речовин – **ендорфіни**.

Від рівня дофаміну залежить вироблення гормонів:

окситоцину (гормон обіймів та довіри),

вазопресину (гормон прив'язаності) і

ендорфінів – ендогенні опіати.







Комплекс цих гормонів разом визначає, чи буде зв'язок тривати вічно.

Основну роль у формуванні справжньої любові, коли фенілетиламіну стає менше, відіграє окситоцин.




Його багато виділяється при народженні дитини, а також у жінок та чоловіків під час обіймів, інтимних стосунків, коли пара тримається за руки. Це основний гормон, який «цементує», з точки зору жінки.

	<i>Окситоцин – основний гормон, який відповідає за материнську любов, націоналізм та любов до країни.</i>
	Коли цього гормону забагато, виникає таке явище як ревності. Рівень окситоцину визначається генетично.

Моногамність і полігамність.	
У жінок за моногамність відповідає окситоцин, у чоловіків основну роль відіграє гормон вазопресин (антидіуретичний гормон).	
Вони визначають стан прив'язаності до протилежної статі.	
Все залежить від рівня гормонів – окситоцину (жінки) та вазопресину (чоловіки).	
	У моногамних рівень цих гормонів високий, а в полігамних – низький.
	<i>Людина полігамна чи моногамна не тому, що вона така погана, це так працює її організм, така швидкість утворення гормонів.</i>
Марія Байляк вивела формулу кохання:	
<i>щоб закохатися, нам потрібен</i>	фенілетиламін
<i>щоб романтична любов розвивалася, нам потрібен</i>	дофамін і серотонін
<i>щоб любов була міцною, нам потрібен</i>	окситоцин та вазопресин
<i>щоб існувала вічно, нам необхідні</i>	ендорфіни (які виробляються, коли є спільні інтереси)

П'ять фактів про кохання з точки зору науки:	
1. Перші етапи закоханості дуже схожі на наркотичну залежність.	
Фішер відокремила початкові стадії кохання від тривалої, трохи стриманішої, фази прив'язаності.	
Вона помітила, що мозок у першому випадку дивовижно схожий на мозок наркозалежного.	
<i>«Коли ми просканували тих, хто закохався зовсім недавно, ми помітили підвищену активність у декількох відділах мозку. Найбільшими з них є вентральний відділ покритки середнього мозку (VTA) та хвостате ядро».</i>	
Обидва відділи – ключові у механізмі. Вони передають сигнали іншим відділам мозку за допомогою нейромедіатора дофаміну , таким чином викликаючи відчуття радості.	
<i>Підвищена активність VTA спостерігається при усіх видах залежностей – нікотинової, алкогольної, героїнової чи ігрової.</i>	
У будь-якому випадку, з кожною дозою особа отримує дофамін .	
Фішер стверджує, що це пояснює відчуття залежності, яке переживають багато людей, закохуючись. Вона також вважає, що первинні стадії любові повинні розглядатися як жага чи голод, ніж як стабільна, постійна емоція.	
2. Коли ви закохуетесь, ваша здатність тверезо оцінювати ситуацію знижується.	
Дослідження мозку Саміром Зекі, нейробіологом з Університетського коледжу в Лондоні, пояснює, чому закохані бачать один в одному тільки позитивні сторони.	
Зекі провів МРТ і показав людям фотографію їхньої закоханості. Він помітив зниження активності у мигдалеподібних тілах .	

<p>Активність мигдаликів зазвичай підвищується у стресових ситуаціях і при оцінці ситуації під час спілкування, наприклад, щоб зрозуміти, бреше інша людина чи ні.</p> <p>Зниження активності у цих відділах, як вважає Зекі, скорочує кількість негативних оцінок і недовіри до іншої людини, що дозволяє досягти більшої близькості.</p>
<p>3. Між коханням та obsесивно-компульсивним розладом (ОКР) є багато спільного.</p>
<p>У серії експериментів Університету Пізи, Марадцині та її колеги вивчали серотонін (нейромедіатор, що відповідає за відчуття задоволення) у мозку людей, котрі, як стверджують науковці, були закохані протягом півроку.</p>
<p> Низький рівень серотоніну може призвести до одержимості й ревнощів у відносинах.</p>
<p>Ми звикли думати, що любов – це позитивна емоція, але в усіх піддослідних було виявлено знижений рівень <i>серотоніну</i>.</p> <p>Марадцині через низький рівень <i>серотоніну</i> у людини, яка любить, визначав, що стан любові схожий на obsесивно-компульсивний розлад (ОКР), оскільки встановлено, що люди, які страждають від ОКР, мають знижений рівень серотоніну, що й призводить до їхнього постійного відчуття тривоги. Він писав, що «мої біологи, розглянувши результати, подумали, що у всіх людей ОКР» (Марадцині та її колеги).</p> <p><i>Коли ж йдеться про кохання, нестача серотоніну призводить до одержимості, ірраціонально-ревнивої поведінки, яку ми можемо помітити в деяких людях.</i></p>
<p>4. Нерозділене кохання схоже на ломку.</p>
<p>Фішер також просканувала мозок тих людей, які страждали від нерозділеного кохання. Беручи до уваги той факт, що кохання має багато спільного з іншими залежностями, не дивно, що коли піддослідним показували фото тих, кого вони люблять, їх мозок виглядав так само, як мозок наркомана при ломці.</p>
<p>Іншими словами, «знедолені» у коханні досі зберігають увагу на об'єкті пристрасті, який залишається недосяжним. Однак один з позитивних моментів дослідження показав, що чим більше часу минуло з моменту відмови, тим нижче рівень активності у відділах мозку, співвідносних з відчуттям прив'язаності.</p>
<p>5. Тривала прив'язаність відрізняється від любові на «перших стадіях».</p>
<p>Фішер та інші дослідники бачать різницю між цими послідовними стадіями кохання з вагомої причини – з точки зору поведінки й мозкової активності вони істотно відрізняються.</p>
<p>МРТ-дослідження пар, які були щасливі у шлюбі протягом десятиріч, показали, що коли вони бачили фотографії один одного, активність спостерігалася в інших відділах мозку, на відміну від «молодих» пар. Активність була помічена не тільки у VTA, а й у блідому ядрі головного мозку – відділі, що відповідає за материнський інстинкт.</p>
<p>Досі незрозуміло, як люди переходять від першої фази до другої, але Фішер висуває гіпотезу, що вони підкріплені певними механізмами еволюції. Перша хвиля одержимості проходить, дозволяючи людям сфокусуватися на одному партнері для народження дітей. Друга фаза кохання еволюціонує, пов'язуючи людей на довгий час, якого достатньо для виховання дітей.</p>

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Які компоненти любові виокремлюються в різних її теоріях (Е.Фрома, Р.Мея, Дж. Лі, А.Афанасьєва, Р.Стернберга) ?
2. З чим пов'язується велике розмаїття концепції любові ?
3. Назвіть основні критерії типології любові та приведіть приклади її класифікації.
4. Що, на ваш погляд, означає любити ?
5. Чи можна навчитися любити ?
6. Як відрізняється любов від закоханості ?
7. В чому сутність ефекту «рожевих окулярів» ?
8. Як можуть розвиватися любовні стосунки ?
9. Перелічіть і прокоментуйте фактори, що сприяють виникненню міжособистісної атракції та виступають умовами привабливості партнера ?
10. Як трактував любов І.М. Сеченов ?

Тестові завдання для перевірки знань:

1. Які існують моделі любові:

- а) оптимістичні, реалістичні;
- б) песимістичні, ідеалістичні;
- в) оптимістичні, песимістичні.
- г) всі відповіді вірні.

2. Трьохгранна теорія кохання запропонував:

- а) А.Маслоу;
- б) Е. Фромм;
- в) Р.Стернберг;
- г) Б. Мурстейн

3. Які є форми любові:

- а) емоційна;
- б) зріла;
- в) еротична;
- г) незріла;
- д) невротична.

4. Основними моделями кохання є:

- а) песимістична;
- б) релігійна;
- в) оптимістична;
- г) романтична;
- д) емоційна;
- є) еротична.

5. Які основні компоненти любові виокремлюються в психології?

- а) емоційний;
- б) вольовий;
- в) раціональний;
- г) поведінковий.

6. Основною функцією любові є:

- а) надихати людину;
- б) перетворювати світ;

- в) шукати сенс життя;
- г) виявляти турботу і повагу до іншої людини;
- д) всі відповіді вірні.

Тематика доповідей та рефератів:

1. Теорія любові А. Афанасьєва.
2. Теорія любові Е. Фрома.
3. Теорія любові Р. Стернберга.
4. Теорія любові І.С. Кона.
5. Теорія любові Клайда і Сьюзан Хендрика.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом:

1. Побудуйте схему складових характеристик любові.
2. Побудуйте схему типів любові.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Андреева, Т.В. Семейная психология / Т.В. Андреева. СПб.: Речь, 2004., 244 с.
2. Андреева, Т.В. Психология современной семьи / Т.В. Андреева. СПб.: Речь, 2005. 436 с.
3. Вікіпедія. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki>
4. Дружинин В.Н. Психология семьи., СПб.: Питер., 2006., 176 с
5. Великова, С.А. Психология семьи: учебник и практикум для академического бакалавриата / С.А. Великова., М.: Юрайт, 2017., 308 с.
6. Змановская, Е.В. Психология семьи. Основы супружеского консультирования и семейной психотерапии / Е.В. Змановская. М.: Инфра-М, 2017., 380 с.
7. Ильин, Е. Психология любви / Е. Ильин. Спб.: Питер, 2015., 336с.
8. Карabanова, О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учеб. пособие / О.А. Карabanова. М.: Гардарики, 2004. ,320 с.
9. Кей, Э. Любовь и брак. Эволюция любви / Э. Кей. М.: Либроком, 2015., 456 с.
10. Николаева, Е.И. Психология семьи / Е.И. Николаева. СПб.: Питер, 2017., 368 с.
11. Психологія: підручник. URL: <https://pidruchniki.com/1584072037180/psihologiya/psihologiya>
12. 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.
13. 5 фактів про кохання з точки зору науки. URL:<https://inspired.com.ua/practice/people/love-neuroscience/>
14. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. / О.А. Столярчук. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015., 136 с.
15. Семья в психологической консультации: Опыт и проблемы психологического консультирования/ Под ред. А. А. Бодалева, В.В. Столина; Науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР. М.: Педагогика, 1989., 208 с.URL.: [http://psychlib.ru/mgppu/bod_sto/bod_sto.htm#\\$p1](http://psychlib.ru/mgppu/bod_sto/bod_sto.htm#$p1)
16. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї [Текст] : навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. Луцьк : Вежа-Друк, 2015., 364 с.
17. Якимова, Т.В. Психология семьи: учебник и практикум для академического бакалавриата / Т.В. Якимова. М.: Юрайт, 2017., 345 с.



ГЛАВА 7. МОЛОДА СІМ'Я

План:

1. Сімейна комунікація: мета та завдання.
2. Адаптація подружжя до сімейного життя.
3. Подружнє сумісність та її різновиди.
4. Психологічний клімат у сім'ї.

1. СІМЕЙНА КОМУНІКАЦІЯ: МЕТА ТА ЗАВДАННЯ

Метою процесу формування сімейної комунікації в молодій сім'ї є

посилення емоційного зв'язку в подружній підсистемі і відділення від батьківської сім'ї без розриву емоційних контактів з нею.

Подружжя, з одного боку, повинні навчитися належати один одному, не втрачаючи близькості з розширеною родиною (тобто з батьківськими сім'ями). З іншого боку, подружжя повинні навчитися бути частиною власної сім'ї, не втрачаючи при цьому своєї індивідуальності.

Тоді шлюб стає процесом, в якому обидва учасники, і сім'я в цілому, проходять шлях індивідуалізації – сепарації, отримуючи можливість пережити близькість, зберігаючи при цьому відчуття своєї відокремленості та автономності (К. Вітакер, 1998).

Формування сімейної комунікації передбачає вирішення наступних завдань:

1. Визначення зовнішніх меж сім'ї, що означає, насамперед, відділення подружжя від батьків.

На рівні сімейної системи відділення подружжя від батьків пов'язано зі встановленням зовнішніх меж молодій сім'ї – невидимого бар'єру, який регулює обсяг контактів партнерів із зовнішнім світом, в тому числі і з членами розширеної сім'ї (К. Вітакер, 1998). Цей бар'єр захищає автономію молодій сім'ї за допомогою регулювання відносин близькості та ієрархії.

Тепер ролі сина і дочки повинні стати вторинними, поступившись місцем ролям чоловіка і дружини. В парах, які не пройшли сепарацію від батьківських сімей, відносини подружжя з їх батьками характеризує коротка психологічна дистанція, надблизькість, висока взаємозалежність, що ускладнює адаптацію подружжя один до одного і до свого сімейного життя.

Що міцніше ступінь залежності подружжя від батьків, тим екстремальнішими зусилля в її подоланні, наприклад, через емоційний розрив (дистанціювання). Молоді люди вдаються до емоційного розриву з батьківською сім'єю, щоб впоратися зі зростаючою тривогою і напруженістю в надблизьких відносинах.

У парах, які не пройшли сепарацію від батьківських сімей, істотно ускладнюється формування близьких подружніх взаємин. Останні бояться визнати відмінності один в одному, оскільки ці відмінності можуть виявитися настільки великими, що будуть представляти загрозу для їхніх стосунків (К. Вітакер, 1998).

Завданням встановлення зовнішніх меж включає також вирішення таких питань як (К. Вітакер, 1998):

- хто зі знайомих чоловіка і дружини буде допущений в сім'ю і як часто;
- наскільки дозволено перебування подружжя поза сім'єю без партнера;
- як проводити відпустку та ін.

Наявність зовнішніх меж та їх гнучкість забезпечує молодому подружжю певне приватне життя і можливість концентрувати зусилля на побудові взаємовідносин один з одним (К. Вітакер, 1998).

2. Визначення внутрішніх меж і правил взаємодії між подружжям.

Визначення правил взаємодії між подружжям включає:

- а) визначення прийнятної для подружжя дистанції в спілкуванні;
- б) вироблення прийнятних форм співпраці;
- в) визначення способів вирішення конфліктів у разі незгоди подружжя один з одним.

Переконання, що «в хорошій сім'ї конфліктів не буває» – помилкове, тобто це міф.

Визначення прийнятної для подружжя дистанції в спілкуванні – це визначення того, які з життєвих сфер (сфера переживань, міжособистісні відносини або види діяльності та ін.) та в якій мірі можуть бути доступні іншому. Визначення оптимальної дистанції в спілкуванні залежить від здатності кожного з партнерів знайти власні межі. Таким чином, перш ніж об'єднатися в пару, бажано знайти своє «Я», сформувані зрілу ідентичність.

Незрілі партнери прагнуть до «зливої взаємодії» або до «злиття» (до симбіозу), щоб посилити своє «Я». Та це процес неусвідомлений. При злитій взаємодії партнери прагнуть стати єдиним цілим, відмовляються від власних поглядів та інтересів на догоду партнеру.

Між досить зрілими партнерами у взаємодії виникає інтимність. **Інтимність у стосунках** – це переживання близькості з іншою людиною без переживання втрати себе. Інтимність у стосунках передбачає здатність довіритися іншій людині без злиття (без змішування) себе з ним.

Як вважає М. Боуен (1978), здатність пари до близьких і незалежних відносин визначається багато в чому тим, наскільки кожному з подружжя вдалося стати автономною особистістю в батьківській родині. М. Боуен стверджує, що тих, кому не вдалося знайти автономію в рамках батьківської сім'ї, відрізняє емоційна холодність або схильність до злиття з партнером.

Як вважає І. Ялом (2002), здобуття незалежності в поєднанні зі здатністю до близьких стосунків – одне із найскладніших завдань, вирішення якого займає часом все життя. «... Для того, щоб бути повністю пов'язаним з іншою людиною, доведеться спочатку знайти зв'язок із самим собою. Якщо ми не можемо змиритися зі своєю самотністю, ми починаємо використовувати іншого як укриття від ізоляції. Тільки коли людина зможе жити подібно орлу, не маючи можливості висловитися кому б то не було, тільки тоді вона буде здатною піклуватися про зростання іншого» (І. Ялом, 2002).

Таким чином, встановлення не тільки зовнішніх, а й внутрішніх (індивідуальних) меж є важливим завданням молодого шлюбу. Вони оберігають від злиття і дозволяють партнерам «менш болісно» переживати зміни в їх психологічній дистанції, обумовлені природною динамікою емоційних відносин в парі, особливість якої полягає в чергуванні періодів зближення, інтенсивного спілкування і тимчасового відходу один від одного, дистанціювання. Подібна уривчастість відносин також перешкоджає накопиченню агресії, що є небезпечною для існування пари (О. Кернберг, 2004).

3. Первинне узгодження подружніх ролей.

4. Розподіл областей відповідальності і поділ обов'язків.

5. Успішне проходження первинної адаптації в різних сферах та ін.

Саме на цьому етапі партнери шукають відповіді на питання: «Які прийнятні шляхи вирішення конфлікту?», «Вираз яких емоцій в сім'ї вважається допустимим?», «Хто за що несе відповідальність і за яких умов?». Таким чином, протягом даного кризового періоду подружжя пристосовуються один до одного, шукають такий тип сімейних відносин, який задовольнив би їх обох (Є.С. Калмикова, 1983).

Уміння подружжя вирішувати виникаючі проблеми на початковому етапі сімейного життя сприяє виробленню довгострокових стійких форм поведінки, що діють протягом усього життєвого циклу сім'ї та допомагають переживати наступні нормативні і ненормативні сімейні кризи.

Є такі **фактори, що можуть ускладнити формування внутрішньосімейної комунікації** (або проходження першої нормативної кризи) (І. Ялом, 2002; М. Боуел, 1978):

1. Пара зустрічається або укладає шлюб незабаром після втрати значущої людини.
2. Подружні стосунки формуються на тлі дистанціювання від батьківської сім'ї.
3. Сімейні традиції і походження подружжя істотно розрізняються (освіта, національна приналежність, соціальний клас, вік та ін.).
4. Подружжя виростили в сім'ях з різною кількістю дітей, наприклад, в багатодітній і однодітній.
5. Пара залежить від членів розширеної сім'ї матеріально або емоційно.
6. Шлюб укладається в віці до 20-ти років (власні межі не визначені, зріла ідентичність не сформована) або після 30-ти років (установки кристалізуються).
7. Шлюб укладається після періоду залицяння менше 6-ти місяців або більше 3-х років.
8. Вагітність дружини до весілля або протягом першого року після заміжжя.
9. Погані стосунки одного з подружжя зі своїми сиблінгами або батьками.
10. Нешчасливе, на думку хоча б одного з подружжя, власне дитинство або юність.

Здатність молодого подружжя до автономного функціонування допомагає їм уникнути емоційної реактивності, яка призводить до поляризованих (комплементарних) відносин (переслідувач – той, що дистанціюється, агресивний – покірний, незалежний – вимогливий і т.д.), що передбачає необхідність взаємного пристосування партнерів, на відміну від симетричних відносин, заснованих на рівності і схожості. Перебільшена комплементарність створює дисфункціональну підсистему, що відрізняється ригідною і жорсткою фіксацією ролей, що зумовлює низьку здатність сім'ї пристосовуватися до змін (зокрема, пов'язаних з проходженням стадій життєвого циклу сім'ї та супроводжуваних їх нормативних криз) і знижує її адаптивний потенціал (М. Ніколс, Р. Шварц, 2004).

2. АДАПТАЦІЯ ПОДРУЖЖЯ ДО СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ

Сімейна адаптація – це

пристосування подружжя один до одного і до тієї обстановки,
в якій знаходиться сім'я.

Існує два полярні етапи адаптації:

первинна

вторинна (негативна)

ПЕРВИННА АДАПТАЦІЯ

Первинна адаптація подружжя здійснюється в двох основних видах їхніх
співвідношень:

рольових

міжособистісних

РОЛЬОВІ СПІВВІДНОШЕННЯ

К. Кірпатрік виділяє три основні види подружніх ролей:

традиційні

товариські

партнерські

Особливість рольової адаптації полягає в тому, щоб подружжя обрало один і той же тип подружньої ролі.

Базовим для рольових відносин виступає уявлення про цілі подружнього союзу (приховані для свідомості), в яких виражається мотивація подружжя.

господарсько-побутові

морально-психологічні



Провідні мотиви загальної спрямованості сімейного союзу

сімейно-цільові

інтимно-особистісні

Можна вступати в шлюб, в основному орієнтуючись на нього переважно як на:

- а) *господарсько-побутовий союз*, щиро вважаючи, що головне в сім'ї – це добре налагоджений побут і доведення;
- б) *морально-психологічний союз* – бажаючи знайти вірного друга і супутника життя, добре розуміючого саме вас;
- в) *сімейно-батьківський союз* – виходячи з того, що головна функція сім'ї є народження і виховання дітей;
- г) *інтимно-особистісний союз* – прагнучи знайти бажаного й улюбленого партнера по любові.

Господарсько-побутова адаптація полягає в узгодженні прав і обов'язків подружжя у виконанні домашніх справ і у формуванні моделі планування та розподілу сімейного бюджету, що задовольняє обох.

Отже, щоб сім'я була благополучною, ці уявлення повинні або бути спільними, або стати такими, щоб поведінка одного з подружжя в його сімейній ролі не

суперечила уявленням іншого подружжя і навпаки – якщо один чоловік вважає головною одну з них, а інший – іншу (взагалі – третю), конфлікти в родині неминучі, особливо в гострі, переломні, кризові періоди сімейного життя, коли оголюються головні несвідомі, справжні мотиви.

Первинна соціально-рольова адаптація полягає в зближенні, «підгонці» подружніх уявлень різного рівня.

МІЖОСОБИСТІСНІ СПІВВІДНОШЕННЯ

Первинна міжособистісна адаптація має три взаємопов'язані аспекти:		
<i>афективний</i>	<i>когнітивний</i>	<i>поведінковий</i>
передбачає емоційну близькість	підкреслює високу ступінь взаєморозуміння	відображає вміння організації поведінкових взаємодій

Успішна міжособистісна адаптація передбачає емоційну близькість, високий ступінь взаєморозуміння і узгоджену взаємодію.
Міжособистісна адаптація передбачає можливість злиття їх «Я» в єдине «Ми».

Показники подружньої задоволеності:	
<ul style="list-style-type: none"> • здатність кожного з партнерів увійти в становище іншого, зрозуміти його проблеми; • прагнення до обов'язкового узгодження своїх дій з діями іншого; • вміння оцінювати свої дії ззовні, як би «очима іншого»; • частота контактів членів сім'ї у вільний від професійних занять (роботи) час. 	
<p>Все це в комплексі істотно впливає на зміст, міцність і стійкість панівних уявлень про сім'ю. Вони визначають довготривалий характер стосунків у сім'ї і дозволяють своєчасно коригувати поведінку партнерів.</p>	

ВТОРИННА (НЕГАТИВНА) АДАПТАЦІЯ

Вторинний (негативний) адаптації піддається майже кожна сім'я, але не кожна успішно справляється з цими випробуваннями.

Вторинна (негативна) адаптація проявляється у:

- ослабленні почуттів, їх знебарвленні, перетворенні в звичку;
- виникненні байдужості.

Причиною труднощів є зниження рівня новизни подразника, у зв'язку з чим, щоб уникнути адаптації необхідно або збільшувати силу подразника, або робити перерви в роздратуванні, або міняти якість подразника.

Сутність вторинної адаптації – це надмірне звикання партнерів одне до одного, згасання подружньої любові і особистого характеру сімейного укладу.

Головною причиною розлучень є саме адаптація любові, невміння подружжя зберегти її протягом тривалого часу.

Вторинна (негативна) адаптація визначається в таких сферах:		
інтелектуальній	морально-психологічній	сексуально-еротичній

Вторинна адаптація в інтелектуальній сфері

Вторинна адаптація проявляється у вигляді втрати інтересу до іншого, як до особистості, внаслідок повторення ним у спілкуванні одних і тих же думок, суджень, оцінок, уявлень з цілком зрозумілих питань; тобто перенасичення інтелектом один одного.

Вторинна адаптація в морально-психологічній сфері

Вторинна адаптація найбільше проявляється у негативному впливі контрольованих раніше кожним з подружжя «соромних» своїх якостей, звичок, думок і вчинків, неприйнятних жестів та інтонацій мови, зовнішнього вигляду і станів.

Розслаблення, як явище, тривале за часом, непомітно накопичує негативне ставлення. Відповідна реакція на нього, навпаки, за часом концентрована, нерідко на несвідомому рівні.

Спостерігається негативна дія відомого «ефекту нижньої білизни».

«Розсекречення» подружжя один перед одним проявляється в тому, що вони починають демонструвати не найкращі свої якості, думки і дії і показуватися один одному в такому вигляді, в якому ніколи не ризикнули б прийти на побачення в період дошлюбного залицяння.

О. Герцен описує «ефект нижньої білизни» наступним чином: «співжиття під одним дахом саме по собі річ страшна, річ, на якій руйнується половина шлюбів. Живучи тісно разом, люди занадто близько підходять один до одного, бачать один одного занадто докладно, занадто нарозхрист».

Психолог А. Егидес пише, що чужий чоловік нерідко здається краще свого (мій неакуратний, неуважний, дратівливий та ін.).

Чужа дружина, яку не бачиш розпатланою, втомленою або роздратованою після роботи, теж здається привабливішою.

Морально-психологічна адаптація ґрунтується на поєднанні світоглядів, ідеалів, інтересів, ціннісних орієнтацій, установок, а також особистісних і характерних особливостей чоловіка і дружини (максимально можливий для даної пари, але у всіх випадках перевищує рівень, нижче якого спільне існування подружжя виявляється неможливим).

Вторинна адаптація в сексуально-еротичній сфері

Вторинна адаптація полягає в досягненні подружжям сексуальної відповідності, яка передбачає їх взаємне не тільки фізичне, а й морально-функціональне задоволення інтимними стосунками в сексуальній сфері – у вигляді низької культури інтимного життя.

Легка доступність, надмірна близькість і одноманітність сексуальних відносин один з одним можуть призводити до перенасичення, зниження взаємної привабливості і падіння активності сексуальних потреб.

Це нерідко інтерпретується подружжям з точки зору властивих іншому недоліків в плані можливих зрад.

Основні умови подолання вторинної (негативної) адаптації:

1) постійне вдосконалення, духовне зростання, підтримка свого статусу і престижу

в очах іншого, посилення контролю за змістом своїх звичок, інтенсивністю їх прояву, повторенням і характером їх впливу на оточуючих, дбайливе ставлення до меж взаємної інтимності і привабливості;
2) турбота про розвиток здорового сімейного мікроклімату, вироблення у себе таких якостей, як товариськість, доброзичливість, чіткість, стриманість і тактовність, прагнення уникнути зайвого розсекречення своїх не найкращих рис характеру, внесення в спілкування позитивних емоцій, гумору і психологічної розрядки;
3) підвищення взаємної автономності подружжя, їх відносної свободи один від одного, збереження романтичного тону дошлюбних залицянь, турбота про затишок і вдосконалення житла, збільшення інтенсивності позасімейного спілкування (бажано спільного), тимчасова розлука подружжя, культивування активної обопільної винахідливості в підтримці і стимулюванні любові (особливо сексуальних відносин) і духовної близькості, створення «світлих плям», перспективних радісних подій в сімейному житті.
Типова помилка молодят – очікування активності, уваги, поваги від іншого – такий підхід є не конструктивним, а чисто споживчим.
У той же час, сімейний лад не досягається зусиллями лише однієї сторони, неодмінно потрібні дії обох, потрібні бажання і вміння піти назустріч один одному.

Успішність подолання подружньою парою вторинної адаптації визначається двома факторами:	
постійною новизною інформації	міжособистісною сумісністю

Процес подружньої адаптації тісно пов'язаний з процесом сімейної інтеграції.

Сімейна інтеграція – це

добровільне об'єднання, узгодження позицій, уявлень і думок подружжя з різних аспектів сімейного життя.
Сюди відносяться:
<ul style="list-style-type: none"> – стиль взаємних відносин; – матеріально-побутові проблеми; – сімейний бюджет; – духовне життя та проведення дозвілля і відпочинку; – інтимне життя; – очікування і народження дитини; – взаємини з батьками; – ставлення до професійної та громадської діяльності подружжя; – ставлення до суспільних цінностей.

Необхідна добра воля двох, постійна готовність працювати над собою, щоб навчитися бути великодушним, вміти прощати, не надавати дрібним недолікам іншого значення, через дрібниці не псувати нерви дорогій людині. А найголовніше, навчитися дружити зі своєю «другою половинкою».

Здатність до шлюбу – інтегральна категорія, що включає в себе декілька загальних соціально-психологічних адаптаційних здібностей, а саме до:

- спілкування;
- емоційного, раціонального і інтуїтивного розуміння психічного світу інших людей (емпатійні здібності);
- турботи про інших людей;
- самоконтролю, самодисципліни, самостереження і самопізнання;
- співпраці, куди можна включити здатність до компромісів, поступок, до врахування інтересів інших людей.

Шлюбно-сімейна адаптація – процес взаємної адаптації, що відбувається між подружжям протягом ряду років після укладення шлюбу.

Цей процес багатofункціональний і багатоаспектний, тому що включає в себе адаптацію до:

- шлюбних ролей, нових обов'язків, нового укладу життя;
- характеру, темпераменту та інших індивідуальних психологічних особливостей партнера;
- системи цінностей партнера;
- потреб, інтересів, звичок, способу і стилю життя партнера;
- інтимного сексуального життя.

Шлюбна адаптація ґрунтується, перш за все, на емоційній прихильності і почуттях симпатії, закоханості, дружбі, любові. Однак ці позитивні почуття не гарантують успішність шлюбної адаптації в цілому.

Шлюбна адаптація відбувається у міру досягнення згоди між партнерами по відношенню до різних аспектів існування молодого шлюбу, вироблення спільних рішень, сумісно погодженої тієї чи іншої оцінки життєвої ситуації.

Чоловік і жінка, які уклали шлюб, виявляються на багато років включеними в найрізноманітнішу спільну діяльність, успішність якої передбачає достатнє взаєморозуміння, злагодженість, узгодженість, чітку кооперацію.

При цьому у взаємних відносинах подружжя повинні бути досить точно визначені їх взаємні права та обов'язки, недотримання цієї умови порушує стійкість шлюбних відносин.

Шлюбна адаптація має безліч видів і підвидів, тобто адаптація до:

- нового способу життя;
- поділу праці в домашньому господарстві;
- нових прав та обов'язків;
- спільного задоволення потреб у шлюбі;
- спільних ритмів домашньої праці і дозвілля;
- психіки іншої людини, до її характеру, темпераменту, способу життя, світогляду, системі моральних норм і естетичних смаків.

Завдяки терміну «адаптація», а також його діалектичного антиподу – «дезадаптація», категорія «**шлюбно-сімейна адаптація і дезадаптація**» характеризує абсолютно **різні типи сімей, тобто:**

- проблемні;
- конфліктні;

- невротичні;
- асоціальні;
- та їх різноманітні підвиди.

Коротше кажучи, тисячі і десятки тисяч унікальних випадків можна проаналізувати з позицій поняття «шлюбно-сімейна адаптація і дезадаптація».

3. ПОДРУЖНЯ СУМІСНІСТЬ ТА ЇЇ РІЗНОВИДИ

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.

Вирізняють три основні підходи до проблеми подружньої сумісності:

структурний	функціональний	адаптивний
--------------------	-----------------------	-------------------

У рамках структурного підходу під сумісністю подружжя розуміють 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.

Функціональний підхід розглядає психологічну сумісність подружжя як міру узгодженості їхніх рольових моделей поведінки, що забезпечує високу ефективність функціонування сім'ї, задоволення потреб всіх її членів.

Аспекти подружньої сумісності (А.Н. Обозова):

духовна сумісність	- характеризує узгодженість базових компонентів поведінки партнерів: установок, ціннісних орієнтацій, потреб, інтересів, поглядів, оцінок, думок і т.д. (основна закономірність духовної сумісності – схожість, подібність духовних укладів подружжя);
сімейно-побутова сумісність	- функціональні особливості шлюбних партнерів: узгодженість уявлень про функції сім'ї та відповідний уклад і узгодженість рольових очікувань і домагань при реалізації цих функцій. Основним критерієм є ефективність виховання дітей;
фізіологічна сумісність	- основними ознаками є сексуальна привабливість, тобто задоволеність від фізіологічної близькості.

персональна сумісність	- характеризує відповідність структурно-дінамічних особливостей партнерів: властивостей темпераменту, характеру,
-------------------------------	--

емоційно-вольової сфери. Один із критеріїв персональної сумісності – безконфліктний розподіл міжособистісних ролей, а основна закономірність цього аспекту сумісності подружжя – додатковість структурних характеристик партнерів;
--

У сімейній взаємодії сумісність містить:		
психофізіологічну	особистісну	духовну

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНА СУМІСНІСТЬ

Передбачає:		
сумісність темпераментів	тілесну (сексуальну) сумісність	узгодженість сенсомоторних дій

Вищий рівень психофізіологічної сумісності характерний для пар таких типів темпераменту:		
холерик	+	флегматик
сангвінік	+	меланхолік
Вони ніби доповнюють один одного, наприклад, спокій флегматика «гасить» запал холерика, а життєрадісність сангвініка компенсує понижений фон настрою меланхоліка.		

Середній рівень психофізіологічної сумісності характерний для пар таких типів темпераменту:		
холерик	+	меланхолик
їм бракує емоційної стабільності		
меланхолік	+	флегматик
флегматик	+	сангвінік
характеризуються відповідно безініціативністю і відчуженням		
сангвінік	+	холорик
сперечаються за відповідальність і верховенство в сім'ї		

Низький рівень психофізіологічної сумісності властивий парам з однаковим темпераментом через відсутність у	
двох холериків	– витримки;
двох меланхоліків	– бадьорості та енергії;
двох флегматиків	– ініціативності і швидкості реагування;
двох сангвініків	– послідовності.

СЕКСУАЛЬНА СУМІСНІСТЬ

тобто задоволеність від фізіологічної близькості
--

Як зазначає Г.В. Старшенбаум:	
Екстраверти	1) раніше ніж інтроверти починають статеве життя;

	<p>2) мають сексуальні контакти частіше та з більшою кількістю партнерів.</p> <p>Для них характерні:</p> <p>а) сильний статевий потяг й сексуальна збудженість;</p> <p>б) виражена сексуальна винахідливість, діапазон використання техніки й умов проведення статевого акту.</p> <p>Вони надають великого значення еротичній любовній грі, швидше звикають до сексуальних стимулів й тому потребують частої зміни ситуації й партнерів.</p> <p>Вони легко виражають свої сексуальні почуття, отримують більше задоволення від своєї сексуальності й не відчують у зв'язку з цим тривог і сумнівів.</p> <p>Їх сексуальні установки відкриті, агресивні й гармонійні.</p>
Інтроверти	<p>стримані й загальмовані.</p> <p>Характеризуються більш пуританським та ортодоксальним відношенням до сексу.</p> <p>Вони схильні до індивідуалізації, до стійких союзів з акцентом на вірність, відданість й надійність, що часто супроводжується психологічними проблемами.</p>

Сексуальна несумісність подружжя може стати причиною сварок і конфліктів та може призвести до розлучення.

Постійна фізична й емоційна незадоволеність призводить до роздратованості й може перейти в депресивні й невротичні розлади.

Є такі типи сексуальної поведінки чоловіка (Н. Н. Посисоєв, 2017):	
Стабільний тип	– секс є способом розрядки напруги, що накопичилася. Сексуальна напруга відволікає, заважає якійсь важливій справі. Сексуальність забезпечує найкращий фон для іншої діяльності (наприклад, даний тип поведінки був характерний для Наполеона).
Ігровий тип	– поєднує в собі сексуальний і романтичний початок. Саме інтимне спілкування реалізується як радісна творчість, гра (наприклад Казанова).
Стандартний тип	– секс розглядає як обов'язок. У нього немає яскраво вираженого сексуального бажання, але є завдання відповідати вимогам дружини. Структура сексуального спілкування стандартна.
Генітальний тип	– характерний для чоловіків зі зниженим інтелектом. Для них сексуальна поведінка визначається лише фізіологією, статевим інстинктом. Така людина є, образно кажучи, «бранцем своїх геніталій» (наприклад хронічні алкоголіки, насильники).

Тип сексуальної поведінки чоловіка та жінки буває різним. Окремо можна виділити типи сексуальної поведінки жінки та чоловіка.

Типи сексуальної поведінки жінки (С. Лібх, 1982):	
Жінка-мати	– несвідомо прагне грати роль матері.

	Для неї характерне прагнення опікувати, панувати. Вона може несвідомо захоплюватися і вибирати в партнери чоловіка-невдахи, хворого. Слабкість чоловіка стимулює її сексуальність.
Жінка-жінка	<p>Усередині цього типу виділяється два варіанти поведінки:</p> <p>а) агресивний тип – прагне до активного вибору партнера, домінування над ним. Любов висловлює іронією, критикою, висміюванням; часто використовує психологічний напад.</p> <p>Прагне боротися з партнером спочатку в звичайному, потім в сексуальному спілкуванні. Любить брати верх над чоловіком.</p> <p>В ласках активна; підкреслюючи невміння чоловіка, може лаяти і пестити одночасно, а також завдавати йому болю.</p> <p>В ласках від чоловіка чекає покори, навіть приниженості і деякої розгубленості;</p> <p>б) пасивний тип – жінка пасивного типу в якості ідеалу вибирає сильного чоловіка, якому вона хоче бездумно підкорятися, «розчинитися» в ньому.</p> <p>Характерні фантазії пов'язані з сюжетом, де чоловік оволодіває нею. Віддає перевагу наполегливим, рішучим, агресивним чоловікам, в поведінці яких містяться ознаки насильства.</p> <p>У мріях фантазує про чоловіка, який «оволодіває нею». Надає перевагу агресивності ласки чоловіка, його натиску, силі.</p>
Жінка-дочка	– ідеальним чоловіком для такої жінки стає чоловік старший за неї, з багатим життєвим досвідом, який добре орієнтується в життєвих ситуаціях, в його присутності відчуває себе слабкою, «маленькою». В ласках воліє «мистецтво», «знання, яке вище сили», схильна до психологічних збудливих впливів (мова, музика, освітлення та ін.). Має велику потребу в сексуальній «прелюдії», ніж в інтенсивності самого статевого акту.

Типи чоловічої сексуальної поведінки наступні (С.С. Лібіх, 1982):

Чоловік-батько	– відчуває потребу сприяти, любить опікувати, шукає підпорядкування і залежності собі. Він елегантний, має багатий сексуальний досвід, красиво доглядає. Невисокий сексуальний потенціал компенсується вміло підбраною інтимною обстановкою. У поведінці жінок він цінує здатність повністю віддаватися, бути наївною і слабкою. Жінка повинна їм захоплюватися, відчуваючи постійну подяку. Вона не має право змінювати поведінку на більш активну і самотійну.
Чоловік-син	– характерні несамотійність, бажання підкорятися, примхливість, незрілість вчинків, залежність від жінки, крихкість, нерішучість. Він не боїться розповідати жінці про те, що він хоче. Очікує і вимагає всепробачаючого розуміння своїх слабкостей. Схильний до наслідування іншим, може бути примхливим і манірним. В ласках декілька манірний, примхливий, пасивний, очікує від жінки по-материнськи ніжних ласк, опіки і активності в статевому житті.

Чоловік-	– тут також виділяються активний і пасивний типи:
-----------------	---

чоловік	<p>а) активний тип – такий чоловік схильний демонструвати зразки «чоловічої поведінки» (як він їх собі уявляє). З жінкою поводитьься різко, демонстративно. Орієнтується тільки на свої бажання. Схильний до елементів «насильства», «оволодіння», в ласках демонструє боротьбу, ласки грубі і чуттєві, судження безапеляційні. У статевому акті – прихильник тривалого періоду фрикцій, іноді схильний до заподіяння жінці болю і морального страждання. Він не орієнтований на потреби і бажання жінки. Жінці відводиться роль пасивного «матеріалу»;</p> <p>б) пасивний тип – такий тип чоловіків прагне до сильної, незалежної жінки. Підсвідомо його тягне до чоловікоподібної жінки (в жінках приваблює сила, атлетична статура, високий зріст, авторитарна поведінка). Він готовий підкорятися, бути об'єктом доган, претензій. Віддає перевагу жінкам з агресивними тенденціями в сексуальному житті. Підкреслює свою приниженість, залежність, шукає наказів, покарань від жінки.</p>
----------------	--

Залежно від приналежності до перерахованих вище типів, чоловік і жінка, з'єднуючись у шлюб, можуть створювати як гармонійний, так і не гармонійний сексуальний союз. Це залежить від того, наскільки повно будуть задоволені очікування один одного.

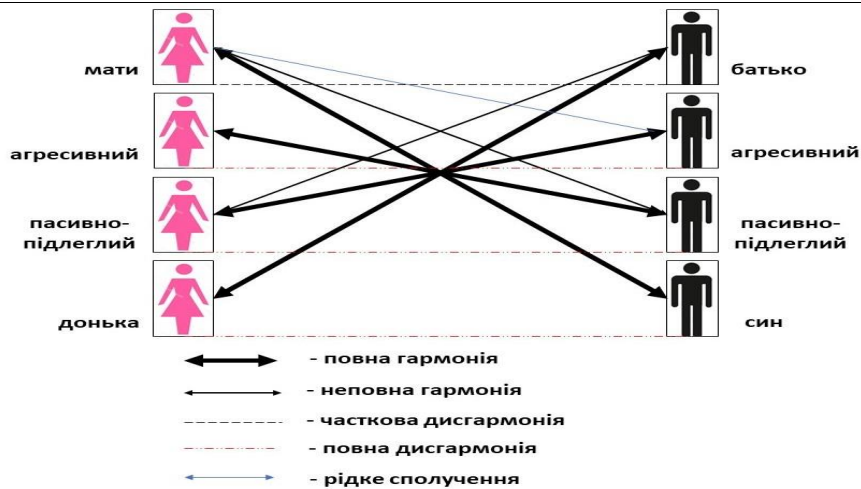


Рис. Сексуально сумісні типи

Сексуально сумісні С.С. Лібіх, 1982:		
Жінка-мати	+	чоловік-син
вона захоплюється слабкими, хворими, невдахами, прагне опікати їх.	a	він психічно й фізично інфантильний, залежний, тривожний, примхливий
вона навчає його сексуальним секретам	a	він довготривалими й частими статевими актами задовольняє партнершу
агресивна жінка	+	чоловік мазохистського типу

вона любить підкоряти чоловіків, носить чоловічу зачіску, одягається як чоловік	а	він схильний до ідеалізації «сильної половинки», підкреслює її неперевершеність і свою залежність від неї, намагається заслужити її прихильність
агресивний чоловік	+	жінка мазохистського типу
він схильний до елементів насильства, його судження безапеляційні, пестощі грубі й чуттєві, він любить завдавати біль і страждання	а	вона прагне підкоритися «сильному чоловіку», хоче розчинитися в ньому, уявляє в своїх фантазіях, як він оволодіє нею, очікує в його пестошах напорю, брутальності
чоловік-батько	+	жінка-дочка
він цікавий, імпазантний, має великий життєвий і сексуальний досвід, гарний психолог, знаток жіночої душі, турботливий і делікатний;	а	вона інфантильна, схильна до ідеалізації й обожнювання партнера. В пестошах цінує мистецтво, надає перевагу віддаватися партнеру, схильна до психологічних збуджуючих впливів: речових, музичних тощо;
він передає свій багатий сексуальний досвід	а	вона позитивно діє на його сексуальність своєю молодістю й піклуванням

Жінка пасивно-підлеглого типу очікує від партнера «ласк оволодіння» і агресивної рольової поведінки, й тому інша поведінка чоловіка (наприклад, «чоловіка-сина» або пасивно орієнтованого) буде її дратувати, напружувати і порушувати процес розгортання її статевого збудження аж до повної зупинки. При цьому причина дисгармонії нею може частково або повністю не усвідомлюватися.

Сексуально несумісні (С.С. Лібіх, 1982):		
жінка-дочка	+	чоловік-син
кожен з партнерів чекатиме ініціативи від іншого, бажаючи отримати опіку і заступництво		

Сексуально несумісні (С.С. Лібіх, 1982):		
агресивний тип	+	агресивний тип
пасивний тип	+	пасивний тип
Зазначені сполучення є особливо несприятливими.		

До інших категорій **сексуальної несумісності** партнерів відносять невідповідність будови тіла чоловіка й жінки:

- 1) їх геніталії диспропорційні, й статевий акт стає важким і болісним;
- 2) наявність статевих дисфункцій партнерів, наприклад, імпотенція, фригідність.

Розглядаючи різні типології сексуальної поведінки партнерів у шлюбі, можна зробити висновок, що лінії сексуальної поведінки в значній мірі визначаються особливостями особистості партнерів. У зв'язку з цим, конфлікти в сексуальній сфері здатні породити конфлікти у всіх сферах життя сім'ї.

Психофізіологічна, і зокрема сексуальна, несумісність здатна призвести до розпаду шлюбу. А неузгодженість цінностей у взаємодії людей, особливо в

повсякденних контактах, призводить до майже необоротного руйнування спілкування і подружніх взаємин. Тут важливо визначити, з одного боку, наскільки різні оціночні критерії подружжя, а з іншого – наскільки індивідуальні критерії відповідають загальноновизнаним.

Якість сексуального спілкування – це стрижневий показник гармонії в сексі.

Сексуальна гармонія пари – це:

соціально-психологічна

психологічна

сексуально-поведінкова

сексуально-фізіологічна

взаємна адаптація партнерів, що характеризується

таким рівнем статевого потягу і статевої активності, який відповідає статевій конституції і темпераменту обох партнерів, що призводить до оптимальної сумачії еротичних відчуттів, оргазму і статевого психосексуального задоволення (Буртянський Д.Г., Кришталь В.В., Смірнов Г.В., 1990).

Соціальні, психологічні та соціально-психологічні компоненти сексуальної гармонії відображають:

- характер міжособистісних відносин;
- індивідуальні психологічні особливості партнерів;
- наявність почуття любові, поваги;
- здатність до конструктивного вирішення різних питань;
- відповідність поглядів, інтересів, морально-етичних цінностей, культурного і освітнього рівня партнерів;
- відповідність роліової поведінки в сім'ї;
- відповідність матеріально-побутового стану сім'ї запитам кожного з партнерів.

Сексуально-поведінковий компонент сексуальної гармонії.

Сексуально-поведінкова адекватність партнерів є важливою умовою сексуальної гармонії. Зокрема, мають значення відповідність діапазону прийнятності, техніка статевих зносин, особливості заключного періоду і типи сексуальної мотивації у партнерів.

Інформаційно-оцінний компонент сексуальної гармонії впливає на психологічне та соматичне благополуччя партнерів.

В його основі лежить правильна обізнаність в питаннях психогігієни статевого життя, адекватна оцінка своїх сексуальних проявів і сексуальних проявів партнера, підготовленість до сексуальних відносин, до шлюбу і створення сім'ї.

Психофізіологічний компонент сексуальної гармонії.

Психофізіологічні чинники, що забезпечують сексуальну гармонію, – це темперамент і статеві конституція. Темперамент – це характеристика індивіда з боку динамічних особливостей його психічної діяльності, тобто темпу, ритму, інтенсивності окремих психічних процесів і станів (Сидоров П.І., Парняков А.В., 2001). Невідповідність темпераментів партнерів може мати негативний вплив на їх психологічну і сексуальну адаптацію.

Фізіологічний компонент забезпечується рівнем соматичного здоров'я в цілому і, зокрема, станом нервової, ендокринної, статевої, видільної систем.

Статева конституція лімітує діапазон індивідуальних потреб на певному рівні статевої активності і обумовлює індивідуальну опірність по відношенню до патогенних факторів, що впливають на статеву сферу.

ОСОБИСТІСНА СУМІСНІСТЬ

На особистісну сумісність впливають такі фактори:	
Освіта	– інтелектуальний рівень і характери партнерів не повинні надмірно відрізнятися, вища освіта не завжди підвищує рівень стабільності сімейних відносин. Навіть у шлюбі, укладеному між двома молодими людьми, які закінчили заклади вищої освіти, можуть виникнути конфлікти, які, якщо їх вчасно не вирішити, дадуть привід для розлучення.
Трудова стабільність	- люди, які часто змінюють місце роботи, відрізняються нестійкістю, надмірною незадоволеністю, нездатністю налагоджувати тривалі відносини.
Вік	- визначає громадську зрілість партнерів, підготовленість до виконання подружніх і батьківських обов'язків. Найбільш оптимальним вважається вік 20 – 24 роки, найбільш природна різниця у віці подружжя 1- 4 роки. Стійкість так званих нерівних шлюбів багато в чому залежить від підготовленості до вікових особливостей, від уміння протистояти «лихослів'ю» оточуючих і т.д.
Тривалість знайомства	– за період знайомства важливо добре пізнати один одного не тільки в оптимальних умовах, а й у важких життєвих ситуаціях, коли яскраво проявляються особисті якості і слабкості характеру партнера. Можливо, як це прийнято зараз, пожити разом якийсь час, щоб освоїтися, звикнути до особливостей один одного.
Всі ці фактори створюють передумови виникнення подружньої сумісності та несумісності.	

Компоненти особистісної сумісності:

<u>когнітивний</u>	<u>емоційний</u>	<u>поведінковий</u>
осмислення себе, інших людей, навколишнього світу	переживання того, що відбувається у зовнішньому та внутрішньому світі	зовнішній прояв переживань

ІНТЕЛЕКТУАЛЬНА СУМІСНІСТЬ

Чим ширше коло обговорюваних питань, чим частіше молоді люди вдаються до їх обговорення, тим більша ймовірність побудови ними в майбутньому гармонійних стосунків у родині. Порушення загальної комунікації, як правило, результат того, що подружжя не має взаєморозуміння, тобто їх розмови одноманітні.

СУМІСНІСТЬ ХАРАКТЕРІВ

Від характеру подружжя залежать міжособистісні стосунки, а також емоційно-психологічний клімат у сім'ї.

О.А. Каденко (2007) у дослідженні причин подружньої дезадаптації також зазначає, що дезадаптуючу роль відіграють наявні в подружжя дисгармонійні риси характеру та особистості: найчастіше у чоловіків – це залежність, заниження самооцінки, незрілість особистості, злобність, егоїзм та черствість, у жінок – егоцентризм, небажання адаптуватися до оточення, невірність, брехливість.

Відомо, що характер людини після 30-ти років не змінюється, але здорова особистість, використовуючи вольову регуляцію, може звести до мінімуму прояв своїх недоліків.

Саме тому помилковою є думка про те, що людину у шлюбі можна змінити.

Особистість може змінитися тільки маючи на це власне бажання, і також за власним бажанням вона може регулювати свою поведінку.

Гармонію сімейно-шлюбних стосунків визначають кілька основних елементів:

- 1) емоційна сторона подружніх стосунків, ступінь прихильності;
- 2) подібність їх уявлень, бачень себе, партнера, соціального миру в цілому;
- 3) подібність у кожного з партнерів моделі спілкування, поведінкових особливостей;
- 4) сексуальна й психофізіологічна сумісність партнерів;
- 5) загальний культурний рівень;
- 6) ступінь психічної й соціальної зрілості партнерів;
- 7) збіг систем цінностей чоловіка й жінки.

ДУХОВНА СУМІСНІСТЬ (СУМІСНІСТЬ ЦІННОСТЕЙ)

Майже з перших років подружнього життя індивідуальні цінності відіграють велику роль у подружніх стосунках.

У кожного є інтереси, потреби, мета існування й засоби досягнення цієї мети, і вони є найважливішими у житті.

Якщо майбутній партнер не поділяє пріоритетів іншого, подружній союз не має шансів на успіх, навіть якщо в інших сферах люди ідеально підходять один одному (Злагодух В.В., Лесик В.В., 2009).

Також, узгодженість ступеня значущості в багатьох сферах сімейних цінностей виявляється у загальній ціннісній узгодженості подружжя.

Тенденція до узгодженості в ціннісному, а також у функціонально-рольовому плані може свідчити про особливу спрямованість на партнера, яка характерна для узгодженої пари і виявляється у прагненні відповідати очікуванням партнера.

Спрямованість на партнера може виконувати роль позитивного сімейного мотиватора, який виявляється у прагненні керуватися у сімейно-рольовій взаємодії інтересами шлюбного партнера, членів сім'ї та потребами сім'ї як цілого (Хлопоніна Н.Є., 2007).

Вищий рівень сумісності подружжя проявляється ціннісно-орієнтаційною єдністю, збігом оцінок сімейних цілей і цінностей.

Розрізняють такі сімейні цілі:

- 1) пов'язані з вихованням дітей;
- 2) подальший розвиток особи як особистості, включаючи особистісні захоплення,
- 3) інтенсивне змістовне сімейне спілкування; створення свого домашнього «гнізда».

Залежно від переважної системи цінностей у родині, виокремлюють такі моделі сім'ї (В. Юстицький, 2000):

Сім'я з орієнтацією на соціальну недовіру («недовірлива сім'я»)	– недовірливість до оточуючих, намагання в усьому бачити прихований зиск, загрозу; неконтактність, заздрісність; сприймання всіх оточуючих як людей аморальних (ми завжди праві, усі навколо – винні).
Сім'я з орієнтацією на задоволення («легковажна сім'я»)	– потяг до сьогоденних задоволень, безтурботне ставлення до майбутнього, відсутність будь-яких планів; небажання долати труднощі, сім'я живе за інерцією; ніхто не бере на себе відповідальності.
Сім'я з орієнтацією на «авантюризм» в досягненні мети («хитра сім'я»)	– високо цінується підприємливість, спритність у досягненні життєвих цілей; основне – досягнення успіху «найкоротшим шляхом», за мінімальних затрат праці і часу; легко переходить межі дозволеного, закони й моральні норми – ніщо, їх за потреби можна обійти; сумнівна діяльність; прагнення використати оточуючих у своїх цілях, скептичне ставлення до таких якостей як працелюбство, терпіння, наполегливість.
Сім'я з орієнтацією на застосування сили («конфліктна сім'я»)	– процвітає культ фізичної сили; вживаються грубі слова, бійки, безперервні конфлікти в самій сім'ї; агресивна поведінка щодо зовнішніх противників, а то й сусідів.

Таким чином, велике значення у сімейно-шлюбних стосунках мають *ціннісна й психофізіологічна сумісність подружжя*.

Ціннісна й психофізіологічна несумісність не піддається або дуже важко піддається корекції.

Психофізіологічна, і зокрема сексуальна, несумісність здатна призвести до розпаду шлюбу.

Всі інші види сумісності або несумісності піддаються динамічним змінам і можуть змінюватись у процесі взаємної адаптації членів сім'ї або в ході психокорекції та психотерапії.

Для того, щоб допомогти подружжю, що мають проблеми в шлюбі, необхідно з'ясувати, на чому базуються деякі з їхніх сподівань і який реальний стан справ у сім'ї.

З цією метою зазвичай розглядається шлюб їхніх батьків, братів або сестер, ступінь підготовленості до шлюбу, динаміка розвитку дошлюбних та шлюбних відносин.

Концепція дублювання властивостей братів і сестер передбачає, що людина прагне в нових соціальних зв'язках реалізувати свої відносини до братів і сестер.

Більш стійкі і вдалі шлюби спостерігаються в тих випадках, коли відносини між партнерами будуються саме за таким принципом з урахуванням статевої

приналежності.

Багато психологів вважають, що подружня сумісність – найважливіша умова стабільності і благополуччя подружньої пари

Є такі **основні етапи досягнення подружньої сумісності** [В. Кравець, 1995, С. 145]:

1. Усвідомлення того, що твій шлюбний партнер відрізняється від тебе і має повне право бути іншим, не подібним ні на тебе, ні на будь-кого.

2. Усвідомлення того, що ти повинен пройти свою половину шляху до сумісності, усвідомлення необхідності узгодити, збалансувати свою подружню, людську, життєву діяльність.

3. Інтенсивне пізнання особливостей партнера, його звичок, інтересів, пізнання його як людини. Зміцнення позитивних емоційних установок щодо партнера, розвиток потреби в емоційному контакті, синхронізація емоційних реакцій і формування стійкого позитивного емоційного фону подружніх стосунків.

4. Досягнення координованості психомоторики, щоб спільний темпоритм рухів влаштував обох і не вимагав значного нервового напруження.

5. Формування відповідності сімейних, рольових очікувань і відповідно характерологічної взаємодії.

6. Прагнення з'ясувати і зрозуміти уявлення і невисловлені вимоги вашого партнера до вашої поведінки, якщо вони не суперечать вашим уявленням, слід намагатись засвоїти саме таку поведінку.

7. Поступове поглиблення взаєморозуміння, турбота про зближення інтересів і культурних потреб. Намагання кожного стати трішки схожим на партнера (у думках, звичках, потребах, вчинках, оцінках, діях).

8. Формування не лише спільної мети, але й спільних мотивів її досягнення. Адже спільний мотив, спільна мета спонукають до узгодженості дій, що допомагає виробити стиль сімейної взаємодії.

9. Підвищення культури спілкування у процесі подружньої взаємодії. Вона допомагає ефективно обмінюватись знаннями, емоціями. Відверто, щиро і тактовно спілкуючись, подружжя має можливість постійно розширювати зону взаємної згоди, зміцнювати почуття «МИ».

У процесі гармонізації сімейних стосунків важливими особливостями є [Кравець В., 1995, С. 146]:

1. Чим подібніші моделі сімей, з яких походять чоловік і дружина, тим більша вірогідність гармонійного подружнього життя.

2. Особи, що походять з виразно відмінних сімей, не можуть бути повноцінними партнерами в сімейному житті.

3. Дві домінуючі чи дві підпорядковані особи не можуть утворити хорошої подружньої пари.

4. Однакові недоліки характеру утруднюють сумісність. Однакові або схожі позитивні якості теж сумуються, і це полегшує уживання.

5. Краще суміщаються люди з полярними психологічними темпераментами, близькою статевою силою і глибокою духовною родинністю.

6. Легше за інших уживаються між собою характери із середнім розвитком психологічних і нервових властивостей. Це амбіверти, люди із середньою

збудливістю, середньою активністю і середньою тривалістю відчуттів.

7. Важче уживаються між собою люди з високим розвитком своїх головних нервово-психологічних властивостей: крайні інтроверти і екстраверти, дуже збудливі й активні.

8. Легше один з одним уживаються два неогоїсти одного темпераменту, ніж два огоїсти різного темпераменту.

9. Чим уважніші люди, чим менше вони обтяжені почуттям неповноцінності, тим легше йде процес адаптації партнерів.

10. Сьогодні психологи так формулюють закон подружньої сумісності: вроджені якості в сумісних парах мають бути контрастні, тоді як набуті – подібні, тобто успадковане батьками необхідно соціально взаємодоповнювати за рахунок самовиховання, зближення шлюбно-сімейних уявлень, високої культури взаємин.

У сімейному спілкуванні є ще одна закономірність – щасливим неможливо бути самому, не можна пізнати радість, не обдарувавши нею партнера, дітей [Кравець В., 1995, 146].

Чинники, що впливають на стабільність шлюбу (Девід Бернс):

- ◆ Мислення категоріями чорно-білих крайностей.
- ◆ Схильність до високого рівня узагальнень («так відбувається завжди», «постійно ти чіпляєшся», «ніколи я цього не зможу»).
- ◆ Застосування негативного фільтру, концентрація на невдачах, помилках та промахах, постійна критика.
- ◆ Применшення позитивних факторів, відкидання будь-якого позитиву.
- ◆ Звичка робити поспішні висновки, негативно тлумачити події та явища на основі «читання думок» («він явно хотів цим сказати, що я ні до чого не здатна...») та «негативного передбачення» («мабуть, із цього нічого не вийде і буде ще гірше»).
- ◆ Сприйняття світу виключно через емоції.
- ◆ Застосування методу «перевернутого телескопу»: близьке та доступне применшується, а недосяжне і віддалене перебільшується.
- ◆ Зайве перебільшення словами «я повинен» і «я повинна», які повністю використовують «я хочу», «мені потрібно», «мені подобається».
- ◆ Звичка брати на себе провину за події та ситуації, які стосуються близьких людей.

Найпоширеніші помилки, які можуть зруйнувати сім'ю:

1. Для створення сім'ї достатньо одного лише кохання. Перш, ніж наважитись на шлюб, необхідно задуматись, що ще, крім кохання, об'єднує людей.
2. Протилежності притягуються. До певної міри.
3. Мене зробить щасливою він, а я – його. Своє щастя повинен будувати кожен із партнерів. Якщо буде щаслива дружина, то вона зробить щасливого і чоловіка, і навпаки.
4. Люди звикають один до одного. Внутрішнє незадоволення змінюється озлобленістю, яка з часом буде проявлятися все яскравіше, бо характер не зміниш.
5. Гроші – це неважливо, головне – кохання. Навіть сильне кохання не може витримати фінансові проблеми.

4. ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ У СІМ'Ї

Психологічний клімат сім'ї – це

- стан душевного психологічного благополуччя сім'ї, яке забезпечує адекватну життєвим умовам регуляцію поведінки та діяльності всіх членів сім'ї;
- стійкий емоційний настрій, результат особливостей і якості взаємостосунків членів сім'ї;
- комплекс психологічних умов, що сприяють чи перешкоджають колективістичній єдності родини, сукупність соціально-духовних, психофізіологічних, емоційних станів, настроїв, відносин членів сім'ї.

До основних критеріїв психологічного клімату сім'ї відносять:

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

Розглянемо їх зміст:

1) *Схожість сімейних цінностей* відображає співпадіння, орієнтаційну єдність поглядів, ставлення членів родини до загальноприйнятих норм, правил, принципів формування, розвитку і функціонування сім'ї як малої соціальної групи.

2) *Соціально-рольова адекватність* зумовлюється рольовою структурою сім'ї, відображає рівень реалізації міжособистісних, внутрісімейних очікувань: від кожного члена сім'ї очікують виконання певної ролі (батько – чоловік, лідер, опора тощо; дружина – турботлива мама, господиня, берегиня домашнього вогнища тощо; донька, син – помічники батьків, опора в майбутньому, нащадки і т.д.). Під дією різних факторів сучасного життя часто виникають конфлікти між роллю та особистістю, що характеризує падіння рівня розвитку сім'ї.

3) *Функціонально-рольова узгодженість* представляє собою динамічний показник психологічного клімату сім'ї і відображає рівень таких соціально-психологічних механізмів внутрісімейної взаємодії як взаєморозуміння, взаємодовіра, взаємотерпіння між членами родини. Тісний взаємозв'язок і взаємовплив один на одного надають сім'ї стабільність та стійкість.

4) *Емоційна задоволеність* показує характер емоційного прийняття один одного та поваги в сім'ї. Емоційні зв'язки між членами сім'ї опосередковуються їх спільною діяльністю, завданнями, які поставлені перед всією родиною. Ступінь цього показника визначається багатьма факторами, зокрема: рівнем освіти батьків, мотивами укладання шлюбу, характером подружніх стосунків, цілями виховання дітей, методами досягнення результату тощо.

5) *Спрямованість на сімейне довголіття* представляє собою постійну потребу в нових сімейних цілях, розумне їх планування та підтримка активності всіх членів сім'ї в їх досягненні. Задоволення від реалізації цілей – важлива умова підтримки активності сім'ї.

6) *Адаптивність у сімейних відносинах* характеризується здатністю дорослих

членів сім'ї пристосовуватись до соціально-психологічної атмосфери сім'ї після трудового дня. На адаптивність подружжя суттєво впливають проблеми, пов'язані із «синдромом згоряння». Будь-яке перевищення норми професійних контактів, які частіше зустрічаються у представників професії типу «людина-людина» (лікарі, педагоги, суспільні діячі тощо), призводить до комунікативного перенасичення, яке супроводжується з часом наростанням роздратованості, втомі, переходом на «силові методи» впливу на оточуючих (частіше дітей або чоловіка чи дружину). Здатність члена сім'ї залишити всі ці стани «при вході в сім'ю» є важливим показником психологічного клімату сім'ї.

Зазначені показники психологічного клімату сім'ї відображають загальний психологічний портрет сучасної сім'ї та характеризують ступінь її благополуччя:

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

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

Ознаками сприятливого психологічного клімату сім'ї є

[Гребенніков І., 1991, 25-26; Кравець В., 1995, 125-126; Бондарчук О., 2001, 9-10]:

- 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;
- подружжя 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 вміння 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.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Подружнтя (сімейна) адаптація та її значення для нормальної сім'ї.
2. Розкрити особливості первинної адаптації: соціально-рольову і міжособистісну боку.
3. Основні ознаки вторинної (негативної) адаптації.
4. Назвіть основні види і підвиди шлюбної адаптації.
5. Як впливають людські здібності на подружню адаптацію?
6. Як впливають шлюбно-сімейна адаптація і дезадаптація на сімейну успішність?
7. Назвіть основні аспекти подружньої сумісності.
8. Дайте визначення поняттю комплементарності і гомогамія стосовно подружньої сумісності.
9. Проведіть порівняльний аналіз становлення особистості в батьківській родині і подружньої сумісності.
10. У чому проявляється зрілість особистості в побудові сімейних відносин.

Тестові завдання для перевірки знань:

1. До первинної сімейно-шлюбної адаптації відносять:

- а) адаптацію психологічну, духовну, сексуальну;
- б) адаптацію рольову, інтелектуальну, моральну;
- в) адаптацію чуттєву, матеріальну, побутову;
- г) адаптацію виробничу, родинну, фізичну.

2. Для боротьби з негативною вторинною адаптацією психологи рекомендують:

- а) посилити контроль за друзями чоловіка (жінки);
- б) більше читати, розвиватися і самовдосконалюватися;
- в) більше працювати та більше часу проводити на роботі;
- г) вносити творчі елементи, сюрпризи та різноманітність в близькі стосунки.

3. Ознаками нещасливих сімей є:

- а) низькі матеріальні можливості;
- б) наявність дітей;
- в) відсутність житла;
- г) відсутність одного із подружжя;
- д) низька культура спілкування.

4. Психологічна сумісність передбачає:

- а) вміння правильно оцінювати поведінку один одного;
- б) здатність відчувати настрій партнера;
- в) бажання оберегати один одного від грубощів, кривди;
- г) уникнення сімейних конфліктів;
- д) всі відповіді вірні.

Тематика доповідей та рефератів:

1. Необхідні умови для гармонійного шлюбу.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом:

1. Зобразьте схематично рівні подружньої сумісності.
2. Зобразьте схематично взаємозв'язок різновидів подружньої сумісності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Андреева Т.В. Семейная психология: Учеб. Пособие., СПб.: Речь, 2004.

2. Абалакина М. А, Межличностное взаимодействие и динамика предбрачных отношений. Дис.... канд. психол. наук., М., 1987.
3. Гребенников И.Ф. Основы семейной жизни. М., 1991.
4. Кернберг О. Отношения любви: норма и патология. М., 2000
5. Калмыкова Е.С. Психологические проблемы первых лет супружеской жизни.//Вопросы психологии. 1983., №3
6. Ковалев С.В. Психология современной семьи., М., Просвещение, 1988.
7. Кравець В. Психологія сімейного життя : навч. посібник. – Тернопіль : ТДПУ, 1997.163 с.
8. Личко А.Е. Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков., М.,1999
9. Материалы Всероссийской научной конференции «Психологические проблемы современной российской семьи». В 3-х частях. / Под общей редакцией Шабельникова В.К., Лидерса А.Г., М., 2003.
10. Николс М., Шварц Р. Семейная терапия. Концепции и методы/Пер. с англ. О. Очкур, А. Шишко., М.: Изд-во Эксмо, 2004.
11. Обозова А.Н. Супружеская совместимость – фактор устойчивости брака // Личность в системе общественных отношений. Ч. 4. М., 1983.
12. Основы психологии семьи и семейного консультирования: учебник для академического бакалавриата / под общей редакцией Н. Н. Посысоева. 2 е изд., перераб. и доп. Москва: Издательство Юрайт, 2019., 266 с. (Бакалавр. Академический курс).
13. Прохорова О.Г.Основы психологии семьи и семейного консультирования: Учебно-методическое пособие по курсу / Под общей редакцией Торохтий В.С., Москва, 2005.,398 с.
14. Психология человека от рождения до смерти. Психологическая энциклопедия / Под ред. А. А. Реана СПб.: Прайм-Еврознак; Издательский Дом «Нева», М.: ОЛМА-Пресс, 2001.
15. Разумихина Г.П. Мир семьи. М., 1966.
16. Сысенко В.А. Психодиагностика супружеских взаимоотношений: Научнометод.пособие в помощь работникам социальных служб., М.: ННН семьи, 1998.
17. Сімейні цінності: практико-орієнтований посібник до навчальної програми «Сімейні цінності» (9 годин) [для 8–9-х класів] / [О. В. Мельник, Т. В. Кравченко, Л. В. Канішевська, І. П. Білоцерківець]. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 136 с.
18. Сысенко В. А. О некоторых социально-психологических факторах устойчивости брака в России // Проблемы социальной работы (Материалы первой национальной конференции)., М.: Институт социальной работы, 1995.
19. Харчев А.Г., Мацковский М.С. Современная семья и ее проблемы. М., 1978.
20. Торохтий В.С. Основы психолого-педагогического обеспечения социальной работы с семьей: Учебное пособие., М.: МГСУ, 2000.
21. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. В. Семейная психотерапия., Л., 1990.
22. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. В. Психология и психотерапия семьи. – СПб.: Питер, 2000.
23. Ялом, И. Когда Ницше плакал: Психотерапевтические истории / И.Ялом., М.: Независимая фирма «Класс», 2002., 427 с.

ГЛАВА 8.

ТИПОЛОГІЯ СТОСУНКІВ У ШЛЮБИ

План:

1. Різновиди рольової поведінки подружжя.
2. Основні види шлюбних сценаріїв.
3. Класифікація способів поведінки зі шлюбним партнером з точки зору психоаналітичного підходу.
4. Характеристика сімейних відносин з точки зору психодинамічного напрямку.

1. РІЗНОВИДИ РОЛЬОВОЇ ПОВЕДІНКИ ПОДРУЖЖЯ

Відповідно до найважливіших функцій сім'ї функціонально-рольова узгодженість подружжя є основою стабільності та благополуччя сімейного союзу.

Система сімейних ролей включає наступні ролі:

відповідальний за матеріальний добробут сім'ї	– ця роль включає в себе комплекс обов'язків, пов'язаних із забезпеченням сім'ї необхідним рівнем добробуту. У традиційній сім'ї ця роль належить чоловікові. У сучасній сім'ї, як правило, працюють обидва подружжя;
господар (господиня) будинку	– реалізує функцію організації та підтримки побуту. Реалізація цієї ролі передбачає придбання продуктів, приготування їжі, забезпечення затишку, чистоти і порядку, догляд за одягом. У традиційній сім'ї ця роль відводиться дружині.

У егалітарний сім'ях такі рольові функції розподіляються приблизно порівну з урахуванням культурних стереотипів і уявлень про роль чоловіка і жінки в підтримці сімейного вогнища.

Значний вплив на рольову поведінку здійснює фактор батьківської сім'ї кожного з подружжя.

Можливі два типи впливу батьківської сім'ї на прийняття і виконання ролей:

- 1) повторення у власній родині характеру розподілу сімейних ролей і виконання засвоєних ролей в тій формі, в якій вони виконувалися в батьківській родині;
- 2) відкидання сімейного укладу сім'ї батьків через неблагополуччя дитячо-батьківських відносин у родині одного з подружжя.

Типи відносин подружжя стосовно їх рольової поведінки (Л. Рейнвотер):

високосегрегований	низькосегрегований	проміжний
відповідає обов'язковому виконанню подружжям традиційних ролей «чоловіка» і «дружини».	констатується відсутність чіткого поділу ролей між партнерами, що пов'язано зазвичай зі спільністю інтересів, включеністю кожного з них у справи, проблеми та захоплення іншого.	характеризується змішанням ознак двох попередніх типів.

Ю.Е. Альошина (1999) виділяє наступні основні ролі в сім'ї :
✓ відповідальний за матеріальне забезпечення сім'ї;
✓ господар-господарка;
✓ відповідальний за догляд немовляти;
✓ сексуальний партнер;
✓ організатор розваг;
✓ організатор сімейної субкультури (сімейні традиції);
✓ відповідальний за підтримку родинних зв'язків;
✓ «психотерапевт» сім'ї.
У родині повинна панувати рольова відповідність!

РОЛЬОВА ВІДПОВІДНІСТЬ
– це можливість включення членів пари в спільну діяльність.

Рольова відповідність постає у вигляді такого поєднання особистісних і поведінкових характеристик , як (Б. Мурстейн, 1976):
Стимул +Цінність +Роль
Йдеться про відповідність одна одній міжособистісних ролей, взятих на себе членами пари, та наявності бази для спільної взаємодії з іншими людьми, соціальними системами або предметним світом. База ця бачиться в певному поєднанні особистісних характеристик членів пари, наприклад, потреба у домінуванні одного з партнерів, яка поєднується з потребою іншого в підпорядкуванні (Б. Мурстейн, 1976).

РОЛЬОВА СТРУКТУРА
Вивчаючи людську поведінку, психологи виявили, що існує набір ролей, у яких ми виступаємо в родині і в суспільстві. Отже, всі ми буваємо: Дорослим і Дитиною, Жертвою і Переслідувачем, Рятівником і Батьком.

Трикутник С. Карпмана – у верхньому куті переслідувач, в іншому куті жертва, у третьому – рятівник. Коли це може бути? В сім'ї у чоловіка і дружини недозволені конкурентні відносини – непродуктивно вирішується питання хто господар? Чоловік виступає в ролі переслідувача (агресор), дружина також намагається довести, що і вона чогось варта (вона виступає у ролі переслідуваної жертви). Це призводить до хронічного конфлікту, який зганяється на дітях.



Рис. Трикутник Стівенса Карпмана

У цьому трикутнику завжди багато негативної руйнівної енергії і доцентрових сил. У кожного з елементів трикутника можуть з'являтися певні форми патології, які елементи сім'ї намагаються відновити. Сексуальна незадоволеність породжує взаємні звинувачення, напруга наростає, необхідна жертва для розрядки. Дитина ціною свого енурезу зменшує інтенсивність напруги.

Говорячи про психологічні ролі членів сім'ї, потрібно відзначити, що одна роль може існувати тільки у взаємодії з іншими.

Наприклад, щоб виконати роль батька або матері, необхідно, щоб хтось виконував роль сина чи дочки.

Сімейні ролі повинні створювати систему, яка може задовольнити багато психологічних потреб. Однак потрібно зазначити, що така складна система родинних ролей не може бути не суперечливою. Важливо визначити наскільки суперечливість сімейних ролей руйнівна, і в якій мірі сама сім'я її регулює.

Суттєвим моментом також є те наскільки збігається думка члена сім'ї про свою роль з уявленням про неї інших.

Ролі мінливі та можуть змінюватися під впливом різних обставин. У родині роль або вся система ролей повинна задовольняти певним вимогам, оскільки вона призначена для виживання системи. Ці **вимоги до сімейних ролей** такі:

1. Роль або сукупність ролей в сім'ї повинна створювати досить цілісну систему. У разі виникнення суперечливих ролей, виникають серйозні труднощі у їх виконанні. Або коли член сім'ї не справляється з двома ролями, кожна з яких входить з іншою в протиріччя. Дружина і мати, і батько. Суперечності всередині однієї ролі або двох ролей призводять не тільки до сімейних криз, а й аж до розпаду сім'ї. Вони викликають широке коло порушень або виникнення різних варіантів патології, як на індивідуальному рівні так і на сімейному. Якщо виникає невроз, з'являється порушення сімейного функціонування.

2. Сукупність ролей, яку виконує індивід у сім'ї, повинна забезпечувати задоволення його основних потреб у сім'ї. Це потреба в повазі, визнанні та симпатії. Людина – це не тільки обов'язки, а ще й права. Виконуючи обов'язки, вона має право очікувати і задоволення її потреб. Порушення потреб обумовлює порушення функцій, що перетворює сім'ю в дисфункціональну.

3. Ролі, які особа виконує в родині, повинні відповідати її здібностям і можливостям. Будь-яка сімейна роль передбачає, що її носій володіє відповідними здібностями і можливостями. Якщо вимога є непосильно, то неминуче виникає стан непосильної напруги. Він є результатом виснаження сил або сильної тривоги, яка стає наслідком невпевненості особи в тому, що вона правильно і адекватно виконує свою роль.

4. Система сімейних ролей, які виконує індивід, має бути такою, щоб забезпечити не тільки його потреби, але й потреби інших членів родини. Якщо в родині відпочинок одного члена сім'ї забезпечується за рахунок напруги іншого або розрядка емоційної напруги досягається шляхом зганяння злості на іншому, зрозуміло, що подібна рольова структура серйозно порушує сімейну функцію.

Патологічна роль

- це яскравий приклад того, коли порушення індивіда обумовлюють порушення всієї родини.

Патологічними ролями, як порушеннями сімейної системи, пояснюють виникнення в сім'ї психічних захворювань.

Кожна міжособистісна роль не є частиною особистості людини. Вона порівнянна з раковою пухлиною, і в цьому її небезпека. Патологічна роль в'їдається в структуру особистості людини. У неї інших ролей не залишається. Вона стає дезадаптивною, рано чи пізно за неї потрібно платити ціну.

Характеристики патологічних ролей:

1. Один з членів сім'ї може виконувати міжособистісну роль, яка є травматичною для нього, але виявляється психологічно вигідною для інших. Вони йому її і привласнюють.

2. Члени сім'ї прямо або побічно спонукають інших членів сім'ї прийняти на себе патологічну роль. Вона може бути травматичною для інших і вигідною для носія ролі. Приклад – хворий член сім'ї.

3. Обидва типи ролей поєднуються. При цьому один член сім'ї виконує патологічну роль, травматичну для нього самого, а інший виконує травматичну роль для інших.

Сім'ї, де існує насильство, також реалізують дві патологічні ролі – роль агресора (гвалтівника) і роль жертви. Цикл насильства може відтворюватися довго і існує тільки тому, що дана гра здійснюється, бо гвалтівнику дозволено проявляти насильство, а жертва насильства робить все, щоб насильство відбулося. Оскільки кожен в цій ролі отримує і дискомфорт, і вигоди, гра може тривати необмежено довго.

Залежно від тої ролі, яку для себе обирають подружжя, можна виокремити такі **типові моделі сучасної сім'ї** (Кравець В., 1997), а саме:

**«Сім'я-фортеця»,
«замкнута сім'я»,
автономна сім'я**

– побудована на нереальних уявленнях подружжя. Люди в такому випадку впевнені, що чоловік і дружина завжди повинні бути разом, що конфлікти є першою ознакою згасання кохання.

Майбутнє таких сімей, побудованих на романтичних уявленнях, не передбачає нічого втішного. Попереду у них або нескінченні суперечки через нездійсненні надії, або розлучення.

«Дуб із плющем»

– один із подружжя «дуб», тобто опора для іншого, володар його життя; інший, подібно до плюща, в'ється навколо «дуба», знаходячи в ньому опору й перекладаючи на його плечі весь тягар проблем. «Дуб» – не завжди чоловік.

Трапляється, що такі сім'ї живуть добре, якщо розподіл ролей відбувся за взаємною згодою. Але частіше в таких сім'ях щастя немає, бо немає сердечності.

«Шлюб борців»

– така сім'я характеризується постійною боротьбою за владу. Кожна дрібниця – конфлікт, опір іншого долається без дотримання правил комунікації.

«Незалежні»	– коли кожен із подружжя береже своє право на власну свободу (інколи – аж до права на позашлюбні зв’язки).
Трапляється, що такі подружжя навіть живуть окремо, зустрічаючись час від часу на території однієї зі «сторін». Кожен любить говорити про свою прогресивність, відсутність забобонів, про нову мораль. Але це – шлюб без справжнього кохання. Живуть такі подружжя без сварок і конфліктів. Такий шлюб, зазвичай, недовговічний.	
Шлюб соратників, (синкретична сім’я)	– для такої сім’ї характерні намагання допомагати один одному в розвитку особистості. Вони кохають одне одного, але не тим коханням, що вимагає повної монополії на почуття й помисли одного з подружжя, а коханням усвідомленим, зрілим, більш довговічним. Суперечки у цьому разі не стають джерелом образ, а навпаки – двигуном подружнього «корабля».

Прийнято вважати, що узгодженість структури ролей та розподіл ролей серед партнерів забезпечує стабільність і благополуччя сім’ї.

Відповідність ролевих очікувань одного шлюбного партнера ролевим домаганням іншого визначаються як **рольова адекватність подружжя**.

Оцінка подружжям рівня конфліктності в певній сфері сімейно-ролевої взаємодії визначається в залежності від того, наскільки рольова поведінка шлюбного партнера співпадає з ролевими очікуваннями стосовно нього як виконавця певної сімейної ролі.

2. ОСНОВНІ ВИДИ ШЛЮБНИХ СЦЕНАРІЇВ

Сценарій – це
наявна у індивіда якась програма, відповідно до якої він будує своє життя (Е. Берн).

Шлюбний сценарій – це
сформована в ранньому віці несвідома програма поведінки, відповідно до якої індивід вибудовує своє сімейне життя (Е. Берн).

Згідно з ідеєю шлюбного сценарію, розвиток відносин подружжя в шлюбі обумовлено неусвідомлюваною тенденцією до повторення моделей сім’ї своїх батьків або відносин з найближчими родичами (М.М. Посисоєв, 2004).

У зв’язку з цим виділяють наступні шлюбні сценарії:	
батьківська модель	модель брата або сестри

Короткий зміст шлюбного сценарію «батьківська модель» полягає в наступному:
1. Дитина вчиться у батька своєї статі подружньої ролі. Її прийняття вигідне і зручне. Відмова від неї позбавляє впевненості в собі.

2. Образ батька протилежної статі істотно впливає на вибір партнера по шлюбу. Якщо образ позитивний, то вибір партнера відповідно до нього створює передумови для гармонійного шлюбу. Якщо образ негативний, то обраний партнер з подібними характеристиками стає джерелом негативних емоцій.

3. Модель батьківської сім'ї визначає в основних рисах модель сім'ї, яку створюють діти. У шлюбі партнерів з протилежних за моделлю сімей будуть спостерігатися конфлікти і боротьба за владу.

Відповідно за «моделлю брата або сестри» індивід намагається створити сім'ю, в якій міг би зайняти таке ж становище, яке він займав серед своїх братів або сестер. Наприклад, старший брат, у якого була молодша сестра, може створити стійкий союз з жінкою, яка також мала старшого брата.

Відповідно до «моделі брата або сестри» розглядають такі подружні зв'язки:

комплементарні	частково комплементарні	некомплементарні
----------------	----------------------------	------------------

Комплементарний шлюб	- це такий союз, в якому кожен з подружжя займає те саме положення, яке він мав по відношенню до братів і сестер в батьківській родині.
Частково комплементарний	- це союз, в якому подружжя в батьківських сім'ях мали кілька типів зв'язків зі своїми братами і сестрами, із яких хоча б один збігається з таким у партнера.
Некомплементарний шлюб	- це союз, в якому подружжя займали однакове становище в батьківській родині, наприклад, були старшими або єдиними дітьми в сім'ї.

В рамках системного підходу розглядається інша точка зору на комплементарний шлюб [24; 36].

Вважається, що виражена комплементарність подружніх відносин створює дисфункціональну підсистему, яка відрізняється ригідністю і жорсткою фіксацією ролей. А це зумовлює низьку здатність сім'ї пристосовуватися до змін (зокрема, пов'язаних з проходженням різних стадій життєвого циклу сім'ї та нормативних криз) і знижує її адаптивний потенціал.

І саме здатність молодого подружжя до автономного функціонування допомагає їм уникнути емоційної реактивності і поляризованих (комплементарних) відносин, наприклад: переслідувач – дистанціюється; агресивний – покірний; незалежний – вимогливий і т.д.

Таким чином, комплементарні відносини припускають взаємне пристосування партнерів, на відміну від симетричних відносин, заснованих на рівності і подібності.

3. КЛАСИФІКАЦІЯ СПОСОБІВ ПОВЕДІНКИ ЗІ ШЛЮБНИМ ПАРТНЕРОМ З ТОЧКИ ЗОРУ ПСИХОАНАЛІТИЧНОГО ПІДХОДУ

У психоаналітичному підході пропонується
виділення певних типів особистості і їх можливих комбінацій, вдалих і невдалих для подружнього життя.
При цьому виділені типи особистості не є типами в прямому сенсі цього слова – вони являють собою не стільки констеляції особистісних рис, скільки опис стійких способів поведінки з шлюбним партнером.

Класифікація способів поведінки зі шлюбним партнером з точки зору психоаналітичного підходу (Н.Н. Посисоєв, 2017):	
Партнер, орієнтований на рівноправність	– очікує рівних прав і обов'язків.
Романтичний партнер	– очікує душевної згоди, хоче створити міцні узи любові, велике значення для нього мають сентиментальні символи. Відчуває себе обдуреним, коли партнер відмовляється грати з ним в ці романтичні ігри.
Батьківський партнер	– із задоволенням піклується про іншого, виховує його.
Дитячий партнер	– привносить в шлюб деяку спонтанність, безпосередність і радість, але, разом з тим, набуває владу над іншим шляхом прояви слабкості і безпорадності.
Раціональний партнер	– стежить за проявом емоцій, точно дотримується прав і обов'язків. Відповідальна людина, твереза в оцінках. Добре пристосовується до життя, незважаючи на те, що партнер не поводить таким же чином. Може помилятися щодо почуттів свого партнера.
Товариський партнер	– хоче бути товаришем і шукає для себе такого ж супутника, з яким міг би розділити повсякденні турботи, прожити життя. Або не претендує на романтичну любов і приймає як неминуче звичайні тяготи сімейного життя.
Незалежний партнер	– зберігає в шлюбі певну дистанцію по відношенню до свого партнера. Прагне уникнути зайвої інтимності у відносинах і хоче, щоб його партнер з повагою ставився до цих вимог.

Конгруентні партнерські комбінації:		
незалежний	+	незалежний
незалежний	+	раціональний

Комплементарні партнерські комбінації:		
батьківський	+	дитячий

Конфліктні партнерські комбінації:		
батьківський тип	+	батьківський тип
дитячий тип	+	дитячий тип
батьківський тип	+	незалежний тип
дитячий тип	+	незалежний тип
романтичний тип	+	рівноправний тип
романтичний тип	+	раціональний тип
романтичний тип	+	незалежний тип
романтичний тип	+	дитячий тип

Коли обидва партнери романтичного типу, то це характеризує собою напружений і недостатньо стабільний союз, оскільки стосунки з плином часу поступово тьмяніють, і обидва партнери можуть почати шукати їх в інших зв'язках поза шлюбом. Це шлюб партнерів, які не досягли стадії зрілої любові.

4. ХАРАКТЕРИСТИКА СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН З ТОЧКИ ЗОРУ ПСИХОДИНАМІЧНОГО НАПРЯМУ

Вчені психодинамічного напрямку описують неконструктивні типи взаємин, які пов'язані з особистісними особливостями партнерів. Отже (Н.Н. Посисоев, 2017):
◆ дружина має романтично-істеричний тип, страждає від нестачі уваги і ласки, а чоловік холодний, має психастенічний склад характеру;
◆ чоловік шукає в дружині матір, яка постійно дбала би про нього;
◆ обидва партнери залежного типу;
◆ обидва партнери (або один з них) з паранойяльною психікою.

Характеристика «істеричного шлюбу» («істеричка-дружина і обседантний чоловік):
<i>Дружина</i> може мати істеричні риси характеру різного ступеня вираженості. Така жінка, як правило, емоційна, приваблива, має гарний смак і художні нахили.
<i>Чоловік</i> зазвичай інтелігентний, освічений, має почуття відповідальності, успішний на роботі, користується повагою, невивагливий в побуті. Він намагається «завжди поступати правильно», насилу проявляє почуття. Зазвичай він шукає дружину, яка є уособленням жіночності. Спочатку вона приносить чоловікові масу хвилювань, оскільки викликає в ньому почуття, які він ніколи не відчував. Це його надихає; турбота про дружину дає йому почуття власної значущості.
<i>Дружина</i> , як правило, вже пережила скороминущу «драматичну» любов, у свою чергу, обирає врівноваженого і надійного чоловіка, гарного сім'янина, здатного забезпечити стабільність положення і почуття безпеки.
Після романтичного періоду залицяння виникають труднощі сімейного життя. Подружжя відчуває глибоке розчарування.
<i>Дружина</i> починає критикувати мовчазну і «бездушну» поведінку чоловіка. Вона відчуває себе незрозумілою, емоційно невдоволеною, в результаті чого намагається спровокувати скандал або нападає на чоловіка.
<i>Чоловік</i> сприймає зайву емоційну поведінку своєї дружини як неприйнятне, його стомлює її схильність до драматизації і «скандальна» поведінка.

Шлюб переходить з розряду «хорошого батька» і «хорошого дитя» в розряд «холодного батька» і «нестерпної дитини».

Нерідко в такому шлюбі поведінку *чоловіка* може підкріплювати істерична поведінка *дружини*, спочатку незначно виражена.

Це буває в тих випадках, коли емоційна холодність чоловіка явно виражена, він педантичний і схильний до міркувань замість рішучих дій. Зазвичай він залишається байдужим до спроб дружини залучити його до спільної діяльності, налаштований іронічно або вороже, поки агресивна чи істерична поведінка дружини не змусить його до кооперації. *Дружина* може розраховувати на виконання своїх бажань або домогтися від чоловіка співпраці тільки в тих випадках, якщо влаштує йому істеріку. Таким чином, її істерична поведінка закріплюється.

Характеристика шлюбу – «пасивно-залежний чоловік і домінуюча дружина» (Н.Н. Посисоєв, 2017):

Можна, мабуть, говорити про те, що характер взаємин в подібному шлюбі нагадує описаний в попередньому варіанті, тільки подружжя в ньому міняються ролями.

Тут *чоловік* зазвичай характеризується недостатньою особистісною та емоційною зрілістю. Він відрізняється підвищеною емоційною чутливістю, вимагає до себе уваги і турботи, у нього традиційно чоловічі риси в поведінці не сильно виражені. Одружуються вони зазвичай по любові в дуже молодому віці, ще до того, як здатні самі забезпечити свою сім'ю. Сумніви з приводу власної мужності вирішуються вибором такої дружини, яка здатна взяти на себе проблеми чоловіка. Зазвичай він вибирає жінку, що не прагне до традиційної жіночої ролі та погано почуває себе в залежному становищі; *вона* ж вибирає чоловіка, якого легко підпорядкувати собі. Поведінка такої *жінки* нагадує материнську – вона надійна, послідовна і терпляча.

У випадках конфліктів дружина намагається придушити чоловіка.

Реакцією чоловіка є пасивно-агресивна поведінка і депресія. ***У дружини*** нездатність домогтися від чоловіка того, чого вона хоче, викликає ворожість і дратівливість. Спочатку чоловіка приваблює самостійність дружини, він хоче скористатися її силою. Дружина допомагає йому в роботі і просуванні по службі. Але в міру того як він знаходить фінансову самостійність і первісне романтичне забарвлення відносин з дружиною тьмяніє, він знаходить собі коханку, як правило, схожу за особистісними характеристиками на дружину. Часто він прагне одружитися на коханці, яка в шлюбі поводить так само, як перша дружина.

Характеристика шлюбу з двосторонньою залежністю:

У цьому шлюбі обидва партнери залежні і незрілі. Обидва мріють про кохання, при цьому кожен з них думає, що дає в шлюбі більше, ніж отримує.

У випадках конфліктів у обох доходить до нападів сказу, обидва поводяться, як діти. Жоден з них не прагне проявити інтерес до проблем іншого.

Характеристика параноїальних подружніх стосунків:

У подібних шлюбних відносинах один з партнерів, як правило, принижує і пригнічує іншого, переслідуючи його своїми підозрами. Обидва мають невисоку самооцінку і низько оцінюють партнера, але продовжують жити один з одним, оскільки наявність саме такого партнера служить психологічним виправданням їх стилю життя. Такий шлюб може розглядатися як садомазохістський союз, описаний Е. Фроммом.

Існують різні варіанти таких шлюбів:

◆ **Чоловік з паранояльними проявами, а дружина зі схильністю до депресії.**

У цьому шлюбі беруть участь злісний, підозрілий і ревнивий чоловік, який втратив чоловічу гідність, і дружина зі зниженою самооцінкою, що дозволяє звинувачувати себе, оскільки вважає, що не знайде собі нікого краще.

Часто чоловік нагадує їй її батька, який не визнавав її, або відмовився від неї.

◆ **Чоловік зі схильністю до депресії, а дружина зі схильністю до паранояльної поведінки.**

Ревнива дружина вибирає чоловіка, схильного до депресії. Підозрілість дружини служить чоловікові виправданням того, що він не повинен прагнути до контактів з оточуючими, зовнішнім світом, який здається йому загрозливим.

Використання психоаналітичних класифікацій більшою мірою передбачає роботу з внутрішньоособистісними конфліктами одного з подружжя (у більш рідкісних випадках – подружжя).

Використання інших класифікацій, в яких виділяються адаптивні і неадаптивні типи, швидше за все орієнтує на заміну менш адаптивних варіантів взаємодії більш адаптивними.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Надайте характеристику шлюбу «пасивно-залежний чоловік і домінуюча дружина».
2. Надайте характеристику шлюбу з двосторонньої залежністю.
3. Надайте характеристику паранояльних подружніх стосунків.
4. Розкрийте сутність класифікації способів поведінки зі шлюбним партнером з точки зору психоаналітичного підходу.
5. Розкрийте зміст патологічної ролі у подружніх стосунках.
6. Охарактеризуйте комплементарний тип шлюбу.

Тестові завдання для перевірки знань:

1. У психоаналітичному підході пропонується:

- а) аналіз подружнього життя;
- б) аналіз родинних зв'язків;
- в) виділення певних типів особистості і їх можливих комбінацій, вдалих і невдалих для подружнього життя;
- г) класифікація типів стосунків подружжя.

2. Комплементарний шлюб- це:

- а) це союз, в якому подружжя в батьківських сім'ях мали кілька типів зв'язків зі своїми братами і сестрами;
- б) союз, в якому кожен з подружжя займає те саме положення, яке він мав по відношенню до братів і сестер в батьківській родині;
- в) це союз, в якому подружжя займали однакове становище в батьківській родині;
- г) це союз, в якому подружжя мають різні положення у сім'ях.

3. Некомплементарний шлюб – це союз, в якому:

- а) подружжя займали однакове становище в батьківській родині, наприклад: були старшими або єдиними дітьми в сім'ї;
- б) подружжя в батьківських сім'ях мали кілька типів зв'язків зі своїми братами і сестрами, і з яких хоча б одна збігається з такою у партнера;
- в) подружжя займає те саме положення, яке він мав по відношенню до братів і сестер в батьківській родині;
- г) подружжя мають різні положення у сім'ях.

Тематика доповідей та рефератів:

1. Зміст рольової поведінки подружжя.
2. Особливості рольової інтеграції подружжя.
3. Життєві сценарії подружжя та їх характеристика.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом:

1. Намалуйте схематично концепцію Стивенса Карпмана.
2. Зобразьте схематично характеристику шлюбу з двосторонньої залежністю.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Основы психологии семьи и семейного консультирования : учебник для академического бакалавриата / под общей редакцией Н. Н. Посысоева. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2017. – 327 с. – (Бакалавр. Академический курс). – ISBN 978-5-534-01710-6. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://biblio-online.ru/bcode/400345> (дата обращения: 09.11.2019).
2. Кравець В. Психологія сімейного життя : навч. посібник. – Тернопіль : ТДПУ, 1997. – 163 с.

ГЛАВА 9.

БАТЬКІВСТВО. ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКІ ВІДНОСИНИ

План:

1. Формування батьківської позиції в період очікування дитини.
2. Дитячо-батьківські відносини в період новонародження та немовляти.
3. Дитячо-батьківські відносини в період раннього дитинства.
4. Дитячо-батьківські відносини в період дошкільного віку.
5. Дитячо-батьківські відносини в молодшому шкільному віці.
6. Взаємини батьків з підлітками.
7. Взаємини батьків з молодими дорослими дітьми.
8. Дорослі діти і їх літні батьки.

1. ФОРМУВАННЯ БАТЬКІВСЬКОЇ ПОЗИЦІЇ В ПЕРІОД ОЧІКУВАННЯ ДИТИНИ

Формування батьківської позиції означає:
1) остаточне приєднання до дорослого покоління;
2) прийняття подружжям вагітності;
3) готовність подружжя до: а) зміни структури сім'ї; б) освоєння нової соціальної ролі; в) високої відповідальності; г) численних обов'язків матері та батька;
4) виникнення прихильності до майбутньої дитини.

Фактори, що ускладнюють процес становлення батьківства (М. С. Радіонова, 1997):
1) психічне або соматичне нездоров'я батьків;
2) мотиваційна, когнітивна, поведінкова неготовність матері до здійснення материнської ролі;
3) порушення внутрішньої комунікації;
4) пріоритет над батьківськими цінностями інших цінностей, наприклад, кар'єристських міркувань, сексуальних, матеріальних та ін.

Вагітність – це найважливіший період у становленні материнської прихильності до дитини.

Ситуація вагітності включає наступні структурні елементи:
<ul style="list-style-type: none">• свідому установку на вагітність як на бажану або небажану;• наявність або відсутність спонтанного потягу до материнства (несвідомий компонент);• оцінку соціальної ситуації як сприятливої чи несприятливої для вагітності.

Головним психологічним новоутворенням періоду вагітності є виникнення у майбутньої матері почуття «моя дитина» на основі первинного сенсорного досвіду взаємодії з плодом.

Етапи формування готовності до материнства (М. С. Радіонова, 1997):

1) особливе інтрацептивне відчуття вагітності (збігається з початком ворухіння плода). Вперше відчувши внутрішньоутробні рухи плоду, жінки з нетерпінням чекають їх знову, «вслухаються» в свої органічні тілесні відчуття, сприймають їх як значущі сигнали;

2) виникнення почуття приналежності, «спорідненого» з дитиною – саме відчуття: «Моя дитина»;

3) виникнення внутрішнього діалогу матері з дитиною;

4) формування більш реалістичного і узагальненого образу дитини-немовляти, що дозволяє підготувати свідомість вагітної до прийняття реальної дитини з її потребами, особливостями поведінки і психіки.

Вагітність – це критичний життєвий період, пов'язаний з перебудовою особистісної позиції жінки, побудовою нових взаємин з партнером – майбутнім батьком, матір'ю, іншими близькими. У разі успішного розв'язання цієї кризи жінка досягає більш високого рівня особистісної зрілості, цілісності, знаходить новий соціальний статус.

Випадок гранично вираженого порушення материнської поведінки – це «криза відмови», коли жінка відмовляється від новонародженої дитини.

Фактори ризику («провісники») відмови від дитини (О. Р. Ворошнина, 1998):

- конфліктні поєднання структурних елементів ситуації вагітності: наприклад, конфлікт між негативною свідомою настановою на вагітність і спонтанним потягом до материнства, або конфлікт установок між усвідомленою цінністю дитини і іншими актуальними потребами (завершення освіти, заняття нової посади, невирішене житлове питання);

- специфічні спотворення «чуттєвої тканини вагітності» і внутрішнього образу дитини: жінка ігнорує вагітність, абсолютно не змінюючи звичної поведінки; відбувається блокування розвитку прихильності, формується інфантцидний комплекс (прагнення «знищити цю дитину» і одночасно захисне заперечення цього спонукання).

Для вибору напрямку надання допомоги матері і її дитині необхідно зрозуміти причини, особистісний сенс відмови від дитини.

Характерні зміни, що виникають в сім'ї після народження дитини

(В. І. Брутман, М.С. Радфонова, 1997):

- змінюється рольова структура сім'ї: з'являються нові батьківські і прабатьківські ролі (в розширеній сім'ї);

- відбувається перерозподіл ролей з тенденцією закріплення традиційної структури сім'ї, зосередження жінки на внутрішньосімейних обов'язках;

- рольова структура сім'ї стає більш жорсткою, ригідною;

- відбувається досить різка зміна способу життя (збільшення трудового навантаження – побутового та виробничого, фінансові труднощі, скорочення вільного часу та можливостей спілкування з друзями);
- у подружжя виникає новий рівень відповідальності за благополуччя сім'ї і дитини;
- утруднюється спілкування подружжя (зменшується час, нерідко виникають суперечливі почуття до партнера, відчуття втрати любові; у чоловіка можливо почуття ревності і заздрощів до дитини, ніби посунули його на периферію уваги жінки-матері);
- перебудовуються відносини між прабатьками і подружжям – батьками дитини на основі визнання їх нового вікового і рольового статусу в рамках розширеної сім'ї.

Саме на цій стадії різко зростає ймовірність:

- підвищення згуртованості розширеної сім'ї;
- оптимізації емоційних відносин і розвитку змістовного співробітництва між старшим і середнім поколіннями.

В особистісному розвитку кожного з подружжя відбуваються значні трансформації, пов'язані з розвитком ідентичності на основі прийняття ролей матері та батька.

Становлення батьківства та батьківської любові, особливо в разі народження першої дитини, вимагає певних умов.

Помічено, що *батьківська позиція в своєму формуванні за часом децю відстає від материнської.*

Цей процес формування повноцінного емоційно-позитивного зв'язку «батько – дитина» починається приблизно з *другої половини вагітності дружини і триває протягом усього першого року життя дитини.*

Найбільшого значення для формування цього зв'язку має відношення до дружини – любов, повага, ніжність, розділеність почуттів. Співучасть майбутнього батька традиційно пов'язується зі створенням для жінки відчуття щастя, радості, безпеки, надійності (Г.Г. Філіппова, 2002).

Однак все більше сучасних батьків не задовольняються роллю «помічників на других ролях», а проявляють прагнення більш активно брати участь в *емоційному «виношуванні» дитини:*

- бути присутнім при її народженні;
- бачити її в перші хвилини після появи на світ, що, за переконаннями вчених і лікарів, сприяє зміцненню сім'ї.

2. ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКІ ВІДНОСИНИ В ПЕРІОД НОВОНАРОДЖЕННЯ ТА НЕМОВЛЯТИ

На початковому етапі розвитку новонародженого вирішальна умова виживання – це доросла людина, що задовольняє всі його життєві потреби.

Період новонародження критичний: дитина фізично відділена від матері, але фізіологічно пов'язана з нею, гостро потребує у взаємодії (О.Р. Ворошнина, 1998).

Деякі психологи стверджують, що *відразу після народження, але лише короткий час (приблизно півтори години), новонароджений здатний до фокусування очей і розглядання рідних осіб*. І важливо, щоб в ці хвилини поруч опинилися рідні люди (батько, бабуся).

Взаємне пильне «роздивляння», тілесний контакт, погладжування, дотик сприяють появі у всіх членів сім'ї особливого теплого ставлення до дитини, яке виявляється досить стійким. Цей феномен раннього природного контакту з дитиною відразу після народження називають **боїдінго** (англ. bond – зв'язок, узи). Вважається, що так запускається вроджений механізм прихильності до немовляти.

Однак не варто думати, що на такій ранній стадії взаємини визначаються цілком дорослими. Темперамент новонародженого (його дратівливість або спокій, гнучкість пристосування до навколишньої ситуації), тональність плачу (високий голос при плачі, характерний для дітей з різними відхиленнями, – «сигнал виживання»), безліч інших поведінкових ознак впливають на ставлення до нього батьків, на характер і швидкість їх реагування (О.Р. Ворошнина, 1998).

У нормі у відповідь на випереджальну ініціативу близьких дитина вже наприкінці першого – початку другого місяця життя починає реагувати зоровим зосередженням на обличчі і очах дорослого і так званою *соціальною посмішкою*.

Емоційне пожвавлення, рухове устремління до дорослого, вокалізації, сміх – всі ці ознаки дитячої поведінки дають батькам та іншим близьким відчуття розділеного почуття, симпатії, зміцнюють взаємну прихильність (О.Р. Ворошнина, 1998).

Недоношені діти потребують спеціальних умов виходжування, що призводить до тривалої післяпологової розлуки матері і дитини. Вони належать до категорії ризику не тільки в медичному сенсі.

Поведінка недоношених дітей в перші місяці характеризується так званим синдромом дефіцитарності ключових сигналів:

- діти уникають зорового і емоційного контакту;
- напружуються і усуваються при взятті на руки;
- починають посміхатися в більш пізні терміни, причому усмішки зазвичай стерті, невиражені;
- ініціатива в контакті з дорослим відсутня, а відповідна реакція дуже слабка.

В першому півріччі життя спостерігається:

- домінування негативних емоцій;
- швидка виснажливність і висока стомлюваність дитини при взаємодії з дорослим;
- запізнювання в появі вокалізацій та їх бідність (О.Р. Ворошнина, 1998).

Така особливість передчасно народжених дітей збільшує ймовірність дисгармонійних їх відносин, умовно-приймаючих або навіть відкидаючих.

Батьки на першому році життя не тільки доглядають за дитиною і задовольняють її основні життєві органічні потреби в їжі, сні, теплі, комфорті та ін.

Безпосередньо-емоційне спілкування з дорослим (перш за все з матір'ю) становить основу психічного розвитку в дитинстві.

Обмінюючись виразами уваги, радості, інтересу і задоволення від взаємодії, дитина і батько знаходяться в ситуації нерозривної емоційної єдності (О.Р. Ворошнина, 1998).

Необхідні уважність, чуйність щодо ознак емоційного неблагополуччя дитини, що виникає в умовах дефіциту спілкування, уваги і тепла.

При несприятливих умовах в родині, коли дорослі зайняті економічними, матеріальними питаннями або власними конфліктами, або в умовах, коли дитина виявляється з якої-небудь причини психологічно «не прийнятою» матір'ю, наприклад, через невідповідність її статі очікуваному, **у дитини можливі порушення поведінки, відставання в розвитку як прояви синдрому госпіталізму**. Виникають своєрідні спотворення контакту з дорослим. При знайомстві така дитина занадто боязка, вона тривалий час адаптується, придивляється або, навпаки, миттєво, некритично, навіть нав'язливо вступає у взаємодію з незнайомою людиною.

Надалі спостерігаються різноманітні емоційні і вольові порушення, труднощі встановлення виборчих контактів, любові і близькості з людьми (О.Р. Ворошнина, 1998).

Батьківське ставлення – гармонійне, емоційно приймаюче, підтримуюче, компетентне, впевнене і пластичне, – **сприяє формуванню у дитини базової довіри до навколишнього**, інтересу до матеріального світу, предметів, засвоєнню форм ділової взаємодії з іншою людиною (О.Р. Ворошнина, 1998).

Сам дорослий виступає як найбільш привабливий і зручний об'єкт сприйняття, що відповідає найважливішим потребам немовляти в нових враженнях, яку деякі психологи вважають вродженою, вихідною для когнітивного розвитку (О.Р. Ворошнина, 1998).

Батьки піклуються про створення збагаченого середовища для вдосконалення сприйняття дитини, її зорових і слухових здібностей, відчуття дотику: підбирають іграшки, допомагають розглянути, помацати, простежити рух. Вони емоційно заохочують, стимулюють прогресивні рухи і дії дитини – хапання, утримання, маніпулювання іграшками, сидіння, повзання та ін. Дорослий спеціально перемикає увагу дитини з себе на предмет, показує конкретні способи дій з речами (О.Р. Ворошнина, 1998).

На підготовчому етапі мовного розвитку дитини батько виступає як «вчитель»: навчає формам невербального спілкування, дає мовні, голосові, інтонаційні зразки; створює ситуації найбільш ясного віднесення слова до предмета. Батько з розумінням відноситься до виникнення тенденцій самостійного діяння, роздроблення емоційної єдності, психологічному відділенню дитини від дорослого (О.Р. Ворошнина, 1998).

3. ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКІ ВІДНОСИНИ В ПЕРІОД РАНЬОГО ДИТИНСТВА

Батьки підтримують і схвалюють нові **здібності самостійного пересування дитини кінця першого – початку другого року життя**: ходьби, бігу, лазіння і спуску по сходах.

На перших порах це важкі, хвилюючі, не завжди вдалі для дитини дії, і емоційна підтримка їй вкрай необхідна.

Розширення доступного простору, прагнення дослідити предмети по-новому ставлять питання надійної фізичної та емоційної безпеки дитини.

Якщо батьки не хочуть, щоб дитина годинами сиділа в манежі або цюмиті тримати її в полі зору, то перед ними постає завдання зробити будинок «доброзичливим» для малюка. Насамперед слід прибрати найнебезпечніші колючі, ріжучі, отруйні предмети і речовини, електричні розетки закрити заглушками. Можна спробувати подивитися навколо очима дитини, пізнати потенційно найбільш привабливе: звисаючі скатертини, шнури та ін.

Сидячи за спільним столом, дитина намагається схопити виделку. Рухи різкі, несумірні. *Мати торкається зубця виделки підкреслено обережно і тут же відсмикує палець з посиленням мимичним виразом застереження на обличчі, вигукуючи: «Не можна! Гостра! Боляче буде!».* Потім бере палець дитини і злегка притискає його до зубців так, щоб вона відчула гостроту.

Ознайомлення з «небезпекою» на конкретних прикладах – гаряче, гостре, проливається – навряд чи змусить дитину відмовитися від дослідницьких намірів, однак допоможе відчувати обгрунтованість батьківського «Не можна!».

Особливо актуальні ці питання у зв'язку з властивою поведінці дитини ситуативністю, імпульсивністю, невмінням володіти власними емоціями.

Найголовніші досягнення психічного розвитку в ранньому дитинстві пов'язані з освоєнням соціальних функцій і способів дій з предметами.

Дорослий виступає як «організатор» ситуативно-ділового спілкування і співпраці, зразок для наслідування, керівник, контролер, а також джерело емоційної підтримки.

У цей період батьки повинні уважно придивлятися до того, яку руку – праву або ліву – дитина воліє використовувати при їжі, маніпулюванні предметами, малюванні, і делікатно пропонувати їй (але не наполягати, не змушувати!) діяти правою.

На другому-третьому році життя виникають нові види діяльності дитини – ігрова, продуктивна.

Батьки можуть допомогти зародженню гри – підібрати іграшки і відповідні предмети, показати ігрові (ті, що заміщують, символічні) дії, проявити живий інтерес, співучасть, порадити стосовно того як ускладнити або урізноманітнити гру.

Батьки можуть сприяти освоєнню малювання, ліплення, конструювання. Наприклад, перехід від стадії каракулей до початку власне образотворчої діяльності можна «підштовхнути», звернувши увагу дитини на те, що «ця загогулінка дуже схожа на сонечко, а ця – на будиночок».

Предметні дії, які виконують функцію зовнішнього орієнтування (підбору і сполуки предметів за їх формою, розміром, кольором, розташуванням у просторі та ін.), розвивають сприйняття дитини і також можуть стати предметом співпраці малюка і мами. Самостійні спроби збирання матр'юшки, пірамідки, ліплення пасок можуть бути доповнені показом йому найбільш ефективних способів.

Другий і третій роки життя – сензитивний період для мовного розвитку.

Важливо створювати сприятливі умови для розуміння чужої мови і формування власної активної мови дитини: говорити чітко і ясно, словесно коментувати побутові ситуації, розглядати і називати реальні предмети і їх зображення, залишати «місце» для висловлювань дитини, звертатися до нього з проханнями, питаннями, які вимагають вербальної відповіді.

Необхідно заохочувати активність, самостійність дитини як суб'єкта спілкування та пізнання, її тенденцію до вольової форми поведінки («Я сам») і при цьому вирішити проблему дозволених меж поведінки («можна і не можна»).

Неминуче стикаючись з масою труднощів при організації годування дитини, проведенні гігієнічних процедур, укладання спати, привчання до охайності і дисципліни, батьки повинні знайти способи допомогти малюкові в засвоєнні прийнятних способів поведінки, навчитися взаємодіяти з ним в рамках демократичного стилю виховання.

4. ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКІ ВІДНОСИНИ В ДОШКІЛЬНОМУ ВІСІ

Орієнтуючись на назву віку, багато сучасних батьків вважають, що головне – це підготувати дитину до навчання в школі. А для цього потрібно якомога раніше почати вчити його читанню, письму, рахунку. Таке вузьке розуміння шкільної зрілості вже давно відкинуто в психології та педагогіці.

Щоб досягти повноцінної шкільної готовності («шкільної зрілості»), тобто достатнього рівня фізичного, мотиваційного, інтелектуального, соціального розвитку, при якому дитина буде в змозі успішно (і без зайвої напруги і шкоди для здоров'я) навчатися в умовах масової школи, необхідна не акселерація (штучне прискорення), а ампліфікація дитячого розвитку.

Під *ампліфікацією* (збагаченням) *дитячого розвитку* розуміється повноцінне проживання дошкільного дитинства, розкриття його унікального потенціалу як особливого неповторного віку. Для цього потрібні:

- широке розгортання специфічних дитячих форм ігрової, практичної, продуктивної діяльності;
- збагачення їх змісту;
- створення досвіду спілкування з дорослими і однолітками в різних ситуаціях;
- максимальний розвиток «специфічно дошкільних» і разом з тим перспективних психофізіологічних якостей.

Дошкільний вік – сензитивний період розвитку образного пізнання навколишнього світу: сприйняття, наочно-образного мислення, уяви. Діти цікаві, задають безліч питань про життя тварин, причини природних явищ, внутрішній устрій предметів:

«Що їдять мухи?

Де зимують раки?

З чого роблять скло?

Чи правда, що після смерті люди потрапляють на Місяць?».

Це спроби осмислити закони фізичного і соціального світу, перша вихідна форма теоретичного мислення дитини.

Батьки повинні дбайливо ставитися до природньої цікавості дитини, щоб не заглушити її надмірно ускладненими поясненнями або формальними відмовками, а сприяти формуванню нових його рівнів – допитливості, любові до пізнання.

При **оволодінні сенсорним досвідом** потрібно навчити дитину здійснювати дії, які призводять до виділення й оцінки якостей і властивостей (таких як форма, розмір, колір, смак, запах, стан предметів, положення в просторі, відносини між предметами).

Сприйняття навколишнього світу здійснюється через призму суспільного досвіду, систему сенсорних еталонів (наприклад, сенсорні еталони форми предметів – геометричні фігури; еталони кольору – сім кольорів спектра, білий і чорний).

Вимірювання за допомогою різного роду «мірок» (одиниць виміру) призводить до більш глибокого і усвідомленого встановлення кількісних відносин.

Моделювання звукового складу слова сприяє формуванню фонематичного слуху і на його основі – більш ефективному оволодінню читанням і письмом.

Неприпустиме відношення до дитячої гри як до порожнього, нікчемного заняття. Усвідомлення незамінного вкладу гри в розумовий, мовленнєвий розвиток, розвиток почуттів, емоційної саморегуляції поведінки, в формування довірливості психічних процесів (довірливої уваги, довірливої пам'яті) має налаштувати батьків на шанобливе ставлення до ігрової діяльності.

Спостереження за тим, які сюжети, які ролі приваблюють дитину, допоможе краще зрозуміти її, підказати нові можливості збагачення змісту сюжетно-рольових ігор. Це особливо актуально для єдиних дітей в сім'ї, «домашніх» дітей, що мають обмежений, стереотипний ігровий досвід.

Безумовно, необхідно заохочувати, розвивати й інші види діяльності: продуктивну, трудову і навчально-пізнавальну. Малювання, конструювання, ліплення, побутова праця важливі ще й тому, що сприяють формуванню спрямованості на отримання результату, навичок самооцінки, планування і управління поведінкою.

Розвиток допитливості, пізнавальних інтересів, уяви, образного мислення лежить у руслі основних вікових тенденцій і досягнень.

Дорослий зберігає центральне місце в світі дитини, яка прагне наслідувати його і одночасно відчуває потребу в поважному і серйозному до себе ставленні. Батьки виступають як ерудити, джерело пізнання, партнери по обговоренню причин та зв'язків у світі природи і техніки; як цілісна особистість, що володіє знаннями, вміннями, моральними нормами.

5. ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКІ ВІДНОСИНИ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

Перехід до шкільного навчання супроводжується суттєвою перебудовою всієї соціальної ситуації розвитку дитини, розширенням кола значущих осіб.

Центральною фігурою у важливій для дитини області шкільного життя стає **вчитель**, який виступає як представник суспільства, що висуває обов'язкові для виконання вимоги.

Завдання батьків на порозі шкільного життя:

- сприяти сприйняттю дитиною майбутнього вступу до школи як бажаної і значущої події, свідoctва дорослішання;

- допомогти створенню реального образу школи (не розхваленого, але, зрозуміло, і не лякаючого);
- сприяти виробленню у майбутнього учня правильного ставлення до навчальної діяльності – відносини взятої на себе відповідальності.

Шкільна успішність позначається на всій системі соціальних відносин дитини. Безумовна батьківська любов піддається випробуванню першими численними шкільними труднощами.

Батьки пильно стежать за успіхами і висловлюють невдоволення, якщо не все йде гладко.

Необхідно побудувати нову гармонію взаємин батьків і дитини-школяра, допомогти їй в подоланні труднощів адаптації до початку шкільного навчання (нового режиму дня; новому, нерідко першому, колективу – шкільного класу, до всіх перипетій взаємин з однолітками; до склепіння шкільних правил і обмежень; новому неухильному рівню вимог у взаєминах з учителем та ін.).

Щоб полегшити першокласнику освоєння позиції учня, потрібно:

- з самого початку ввести у сферу життя дитини, пов'язану зі школою, чіткі норми і домовленості;

- проявляти щирий інтерес до змісту шкільних правил і особливостей їх виконання;

- надати збору портфеля і підготовці до наступного навчального дня статус ритуалу;

- виявляти повагу до вчителя, «не ревнувати» до нього дитину; не знецінювати його слова в очах дитини; стримувати бурчання з приводу недосконалості вчителів і шкільних програм;

- з розумінням ставитися до «спалаху конформізму», який виражається словами «Так треба, нам так сказали!» і пов'язаний якраз з особливою цінністю правил і норм для новоспеченого школяра;

- не робити домашні завдання замість дитини, але і не вимагати на перших порах повної самостійності і відповідальності;

- з готовністю вислуховувати те, чим дитина хоче поділитися; уважно поставитися до непорозумінь у відносинах з однокласниками; обговорити і, можливо, підказати варіанти реагування на жарти, обзивання, підбурення;

- відрефлексувати, які питання звучать після повернення додому, які цінності і тривоги транслиються дитині у вільному спілкуванні:

1. Цінності пізнання, розвитку, подолання:

- Що нового ти сьогодні дізнався?
- Чому навчився?
- Що особливо сподобалося на уроках?
- З чим найважче було впоратися?

2. Оцінка, престиж:

- Яку оцінку отримав?
- Тебе сьогодні не сварили?
- А хто ще в класі отримав п'ятірку?

3. Побутові умови:

- Що давали на сніданок?
- Чи не дує з вікна?

Протягом перших шкільних років важливо сприяти виникненню і розвитку у дитини *внутрішньої пізнавальної мотивації*: справжнього інтересу до предмета вивчення, прагнення до самовдосконалення.

Надаючи допомогу дитині у вирішенні однієї з основних завдань молодшої школи – формування вміння вчитися, треба звернути його увагу на виділення навчального завдання (що саме необхідно освоїти), на використання відповідних навчальних дій (способів, методів розуміння і заучування), становлення навичок планування, самоконтролю і самооцінки.

Необхідно при цьому не пред'являти завищених вимог, не чекати швидких результатів. Найголовніше – уникати зайвої центрированності сім'ї тільки на шкільному аспекті життя дитини, не зводити своє ставлення до нього з точки зору успіхів у навчанні; зберігати і підтримувати почуття безумовної любові і прийняття. Контролюючи виконання домашніх завдань, батьки не повинні випустити пізнавальні інтереси і захоплення дитини, впливати на коло читання і вибір телепередач.

6. ВЗАЄМИНИ БАТЬКІВ З ПІДЛІТКАМИ

Підлітковий період вимагає особливої уваги батьків до тих змін, які відбуваються зі зростаючою дитиною, величезного терпіння, виваженості, вміння бачити позитивне і справжнє в зухвалій поведінці підлітка, гнучкості їх педагогічної тактики. Батько повинен враховувати складність підліткового періоду і для самого підлітка, нестійкість його фізичного стану, настрою і самопочуття, вразливість і неадекватність реакцій, характерні для етапу гормональної перебудови організму.

Батьки повинні пам'ятати про такі **головні аспекти розвитку в перехідний період**, як (О.Є. Лічко, 1985):

– нерівномірність фізичного та фізіологічного розвитку підлітків та можливість хворобливих переживань через затримку або надто стрімку зміну пропорцій тіла;

– підвищена чутливість підлітка щодо змін власної зовнішності, фізичного вигляду, яка вимагає коректності та обережності у висловлюваннях з цього приводу;

– яскраво виражена потреба підлітка бути значущим в очах однолітків, утвердитися серед них;

– часті відхилення самооцінки та рівня домагань у бік надмірного заниження або завищення;

– схильність до невмотивованого ризику, неадекватного реагування (аж до спроб суїциду) зі, здавалося б, незначних приводів, невміння передбачити наслідки своїх вчинків;

– підвищена ймовірність загострення або виникнення патологічних реакцій, психічних захворювань (саме в цей період найбільш часто маніфестує, наприклад, шизофренія).

Від батьків вимагається готовність гідно оцінити прояви нових, цінних «дорослих» якостей підлітка – емпатійне ставлення, прагнення розділити переживання членів сім'ї, тенденції допомогти, підтримати. Необхідно сприяти формуванню нового рівня самосвідомості (Я – дорослий, я – не дитина) та підтримати інтерес підлітка до власної особистості, спрямованість на самопізнання (О.Є. Лічко, 1985).

Позитивні зміни потребувально-мотиваційної та ціннісної сфер (зростання вибірковості в стосунках, пошук стрижневих особистісних інтересів) можуть супроводжуватися суперечливими вчинками, конфліктами з вчителями, батьками, однолітками, зміною занять (О.Є. Лічко, 1985).

Для підлітків першорядне значення мають не декларовані принципи, а реальні моделі побудови життя в сім'ї батьків, які обираються ними як стратегії подолання труднощів (уникнення, компроміс, співробітництво), способи заробляння і витрачання грошей.

Зразки поведінки матері або батька небайдужі для підлітка, хоча їх вплив може бути не тільки прямим, наприклад у формі запозичення, але і за принципом «негативного наслідування» (наприклад, син батька, який зловживає алкоголем, вибирає тверезість як життєву позицію) (О.Є. Лічко, 1985).

Визнати нові потреби і нові здібності підростаючих дітей на словах нескладно, але набагато важче відмовитися від «дитячих» форм контролю, підібрати взаємоприйнятні нові способи.

Передача відповідальності та свободи дій, «розширення рамок» дозволеної поведінки – реальне визнання дорослішання підлітка, очікуване ним від батьків. Відкритості у взаєминах з підлітком не можна домогтися силою, її можна тільки заслужити (О.Є. Лічко, 1985).

У сучасних складних соціально-економічних умовах спостерігаються нові негативні тенденції щодо ставлення дорослих до підлітків: вони стали сприйматися більш дорослими, ніж є насправді. Та й самі підлітки нерідко поблажливо-зневажливо ставляться до батьків (особливо, коли ті не надто успішні в соціальному житті, професії, зароблянні грошей).

Поступово, з ростом здатності підлітка до інтелектуальної та особистісної рефлексії, характеристики сімейної взаємодії (розподіл ролей, правила, ієрархія, сценарії поведінки, типи санкцій та ін.) стають усвідомлюваними і оцінюються.

7. ВЗАЄМИНИ БАТЬКІВ З МОЛОДИМИ ДОРΟΣЛИМИ ДІТЬМИ

Серйозні зміни в батьківсько-дитячих стосунках відбуваються в **юнацькому віці**, коли в міру психофізіологічного росту, інтелектуального, психосексуального, особистісного розвитку молода людина отримує можливість критично переосмислити свою роль в сім'ї, взаємини з батьками (Криттенден І.І., 2002).

Подальший нормативний психічний розвиток молодих людей у напрямі успішної адаптації до соціального середовища, самореалізації в сфері ділових та інтимних відносин вимагає збільшення психологічної дистанції з батьками при збереженні емоційної близькості. Цей період сепарації, відокремлення молоді називають іноді часом «виривання коренів» з батьківської сім'ї (з більшим чи меншим ступенем готовності приймати зростаючу незалежність дітей).

Соціальна ситуація «порогу дорослого життя» ставить перед юнаком (дівчиною) найскладніші, в прямому сенсі доленосні, питання професійного і соціального самовизначення.

Однак, далеко не всі випускники школи усвідомлюють значущість моменту, тому направити їх роздуми в потрібне русло, спонукати придивитися до того, які є професії, – першорядна турбота батьків. Важливо звернути увагу на співвідношення індивідуальності молодої людини і вимог професії; орієнтувати його на розробку життєвого плану, що включає не тільки мету, але і способи, шляхи її реалізації, об'єктивні і суб'єктивні ресурси, які для цього знадобляться (Смірнова О. О., Радева Р., 1999).

Молоді люди як і раніше гостро потребують в контактах з дорослими, більш досвідченими людьми.

Особливо нагальною є потреба в неформальному, нерегламентованому, довірчому спілкуванні з авторитетним старшим при визначенні перспектив майбутнього, обговоренні моральних проблем (мета і спосіб життя, борг, любов, заміжжя, вірність, зрада та ін.). Діалог старших і молодших може тривати лише на основі взаємоповаги, довіри і рівності.

При цьому батьки не повинні бути надмірно наполегливі у відстоюванні своєї думки щодо майбутнього сина чи дочки. У динамічних умовах життя сучасного суспільства старші не можуть бути абсолютно впевнені в правильності свого розуміння ситуації. Остаточний вибір повинен бути зроблений молодою людиною самостійно (Смірнова О. О., Радева Р., 1999).

Для батьків настає підготовка до нового періоду життя, пов'язаного з відривом підростаючої дитини від сім'ї, її вступом в реальну дорослість.

Необхідно заздалегідь готувати себе до нової ситуації «спорожнілого гнізда», коли подружні стосунки піддаються певній перевірці, виникає шанс їх поновлення або ж небезпека розчарування.

Спільність інтересів подружжя, активна участь у професійному, громадському та культурному житті не дозволяють життю сім'ї стати нудним, безбарвним, коли діти виростуть (Смірнова О. О., Радева Р., 1999).

Відносини з дітьми все більше втрачають ієрархічний характер, стають взаємодією між дорослими, рівними людьми. Цей процес може пройти з меншими ускладненнями, якщо батьки налаштовані на прийняття змін, своєчасно заохочують прагнення сина / дочки до самостійності і реального просування в цьому напрямку.

Іноді перехід до відносин взаємної рівності відбувається в тривалій боротьбі батьків і дітей, перемежовується періодами віддалення, навіть розриву, поки обидві сторони не зможуть реалістично прийняти свої позиції.

Дорослість дітей не завжди супроводжується відходом з рідного дому. Часто, навпаки, родина збільшується за рахунок нових членів, які прийшли в неї через шлюбні зв'язки.

Створення доброзичливої обстановки для всієї розширеної сім'ї або хороших відносин між власною родиною і родиною дорослої дитини, повага самостійності та індивідуальності обох сімей – ось, мабуть, ті проблеми, над вирішенням яких б'ються самі люди і численні фахівці (Смірнова О. О., Радева Р., 1999).

Дорослі діти давно стали батьками самі, глибоко в душі несуть надію на те, що в будь-яких життєвих ситуаціях вони завжди отримають розраду і допомогу під батьківським дахом. Однак лише ті батьки, які не перетворилися в рабів і слуг своїх дітей, а що відбулися, які реалізували себе як особистості, живуть власним повнокровним життям, зможуть довгі роки бути моральною опорою своїх дітей, незамінними і душевно близькими людьми (Смірнова О. О., Радева Р., 1999).

8. ДОРОСЛІ ДІТИ І ЇХ ЛІТНІ БАТЬКИ

У сучасній психології поняття «дитячо-батьківські відносини» охоплює різні періоди життя людини і сім'ї. Поки у дітей живі батьки можна говорити про характеристики та особливості їх взаємовідносин.

Взаємовідносини з батьками залишаються одними з найважливіших контактів дорослої людини. Як і в багатьох інших країнах, нові покоління дітей все раніше залишають батьківський дім, причому в останні роки це все частіше збігається зі вступом у формальний або неформальний партнерський союз, зі створенням власної сім'ї. Але розставання з батьками не веде до розриву зв'язків із ними.

Внутрісімейна підтримка сьогодні дуже поширена. Приводами для зустрічей з батьками є потреба в спілкуванні і взаємна емоційна підтримка. Крім того, існує об'єктивна необхідність у взаємообміні грошима або продуктами, в допомозі в роботі по дому, догляді за дітьми або літніми людьми.

Відносини між батьками і дітьми можуть нагадувати обмін, сильно розтягнутий у часі. Чим більше емоційної підтримки та іншої допомоги від батьків було отримано в дитинстві, тим більш ймовірні особисті контакти дітей, що стали дорослими, і батьків.

Навпаки, недоотримання дитиною уваги і підтримки від батьків в більш ранньому віці веде до меншої віддачі тих же ресурсів у зворотному напрямку через роки. Так, діти, що виховувалися одним із батьків (переважно матір'ю), з відсутнім батьком (батьком) бачаться згодом набагато рідше. Аналогічно діти, які дуже рано покинули рідну домівку, рідше зустрічаються з батьками, ніж ті, хто відокремився від них пізніше (Шахматов Н. Ф., 1996).

Спостерігаються два піки спілкування та зустрічей дітей з обома батьками (Шаповаленко І. В., 1999):

перший пік спілкування:	другий пік спілкування:
припадає на вік дітей 25-39 років, коли у респондентів з'являються власні діти. Особливо помітно інтенсивність зустрічей дорослих дітей з батьками збільшується в період дитинства і раннього дитинства їх дітей.	припадає на вік дітей 50-59 років, коли їхні батьки переступають 70-75-річний рубіж. При цьому жінки старше 50 років бачать батьків навіть частіше, ніж 25-39-річні.
У цьому випадку зустрічі швидше необхідні дітям (батьки надають допомогу по догляду за онуками).	У цьому випадку зустрічі швидше необхідні батькам (тепер діти надають допомогу і догляд).

Старіння батьків ставить нові питання перед їхніми дітьми. Наприклад, у старіючих батьків можуть проявитися своєрідні емоційні зміни. Психіатри називають їх віковими афективними реакціями.

Дуже часті депресивні та іпохондричні тенденції, які, однак, не посилюються, а навпаки, поступово, але в міру старіння, згладжуються. Буває, що виникають ідеї про утиск (наприклад, з боку одного з членів сім'ї) або вигадки «з гордовитими ідеями власної значущості», як називають цей симптом клініцисти. Ці одиничні афективні спотворення створюють досить складну сімейну ситуацію, до якої діти повинні так чи інакше пристосуватися і навчитися спілкуватися з батьками по-новому, зберігаючи повагу і турботу (Шаповаленко І. В., 1999).

Діти часто дуже гостро переживають старіння батьків. Як впоратися з віялом негативних почуттів: занепокоєнням, сумом, подивом, іноді відторгненням, недовірою, подразненням, з почуттям провини і жалю? Іноді діти, не витримуючи болісну для себе ситуацію співчуття, прагнучи знизити емоційне напруження, починають поглиблено вивчати медичну і психологічну літературу про літній вік, використовуючи захисний механізм інтелектуалізації (Шахматов Н. Ф., 1996).

Окремий аспект – це *«примірювання» ситуації старіння на себе*, коли дорослі діти відчувають розгубленість і страх смерті. Цей екзистенціальний виклик може мати і позитивне вирішення, що виражається в прийнятті неминучого і перегляд життєвої позиції в бік більшої гнучкості, вміння радіти життю «тут і зараз» (Шаповаленко І. В., 1999).

У будь-якому випадку, коли старші члени родини перестають грати в ній колишню роль, стають безпорадними і вимагають до себе посиленої уваги, прагнення людей (часом неусвідомлене) законсервувати ситуацію та сімейну структуру або відігравати застарілі конфлікти може призвести до дуже сумних результатів, руйнівних для сім'ї.

Важливо розуміти, що старіння батьків – це не тільки частина їх життєвого циклу, але і частина життєвого циклу сім'ї. У цьому сенсі ситуація старіючих батьків нормальна, з нею так чи інакше стикається кожна сім'я. Гнучкість, відкритість, перерозподіл обов'язків між молодшими членами сім'ї допоможуть подолати цю кризу, інакше сім'я перестане існувати (Шаповаленко І. В., 1999).

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Особливості формування батьківської позиції в період очікування дитини.
2. Характеристика дитячо-батьківських відносин в період новонародження та дитинства.
3. Характеристика дитячо-батьківських відносин в період раннього дитинства.
4. Характеристика дитячо-батьківських відносин в період дошкільного віку.
5. Характеристика дитячо-батьківських відносин в молодшому шкільному віці.
6. Характеристика взаємин батьків з підлітками.
7. Характеристика взаємин батьків з молодими дорослими дітьми

Тестові завдання для перевірки знань:

1. Згідно з результатами Мері Ейнсуорт, у ході полуструктурованого інтерв'ю дорослі люди, які в дитинстві встановлювали ... тип прив'язаності, коливаються і плутаються стосовно дитячого досвіду, стосунки з батьками в її описі сповнені або пасивністю, або агресією; батьки зображуються не як люблячі, але як дуже залучені в процес виховання дитини:

- а) надійний автономний;
- б) ненадійний дистанційований;
- в) тривожний;
- г) амбівалентний.

2. У спостереженнях Мері Ейнсуорт за немовлятами під час розлуки з матір'ю ... демонстрували крайній рівень хвилювання, коли мати залишала кімнату, і суперечливу і непослідовну поведінку після її повернення:

- а) прив'язані;
- б) невпевнені уникаючі;
- в) невпевнені амбівалентні;
- г) дезорганізовані.

Тематика доповідей та рефератів:

1. Особливості підліткового віку.
2. Особливості юнацького віку.
3. Особливості відносин дітей до літніх батьків.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом

1. Намалюйте наочно-структурну схему психологічних механізмів впливу бутків на підлітків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Брутмай В. И., Радионова М. С. Формирование привязанности матери к ребенку период беременности // Вопр. психологии. 1997. № 7. С. 38—47.
2. Вишневикий А. Г. Похвала старению // Отечественные записки. 2005. № 3. URL: <http://www.strana-oz.ru/2005/3/pohvala-stareniyu>.
3. Ворошнина О. Р. Психологическая коррекция депривированного материнства. Дис. Канд. психол. н. специальность 19.00.07., М. 1998
4. Голофаст В. Б. Социология семьи. Статьи разных лет. СПб.: Алетейя, 2006.
5. Илардо Длс. Л. Когда родители стареют: психологическое и практическое руководство / Д. Белокрыльцева // Отечественные записки. 2005. № 3. С. 184—196.
6. Краснова О. В. Социальная и личностная идентичность в позднем возрасте // Психология зрелости и старения. 2005. № 3. С. 14—45.
7. Криттенден П. Трансформация отношений привязанности в юности // Журн. практ. психологии и психоанализа. 2002. № 1 (март). С. 13—38.
8. Лашмейер Матейчек. Психическая депривация в детском возрасте. Прага : АВИ-ЦЕНУМ, 1984.
9. Ле Шап Э. Когда ваш ребенок сводит вас с ума. М.: Прайм-Еврознак, 2006.
10. Личко А. Е. Подростковая психиатрия. Л.: Медицина, 1985.
11. Мид М. Культура и мир детства. М.: Наука, 1988.

12. Молчанова О. П. Специфика Я-концепции в позднем возрасте и проблема психологического витоукта // Мир психологии. 1999. № 2. С. 133—141.
13. Паркинсон С. // Законы Паркинсона. М.: Прогресс, 1989. С. 406—407.
14. Радионова М. С. Динамика переживания женщиной кризиса отказа от ребенка : авто-реф. дис.... канд. исихол. наук. М., 1997.
15. Спиваковская А. С. Как быть родителями.
16. Смирнова Е. О., Радева Р. Развитие теории привязанности (по материалам работ П. Криттенден) // Вопр. психологии. 1999. № 1. С. 52—68.
17. Синявская О., Гладникова Е. Взрослые дети и их родители: интенсивность контактов. URL: <http://demoscope.ru/weekly/2007/0287/temaO1.php>.
18. Шаповаленко И. В. Социальная ситуация развития в пожилом возрасте // Психология зрелости и старения. 1999. № 6. Лето. С. 27—40.
19. Шахматов Н. Ф. Психическое старение. М.: Медицина, 1996.
20. Филиппова Г. Г. Психология материнства : учеб, пособие. М. : Над-во Ин-та психотерапии, 2002.
21. Ялом И. Мамочка и смысл жизни. Психотерапевтические истории; пер. с англ. Е. Филиной. М.: Эксмо-Пресс, 2002.



ГЛАВА 10. ВПЛИВ БАТЬКІВСЬКОГО СТАВЛЕННЯ НА РОЗВИТОК ДИТИНИ

План:

1. Поняття і типи батьківського ставлення.
2. Поняття і типи сімейного виховання.
3. Поняття, структура і основні ознаки батьківської позиції.
4. Фактори порушення емоційно-особистісного розвитку дитини.
5. Психологічна підтримка дитини.

1. ПОНЯТТЯ І ТИПИ БАТЬКІВСЬКОГО СТАВЛЕННЯ

Феномен батьківських відносин досліджувався в роботах О.О. Бодалева, А.Я. Варги, В.В. Століна, Е.Т. Соколової, Н. Штірмана, С. Броді та ін.

Вітчизняні дослідники А.Я. Варга і В.В. Столін (1989) визначають **батьківське ставлення** як систему різноманітних почуттів по відношенню до дитини, поведінкових стереотипів, що практикуються в спілкуванні з нею, особливості сприйняття і розуміння характеру й особистості дитини, її вчинків.

Ними розроблений тест-опитувальник батьківського ставлення (ОРО), який складається з 5-ти шкал, що відображають різне ставлення до дитини.

Наведемо коротку характеристику шкал опитувальника і відповідно **типів батьківського ставлення**:

«Прийняття-відкидання»	Шкала відображає емоційне ставлення до дитини і включає два типи: прийняття та відкидання. Якщо виражене прийняття , то дитина подобається батькам такою, якою вона є, батьки поважають індивідуальність дитини. При відкиданні батьки не приймають дитину в усіх її проявах, не довіряють дитині, відчувають до неї різні негативні почуття: роздратування, злість, досаду, образу та ін., не поважають її особистість.
«Кооперація»	При прагненні до кооперації батьки зацікавлені у справах і планах дитини, намагаються бути з нею на рівних, заохочують ініціативу і самостійність дитини, довіряють їй.
«Симбіоз»	Означає, що батьки (о) відчувають себе з дитиною єдиним цілим, прагнуть задовольнити всі її потреби і захистити від життєвих труднощів. Батьки постійно відчувають тривогу за дитину, сприймають її маленькою і беззахисною.
«Авторитарна гіперсоціалізація»	Відображає авторитарний тип батьківського ставлення. При такому ставленні батьки вимагають від дитини беззастережного послуху, дисципліни. Батьки не в змозі стати на точку зору дитини. Пильно стежать за соціальними досягненнями дитини, її думками і почуттями; тобто все під контролем дорослого.

<p>«Маленький невдаха»</p>	<p>Ставлення до дитини як до невдахи відображає прагнення інфантилізувати дитину, приписати їй особисту й соціальну неспроможність. Дитина уявляється неуспішною і відкритою для поганого впливу. У зв'язку з цим батьки прагнуть контролювати її дії.</p>
-----------------------------------	--

А.В. Петровський (1981) розглядає такі **типи батьківського ставлення**: *диктат, опіку, конфронтацію, мирне співіснування на основі невтручання, співпраця.*

<p>Саготовська Л.Г. (1971) виділяє шість типів батьківського ставлення:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Надзвичайно упереджене ставлення: діти – головне в житті. 2. Байдуже ставлення. 3.Егоїстичне відношення: дитина – основна робоча сила сім'ї. 4. Ставлення до дитини як до об'єкта виховання, без урахування особливостей її особистості. 5. Ставлення до дитини як до перешкоди. 6. Повага до дитини в поєднанні з покладанням на неї обов'язків.
--

<p>Психотерапевт Н. Штірман (2001) виділяє три типи батьківського ставлення до дітей хворих на психосоматичні розлади:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Зв'язування» – цей тип відносин передбачає жорстке, стереотипне спілкування, відсутність гнучкості у взаєминах з дітьми. 2. «Заперечення» – при такому типі ставлення дитину не приймають у всіх проявах, що призводить до зайвої автономності дитини і, можливо, навіть до аутизму. 3. «Делегування» – при цьому типі ставлення батьки делегують дитині свої нереалізовані плани, переміщують на неї свої нездійснені надії, маніпулюють дитиною як продовженням свого «Я». Справжні досягнення дітей при цьому ігноруються.
--

<p style="text-align: center;">ТИПИ БАТЬКІВСЬКИХ ПОЗИЦІЙ:</p> <p>1. Батьки, які надмірно оберігають. Цей тип виховання характеризується перебільшеною, дріб'язковою турботою про дітей. Дітям не надається можливість самостійно приймати рішення, самостійно діяти, справлятися з труднощами, долати перешкоди (Короленко Ц.П., Донских Г.А., 1990). Батьки проявляють постійну гіперопіку дитини – обмежують її соціальні контакти, дають поради і пропозиції (Нещерет Т.В., 1980). Зустрічаючись з труднощами в реальному житті, не маючи необхідних навичок їх подолання, діти, які вирости, терплять невдачі, поразки, які призводять до появи почуття невпевненості в собі та виражаються в заниженій самооцінці, невпевненості у своїх здібностях, страху перед будь-якими труднощами в житті (Гарбузов В.І., 1990).</p> <p>2. Гіперсоціальна вимоглива позиція. У цьому випадку від дітей вимагають порядку, дисципліни, чіткого виконання своїх обов'язків. Вимоги, що пред'являються дитині, надмірно високі, їх виконання пов'язане з максимальною мобілізацією всіх її можливостей, розумових або фізичних. Досягнення успіху стає самоціллю, страждають духовний розвиток, формування гуманістичних цінностей (Короленко Ц.П., Донских Г.А., 1990).</p>

Добровіч А.Б. (1987) описує варіант такої батьківської позиції як нав'язування дитині ролі «паїньки»: це вихована, слухняна дитина, від якої чекають, перш за все, дотримання пристойності.

Куперсміт у своєму дослідженні «Передумови самооцінки» показав, що низька самооцінка тісно пов'язана саме з подібною батьківською позицією, а саме зі спробами батьків сформувати у дитини здатність до акомодатії. Вони вимагають від дітей, перш за все, слухняності, вміння підлаштуватися до інших людей, залежності від дорослого в повсякденному житті, охайності, безконфліктної взаємодії з однолітками.

Захаров А.І. (1992) так описує цей тип батьківської позиції: це виховання, яке має занадто правильний характер. Йому притаманні елементи деякої формальності у відносинах з дітьми, недолік емоційного контакту. Батьки не враховують своєрідності особистості дитини, її вікові потреби та інтереси (А.І. Захаров, 1992).

Таке ставлення батьків до своєї дитини призводить до того, що вона буде виконувати ті чи інші соціальні норми тільки зі страху перед покаранням, засудженням з боку батьків. А в їх відсутність дозволятиме собі вчинки, що детерміновані егоїстичними інтересами. Іншими словами, ***подібна батьківська позиція сприятиме розвитку лукавства, формуванню зовнішньої вихованості, без особистісного прийняття моральних законів поведінки.***

3. Дратівливі, емоційно лабільні батьки. Основною рисою даної батьківської позиції є суперечливість їх емоцій по відношенню до дитини. Суперечливість у відносинах з дітьми представлена різними, часто взаємовиключними сторонами: афективність і гіперопіка уживаються з недостатньою емоційною чуйністю; тривожність – з домінантністю, завищені вимоги – з батьківською безпорадністю (А.І. Захаров, 1992). Руйнівним моментом тут є різкий безпричинний перепад в настрої батьків, дитина не розуміє, що від неї вимагають, не знає, як себе поводити, щоб заслужити схвалення батьків. В результаті у дитини з'являється почуття невпевненості та незахищеності. Всі ці фактори перешкоджають засвоєнню моральних норм та їх реалізації в поведінці.

4. Авторитарні батьки. Такі батьки більше покладаються на строгість і покарання, рідко спілкуються з дітьми. Д. Баумрінд (Ripple R.E., Biehler R.F., 1982) назвала таку модель поведінки батьків «владною», оскільки вони жорстко контролюють дітей, легко застосовують владу, не спонукають дітей висловлювати власну думку. А.Б. Добровіч (1987) наводить декілька ролей, які можуть бути нав'язані такими батьками. Це роль «цапа-відбувайла», роль «забитого» і роль «попелюшки». А.І. Захаров (1992) позначає таку позицію батьків як «домінантність» і описує її наступним чином: беззастережне приречення дорослими будь-якої власної точки зору дитини, категоричність суджень, наказовий тон, прагнення підпорядкувати дитину, використання репресивних заходів, постійний контроль за діями дитини, особливо за її спробами щось робити по-своєму.

В.П. Левкович (1987) позначає подібну батьківську позицію як наказовий стиль спілкування, який включає в себе безапеляційний тон, вимогу беззаперечної слухняності, прискіпливість, нудні нотації і докори, різкість, залякування. Подібний стиль спілкування призводить до дефіциту позитивних емоційних компонентів міжособистісних стосунків у сім'ї, формує у дітей негативні якості: брехливість, скритність, озлобленість, жорстокість, безініціативність або протест і повне неприйняття авторитету батьків.

Т. Адорно (1973) розробив **концепцію авторитарної особистості, механізми її формування, виділив її ознаки**. До останніх, серед інших, він відносить:

1. Побудова міжособистісних відносин на основі статусу, влади, престижу та ін., а не емоційної прихильності.

2. Прагнення розглядати дітей як свою власність, звідси прагнення переробити їх у рамках своїх цінностей.

3. Ідеалізоване уявлення про самого себе (установка: «Я завжди правий!»).

4. Недооцінка позитивних якостей і здібностей дитини.

При цьому всі автори сходяться в тому, що така батьківська позиція, такий стиль виховання призводить до формування у дитини невпевненості в собі, замкнутості, підозрливості. Дитина виростає приниженою, заздрісною, несамостійною.

5. **Батьки, які ухиляються, дратівливі батьки**. Дитина для таких батьків – головна перешкода, яка постійно заважає. Якщо скористатися поняттям А.Б. Добровича (1987), дитині нав'язують роль «жахливої дитини», що створює лише клопіт і напружені ситуації. На думку батька, дитина неслухняна, свавільна. Діти в такій обстановці виростають замкненими, нездатними на чому-небудь зосередитися, старанними, але при цьому жадібними, злопам'ятними, жорстокими.

6. **Відсутність виховання як такого**. Діти представлені самі собі. Найчастіше це зустрічається в сім'ях, де один або обоє батьків страждають алкоголізмом. М. Земська (1986) позначає дану батьківську позицію як позицію ухилення, при якій контакти з дитиною носять випадковий і рідкісний характер; їй надається повна свобода і безконтрольність. Якщо говорити про моральне виховання, то його в даному випадку здійснює хто завгодно, тільки не такі батьки.

7. **Ліберальні батьки**. Д. Баумрінд (1982) характеризує таких батьків у такий спосіб: поблажливі, невибагливі, неорганізовані, не заохочують дітей, відносно рідко і мляво роблять їм зауваження, не звертають уваги на виховання незалежності дитини та її впевненості в собі.

За даними Куперсмита, батьки, що займають прихильницьку, поблажливу позицію, мають низький рівень домагань, а їхні діти мають середню самооцінку, при цьому орієнтуються на думку інших про себе.

У таких сім'ях батьки апелюють до самостійності дитини («Ти вже великий»), але насправді ця псевдоучасть є відмовою від допомоги в критичних ситуаціях. Емоційні відносини між батьками і дітьми, як правило, нещирі.

7. **Гіпертрофована батьківська любов**. Виражається в зниженні критичності і вимогливості батьків у взаєминах з дітьми, коли батьки не тільки не помічають недоліки дитини, а й приписують їй неіснуючі гідності. В результаті у дитини, яка не отримує в процесі спілкування з батьками критичної оцінки своїх особистісних якостей і вчинків, розвивається завищена самооцінка (Короленко Ц.П., Донських Г.А. 1990).

А.Б. Добрович (1987) виділяє ролі, що підкреслюють цінність дитини для сім'ї. «Кумир сім'ї» – дитина викликає загальне захоплення домашніх, як би вона себе не поводи́ла. На цю роль схожа і інша – «мамин (татусів, бабусин ...) скарб», але в даному випадку дитина є не загальним, а чийось особистим кумиром.

Дитина росте в такій родині, вимагаючи до себе постійної уваги, прагнучи бути на виду, вона звикає думати тільки про себе. Може зрости навіть антисоціальною, аморальною особистістю, яка не знає заборон, для якої нічого недозволеного немає.

8. Авторитетні батьки. За даними Д. Баумрінд (1982), такі батьки ставляться до своїх дітей ніжно, з теплотою і розумінням, багато з ними спілкуються, контролюють дітей, вимагають усвідомленої поведінки. І хоча батьки прислухаються до думки дітей, поважають їх незалежність, вони не виходять тільки з бажань дітей, дотримуються своїх правил, прямо і ясно пояснюючи мотиви своїх вимог. Діти в таких сім'ях володіють багатьма корисними якостями: у них високий рівень незалежності, зрілості, впевненості в собі, активності, стриманості, допитливості, дружелюбності та вміння розбиратися в навколишньому середовищі.

А. Болдуін (1982), позначивши дану батьківську позицію як контролюючий стиль виховання, характеризує її таким чином: цей стиль виховання включає значні обмеження поведінки дитини, чітке і ясне роз'яснення дитині сенсу обмежень, відсутність розбіжностей між батьками і дітьми з приводу дисциплінарних заходів.

9. Демократичні батьки. Ця модель поведінки батьків подібна до попередньої за всіма ознаками, крім контролю, оскільки не відкидаючи його, батьки рідко користуються ним. Діти просто вчиняють так, як того бажають батьки, без всякого видимого натиску (Кемпбелл Р., 2000).

А. Болдуін (1982) характеризує цю позицію наступними параметрами: високий рівень вербального спілкування між дітьми і батьками, включення дітей в обговорення сімейних проблем з урахуванням їх думки, готовність батьків прийти на допомогу, з одночасною вірою в успіх самостійної діяльності дитини.

Батьківські позиції 9 і 10 (авторитетні і демократичні батьки) є найбільш оптимальними.

Їм характерна взаємна інформованість батьків і дітей, батьки і діти адекватно представляють особистісні особливості один одного, позитивні міжособистісні відносини, засновані на співпереживанні, доброзичливості, делікатності і т.д. (Крайг Г., 2002). Ці позиції створюють сприятливі умови для морального розвитку дитини.

Ці дві позиції можна розглядати як єдину, яка реалізується і видозмінюється разом з дорослішанням дитини: у міру зростання дитини, набуття нею самостійності, досвіду поведінки в тих чи інших ситуаціях, аналізу наслідків своїх вчинків, батьки мають можливість все менше контролювати її поведінку, поступово передаючи самій дитині відповідальність за свої рішення і вчинки. І якщо авторитетний батько – це, скоріше, батько дитини дошкільного віку, то демократичний – батько дитини, яка входить в підлітковий вік.

Необхідно відзначити, що з віком дитини змінюється ступінь контролю за її поведінкою з боку батьків, а любов, повага, довіра, залишаються на колишньому високому рівні протягом усього періоду виховання дитини, спілкування з нею.

За даними Куперсміта діти в таких сім'ях мають високу самооцінку. Сім'я згуртована, певне коло сімейних питань вирішується спільно, сімейне виховання несе в собі дисциплінуючий початок.

А.Б. Добровіч (1987), в свою чергу, відзначає, що така родина не пропонує дитині тільки певні, фіксовані ролі. Через всі ролі дитина проходить, але не застрягає ні на одній з них, оскільки ніхто її до цього не змушує. Нормальна сім'я пропонує дитині не тільки розумний «рольовий репертуар», а й соціальні і ціннісні орієнтації, зразки для наслідування, тобто, все те, що сприяє формуванню гармонійного характеру.

2. ПОНЯТТЯ І ТИПИ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ

На думку В.М. Мініярова (2000), під **стилем (типом) сімейного виховання** слід розуміти найбільш характерні типи і способи ставлень батьків до дитини, які застосовують певні засоби й методи педагогічного впливу.

Можуть бути виділені чотири найбільш загальні тактики виховання в сім'ї і відповідають їм 4 **типи сімейних взаємин**:

диктат	опіка	невтручання	співробітництво
---------------	--------------	--------------------	------------------------

Диктат	<p>у родині виявляється в систематичному придушенні одними членами сім'ї (здебільшого дорослими) ініціативи та почуття власної гідності інших її членів. Батьки, зрозуміло, можуть і повинні висувати вимоги до своєї дитини, виходячи з цілей виховання, норм моралі, конкретних ситуацій, в яких необхідно приймати педагогічно і морально виправдані рішення.</p> <p>Однак ті з них, які віддають перевагу таким видам впливу як наказ та насильство, бажають затвердити власну перевагу на відчутті залежності іншої, більш слабкої істоти. Вони зіштовхуються з опором дитини, яка відповідає на натиск, примус, погрози своїми діями: лицемірством, обманом, спалахами гніву, а іноді відвертою ненавистю. Але навіть якщо опір виявляється зломленим, разом з ним виявляються зламаними і багато цінних якостей особистості, таких як: самостійність, почуття власної гідності, ініціативність, віра в себе і в свої можливості.</p> <p>Безоглядна авторитарність батьків, ігнорування інтересів і думок дитини, придушення, примус, а в разі опору дитини часом ще й емоційне або фізичне насильство над нею, знуцання, систематичне позбавлення її права голосу при вирішенні питань, які до неї відносяться, – все це гарантія серйозних невдач у формуванні у особистості дитини.</p>
Опіка	<p>в родині – це система відносин, при яких батьки, забезпечуючи своєю працею задоволення всіх потреб дитини, захищають її від будь-яких турбот, зусиль і труднощів, приймаючи їх на себе. Саме такі діти стають непристосованими до життя в колективі, у дітей відсутня самостійність, ініціатива, вони так чи інакше відсторонені від вирішення загальних проблем сім'ї.</p>
Невтручання	<p>– це система міжособистісних відносин у родині, яка будується на визнанні можливості і навіть доцільності незалежного існування дорослих від дітей.</p> <p>Найчастіше в основі цього пасивного типу взаємин батьків, як вихователів, лежить їх емоційна холодність, байдужість, невміння і небажання вчитися бути батьками.</p>
Співпраця	<p>передбачає обумовленість міжособистісних стосунків у сім'ї загальними цілями і завданнями спільної діяльності, її організацією. Саме в цій ситуації долається егоїстичний індивідуалізм дитини. Така сім'я стає групою високого рівня розвитку – колективом.</p>

В.І. Гарбузов (1989) розглядає три **типи патогенного виховання**:

1. Тип А – неприйняття (емоційне відкидання).

При даному типі дитина не приймається такою, якою вона є, її прагнуть переробити. Суть методів і засобів впливу полягають в надмірній вимогливості, жорсткому контролі або повній безконтрольності та потуранні.

2. Тип Б – гіперсоціалізоване виховання – це надмірно виражене виховання відповідно до соціальних норм, ідеалів. Такий тип виховання виникає, як правило, через підвищену тривожність й підозрілість батьків щодо соціального статусу дитини, її здоров'я та ін. Батьки приписують дитині те, що вона повинна вміти, хотіти, чого повинна досягти. В результаті у дитини з'являються різні страхи соціального плану.

Гіперсоціальне виховання впливає навіть на прояв природних властивостей темпераменту. М.М. Посисоев наводить такі результати досліджень: при такому типі виховання холерики стають педантичними; діти сангвіники і флегматики стають тривожними; діти меланхоліки – нечутливими.

3. Тип В – егоцентричне виховання. Цей тип спостерігається в сім'ях, в яких у дитини роль кумира. Дитині нав'язується думка про те, що вона представляє надцінність для інших. В результаті у дитини з'являється багато претензій до членів сім'ї і до навколишнього світу. Таке виховання може спровокувати у дитини істероїдний тип акцентуації характеру.

Як вказує В.Н. Дружинін (2000), особливо чутливий до аномалій у стилі виховання підлітковий вік. А.Е. Личко (1979) і Є.Г. Ейдемільер (2002) виділяють шість **типів сімейного виховання підлітків**. На думку дослідників, виділені типи виховання провокують або посилюють у підлітків певні акцентуації характеру.

1. Гіпопротекція (гіпоопіка).

Даний тип характеризується відсутністю необхідної турботи про дитину і недоліком контролю. Дитина представлена сама собі, переживаючи свою занедбаність. Незадоволеність потреби в батьківській любові, невключеність в життя сім'ї можуть призводити до асоціальної поведінки.

При даному типі виховання посилюються або розвиваються *конформний і нестійкий типи акцентуації характеру*.

2. Домінуюча гіперпротекція (гіперопіка).

Даний тип виховання проявляється в нав'язливій турботі, надмірній опіці, ретельному контролі, заборонах. У дитини придушується почуття відповідальності, розвивається безініціативність, невміння постояти за себе; або з'являється виражене прагнення до емансипації.

Тип виховання «домінуюча гіперпротекція» визначає наступні типи акцентуації характеру підлітка: *психастенічний, сензитивний, астено-невротичний і гіпертимно-нестійкий*.

3. Потураюча гіперпротекція.

Виявляється в прагненні задовольнити всі бажання і потреби дитини, в надмірному захопленні її мінімальними успіхами. Дитині відводиться роль кумира сім'ї, культивується її егоїзм. В результаті у дитини формується неадекватний, завищений рівень домагань, що не відповідає її можливостям.

Потураюча гіперпротекція сприяє розвитку *істероїдній акцентуації*.

4. Емоційне відкидання.

Виявляється в неприйнятті дитини у всіх її проявах, потреби її повністю ігноруються. **Виділяють наступні форми відкидання:**

1) *явне емоційне відкидання*. Наприклад, звучать фрази: ти мені набрид; не лізь до мене; піди;

2) *приховане емоційне відкидання* проявляється по-різному: у вигляді іронії, висміювання; у вигляді прагнення завуалювати реальне ставлення підвищеною турботою.

Як вважають дослідники, даний стиль виховання має найбільш негативний вплив на розвиток дитини. Емоційне відкидання впливає на розвиток наступних акцентуацій характеру у підлітків: *істероїдна; шизоїдна; сензитивна і астено-невротична акцентуації*, які сприяють розвитку відповідних психопатій.

5. Тип патогенного виховання: «жорстокі взаємовідносини».

Жорстокі взаємини з дітьми можуть проявлятися по-різному: відкрито, явно у вигляді насильства, побоїв; приховано у вигляді емоційної ворожості і холодності.

При даному типі посилюється або формуються *епілептоїдний і конформний типи акцентуації*.

6. Підвищена моральна відповідальність.

При такому стилі виховання від дитини вимагають прояву високих моральних якостей: порядності, почуття обов'язку не у відповідності з віком дитини. На дитину, незалежно від віку, покладають відповідальність за благополуччя рідних людей і турботу про них.

При такому стилі виховання *гіпертимні та епілептоїдні* риси розвиваються в лідерство і прагнення домінувати.

3. ПОНЯТТЯ, СТРУКТУРА І ОСНОВНІ ОЗНАКИ БАТЬКІВСЬКОЇ ПОЗИЦІЇ

Як вважають О.О. Бодалев і В.В. Столін (1989), батьківська позиція являє собою систему емоційного ставлення до дитини, стилю спілкування з дитиною і способів поведінки з нею. А.Я. Варга (2001) і В.А. Смахов (2002) визначають батьківську позицію як триєдність емоційного ставлення до дитини, стилю спілкування з нею і когнітивного бачення дитини (образу дитини очима батьків).

Отже, батьківська позиція визначається наступними складовими:

- 1) емоційним ставленням (прийняття-відкидання);
- 2) особливостями батьківського образу дитини;
- 3) певним стилем спілкування і способами поведінки з дитиною.

Це і є структурними компонентами батьківської позиції.

Основні ознаки батьківської позиції (О.О. Бодалев, В.В. Столін, 1989):

1. **Адекватність-неадекватність.** Ця ознака відображає ступінь орієнтованості батьків у сприйнятті індивідуальних особливостей дитини, неадекватність проявляється в приписуванні дитині неіснуючих якостей.

2. **Динамічність-ригідність.** Відображає ступінь рухливості батьківської позиції, її здатності до зміни; ступінь варіативності батьківських впливів на дитину, гнучкості в спілкуванні з нею.
3. **Прогностичність.** Характеризує здатність батьків до передбачення перспектив розвитку дитини, здатність планувати способи взаємодії з дитиною з урахуванням її розвитку.

- Найважливішою складовою батьківської позиції, як видно з її структури, є когнітивний образ дитини або образ дитини очима батька. Виділяють **глобальний і диференційований образ дитини** (Синягіна, Н.Ю., 2003, Целуйко, В.М., 2004):
1. **Глобальний образ** – відображає риси дитини даного віку, тобто вікові особливості дитини. Міра адекватності глобального образу визначається ступенем психолого-педагогічної компетентності батька і обсягом виховного досвіду. Відносно другої, третьої, четвертої та ін. дитини у батьків, як правило, виникає більш адекватний глобальний образ.
2. **Диференційований образ** – характеризує індивідуально-особистісні якості дитини (темпераментні, характерологічні та ін.). Батьківський образ дитини здійснює істотний вплив на розвиток її особистості.

- Можна виділити наступні **механізми батьківського впливу:**
1. **Механізм створення «зони найближчого розвитку» і організація співпраці в її межах.** Батьки можуть бачити дитину такою, якою вона може стати в потенціалі своїх можливостей, тобто орієнтуватися в своєму баченні на «зону найближчого розвитку» дитини.
2. **Механізм ідентифікації дитини у відповідності до образу, пропонованого батьками.** Дитина повністю ототожнює себе з пропонованим образом, хоча може йому і не відповідати (при неадекватній батьківській позиції).
3. **Механізм обумовлення.** Батько карає дитину або заохочує в залежності від того, наскільки поведінка дитини і якості, що проявляються, відповідають батьківському образу. Таким чином, батьки цілеспрямовано формують у дитини задані в образі якості і властивості.

- Несприятливий вплив на розвиток особистості дитини має феномен «містифікації». Г. Стерлін (1974) розуміє феномен «містифікації» як нав'язування дітям неадекватної системи уявлень про себе, як навіювання дітям того, ким вони є, які їхні потреби, інтереси і цінності. У психологічній літературі розглядають такі **форми містифікації:**
1. **Приписування дитині певних якостей: або позитивних, або негативних.**
 При приписуванні позитивних якостей (чуйний, добрий, обдарований), захоплене відношення у дитини може сформувати неадекватний образ Я, можуть проявлятися почуття зверхності і неповаги до оточуючих.
 При приписуванні дитині негативних якостей у неї знижується ступінь самоприйняття, з'являються почуття тривоги, невпевненості, відбувається дисгармонійний розвиток Я-концепції.
2. **Делегування.** Ця форма містифікації передбачає ставлення до дитини як до об'єкта виконання (досягнення) батьківських цілей, планів, нереалізованих самими батьками. Відбувається проєкція на дитину нездійснених власних цілей.

<p>3. Інфантилізація – ця форма містифікації відображає прагнення батьків зупинити розвиток дитини на дитячій стадії, коли дитина була слухняною, залежною і нею можна було маніпулювати. Батьки вибудовують відносини з дитиною незалежно від віку, як з маленькою; приписують дитині потреби і інтереси, властиві молодшому віку.</p>
<p>4. Інвалідизація – ця форма містифікації є примусовим знеціненням можливостей дитини, її інтересів і планів.</p> <p>Батьки розглядають дитину як недолугу, немічну; приписують їй різні хвороби або асоціальні якості.</p> <p>В основі інвалідизації можуть лежати: амбівалентне ставлення до дитини; приховане відкидання дитини; гіперопіка або фобії втрати.</p>

4. ФАКТОРИ ПОРУШЕННЯ ЕМОЦІЙНО-ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ

<p>Життя дитини в просторі проблемної сім'ї, з патогенним типом батьківського відношення і виховання, з неефективною батьківською позицією, з великою часткою ймовірності, як показують дослідження, зумовлює перетворення її в невротичну особистість. Виділяють наступні базисні риси невротичної особистості (Буянов М.І., 1988, Захаров, А.І, 1993):</p>
<p>1. Сензитивність, яка проявляється в підвищеній сприйнятливості до сигналів зовнішнього світу.</p>
<p>2. Тривожність, яка проявляється в сприйнятті світу як загрозового. У невротика багато страхів (страх оцінки, натовпу, публічного виступу тощо).</p>
<p>3. Гіперсоціальність – виявляється в надмірному почутті відповідальності, почутті обов'язку, відсутності гнучкості в міжособистісних стосунках.</p>

<p>К. Хорни виділила і описала основні невротичні потреби особистості:</p>
<p>1. Потреба в загальній любові і схваленні. Для невротика характерне бажання бути улюбленим всіма і кожним. Невротик ніколи не впевнений, що його дійсно люблять; він завжди прагне «заслужити» любов. Ця його особливість обумовлює підвищену залежність від об'єкта любові.</p>
<p>2. Потреба лідерства, домінування, владарювання.</p> <p>Дана потреба може поширюватися на всі сфери життєдіяльності, незалежно від того, чи є у особи можливості і компетентність для першості. Бажання невротика панувати супроводжується відмовою від прийняття відповідальності за тягар влади.</p>
<p>3. Потреба в публічному захопленні і визнанні.</p> <p>Знаки соціального (суспільного) захоплення і визнання стають для невротика критерієм (мірилом) його самоцінності.</p>

Існує така **закономірність невротичних потреб** – вони не насичуються, тобто вони не мають меж задоволення.

Дослідники виділяють наступні чинники (в області дитячо-батьківських і сімейних відносин), які провокують порушення емоційно-особистісного розвитку дитини та розвиток у них неврозів:

1. Особливості сімейних відносин в цілому.

2. Особистісні особливості батьків.

3. Особливості батьківського ставлення, батьківської позиції або стилю виховання.

Невротизацію дитини породжують такі особливості сімейних відносин (Захаров А.І.,1996):

1. *Інверсія подружніх і батьківських ролей*, наприклад, роль матері виконує бабуся, а роль батька – матір.

2. *Освіта в сім'ї емоційно відособлених діад* (наприклад: батько-син, бабуся-онук), а також існування ізгоїв.

3. *Несприятлива сімейна атмосфера*: високий рівень тривоги і емоційної напруженості.

4. *Тенденція відходу від вирішення сімейних проблем і конфліктів, які виникають.*

5. *Депривація потреби дитини в спілкуванні з батьками, в прийнятті та співпереживанні.*

Наступною великою групою факторів є **особистісні особливості батьків: матерів і батьків.**

До несприятливих рис особистості матерів, які обумовлюють патогенний тип батьківського відношення і виховання, відносять такі (Захаров А.І, 1996):

а) *сензитивність* – підвищена емоційна чутливість, сприйнятливості до сигналів навколишнього світу, схильність до хвилювання;

б) *афективність*, як емоційна збудливість, нестійкість настрою;

в) *тривожність* – схильність до занепокоєння з приводу і без, недостатня узгодженість почуттів і бажань;

г) *домінантність*, як прагнення відігравати провідну роль у відносинах з оточуючими;

д) *егоцентричність* – фіксація на своїй точці зору, відсутність гнучкості суджень;

е) *гіперсоціальність*, як підвищена принциповість, перебільшене почуття повинності.

Психотерапевт Захаров А.І. (1993) виділяє наступні **психологічні типи або точніше образи матерів дітей з неврозами:**

1. *«Царівна-несмеяна»*: мати, схильна до стриманості у вираженні почуттів, в прояві доброти і чуйності. Така мати не визнає дитячого галасу і веселощів, відчуває нав'язливу потребу робити зауваження, соромити, вишукувати недоліки.

2. *«Снігова королева»*: повеліває, жорстка, непохитна, внутрішньо холодна, байдужа до страждань інших.

3. *«Спляча красуня»*: мати, схильна до депресивного світовідчуття, загальмована, самозакохана, відсторонена від потреб дитини.

4. *«Унтер-Пришибєєв»*: груба, постійно командує дітьми, недовірливо ставиться до їхнього досвіду, легко дратується, часто використовує фізичні покарання.

5. **«Метушлива мати»:** непослідовна, суперечлива, навіжена, невгамовна. У своїх діях і виховних заходах кидається з однієї крайності в іншу. Будь-яку дрібницю перетворює в трагедію.

6. **«Квочка»:** мати тривожно-неспокійна. Вона супроводжує кожен крок дітей, оберігає від труднощів, прагне все зробити за дитину, а також замінити собою однолітків.

7. **«Вічна дитина»:** мати, яка так і не стала дорослою. Вона вразлива, примхлива. Дітей сприймає як тягар, а себе жертвою.

Виділені психологічні образи матерів не слід розглядати як застигли особистісні типи. Це, скоріше, певні тенденції матерів стосовно дітей.

Захаров А.І. (2000) виділяє наступні **несприятливі риси особистості батьків, що обумовлюють патогенний тип виховання:**

1. Психомоторна нестабільність та імпульсивність (на відміну від афективної нестійкості у матерів). Діти, як правило, при цьому страждають заїканням і тиками.

2. Помисливість (на відміну від тривожності у матерів).

3. Настороженість, недовірливість у контактах, залежність (на відміну від домінування в стосунках у матерів).

4. Гіперсоціальність, яка відтінена наполегливістю і впертістю, дріб'язковою пунктуальністю і педантизмом.

Виділяють наступні загальні для матерів і батьків **риси особистості, що провокують порушення емоційно-особистісного розвитку дітей:**

- недостатня впевненість у собі;
- неадекватний рівень самооцінки;
- недостатня пластичність (ригідність) в афективній і когнітивній сферах;
- виражений егоцентризм.

Виділені особистісні особливості батьків визначають неефективну батьківську позицію, забезпечують проблеми в сфері міжособистісних відносин у родині, впливають на особистісний розвиток дітей.

Дослідники виділяють також наступні **особливості батьківського ставлення і параметри неправильного виховання, що провокують порушення емоційно-особистісного розвитку дітей (Захаров А.І., 1996, 2000):**

1. **Неприйняття дитини**, яке може проявлятися в двох формах:

а) небажана дитина (передчасно з'явилася, невідповідність статі дитини очікуванням батьків);

б) неприйняття індивідуальності дитини, особливостей її характеру. В цьому випадку батько прагне змінити дитину, «переробити» її.

Неприйняття дитини може проявлятися недоліком грудного вигодовування або фізичного догляду за дитиною; передачею родичам і няням, раннім надходженням дитини в дошкільний заклад.

<p>2. Нерозуміння батьками особливостей особистісного і вікового розвитку дитини (неадекватний «батьківський образ»). Наприклад, батьки думають, що дитина «не хоче» щось робити, а вона «не може», тобто батьки в своїх вимогах не враховують реальні можливості дитини.</p>
<p>3. Невідповідність вимог і очікувань батьків можливостям і потребам дітей. Ця особливість батьківського ставлення і виховання викликає нервово-психічне перенапруження у дітей, провокує їх упертість і психомоторні розлади.</p>
<p>4. Нерівномірність ставлень батьків. Виявляється в неоднаковому інтересі до дитини в різні періоди її життя. Нестача турботи змінюється її надлишком, а надлишок нестачею, наприклад, при народженні другої дитини.</p>
<p>5. Непоследовність. Виявляється в постійно мінливих і суперечливих вимогах до дитини; в непередбачуваній зміні ставлення до дитини й прихильності до неї. Наприклад, за одні й ті ж вчинки батько може то хвалити, то карати дитину.</p>
<p>6. Неузгодженість дій батьків. Визначається різними поглядами батьків на виховання і наявністю конфліктних взаємовідносин між батьками. У результаті батьки використовують різні критерії оцінок по відношенню до дитини, суперечливі вимоги і санкції.</p>
<p>7. Негнучкість батьків у відносинах з дітьми, яка виражається:</p> <ul style="list-style-type: none"> - несвоєчасним відгуком на ситуацію дитини; - неадекватними формами реагування; - фіксацією (застряганням) на проблемах дитини та ін.
<p>8. Афективність. Батьківське ставлення відрізняється надлишком роздратування, невдоволення, нетерплячистію вимог і очікувань. Дитина стає надмірно збудливою або надмірно загальмованою і не здатною об'єктивно засвоювати вимоги батьків.</p>
<p>9. Тривожність у відносинах з дітьми виражається надмірним занепокоєнням і панікою з приводу прагнення опікати дитину, давати незліченні поради та ін.</p>
<p>10. Домінантність проявляється у:</p> <ul style="list-style-type: none"> – прагненні підпорядкувати дитину, зробити її залежною; – категоричності суджень; – використуванні примусу, репресивних заходів, включаючи фізичні покарання.
<p>11. Гіперсоціальність – проявляється в прагненні до виховання ідеальної дитини. <i>Характерні ознаки гіперсоціальності:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - надмірна вимогливість і принциповість у відносинах; - нав'язування дітям великої кількості правил і умовностей, щоб вели себе завжди бездоганно; - безпідставне моралізування: «ти нехороший, хороші хлопчики себе так не поведуть», «як тобі не соромно» і т. п.
<p>12. Нечутливість (або недостатня чуйність) батьків проявляється в несвоєчасному або недостатньому відгуку на прохання дітей, їх потреби, настроїв. Вчасно похвалити, підтримати дитину для батьків є великою перешкодою, ніж робити зауваження, лаяти та ін.</p>

Таким чином, на процес формування невротичної особистості впливає цілий ряд параметрів системи сімейних взаємин, головними з яких є відносини зі значимим дорослим.

5. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ДИТИНИ

Психологічна підтримка – це процес, в якому дорослий зосереджується на позитивних особистісних особливостях дитини, на позитивних сторонах її вчинків, на заохоченні того, що дитина робить, з метою зміцнення її самооцінки; це процес, який допомагає дитині повірити в себе і свої здібності (Гіппенрейтер Ю.Б., 2002, Кривцова С.В., 1996).

Дитина потребує психологічної підтримки не тільки тоді, коли їй погано, але і тоді, коли їй добре. Надаючи психологічну підтримку дитині, дорослий вербально і невербально повідомляє їй, що приймає і любить її; що вірить в неї, в її сили і здібності.

Психологічна підтримка допомагає дитині відчувати свою значимість. Дорослі не зможуть надавати підтримку дитині, поки не навчаться приймати самі себе; поки ще не досягнуто достатній рівень самоповаги і впевненості.

Основними складовими психологічної підтримки є способи особистісно орієнтованої взаємодії з дитиною (Кривцова, С.В., 1996):

- безумовне прийняття;
- позитивна увага;
- визнання результатів діяльності та особливостей поведінки дитини;
- схвалення її особистісних властивостей.

1. Безумовне прийняття. Від батьків, педагогів часто можна почути звернення до дітей наступного характеру: «Поки ти не перестанеш, наприклад, лінуватися, грубити, битися та ін.; ... поки ти не почнеш, наприклад, добре вчитися, слухатися, допомагати по дому і ін., ... не чекай від мене нічого хорошого».

У подібних фразах дитині прямо повідомляють, що її приймають з умовою, тобто її приймуть, будуть любити, тільки якщо вона буде виконувати певні умови.

Умовне, оцінне ставлення до людини взагалі характерно для нашої культури; таке ставлення проявляється і до дітей, частіше за безумовне ставлення (Кривцова, С.В., 1996).

Безумовно приймати дитину – значить любити її не за те, що вона гарна або розумна, або відмінник, або хороший помічник та ін., а просто за те, що вона є.

Безумовно приймати дитину – значить приймати її незалежно ні від чого: зовнішності, здібностей, достоїнств, недоліків; незалежно від того, як вона поводить себе, приймати тут і зараз. Дитина повинна бути впевненою: що б вона не зробила – вона гідна людська істота, навіть якщо її вчинок неприйнятний.

Якщо дітей приймають і люблять безумовно, у них з'являється відчуття внутрішньої рівноваги, впевненості. Ця впевненість сприяє формуванню у дитини самоповаги, що допомагає їй змінити поведінку на більш прийнятну (Кривцова, С.В., 1996).

Якщо ж дітей люблять тільки тоді, коли вони виконують вимоги дорослих, відповідають їх очікуванням, то вони починають відчувати свою неповноцінність. Дітей починають переслідувати тривожність, невпевненість, низька самооцінка.

Якщо дитина поводиться неправильно, робить погані вчинки, то безумовне прийняття її дорослим показує дитині наступне: хоча дорослий і не визнає її поведінку, але як і раніше поважає її як особистість.

Безумовним прийняттям дорослий допомагає дитині зрозуміти, що її невдачі можуть виникати через відсутність готовності або здатності поводити себе відповідним чином (Кривцова, С.В., 1996).

Е. Фромм (1990), автор гуманістичної теорії особистості, розглядаючи батьківські відносини як фундаментальну основу розвитку дитини, визначив якісну відмінність між особливостями материнського і батьківського ставлення до дитини. Ця різниця найбільш яскраво простежується за такими параметрами: умовність – безумовність; контроль – безконтрольність.

Материнська любов, як вважає Е. Фромм (1990), безумовна: мати любить свою дитину за те, що вона є. Материнська любов не підвладна контролю з боку дитини, її не можна заслужити (або вона є, або її немає).

Батьківська любов обумовлена: батько любить за те, що дитина виправдовує його очікування. Батьківська любов керована, її можна заслужити, але її можна і втратити.

При цьому Е. Фромм (1990) зазначає, що мова тут йде не про конкретного батька, а про материнські і батьківські засади, які в певній мірі представлені в особистості матері або батька. Таким чином, Е. Фромм виділяє такі суттєві характеристики батьківського ставлення, як його подвійність і суперечливість.

К. Роджерс (1951), в свою чергу, підкреслює, що саме безумовне прийняття батьками своєї дитини, безвідносно до здійснюваних нею вчинків, забезпечує повноцінний розвиток особистості дитини. Таким чином, **безумовне прийняття дитини** – це базисна складова психологічної підтримки. Без цієї складової неможливо здійснення всіх інших способів психологічної підтримки.

2. Позитивна увага. Дитині для нормального психічного розвитку як повітря, як їжа, необхідна позитивна увага дорослого.

Спостереження та дослідження психологів підкреслюють те, що важлива не кількість, а якість уваги (Гіппенрейтер Ю.Б., 2009; Заслуженюк В.С., 1996; Кемпбелл Р., 2001).

Позитивна увагу може включати кілька миттєвостей (добра посмішка, ласкавий погляд, комплімент та ін.), а результати її проявляються довго. Дорослому важливо знати і пам'ятати про одну закономірність:

чим більше позитивної уваги він приділяє дитині, заповнюючи тим самим її емоційний резервуар, тим менше буде потрібно негативної уваги.

3. Визнання результатів діяльності та особливостей поведінки дитини. При вираженні визнання результатів діяльності або особливостей поведінки краще відійти від загальних слів (наприклад, «спасибі, Маша, за допомогу!», «Антон, який ти молодець!») і висловлювати їх конкретно (наприклад, «Маша, я дуже рада, що ти допомогла приготувати обід», «Антон, мене захопив твій спосіб вирішення завдання!»). Коли визнання виражається конкретно, дитині стає зрозуміло, що саме є позитивним в її діяльності і поведінці (Захаров Г.І., 2009).

Можна запропонувати наступний алгоритм вираження визнання:

ім'я дитини;

опис дій дитини або результатів її діяльності;

опис своїх почуттів з приводу цих процесів або результатів діяльності;

опис позитивного ефекту від дій дитини.

4. Схвалення позитивних властивостей особистості і характеру дитини.

Схвалення висловлюється на адресу позитивних рис (особливостей) особистості і характеру дитини. Наприклад: «Оля, мене захоплює твоя доброта!», «Саша, я в захваті від твоєї сміливості і наполегливості!». Як показують спостереження, від використання фраз-схвалень можна отримати дивовижний ефект: дитина посилено прагне проявляти помічені дорослим позитивні якості (Захаров Г.І., 2009).

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Перерахуйте основні поняття, які використовуються для теоретичного й експериментального аналізу батьківсько-дитячих відносин.
2. Як особистісні якості батьків можуть впливати на характер, зміст, емоційне забарвлення дитячо-батьківських відносин.
3. Які якості властиві оптимальної батьківської позиції?
4. Які стилі виховання можуть зустрітися в неповній сім'ї: материнської, батьківської?
5. Охарактеризуйте батьківські відносини в багатодітній родині і в сім'ї з єдиною дитиною.

Тестові завдання для перевірки знань:

1. На становлення особистості дитини у сім'ї впливають:

- а) включеність дитини у сім'ю з дитинства;
- б) наявність братів та сестер;
- в) наявність обох батьків;
- г) наявність дідуся, бабусі;
- д) правильний пункт
- в).

2. Авторитет батьків-це (дві відповіді):

- а) матеріальні можливості батьків;
- б) компетентність батьків і ерудиція; в) особисті якості батька й матері;
- г) соціально-психологічний клімат сім'ї; д) усі відповіді правильні.

3. Які з перерахованих чинників безпосередньо впливають на членів сім'ї (виберіть найсильніший чинник):

- а) образи, слова;
- б) відверті слова;
- в) ілюзії, досвід;
- г) істина, досвід, слова;
- д) образи, слова, формули, ілюзії, досвід.

4. На виховання дітей впливають:

- а) постійний контроль за дітьми;
- б) вимога зрілості;
- в) спілкування;
- г) доброзичливість;
- д) усі відповіді правильні.

Тематика доповідей та рефератів:

- 1. Сучасне батьківство: стереотипи і нові тенденції.
- 2. Психологічні особливості батьківського ставлення до єдиної дитини.
- 3. Психологічні особливості багатодітної сім'ї.
- 4. Батьківське ставлення прийомного батька.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом:

- 1. Забравте схематично методи виховання дитини.
- 2. Забравте схематично стилів виховання дитини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

- 1. Андреева, Т.В. Социальная психология семейных отношений / Т.В.Андреева., СПб: Санкт-Петербургский гос. ун-т, 1998. 100 с.
- 2. Алешина, Ю.Е. Индивидуальное исемейное психологическое консультирование / Ю. Е. Алешина., М.: Класс, 1999. 208с.
- 3. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986.
- 4. Буянов, М.И. Ребенок из неблагополучной семьи: кн. для учителей и родителей / М.И. Буянов., М.: Просвещение, 1988. 207 с.
- 5. Варга, А..Я. Системная семейная психотерапия: краткий лекционный курс / А.Я. Варга., СПб.: Речь, 2001. 144 с.
- 6. Витакер, К.Танцы с семьей: семейная терапия / К. Витакер, В. Бамберри; пер. с англ. А.З.Шапиро., М.: Класс, 1999. 176 с.
- 7. Гарбузов, В.И. От младенчества до отрочества / В.И. Гарбузов., М.: Педагогика, 1989., 276 с.
- 8. Гарбузов В.И. Нервные дети. М., 1990.
- 9. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как?/ Ю.Б. Гиппенрейтер., М.: ЧеРо, 2002., 240 с.
- 10. Гиппенрейтер, Ю. Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так?/ Ю.Б. Гиппенрейтер., М.: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, 2009. 256 с.
- 11. Гребенников, И.В. Основы семейной жизни / И.В. Гребенников., М.:Просвещение,1991. 256 с.
- 12. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1987.
- 13. Дружинин, В.Н. Психология семьи / В.Н. Дружинин., Екатеринбург: Деловая книга, 2000. 208 с.
- 14. Дымнова, Т. Н. Зависимость характеристик супружеской семьи от родительской / Т. Н. Дымнова // Вопросы психологии. 1998. № 2. С.19 – 27.
- 15. Заслуженюк, В.С. Родители и дети: взаимопонимание или отчуждение?: кн. для родителей / В.С. Заслуженюк, В.А. Семиченко., М.: Просвещение: АО «Учеб. лит.», 1996., 191 с.

16. Захарова Г.И. Психология семейных отношений: Учебное пособие. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2009. 63 с. URL: http://window.edu.ru/catalog/pdf2txt/022/73022/51243?p_page=5
17. Захаров, А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка / А.И.Захаров., М.: Просвещение,1993., 192 с.
18. Захаров, А.И. Неврозы у детей и психотерапия / А.И. Захаров., СПб.: Союз, 1996. 323 с.
19. Захаров, А.И. Происхождение детских неврозов и психотерапия / А.И. Захаров., М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. 448 с.
20. Земска М. Семья и личность. М., 1986.
21. Калинина Р.Р. Становление нравственности в дошкольном возрасте и социальное окружение: Дис... канд. психол. наук. СПб., 1999.
22. Калинина Р.Р., Санева Р.И. Диагностика родительской позиции // Сборник научных статей преподавателей Псковского Вольного института. Псков, 2004.
23. Карабанова, О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учебное пособие / О.А. Карабанова., М.: Владос-Пресс, 2004.320 с.
24. Ковалев, С.В. Психология современной семьи / С.В. Ковалев., М.: Просвещение, 1988. 208 с.
25. Короленко Ц.П., Донских Г.А. 7 путей к катастрофе. Новосибирск, 1990.
26. Крайг Г. Психология развития. СПб., 2002.
27. Кривцова, С.В. Воспитание: наука хороших привычек / С.В. Кривцова, Е.А. Мухаматулина., М.: Глобус, 1996. 368 с.
28. Кэмпбелл, Р. Как любить своего подростка / Р.Кемпелл., СПб.:Мирт,2001.157 с.
29. Кэмпбелл, Р. Как по-настоящему любить своего ребенка / Р. Кемпбелл., СПб.: Мирт, 2001. 159 с.
30. Кэмпбелл, Р. Как понять своего ребенка / Кэмпбелл Р., Лайкс Пэт., СПб.: Мирт, 2001. 158 с.
31. Левкович В.П. Взаимоотношения в семье как фактор формирования личности ребенка // Психология личности и образ жизни. М., 1987.
32. Лесгафт П.Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение. М,1991.
33. Макаренко А.С. О воспитании. М., 1988.
34. Минияров, В.М. Психология семейного воспитания / В.М. Минияров., М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд-во НПО«МОДЭК», 2000. 256 с.
35. Навайтис, Г. Семья в психологической консультации / Г.Навайтис., М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЕК», 1999. 224 с.
36. Неццет ТВ. Влияние взаимоотношений в семье на межличностные связи ребенка: Автореф... канд. психол. наук. Л., 1980.
37. Олифинович, Н.И. Психология семейных кризисов / Н.И. Олифинович, Т.А.Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента., СПб.: Речь, 2007. 360 с.
38. .Основы психологии семьи и семейного консультирования / под ред. Н.Н. Посысова, М.: Владос-Пресс, 2004. 328 с.
39. Петровский, А. В. Дети и тактика семейного воспитания / А.В. Петровский, М.: Знание, 1981. 95 с.
40. Поликарпова, Е.К. Влияние семьи на развитие Я-концепции дошкольника / Е.К. Поликарпова // Вопросы психологии., 2003. № 2. С.28 -35.

41. Практическая психология образования: учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений / под. ред. И.В. Дубровиной., М.: ТЦ «Сфера», 1997. 528с.
42. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / под ред. Силяевой., М.: Академия, 2004. 192 с.
43. Райгородский, Д.Я. Подросток и семья / Д.Я. Райгородский., Самара: Издат. Дом БАХРАХ, 2002., 656 с.
44. Сатир, В. Как строить себя и свою семью / В.Сатир; пер. с англ. Е.В. Новиковой, М.А. Макарушкиной., М.: Педагогика-Пресс, 1992. 192 с.
45. Сатир, В. Психотерапия семьи / В. Сатир., СПб.: Речь, 2001. 295 с.
46. Семейная психотерапия / сост. Эйдемиллер Э.Г., Александрова Н.В., Юстицкис В., СПб.: Питер, 2000. 512 с.
47. Семья в психологической консультации: опыт и проблемы психологического консультирования / под ред. А.А.Бодалева, В.В. Столина., М.: Педагогика, 1989.208 с.
48. Семья в психологической консультации. / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. М., 1989.
49. Семья и формирование личности / Под ред. А.А. Бодалева. М., 1981.
50. Спиваковская А.С. Обоснование психологической коррекции неадекватной родительской позиции // Семья и формирование личности. М., 1981.
51. Синягина, Н.Ю. Психолого-педагогическая коррекция детско-родительских отношений /Н.Ю.Синягина, М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. 96 с.
52. Скиннер, Р. Семья и как в ней уцелеть / Р. Скиннер, Дж. Клииз; пер. с англ. Н.М. Падалко., М.: Класс, 1995. 272 с.
53. Титаренко В.Я. Семья и формирование личности. М., 1987.
54. Типы семейных взаимоотношений и их роль в формировании характера детей (источник: <https://www.psychol-ok.ru/lib/intpsy/intpsy2007/intpsy211207.html>)
55. Трапезникова Т.М. Этика и психология семейных отношений. Л., 1988.
56. Фигдор, Г. Дети разведенных родителей: между травмой и надеждой (психоаналитическое исследование) / Г. Фигдор., М.: Наука, 1995. 376 с.
57. Фромм, Э. Искусство любви / Э. Фромм., М.: Класс, 1990. 182 с.
58. Хямяляйнен, Ю. Воспитание родителей: концепции, направления и перспективы: кн. для воспитателей дет. сада и родителей / Ю. Хямяляйнен; пер. с фин. А.В. Вийк., М.: Просвещение, 1993., 112 с.
59. Целуйко, В.М. Вы и ваши дети: психология семьи / В.М. Целуйко., Р-н-Д: Феникс, 2004., 448 с.
60. Целуйко, В. М. Психология современной семьи / В.М. Целуйко., М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2004., 288 с.
61. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В Юстицкис., СПб: Питер, 2002. 656 с.
62. Ялом, И. Когда Ницше плакал:Психотерапевтические истории / И.Ялом., М.: Независимая фирма «Класс», 2002. 427 с.
63. Adoraо T., Frankel-Brunswik E., Levinson D., Sanford N. The authoritarian personality. NY, 1973.
64. Ripple R.E., Biehler R.F., Gail A. Human development. Boston, 1982.
65. Sterlin H. Family theories: An introduction. In: Burton A. (ed.) Operational theories of personality. N. Y.: 1974.
66. Winnicott D.W. The child, the family, and the outside world. London, 1991.


**ГЛАВА 11.
КРИЗОВІ ПЕРІОДИ
ШЛЮБНО-СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ**

План:

1. Характеристика сімейних криз.
2. Різновиди сімейних криз.
3. Подолання кризової ситуації.

1. ХАРАКТЕРИСТИКА СІМЕЙНИХ КРИЗ

Несподівані і особливо травматичні переживання, такі як безробіття, рання смерть або народження пізньої дитини, можуть ускладнювати вирішення завдань щодо розвитку сім'ї та переходу її на нову стадію.

Ригідний і дисфункціональний стиль стосунків у сім'ї також збільшують ймовірність того, що навіть нормальні сімейні зміни будуть переживатися як криза. Зміни в сім'ї розглядаються або як нормальні, або як «ненормальні».

Нормальні зміни в сім'ї – це такі трансформації, які сім'я може очікувати.

А «ненормальні», навпаки, раптові і несподівані, як, наприклад, смерть, самогубство, хвороба, втеча та ін.

**Найбільш значимі і небезпечні у сімейних відносинах є такі симптоми, як
(Качанова О.І., 2011):**

- зменшення прагнення подружжя до інтимної близькості;
- подружжя більше не прагнуть подібатися один одному;
- всі питання, пов'язані з вихованням дітей, провокують сварки і взаємні докори;
- подружжя не має однакової думки з приводу більшості значущих для них питань (відносини з рідними і друзями, плани на майбутнє, розподіл доходів сім'ї та інше);
- чоловік і дружина погано розуміють (або взагалі не розуміють) почуття один одного;
- майже всі вчинки і слова партнера викликають роздратування;
- один з подружжя вважає, що змушений весь час поступатися бажанням і думці іншого;
- немає потреби ділитися з партнером своїми проблемами і радощами.

Вплив таких симптомів негативно позначається на сім'ї.

Ознаками сімейної кризової події можуть виступати:

- наднормативність для цієї сім'ї;
- загрозливий для функціонування сім'ї характер події;
- різке зростання внутрішньоособистісної напруженості;
- кризовий стан членів сім'ї;
- виникнення міжособистісних конфліктів в сім'ї, що вимагають їх розв'язання, і відсутність у членів сім'ї досвіду рішення конфлікту такого рівня;
- виснаження адаптаційних ресурсів членів сім'ї;

– прогресуючі негативні зміни в сімейній ситуації;
– утруднення функціонування сім'ї у зв'язку із зіткненням з ситуаціями, аналогічних яким не було в сімейному досвіді;
– порушення стереотипів поведінки членів сім'ї.

До виникнення сімейних криз призводять такі чинники (Р. Хілл, 1958):
1 Зовнішні утруднення (відсутність власного житла, роботи та ін.).
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 будь-яку сімейну подію, що розглядається нею в якості загрозливого, конфліктного або стресового (серйозна хвороба або смерть одного з членів сім'ї, подружня зрада, розлучення та ін.).
Перша група чинників зазвичай є сферою діяльності соціальних працівників і соціальних педагогів. З наслідками дії другої групи чинників мають справу кризові психологи, лікарі, психотерапевти. Фактори третьої групи найчастіше приводять сім'ю до фахівця в галузі сімейної психології та психотерапії.

На думку Д. Леві (1993), існують такі типи змін в сім'ї:
1. «Вибування» (втрата членів сім'ї з різних причин).
2. «Приріст» (поповнення складу сім'ї у зв'язку з народженням, усиновленням, приїздом дідуся чи бабусі, поверненням з військової служби).
3. Зміни під впливом соціальних подій (економічна, депресія, землетрус та ін.).
4. Біологічні зміни (статева зрілість, клімактеричний період тощо).
5. Зміна стилю життя (усамітнення, переїзд, безробіття та ін.).
6. «Насильство» (крадіжка, зґвалтування, побиття та ін.).
Під час цих змін відбувається перевірка того, в якій мірі сім'я адаптується до цих змін, наскільки сім'я гнучка в пристосуванні. Вважається, що відкрита і гнучка сім'я найбільш благополучна і функціональна.

2. РІЗНОВИДИ СІМЕЙНИХ КРИЗ

В міру дорослішання кожного члена сімейного колективу сім'я повинна пройти певні етапи. Всі ці етапи супроводжуються кризою і підвищеною тривожністю, тому вимагають підготовчого періоду та подальшого перерозподілу всіх сил.	
У життєдіяльності сім'ї є:	
Нормативні кризи	– це труднощі, пов'язані з проходженням сім'єю основних етапів життєвого циклу.
Ненормативні кризи	– пов'язані з переживанням негативних життєвих подій, що визначаються як кризові.
До ненормативних сімейних криз , зазвичай, відносять: подружню зраду; розлучення; важку хворобу; інцест; смерть члена сім'ї.	
У кожній ненормативній сімейній кризі можна виділити її взаємопов'язані компоненти :	

1. Кризова подія.
2. Сприйняття і розуміння членами сім'ї того, що відбувається.
3. Відношення членів сім'ї до цієї події і особливості переживання ними.
4. Зміни в сімейній системі.
5. Можливі індивідуальні і загальносімейні способи виходу з кризи.

Різновиди сімейних криз (В. Сатир, 1992):	
Перша криза:	зачаття, вагітність і народження дитини.
Друга криза:	початок освоєння дитиною людської мови.
Третя криза:	дитина налагоджує відносини з зовнішнім середовищем, найчастіше це відбувається в школі.
Четверта криза:	дитина вступає в підлітковий вік.
П'ята криза:	дитина стає дорослою і залишає будинок у пошуках незалежності і самостійності. Ця криза часто відчувається батьками як втрата.
Шоста криза:	молоді люди одружуються, і в сім'ю входять невістки і зяті.
Сьома криза:	настання клімаксу в житті жінки.
Восьма криза:	зменшення сексуальної активності у чоловіків. Це проблема не фізіологічна, а психологічна.
Дев'ята криза:	батьки стають бабусями і дідусями. На цьому етапі їх чекає багато радощів і проблем.
Десята криза:	вмирає один із членів подружжя, а потім і другий.

Типи сімейних криз (Браммер, 1979):	
еволюційна	ситуаційна
нормальна і передбачувана: вона може відбутися в будь-якій сім'ї протягом життєвого циклу, і коли вона долається успішно, то сім'я просувається на наступний щабель свого розвитку. Ці кризи, які мають тенденцію з'являтися, коли сім'я стоїть перед новим еволюційним завданням, зазвичай тимчасові.	трапляється лише в деяких сім'ях і майже завжди стосується серйозних проблем: алкоголь, насильство між подружжям, дитяча вагітність. Ці ненормативні кризи можуть бути тривалими, та таким сім'ям зазвичай необхідна професійна допомога в їх розв'язанні. Якщо криза не вирішена, це може призвести до дезінтеграції сім'ї.

Рубеном Хіллом в 1958 році був розроблений зручний метод дослідження як еволюційних, так і ситуаційних криз «Модель кризи».

Процес, під час якого сім'я долає кризу, складається з таких стадій:	
I.	Сім'я вражена подією, яка викликає кризу.
II.	Дезорганізація сім'ї (посилюються образи і конфлікти, сімейні ролі граються з меншим ентузіазмом).
III.	Відновлення.
IV.	Реорганізація на новому щаблі розвитку.

На схильність сім'ї до кризи впливають три чинники (Р. Хілл):		
А	В	С
стресор (стресова подія)	ресурси сім'ї	бачення сім'єю стресора, його сприйняття сім'єю
взаємодія цих факторів спричиняє кризу – Х .		

ПОДІЯ (А), яка викликає кризу, може бути:	
Зовнішнього характеру	(війна, політичні негаразди, природні катаклізми) – це часто лише об'єднує сім'ю, робить її ще більш згуртованою.
Внутрішньосімейного характеру	(суїцид, алкоголізм, психічна хвороба) – це зазвичай дуже сильно дезорганізує сім'ю. Втрата члена сім'ї, поява нового члена сім'ї, незгода між членами сім'ї через ролі, раптові зміни статусу – так само викликаються стрес-подіями та так само можуть бути (а можуть і не бути) успішно подолані.

РЕСУРСИ (В) включають в себе:		
економічні ресурси	суб'єктивні елементи:	
сімейна фінансова ситуація	сімейна інтегрованість	сімейна адаптивність

Сімейна інтеграція	- спільні інтереси, думки і почуття економічної взаємозалежності, які пов'язують міцніше членів сім'ї.
Сімейна адаптивність	- здатність змінюватися при зустрічі з новими обставинами.
Організована сім'я	- та, яка добре інтегрована і адаптивна.
Дезорганізована сім'я	- має мало подібних ресурсів – неадаптивні, неінтегровані; пристосованість до шлюбу низька, відносини з дітьми характеризуються конфліктом. Зазвичай ці сім'ї соціально ізольовані, тобто у них немає родичів, друзів або сусідів, до яких можна було б звернутися в стресовій ситуації.

Сприйняття (С) події	залежить від системи цінностей даної сім'ї.
-----------------------------	---

Криза (Х) – Хілл передбачає, що сім'ї, які схильні до виникнення кризи, можуть бути більш уразливі перед подією і більш схильні її оцінювати як кризову, тому що у них менше ресурсів в активі при зустрічі з кризою, і вони ще не навчилися в минулому долати стрес.

С. Кратохвіл виділяє «стандартний» час настання таких сімейних криз в залежності від стажу шлюбу:	
інтервали	симптоми
3-7 років	проявляється у: а) втраті романтичних настроїв; б) зниженні (або втраті) взаєморозуміння;

	<p>в) зростанні конфліктів, емоційної напруженості; г) виникненні почуття незадоволеності шлюбом; д) подружній зраді та ін.</p>
<p>Якщо взяти до уваги, що народження дитини відбувається в родині приблизно на 3-4-му році шлюбу, то неважко побачити, що хронологічний інтервал 3-7 років шлюбу пов'язаний зі стадією «сім'ї з маленькими дітьми» (дитячого та раннього віку), тобто з періодом найбільш жорсткої перебудови сімейної системи – початком батьківства, вимушеним уходом молоді матері від професійної та навчальної діяльності, обмеженням подружжя в звичному способі життя, в спілкуванні, в дозвіллі, зниженням (як правило) рівня матеріального добробуту сім'ї.</p>	
17-25 років	<p>виражена менш яскраво, але більш тривала (до декількох років). Проявляється у: а) наростанні емоційної нестійкості; б) виникненні почуття самотності, пов'язаного з відокремленням дорослих дітей від сім'ї; в) переживанні старіння.</p>
<p>Другий «стандартний» часовий інтервал настання кризи охоплює період «сім'я з дітьми-підлітками» і період відділення дорослих дітей. Таким чином, найбільш яскраві прояви криз у життєвому циклі сім'ї пов'язані з початком здійснення подружжям функції батьківства і виховання дітей та з її припиненням.</p>	

<p>Можна також виділити наступні кризові періоди в шлюбі (Качанова О. І., 2011):</p>	
інтервали	симптоми
Перший рік спільного життя	<p>– цей період важкий для всіх без винятку пар, його можна назвати «притиранням». проявляється у: а) виникненні розбіжностей, що стосуються розподілу обов'язків; б) небажанні партнерів змінювати свої звички; в) виникненні проблем через різницю сімейних і господарських укладів їх колишніх сімей, через різницю культури і освіти, через різницю цілей, до яких вони прагнуть в житті.</p>
3 -7 років	<p>проявляється у: а) зниженні психологічного статусу партнера; б) зникненні романтичних настроїв, в) виникненні активного неприйняття контрасту партнера в дошлюбному періоді й в шлюбі; г) зростанні числа ситуацій, в яких виявляються різні погляди подружжя, немає згоди; д) виникненні у подружжя частих проявів негативних емоцій. Найпоширенішою причиною цього кризового етапу є народження дитини.</p>
12 -16 років	<p>– у цей період починається особиста кризу середнього віку, під час якої подружжя по-іншому починають дивитися на всі життєві цінності. Причинами цієї кризи є: а) психологічна втома один від одного; б) прагнення до новизни у відносинах і в способі життя (не обов'язково в сексуальних відносинах).</p>

	<p>Одну з неминучих людських проблем становить той факт, що чоловік, який досяг середнього віку і добився статусу і поваги, стає більш привабливим для молодих жінок, у той час як його дружина, більш залежна від її зовнішнього вигляду, відчуває себе менш привабливою для чоловіків. Важливу роль в міцності відносин відіграють і економічні причини, боязнь перемін і втрати спільно нажитого майна.</p>
20 – 25 років	<p>В основі цієї кризи також лежать психологічні причини:</p> <p>а) наближення періоду літнього віку, клімаксу, поява соматичних скарг;</p> <p>б) почуття самотності у зв'язку з відходом дітей;</p> <p>в) підсилюється емоційна залежність дружини, її переживання з приводу швидкого старіння;</p> <p>г) психологічна особистісна криза сорока років.</p> <p>Ще більший відбиток на відносини подружжя накладає, здавалося б, буденне явище – коли батьківський будинок залишають дорослі діти. В даний момент пара втрачає свій головний об'єднуючий їх інтерес – виховання дітей.</p> <p>Тепер вони залишаються вдвох.</p> <p>Жінкам в даний період важче, ніж чоловікам, оскільки вони більшою мірою зайняті будинком і вихованням дітей. Для нашої країни цей аспект кризи менш актуальний, оскільки дуже часто діти залишаються жити з батьками або батьки беруть активну участь у їх подальшій долі.</p>

3. ПОДОЛАННЯ КРИЗОВОЇ СИТУАЦІЇ

Кризову ситуацію можна розглядати двояко	
з одного боку, це	з іншого боку, це
наростання конфліктності у взаєминах, зниження задоволеності сімейним життям	примноження зусиль всіх членів сім'ї, спрямованих на подолання перешкод, що виникли

<p>Виділяють деякі <i>особливості сімей, що дозволяють долати кризові ситуації з найменшими втратами</i>. До них відносяться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – гнучкість взаємин між членами сім'ї; – згуртованість сім'ї; – відкритість у сприйнятті навколишнього світу; – адекватні рольові очікування членів сім'ї відносно один одного.
--

<p>Якщо вчасно не усунути сімейний конфлікт, він може привести подружжя до розпаду відносин.</p> <p>Рівновага існує в тому випадку, якщо сили згуртування домінують над силами розпаду.</p>
--

Для того, щоб сили розпаду не здобули верх над силами згуртування, необхідно дотримуватись деяких **правил** (Качанова О.І., 2011):

1. **Необхідно намагатися не йти на конфлікт.** Необхідно пам'ятати: то один, то інший чоловік повинен грати роль стриманого і терплячого. Потрібно долати свій кепський настрій за допомогою чогось приємного.
2. **Не намагайтеся приховати образу,** відкласти її на завтра. Говоріть про суть конфлікту, не нагадуйте старих гріхів.
3. **Враховуйте настрій чоловіка** (дружини), навіть якщо ви впевнені, що він (вона) не правий (а). Намагайтеся не вимагати виконання ваших бажань тоді, коли у чоловіка (дружини) поганий настрій.
4. **Не дорікайте** для того, щоб викликати збентеження і натиском примусити виконувати ту чи іншу вимогу. Психологи радять діяти навпаки: «Хочеш дорікнути – похвали!». Цей аванс може дати хороші результати.
5. **Демонструйте інтерес і співчуття,** коли чоловік (дружина) щось розповідає.
6. **Вчіться миритися один з одним.** Тут допоможе іносказання. Увімкніться в загальну роботу, вживаючи слова, які об'єднують: «ми», «наше», «у нас». Потім сідайте за стіл переговорів, де будуть визнані помилки.
7. **Не нехтуйте знаками фізичного потягу один до одного** (тримайтеся за руки, цілуйтеся при зустрічі і розставанні).
8. **Висловлюйте вдячність за те, що у вас така чудова друга половина.** Це можна зробити двома способами, причому однаково важливі обидва. По-перше, згадуйте про все хороше, що пов'язане з ним (нею), і радійте тому, що він (вона) у вас є, а по-друге, погоджуйтеся з його або її думкою (ідеями, пропозиціями, оцінками та ін.), хваліть, говоріть компліменти.
9. **Давайте партнеру зрозуміти, що його точка зору має сенс,** і що ви її поважаєте, навіть якщо абсолютно з нею не згодні.
10. **Надавайте один одному знаки уваги.** Піклуйтеся один про одного.
11. **Жартуйте побільше.** Але обережно – без насмішок, сарказму і принижень. Діліться один з одним своїми радощами.
12. **При будь-якій сварці ніколи не ображайте партнера.**
13. **Не критикуйте чоловіка (дружину) на людях.**

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Характеристика сімейних криз
2. Ознаки сімейної кризової події.
3. Чинники виникнення сімейних криз.
4. Найбільш значимі і небезпечні в сімейних відносинах симптоми.
5. Різновиди сімейних криз.
6. Чинники схильності сім'ї до кризи згідно з теорією Р. Хілла.
7. Подолання кризової ситуації.
8. Охарактеризуйте поняття ревнощів.
9. Опишіть мотиви сімейних зрад.

Тестові завдання для перевірки знань:

1. Сімейна інтеграція – це:

- а) спільні інтереси, думки і почуття економічної взаємозалежності, які пов'язують міцніше членів сім'ї;
- б) сімейне поєднання матеріальних ресурсів;
- в) трансформація сім'ї;
- г) позитивні сімейні відносини.

2. Сімейна адаптивність – це:

- а) здатність змінюватися при зустрічі з новими обставинами;
- б) здатність пристосовуватися до нових умов життя;
- в) позитивна інтеграція сім'ї;
- г) схильність сім'ї до подолання криз.

3. Нормативні кризи – це:

- а) труднощі, пов'язані з проходженням сім'єю основних етапів життєвого циклу;
- б) звичні сімейні обставини;
- в) переживання негативних життєвих подій;
- г) подружня зрада.

4. Сімейна криза – це:

- а) конфліктний стан сім'ї;
- б) стан сімейної системи, якому характерне порушення взаємодії, що призводить до неефективності звичних способів взаємин у сім'ї, і неможливість впоратися з новою ситуацією, використовуючи старі моделі поведінки;
- в) є закономірним і невідворотним процесом, що проходить кожна сім'я;
- г) процес, який характеризується непорозуміннями між чоловіком і жінкою.

Тематика доповідей та рефератів:

1. Рольовий конфлікт працюючої жінки.
2. Психологічні проблеми домогосподарок.
3. Психологічна допомога при ненормативних сімейних кризах.
4. Сімейні кризи та шляхи їх подолання.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом:

1. Схематично зобразьте етапи сімейної кризи та завдання для подружжя, які слід вирішити для подолання кризового періоду.
2. Схематично зобразьте основні емоційні стани подружжя на етапах сімейної кризи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Качанова О.И. Семейные кризисы и пути их преодоления // Молодой ученый. 2011. №10. Т.2. С. 141-145



ГЛАВА 12. СІМЕЙНІ КОНФЛІКТИ

План:

1. Сімейні конфлікти та їх характеристика.
2. Мотивація сімейних конфліктів та їх причини.
3. Стадії сімейних конфліктів.
4. Види сімейних конфліктів.
5. Особливості конфліктів між батьками і дітьми.
6. Моделі поведінки подружжя в сімейних конфліктах.
7. Техніки вирішення конфлікту.
8. Основні правила поведінки під час сімейних конфліктів.

1. СІМЕЙНІ КОНФЛІКТИ ТА ЇХ ХАРАКТЕРИСТИКА

Конфлікт – це зіткнення, протиборство мінімум двох людей, груп, їх взаємно протилежних, несумісних, що виключають одне одного, потреб, інтересів, цілей, типів поведінки, відносин, установок, істотно значущих для особистості і групи.

Слово «**конфлікт**» найчастіше сприймається з *негативним забарвленням* - боротьба, протистояння з приводу будь-яких цінностей або ресурсів. В цьому розумінні конфлікт повинен завершитися перемогою одного і поразкою іншого.

Конфлікти існують у всіх сім'ях.

Конфлікт – це важливий аспект в сім'ї або шлюбі, людських відносинах, що представляє собою боротьбу або незгоду з приводу двох або більше протилежних потреб, цілей або цінностей, або суперечливих одна одній.

Важливо розглядати конфлікт як нормальну частину відносин.

Без конфліктів сім'я не може існувати.

Конфлікт – це біполярне явище (протистояння двох начал), що проявляє себе в активності сторін, спрямованої на подолання суперечностей, причому сторони представлені активним суб'єктом (суб'єктами) – Н.В. Грішина (2000, с. 18).

Л. А. Петровська (1977) запропонувала **схему соціально-психологічного аналізу конфліктів**, яка складається з чотирьох **основних категоріальних груп**:

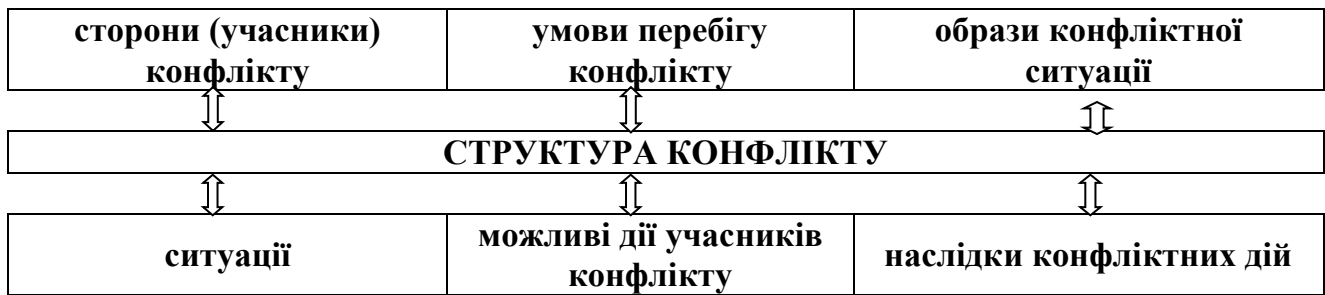
а) структура конфлікту;

б) його динаміка;

в) функції (конструктивні і деструктивні наслідки);

г) типологія.

Управління конфліктом, яке поряд із запобіганням, профілактикою, послабленням і вирішенням конфлікту, передбачає також його симптоматику, діагностику, прогнозування та контролювання (Л. А. Петровська, 1977).



Основою сімейних конфліктів є суперечності між уявленнями членів сім'ї щодо потреб, між уявленнями і очікуваннями одного стосовно іншого.

Із погляду конфліктогенності у сімейній сфері розрізняють чотири основні сфери життєдіяльності:

- 1) міжособистісного спілкування;
- 2) сімейної взаємодії (потреба в любові, самоповазі, почутті власної гідності);
- 3) рольових відносин, пов'язана з позиціями матері та батька, чоловіка і дружини, господаря і господині;
- 4) комунікативних відносин, пов'язана з взаємною інформованістю про різні сторони життя й особистісні особливості партнера.

Особливості сімейних конфліктів відрізняються особливим предметом, специфіка якого зумовлена унікальністю сімейних відносин. Ці відносини мають міжособистісний характер і підвищену морально-ціннісну основу (любов, спорідненість). Крім того, сімейні відносини пов'язані з реалізацією функцій сім'ї.

2. МОТИВАЦІЯ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ ТА ЇХ ПРИЧИНИ

Мотивація сімейних конфліктів (В.А. Сисенко, 1989):

1. Конфлікти на ґрунті несправедливого розподілу праці.
2. Конфлікти через незадоволені потреби.
3. Конфлікти через нестачу виховання.

Причини сімейних конфліктів полягають у 2-х рівнях:

<i>макрорівень</i>	<i>мікрорівень</i>
соціальний вплив на функції сім'ї	внутрішньосімейний

В основі виникнення конфлікту лежать такі причини, що визначають його зону (С.В. Ковальов (1988), Л.А. Петровська (1977), В.А. Сисенко (1989), С. Г. Ейдемільер., В. Юстицький (2000):

- неадекватна мотивація шлюбу, коли мотиви вступу в шлюб лежать поза сферою сімейно-шлюбного союзу;
- некомпетентність виконання ролі, в силу чого - недостатнього задоволення потреби членів сім'ї;

- порушення рольової структури сім'ї внаслідок неузгодженості рольових очікувань; уявлень її членів про сімейний уклад, сімейні цінності; відмінностей уявлень про подружні ролі, конфліктності ролі і рольового перевантаження;
- невирішеність проблеми сімейного лідерства в формі боротьби за нього подружжя, існування невизнаного лідерства та лідерства за межами нуклеарної сім'ї; реалізація авторитарно-директивного стилю керівництва в формі силового домінування; неефективність керівництва та управління сім'єю;
- неузгодженість і суперечливість уявлень про цінності, цілі та методи виховання дітей;
- дисгармонічність сексуальних відносин, в основі якої в значній кількості випадків лежать глибші причини, пов'язані з порушеннями і спотвореннями почуття любові;
- порушення і спотворення почуття любові; переживання її втрати; відсутність або дефіцит емоційної підтримки і взаєморозуміння;
- обмеження можливостей особистісного росту, включаючи проблеми професійного зростання та самореалізації кожного з членів сім'ї;
- низький ступінь підтвердження самоцінності Я в рамках сімейної системи, обмеження особистої гідності, недостатня повага партнерами один одного;
- ускладнення міжособистісної комунікації внаслідок низької комунікативної компетентності і порушень соціальної перцепції, неадекватності образу партнера і характеру відносин з ним;
- низький рівень матеріального благополуччя; обмежені житлові умови; неефективне планування та виконання бюджету; фінансові розбіжності, пов'язані з перебільшеними матеріальними потребами одного з членів сім'ї, з вирішенням питання про внесок кожного з подружжя в сімейний бюджет;
- низький рівень кооперації, взаємодопомоги і взаємопідтримки в вирішенні господарсько-побутових проблем сім'ї, поділі домашньої праці, догляді за дітьми і людьми похилого віку;
- неефективна система відносин нуклеарної сім'ї з розширеною сім'єю внаслідок надмірної розмитості або жорсткості кордонів; нездатність нуклеарної сім'ї до гнучкої реконструкції кордонів сімейної системи, особливо на перехідних стадіях її життєвого циклу;
- неефективна система взаємодії між батьківською та дитячою підсистемами, надмірна жорсткість їх кордонів;
- ревності, подружня зрада;
- девіантна поведінка одного з членів сім'ї (алкоголізм, агресія і насильство, використання психоактивних речовин, схильність до азартних ігор тощо);
- неузгодженість подружніх уявлень про оптимальний режим проведення дозвілля, відпочинку, характер відносин і спілкування з друзями.

Причини конфліктів можуть бути невловимими через так званий **закон «кругової каузальності»** (причинності) сімейних відносин, який проявляється в подружніх конфліктах.

Існує три аспекти міжособистісних відносин (С.В. Ковальов, 1988):

когнітивний	афективний	поведінковий
як ми їх бачимо і розуміємо	як ми до них ставимося	як ми в них чинимо

Відповідно до *закону багаторівневої кругової каузальності*, пусковим моментом конфлікту можуть бути будь-які ланки замкненого кола «знання – емоції – поведінка», від чого рівень, на якому виникли розбіжності, і, відповідно, їх причини, визначити виявляється не так вже й просто, бо всі перераховані вище аспекти міжособистісних взаємовідносин прагнуть до узгодження.

Небезпечні форми поведінки подружжя, що можуть спровокувати конфлікт:

- Чоловік ухиляється від домашніх справ, а перед дружиною ставить певні вимоги («Я працюю зранку до ночі, а вдома обіду немає, сорочки неprasовані» та ін.).
- Дружина намагається показати свою перевагу, здійснюючи «контрексплуатацію» чоловіка («Я тебе просила купити продукти, ти не купив, і взагалі, я тобі не служниця, можеш і сам попросувати сорочки»).
- Конфлікт вироджується у боротьбу статей («Не торкайся мене, ти мені неприємний, мені набридли твої нотації»).
- У своїх бідах партнери звинувачують один одного («Говорила мені мама: не виходь за нього заміж»).
- Свої біди партнери приписують особливостям особистості або неврозу того чи іншого («Ти псих!» – «Сама ненормальна, тобі слова не скажеш, – зразу заводишся, лікуватися треба!»).
- У своїх труднощах подружжя звинувачує дітей і спрямовує свій гнів проти них («Геть з моїх очей, тільки через тебе з батьком посварилася»).
- Чоловік і дружина ведуть між собою боротьбу у другорядних питаннях («Тобі ця сукня не пасує!» – «А мені подобається!»).

Суперечка ведеться часто з егоїстичних позицій, кожний досягає свого за рахунок інтересів партнера («Краще тобі не їхати сьогодні на футбол, не хочу, щоб ти їхав і все»).

У динаміці та формах перебігу сімейним конфліктам характерні такі особливості:

- підвищена емоційність;
- збільшена швидкість перебігу основних етапів;
- особливі форми протистояння (докори, сварки, образи);
- різноманітні форми та способи вирішення (від примирення до розлучення і припинення відносин);
- важкі соціальні наслідки, зокрема і відтерміновані, особливо для дітей.

3. СТАДІЇ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ

Розгляд конфлікту в динаміці передбачає виокремлення стадій конфлікту. До їх числа можна віднести наступні (Петровська Л.А. (1977), Г.А. Навайтис (1999):

- а) виникнення об'єктивної конфліктної ситуації;
- б) усвідомлення об'єктивної конфліктної ситуації;

в) перехід до конфліктної поведінки;
г) вирішення конфлікту.

Конфліктна взаємодія в сім'ї є процесом, що розвивається за циклічною схемою, яка складається з декількох стадій :
1) передконфліктна стадія;
2) стадія інциденту і конфліктної протидії сторін;
3) стадія завершення конфлікту;
4) стадія прояву його наслідків.

Процес переростання соціальної напруженості в конфлікт у родині включає наступні етапи:
1) посилення незадоволеності подружжя, батьків, дітей умовами своєї взаємодії;
2) виявлення причинно-наслідкового зв'язку між об'єктивними суперечностями і діяльністю інших членів сім'ї, зухвала міжособистісна напруженість;
3) посилення напруженості, трансформування в конфліктний потенціал;
4) акумулювання конфліктного потенціалу і його перехід у відкритий конфлікт.

Стадії конфлікту за Ральфом Тернером (1970):		
Перша стадія	обмін жестами	– трансформація взаємодій в конфлікт. Ця стадія характеризується напругою у відносинах, невизначеністю, нервозністю. Може бути пов'язана з розкриттям зради і т.д.
Друга стадія	безпосереднього конфлікту	– обмін символічними ударами.
Третя стадія	а) узгодження	– припинення неприкритого конфлікту.
	б) примирення	– активація протилежного процесу гармонізації відносин.
Четверта стадія	період оцінки	– учасники конфлікту знову і знову обмірковують конфлікт.
П'ята стадія	наслідки	– відновлення конфлікту або його уникнення, або відхід від джерела конфлікту, або примирення.

Стадії конфлікту за Довалілом і Хілом:
1. Початок напруги або чвар.
2. Кульмінація напруги: партнери залучені в різні техніки вирішення конфлікту, включаючи переконання, примус, образу, звинувачення, суперечку, лицемірство і маскування, удавання.
3. Розв'язання або узгодження: один або обидва починають спілкуватися, розуміючи про що говорить інший.

Процес протистояння конфлікту в сім'ї є нелінійним. Він протікає з мінливою швидкістю і спрямованістю, коли можливі його:
1) ескалація і деескалація;
2) «повороти назад» (повернення на попередні стадії);

3) «відхилення в бік» (перемикання на інші об'єкти, що створює ефект нашарування проблем).

Крім того, конфлікт у родині є дискретним, переривчастим процесом, тобто можливий:

1) припинення конфліктної взаємодії;

2) «загасання» конфліктної взаємодії;

3) поновлення конфліктної взаємодії.

Складна динаміка конфлікту створює додаткові труднощі в його регулюванні, мінливість і неоднозначність його наслідків.

Конфлікти можуть бути такими (Качанова О.І., 2011),

які легко віршуються

– причина може бути легко встановлена й усунена;

які важко віршуються

– навіть при виявленні причини, їх нелегко ліквідувати, тому відносини між подружжям залишаються напруженими. Однак причину, яка зіпсувала відносини, потрібно постаратися усунути якомога швидше.

4. КЛАСИФІКАЦІЯ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ

М. Дойч виділяє наступні шість типів конфлікту (Deutsch M. The Revolution of Conflict. P. 11):

Справжній конфлікт	– який існує об'єктивно і сприймається адекватно.
Випадковий, або умовний, конфлікт	– залежить від легкозмінюваних обставин, що не усвідомлюється сторонами.
Усунутий конфлікт	– мається на увазі «явний конфлікт», за яким ховається деякий інший, прихований конфлікт, що лежить в основі явного.

Невірно приписаний конфлікт	– конфлікт, що виник унаслідок помилковості сприйняття та помилковості тлумачення.
Латентний конфлікт	– конфлікт, «який мав би відбутися, але якого немає», оскільки він з тих чи інших причин не усвідомлюється сторонами.
Помилковий конфлікт	– коли відсутні «об'єктивні підстави» для конфлікту, і останній існує тільки в силу помилок сприйняття, розуміння.


Залежно від динаміки розрізняють конфлікти:

актуальні	– реалізовані в даний час і безпосередньо пов'язані з певною проблемою (Лисова А.В., 2003); – викликані будь-якою сьогочасною причиною (Ємельянов С.М., 2004);
прогресуючі	– в яких масштаб та інтенсивність протистояння учасників все


	більше нарастає (Лисова А.В., 2003); – які характеризуються неухильним зростанням напруженості (Ємельянов С.М., 2004);
звичні конфлікти	– пов'язані з постійними протиріччями, які в силу сформованих стереотипів поведінки подружжя вже неможливо усунути без сторонньої допомоги (Ємельянов С.М., 2004).
За ступенем небезпеки для сім'ї конфлікти можуть бути:	
безпечними	– виникають при наявності об'єктивних труднощів, втоми, дратівливості, стану «нервового зриву»; раптово почавшись, конфлікт може швидко завершитися;
особливо небезпечними	– призводять до розлучень;
небезпечними	– розбіжності виникають через те, що один із подружжя повинен, на думку іншого, змінити лінію поведінки, наприклад по відношенню до родичів, відмовитися від якихось звичок, переглянути життєві орієнтири, прийоми виховання тощо, тобто існує проблема, яка вимагає вирішення дилеми: поступатися чи ні.

Виділяють також конфлікти:	
звичні	– що виникають з певного приводу та характеризуються емоційною втомою партнерів, що не докладають реальних зусиль для їх вирішення (Лисова А.В., 2003);
витіснені зі свідомості	– у яких приховані глибинні суперечності (Лисова А.В., 2003);
базові	– характеризуються боротьбою або незгодою з приводу фундаментальних ролей або очікувань (Лисова А.В., 2003);
небазові	– характеризуються боротьбою або незгодою з проблемою, яка може здаватися важливою, однак, не загрожує сімейно-шлюбним стосункам, якщо залишиться невирішеною (Лисова А.В., 2003);
горизонтальні	– між подружжям, між братами і сестрами і т. д., вони виникають всередині покоління;
вертикальні	– між батьками і дітьми, між прабабками та онуками і т. д. Вертикальні конфлікти виникають між поколіннями. У учасників вертикальних конфліктів глибша нерівність статусів, більше виражена ієрархія у відносинах і т. д.

Різноманіття сімейних конфліктів [6]:		
Критерії	Тип конфлікту	Основна причина
Суб'єкти конфлікту	Подружні конфлікти	Весь спектр причин сімейних конфліктів
	Конфлікти між батьками і дітьми	Проблеми виховання дітей; ригідність сімейних відносин; вікові кризи дітей; особистісні чинники
	Конфлікт родичів	Авторитарне втручання родичів

Джерело конфлікту	Ціннісні конфлікти	Наявність протилежних інтересів, цінностей
	Позиційні конфлікти	Боротьба за лідерство в сім'ї, незадоволені потреби у визнанні значущості «Я» одного з членів сім'ї
	Сексуальні конфлікти	Психосексуальна несумісність подружжя
	Емоційні конфлікти	Незадоволення потреби в позитивних емоціях (відсутність ласки, турботи, уваги і розуміння з боку одного з членів сім'ї)
	Господарсько-економічні конфлікти	Протилежність поглядів подружжя на ведення домашнього господарства і участь у цьому процесі кожного з них, а також інших членів сім'ї. Важке матеріальне становище сім'ї.
Поведінка конфліктуючих сторін 	Відкриті конфлікти (відкрита розмова в підкреслено коректній формі; взаємні словесні образи; биття посуду і т. п.)	Індивідуально-психологічні особливості членів сім'ї; рівень виховання; зміст причини конфлікту.
	Приховані конфлікти (демонстративне мовчання; різкі жести і погляди, які свідчать про незгоду й ін.)	Причини ті ж, що й у попередньому випадку.



	<p>Будь-яка конфліктна ситуація супроводжується сварками.</p> <p>Всі сварки накладають на стосунки свій відбиток.</p>
---	---

Сімейна сварка – це
найпоширеніша форма сімейних конфліктів (Андрєєва Т.В., 2004).

На перший погляд, проста сварка в родині може виникнути без видимих причин, проте в її основі завжди лежить конфлікт, прихований або відкритий.

Сварка роздувається:

різкими словами

докорами

звинуваченнями

Причини сімейних сварок (Андрєєва Т.В., 2004):

1. Неповага.
2. Недостатність романтики та почуття кохання, флірту.
3. Різне розуміння прав та обов'язків.
4. Невміння проводити вільний час.
5. Неузгодженість очікуваного з реальністю.

Суперечка – це

позитивний варіант протікання сварки. Коли суперечка переходить з об'єкта на особистість, виникає сварка (Андрєєва Т.В., 2004).

Стратегії ведення сімейної суперечки:

- ведення культурного спору – це рішення проблеми;
- повага партнера;
- мирне завершення конфліктної ситуації.

5. ОСОБЛИВОСТІ КОНФЛІКТІВ МІЖ БАТЬКАМИ І ДІТЬМИ

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.

Психолого-педагогічні чинники, які впливають на взаємодію батьків і дітей:

1. Тип внутрішньосімейних відносин.

Визначають гармонійний і дисгармонійний типи 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.

2. Деструктивність сімейного виховання.

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.

3. Вікова криза дітей, яка є перехідним періодом від одного етапу дитячого розвитку до іншого.

У критичні періоди діти стають неслухняними, капризними, дратівливими. Вони часто вступають у конфлікти з оточуючими, особливо з батьками. У них виникає негативне ставлення до раніше виконуваних вимог аж до упертості.

4. Особистісний чинник.

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).

Як показує практика, найчастіше конфлікти у батьків виникають із дітьми підліткового віку. Психологи визначають такі **типи конфліктів підлітків із батьками**:

- конфлікт нестабільності батьківського ставлення (постійна зміна критеріїв оцінки дитини);
- конфлікт надтурботи (зайва опіка та надочікування);
- конфлікт неповаги прав на самостійність (тотальність вказівок і контролю);
- конфлікт батьківського авторитету (прагнення добитися свого в конфлікті за будь-яку ціну).

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.

6. МОДЕЛІ ПОВЕДІНКИ ПОДРУЖЖЯ В СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТАХ



Виділяють ряд типових моделей поведінки подружжя в сімейних конфліктах (В.А. Кан-Калік, 1995):
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 самостійний 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.

До неконструктивних стилів належать:	
<ul style="list-style-type: none"> – лицемірство – давати обіцянки, але не робити жодних спроб їх виконати; – відмова приймати боротьбу всерйоз; – ухилення від в'яснення ситуації, прагнення уникнути конфронтації лицем до лица (лягти спати, відмовчуватися у відповідь на докори або скарги); – вибір пристосовницької тактики (вдати, що погоджуєшся з поглядами партнера заради короткочасного перемир'я); – непрямий напад (наприклад, на когось або на щось дороге для партнера); – удар «нижче пояса» (використання інтимних знань про партнера); – ланцюгова реакція; «домішування» питань, що не належать до справи, для того, щоб організувати атаку; – «підкоп» (навмисне створення у партнера відчуття емоційної небезпеки, клопотаності й тривоги); – зрада (у складній для партнера ситуації не стати на його сторону або приєднатися до нападок на нього); – спроба пояснити походження почуття партнера, передчасні вибачення і ін. 	
До конструктивних стилів належать:	
<ul style="list-style-type: none"> – планування «в'яснення ситуації» на спеціально виділений час, щоб не втягувати у в'яснення відносин оточуючих; – чітке визначення предмета боротьби; – визначення суб'єктами глибини відчуття позицій у «сутичці» і меж можливих поступок; – максимальна коректність і конструктивність у спілкуванні; – визначення, чим кожен із подружжя може допомогти іншому у вирішенні проблеми; – оцінка зіткнення: порівняння нових знань і досвіду з втратами, які вона принесла: виграє той, чиї втрати істотно менші; – оголошення перерв у суперечці й заповнення їх чимось приємним. 	

7. ТЕХНІКИ ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТУ

Дж. Скандоні виділив два види технік вирішення конфлікту:	
Рольова індукція	– зміна одного партнера, тоді як інший не змінюється.
Рольова модифікація	– коли обидва партнери змінюють свої установки та поведінку.
Техніки рольової індукції (Лисова А.В., 2003):	
Примушування	неприкриті атаки, удари, вербальні або навіть фізичні, стусани або віддання наказів. Ясні вербальні атаки зазвичай виходять від більш морально правильної позиції і майже завжди викликають тимчасовий відступ або захист. Один з партнерів займає сильнішу позицію, якщо його скарги засновані на моральному обуренні або образі.



<p>Умовляння</p> 	<p>обіцянки, виправдання, благання, спокуси – все це спрямовано на те, щоб партнер абсолютно змінив свою думку без будь-якого бажання з боку іншого шукати компроміс.</p> <p>Ці техніки можуть мати короткочасний ефект, оскільки основний конфлікт просто придушується або відкладається з тим, щоб через деякий час спалахнути з новою силою.</p>
<p>Маскування і викриття (зривання масок)</p> 	<p>Маскування включає широкий спектр поведінки від просто образливої брехні до уникнення і цензури або вибіркового повідомлення фактів.</p> <p>Викриття – у самий розпал конфлікту один з партнерів може оголити неприємну істину, руйнуючи ілюзії свого партнера, його ЕГО, щоб зберегти своє власне ЕГО.</p> <p>Подібні викриття лише підсилюють базовий конфлікт. Навіть коли конфлікт буде вирішений, у обох партнерів довго можуть зберігатися сумніви і побоювання про правдивість цих зауважень, зроблених, щоб болючіше вдарити в самий розпал конфлікту.</p>
<p>Відстрочка (відкладання в часі)</p>	<p>відкладання конфлікту в очікуванні того, що інший зміниться. Це призводить до того, що конфлікт невирішений та триває нудно та довго (тижні, місяці, роки).</p>

Техніки рольової модифікації (Лисова А.В., 2003):

<p>Оволодіння ролями</p>	<p>один партнер починає дивитися на події з точки зору іншого, і навпаки, починає бачити образи іншого, їх причини, їх значення для нього. Цей метод не є магічним засобом поліпшення взаємин. Конфлікт може бути настільки глибокий, настільки запущений, що відносини важко відновити.</p>
<p>Жарти і добродушне жартування</p>	<p>коли двоє людей намагаються краще зрозуміти один одного, починають прислухатися один до одного, вони відходять від конфлікту на деяку дистанцію.</p> <p>Вони можуть побачити абсурдність своєї поведінки і посміятися над самими собою.</p> <p>При цьому кожен розуміє, що жартівливі зауваження не варто сприймати всерйоз. Партнери сміються над тим, що образило б або принизило менш близьких людей. Ці «жарти» – символи їх близькості. Так, пари сміються один з одним, а не над одним одним.</p> <p>Це часто знижує напругу. Це навіть може допомогти вирішити небазові конфлікти. Коли гарний настрій відновлено, партнери можуть пожартувати, посміятися разом над своїми проблемами.</p>

<p>Дослідження</p>	<p>в певний момент партнерам варто залишити свої образи і претензії і направити свої зусилля на спільне дослідження проблеми.</p> <p>Кожен партнер намагається і оцінює здатність іншого досягти конструктивного рішення. На дослідницькій стадії рольової модифікації питання легітимності влади, ресурсів, компромісів стають важливими.</p>
---------------------------	--

Компроміс	розкривають те, що кожен у дійсності прийме для повсякденного життя, те, що його влаштує.
Зміцнення (консолідація)	відбувається після того, як пара прийшла до компромісу (вона повинна працювати над ним). Якщо компроміс зачіпає повсякденну поведінку, а не одноразову дію (він перестав чіплятися через дрібниці від свого невдоволення, вона буде більш м'якою), то нова поведінка стане частиною їх щоденної взаємодії.
Пошук професійної поради	пара може звернутися до друзів, священника або професійного терапевта, або консультанта за порадою і допомогою.

Конфлікт у сім'ї, з яких би причин він не почався, може мати декілька результатів (Качанова О.І., 2011):
<ol style="list-style-type: none"> 1) повне або часткове підпорядкування одного члена сім'ї іншому (вимагає великої напруги і повної мобілізації сил); 2) компроміс (коли один із подружжя виграє або програє, крок за кроком відступаючи від початкових явно завищених вимог); 3) переривання конфліктних дій чи уявний мир (коли конфлікт маскується або припиняється); 4) інтеграція (спільний пошук рішення, яке задовольняє обох).

Наслідки конфліктів можуть бути (Лисова А.В., 2003):	
позитивними	негативними
в результаті яких сім'я переступає на більш високий щабель розвитку – зміцнюються міжособистісні стосунки, підвищується задоволеність відносинами.	В результаті яких подружні стосунки заходять у глухий кут, проблеми не вирішуються, а затягуються у часі та загострюються.
Чи буде конфлікт позитивним або негативним в основному залежить не від причин, що його викликають, а, скоріше, від способу його вирішення.	
<i>Конструктивний конфлікт може зробити шлюб сильніше, ніж він був до конфлікту, але для цього необхідні спеціальні уміння подолання конфлікту, щоб він не був трагічним або болючим.</i>	

За наслідками конфлікти можуть бути (Петровська Л.А., 1977):	
конструктивними	деструктивними
підвищують ступінь згуртованості, ціннісно-сміслової єдності та ефективності функціонування сім'ї	посилюють сімейну дисфункціональність

Ознаки конструктивного конфлікту (Петровська Л.А., 1977):	
<ol style="list-style-type: none"> 1) проблема вирішується на основі інтеграції, компромісу і врахування інтересів усіх членів сім'ї; 2) в результаті зміцнюються стосунки між подружжям, поліпшується взаєморозуміння і зростає здатність ефективно вирішувати нові конфлікти, знижується рівень конфліктності в сім'ї в цілому; 	

3) після конфлікту в цілому настає поліпшення емоційного клімату в сім'ї і емоційного статусу кожного члена сім'ї: зникають тривоги, страхи, напруженість.

Ознаки деструктивного конфлікту:

- 1) проблема не вирішується, відбувається або:
 - а) повне підпорядкування одним учасником конфлікту іншого, силове нав'язування свого варіанту вирішення проблеми (Петровська Л.А., 1977);
 - б) конфлікт вирішується формально, спостерігається відхід від проблеми – переривання конфлікту (уявне перемир'я) (СВ. Ковальов, 1988);
- 2) суперечливість потреб і інтересів зберігається, потреби члена сім'ї, який вийшов з конфлікту «переможеним», залишаються незадоволеними (Петровська Л.А., 1977);
- 3) в результаті виникають: емоційне відчуження, дистанціювання, почуття самотності, тривоги, безвиході (коли конфлікти накопичуються); така ситуація, ставши хронічною, може призвести до невротизації і депресії (Петровська Л.А., 1977).

8. ОСНОВНІ ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ПІД ЧАС СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ

Сімейні конфлікти краще попереджати, для цього необхідно дотримуватися таких порад, а саме [6]:

- зберігайте витримку в будь-якій ситуації, не втягуйтеся в конфлікт, дайте повністю висловитися стороні, що його провокує;
- підходьте до будь-якого інциденту дуже уважно, всебічно аналізуйте його;
- виключайте із спілкування будь-які претензії на перевагу, не принижуйте інших, не хваліть себе, показуючи свою невихованість;
- аналізуйте відкрито свої помилки й визнайте їх, не слід переносити свою провину на інших;
- не робіть трагедії в сім'ї з того, що хтось помилився (що сталося, то сталося);
- будь-які зауваження один до одного з'ясовуйте тільки наодинці, а всі претензії висловлюйте виключно в доброзичливій формі;
- якщо не дає спокою думка про те, що ваша дружина (чоловік) стала вашим особистим противником, запитайте себе, чому це відбулося, чому ви стали таким, що так погано думаєте про кохану раніше людину;
- шукайте недоліки в собі, а не у своїх близьких;
- всі непорозуміння між собою з'ясовуйте за відсутності дітей, не втягуйте у вирішення конфліктів родичів, друзів;
- зусилля у вирішенні конфлікту спрямовуйте не на перемогу над своєю близькою людиною, а на сумісне доброзичливе вирішення ситуації;
- позиція щодо виховання дітей має бути єдиною;
- не обіцяйте дітям того, що не зможете виконати;
- не акцентуйте увагу на недоліках членів сім'ї, знайдіть у їхній поведінці, бажаннях, прагненнях щось хороше, зосередьтеся на цьому;
- зміцнюйте зв'язки, що зближують вас із дітьми (довіру, щирість, правдивість тощо);
- не докоряйте дитині за будь-який вчинок, але і не перехвалюйте її;

- вислуховуйте будь-які поради, але пам'ятайте, що жити вам разом не з порадиниками, а з тим, на кого ви скаржитесь.

Відомий соціолог В.О. Сисенко вважає, що для вирішення подружніх конфліктів доцільно:

1. Підтримувати почуття власної гідності чоловіка та жінки.
2. Постійно демонструвати взаємну повагу та шану.
3. Намагатися викликати ентузіазм у партнера (тобто висловлювати віру у можливість кращих стосунків).
4. Стримувати себе у проявах злості, гніву, роздратованості і нервозності.
5. Не акцентувати увагу на помилках та прорахунках один одного.
6. Не дорікати минулим і, зокрема, колишніми помилками.
7. Жартами, гумором, будь-яким відволікаючим засобом зняти або призупинити наростаючу напругу.
8. Замінювати конфліктні теми розмов іншими, більш безпечними.
9. Не мучити ні себе, ні партнера підозрами у невірності, стримувати себе у ревнощах, намагатися приглушити почуття підозри.
10. Пам'ятати, що у шлюбі потрібне велике терпіння, поблажливість, добросердність, увага та інші позитивні якості.

Психологи виокремлюють такі основні правила поведінки у конфліктній ситуації:

1. Для з'ясування стосунків варто вибрати відповідний час (не слід цього робити під час сніданку чи обіду, коли поспішаєте на роботу).
2. Вчіться з'ясовувати причини конфліктів, уважно слухати іншого і формулювати основні претензії без узагальнень на зразок «ти завжди», «ти ніколи».
3. Необхідно говорити тільки про предмет суперечки.
4. Не треба згадувати про попередні промахи партнера, варто забути про те, що було вчора («Ти завжди так»).
5. Не слід влаштовувати контрнаступів («А ти сам!»).
6. Не іронізувати, не ображати один одного і не втрачати контроль над собою.
7. Шукати вину треба не в партнері, а в собі. Коли ви не праві – признайтеся в цьому, коли ви праві – промовчіть.
2. У шлюбі важливе вміння співпереживати та розуміти партнера.
3. Варто уникати агресивної поведінки та не доводити справу до повного визнання вини і «капітуляції» партнера.

Правила конфліктної поведінки не вичерпують усіх можливих порад на випадок родинних конфліктів. Але, можливо, дотримання їх зменшить число конфліктів у сім'ї.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Дайте визначення поняттю «сімейний конфлікт».
2. Перелічіть види сімейних конфліктів.
3. Опишіть динаміку сімейного конфлікту.

4. Охарактеризуйте моделі поведінки у сімейних конфліктах.
5. Перелічіть основні сімейні стресори.
6. Дайте характеристику неблагополучним сім'ям.

Тестові завдання для перевірки знань:

1. Незалежно від причин виникнення кожний сімейний конфлікт має:

- а) 3 фази;
- б) 4 фази;
- в) 5 фаз;
- г) 6 фаз.

2. Найчастіше сімейні конфлікти виникають по питанням:

- а) розподілу влади;
- б) виховання дітей;
- в) стосунків з родичами;
- г) сімейного бюджету і браку грошей;
- д) всі відповіді вірні.

3. Сімейні конфлікти, зазвичай, пов'язуються з:

- а) бажанням нав'язати свою думку іншим;
- б) поганим знанням і розумінням один одного;
- в) поганими манерами партнерів;
- г) відсутністю адекватної комунікації.

4. Сварка – це:

- а) конфлікт самооцінок;
- б) уражена гордість;
- в) передвісник конфлікту;
- г) емоційне з'ясування актуальних питань.

Тематика доповідей та рефератів:

1. Психологічна допомога сім'ї в конфліктних ситуаціях.
2. Стратегії поведінки в конфлікті та способи виходу їх нього.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом:

1. Зобразьте схематично причини сімейного конфлікту.
2. Зобразьте схематично фази сімейного конфлікту.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Андреева Т.В. Семейная психология: Учеб. пособие. СПб.: Речь, 2004., 244 с.
2. Богданов Г.Т., Богданович Л.А., Полеев А.М. и др. Супружеская жизнь: гармония и конфликты / сост. Л.А. Богданович. 2-е изд. М.: Профиздат, 1991., 175 с.
3. Дуткевич Т. В. Конфліктологія з основами психології управління: навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2005., С.105 – 113.
4. Качанова О. И. Семейные кризисы и пути их преодоления // Молодой ученый. 2011. №10. Т.2., С. 141-145
5. Ковалев, С.В. Психология современной семьи : книга для учителя / С.В. Ковалев. М. : Просвещение, 1988., 208 с. (Психологическая наука – школе)
6. Конфліктологія: навчальний посібник. URL: https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni_konflikti

7. Лысова А.В. Психология семьи: учебник., Ч.2., Владивосток: Издательство Дальневосточного университета 2003., 121 с.
8. Навайтис Г. Семья в психологической консультации. М.: Московский психолого-социальный институт, 1999., 224 с.
9. О понятийной схеме социально-психологического анализа конфликта. Л.А. Петровская (Петровская Л.А. Теоретические и методологические проблемы социальной психологии. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1977. С. 126-143.
10. Практикум по конфликтологии. Емельянов С.М. 3-е изд., перераб. и доп. СПб.: 2009., 384 с.
11. Пірен М. І. Конфліктологія: підручник. К.: МАУП, 2007 стор. 99 – 100.
12. Сысенко В.А. Супружеские конфликты / В.А. Сысенко. М.: Мысль, 1989., 173 с.
13. Сысенко В. А. Устойчивость брака. Проблемы, факторы, условия / В.А. Сысенко. М.: Мысль, 1981., 221 с.
14. Харитонов А.П.. Тимченко Г.Г. Психологическая помощь семьям профессиональных военнослужащих. М.: Военный Университет, 2002., 302 с
15. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. Психология и психотерапия семьи. СПб.: Питер, 2000., 656 с
16. Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия: Учеб. пособие для врачей и психологов. Изд. 2-е, испр. и доп. СПб.: Речь, 2006., 352 с.



ГЛАВА 13. ЗАВЕРШЕННЯ ШЛЮБНО-СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН. РОЗЛУЧЕННЯ

План:

1. Чинники та мотиви розлучень.
2. Теоретична модель розлучення Дж. Левінгера.
3. Етапи та фази розлучення.
4. Характеристика періоду після розлучення.
5. Види повторних шлюбів.
6. Особливості переживань дитини в ситуації розлучення батьків.

1. ЧИННИКИ ТА МОТИВИ РОЗЛУЧЕНЬ

Чинники, що впливають на стабільність шлюбу

Девід Бернс виділяє такі:
◆ Мислення категоріями чорно-білих крайностей.
◆ Схильність до високого рівня узагальнень («так відбувається завжди», «постійно ти чіпляєшся», «ніколи я цього не зможу»).
◆ Застосування негативного фільтру, концентрація на невдачах, помилках та промахах, постійна критика.
◆ Применшення позитивних факторів, відкидання будь-якого позитиву.
◆ Звичка робити поспішні висновки, негативно тлумачити події та явища на основі «читання думок» («він явно хотів цим сказати, що я ні до чого не здатна...») та «негативного передбачення» («мабуть, із цього нічого не вийде і буде ще гірше»).
◆ Застосування методу «перевернутого телескопу»: близьке та доступне применшується, а недосяжне і віддалене перебільшується.
◆ Сприйняття світу виключно через емоції.
◆ Зайве перебільшення словами «я повинен» і «я повинна», які повністю викорінюють «я хочу», «мені потрібно», «мені подобається».
◆ Звичка брати на себе провину за події та ситуації, які стосуються близьких людей.

Найпоширеніші помилки, які можуть зруйнувати сім'ю.

1. Для створення сім'ї достатньо одного лише кохання. Перш, ніж наважитись на шлюб, необхідно задуматись, що іще, крім кохання, об'єднує людей.
2. Протилежності притягуються. До певної міри.
3. Мене зробить щасливою він, а я – його. Своє щастя повинен будувати кожен із партнерів. Якщо буде щаслива дружина, то вона зробить щасливого і чоловіка, і навпаки.
4. Люди звикають один до одного. Внутрішнє незадоволення змінюється озлобленістю, яка з часом буде проявлятися все яскравіше, бо характер не змінюється.
5. Гроші – це неважливо, головне – кохання. Навіть сильне кохання не може витримати фінансові проблеми.

Чинники, що сприяють розлученню подружжя (Лисова А.В., 2003):

1) відбулися зміни у відносинах статі (в результаті другої хвилі фемінізму на Заході) – це зробило жінок більш відповідальними за свою долю і змінило їх положення в шлюбі;

2) зросли вимоги до задоволеності шлюбом як з боку жінок, так і чоловіків – це означає, що подружжя в меншій мірі схильне терпіти проблеми в сімейно-шлюбних відносинах, вони активно шукають вирішення або виходу з цих проблем незадовільних відносин;

3) відбулися зміни у ставленні до розлучення взагалі – від негативного, застудливого суспільством явища, до нормальної цілком закономірної події подружнього життя;

4) тривалість життя людей в цілому в світі істотно зростає. Це також робить відносини в шлюбі на все життя мало можливими, люди істотно змінюються від одного життєвого періоду до іншого, тому все складніше знайти людину, яка би проходила всі ці життєві стадії абсолютно ідентично.

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.

Найчастіше розлучення відбуваються у віці від 30 до 40 років подружжя.

Фактори ризику розлучення.

Особистісні фактори ризику:

1. **Досвід людини** (зокрема, батьківська сім'я).
2. **Вік і соціальний статус** (чим більша різниця, тим більше ризиків).
3. **Особистісні особливості** (холодність одного з подружжя, ревнивість).
4. **Історія створення сім'ї:**
 - а) термін знайомства (ризиків можливі, якщо термін дошлюбного знайомства дуже короткий або дуже тривалий);
 - б) обставини знайомства;
 - в) дошлюбна вагітність.
5. **Умови функціонування сім'ї:**
 - а) побутові умови;
 - б) ефективність статевого партнера;
 - в) деривація потреб членів сім'ї;
 - г) девіантна поведінка;
 - д) висока конфліктність.

Соціальні наслідки розлучень:

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 та.

А. Харчова і В. Мацковська до числа основних причин сімейних конфліктів і розлучень в молодих сім'ях відносять **установку на шлюб** як на щось легке.

Виявляється ця установка в чотирьох факторах:
<ul style="list-style-type: none"> - невідповідність молодих людей до різкої зміни способу життя; - складність відносин між поколіннями; - гедоністичні ставлення до шлюбу (коли від нього чекають тільки приємних несподіванок); - відсутність підготовки до виконання всього комплексу функцій, необхідних в сім'ї.

Основні мотиви та причини розлучень можна поділити на три типи, тобто мотиви, що обумовлені:		
дією соціально-економічних факторів	соціально-психологічними факторами	соціально-біологічними факторами
матеріальний розрахунок при укладанні шлюбу, часті відрядження одного з членів подружжя, незадоволеність житловими і побутовими умовами, засудження чоловіка або дружини з позбавленням волі на тривалий термін та ін.	відмінності у потребах, інтересах, цілях, втручання третіх осіб, несхожість характерів, необґрунтовані ревності, нова любов, зрада та ін.	пияцтво та алкоголізм подружжя, подружня невірність, хвороби, психічне захворювання, нездатність або небажання когось із подружжя мати дітей, велика різниця у віці, дійсна і уявна сексуальна несумісність та ін.

Зазначимо, що *жінки найчастіше основною причиною розлучення* вважають матеріальні труднощі та пияцтво, а *чоловіки* – нове захоплення, несумісність та одноманітність сімейного життя.
Молодь найчастіше вбачає причину розлучення у несумісності характерів, появу нової любові, зраду та буденність сімейного життя.

Мотив – це обґрунтування причини розлучення.

Класифікація мотивів розлучення (Н.Г. Юркевич):

1. Несумісності характерів.
2. Порушення подружньої вірності.
3. Погані відносини з батьками.
4. Пияцтво.
5. Вступ у шлюб без кохання (так звані легковажні шлюби).

Класифікація мотивів розлучення за С.В. Чуйком (він виділяє мотиви в залежності від статистики):



1. Пияцтво одного з подружжя.
2. Відмінність характерів.
3. Втрата відчуття любові.
4. Хвороба одного з подружжя.
5. Відсутність дітей або небажання їх мати.
6. Ревнощі, зрада та інші.

Ревнощі – це

- а) пристрасна недовірливість, болісний сумнів у вірності;
- б) боязнь чужого успіху, побоювання, що інший зробить краще;
- в) старанність, завзяття.

Види ревнощів:

дитячі	подружні	професійні	національні	спортивні	творчі
--------	----------	------------	-------------	-----------	--------

Існують різні погляди на ревнощі у відносинах між чоловіком і жінкою, в яких робиться акцент на позитивні або негативні сторони цього явища. Отже:

1. **Ревнощі** – як складова частина статевої любові, інтимної дружби, вона говорить про силу потягу.
2. **Ревнощі** – як емоція, що не притаманна любові, як тінь у відносинах людей.
3. **Ревнощі** – як егоїзм в статевих відносинах.

Типи ревнощів:

власницькі	ревність -приниження	ревність -проскція
------------	----------------------	--------------------

х	Прояв ревності залежить від темпераменту та від статі.
х	Чоловічі ревнощі мають соціальну природу, а жіночі – біологічну.

На думку психологів, існують наступні причини ревнощів:

- комплекс неповноцінності, який свідомо чи підсвідомо відчуває один із партнерів (він (вона) може знайти собі кращого, освіченішого, престижнішого партнера);

- попередні стосунки, особливо у повторних шлюбах (раптом знову повернеться у ту сім'ю);
- плітки і наклепи заздрісних людей, у яких життя не склалось (він тобі зраджує, нікому не можна вірити, всі навкруги непорядні тощо).

Поради психологів на кожен день.

Якщо вас ревнують:	Якщо ревнуєте ви:
1. Пам'ятайте, що ревнива людина дуже чутлива, навіть до інтонації в спілкуванні.	1. Не забувайте, що ревності небезпечні, вони приносять у сім'ю підозрілість, недовіру.
2. Бережіть партнера, не насміхайтесь над його складним психологічним станом.	2. Надійний захист від ревнощів – відвертість у всьому: у вчинках, розмовах, поясненні мотивів поведінки.
3. Будьте уважні, терплячі, турботливі, тактовні.	3. Не поспішайте з висновками.
4. Не провокуйте ревності у партнера.	4. Не будьте рабом пліток і недобррозичливості інших.
5. Будьте в усьому відвертим з партнером.	5. Станьте впевненим у собі, подбайте про здоров'я і зовнішність.
6. Не допускайте обману в стосунках.	6. Якщо ви впевнені у зраді партнера, не дійте аналогічно.

Сімейна зрада.

Жінки налаштовані категоричніше щодо позашлюбних зв'язків, забороняючи їх для обох статей.

Чоловіки часто дотримуються більш вільних поглядів щодо себе, ніж по відношенню до жінок, проявляючи себе прихильниками традиційної подвійної моралі – поведінки.

Мотиви зрад:

1. *Нова любов.* Ця причина характерна для шлюбів, де любов незначна або зовсім відсутня (розумові, раціональні або вимушені шлюби, засновані на вигоді, страху самотності).

2. *Відплата* – прагнення помститися за подружню невірність.

3. *Зганьблена любов* – відсутність взаємності.

4. *Пошук нового любовного переживання:* як правило, характерний для подружжя зі значним стажем, або це може бути в сім'ях з такою мораллю, коли від життя прагнуть отримати все можливе.

5. *Заповнення* – за допомогою подружньої невірності намагаються заповнити недолік любовних переживань.

6. *Тотальний розпад сім'ї:* зрада – фактичний результат створення нової сім'ї, коли перша сприймається як нежиттєздатна.

7. *Випадковий зв'язок* – коли зрада не характеризується регулярністю і глибиною переживання (сп'яніння, наполегливість партнера, «добра нагода»).

Причини зради:

- ◆ втрата інтересу до партнера;
- ◆ пошук нових вражень та відчуттів;
- ◆ бажання змінити стиль життя;
- ◆ негативний вплив побуту;
- ◆ одноманітність стосунків;
- ◆ потреба романтики у відносинах тощо.

3. ТЕОРЕТИЧНА МОДЕЛЬ РОЗЛУЧЕННЯ ДЖ. ЛЕВІНГЕРА

Дж. Левінгер (1979) запропонував модель для пояснення сил, які сприяють збереженню шлюбу або його руйнуванню. Відповідно до цієї моделі подружня згуртованість може бути визначена як чинник, який впливаючи на подружжя, змушує їх все ж зберегти шлюб.

Розглядаючи модель Дж. Левінгера, важливо розібратися в основних її термінах:

Привабливість	– сили, які штовхають людину до певних взаємин.
Бар'єри	– «обмежувальні сили», які зберігають стабільність відносин та зберігають родину.
Альтернативна привабливість	– люди, взаємини, вплив інших обов'язків, які конкурують з подружніми стосунками.

Формула Дж. Левінгера (1979) така:

Подружня згуртованість = [загальна сума привабливості та бар'єрів всередині подружніх взаємин] – [загальна сума привабливості, бар'єрів щодо самої важливої альтернативи].

Є дві примітки:

1. Відчуття подружжя до відносин можуть бути дуже різними: один може бути притягнутий до них, що про існуючі бар'єри й не згадає; інший може продовжувати відносини тільки завдяки бар'єрам. У будь-якому випадку, навіть самі партнери можуть не усвідомлювати своїх справжніх відчуттів.

2. Низька подружня згуртованість не обов'язково призведе до розлучення. Розлучення часто вимагає взаємної згоди; один або обидва повинні мати альтернативу шлюбу, яка краще й доступніше.

Групи чинників, які сприяють подружній згуртованості або розлученню (Дж. Левінгер, 1979):

1. Матеріальні прибутки та збитки.

1. Пари, які мають власний будинок, розлучаються трохи рідше, ніж ті, що не мають дома.

2. Чим вище *рівень доходів* чоловіка, тим менше він схильний до розлучення; але, чим вище рівень доходу у жінки, тим більше вона схильна до розлучення. Дружини, які мають незалежне від чоловіка джерело доходів, менш схильні бути прив'язаними до шлюбу.

<p>Висновок: Матеріальні збитки складаються переважно з фінансових витрат на розлучення, й це діє як дуже сильний бар'єр.</p>
<p style="text-align: center;">2. Символічні вигоди і збитки.</p>
<p>1. Рівень освіти – чим вище рівень освіти у чоловіків, тим стабільніше шлюб. Це може бути пояснене тим, що високий рівень освіти стимулює кращі комунікативні уміння подружжя, їх схильність до співпраці в шлюбі.</p> <p>У випадку з жінками, дослідники виявили негативну кореляцію освіти і подружньої стабільності.</p>
<p>2. Фах – більш високий професійний статус, як виявили дослідники, пов'язаний з подружньою стабільністю, але дослідження Картрайта (1971) виявило, що чим вищий професійний статус, тим вище рівень доходів. Більш високий професійний статус сам по собі не знизить ймовірності розлучення, якщо пара до того ж має високий рівень доходу.</p>
<p>3. Соціальна схожість між подружжям в таких областях як освіта, соціальне і економічне становище, релігія і, в меншій мірі, вік, позитивно корелює з подружньою стабільністю.</p> <p>Сильні релігійні переконання негативно пов'язані зі сприйняттям розлучення. Левінгер міркує, що релігійні відмінності можуть вести до розриву відносин.</p> <p>Гомогамні шлюби завжди стабільніше гетерогамних.</p>
<p style="text-align: center;">3. Емоційні вигоди і збитки.</p>
<p>1. Задоволення – одна з найбільш важливих емоційних вигод шлюбу. Задоволення дружбою і повагою, передбачуваним партнером, як і взаємне сексуальне задоволення – ключові елементи щасливого шлюбу.</p>
<p>2. Почуття по відношенню до дітей – основна емоційна втрата в результаті завершення шлюбу. Жінки, які не мають дітей, спокійніше ставляться до розлучення і відсоток серед них вище.</p> <p>Для сімей з дітьми це може бути сильним бар'єром проти розлучення. Однак це може зупинити лише жінку, чоловіки не сильно реагують на цю перешкоду.</p>
<p>3. Переживання розлучення. Навіть коли розлучення здається єдиним рішенням в ситуації, більшість людей не готові до нього. Хоча самотність від розриву може викликати таку ж печаль, як і від смерті чоловіка, немає соціальних приписів до способу переживання розлучення.</p> <p>Самооцінка страждає, оскільки дуже болісно бути відкинутим або допустити «невдачу». Хоча родичі і друзі допомагають під час розлучення, розведена людина все ж схильна відчувати себе дуже самотньою.</p>

<p>Розлучення – досить складний етап на заході подружнього життя.</p> <p>Однак його також можна розглядати як можливість для значного особистісного зростання.</p>

<p>Як говорив Х. Бохоннон (1971), «щасливе» розлучення починається з усвідомлення двома людьми, що вони не мають ані найменшої можливості на спільне конструктивне майбутнє. Це рішення – саме по собі вже емоційне розлучення.</p>

4. СТАДІЇ, ЕТАПИ ТА ФАЗИ РОЗЛУЧЕННЯ

Розлучення – це дестабілізація відносин.

Розлучення включає три етапи:

- 1) попередній етап накопиченої подружньої дисфункції або розбіжностей;
- 2) власне розлучення як відкритий прояв подружньої кризи;
- 3) період після розлучення, пов'язаний з подоланням наслідків розлучення і перебудовою сімейної системи.

Власне розлучення проходить через три фази:

обміркування та ухвалення рішення про розлучення	планування ліквідації сімейної системи	сепарація
--	--	-----------

1. Фаза обміркування і ухвалення рішення про припинення подружніх відносин характеризується:

- зростанням напруженості або дисфункціональності сім'ї;
- конфронтація партнерів і сварки стають хронічними;
- посилюються тривожність, розчарування, незадоволеність, відчуження, недовіра;
- у партнерів спостерігається асиметрія динаміки емоційного розлучення: один з них раніше іншого втрачає інтерес до спільного життя, гостроту почуттів, емоційну залученість у відносини, усвідомлює незадоволеність або втому від відносин.

Обдумування рішення про розлучення одним або обома подружжям може тривати від декількох днів до багатьох років.

2. Фаза планування ліквідації сімейної системи.

Починається з прийняття рішення про розлучення одним подружжям або обома.

У цей період приймаються рішення про кардинальний перерозподіл або про припинення функцій сім'ї, що відбивається в таких завданнях (аспектах) розлучення:

емоційне розлучення	– передбачає трансформацію прихильності до партнера (індикаторами початку емоційного розлучення є зниження рівня суб'єктивної задоволеності шлюбом, посилення відчуженості у відносинах подружжя);
юридичне розлучення	оформлення закінчення відносин на правовому рівні може бути пов'язано з судочинством і участю в процесі розлучення по відношенню до сім'ї зовнішніх осіб та інститутів – адвокатів, опікунських рад і ін. (як правило, їх залучення пов'язано з нездатністю подружжя, яке розлучається, самостійно вирішити ситуацію);
релігійне розлучення	передбачає отримання дозволу від церкви на розірвання шлюбу, якщо він був церковним.

батьківське розлучення	передбачає досягнення домовленостей між подружжям про відповідальність і про форми участі у вихованні дітей, підготовку та інформування дітей про майбутнє розлучення і нові умови їх життя;
фізичне розлучення	– виражається в територіальній сепарації, роздільного проживання колишнього подружжя;
економічне розлучення	– угода про розподіл майна, форми економічної підтримки один одного колишнім подружжям, внесок кожного з них в матеріальне забезпечення дітей; пов'язаний з припиненням спільного ведення господарства і поділом сімейного бюджету (якщо до цього він був загальним);
соціальне розлучення	передбачає реорганізацію відносин з розширеною родиною, загальним колом друзів і колег (неприйняття розлучення значущим соціальним оточенням, засудження подружжя щодо розлучення, спроби домогтися скасування їх рішення створюють фактор ризику стабілізації сім'ї після розлучення);
Властиві цій фазі негативно-тривожний емоційний фон у сім'ї, напруженість і фрустрованість партнерів – все це та інше може серйозно ускладнити вирішення вищевказаних завдань і досягнення розумного виходу з кризи.	
3. Фаза сепарації.	
Сепарація	- це припинення ведення подружжям спільного господарства та спільного проживання.
Навіть якщо чоловік і жінка продовжують жити під одним дахом, відбувається розподіл «господарства», житлоплощі, бюджет перестав бути загальним та ін.	
Важливий компонент сепарації – трансформація образу «Ми», побудова нових образів «Я» і «Ти» в майбутньому і образу «Ми як батьки» [1].	
Інтенсифікується процес емоційного розлучення, а саме відбуваються:	
<ul style="list-style-type: none"> – афективна переоцінка характеру відносин з партнером і самого партнера; – диференціація меж «Я» і «Ти»; – встановлення нових правил і норм взаємодії. 	

Стівен Дак виділив чотири фази розпаду емоційних взаємин:
1. Інтрапсихічна (внутрішня).
В одного або обох подружжів (звичайно більш чутливого) з'являється відчуття внутрішньої незадоволеності.
Можливі результати цієї фази:
<ul style="list-style-type: none"> – змиритися з цим і зовні виражати задоволення або ніяк не проявляти свою незадоволеність; – зважитися на те, щоб висловити партнеру своє незадоволення.
2. Інтерпсихічна (між подружжям) або діадична (партнери обговорюють свої стосунки).
На цій фазі підвищується саморозкриття, подружжя пробує експериментувати. Це може тривати протягом років.

<p align="center">Результат можливий також у двох варіантах:</p> <ul style="list-style-type: none"> – перебудова взаємин (їх стабілізація); – ухвалення розпаду (експеримент закінчився невдало).
<p align="center">3. Соціальна фаза (до процесу розпаду сім'ї залучаються інші люди – родичі, друзі).</p>
<p>Факт розпаду повинен стати «загальним надбанням», має «санкціонуватись» іншими. Оточення повинне перестати сприймати подружжя як пару.</p>
<p align="center">Результат цієї фази</p> <ul style="list-style-type: none"> – припинення соціальних взаємин, розпад сім'ї.
<p align="center">4. Фаза обробки (ніби знову інтрапсихічна).</p>
<p>Обидва колишні партнери переробляють одержаний досвід усередині себе й залишаються зі своїми переживаннями, спогадами.</p>
<p align="center">Результат цієї фази можливий у двох варіантах:</p> <ul style="list-style-type: none"> – примирення із ситуацією, із собою, урахування позитивних моментів, уроків, набуття особистого досвіду; – те, що відбулося, сприймається як невдача, приписувана собі та зазвичай, призводить до зривів, істерик, неврозів.

<p>Стратегії поведінки в розлучній ситуації також можуть бути різними. Назвемо найпоширеніші:</p>
<p>1) <i>войовничо-ненависна</i> (повернути чоловіка (дружину) за всяку ціну): Тут потрібна перемога, але при цьому пошани ні до себе, ні до партнера немає;</p>
<p>2) <i>загострення любові</i> – пошук якихось варіантів утримати, повернути партнера. Ця тактика може спрацювати за умови, що партнер ще не прийняв остаточного рішення піти із сім'ї;</p>
<p>3) <i>прийняття реальності такою, яка вона є.</i> У цьому випадку це дає можливість зберегти з колишнім партнером нормальні стосунки, не викреслювати зі спогадів спільно прожитих років, звести до мінімуму негативні наслідки для дітей.</p>

<p align="center">Стадії перебігу розлучення (Кюблер-Росс, 2000):</p>
<p align="center">1. Стадія заперечення.</p>
<p>Спочатку реальність, що відбувається, заперечується. На цій стадії ситуація розлучення сприймається з вираженим захистом, за допомогою механізму раціоналізації знецінюються шлюбні взаємини: "Нічого такого не трапилося", "Усе добре", "Нарешті прийшло звільнення" й ін.</p>
<p align="center">2. Стадія озлобленості.</p>
<p>На цій стадії від душевного болю захищаються озлобленістю ставлення до партнера. Нерідко маніпулюють дітьми, намагаючись привернути їх на свій бік.</p>
<p align="center">3. Стадія переговорів.</p>
<p>Третя стадія найскладніша. Робляться спроби відновити шлюб і використовується безліч маніпуляцій один стосовно одного, уключаючи сексуальні взаємини, загрозу вагітності або вагітність. Іноді вдаються до тиску на партнера з боку оточуючих.</p>

4. Стадія депресії.

Пригнічений настрій наступає, коли заперечення, агресивність і переговори не приносять ніяких результатів. Людина відчуває себе невдахою, зменшується рівень самооцінки, вона починає сторонитися людей, не довіряти їм. Нерідко випробувані під час розлучення відчуття відторгнення й депресія досить довгий час заважають заводити нові інтимні стосунки.

5. Стадія адаптації.

Мета – "перейти" в стадію пристосування до умов життя, що змінилися. У тих випадках, коли після розлучення залишається неповна сім'я, дітям теж потрібна підтримка в адаптації до нової ситуації.

У разі, коли один з партнерів не бажав розлучення і наполягав на збереженні шлюбу, але розлучення все ж відбулося, його психічному здоров'ю наноситься серйозна травма.

Партнер, що не бажає розлучатися, проходить через наступні стадії:

Стадія протесту.

Підвищує активність, щоб уникнути цього процесу. Однак при цьому часто діє хаотично і не цілеспрямовано, тим самим лише погіршуючи своє становище.

Стадія відчаю.

Відчуває, що вже не володіє ситуацією і впадає в депресію, іноді доходить до самозвинувачень.

Стадія заперечення.

Стає жорсткішою та приходить до висновку, що не варто зберігати шлюб з таким невідповідним партнером.

Стадія примирення з ситуацією.

Позбавляється від почуття несправедливості і бачить ситуацію більш реалістично.

5. ХАРАКТЕРИСТИКА ПЕРІОДУ ПІСЛЯ РОЗЛУЧЕННЯ

Етап після розлучення пов'язаний з перебудовою подружжя і стабілізацією їх особистого життя.

Етап після розлучення відбувається протягом таких фаз:

- а) перша фаза триває до 1 року (після розлучення);
- б) друга фаза перебудови – 2-3 роки після розлучення;
- в) третя фаза стабілізації – після 2-3-х років.

<p>Психологи описують такі типи взаємин розлученого подружжя через рік після шлюбу:</p>
<p>«Відмінні товариші» (високий ступінь взаємодії і комунікабельності (таких всього близько 12%)).</p> <p>Для цих пар розлад від розпаду шлюбу не затьмарив позитивні моменти їх довгострокових взаємин. Багато що пояснюється тією особливістю їх шлюбу, що спочатку вони були хорошими друзями і залишилися ними до сих пір.</p> <p>Такі пари розмовляють один з одним не менш 1-2 разів на тиждень і цікавляться поточним життям один одного.</p>
<p>«Колеги, що співробітничать» (середній рівень взаємодії, висока комунікативність (38%)).</p> <p>Вони не вважають себе близькими друзями, але по більшості питань співпрацюють досить добре, зокрема з приводу дітей. Спільною рисою «колег, що співпрацюють» є здатність відокремити свої подружні стосунки від батьківських обов'язків.</p>
<p>«Сердиті союзники» (середнє взаємодія, низька комунікабельність (25%)).</p> <p>Часто вирішують спори тільки в суді, і тому іноді судові розгляди тривають багато років після розлучення. Характерне їм вимушене спілкування тільки з приводу дітей. «Сердиті союзники» відрізняють від «Колег, що співпрацюють» способами подолання конфлікту. «Сердиті союзники» зазвичай не здатні придушити роздратування і вихлюпують його один на одного. Зазвичай відчують себе напружено, налаштовані вороже або навіть відкрито конфліктно.</p>
<p>«Затяті вороги» (Низька комунікативність - мало взаємин, близько 25% від загального числа).</p> <p>Вирішують спори часто тільки в судовому порядку, і їх юридичні битви тривають роками. Як партнери, що звикли до конфлікту, «затяті вороги» все ж сильно залежать один від одного, хоча це енергійно заперечують.</p>
<p>«Розбався дует»</p> <p>Пари, що розійшлися, виключають повністю будь-який контакт. Це сім'ї з одним батьком, й в них немає місця колишньому чоловікові.</p>

<p>ОСОБЛИВОСТІ ПЕРІОДУ ПІСЛЯ РОЗЛУЧЕННЯ:</p>
<p>Сепарація / Розлучення. Переборення наслідків втрати звичних зв'язків. Загострення почуття власної гідності та незалежності.</p>
<p>Неповна сім'я. Побудова нової структурно-функціональної організації сім'ї. Створення нових систем соціальної підтримки. Організація нових контактів з членами родини.</p>
<p>Залицання. Виникнення інтересу до близьких відносин. Підготовка ролей для нових членів сім'ї.</p>
<p>Повторний шлюб, бінуклеарна сім'я. Побудова нової структурно-функціональної організації сім'ї. Створення нових ритуалів сімейного життя. Організація контактів з членами розширеної сім'ї.</p>

5. ВИДИ ПОВТОРНИХ ШЛЮБІВ

Між першим і другим шлюбом різниця в середньому 5,5 років.

Не скоро настає рівновага після першої сімейної катастрофи, чимало потрібно часу для відновлення душевних сил, осмислення всього, що сталося, пошуку нового супутника життя.

Деякі зовсім не можуть подолати страх повторної помилки і звикають до самотності.

За статистикою в повторний шлюб вступає трохи менше половини осіб, що розлучалися.

Випадки стабільності шлюбних відносин в новому союзі найчастіше пояснюються тим, що з досвіду першого, хоча і невдалого шлюбу, люди отримують урок та досвід, позбавляються від недоліків, які заважали в колишньому сімейному житті, стають більш злагідними і терплячими по відношенню один до одного. Але все це вимагає величезної психічної напруги, постійної роботи над собою.

Однією з особливостей повторного шлюбу є також те, що партнери постійно порівнюють своє нове життя з минулим подружжям і знаходять, що раніше вони були щасливі більшою мірою, ніж зараз (особливо це характерно для овдовілої особи).

Це може викликати труднощі психологічної адаптації подружжя в новому шлюбі. Тому використання навіть позитивного сімейного досвіду повинно бути дуже делікатним. Перш за все, треба дати менш досвідченій особі можливість проявити свої здібності, виразити свої запити, бажання. Слід допомогти йому набутися впевненості в собі як в чоловікові або в жінці.

Можливі мотиви повторного шлюбу:

- 1) задоволення почуття любові, великої прихильності;
- 2) досягнення більшого душевного комфорту;
- 3) поліпшення матеріальної сторони життя, побутових умов.

Класифікація видів повторних шлюбів:

За характером припинення минулого шлюбу:

- а) один з подружжя пережив розлучення (або обидва);
- б) один з подружжя пережив смерть партнера (або обидва).

За наявністю досвіду шлюбних відносин:

- а) був досвід подружніх відносин у одного з подружжя;
- б) був досвід у обох.

За наявністю дітей від попереднього шлюбу:

- а) не було дітей;
- б) хтось один мав дітей;
- в) обидва мають дітей.

За різницею у віці партнерів:

- а) різниця маленька;
- б) різниця велика.

Ст. Кратохвілл визначає такі типи повторних шлюбів:

1. Одруження розведеного чоловіка (середнього чи похилого віку) на молодій, вільній та бездітній жінці.

Відносини подружжя складуться гармонійно при комбінації «Батьківського» і «Дитячого» типів поведінки подружжя. Якщо дружина відмовляється грати роль дитини, доля шлюбу буде залежати від здатності чоловіка змінити тип взаємин з молодістю і соціально успішною дружиною.

2. Одруження розведеного чоловіка (діти якого живуть з матір'ю) на розлученій жінці з однією дитиною або з декількома дітьми.

Проблеми виникають, якщо діти не визнають вітчима як повноправного члена сім'ї, це позначається на подружніх стосунках. Подружні стосунки можуть оптимізуватися при народженні спільної дитини. Однак, напруженість в сімейних відносинах може посилитися, якщо виникають часті конфлікти між «її» дітьми і «його» дітьми.

3. Одруження вдівця із вдовою.

Якщо колишні шлюби були благополучні, то проблеми можуть виникнути в ситуації, коли один із подружжя порівнює свого теперішнього партнера з першим, ідеалізуючи при цьому померлого.

Ст. Кратохвілл виділяє деякі переваги повторних шлюбів:

- подружжя ставиться до свого шлюбу більш раціонально, що робить шлюб більш стійким;

- партнери більш підготовлені до можливих сімейних ускладнень;

- подружжя з більшою готовністю докладає зусиль для збереження сім'ї.

Проблеми, які виникають при повторних шлюбах:

1) жінка з дітьми створює коаліцію, не довіряючи вітчиму виховання дітей. Це унеможлиблює доступ вітчима в сімейну систему (В. Сатір);

2) чоловік (вітчим), не володіючи ще у дітей достатнім авторитетом, активно включається в виховання і починає демонструвати свою чоловічу твердість, особливо по відношенню до синів. В результаті сімейні відносини порушуються (В. Сатір);

3) входженню нового чоловіка в сім'ю перешкоджають вже сформовані сімейні правила і норми. Мимоволі порушуючи їх, нова людина сприймається чужою (В. Сатір);

4) подружжя можуть проектувати один на одного очікування, що обумовлені минулим сімейним досвідом. В результаті контактують з образом попереднього партнера, а не з реальним чоловіком (В. Сатір);

5) невіршені проблеми перших шлюбів переходять в повторні шлюби;

6) вікові шлюби (через тривалий час подружжя сходиться знову).

У деяких випадках повторні шлюби ідентичні першим. Наприклад, жінка, яка залишила чоловіка алкоголіка, знову виходить заміж за пияка (можливо, ця жінка звикла грати роль рятувальника або переслідувача).

6. ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАНЬ ДИТИНИ В СИТУАЦІЇ РОЗЛУЧЕННЯ БАТЬКІВ

Розлучення найбільш сильний вплив здійснює на дітей.
Для дитини сім'я – це те, що існує вічно. Тому розставання батьків - це руйнування всіх сфер звичної життєдіяльності дитини.

Вік дітей	Основні дитячі переживання та відчуття:
3 - 6 років	– вони часто відчувають почуття провини і самоприниження, оскільки думають, що причина того, що сталося, саме в них;
7 - 9 років	– вони частіше переживають почуття злості, образи, особливо на батька;
10 - 12 років	– вони відчувають себе покинутими, сердяться на батьків, соромляться своїх сімейних проблем;
13 - 18 років	– вони, відчуваючи почуття втрати і образи, все ж таки здатні досить адекватно уявити собі причини і наслідки розлучення; якість своїх відносин з кожним із батьків.

Переживання дитини в ситуації розлучення посилюють такі обставини (А.І. Тащева):

- сварки батьків, попередні розлучення і неминуче погіршення відносин з дитиною;
- відчуття дитиною емоційної відсутності, що йде від батьків;

- зміна інтенсивності спілкування дитини з іншим батьком, тому що батько перебуває зі своїми переживаннями, і збільшуються побутові навантаження;
- можливе погіршення відносин дитини з однолітками.

Неадекватні стратегії поведінки подружжя в ситуації розлучення теж підсилюють переживання дитини. Розглядають **такі неадекватні стратегії поведінки подружжя:**

1. Використання дитини для усунення подружніх конфліктів.

Якщо конфлікт має затяжний характер, і подружжя не розмовляє один з одним, дитина може виконувати роль «бездротового телеграфу».

2. Поділ з дитиною відповідальності за розлучення.

При такій стратегії батьки звертаються до дитини з нав'язливими питаннями типу:
– «Як ти думаєш, чи не буде краще, якщо ми з татом (мамою) розлучимося?»;
– «Що краще для твого майбутнього, якщо ми будемо жити погано разом або розлучимося?»

3. Маніпулювання почуттями дитини.

За такої стратегії дитину можуть використовувати для того, щоби: примиритися; повернути до себе майже втраченого чоловіка; звернути на себе увагу. Наприклад, мати говорить дитині: «Скажи батькові, що я не переживу розлучення».

Одна з основних проблем, з якою стикається подружжя, яке розлучається, полягає в тому як повідомити дитині про вже прийняте рішення, не завдаючи їй занадто сильної психологічної травми.

Психологи радять відмовитися від обвинувальної стратегії поведінки в конфліктній ситуації розлучення.

Відмова від обвинувальної стратегії означає наступне:

- не звинувачувати чоловіка (дружину) при дитині, для якої він (вона) не поганий чоловік (дружина), а тато, мама;
- не звинувачувати в ситуації, що склалася, інших родичів (бабусь, дідусів, інших родичів);
- не звинувачувати саму дитину в тому, що відбувається (якщо б ти себе добре поведив, цього б не сталося).

Реакція на несподіване повідомлення про розлучення у дитини може бути відстроченою в часі. У цьому випадку у дитини проявляється синдром посттравматичного стресу (або шоку). **Ознаки посттравматичного шоку у дітей різноманітні, наприклад:**

- 1) нав'язливі думки, яскраві спогади про батька, його дотики і запахи;
- 2) або навпаки, уникнення дитиною всього того, що пов'язано з травмою розлучення: імені батька, згадки про його професію, про улюблені спільні заняття і т.п. ;
- 3) дитина може взагалі забути період життя (викреслити його з пам'яті), пов'язаний з розлученням батьків. Згодом вона не зможе згадати події даного етапу життя;

- 4) дитина може демонструвати регресивну поведінку (перейти на більш ранню стадію психічного розвитку):
 - в результаті забути певні поведінкові навички, якими опанувала раніше (забути як користуватися горщиком, зав'язувати шнурки та ін.);
 - повернутися до більш ранніх ігор, причому ігри стають більш агресивними;
- 5) проявляє надпильність: постійно перевіряє, чи на місці іграшки, речі, чи не зникли вони, так само як батько.

Батьки такі дивні речі в поведінці дитини часто пояснюють її бажанням позлити старших. Насправді таку поведінку дитини можна пояснити неусвідомленим бажанням привернути до себе увагу рідних.

Дорослим необхідно пам'ятати, що дитині в ситуації розлучення потрібна відповідна психологічна підтримка.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Мотиви, фактори та тенденції розлучень.
2. Теоретична модель розлучення Дж. Левінгера,
3. Етапи та фази розлучення.
4. Характеристика періоду після розлучення.
5. Види повторних шлюбів.
6. Особливості переживань дитини в ситуації розлучення батьків.

Питання для самоконтролю:

1. Опишіть походження терміну «розлучення» .
2. Дайте визначення факторам розлучення.
3. Вкажіть, чим різняться мотиви розлучення у чоловіків та жінок.
4. Назвіть основні фази та стадії розлучення.
5. Опишіть фактори ризику розлучень.
6. Визначте основні види повторних шлюбів.
7. Дайте визначення об'єкту та предмету психології.
8. Опишіть основні проблеми повторних шлюбів.
9. Назвіть можливі мотиви до вступу в повторній шлюб.

Тестові завдання для перевірки знань:

1. Стадії розлучення згідно моделі відомого психолога А.Маслоу:

- а) 4;
- б) 5;
- в) 6;
- г) 7.

2. Розлучення подружжя – це:

- а) є неминучим і закономірним процесом;
- б) процес, який може відкрити обом нові можливості реалізації особистої свободи, крім того, це досвід, який надалі може виявитися безцінним для подальшого життя кожної зі сторін;
- в) це повний життєвий крах;
- г) процес, який засуджується суспільством і ганьбить людину.

3. Однією з причин розлучення є:

- а) зміни в шлюбно – сімейних стосунках;
- б) обмеження свободи;
- в) втома один від одного;
- г) фактор часу.

4. Ревнощі обумовлюються:

- а) повагою і турботою про іншу людину;
- б) почуттями власності;
- в) турботою про потомство;
- г) почуттями прихильності.

Тематика доповідей та рефератів:

1. Особистісна і соціальна ідентичність подружжя в процесі розлучення.
2. Міфи про сім'ю і сімейних ролях.
3. Кроскультуральні дослідження змішаних шлюбів і мотивації розлучень в них.
4. Проблеми психологічного аналізу ситуації перед розлученням подружжя.
5. Розлучення як соціально-психологічний феномен і особливості його протікання в різних соціальних групах.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом:

1. Забразьте схематично етапи переживання розлучення подружжям.
2. Забразьте схематично класифікацію різновидів повторних шлюбів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Антонов А. И., Медков В.М. Социология семьи. – М., 1996.
2. Антонов А.И. Микросоциология семьи: Методология исследования структур и процессов. – М., 1998.
3. Антонов А.И., Сорокин С.А. Судьба семьи в России XXI века. (Размышления о семейной политике, о возможностях противодействия упадку семьи и депопуляции)., М.: Издат. дом «Грааль», 2000.
4. Лысова А.В. Насилие в семье: основные теоретические проблемы. Введение. Владивосток: Изд-во Дальневост. ун-та, 2001
5. Левингер, Джордж Клаус; Родинки, Оливер Клинтон Развод и разделение: контекст, причины и последствия, 1979.
6. Психология семьи / Ред.- сост. Д.Я.Райгородский. Самара: Издат.дом. «БАХРА-М», 2002.
7. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. – М.:Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.
8. Levande I. D., Koch V. J., Koch Z. L. Marriage and the family.- Houghton Miffein company, 1983.



**РОЗДІЛ ІІІ.
ОСНОВИ
ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ
ДОПОМОГИ**





ГЛАВА 14. ДІАГНОСТИЧНІ ТЕХНІКИ ВИЗНАЧЕННЯ ПРОБЛЕМНОГО ПОЛЯ СІМ'Ї

План:

1. Особливості діагностики сімейних відносин.
2. Процедура застосування методу М. Боуена «Генограма».
3. Процедура застосування проєктивного тесту В. Сатир «Скульптура сім'ї».
4. Процедура застосування методу «Сімейний простір».
5. Процедура застосування методу проєктивного тесту «Малюнок сім'ї».
6. Процедура застосування методу О.М. Цільмак «Побудуй дім».
7. Процедура застосування методу О.М. Цільмак «Зернятко».

1. ОСОБЛИВОСТІ ДІАГНОСТИКИ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН

В рамках загального процесу консультування сім'ї виділяється особливий етап, коли консультант здійснює діагностику сімейних відносин.

Чинники, які повинні враховуватися консультантом, під час здійснення діагностики сімейних відносин (Г. Навайтіс):

1. Відсутність єдиного підходу до діагностики сімейних відносин.
2. Кожна модель консультування містить власне тлумачення як методів діагностики, так і тих фактів, на які слід звертати увагу.
3. На оцінку сімейних відносин може впливати проєкція досвіду самого психолога, а також рівень розвитку здатності до їх рефлексії самих консультуються.
4. Наявність різного тлумачення членами сім'ї динаміки сімейних відносин, яке спотворене в повному обсязі усвідомленими внутрішньоособистісними проблемами.
5. Необхідність професійної рефлексії консультантом власної діяльності, зокрема усвідомлення того, чому він застосовує саме той чи інший метод, які імовірні наслідки його застосування і необхідності врахування специфічних особливостей клієнтів.

Основні завдання по забезпеченню успішності та результативності діагностики сімейних відносин (Г. Навайтіс):

1. Створення довірчих відносин з членами сім'ї. Для цих цілей традиційно використовуються різні техніки (від активного слухання до приєднання).
2. Обрати час і місце для проведення діагностичної процедури в рамках консультативного процесу залежно від попередньо сформульованої гіпотези і загальної схеми роботи з сім'єю.
3. Починати сімейну діагностику доцільно зі збору демографічно-біографічної інформації, використовуючи для цього метод генограмми.

Робота по систематизації і опису спеціальних методів і технік діагностики внутрішньосімейних стосунків була проведена американськими фахівцями в області сімейного консультування Р. Шерманом і Н. Фредманом. З їх точки зору, під **методом** розуміється комплекс прийомів і пропозицій, що здійснюються безпосередньо консультантом.

Метод є знярядям психологічної допомоги сім'ї.

При його використанні велике значення мають:

- тимчасовий аспект;
- процедура застосування;
- досвід консультанта в інтерпретації результатів.

Для діагностики стану сім'ї та її психологічного благополуччя традиційно використовуються такі методи:

- метод М. Боуена «Генограма»;
- проективний тест В. Сатир «Скульптура сім'ї»;
- метод «Сімейний простір»;
- проективний тест «Малюнок сім'ї»;
- метод О.М. Цільмак «Побудуй дім»;
- метод О.М. Цільмак «Зернятко».

2. ПРОЦЕДУРА ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ 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 застосування – показати як:

- 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 якоїсь 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.

Мета методики	- отримати діаграму, яка відобразатиме історію розширеної сім'ї як мінімум протягом трьох поколінь.
----------------------	---

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.

ПРОЦЕДУРА

Перший етап.

Бесіда зазвичай починається з оцінки висунутого сім'єю симптому у кого він спостерігається, коли вперше виник, який був його клінічний перебіг.

Причому фізичні, емоційні і соціальні симптоми розглядаються як прояв дисфункціональності емоційних взаємин, а поведінка симптомносія відображає те, як тривожність проявляється і долається в даній сім'ї.

Тимчасові рамки первинного прояву і наступних підсилень симптомів можуть бути пов'язані з іншими подіями життя родини, такими, як, наприклад, смерть найближчого родича.

Другий етап.

Потім починається опис сімейної історії з того часу, коли зустрілися батьки, і аж до теперішнього моменту.

Особливу увагу необхідно приділяти таким фактам:

- вік подружжя, точну дату їх першої зустрічі;
- чим вони займалися, коли були нареченими;
- вплив порядку народження дітей на їх фізичні та психологічні особливості.

Важливо з'ясувати те, де сім'я жила і коли саме переїжджала на інше місце (особливо важливо, якщо переїзди були на дуже близьку або дуже далеку відстань від батьківської сім'ї).

На даному етапі бесіди з'ясовуються також дані про здоров'я, освіту і професійну кар'єру кожного з батьків.

Третій етап.

Далі обговорюється історія розширеної сім'ї як з боку матері, так і з боку батька. Тут як мінімум необхідно дізнатися про братів і сестер матері і батька, про емоційну атмосферу в їх батьківських сім'ях, про те, чим займаються всі члени сім'ї в даний час.

Точні дати подій, що сталися в батьківській родині, важливі тому, що вони можуть корелювати з подіями в нуклеарній сім'ї.

Консультант використовує структуру генограми для того, щоб розглянути питання про:

- фізичні і емоційні межі в даній сім'ї;
- закритість і відкритість субсистеми;
- різноманіття або обмеженості зразків взаємин між членами сім'ї і засобів спілкування між ними.

Такі змістовні чинники, як культурна, етнічна та релігійна приналежність, соціально-економічний рівень, способи взаємодії сім'ї зі своїм соціальним співтовариством, теж беруться до уваги.

Рекомендації: як скласти генограму

- варто розпочати з чернетки и бути готовим, що з першого разу, як правило, генограму намалювати не вдається;
- добре підходить аркуш розміром А4 або А5, ще краще – ватман;
- для початку можна скласти просту матрицю – адже у всіх нас і у наших предків були мами і папи, отже, варто передбачити для них місце на чернетці.

Існують правила зображення членів сімейної системи на генограмі.

Основні умовні позначення наведені нижче, крім того, варто пам'ятати наступне:

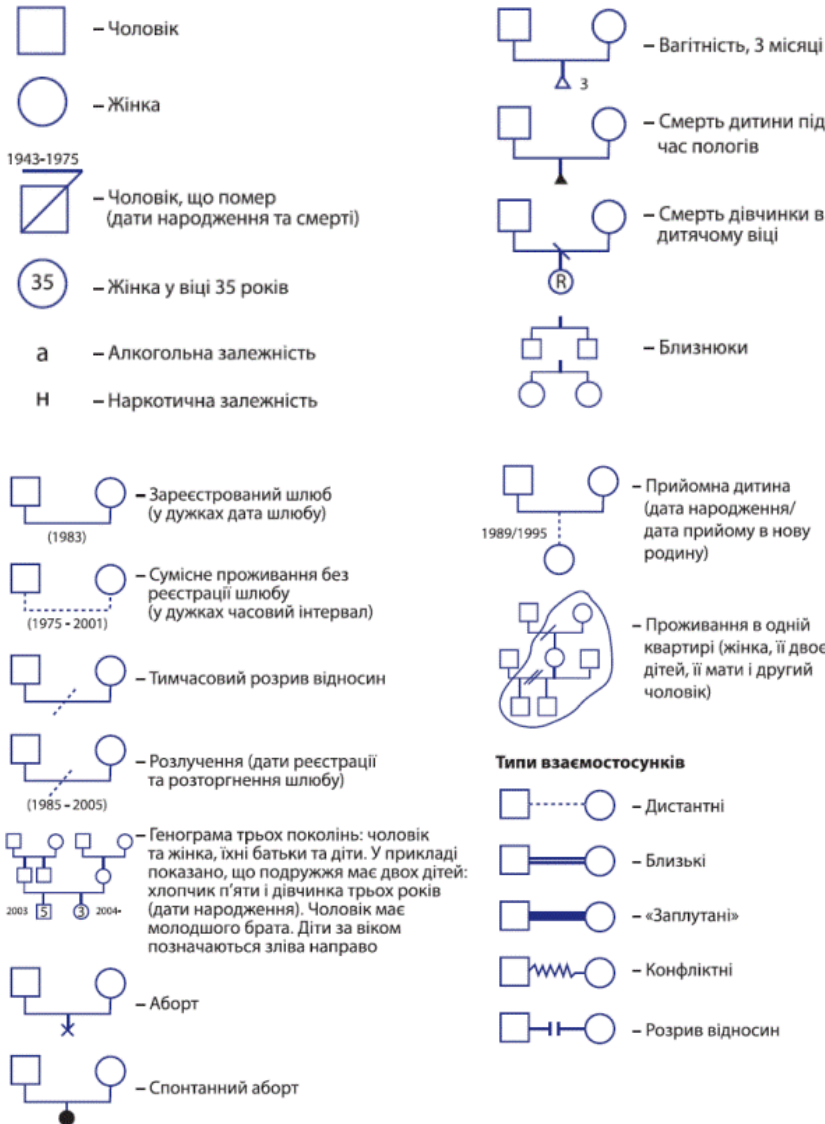
- схему розпочинайте знизу-вгору, першого зображуйте себе;
- стосунки між людьми завжди позначаються лінією (вид лінії уточнено нижче);
- чоловіки в парах зазвичай зображуються зліва, а жінки – справа;
- зазначаються дати життя, роки вступу до шлюбу та виходу з нього;
- важливою є інформація і про померлих або загинувших предків, перервані вагітності, викидні або мертворождалих дітей. Збір такої інформації у рідних може бути зустрінутий з великим супротивом – треба бути готовим до цього;
- додаткова інформація – хвороби, на які страждала людина, професія, якісь визначні події життя – записується поряд з квадратами або кружечками.

Не забудьте відмітити на генограмі себе! Так як для вас вона і будується, ви є так званий «ідентифікований пацієнт» або «пробанд» і визначається подвійною лінією контуру кружечка або квадрата відповідно.

Зберігайте свою генограму в безпечному місці, адже у ній може бути інформація, неприємна або небажана для інших членів родини. Завжди зберігайте конфіденційність членів родини, коли ділитесь своєю генограмою з 2 людьми, що не входять до родини. визначення

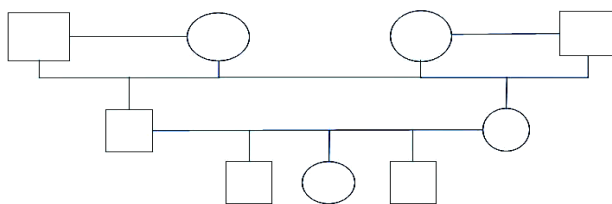
У міру надходження інформації в процесі бесіди з сім'єю вона фіксується спеціальними символами. Кожен консультант може використовувати зручну для нього символіку, однак загальноприйнятими позначеннями є такі **СИМВОЛИ**:

 	– смерть чоловіка або жінки;
	– подвійна лінія визначає особливі взаємини, або альянси, або відношення з дитиною фаворитом;



його батьки

її батьки

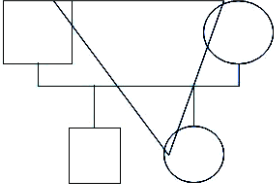
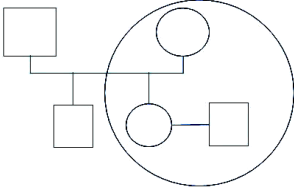


чоловік

дружина

діти

Рис. 1. Основна схема трьох поколінь.

	<p>– трикутник визначає такого роду взаємини, в яких третій член сім'ї втягується в дисфункціональні взаємини двох інших членів сім'ї для того щоби зменшити тривожність або стабільність спілкування в діаді.</p>
	<p>– лінія обведена навколо декількох членів сім'ї визначає альянс або сговор між ними.</p>

Питання до сімейного дерева, на які може звернути увагу психолог

Загальні питання

1. Скільки років було Вам, коли загинули Ваші пращури та народились потомки?
 2. Якими були національність, віросповідання, сімейний стан, образ життя, професія та особистісні характеристики різних членів родини? Чи страждав хтось із них на соматичні або психічні захворювання? Чи існують у родині тайни – алкоголізм, суїциди, психічні відхилення, епілепсія або делінквентність?
 3. Які стосунки у Вас із різними членами родини, зокрема батьком, матір'ю, братами та сестрами, а також власними дітьми? Як члени родини ставляться один до одного? Як ці стосунки змінювались з роками?
 4. Які Ваші етнічні корені? Наскільки вони емоційно приймаються або відторгаються? Яке етнічне походження інших членів родини? Чи переживала родина потрясіння, пов'язані зі зміною культурних обставин? Як довго родина живе у даній країні?
 5. Які Ваші релігійні корені? Чи слідує у Вашій родині релігійним традиціям? Як саме Ви до них ставитесь? Наскільки Ваші релігійні переконання співпадають з переконаннями інших членів родинного дерева? Чи існують тут взаємопорозуміння або конфлікт?
 6. Який соціальний та економічний статус родин, представлених на дереві? Зокрема Вашої батьківської сім'ї та Вашої власної?
 7. Якою була психологічна атмосфера у сім'ях Ваших рідних та Ваших батьків, коли Ви були дитиною? Які події сталися у родині за той період (народження дітей, смерті бабусь та дідусей, реструктуризація сімейних відносин – окреме проживання подружжя, розлучення, повторний шлюб)? Які види сімейної активності Ви пам'ятаєте?
 8. Що Ви думаєте з приводу Вашого зачаття? Чи були Ви очікуваною дитиною? Якщо так, то чому? Чи було Ваше народження даниною традиції? Чи було Ваше народження випадковістю або рішенням, прийнятим після довгих роздумів? Чи співпала стаття з очікуваннями батьків?
- Чи були Ви довгоочікуваним спадкоємцем чоловічої статі? Або дівчинкою, яка народилась, аби компенсувати засилля чоловіків?

9. Наскільки за своїми якостями Ви відповідали очікуванням батьків? Чи були батьки єдині у своїх бажаннях? Або мати хотіла, щоб Вам були притаманні одні якості, а батько – інші?

Внутрішньоутробний період та пологи

10. Яким було родинне життя під час Вашого внутрішньоутробного розвитку? Чи спостерігався економічний стрес? Як відчувала себе Ваша мати під час вагітності? Чи страждала вона на якусь серйозну хворобу? На підвищений кров'яний тиск? Чи зверталась вона до лікаря з приводу цих хвороби? Чи знаходилась на збереженні? Чи існувала загроза її або Вашому життю?

11. Яким був Ваш стан під час пологів? Чи були всі функції в порядку або були якісь відхилення? Якщо так, то які?

12. Чи народились Ви вчасно або пологи були передчасними чи пізніми? Яка була Ваша вага при народженні? Скільки тривали пологи? Чи були ускладнення? Неправильне положення у родовому каналі?

13. Яким був стан Вашої матері після пологів? Чи відчували Ви себе відповідальним за якісь порушення її здоров'я?

Молодший вік

14. Яким було Ваше здоров'я у молодшому віці? Чи були якісь ознаки того, що одні зони тіла та фізіологічні системи домінували над іншими (наприклад, чутливість шкіри, респіраторні або інші розлади)?

15. Як швидко встановились Ваші біологічні ритми? Чи спостерігався період нестабільності? Зокрема, наскільки регулярними були періоди сну та бадьорості протягом молодшого віку?

16. Якими були особливості Вашого темперамента у цей час? Як Ви харчувались? Чи годували Вас груддю? Якщо так, то як довго?

17. Скільки місяців Вам було, коли Ви навчилися сидіти? Ходити? Бігати? Чи була стадія плазування? В якому віці Ви почали розмовляти? Як це сталося? Чи почали Ви з декількох простих слів? Або мовчали, а потім почали розмовляти реченнями?

18. Чи можете Ви пригадати випадки, коли Ви болісно переживали розставання з батьками або родиною? Як Ви поводитись у таких випадках?

19. Чи можете Ви пригадати такі випадки, коли Ви були прив'язані до одного з батьків та ревнували його до іншого? Як Ви опановували ці почуття?

20. Чи Ви все ще близькі з Вашими батьками? Як з часом змінилось Ваше ставлення до батьків, коли Ви дізнались щось про них і про себе? Чи можете Ви увійти у положення батьків та подивитись на світ їх очима?

Дошкільний вік

21. Як Ви виявляли свою непокору? Активно та безпосередньо, кажучи «ні», або намагаючись зробити щось протилежне від того, чого від Вас вимагали? Або через негідкорення? Або більш непрямо, через мовчання та занурюючись у себе? Як оточуючі Вас люди долали Ваше негідкорення?

22. Як Ви зустрічали спроби Вас «соціалізувати»? Прищепити Вам навички контролю сечовипускання та дефекації?

23. Чи створювали Ви свій власний світ у дитинстві? Чи був у Вас там уявлюваний товариш або рідна людина? Ви створювали цей секретний світ самі або з братом, сестрою чи близьким другом? Чи була у Вас таємна мова?

24. Чи був у Вас особливий предмет, який супроводжував Вас, куди б Ви не пішли? Скільки років Вам було, коли Ви прив'язались до нього? Скільки тривала ця прив'язаність?

Що сталося, коли цей предмет значно забруднився? Чи була знайдена йому заміна?

Шкільний вік

25. Скільки Вам було років, коли Ви пішли до школи? У скільки Ви її закінчили? Чи можете Ви перелічити школи, в яких Ви навчались? Якою була кожна з них? Як суміщувались навчання та гра?

26. Які сторони шкільного життя приносили Вам радість? За якими предметами, в яких кружках Ви досягали успіху? Що було для Вас складним і не подобалось?

27. З ким Ви товаришували у школі? Чи були у Вас товариські стосунки з вчителями? Чи траплялось так, що Вас залякували або до Вас чіплялись?

28. Чи хтось из вчителів особливо вплинув на Вас? 29. Які екзамени Ви склали успішно? Які провалили? Як Ви справлялись з екзаменами?

30. Яким був стан Вашого здоров'я у шкільні роки? Чи регулярно Ви відвідували школу або були часті і тривалі пропуски? Якщо так, то через що?

31. Як Ваші батьки ставились до шкільного навчання в цілому? До Вашої конкретної школи?

Юнацький вік

32. Як би Ви описали свій юнацький вік? Як поступовий рух до дорослості? Або як період бурхливих потрясінь?

33. Як Ви пережили розставання з домом? Фамільним будинком або квартирою? З сімейними цінностями та традиціями? Чи відбулось це розставання відносно спокійно або супроводжувалось бурхливим протестом? Як поставились Ваші батьки до розлучення з Вами? Яким було Ваше ставлення до власних дітей, коли вони досягли підліткового віку?

34. Як Ви поставились до змін у Вашій зовнішності? До змін у формі тіла, оформленню дорослих геніталій?

35. Як розвивалось у Вас у дорослому віці почуття ідентичності? Коли Ви обрали напрямок, яким хотіли йти? Як поставились Ваші батьки до цього рішення?

36. Заважали або, навпаки, сприяли реалізації прийнятих Вами рішень про майбутнє періоди навчання, служби в армії тощо?

Середній вік

37. Де Ви працювали? Як довго? Як Ви опинились на цій роботі? Чи було це результатом Вашого власного вибору або на Ваш вибір вплинули соціальні чи економічні умови, наприклад, матеріальний Вашої родини, Ваша освіта, підготовка?

38. Якщо Ви обрали роботу самі, наскільки вона співвідноситься з Вашими цінностями? Яке значення Ви надаєте владі, грошам, естетичним чи релігійним принципам, турботі про інших або інтелектуальним запитам?

39. Наскільки Ви реалізували себе в роботі? Чи приносить вона Вам задоволення? Що, на Ваш погляд, вона Вам дає?

40. Чи є у Вас тривалі стосунки із людиною протилежної або Вашої статі? Якщо так, як довго вони тривають? Як би Ви їх охарактеризували: приятелі, друзі, коханці? Чи оформлені ці стосунки офіційним шлюбом? Чи є діти?

41. Зі скількома людьми Ви підтримуєте стосунки на даний час? Зі скількома в минулому?

42. Чи задовольняє Вас фізичний аспект цих стосунків? Чи задовольняє вона Вашого партнера? Чи існують будь-які розбіжності між вами? Як часто Ви вступаєте до інтимних стосунків? Чи практикуєте Ви попередні любовні пестоці?

<p>43. Які інтимні стосунки Ви підтримували у минулому?</p> <p>44. Що Вам подобається робити окрім роботи? Чи займаєтесь Ви цим так часто, як хотілося б? Як реагують інші люди на ці Ваші улюблені справи?</p> <p>45. Чи поділяють Ваш партнер або інші члени родини Ваші заняття у вільний час?</p> <p>46. Чи тривали ці заняття протягом кількох років або Ви їх часто змінювали?</p> <p>47. Чи притаманні Вам суворі громадські принципи? Якщо так, то як Ви їх виявляєте? Як це впливає на організацію Вашого власного життя?</p> <p>48. Чи поділяють інші члени сім'ї Ваші переконання та чи схвалюють Ваші вчинки?</p>
<p>Третій вік</p> <p>49. Що Ви думаєте про вихід на пенсію? Чи чекаєте Ви на нього з нетерпінням або боїтесь? Якщо це вже відбулось, як Ви до цього ставитесь?</p> <p>50. Чим Ви займаєтесь після виходу на пенсію? Чи розпочали Ви нову кар'єру? Або Ви закінчуєте ту частину своєї роботи, на яку у Вас не вистачало часу, коли Ви були зайняті весь робочий день?</p> <p>51. Чи є ці види діяльності особистими або громадськими? Чи приймаєте Ви участь у будь-яких колективних заняттях вечорами? Чи відвідуєте «університет третього віку»? Спортивний або будь-який інший клуб?</p> <p>52. Чи є у Вас друзі? Постійні розваги? 53. Що відбулось у Вашому сімейному житті після того, як Ви або ваш партнер вийшли на пенсію?</p> <p>54. Які зв'язки Вам вдалось зберегти з попередніми періодами Вашого життя? З попередньою роботою або колегами по роботі? З дитинством або підлітковим віком?</p> <p>55. Чи подобається Вам усамітнення? Або компанії? Або і те, і інше? Чи вдається Вам добитись правильного співвідношення між ними?</p>
<p>Похилий вік</p> <p>56. Які обмеження у Вашому житті Ви відчули (якщо взагалі щось відчули) по досягненню старості? Чи є у Вас фізичні скарги? Чи страждають органи чуття? Пам'ять? Орієнтація?</p> <p>57. До кого Ви можете звернутись, якщо захворієте та Вам потрібна буде допомога?</p> <p>58. Як Ви підготувались до можливого підсилення залежності?</p> <p>59. Чи є у Вас відчуття, що Вам потрібно завершити багато справ?</p> <p>60. Чи дратує Вас зовнішній світ?</p> <p>61. Наскільки Ви готові до смерті? Чи готові Ви піти? Чи є відчуття того, що Ви не встигли повністю реалізувати себе в житті? Чи приймаєте Ви думку про те, що життя пройшло даремно, чи немає у Вас нав'язливого відчуття, що Ви могли щось зробити, але не зробили?</p> <p>62. Які Ваші погляди на життя після смерті? На Судний день? Що Ви думаєте про безсмертя душі? Або про присутність мертвих у спогадах?</p>
<p>Питання для психолога, який працює з генограмою клієнта</p> <p>1. Як би Ви описали стиль життя свого клієнта?</p> <p>2. Як цей індивідуальний стиль відбивається на його поведінці? На тому, як він сміється? Або пише? Малює? Або як він грає словами? Або робить щось ще?</p> <p>3. Які риси Вашого клієнта здаються Вам унікальними? В чому Ваш клієнт сам вважає себе унікальним?</p>

3. ПРОЦЕДУРА ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ В. САТИР «СКУЛЬПТУРА СІМ'Ї»

Суть даної техніки	полягає в тому, що розташування людей і об'єктів повинно фізично символізувати внутрішньосімейні взаємини в даний час, визначаючи те, як бачиться місце кожного індивіда в сімейній системі.
<p>Кожен член сім'ї створює свій живий портрет сім'ї, розставляючи найближчих родичів на дистанцію між ними відповідно до власного погляду, розглядаючи кожного в ролі, яку вони грають по відношенню один до одного, і ті почуття, які при цьому відчувають.</p> <p>Таким чином, досвід кожного втілюється в живій картинці і проектується на неї.</p>	

Переваги методу «Скульптура сім'ї»:
<p>1. Він дозволяє подолати надмірну «завербалізованість» і «заінтелектуалізованість» (різноманітні захисту, проєкції і звинувачення), часто існуючі в сімейній системі.</p> <p>Членам сім'ї не дають взаємодіяти один з одним звичайними для них словесними натяками, а примушують спілкуватися на якісно іншому, більш спонтанному рівні. Коли трикутники, альянси і конфлікти наочно і символічно зображені, з'являються різні можливості для взаємодії на основі почуттів в їх найтонших відтінках. В цьому відношенні «Скульптура сім'ї» – це досить хороший діагностичний засіб.</p>
<p>2. Він справляє ефект на членів сім'ї, змушуючи їх думати про себе як про таку собі єдність в різноманітності, де важливі і ціле, і кожен його елемент.</p> <p>Неможливо ізолювати будь-яку систему внутрішньосімейної взаємодії без урахування наслідків, які вони будуть мати для всієї родини.</p> <p>Скульптура не тільки об'єднує сім'ю, вона ще й підкреслює індивідуальність кожного.</p> <p>Крім того, вона вимагає від члена сім'ї узагальнити свій особистий досвід, осмислити його, а потім проінтерпретувати.</p>
<p>3. Скульптура також надає терапевтові можливість прямої інтервенції в сімейну систему.</p> <p>Структурний терапевт при цьому допомагає членам сім'ї перерозподілити їх позиції в сім'ї, сприяючи, таким чином, створенню більш прийнятних меж внутрішньосімейної підсистеми.</p> <p>У цьому контексті можна стверджувати, що скульптура використовується для внесення позитивних змін в сім'ю для її повноцінного функціонування.</p>
<p>4. Техніка «Сімейна скульптура» застосовується на будь-якому етапі діагностики і терапії. Для її проведення досить хоча б трьох або чотирьох осіб, декілька меблів і предметів, які легко пересуваються та використовуються в якості заміни відсутніх на сесії членів сім'ї.</p> <p>Скульптура може зображувати як сьогодення, так і минуле сім'ї і включати будь-яку необхідну в терапевтичних цілях кількість членів розширеної сім'ї.</p>

ПРОЦЕДУРА

Перший етап.

Вводячи клієнтів в курс даної методики, психотерапевт пояснює, що вона допомагає перш за все відчутти, що значить бути членом цієї сім'ї. Іноді легше буває це показати, чим розповісти.

Другий етап.

Кожен член сім'ї по черзі показує своє бачення внутрішньосімейних взаємин, зображуючи їх у живій скульптурі так, щоб їх пози і положення в просторі відображали дії і почуття по відношенню один до одного.

Консультант пропонує скульптору звертатися з членами сім'ї так, як ніби вони зроблені з глини. Скульптор ставить кожного в таку позицію, яка могла б його охарактеризувати невербально.

При цьому психотерапевт займає в сімейній скульптурі місце самого скульптора, як сам скульптор його бачить.

«Ліплення» триває до тих пір, поки скульптор не буде задоволений своїм творінням. Важливо, щоб інші члени сім'ї дозволили скульпторові вільно поводитися з собою як з «матеріалом», знаючи, що потім вони поміняються з ним місцями.

Коли кожен член сім'ї створює свою реальну «сімейну скульптуру», що відображає емоційну ситуацію в родині в даний момент.

Третій етап.

Можна попросити створити скульптуру «ідеальної» сім'ї. Консультант має можливість втручатися в цей процес, пропонуючи свої варіанти і безпосередньо коментуючи те, що відбувається. Згодом можна звертатися до скульптури «ідеальної» сім'ї для того, щоб простежити динаміку консультативного процесу. При цьому невідповідності між уявленнями про структуру сім'ї різних її членів дуже істотні для розуміння того, що відбувається в родині, а їх легше виявити за допомогою «сімейної скульптури», ніж на основі традиційних вербальних технік.

Існує багато варіантів використання методики «Сімейна скульптура». Деякі психологи, які застосовують цю методику, просять скульптора придумати для кожного члена сім'ї слово або фразу, які найкраще характеризували б поведінку цієї людини. Членам сім'ї пропонується послідовно вимовляти ці фрази, при цьому досягається не тільки візуальний, але і слуховий ефект.

Четвертий етап.

Обговорюється не тільки вся скульптура в цілому, але і її окремі частини. Консультант може також задавати запитання. Наприклад, такі:

1) *Скульптору*: Придумайте назву вашому твору.

2) *Кожному члену сім'ї*: Як ви себе почуваете на цьому місці серед ваших родичів?

3) *Всієї сім'ї*: Чи здивувала вас дана скульптура?

4) *Кожному члену сім'ї*: Чи знали ви раніше, що скульптор сприймає вас саме так, як він це зобразив?

5) *Всієї сім'ї*: Чи згодні ви з тим, що ваша сім'я функціонує саме так, як зображено в скульптурі?

6) *Скульптору чи родині*: Які зміни в житті сім'ї ви хотіли б бачити?

Обговорення сім'єю, скульптором і консультантом виконаної роботи можна організувати прямо на сесії.

Скульптура використовується і при індивідуальній психотерапевтичній роботі. В цьому випадку ролі членів сім'ї виконують меблі та інші великі предмети, що знаходяться в кабінеті. Хоча при такому підході часом відчувається дефіцит живої присутності членів сім'ї, який так само допомагає внести позитивні зміни в сімейну систему.

При цьому скульптура не повинна занадто жорстко інтерпретуватися, оскільки вона відображає не об'єктивну внутрішньосімейну ситуацію, а лише суб'єктивну думку одного з членів сім'ї, суб'єктивну реальність його внутрішнього світу.

4. ПРОЦЕДУРА ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ «СІМЕЙНИЙ ПРОСТІР»

«Сімейний простір» є технікою, що забезпечує сімейного консультанта важливою інформацією про організацію сімейної системи, з якою він працює, а також ефективним засобом терапевтичної інтервенції.

Суть техніки	полягає в тому, що клієнтів просять намалювати план-схему їхнього будинку, включаючи всі наявні в ньому кімнати і приміщення.
---------------------	---

Дана техніка може бути корисна і для учнів сімейного консультування, коли учасники тренінгу діляться один з одним інформацією, що відбиває психологічну ситуацію у власних сім'ях, і це може підвищити рівень їх професійної компетентності.

Спочатку техніка використовувалася саме в цьому контексті і лише потім була застосована сімейними консультантами в роботі з клієнтами.

«Територіальність» є важливою частиною особистісної і сімейної ідентичності. Вона емоційно і операційно ідентифікується з приналежністю до сім'ї і з виключенням з неї, з комфортом і напруженістю, задоволенням і болем, з близькістю і віддаленістю, з кордонами і їх заплутаністю, з силою і слабкістю.

Вивчення сімейного простору виявляє дуже важливі аспекти внутрішньосімейної динаміки. При цьому корисно задавати собі наступні питання: чи використовується сімейний простір в продуктивних цілях, для гри, для животіння або ж для сварок між членами сім'ї?

ПРОЦЕДУРА

Батькам надається великий аркуш паперу, фломастери або олівці. Їх просять намалювати план будинку, де вони жили до одруження. Діти ж в цей час дивляться і слухають. Якщо батьки кілька разів змінювали місце проживання, переїжджаючи з одного будинку в інший, їх просять намалювати план того будинку, який найбільш запам'ятався.

У той час коли батьки зайняті малюванням, психолог поступово вводить їх в терапевтичну ситуацію, задаючи такі питання:

- 1) малюючи, відзначайте, з яким настроєм асоціюється у вас та чи інша кімната;
- 2) спробуйте згадати домінуючі запахи, звуки, кольори і людей в будинку;
- 3) була в вашому домі кімната, спеціально призначена для зустрічей всіх членів сім'ї;
- 4) коли члени вашої розширеної сім'ї заходили до вас,
- 5) в якій кімнаті відбувалися зустрічі;
- 6) чи були в будинку кімнати, в які вам було заборонено заходити;
- 7) було у вас якесь особливе місце в будинку;
- 8) спробуйте якомога чіткіше уявити собі, як у вашому рідному домі вирішувалися питання близькості, дистанції і відокремленості;
- 9) як був розташований ваш рідний дім по відношенню до інших будинків в цьому кварталі; виділявся він чим-небудь чи ні;
- 10) згадайте якусь типову подію, що відбувалася в вашому рідному домі;
- 11) згадайте типові слова, фрази, які виголошувалися членами вашої родини.

Існує декілька варіантів використання даної техніки в сімейної терапії. Психолог може попросити батька і матір намалювати план їх рідних домівок, а діти повинні в цей час спостерігати за ними.

Як інший варіант можна дати дітям інструкцію намалювати план будинку, в якому вони зараз живуть з батьками, а батько і мати при цьому будуть присутні як спостерігачі. Третій варіант – всі члени сім'ї малюють план будинку, в якому зараз живуть.

Питання консультанта спрямовані на виявлення спогадів, пов'язаних з існуючими в даній сім'ї правилами і їх джерелами в батьківських сім'ях.

Крім того, спогади вивчаються на предмет того, наскільки вони відображають сімейні взаємини.

Зібрана інформація може виявитися корисною також для виявлення різних альянсів і розривів взаємин всередині цієї сім'ї.

5. ПРОЦЕДУРА ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ ПРОЕКТИВНОГО ТЕСТУ «МАЛЮНОК СІМ'Ї»

Одним з найбільш популярних методів діагностики сімейних відносин є проєктивний тест «Малюнок сім'ї».

До переваг цього методу можна віднести наступне:

- простоту використання;
- можливість побачити існуючі сімейні кордони і наявність коаліцій;
- емоційний фон, характерний для даної сімейної системи з точки зору кожного члена сім'ї.

ПРОЦЕДУРА

Перший етап.

Випробуваному пропонується намалювати свою сім'ю (олівцем на папері без клітинок).

У разі, якщо випробовуваний ставить запитання щодо малювання, консультант відповідає невизначено («Малюй, як хочеш»), але підтримуючи прагнення клієнта малювати («Неважливо, як ти намалюєш – головне, щоб ти щось намалював»).

Випробовуваний не повинен користуватися гумкою. Після закінчення малювання всі намальовані персонажі повинні бути позначені підписами (хто є хто).

Другий етап.

Інтерпретація малюнку.

Даний тест має багато способів інтерпретації. Одна з кращих інтерпретацій «малюнка сім'ї» запропонована вітчизняним психологом В.К. Лосєвої.

Правила інтерпретації малюнку (В.К. Лосєва)

1. Використання простору листа.

Простір листа є аналогом простору сімейного світу з точки зору автора малюнка. Місце автора в просторі листа символізує його місце в просторі власної сім'ї.

2. Відсутність на малюнку будь-якого члена сім'ї.

Якщо хтось із членів сім'ї відсутній, то, швидше за все, у автора існує повна відсутність емоційного контакту з цим персонажем, даної людини як би немає в його світі.

Це може означати також наявність несвідомих негативних почуттів по відношенню до відсутнього, які сприймаються автором як заборонні (наприклад ревності, агресія).

3. Відсутність на малюнку автора.

Якщо сам автор на малюнку відсутній, це може означати труднощі самовираження щодо близьких людей, наявність у автора установки, що його в сім'ї не розуміють.

Це може означати також, що автору важко знайти своє місце в сімейному просторі.

Однак це може також висловлювати таку позицію автора – «місця тут мені немає, але мене це й не хвилює».

4. Розмір зображених персонажів.

Розмір персонажа уособлює його суб'єктивну значимість для автора. Найбільший розмір на малюнку має той з персонажів, відносини з яким більш значущі.

5. Наявність вигаданих персонажів.

Вигадані персонажі є символами незадоволених потреб. Наприклад, наявність на малюнку Діда Мороза, домашніх тварин може означати потребу автора в підтримці, захисті, теплі. У цьому випадку слід розпитати автора про характер вигаданого персонажа і його функціях.

6. Розташування персонажів на просторі листа.

Чим вище розташований персонаж, тим найбільшу владу в родині він має в очах автора, навіть якщо зображення його маленьке за розміром.

7. Відстань між персонажами.

Відстань, на якому знаходяться персонажі один щодо одного, відображає психологічну дистанцію, яка існує між ними. Персонажі, які стикаються, знаходяться в тісному психологічному контакті.

8. Характеристика контуру.

Персонаж або предмет, що викликає велику тривогу, малюється з великим натиском, сильно заштрихований, контур кілька разів обведений. Персонаж може бути намальований тонкою тремтячою лінією, що також говорить про тривогу, яку він викликає у автора (автор не наважується його зобразити).

9. Спотворення в зображенні фігур.

Спотворення по правій стороні (якщо встати на місце персонажа) можуть означати проблеми у взаєминах зі світом соціальних норм (робота, навчання, кар'єра; для дитини – з людьми, які персоніфікують норми).

Спотворення по лівій стороні – проблеми в сфері емоційних, інтимних, близьких відносин.

10. Зображення неживих предметів.

Зображення великої кількості предметів, що відносяться до якоїсь сфери життя (наприклад м'яких меблів), означає особливу значимість цієї сфери для автора.

Зображення великої кількості закритих шаф в малюнку дитини може свідчити про існування в родині таємниці, до якої він, за його думку, не допущений.

11. Зображення великої кількості дрібних деталей.

Може означати фіксацію на правилах порядку, а також схильність сім'ї до довгого утримування емоцій.

Предмети, які малюються між персонажами, наприклад автомобіль між батьком і матір'ю, сприймаються автором як перешкоди у відносинах або в якості єдиного можливого способу контакту.

Символіка частин тіла.

Символіка частин тіла враховується, головним чином, при інтерпретації малюнків дітей. Окремим частин тіла приписують такі значення:

Голова – дуже важлива частина тіла для дитини, найбільшій голові приписується найбільший розум.

Очі. Очі, з точки зору дитини, дані людині для сліз, вираження печалі і прохання в емоційній підтримці. Великі розширені очі означають тривогу, сигнал про допомогу.

Очі щілинки несуть в собі внутрішню заборону на плач, персонаж з такими очима не вміє просити допомоги.

Вуха. Вуха – це орган сприйняття критики. Великі вуха відображають, що персонаж більше, ніж всі інші, повинен слухати оточуючих або слухає. Маленькі вуха або їх відсутність на малюнку говорять про те, що персонаж ігнорує критику, не враховує думку оточуючих або автору хотілося б, щоб так було.

Рот. Рот призначений для вираження вербальної агресії, це «орган нападу». Великий, заштрихований рот означає загрозу для автора малюнка, пов'язаний зі страхом осуду, страх словесного впливу. Відсутність рота, точка замість рота означає, що персонаж, з точки зору автора, не може впливати словесно на інших людей.

Шия. Шия символізує з'єднання раціонального та емоційного компонентів особистості.

Наявність ший означає здатність керувати своїми почуттями.

Тонка і довга шия – конфлікт між почуттями і розумом, який вирішується за рахунок усунення від емоційного світу, «я намагаюся не помічати своїх емоцій».

Коротка і товста шия символізує відсутність подібних протиріч.

Руки. Функція рук полягає в тому, щоб причепитися до матері, встановити з нею контакт. Для дорослих персонажів малюнок руки уособлюють спосіб взаємодії зі світом. Чим більш могутнім сприймається персонаж, тим довгими і великими намальовані його руки.

Ноги. Ноги позначають опору персонажа в реальності, наскільки він «міцно стоїть на ногах». Якщо провести лінію, що сполучає ноги крайніх персонажів, то самостійна опора в реальності буде тільки у тих, хто стоїть на лінії.

6. ПРОЦЕДУРА ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ О.М. ЦІЛЬМАК «ПОБУДУЙ ДІМ»

Загальні положення методу «Побудуй дім»

Метою методу	є корегування життєдіяльнісних установок щодо особистісних стилів поведінки у сімейному житті.
---------------------	--

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.

Недоліками застосування методу є те, що він:

- 1) залежить від компетентності викладача та психолога;
- 2) має кращий результат під час групової роботи.

Необхідні матеріали для застосування методу:

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

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

Основною метою методу є

усвідомлення подружжям наслідків обраного ними стилю поведінки під час сімейних взаємовідносин.

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;
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, отже він:

- 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 самостійно винайшло шляхи коригування стратегій поведінки та зробило висновки;
- повинен зупинити роботу, якщо виник конфлікт, який перевищує межі дозволеного.

ПРОЦЕДУРА

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.

<p>III. Викликає по черзі сімейну пару та демонструє на екрані їх побудований дім з сірників.</p>
<p>IV. Пропонує сімейній парі розказати про те як саме відбувався процес побудови дому.</p>
<p>V. Наголошує на правилах поведінки під час розповіді.</p>
<p>VI.Пропонує кожному з пари по черзі відповісти на такі запитання:</p> <ul style="list-style-type: none"> – «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?».
<p>VII. Пропонує подружжю підвести підсумки у формі висновків, які фіксує на дошці.</p>
<p>VIII. Пропонує усім учасникам підвести підсумки, які також фіксує на дошці.</p>
<p>Підпункти 6-7 та 8 повторюються стільки, скільки є сімейних пар!</p>
<p>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.</p>
<p style="text-align: center;">Приклади прислів'я:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) «Куєш залізо – не шкодуєш вугілля, ростиш сина – не шкодуєш 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

Обов'язковими умовами застосування методу є:

- 1) наявність дисфункцій у стратегіях поведінки подружжя;
- 2) мотиваційна зацікавленість подружжя зберегти сім'ю.

Основні правила поведінки для подружжя. Отже, чоловік та дружинна повинні:

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

Основні правила поведінки для психолога, отже він:

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

ПРОЦЕДУРА

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 задовольнять двох.

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

7. ПРОЦЕДУРА ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ О.М. ЦІЛЬМАК «ЗЕРНЯТКО»

Загальні положення методу «Зернятко»

Метою методу «Зернятко»	є психодіагностика прихованих міжособистісних і внутрішньоособистісних конфліктів для надання професійно-психологічної допомоги особам в кризових ситуаціях сімейного, навчального, професійного або побутового характеру.
--------------------------------	--

На проведення цього методу відводиться два (за необхідністю 3-5) сеанси тривалістю від 45 до 60 хвилин. Його можна застосовувати, як у психокорекційній практиці, так й у психотерапевтичній.

Слід підкреслити, що валідність та дієвість цього методу потребує дотримання психологом або психотерапевтом певних умов при його застосуванні.

Отже, по-перше, клієнт (пацієнт) повинен бути психічно здоровим, тобто не хворіти на:

а) хронічний розлад психічної діяльності, тобто психічні захворювання, що протікають довготривало, безперервним чи нападopodobним перебігом, мають тенденцію до прогресування (шизофренія, шизофреноподібні та маячні (маревні) розлади, епілепсію, сифіліс мозку, старечі психози й ін.);

б) тимчасовий розлад психічної діяльності, тобто розлади поведінки і психіки внаслідок вживання психоактивних речовин (патологічне сп'яніння, алкогольні психози – параноїд, делірій, галюціноз); невротичні, поєднані зі стресовим впливом; синдроми розладів поведінки, пов'язані з ендокринними, фізіологічними й іншими причинами;

в) стійкі розлади пізнавальної діяльності з порушенням інтелекту як вродженого (олігофренія), так і набутого (стареча деменція) характеру; а також недоумкуватість (розумова відсталість) та захворювання, що призводять до слабоумства;

г) розлади особистості, порушення психічного розвитку, психопатії, легкі форми розумової відсталості, психічний інфантилізм, інші хворобливі стани.

<p>По-друге, у клієнта (пацієнта) повинні бути добре розвинуті властивості образної уваги: стійкість (здатність тривалий час утримуватися на будь-якому уявному об'єкті, не відволікаючись); концентрація (здатність утримувати увагу на якому-небудь уявному об'єкті); переключення (здатність навмисно переводити увагу з одного уявного об'єкта на інший, з одного виду діяльності на інший); розподіл уваги (здатність розсердити увагу на значному просторі, паралельно уявно робити декілька різних дій); обсяг уваги (здатність одночасно вести спостереження за багатьма характеристиками уявного об'єкта та великою їх кількістю).</p>
<p>По-третє, у психолога (психотерапевта) повинні бути розвинуті професійно значущі:</p> <p>а) якості: товариськість, контактність, доступність, толерантність, доброзичливість, коректність, тактовність, дипломатичність, упевненість, посидючість, уважність, спостережливість (дивитися, бачити та побачити; слухати, чути та почути), обережність, емпатійність, проникливість, прогностичність, дедукція, допитливість, креативність, рефлексивність, обміркованість, розсудливість, самоконтроль, самовладання, врівноваженість, терпимість тощо;</p> <p>б) уміння: <i>психодіагностичні</i> (виявляти компетентність при діагностуванні, визначати характерологічні особливості та поведінкові прояви, здійснювати візуальну); <i>гностичні</i> (зберігання в пам'яті отриману інформацію, велику кількість фактів, відтворювати інформацію; не вкладати «свій сенс у слова клієнта»); <i>релаксаційні</i> (уводити клієнта у стан повного розслаблення); <i>перцептивні</i> (проникати у внутрішній світ клієнтів, відчувати та розуміти їх психічні стани; адекватно інтерпретувати їх слова та поведінку); <i>аналітичні</i> (аналізувати умови, причини, мотиви, засоби, форми поведінки клієнта та систематизувати отриману інформацію) та ін.</p>
<p>По-четверте, психолог (психотерапевт) повинен бути озброєний психоаналітичними та психодіагностичними знаннями (у галузях психоаналізу, біхевіоризму, гуманістичної та гештальтпсихології; проективних методів діагностики).</p>
<p>По-п'яте, психолог (психотерапевт) повинен перед початком практичної психокорекційної (психотерапевтичної) діяльності пройти власний психоаналіз, для того щоби не перекладати власні проблеми на клієнта (пацієнта), не приписувати йому власні установки, інтереси, погляди, ставлення, мотиви.</p>
<p>Шосте, під час проведення цього методу психологу (психотерапевту) необхідно не займати провідну, домінуючу, демонстративну позицію. Психолог (психотерапевт) повинен супроводжувати образ клієнта (пацієнта), задаючи йому додаткові уточнюючі питання та зосереджуючи його увагу на деталях та дрібницях образу, який ним уявляється.</p>
<p>Сьоме, мова психолога (психотерапевта) повинна бути спокійною, мелодійною, повільною, заспокоюючою, невимушеною та не скованою.</p>
<p>Восьме, одяг психолога (психотерапевта) повинен бути не яскравого кольору, не демонстративним. Саме зовнішній вигляд психолога (психотерапевта) іноді стає перешкодою на шляху встановлення з клієнтом (пацієнтом) контакту та довірливих стосунків.</p>
<p>Дев'яте, настрій у психолога повинен бути рівний. Слід підкреслити, що радісний настрій психолога (психотерапевта) може дратувати клієнта (пацієнта); похмурий – може ще більше його засмутити та стати бар'єром для встановлення довіри.</p>

Таким чином, дотримання цих умов психологом та психотерапевтом сприятиме ефективності проведення ними психокорекційних і психотерапевтичних заходів.

Алгоритм реалізації методу «Зернятко»

Алгоритм проведення цього методу складається з декількох етапів.

На *першому етапі* психолог (психотерапевт) вислуховує клієнта (пацієнта) та суть його проблеми. За допомогою додаткових запитань вивчає індивідуально-психологічні особливості клієнта (пацієнта) та його схильність до образного уявлення. На цей етап відводиться 5-10 хвилин, однак, він може затягнутися та зайняти увесь сеанс. Слід підкреслити, що не треба виявляти поспішність та торопити клієнта (пацієнта). Клієнт (пацієнт) повинен виговоритися. Наприкінці зустрічі психолог (психотерапевт) може запропонувати на наступному сеансі пройти метод «Зернятко». При цьому психолог (психотерапевт) пояснює його суть: «Метод «Зернятко» – це не гіпноз, це асоціативний метод, який сприяє поняттю себе, усвідомленню власних проблем та знаходженню шляхів розв'язання міжособистісних та внутрішньособистісних конфліктів. Вам буде запропоновано обрати тих осіб (колегу, начальника, батька, маму, сестру, брата, дружину (чоловіка) та ін.), відношення до яких або стосунки з якими Ви хочете для себе зрозуміти. Вам необхідно бути з закритими очима фантазувати у формі певних образів на задану тему».

На *другому етапі*, психолог (психотерапевт) протягом 10-15 хвилин, розпитує клієнта (пацієнта) про стосунки з особою (особами), ставлення до якого (яких) він хоче зрозуміти; з'ясовує ставлення особи (осіб) до клієнта (пацієнта) та причини міжособистісного (міжособистісних) конфліктів. Слід зазначити, що якщо це другий сеанс, то перед з'ясуванням міжособистісних стосунків та причин їх конфліктів, психолог (психотерапевт) розпитує клієнта (пацієнта) про його самопочуття та його готовність до «сновидінь наяву» (3-5 хвилин).

На *третьому етапі* (приблизно 15 хвилин) психолог (психотерапевт) пропонує клієнту (пацієнту) зручно сісти, закрити очі та розслабитися. Спокійним, рівним, монотонним голосом, витримуючи паузи в такт дихання клієнта (пацієнта), психолог (психотерапевт) надає словесні інструкції на розслаблення. Слід зазначити, що можна використовувати різні техніки релаксації – В. Люте, Й. Шульца, М. Фукса, Е. Якобсона, Х. Лейнера.

Коли психолог (психотерапевт) побачить, що клієнт (пацієнт) повністю розслабився та готовий до «сновидінь наяву» поступово переходить до четвертого етапу (приблизно 30 хвилин). Психолог (психотерапевт) пропонує клієнту (пацієнту) уявити в руці декілька (за кількістю осіб) зерняток, та співвіднести їх з – власним образом та образами тих осіб, ставлення до яких він хоче з'ясувати. Розпитує про кожне зернятко: «Яке зернятко характеризує Вас?», «Яке зернятко характеризує образ (наприклад, матері)?», «До якої рослини воно належить?». Потім психолог (психотерапевт) уточнює форму, колір, запах, структуру цих зерняток, пропонує порівняти їх між собою; з'ясовує чи подобається клієнту (пацієнту) те чи інше зернятко та чим саме.

Основним прихованим завданням цього етапу є з'ясування ставлення клієнта (пацієнта) до себе (тобто з'ясування образу ідеального та реального «Я», самооцінки індивіда) та до інших (тобто тих осіб, взаємини з якими хоче для себе клієнт (пацієнт) з'ясувати та власне ставлення до яких бажає зрозуміти). Слід зазначити, що це завдання вирішується за рахунок проєкції власного ставлення клієнта на образи «зерняток».

Після детального описання зерняток, психолог (психотерапевт) пропонує посадити їх там де клієнт (пацієнт) забажає. Клієнт (пацієнт) уявно «висаджує їх» та описує як він це робить. Зернятка можуть бути висаджені у різних місцях, тому психолог (психотерапевт), уточнює де саме посаджені зерна (у квітковому горщику, на полі, на клумбі, на безлюдному острові тощо; ліворуч, праворуч, по центру (наприклад, поля)) та яка відстань між ними. Ці всі питання та уточнення є важливими діагностичними критеріями.

Потім клієнту (пацієнту) пропонується уявно допомогти виростити цим зерняткам; спостерігаючи при цьому за тим, що виростає з них та розповідаючи про це. Психолог (психотерапевт) з'ясовує за допомогою уточнюючих запитань назву рослини, її запах, колір і розмір. З'ясовує: «Чи подобається образ рослини, яка виростає із зернятка?»; «Чи не заважає вона рости іншим рослинам?»; «Яка з рослин не подобається та чому?»; «Яка з рослин подобається найбільше та чому?». Якщо образ дуже приємний, психолог (психотерапевт) пропонує насолодитися тими відчуттями, що відчуває клієнт (пацієнт) по відношенню до тієї чи іншої рослини. Якщо образ негативний, психолог (психотерапевт) з'ясовує, що хотів би клієнт (пацієнт) зробити з цією рослиною? Наприклад, якщо клієнт (пацієнт) уявно посадив зернятко на безлюдному острові та хоче залишити на ньому рослину, яка виростає з зернятка, то психолог (психотерапевт) не заперечує, а пропонує зробити це.

Слід підкреслити, що у залежності від відстані на якій висаджені зернятка та того, що виростає з цих зерен, й буде надалі здійснюватися психодіагностика внутрішньоособистісних та міжособистісних конфліктів. У практиці власної психокорекційної роботи зустрічалися випадки, коли клієнт (пацієнт) уявляв зернятко пшениці, а в результаті – з цього зернятка виріс кактус. А ні в якому разі не слід заважати польоту уяви та фантазії клієнта (пацієнта). Цей факт теж є діагностичним критерієм (тим самим визначається показне (публічне) та внутрішнє (істинне) ставлення індивіда до себе або певної особи).

Коли усі деталі описані та з'ясовані, психолог (психотерапевт) пропонує вибрати місце де хотів би клієнт (пацієнт) розстатися з образами тих рослин, які виростили. Пропонується індивіду уявно попрощатися з ними та коли він буде готовий – вийти з образу. При цьому необхідно – підтягнутися, глибоко вдихнути, потім ривком видихнути та відкрити очі. Через хвилину (коли клієнт (пацієнт) адаптується, «прийде у себе») психолог (психотерапевт) уточнює його самопочуття, його емоції і ставлення до того, що відбулося в образі. З'ясовує, що в уявному образі залишило негативний відбиток, а що найбільш сподобалося клієнту (пацієнту).

П'ятий етап – психолог (психотерапевт) дає домашнє завдання клієнту (пацієнту).

По-перше, – намалювати декілька малюнків: малюнок (можна схему) місцевості де висаджені образи рослин; малюнок образу рослини, яка спровокувала у індивіда негативні емоції; малюнок образу рослини, яка найбільше сподобалася йому. При цьому клієнту (пацієнту) підкреслюється, що він може використовувати як кольорові олівці, так й фломастери, простий олівець, фарби.

Друге завдання – після того, як малюнки будуть намальовані, необхідно письмово описати їх, зосереджуючись при цьому на власних емоціях та почуттях.

Під час виконання домашнього завдання особа ще раз переживає образи; визначає власне ставлення до кожного з образів (рослин, дерев, кущів, квітів); насолоджується образами та визначає причини чому саме йому сподобався або не сподобався певний образ.

На шостому етапі психолог (психотерапевт) вислуховує описання малюнків клієнта (пацієнта), задає уточнюючі питання, подумки аналізує їх та їхнє описання.

На сьомому етапі психолог (психотерапевт) спостерігаючи за реакцією клієнта (пацієнта) та задаючи додаткові уточнюючі питання, обережно розкриває суть проблеми, яка була їм діагностована. Інтерпретацію психолог (психотерапевт) починає з загального малюнку образів рослин, потім поступово переходить до малюнку з негативним образом, а наприкінці інтерпретує позитивний образ. Під час інтерпретації малюнків психолог (психотерапевт) обережно задає додаткові уточнюючі питання та у разі необхідності здійснює психокорекцію міжособистісних або внутрішньоособистісних конфліктів. Під час здійснення психокорекції необхідно домогтися щоби клієнт (пацієнт) самостійно дійшов до усвідомлення власних помилок, проговорив їх та захотів скорегувати своє ставлення до осіб, з якими конфліктує, або власні установки, поведінку тощо. Слід підкреслити, що необхідно так завершити сеанс, щоби клієнт (пацієнт) був позитивно налаштований та упевнений у собі та власних силах.

Таким чином, символи образів зерняток та вирослих з них рослин заміщають наочний засіб вираження чогось прихованого, об'єднаного загальними внутрішніми асоціативними зв'язками. Вирішальним значенням методу «Зернятко», має та обставина, що клієнт (пацієнт) не знає, що має справу з символами, імпульси яких виходять з його несвідомого.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Питання для самоконтролю:

1. Процедура здійснення «Генограми»
2. Методи дослідження сімейних стосунків.
3. Процедура «Скульптури сім'ї».
4. Процедура методу «Зернятко».
5. Процедура методу «Побудуй дім».

Тестові завдання для перевірки знань:

1. За методикою «Генограма» кожному члену сім'ї пропонується:

- а) відповісти на 20 запитань;
- б) намалювати коло і в ньому себе і членів своєї родини у формі кружків, підписуючи їх так, щоб було зрозуміло, хто з членів сім'ї де розміщений;
- в) намалювати свою сім'ю у 3-4-х поколіннях у вигляді генеалогічного дерева;
- г) надати інформацію про свою сім'ю продовжуючи незакінчені речення.

2. З якими чинниками пов'язані труднощі психодіагностики сім'ї:

- а) небажання окремих членів приймати участь у дослідженні;
- б) закритістю сім'ї як частини соціуму;
- в) інтимністю стосунків між людьми;
- г) великою кількістю контактів в сімейній системі.

3. До основних напрямів соціально-психологічних досліджень сім'ї можна віднести:

- а) вивчення впливу умов праці на психологію сім'ї;
- б) вивчення функцій сім'ї;
- в) вивчення психологічних якостей подружжя, які необхідні сучасному суспільству;
- г) усі відповіді правильні;
- д) усі відповіді неправильні.

Тематика доповідей та рефератів:

1. Основні принципи здійснення сімейної психодіагностики.
2. Вимоги до психодіагностичного інструментарію.

Наочно-схематичне завдання для опанування навчальним матеріалом:

1. Побудуйте Генограму власної сім'ї.
2. Намалюйте малюнок власної сім'ї.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРИ

1. Варга А. Системная семейная психотерапия., М., 2001
2. Векилова С. А. Генограмма как метод исследования межпоколенческих отношений семьи / Современные проблемы психологии семьи: феномены, методы, концепции. Вып. 3., СПб. : Изд-во АНО «ИПП», 2009., С. 30-34.
3. Де Гольжак В. История в наследство: Семейный роман и социальная траектория / Винцент Де Гольжак / Перев. с франц. И. К. Масалкова., М. : Издво Института Психотерапии, 2003., 233 с.
4. Лейнер Х. Кататимное переживание образов / Пер. с нем. Я.Л.Обухова. М., «Эйдос», 1996.
5. Лосева В.К. Рисуем семью., М., 1995.
6. Социальная педагогика. // Под ред. Галагузовой М.А., М., 2000.
7. Слабинский В. Ю. Семейная позитивная динамическая психотерапия. Практическое руководство., СПб. : Наука и техника, 2009., 464 с.
8. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: основные понятия, методы и клиническая практика / под ред. Бейкер К., Варга А. Я., М. : Когито-Центр, 2005., 496 с.
9. Фурманов И.Л., Аладьин АЛ., Фурманова Н.В. Психологическая работа с детьми, лишеными родительского попечения., Минск, 1999.
10. Хеллингер Б. Источнику не нужно спрашивать пути / Берт Хеллингер., М. : Институт консультирования и семейных решений, 2010., 320 с.
11. Хиггинс Р. Методы анализа клинических случаев. Руководство для начинающих психотерапевтов / Роберт Хиггинс., М. : Когито-Центр, 2003., 168 с.

12. Черников А.Л. Генограмма как категория анализа семейной жизни. Психологическая консультация., 1997., № 1.
13. Черников А. В. Системная семейная терапия. Классика и современность / Александр Черников., М. : Класс, 2005., 400 с.
14. Шутценбергер А. А. Психогенеалогия / Анн Анселин Шутценбергер. – М. : Психотерапия, 2010., 224 с.
15. Шутценбергер А. А. Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциогаммы / Анн Анселин Шутценбергер., М. : Издательство института психотерапии, 2005., 256 с.
16. Цільмак О.М. Тренінгова вправа «Побудуй дім». // Інноваційні методи навчання майбутніх юристів: матеріали Всеукраїнської науково–практичної конференції (Одеса, 06 листопада 2015 р.) / Одеський державний університет внутрішніх справ., Одеса: РВВ ОДУВС, 2015., С. 154-156
17. Цільмак О.М. Алгоритм проведення психодіагностичної методики «Зернятко» / О.М. Цільмак // Наука і освіта., 2012., № 1 (Педагогіка), С. 75–79
18. Основи психокорекції. URL: <https://works.doklad.ru/view/s9pd7MKPLaA/3.html>

ПІСЛЯМОВА

Психологічне знання озброює людину важливим інструментарієм щодо встановлення, діагностики, аналізу, оцінки та розуміння сутності трансформаційних процесів, що відбуваються у середині соціального каркасу суспільства – сім'ї. Та надає можливості здійснювати психологічний вплив через корегування та корекцію основних сімейних проблемних питань.

У навчально-наочному підручнику «Психологія сім'ї та шлюбу: схеми, таблиці, коментарі» представлені теми розкривають життєвий цикл сім'ї через динамічні, змістовні та трансформаційні процеси. У ньому розглядаються питання про: а) загальні питання психології сім'ї та шлюбу; б) характеристику сучасної сім'ї; в) структуру сім'ї та її основні структурні елементи; г) життєвий цикл сім'ї; д) психологічні особливості передшлюбного періоду; е) характеристику почуття любові як основи подружніх стосунків; ж) психологічні особливості розвитку взаємин у молодій сім'ї; з) типологію стосунків у шлюбі; і) психологічні особливості батьківства та дитячо-батьківських відносин; к) психологічні особливості впливу батьківського ставлення на розвиток дитини; л) кризові періоди шлюбно-сімейних стосунків; м) психологічні особливості виникнення та перебігу сімейних конфліктів; шляхи їх вирішення; н) психологічні особливості завершення шлюбно-сімейних відносин та розлучення; о) діагностичні техніки визначення проблемного поля сім'ї та ін.

Підручник призначений для того щоби розвинути та сформувати у осіб, які навчаються, уміння: а) орієнтуватися в різних наукових уявленнях про сім'ю, критично їх аналізувати; б) дотримуватися певного методологічного підходу у вивченні сім'ї; в) з'ясовувати специфіку внутрішніх і зовнішніх детермінант, які спонукають сім'ю до певного стилю життєдіяльності; г) винаходити найбільш оптимальні шляхи вивчення конкретної сім'ї з урахуванням індивідуальних особливостей подружжя; д) враховувати внутрішній потенціал сім'ї та прогнозувати її перспективи, надавати практичні рекомендації щодо виховання дітей та ін.

Вбачається він буде цікавим здобувачам вищої освіти, психологам, викладачам та усім тим, хто цікавиться психологією сім'ї та шлюбу.

ПОКАЖЧИКИ

дитячо-батьківські відносини	4, 7, 149-161
життєвий цикл сім'ї	2, 3, 60-62, 67, 68, 255
конфлікт	5, 8, 15, 16, 19, 24, 50-66, 72, 115, 124-132, 177, 184-200, 221-225, 244-255
криза	67, 87, 150, 184-20
подружжя сумісність	4, 114, 122, 132, 135
рольова поведінка подружжя	138-148
сімейні ролі	3,7, 43, 46, 53, 56, 140, 186
функції сім'ї	33-37, 122

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ТА РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Абалакина М. А, Межличностное взаимодействие и динамика предбрачных отношений. Дис.... канд. психол. наук. - М., 1987.
2. Авдугев А.А., Антонов А.И. Жизнедеятельность семьи: тенденции и проблемы. М., 1990.
3. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. Изд. 2 е. М.: Независимая фирма "Класс", 1999. 208 с.
4. Алешина Ю. Е. Цикл развития семьи: исследование и проблемы // Вестн. Моск. ун та. (Сер. 14. Психология). 1987. № 2., С. 18–25.
5. Андреева, Т.В. Социальная психология семейных отношений / Т.В.Андреева., СПб: Санкт-Петербургский гос. ун-т, 1998. 100 с.
1. Андреева Т.В. Психология современной семьи / Т.В. Андреева. СПб.: Речь, 2005., 436 с.
2. Андреева, Т.В. Семейная психология / Т.В. Андреева. СПб.: Речь, 2004., 244 с.
3. Андреева Т. В., Кононов А. В. Распределение ролей в молодой семье / Ананьевские чтения. СПб.: Изд-во СПб. университета. 2002. С. 25–30.
4. Антонов А.И. Микросоциология семьи: Методология исследования структур и процессов. М., 1998.
5. Антонов А.И., Медков В.М. Социология семьи. М.: Изд-во МГУ: Изд-во Международного университета бизнеса и управления ("Братя Карич"), 1996., 304 с.
6. Антология гендерной теории. Сб. пер. / Сост. и комментарии Е.И. Гаповой и А.Р. Усмановой. Минск.: Пропилеи, 2000.
7. Антонов А.И., Сорокин С.А. Судьба семьи в России XXI века. (Размышления о семейной политике, о возможностях противодействия упадку семьи и депопуляции). М.: Издат. дом «Грааль», 2000.
8. Архангельский В.Н. К вопросу о семейной политике и социальной поддержке семей в РФ // Семья в России. 1994. №1.
9. Бартел Гилберт Д. Групповой секс: Американский способ группового секса глазами ученого. М.: «КРОНИ ПРЕСС», 1998.
10. Баскакова М.В. Замужняя женщина: семья или работа?...\\ Семья в России №3-4, 1995.
11. Безлипкина Л.Ф. Семья в социуме: стратегия жизнедеятельности // Семья в России. 1994. №1.
12. Бендлер Р, Гриндер Д., Сатир В. Семейная терапия. СПб., 1993.
13. Берн Ш. Гендерная психология. СПб.: прайм ЕВРОЗНАК, 2001.
14. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986.
15. Бородкин Ф.М., Коряк Н.М. Внимание: конфликт! Новосибирск: Наука, 1983.
16. Богданов Г.Т., Богданович Л.А., Полеев А.М. и др. Супружеская жизнь: гармония и конфликты / сост. Л.А. Богданович. 2 е изд. М.: Профиздат, 1991., 175 с.
17. Бэндлер Р., Гриндлер Д., Сатир В. Семейная терапия. Воронеж, 1993.
18. Буянов, М.И. Ребенок из неблагополучной семьи: кн. для учителей и родителей / М.И. Буянов., М.: Просвещение, 1988. 207 с.
19. Брутмай В. И., Радионова М. С. Формирование привязанности матери к ребенку период беременности // Вопр. психологии. 1997. № 7. С. 38—47.
20. Васильева Э.К. Семья и ее функции. М., Статистика, 1975

21. Васильева О. С., Хмарук И. Н. Супружеская неверность: эволюция представлений и современная ситуация // Журн. практ. психолога. 2000. № 8–9., С. 134–139.
22. Варга А. Я. Семейные мифы в практике семейной психотерапии // Журн. практ. психолога. 2001. № 1–2. С. 65–76.
23. Варга А.Я. Современный ребёнок. Энциклопедия взаимопонимания // ОГИ, Фонд научных исследований «Прагматика культуры», 2006. 640 с.
24. Варга, А..Я. Системная семейная психотерапия: краткий лекционный курс / А.Я. Варга., СПб.: Речь, 2001. 144 с.
25. Вікіпедія. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki>
26. Вишневский А. Г. Похвала старению // Отечественные записки. 2005. № 3. URL: <http://www.strana-oz.ru/2005/3/pohvala-stareniyu>.
27. Ворошнина О. Р. Психологическая коррекция депривированного материнства. Дис. Канд.психол.н. специальность 19.00.07., М. 1998
28. Векилова С. А. Генограмма как метод исследования межпоколенческих отношений семьи / Современные проблемы психологии семьи: феномены, методы, концепции. Вып. 3., СПб. : Изд-во АНО «ИПП», 2009., С. 30-34.
29. Великова, С.А. Психология семьи: учебник и практикум Введение в гендерные исследования. Ч. 1: Учебное пособие / Под ред. И. А. Жеребкиной, Харьков: ХЦГИ, 2001.
30. Витек Карел Проблемы супружеского благополучия. М.: Прогресс, 1988.
31. Витакер, К.Танцы с семьей: семейная терапия / К. Витакер, В. Бамберри; пер. с англ. А.З.Шапиро., М.: Класс, 1999. 176 с.
32. Гарбузов, В.И. От младенчества до отрочества / В.И. Гарбузов., М.: Педагогика, 1989., 276 с.
33. Гарбузов В.И. Нервные дети. М., 1990.
34. Голофаст В. Б. Социология семьи. Статьи разных лет. СПб.: Алетейя, 2006.
35. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как?/ Ю.Б. Гиппенрейтер., М.: ЧеРо, 2002., 240 с.
36. Гиппенрейтер, Ю. Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так?/ Ю.Б. Гиппенрейтер., М.: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, 2009. 256 с.
37. Голод С.И. Стабильность семьи: социологический и демографический аспекты. Л.: Наука, 1984.
38. Голод С.И. Личная жизнь: любовь, отношения полов, Л.: «Знание», 1990.
39. Голод С.И. Семья и брак: историко-социологический анализ. СПб., 1998.
40. Де Гольжак В. История в наследство: Семейный роман и социальная траектория / Винцент Де Гольжак / Перев. с франц. И. К. Масалкова., М. : Издво Института Психотерапии, 2003., 233 с.
41. Гребенников, И.В. Основы семейной жизни / И.В. Гребенников., М.:Просвещение,1991. 256 с.
42. Гребенников И.Ф. Основы семейной жизни. М., 1991.
43. Дружинин В.Н. Психология семьи. СПб.: Питер. 2006., 176 с.
44. Дружинин, В.Н. Психология семьи / В.Н. Дружинин., Екатеринбург: Деловая книга, 2000. 208 с.
45. Дорно И. В. Современный брак: проблемы и гармония. М.: ОЛМА Пресс, 1990. 200 с.
46. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1987.

47. Дойч М. Конструктивное разрешение конфликтов: принципы, обучение и исследование // Психол. конфликта / Сост. и общ. ред. Н. В. Гришиной. СПб.: Питер, 2001., С. 173–198.
48. Дуткевич Т. В. Конфліктологія з основами психології управління: навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2005., С.105 – 113.
49. Дымнова, Т. Н. Зависимость характеристик супружеской семьи от родительской / Т. Н. Дымнова // Вопросы психологии. 1998. № 2. С.19 - 27.
50. Емельянов С. М. Практикум по конфликтологии. 2 е изд., доп. и перераб. СПб.: Питер, 2003., 350 с.
51. Жизненный цикл семьи. URL: <https://psylist.net/family/00022.htm>
52. Заслуженюк, В.С. Родители и дети: взаимопонимание или отчуждение?: кн. для родителей / В.С. Заслуженюк, В.А. Семиченко., М.: Просвещение: АО «Учеб. лит.», 1996., 191 с.
53. Захаров, А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка / А.И.Захаров., М.: Просвещение,1993., 192 с.
54. Захаров, А.И. Неврозы у детей и психотерапия / А.И. Захаров., СПб.: Союз, 1996. 323 с
55. Захаров, А.И. Происхождение детских неврозов и психотерапия / А.И. Захаров., М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. 448 с.
56. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. М., 1992.
57. Захаров А.И. Неврозы у детей и подростков. М., 1988.
58. Земска М. Семья и личность. М., 1986.
59. Змановская, Е.В. Психология семьи. Основы супружеского консультирования и семейной психотерапии / Е.В. Змановская. М.: Инфра М, 2017., 380 с.
60. Зидер Р. Социальная история семьи в Западной и Центральной Европе (к. 18 20 вв.). М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997.
- 61.
62. Ильин, Е. Психология любви / Е. Ильин. СПб.: Питер, 2015., 336с.
63. Исраелян Е.В. Насилие в отношении женщин: Поиски путей искоренения // США: Экономика, политика, идеология. 1996. № 3.
64. Илардо Длс. Л. Когда родители стареют: психологическое и практическое руководство / Д. Белокрыльцева // Отечественные записки. 2005. № 3. С. 184—196.
65. Кабанова, О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учеб. пособие / О.А. Кабанова. М.: Гардарики, 2004. 320 с.
66. Калинина Р.Р. Становление нравственности в дошкольном возрасте и социальное окружение: Дис... канд. психол. наук. СПб., 1999.
67. Калинина Р.Р., Санева Р.И. Диагностика родительской позиции // Сборник научных статей преподавателей Псковского Вольного института. Псков, 2004.
68. Кабанова, О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учебное пособие / О.А. Кабанова., М.: Владос-Пресс, 2004. 320 с.
69. Калмыкова Е.С. Психологические проблемы первых лет супружеской жизни.//Вопросы психологии. 1983. №3
70. Каприо Ф.С. Многообразие сексуального поведения. М.: Артания, 1995.
71. Качанова О. И. Семейные кризисы и пути их преодоления // Молодой ученый. 2011., №10., Т.2., С. 141-145
72. Короленко Ц.П., Донских Г.А. 7 путей к катастрофе. Новосибирск, 1990.

73. Ковалев, С.В. Психология современной семьи: книга для учителя / С.В. Ковалев. М.: Просвещение, 1988., 208 с. (Психологическая наука – школе)
74. Кон И.С. Вкус запретного плода. Сексология для всех. М.: Семья и школа, 1997.
75. Кон И.С. Лунный свет на заре. Лики и маски однополой любви. М.: Олимп, 1998.
76. Конфліктологія: навчальний посібник. URL: https://pidruchniki.com/20080215/psihologiya/simeyni_konfliktiКар
77. Кочарян Г. С., Кочарян А. С. Психотерапия сексуальных расстройств и супружеских конфликтов. М.: Медицина, 1994., 224 с.
78. Ковалев, С.В. Психология современной семьи / С.В. Ковалев., М.: Просвещение, 1988. 208 с.
79. Ковбас Б. Родина педагогіка : у 3 т. / Ковбас Б., Костів В. – Том І. Основи родинних взаємовідносин. Івано-Франківськ, 2006. 288 с.
80. Краснова О. В. Социальная и личностная идентичность в позднем возрасте // Психология зрелости и старения. 2005. № 3. С. 14—45.
81. Крайг Г. Психология развития. СПб., 2002.
82. Криттенден П. Трансформация отношений привязанности в юности // Журн. иракт.психологии и психоанализа. 2002. № 1 (март). С. 13—38.
83. Кернберг О. Отношения любви: норма и патология. М., 2000
84. Кравець В. Психологія сімейного життя : навч. посібник. Тернопіль : ТДПУ, 1997. 163 с.
85. . Кратохвил С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний. М.: Медицина, 1991.
86. Кратохвил С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний: Пер. с чешск. / Под ред. Г. С. Васильченко. М.: Медицина, 1992., 310 с.
87. Кривцова, С.В. Воспитание: наука хороших привычек / С.В. Кривцова, Е.А. Мухаматулина., М.: Глобус, 1996. 368 с.
88. Кэмпбелл, Р. Как любить своего подростка / Р.Кемпелл., СПб.: Мирт,2001. 157 с
89. .Кэмпбелл, Р. Как по-настоящему любить своего ребенка / Р. Кемпбелл., СПб.: Мирт, 2001. 159 с.
90. Кэмпбелл, Р. Как понять своего ребенка / Кэмпбелл Р., Лайкс Пэт., СПб.: Мирт, 2001. 158 с.
91. Кей, Э. Любовь и брак. Эволюция любви / Э. Кей. М.: Либроком, 2015., 456 с.
92. Лашмейер Матейчек. Психическая депривация в детском возрасте. Прага : АВИ-ЦЕНУМ, 1984.
93. Левингер, Джордж Клаус; Родинки, Оливер Клинтон Развод и разделение: контекст, причины и последствия, 1979.
94. Лейнер Х. Кататимное переживание образов / Пер. с нем. Я.Л.Обухова. М., "Эйдос", 1996.
95. Лесгафт П.Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение. М,1991.
96. Левкович В.П. Взаимоотношения в семье как фактор формирования личности ребенка // Психология личности и образ жизни. М., 1987.
97. Ле Шап Э. Когда ваш ребенок сводит вас с ума. М.: Прайм-Еврознак, 2006.
98. Липпман У. Общественное мнение / Пер. с англ. Т. В. Барчунова, под ред. К. А. Левинсон, К. В. Петренко. М.: Институт Фонда «Общественное мнение», 2004., 384 с.

99. Личко А. Е. Подростковая психиатрия. Л.: Медицина, 1985.
100. Личко А.Е. Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков.- М.,1999
101. Лосева В.К. Рисуем семью., М., 1995.
102. Лысова А.В. Психология семьи: учебник., Ч.2., Владивосток: Издательство Дальневосточного университета 2003., 121 с.
103. Лысова А.В. Насилие в семье: основные теоретические проблемы. Введение. Владивосток: Изд-во Дальневост. Ун-та, 2001
104. Макаренко А.С. О воспитании. М., 1988.
105. Мастерс У., Джонсон В., Колодны Р. О любви и сексе. В 2 т. СПб.: Ретур, 1991
106. Материалы Всероссийской научной конференции «Психологические проблемы современной российской семьи». В 3-х частях. / Под общей редакцией Шабельникова В.К., Лидерса А.Г., М., 2003.
107. Майерс Д. Социальная психология. СПб.: Питер, 1998.
108. Марценюк М. О. Опорний конспект лекцій з курсу «Психологія сім'ї» для студентів напряму підготовки 6.030103 «Практична психологія». Мукачево: Вид-во МДУ, 2016., 94 с.
109. Мацковский М.С. Социология семьи., М., 1989.
110. Минияров, В.М. Психология семейного воспитания / В.М. Минияров., М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд-во НПО«МОДЭК», 2000. 256 с.
111. Мид М. Культура и мир детства. М.: Наука, 1988.
112. Молчанова О. П. Специфика Я-концепции в позднем возрасте и проблема психологического витоакта // Мир психологии. 1999. № 2. С. 133—141.
113. Навайтис, Г. Семья в психологической консультации / Г.Навайтис., М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЕК», 1999. 224 с.
114. Нецверт ТВ. Влияние взаимоотношений в семье на межличностные связи ребенка: Автореф... канд. психол. наук. Л., 1980.
115. Николаева, Е.И. Психология семьи / Е.И. Николаева. СПб.: Питер, 2017., 368 с.
116. Николс М., Шварц Р. Семейная терапия. Концепции и методы/Пер. с англ. О. Очкур, А. Шишко., М.: Изд-во Эксмо, 2004.
117. Олифинович, Н.И. Психология семейных кризисов / Н.И. Олифинович, Т.А.Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента., СПб.: Речь, 2007. 360 с.
118. Обозова А.Н. Супружеская совместимость – фактор устойчивости брака // Личность в системе общественных отношений. Ч. 4. М., 1983.
119. Основы социальной работы: Учебник / Отв. ред. П.Д. Павленок. М.: ИНФА М, 1997.
120. Основы логопедии с практикумом по звукопроизношению: Учеб.пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / М.Ф.Фомичева, Т. В. Волосовец, Е. Н. Кутепова и др./Под ред. Т. В. Волосовец. М.: Издательский центр «Академия», 2002., 200 с
121. Основы психологии семьи и семейного консультирования / под ред. Н.Н. Посысова, М.: Владос-Пресс, 2004. 328 с.
122. Основы психологии семьи и семейного консультирования: учебник для академического бакалавриата / под общей редакцией Н. Н. Посысова. 2 е изд., перераб. и доп. Москва: Издательство Юрайт, 2019., 266 с. (Бакалавр. Академический курс).

123. О понятийной схеме социально психологического анализа конфликта. Л.А. Петровская (Петровская Л.А. Теоретические и методологические проблемы социальной психологии. М.: Изд во Моск. Ун-та, 1977., С. 126-143.
124. Паркинсон С. // Законы Паркинсона. М.: Прогресс, 1989. С. 406—407.
125. Петровский, А. В. Дети и тактика семейного воспитания / А.В. Петровский, М.: Знание, 1981. 95 с.
126. Пірен М. І. Конфліктологія: підручник. К.: МАУП, 2007., С. 99 – 100.
127. Поликарпова, Е.К. Влияние семьи на развитие Я-концепции дошкольника / Е.К. Поликарпова // Вопросы психологии., 2003. № 2. С.28 -35.
128. Прохорова О.Г. Основы психологии семьи и семейного консультирования: Учебно-методическое пособие по курсу / Под общей редакцией Торохтий В.С. – Москва, 2005. - 398 с.
129. Психология человека от рождения до смерти. Психологическая энциклопедия / Под ред. А. А. Реана СПб.: Прайм-Еврознак; Издательский Дом «Нева»., М.: ОЛМА-Пресс, 2001.
130. Психологія: підручник. URL: <https://pidruchniki.com/1584072037180psihologiya/psihologiya>
131. 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.
132. Практикум по конфликтологии. Емельянов С.М. 3 е изд., перераб. и доп. СПб.: 2009., 384 с.
133. Практическая психология образования: учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений / под. ред. И.В. Дубровиной., М.: ТЦ «Сфера», 1997. 528с.
134. Психология семьи / Ред. сост. Д.Я.Райгородский. Самара: Издат.дом. «БАХРА М». 2002.
135. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / под ред. Силаевой., М.: Академия, 2004. 192 с.
136. Психология и психотерапия семейных конфликтов. Хрестоматия: Учеб. Пособие по психол. консультированию. Самара: Бахрах М, 2003., 784 с.
137. Психология конфликта / Сост. и общ. ред. Н.В. Гришиной. СПб.: Питер, 2001. (Серия «Хрестоматия по психологии»).
138. Пэпп П. Семейная терапия и её парадоксы. М.: Класс, 1998.
139. П'ять фактів про кохання з точки зору науки. URL:<https://inspired.com.ua/practice/people/love neuroscience/>
140. Радионова М. С. Динамика переживания женщиной кризиса отказа от ребенка : авто-реф. дис.... канд. исихол. наук. М., 1997.
141. Райгородский, Д.Я. Подросток и семья / Д.Я. Райгородский., Самара: Издат. Дом БАХРАХ, 2002., 656 с.
142. Разумихина Г.П. Мир семьи. М., 1966.
143. Ритцер Дж. Современные социологические теории. 5 е изд. СПб.: Питер, 2002., С. 285 286.
144. Роджерс К. Психология супружеских отношений. Возможные альтернативы: Пер. с англ. М.: Прогресс, Универс, 2002., 480 с.
145. Сатир, В. Как строить себя и свою семью / В.Сатир; пер. с англ. Е.В. Новиковой, М.А. Макарушкиной., М.: Педагогика-Пресс, 1992. 192 с.
146. Сатир, В. Психотерапия семьи / В. Сатир., СПб.: Речь, 2001. 295 с.

147. Сексология / Под науч. ред. Д.Н. Исаева. СПб.: Питер, 2001. (Серия «Хрестоматия по психологии»).
148. Семейная психотерапия / сост. Эйдемиллер Э.Г., Александрова Н.В., Юстицкис В., СПб.: Питер, 2000. 512 с.
149. Семья в психологической консультации: опыт и проблемы психологического консультирования / под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина., М.: Педагогика, 1989. 208 с.
150. Сімейні цінності: практико-орієнтований посібник до навчальної програми "Сімейні цінності" (9 годин) [для 8–9-х класів] / [О. В. Мельник, Т. В. Кравченко, Л. В. Канішевська, І. П. Білоцерківець]. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 136 с.
151. Синягина, Н.Ю. Психолого-педагогическая коррекция детско-родительских отношений /Н.Ю.Синягина, М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. 96 с.
152. Смирнова Е. О., Радева Р. Развитие теории привязанности (по материалам работ П. Криттенден) // Вопр. психологии. 1999. № 1. С. 52—68.
153. Синявская О., Гладникова Е. Взрослые дети и их родители: интенсивность контактов. URL: <http://demoscope.ru/weekly/2007/0287/tema01.php>.
154. Семья в психологической консультации. / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. М., 1989.
155. Семья и формирование личности / Под ред. А.А. Бодалева. М., 1981.
156. Спиваковская А.С. Обоснование психологической коррекции неадекватной родительской позиции // Семья и формирование личности. М., 1981.
157. Скиннер, Р. Семья и как в ней уцелеть / Р. Скиннер, Дж. Клииз; пер. с англ. Н.М. Падалко., М.: Класс, 1995. 272 с.
158. Смелзер Н. Социология. М.: Феникс, 1994.
159. Семья в психологической консультации: Опыт и проблемы психологического консультирования/ Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина; Науч. исслед. Ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР. М.: Педагогика, 1989., 208 с. URL: [http://psychlib.ru/mgppu/bod_sto/bod_sto.htm#\\$p1](http://psychlib.ru/mgppu/bod_sto/bod_sto.htm#$p1)
160. Социология семьи [Текст]: учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направлению и спец. "Социология" / А.И. Антонов, В. М. Медков. М.: Изд. Моск. Ун-та : Изд. междунар. Ун-та бизнеса и управления ("Братя Карич"), 1996., 304 с.
161. Социальная история семьи в Западной и Центральной Европе (конец XVIII XX вв.) / Р. Зидер. Б.м. ВЛАДОС, 1997.
162. Социальная педагогика. // Под ред. Галагузовой М.А., М., 2000.
163. Слабинский В. Ю. Семейная позитивная динамическая психотерапия. Практическое руководство., СПб. : Наука и техника, 2009., 464 с.
164. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. / О.А. Столярчук. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015., 136 с.
165. Старшенбаум Г.В. Сексуальная и семейная психотерапия. М.: Высш. школа психологии, 2003., 300 с.
166. Структурно-ролевое функционирование семьи и его нарушения. URL: <https://psylist.net/family/00007.htm>
167. Сысенко В.А. Супружеские конфликты / В.А. Сысенко. М.: Мысль, 1989., 173 с.
168. Сысенко В. А. Устойчивость брака. Проблемы, факторы, условия / В.А. Сысенко. М.: Мысль, 1981. ,221 с.

169. Сысенко В. А. О некоторых социально-психологических факторах устойчивости брака в России // Проблемы социальной работы (Материалы первой национальной конференции). - М.: Институт социальной работы, 1995.
170. Сысенко В.А. Психодиагностика супружеских взаимоотношений: Научнометод.пособие в помощь работникам социальных служб. М.: ННН семьи, 1998.
171. Тарасова Е. А. Гендерные отличия в конфликтном взаимодействии. Воронеж: Черноземье, 2002., 230 с.
172. Ташева А. И. Атрибутивные процессы в супружеских конфликтах: дис. ... канд. психол. наук. М., 1987., 257с.
173. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: основные понятия, методы и клиническая практика / под ред. Бейкер К., Варга А. Я., М. : Когито-Центр, 2005., 496 с.
174. Теории выбора брачного партнера. URL: <http://www.psychologconsultant.ru/157/160/267/document269.php>
175. Титаренко В.Я. Семья и формирование личности. М., 1987.
176. Ткачева В. В. Психологическое изучение семей, воспитывающих детей с отклонениями в развитии. М.: УМК «Психология»; Московский психолого-социальный институт, 2004., 197 с.
177. Торохтій, В. С. Психологічне здоров'я сім'ї [Текст] / В.С. Торохтій. СПб.: Каро, 2009., 275 с.
178. Торохтій В.С. Основы психолого-педагогического обеспечения социальной работы с семьей: Учебное пособие. - М.: МГСУ, 2000.
179. Трапезникова Т.М. Этика и психология семейных отношений. Л., 1988.
180. Федоренко Р.П. Психологія сім'ї [Текст]: навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. Луцьк: Вежа Друк, 2015., 364 с.
181. Фримен Д. Техники семейной психотерапии. СПб.: Питер, 2001., 38с.
182. Фурманов И.Л., Аладьин АЛ., Фурманова Н.В. Психологическая работа с детьми, лишенными родительского попечения., Минск, 1999.
183. Фигдор, Г. Дети разведенных родителей: между травмой и надеждой (психоаналитическое исследование) / Г. Фигдор., М.: Наука, 1995. 376 с
184. Филиппова Г. Г. Психология материнства : учеб, пособие. М. : Над-во Ин-та психотерапии, 2002.
185. Фромм, Э. Искусство любви / Э. Фромм., М.: Класс, 1990. 182 с
186. Хаментаскас, Г. Семья глазами ребенка / Г. Хаментаскас., М.: Педагогика, 1989. 206 с.
187. Харитонов А. Н. Семейный психоанализ как научно-практическое направление // Психол. вестник. 2002., Вып. 10., С. 62–78.
188. Харитонов А.П., Тимченко Г.Г. Психологическая помощь семьям профессиональных военнослужащих. М.: Военный Университет, 2002., 302 с.
189. Харчев А.Г., Мацковский М.С. Современная семья и ее проблемы. М., 1978.
190. Хеллингер Б. Источнику не нужно спрашивать пути / Берт Хеллингер., М. : Институт консультирования и семейных решений, 2010., 320 с.
191. Хиггинс Р. Методы анализа клинических случаев. Руководство для начинающих психотерапевтов / Роберт Хиггинс., М. : Когито-Центр, 2003., 168 с.
192. Хмяляйнен, Ю. Воспитание родителей: концепции, направления и перспективы: кн. для воспитателей дет. сада и родителей / Ю. Хмяляйнен; пер. с фин. А.В. Вийк., М.: Просвещение, 1993., 112 с.

193. Уолен С, ДиГусепп Р., Уэсслер Р. Рационально эмотивная психотерапия / Пер. с англ. Общ ред. М.: Инст-т Гуманит. Знаний, 1997.
194. Целуйко В.М. Психология неблагополучной семьи: Книга для педагогов и родителей. М.: Изд во ВЛАДООПРЕСС, 2003., 272 с.: ил.
195. Целуйко, В.М. Вы и ваши дети: психология семьи / В.М. Целуйко., Р-н-Д: Феникс, 2004., 448 с.
196. Целуйко, В. М. Психология современной семьи / В.М. Целуйко., М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2004., 288 с.
197. Цільмак О.М. Тренінгова вправа «Побудуй дім». // Інноваційні методи навчання майбутніх юристів: матеріали Всеукраїнської науково–практичної конференції (Одеса, 06 листопада 2015 р.) / Одеський державний університет внутрішніх справ., Одеса: РВВ ОДУВС, 2015., С. 154-156
198. Цільмак О.М. Алгоритм проведення психодіагностичної методики «Зернятко» / О.М. Цільмак // Наука і освіта., 2012., № 1 (Педагогіка)., С. 75–79
199. Черников А.Л. Генограмма как категория анализа семейной жизни. Психологическая консультация., 1997., № 1.
200. Черников А. В. Системная семейная терапия. Классика и современность / Александр Черников., М. : Класс, 2005., 400 с.
201. Шаповаленко И. В. Социальная ситуация развития в пожилом возрасте // Психология зрелости и старения. 1999. № 6. Лето. С. 27-40.
202. Шахматов Н. Ф. Психическое старение. М.: Медицина, 1996.
203. Школа и семья: Пособие для учителя / И.В. Гребенников. М.: Просвещение, 1985., 176 с.
204. Шнейдер Л.Б. Семейная психология: Учебное пособие для вузов. 2 е изд. М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2006., 768 с.
205. Шутценбергер А. А. Психогенеалогия / Анн Анселин Шутценбергер. – М. : Психотерапия, 2010., 224 с.
206. Шутценбергер А. А. Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциогаммы / Анн Анселин Шутценбергер., М. : Издательство института психотерапии, 2005., 256 с.
207. Эйдемиллер Э. Г. Семейная психотерапия. Хрестоматия / Э.Г. Эйдемиллер, Н.В. Александрова, В. Юстицкис. СПб.: Речь, 2007., 400 с.
208. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В. Психология и психотерапия семьи. СПб.: Питер, 2000., 656 с.
209. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. В. Семейная психотерапия. Л., 1990.
210. Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия: Учеб. пособие для врачей и психологов. Изд. 2 е, испр. и доп. СПб.: Речь, 2006., 352 с.
211. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В Юстицкис., СПб: Питер, 2002. 656 с.
212. Якимова, Т.В. Психология семьи: учебник и практикум для академического бакалавриата / Т.В. Якимова. М.: Юрайт, 2017., 345 с.
213. Ялом, И. Когда Ницше плакал: Психотерапевтические истории / И.Ялом., М.: Независимая фирма «Класс», 2002. 427 с.
214. Ялом И. Мамочка и смысл жизни. Психотерапевтические истории; пер. с англ. Е. Филиной. М.: Эксмо-Пресс, 2002.

215. Adorao T., Frankel-Brunswik E., Levinson D., Sanford N. The authoritarian personality. NY, 1973.
216. Bateson G. Steps to an Ecology of Mind: Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution, and Epistemology. New York: Ballantine Books, 1972.
217. Bowen, Joanne. Forward // The Origins of Family Psychotherapy: The NIMH Family Study Project. Lanham, MD : Jason Aronson, 28 March 2013.
218. Deutsch M. Constructive Conflict Resolution: Principles, Training and Research // J. of Soc. Issues. 1994. Vol. 50, № 1. P. 13–32.
219. Levande I. D., Koch B. J., Koch Z. L. Marriage and the family. Houghton Mifflin company, 1983.
220. Murstein B. J. Who will marry Whom? Theories & Research in Marital Choice. N. Y., 1976.
221. Robert J. Sternberg, «Triangulating Love», in T. J. Oord ed. The Altruism Reader (2007) p. 332
222. Ripple R.E., Biehler R.F., Gail A. Human development. Boston, 1982.
223. Winnicott D.W. The child, the family, and the outside world. London, 1991.
224. *Sterlin H.* Family theories: An introduction. In: Burton A. (ed.) Operational theories of personality. N. Y.: 1974.