

**ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ К. Д.
УШИНСЬКОГО»**

Соціально –гуманітарний факультет

Кафедра теорії та методики практичної психології

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ
ЗАНЯТЬ, ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ**

З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«СІМЕЙНА ПСИХОТЕРАПІЯ В УМОВАХ КРИЗИ»

*для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої
освіти за спеціальністю 053 Психологія*

УДК 615.851

Затверджено рішенням Вченої ради Державного закладу
«Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського» (протокол № 13 від 24 квітня 2025 року).

Укладач:

Косьянова О.Ю., кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри теорії та методики практичної психології Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (м. Одеса).

Рецензенти:

Лазоренко Т.М., кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри теорії та методики практичної психології Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (м. Одеса).

Хмель Н.Д., кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри кіберпсихології та реабілітації Державний університет інтелектуальних технологій і зв'язку (м. Одеса).

Методичні рекомендації до проведення практичних занять, організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи» / Косьянова О.Ю. Одеса: Університет Ушинського, 2025. 74с.

Методичні рекомендації складено відповідно до листа Міністерства освіти і науки України від 09.07.2018 року № 1/9–434 «Щодо рекомендацій з навчально–методичного забезпечення» і містять опис навчальної дисципліни, загальні положення, плани проведення та зміст практичних занять і самостійної роботи здобувачів вищої освіти, рекомендації до виконання окремих видів самостійної роботи, критерії оцінювання, тематику індивідуального навчально–дослідного завдання та методичні рекомендації щодо їх виконання та список рекомендованих джерел.

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	4
РОЗДІЛ I. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ.....	6
РОЗДІЛ II. ОРГАНІЗАЦІЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ	8
1. Теми практичних занять.....	8
РОЗДІЛ III. САМОСТІЙНА РОБОТА.....	15
1. Загальні питання щодо самостійної роботи	15
2. Індивідуальне навчально–дослідне завдання.	18
3. Теми самостійної роботи з дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи»	55
РОЗДІЛ IV. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗА ВСІМА ВИДАМИ КОНТРОЛЮ	57
ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ.....	68
РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ	73

ПЕРЕДМОВА

Актуальність вивчення дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи» зумовлена кількома ключовими факторами:

по – перше, зростанням кількості кризових ситуацій. Сучасний світ стикається з численними кризами, такими як економічні труднощі, пандемії, природні катастрофи та військові конфлікти. Ці ситуації впливають на сім'ї, викликаючи стрес, тривогу та інші психологічні проблеми;

по – друге, потребою в професійній підтримці. У складних життєвих обставинах сім'ї часто потребують професійної допомоги для подолання криз. Сімейні психотерапевти можуть надати необхідну підтримку, допомагаючи сім'ям знайти шляхи вирішення проблем та зберегти гармонію у відносинах;

по – третє, підвищенням рівня психологічної грамотності. Вивчення сімейної психотерапії сприяє підвищенню рівня психологічної грамотності серед населення. Це допомагає людям краще розуміти свої емоції, ефективніше спілкуватися та вирішувати конфлікти;

по – четверте, профілактикою психічних розладів. Своєчасна психотерапевтична допомога може запобігти розвитку серйозних психічних розладів, таких як депресія, тривожні розлади та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР);

по – п'яте, підтримкою психічного здоров'я. В умовах постійного стресу та високих вимог до сучасної людини, підтримка психічного здоров'я стає надзвичайно важливою. Сімейна психотерапія допомагає зберегти психічне здоров'я як окремих членів сім'ї, так і родини в цілому.

Метою навчальної дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи» є надання здобувачам уявлення про основні підходи та напрями сімейної психотерапії в умовах кризи; розвиток практичних вмінь та навичок, формування психологічної готовності до практичної роботи з завданнями в галузі сімейної психотерапії; особливості психотерапії в умовах кризи.

Оволодіння знаннями навчальної дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи» має на меті ознайомлення здобувачів з основними теоретичними та практичними аспектами роботи з сім'ями, які переживають

кризові ситуації.

Основні **завдання дисципліни** включають:

- розуміння кризових ситуацій. Надати здобувачам знання про різні типи криз, з якими можуть стикатися сім'ї, та їх вплив на психічне здоров'я і взаємовідносини;
- оволодіння психотерапевтичними методами. Ознайомити здобувачів з різними психотерапевтичними підходами та техніками, які можуть бути ефективно застосовані для роботи з сім'ями в умовах кризи;
- розвиток навичок діагностики. Навчити здобувачів проводити діагностику сімейних проблем та визначати найбільш підходящі методи втручання;
- практичне застосування знань. Надати можливість здобувачам застосовувати отримані знання на практиці через розробку кейсів, участь у рольових іграх та аналіз реальних ситуацій;
- підвищення рівня емпатії та комунікативних навичок. Сприяти розвитку емпатії, активного слухання та ефективної комунікації, що є ключовими навичками для успішної роботи з сім'ями;
- підготовка до професійної діяльності. Підготувати здобувачів до професійної діяльності у сфері сімейної психотерапії, забезпечивши їх необхідними знаннями та навичками для ефективної роботи з сім'ями в умовах кризи.

Передумови для вивчення дисципліни: передумовами для вивчення навчальної дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи» є знання з таких навчальних дисциплін як «Екстремальна психологія», «Теоретико–методологічні проблеми психології» та «Кризова психологія».

Очікувані результати вивчення дисципліни

знати:

- основні напрями сучасної сімейної психотерапії в умовах кризи;
- системне викладення існуючих наукових уявлень про основні закономірності та явища в галузі сімейної психотерапії;

- розширити уявлення про закономірності, психологічні аспекти та механізми сімейної кризи;
- етапи проведення сімейної психотерапії згідно різних теоретичних підходів;
- ефективні методи допомоги особам, які переживають сімейну кризу;

вміти:

- володіти методами збору інформації щодо сімейної системи та практичними аспектами проведення сімейної психотерапії;
- визначати дисфункціональні порушення сімейної комунікації;
- здійснювати психологічний аналіз проблеми сім'ї з точки зору системного підходу в умовах кризи;
- розробляти стратегію і тактику терапевтичного втручання відповідно до різних сімейних порушень.

ОПАНОВУЮЧИ ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ, ЗДОБУВАЧ ПОВИНЕН ДОТРИМУВАТИСЯ ПРИНЦИПІВ АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ:

- сумлінно, вчасно й самостійно (крім випадків, які передбачають групову роботу) виконувати навчальні завдання, завдання проміжного та підсумкового контролю;
- бути присутнім на всіх навчальних заняттях, окрім випадків, викликаних поважними причинами;
 - ефективно використовувати час на навчальних заняттях для досягнення навчальних цілей, не марнуючи його на зайві речі;
 - сумлінно виконувати завдання з самостійної роботи, користуватися інформацією з надійно перевірених джерел, опрацьовувати запропоновані та додаткові літературні джерела та Інтернет–ресурси.

РОЗДІЛ І. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль. Сімейна психотерапія в умовах кризи.

Тема 1. Теоретичні основи сімейної психотерапії. Психологія сімейної кризи як галузі психологічного знання.

Предмет, мета та завдання сімейної психотерапії. Принципи сімейної психотерапії. Поняття «криза», «сімейна криза». Психологічні особливості сімейних криз. Загальні принципи, напрямки і види надання психологічної допомоги сім'ї, яка зазнала кризи. Види психологічної допомоги сім'ї. Етичні аспекти в роботі сімейного психотерапевта.

Історія сімейної психотерапії. Сімейна психотерапія в зарубіжних підходах. Сімейна психотерапія в українській психологічній науці.

Тема 2. Сім'я як об'єкт сімейної психотерапії.

Характеристика сім'ї (функції, ролі, структура, динаміка). Соціальнопсихологічна модель сімейних відносин. Життєвий цикл сім'ї: його стадії, криза переходу від стадії до стадії. Типова сімейна проблематика на різних стадіях життєвого циклу. Труднощі та дисфункції сім'ї. Критерії діагностики сімейної кризи. Діагностика емоційного стану членів сім'ї.

Тема 3. Основні етапи сімейної психотерапії. Види сімейних криз.

Етапи сімейної психотерапії. Особливості першої зустрічі з клієнтом, встановлення психотерапевтичних відносин. Техніки встановлення і підтримки психотерапевтичного контакту. Класифікація запитів. Основні труднощі, з якими може зустрітись психотерапевт на різних етапах роботи. Модель ефективного психотерапевта. Поняття про нормативні сімейні кризи. Нормативні сімейні кризи. Особливості повторних шлюбів. Сутність ненормативних сімейних криз (зрада, інцест, розлучення, тяжка хвороба, смерть члена сім'ї).

Тема 4. Класифікація підходів та напрямів в сімейній психотерапії.

Системний підхід до сімейної психотерапії. Загальна характеристика системної сімейної психотерапії. Методологічні принципи системної сімейної психотерапії. Теорія сімейних систем Боуена.

Структурний підхід до сімейної психотерапії. Загальна характеристика структурного підходу в сімейній психотерапії. Поняття структури сім'ї,

правила сім'ї, межі, ролі та сімейна ієрархія.

Психодинамічна сімейна психотерапія. Психодинамічна психотерапія її особливості, цілі та завдання. Принципи психодинамічної психотерапії. Невирішені сімейні конфлікти дитинства.

«Сімейне сузір'я» А. Адлера. Сімейні архетипи К. Юнга.

Трансгенераційна сімейна психотерапія. Трансгенераційна сімейна психотерапія її особливості, цілі та завдання. Ефективність трансгенераційної сімейної психотерапії. Техніки роботи. Інші напрями сімейної психотерапії. Поведінкова сімейна психотерапія. Екзистенційний напрям сімейної психотерапії. Наративна психотерапія її особливості, цілі та завдання. Інтегративна модель сімейної психотерапії.

Тема 5. Практичні аспекти проведення психотерапевтичної роботи з сім'єю. Основи кризового консультування сім'ї.

Особливості використання психотерапевтичних технік в сімейній психотерапії. Генограма, «Сімейна скриня» Арт – терапевтичні техніки сімейної психотерапії. «Сімейна скульптура», написання казки тощо. Результат терапевтичного впливу. Поняття «терапевтичний вплив» та його результати. Зміна сімейних уявлень. Трансформація поглядів членів сім'ї. Трансформація сімейної системи та її підсистем. Відкриття сімейних міфів та інше. Психотерапія подружніх стосунків. Психотерапія стосунків батьків і дітей. Психологічна допомога сім'ї з дитиною з особливими потребами.

РОЗДІЛ II. ОРГАНІЗАЦІЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

1. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1.	Семінар «Теоретичні основи сімейної психотерапії. Психологія сімейної кризи як галузь психологічного знання»	2	1
1.	Дискусія «Теоретичні основи сімейної психотерапії. Психологія сімейної кризи як галузь	2	

	психологічного знання»		
2.	Дискусія з елементами тренінгу «Сім'я як об'єкт сімейної психотерапії»	2	1
2.	Опрацювання психодіагностичних методик «Сім'я як об'єкт сімейної психотерапії»	2	
3.	Семінар «Основні етапи сімейної психотерапії. Види сімейних криз»	2	1
3.	Опрацювання психотерапевтичних методів «Основні етапи сімейної психотерапії. Види сімейних криз»	1	
4.	Дискусія з елементами тренінгу «Класифікація підходів та напрямів в сімейній психотерапії.»	2	2
4.	Опрацювання психотерапевтичних підходів «Класифікація підходів та напрямів в сімейній психотерапії»	2	
5.	Вирішення практичних завдань «Практичні аспекти проведення психотерапевтичної роботи з сім'єю. Основи кризового консультування сім'ї»	2	1
5.	Вирішення практичних завдань з елементами тренінгу «Практичні аспекти проведення психотерапевтичної роботи з сім'єю. Основи кризового консультування сім'ї»	2	
	Разом	20	6

2. Технологічна карта дисципліни

Тема	Форма організації на занятті	Обов'язкове практичне завдання	Термін виконання
Семінар «Теоретичні основи сімейної психотерапії. Психологія сімейної кризи як галузь психологічного знання»	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком. 1. Предмет, мета та завдання сімейної психотерапії. 2. Принципи сімейної психотерапії. 3. Історія сімейної психотерапії. Сімейна психотерапія в	Завдання: 1) Групова дискусія: «Етичні аспекти в роботі сімейного психотерапевта». 2) Форум на тему: «Види психологічної допомоги сім'ї».	На практично му занятті

	зарубіжних підходах. Сімейна психотерапія в українській психологічній науці.		
Дискусія «Теоретичні основи сімейної психотерапії. Психологія сімейної кризи як галузь психологічного знання»	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком. 1. Поняття «криза», «сімейна криза». 2. Психологічні особливості сімейних криз. 3. Загальні принципи, напрямки і види надання психологічної допомоги сім'ї, яка зазнала кризи.	Завдання: 1) Групова дискусія на тему: «Психологічний супровід особистості в період кризи» 2) Case-study: аналіз кризових сімейних ситуацій. Форум на тему: «Проблеми сучасної молодії української сім'ї»	На практично му занятті
Дискусія з елементами тренінгу «Сім'я як об'єкт сімейної психотерапії»	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком. 1. Характеристика сім'ї (функції, ролі, структура, динаміка). 2. Соціальнопсихологічна модель сімейних відносин. Життєвий цикл сім'ї: його стадії, криза переходу від стадії до стадії.	Завдання: 1) Інтерв'ю для дорослих про прихильність (Дж. Боулбі) 2) В. Сатир «Скульптура сім'ї» 3) методика М. Боуена «Пори року» 4) О.М. Цільмак «Побудуй дім» та «Зернятко»	На практично му занятті

	3. Типова сімейна проблематика на різних стадіях життєвого циклу.		
<i>Опрацювання психодіагностичних методик «Сім'я як об'єкт сімейної психотерапії»</i>	<i>Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком.</i> 1. Труднощі та дисфункції сім'ї. 2. Критерії діагностики сімейної кризи. 3. Діагностика емоційного стану членів сім'ї.	<i>Завдання:</i> 1) «Сімейна соціограма» проєктивних методик (Е.Г. Ейдемільер, 1996) 2) методика «Колесо життя»	На практичному занятті
<i>Семінар «Основні етапи сімейної психотерапії. Види сімейних криз»</i>	<i>Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком.</i> 1. Етапи сімейної психотерапії. 2. Особливості першої зустрічі з клієнтом, встановлення психотерапевтичних відносин. Техніки встановлення і підтримки психотерапевтичного контакту. 3. Класифікація запитів. Основні труднощі, з якими може зустрітись психотерапевт на різних етапах роботи. Модель ефективного психотерапевта.	<i>Завдання:</i> 1) «Рольові очікування та домагання у шлюбі» (А.Н. Волкова) 2) Опитувальник «Спілкування в сім'ї» (Ю.Є. Альошина, Л.Я. Гозман, Є.М. Дубовська).	На практичному занятті

Опрацювання психотерапевтичних методів «Основні етапи сімейної психотерапії. Види сімейних криз»	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком. 1. Поняття про нормативні сімейні кризи. Нормативні сімейні кризи. 2. Особливості повторних шлюбів. Сутність ненормативних сімейних криз (зрада, інцест, розлучення, тяжка хвороба, смерть члена сім'ї).	Завдання: 1) «Вимірювання установок у сімейній парі» (Ю.Є. Альошина, Л.Я. Гозман). 2) Тест–опитувальник задоволеності шлюбом (В.В. Столін, Г.П. Бутенко, Т.Л. Романова)	На практично му занятті
Дискусія з елементами тренінгу «Класифікація підходів та напрямів сімейній психотерапії.»	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком. 1. Системний підхід до сімейної психотерапії. Загальна характеристика системної сімейної психотерапії. Методологічні принципи системної сімейної психотерапії. Теорія сімейних систем Боуена. 2. Структурний підхід до сімейної психотерапії. Загальна характеристика структурного	Завдання: 1) Техніка. «Якби стіни могли говорити» 2) Техніка. «Лист до внутрішнього образу матері»	На практично му занятті

	підходу в сімейній психотерапії. Поняття структури сім'ї, правила сім'ї, межі, ролі та сімейна ієрархія.		
Опрацювання психотерапевтичних підходів «Класифікація підходів та напрямів в сімейній психотерапії»	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком. 1. Психодинамічна сімейна психотерапія. Психодинамічна психотерапія її особливості, цілі та завдання. Принципи психодинамічної психотерапії. Невирішені сімейні конфлікти дитинства. «Сімейне сузір'я» А. Адлера. Сімейні архетипи К. Юнга. 2. Трансгенераційна сімейна психотерапія. Трансгенераційна сімейна психотерапія її особливості, цілі та завдання. Ефективність трансгенераційної сімейної психотерапії. Техніки роботи. Інші напрями сімейної психотерапії.	Завдання: ТЕХНІКИ СІМЕЙНОЇ ТЕРАПІЇ 1) Соціометричні техніки «Сімейна скульптура» «Сімейний простір» 2) Структурна техніка «Сімейний ритуал»	На практичному занятті

	3. Поведінкова сімейна психотерапія. 4. Екзистенційний напрям сімейної психотерапії. 5. Наративна психотерапія її особливості, цілі та завдання. 6. Інтегративна модель сімейної психотерапії.		
<i>Вирішення практичних завдань «Практичні аспекти проведення психотерапевтичної роботи з сім'єю. Основи кризового консультування сім'ї»</i>	<i>Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком.</i>	Завдання: ТЕХНІКИ СІМЕЙНОЇ ТЕРАПІЇ 1) Поведінкові техніки «Батьківський семінар» «Конструктивна суперечка» «Сімейна рада» 2) Парадоксальні техніки 3) Техніки організації бесід у сімейній терапії	На практичному занятті
<i>Вирішення практичних завдань з елементами тренінгу «Практичні аспекти проведення психотерапевтичної роботи з сім'єю. Основи кризового консультування сім'ї»</i>	<i>Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком.</i>	Завдання: 1) Узагальнення результатів за психодіагностикою та техніками сімейної психотерапії 2) ментальна карта на тему: «Криза і кризовий стан особистості».	На практичному занятті

РОЗДІЛ III. САМОСТІЙНА РОБОТА

1. Загальні питання щодо самостійної роботи

Самостійна робота як форма організації навчального процесу має важливе значення для підготовки магістрів, оскільки спрямована не лише на засвоєння навчального матеріалу, а й на формування навичок та якостей, які знадобляться майбутнім фахівцям. *Метою* самостійної роботи є здобуття здобувачами глибоких і міцних знань з дисципліни, формування потреби безперервного поповнення знань, розвиток творчих здібностей та активізація пізнавальної діяльності.

Основні завдання самостійної роботи:

- засвоєння знань з дисципліни;
- поглиблення, розширення та закріплення матеріалу, наданого на лекціях;
- формування навичок роботи з навчальною літературою;
- розвиток критичного мислення та творчого мислення;
- формування дослідницьких вмінь;
- розвиток волевих якостей особистості: організованості, самостійності, відповідальності, наполегливості.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить:

- для денної форми навчання – 30% до 70 %
- для заочної форми навчання – 8% до 92 %.

Більшу частину становить опрацювання теоретичного матеріалу за допомогою рекомендованих, а також самостійно підібраних джерел. Пропонуються до виконання також завдання, які сприяють кращому засвоєнню матеріалу, його глибшому розумінню (підготовка доповідей,

результатів ІНДЗ) та формуванню практичних навичок професійної¹⁶ діяльності (вміння застосовувати основні діагностичні методи в практичній роботі та здійснювати ефективний взаємодію в екстремальних ситуаціях).

Самостійна робота з дисципліни є переважно позааудиторною, тому потребує від здобувачів вміння раціонально використовувати свій час, навичок самоорганізації та самодисципліни.

Загалом самостійна робота може виконуватися як в аудиторії, так і поза її межами. До аудиторної самостійної роботи, яка виконується під керівництвом викладача, належать такі її види, як виконання практичних робіт, захист доповідей, складання заліків та іспитів. Позааудиторна самостійна робота передбачає наступні види діяльності: опрацювання матеріалу лекцій та питань, які надаються для самостійного вивчення, шляхом роботи з літературою, складання конспектів, схем, таблиць; розв'язання практичних завдань; підготовка доповідей, рефератів, презентацій; виконання індивідуального навчально–дослідного завдання; підготовка до заліку.

Окрім критерію місця й часу виконання самостійної роботи для класифікації її видів застосовуються також такі критерії як рівень обов'язковості та рівень прояву творчості здобувачів.

За рівнем обов'язковості самостійна робота поділяється на такі види: 1) обов'язкова, що передбачається навчальними програмами та планами; 2) бажана, до якої належить участь у конференціях, написання статей, тез доповідей тощо; 3) добровільна, яка полягає в участі у різних олімпіадах, вікторинах, конкурсах.

За рівнем прояву творчості здобувачів самостійна робота може бути: 1) репродуктивною, що виконується за зразком або наданим алгоритмом; 2) реконструктивною, яка полягає в написанні конспектів, створенні схем, таблиць, діаграм; 3) евристичною, що передбачає вирішення певних завдань; 4) дослідницькою.

Для ефективного виконання студентами самостійної роботи вони забезпечуються навчально–методичним пакетом, до змісту якого входять:

- робоча програма з навчальної дисципліни з чітким визначенням змісту й обсягу аудиторної і позааудиторної навчальної роботи;
- конспект лекцій (презентації до конспекту);
- методичні рекомендації щодо вивчення окремих тем чи напрацювання практичних навичок;
- перелік питань, що виносяться на семінарські заняття;
- контрольні завдання, запитання для самоперевірки; перелік рекомендованих джерел.

Самостійне опрацювання матеріалу з дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи» здійснюється, насамперед, шляхом роботи з літературними джерелами. Самостійна робота з літературою дозволяє не лише засвоїти, поглибити та розширити знання з предмету, але й сприяє формуванню наукового способу пізнання.

Загальні рекомендації щодо самостійного опрацювання питань:

1. Попередньо ознайомитися з теоретичним матеріалом.
2. Визначити ключові поняття теми.
3. Опрацювати кожне питання, перелік яких надається в наступному розділі, за допомогою самостійно обраної форми: конспекту, плану, тез тощо.
4. За необхідності самостійно підібрати додаткові джерела інформації. Порівняти інформацію з окремих джерел стосовно окремого питання.
5. Якщо питання носить проблемний (дискусійний) характер, доцільним буде сформулювати власну думку, яка базуватиметься на ґрунтовному аналізі проблеми.
6. Зміст кожної з тем, запропонованих для самостійного вивчення,

можна надати у вигляді схеми або таблиці, що сприятиме систематизації та узагальненню знань.

7. Перевірити себе за допомогою питань для самоконтролю.
2. Письмові роботи, доповіді, індивідуально–дослідні завдання.

2. Індивідуальне навчально–дослідне завдання.

Програмою дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи» передбачається виконання здобувачами індивідуальних навчально–дослідних завдань у формі підготовки есе (за результатами психодіагностики).

Підготувати есе (за результатами психодіагностики згідно методик): Генограма як метод збирання інформації з сімейної історії. 1. Інтерв'ю за генограмою. 2. Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FACES–3) (Д. Олсон, Дж. Портнер та І. Лаві). 3. Опитувальник «Сімейні ролі» призначений для опису ролевої структури сім'ї. 4. Метод діагностики міжособистісних відносин (ДМО), розроблений Л. Н. Собчик, є модифікованим варіантом інтерперсональної діагностики Т. Лірі. 5. Опитувальник «Аналіз сімейної тривоги» (АСТ).

Розробка кейсу сімейної психотерапії (на основі отриманих результатів психодіагностики) використовуючи один з психотерапевтичних підходів, для роботи з сім'єю, яка переживає кризу.

1. Інтерв'ю за генограмою.

Збираючи інформацію про сім'ю, спеціалісти можуть більше дізнатися про всіх її членів, про причини криз, що виникали у сім'ї, а також про сильні сторони та внутрішні ресурси даної сім'ї.

Відобразити прихильність та зв'язки, що існують у родині, можна за допомогою генограми, яка є хорошим інструментом для ілюстрації та аналізу багатьох аспектів сімейного життя.

Генограма – графічне зображення сімейних стосунків у певній сім'ї, форма

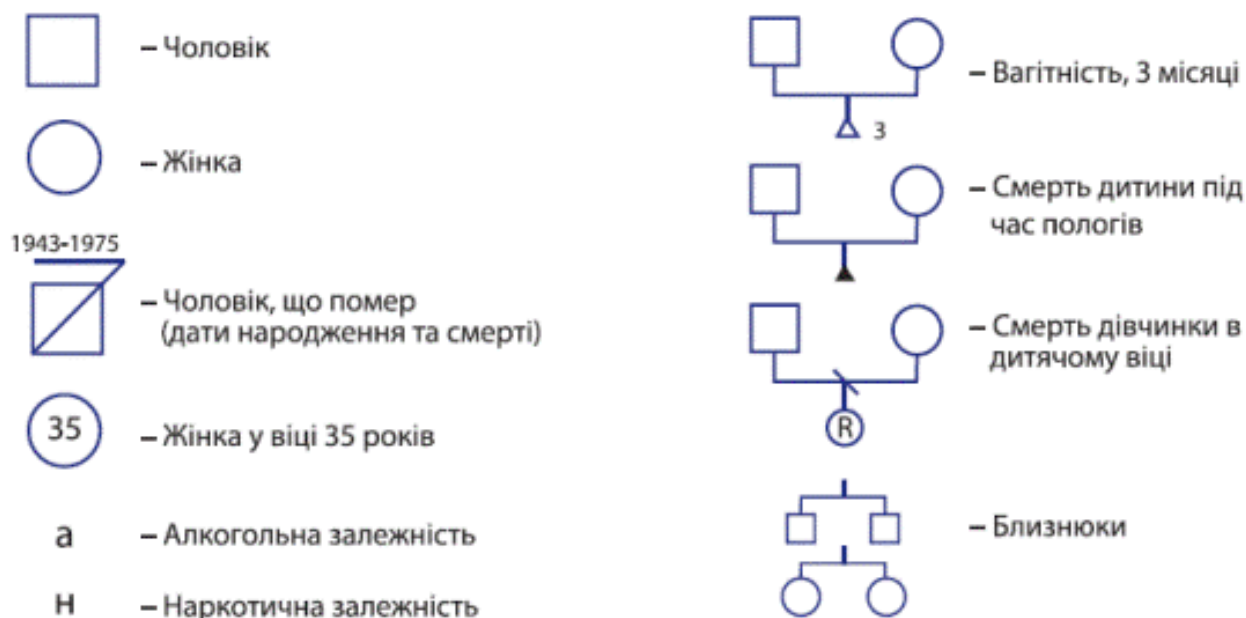
запису сімейного родоводу, в якій доступно у графічній формі фіксується інформація про всіх членів родини не менш ніж трьох поколінь.

Генограму можна назвати «картою» взаємостосунків у сім'ї, на якій зазначено імена, вік, дати шлюбів, розлучень, дати смерті, хвороби членів сім'ї, а також усі найважливіші події в їхньому житті та інші ключові факти.

Генограма показує також структуру сім'ї та взаємини між її членами. Пошук інформації для складання генограми допоможе сім'ї побачити свої сильні сторони, приховані ресурси та сформувані відчуття самоідентифікації.

Генограму складає спеціаліст разом з одним або декількома членами родини. Оскільки генограма інколи містить дуже приватну й особисту інформацію, що стосується сім'ї, бажано складати її у спокійній та приязній атмосфері.

Для побудови генограми використовують певні графічні та схематичні позначення. Зокрема, жінок у генограмі зображують кружечками, а чоловіків – квадратами. Ці символи позначають іменами та датами народження людей. Якщо людина померла, символ, що її позначає, перекреслюється, і поряд із датою народження ставиться дата смерті. Для того щоб зобразити сімейну пару, використовується лінія, яка поєднує чоловіка (квадрат) із дружиною (коло), чоловік позначається ліворуч, дружина праворуч, а дата одруження вказується в дужках. А в разі розлучення пари лінію, що поєднує чоловіка й жінку, перекреслюють двома косими рисками і поряд із датою шлюбу зазначають дату розлучення. Дитину зображують на лінії, що йде прямо вниз від батьків. У верхній частині генограми позначають обох батьків подружжя чи батьків дитини, тобто її дідусів та бабусь.

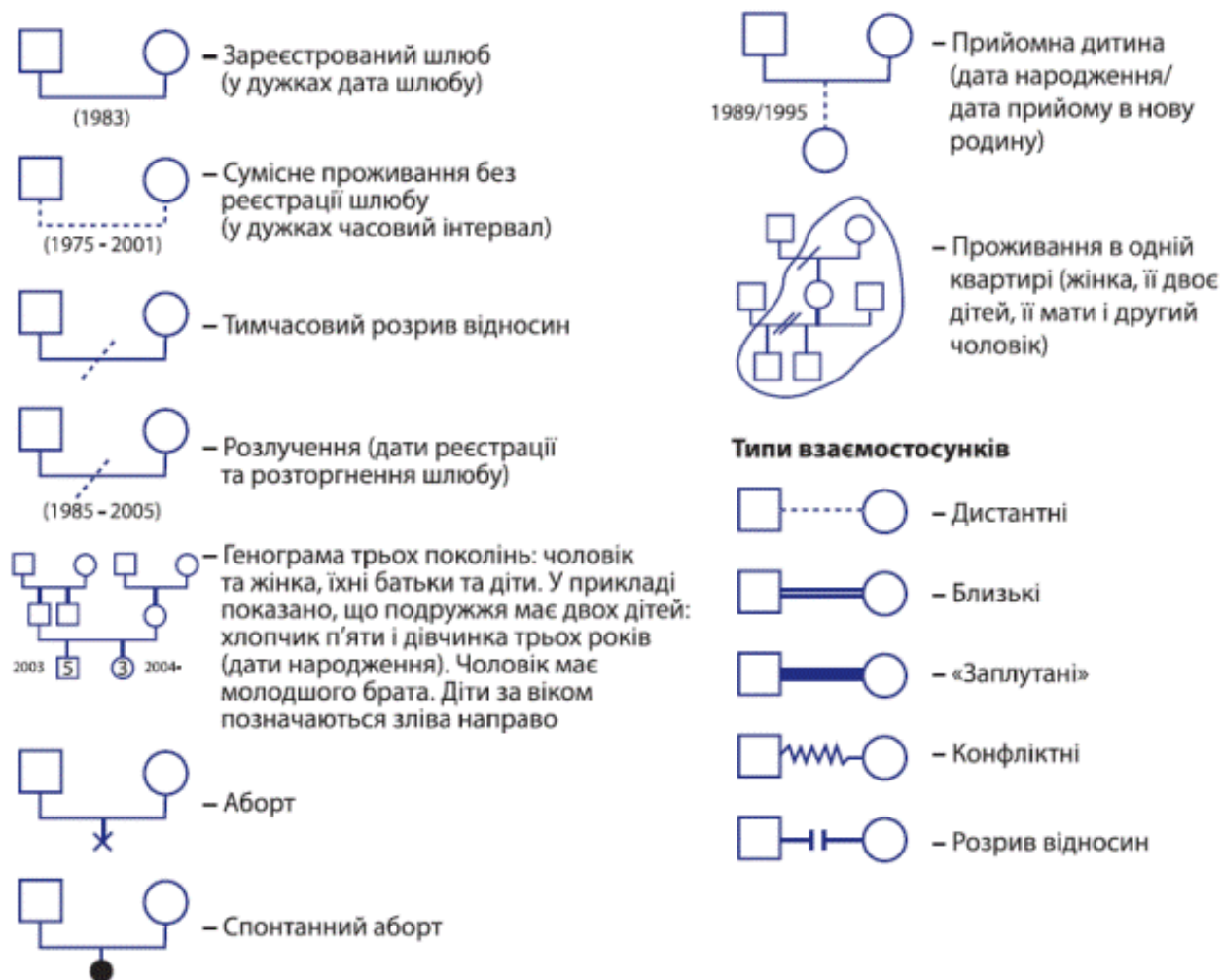


У генограмі використовують ще ряд позначень, зокрема:

- громадянський шлюб – пунктирна лінія;
- тимчасовий розрив сімейної пари, проживання окремо один від одного – одна коса риска, що перекреслює лінію шлюбу;
- розлучення – дві косі риски, які перекреслюють лінію шлюбу;
- біля символу, який позначає прийомну дитину, мають бути дата народження та дата прийняття її в сім'ю.

На генограмі можна відобразити ступінь взаємостосунків між членами сім'ї: слабкі, дистанційні зв'язки позначати додатково пунктиром, тісні стосунки – додатковою лінією, дуже близькі стосунки – двома лініями, конфліктні – зигзагом.

За допомогою генограми можна отримати інформацію про тривалість життя в родині, про генетичні та спадкові хвороби, традиції щодо створення власної сім'ї, підтримку стосунків з рідними братами та сестрами тощо.



Генограма як метод вивчення родини та внутрішньородинних зв'язків була вперше запропонована Мюррей Боуен у 1978 році. Генограма—це своєрідна карта історії родини, на якій за допомогою спеціальних символів описано стосунки та події, що трапились з представниками різних її поколінь. Генограма допомагає побачити свій рід зі всіма його процесами, закономірностями, протиріччями, унікальним досвідом пращурів. Ці «закони життя родини», як показують чисельні дослідження, впливають на життя сучасних представників родини.

Рекомендації, як скласти генограму.

Варто розпочати з чернетки і 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 генорами.

- схему розпочинайте згори донизу, першого зображуйте себе;
- стосунки між людьми завжди позначаються лінією (вид лінії уточнено на рисунку 2);
- чоловіки в парах зазвичай зображуються зліва, а жінки—справа;
- зазначаються дати життя, роки вступлення до шлюбу та виходу з нього;
- важливою є інформація і про померлих або загинувших предків, перервані вагітності, викидні або мертвонароджених 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 записуються 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 людьми, що не входять до родини.

Питання до сімейного дерева, на які може звернути увагу психотерапевт

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 слідуєте у Вашій родині релігійним традиціям? Як саме Ви до них ставитесь? Наскільки Ваші релігійні переконання визначення віку 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 супругів, 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 стать 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 хвороб? 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 очами?

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 непокору? Або більш непрямо, через мовчання та занурюючись у себе? Як оточуючі Вас люди долали Ваше непокору?

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 ідти? 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 пестощі?

43. Які інтимні стосунки Ви підтримували у минулому?

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?

45. Чи поділяють Ваш партнер або інші члени родини Ваші заняття у вільний час?

46. Чи тривали ці заняття протягом кількох років або Ви їх часто змінювали?

47. Чи притаманні Вам суворі громадські принципи? Якщо так, то як Ви їх виявляєте? Як це впливає на організацію Вашого власного життя?

48. Чи поділяють інші члени сім'ї Ваші переконання та чи схвалюють Ваші вчинки?

Третій вік

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?

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?

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?

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?

54. Які зв'язки Вам вдалось зберігти з попередніми періодами Вашого життя? З попередньою роботою або колегами по роботі? З дитинством або підлітковим віком?

55. Чи подобається Вам усамітнення? Або компанії? Або і те, і інше? Чи вдається Вам добитись правильного співвідношення між ними?

Похилий вік

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?

57. До кого Ви можете звернутись, якщо захворієте та Вам потрібна буде допомога?

58. Як Ви підготувались до можливого підсилення залежності?

59. Чи є у Вас відчуття, що Вам потрібно завершити багато справ?

60. Чи дратує Вас зовнішній світ?

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?

62. Які Ваші погляди на життя після смерті? На Судний день? Що Ви думаєте про безсмертя душі? Або про присутність мертвих у спогадах?

Питання для психотерапевта, який працює з генограмою клієнта

1. Як би Ви описали стиль життя свого клієнта?
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?
3. Які риси Вашого клієнта здаються Вам унікальними? В чому Ваш клієнт сам вважає себе унікальним?

Завдяки генограмі родина і психотерапевт можуть побачити певну цілісну картину, розглядаючи феномени та події життя сім'ї у часовій перспективі. Зручними характеристиками даного підходу є структурованість та схематизованість.

2. Опитувальник «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» (FACES–3)

Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FACES–3) є одним з найбільш відомих стандартизованих опитувальників, призначених для оцінки сімейної структури. Авторами цього опитувальника є Д. Х. Олсон, Дж. Портнер та І. Лаві. Метод був адаптований у 1986 році М. Перре (Зейдеміллер З. Г., Добряков І. В., Нікольська І. М., 2003). В Росії методика була використана Н. Ф. Михайловою при вивченні 70 сімей здорових і хворих на неврози та в дослідженні М. Ю. Городнової і С. Б. Ваїсова 90 сімей підлітків з героїновою наркоманією.

В основі створення методики лежить «циркулярна модель» («кругова модель») Д. Х. Олсона. Ця модель включає в себе три найважливіші параметри сімейної поведінки: згуртованість, адаптація та комунікація. FACES–3 є третім варіантом серії шкал FACES, розробленим для оцінки двох основних параметрів структури сім'ї, представлених графічно в «циркулярній моделі», – сімейної згуртованості та сімейної адаптації.

Сімейна згуртованість – це ступінь емоційного зв'язку між членами сім'ї: при максимальній вираженості цього зв'язку вони емоційно взаємозалежні, при мінімальній – автономні і дистанційовані один від одного. Для діагностики сімейної згуртованості використовуються такі показники: «емоційний зв'язок», «сімейні кордони», «прийняття рішень», «час», «друзі», «інтереси та відпочинок».

Сімейна адаптація – характеристика того, наскільки гнучко або, навпаки, ригідно здатна сімейна система пристосовуватися, змінюватися під впливом стресорів. Для діагностики адаптації використовуються такі параметри: «лідерство», «контроль», «дисципліна», «правила і ролі в сім'ї».

В «циркулярній моделі» розрізняють чотири рівні сімейної згуртованості – від екстремально низького до екстремально високого. Вони отримали такі назви: роз'єднаний, розділений, пов'язаний і зчеплений. Аналогічно діагностують чотири рівні сімейної адаптації: ригідний, структурований, гнучкий і хаотичний.

Автори цього опитувальника виділяють помірні (збалансовані) і крайні (екстремальні) рівні сімейної згуртованості та адаптації і вважають, що саме збалансовані рівні – показник успішності функціонування системи. Для сімейної згуртованості такими рівнями є розділений і пов'язаний, для сімейної адаптації – структурований і гнучкий. Екстремальні рівні зазвичай розглядаються як проблематичні, що ведуть до порушень функціонування сімейної системи.

Посередництвом комбінування чотирьох рівнів згуртованості і чотирьох рівнів адаптації можливо визначити 16 типів сімейних систем, 4 з яких є помірними за обома рівнями і називаються збалансованими, 4 – екстремальними, або незбалансованими, так як мають крайні показники за обома рівнями. Вісім інших типів є середніми (середньозбалансованими), так як один з параметрів відноситься до екстремальних, а інший – до збалансованих рівнів. Таким чином, це дозволяє проаналізувати, як члени сім'ї в даний час сприймають свою сім'ю і якою б вони хотіли її бачити.

Розбіжність між сприйняттям і ідеалом визначає ступінь задоволеності існуючою сімейною системою.

«Ідеал» дає інформацію про напрямок і ступінь змін у сімейному функціонуванні, які хотів би здійснити кожен з учасників дослідження. Чим більше розбіжність між ідеалом і сприйняттям, тим більше незадоволеність існуючою сімейною системою.

Перед тим як почати роботу з цією методикою, необхідно створити атмосферу довіри між дослідником і учасниками опитування. Кожен отримує бланк з текстом тверджень, потім перевіряється, як учасники зрозуміли інструкцію, даються необхідні пояснення. Під час роботи з опитувальником у обстежуваного можуть виникнути уточнюючі питання, на які даються пояснення. Якщо опитувальник заповнюють одночасно кілька членів сім'ї, то спостереження за їх взаємодією дасть психотерапевту додаткову інформацію про комунікацію в цій системі, можливість відстежити патерни поведінки. У такому випадку від пояснюючих відповідей краще відмовитися, залишивши рішення за членами сім'ї. При роботі в групі всі пояснення даються до початку заповнення опитувальника.

Опитувальник можуть заповнити всі члени сім'ї, включаючи підлітків старше 12 років. В ідеалі необхідно застосовувати його до всіх членів сім'ї, здатних заповнювати анкету, що допоможе всебічно оцінити особливості їх комунікації.

Опис методики

Методика складається зі списку тверджень (від 1 до 20). Завдання обстежуваного полягає в тому, щоб двічі оцінити кожне твердження за ступенем його вираженості, використовуючи п'ятибальну шкалу:

майже ніколи – 1

рідко – 2

час від часу – 3

часто – 4

майже завжди – 5

У першому випадку завдання обстежуваного оцінити реальне сімейне функціонування, у другому – ідеальне, тобто таке, яким хотілося б його бачити.

Обробка та інтерпретація результатів

Визначення типу структури сім'ї. При обробці підраховується кількість балів, отриманих при сумуванні парних і непарних тверджень. Кількість балів, отримана при сумуванні непарних пунктів, визначає рівень сімейної згуртованості, парних – рівень сімейної адаптації. Тип сімейної системи визначається двома параметрами – сумарними оцінками за шкалами згуртованості та сімейної адаптації відповідно до норм оцінок, стандартизованих на різних вибірках.

Визначення рівня задоволеності сімейним життям. Різниця між ідеальними і реальними оцінками за двома шкалами (згуртованості та адаптації) визначає ступінь задоволеності обстежуваного сімейним життям. Наразі не існує жодних емпіричних норм для визначення оцінки розбіжності ідеального і усвідомлюваного. Висока оцінка розбіжності вказує на низьку сімейну задоволеність. Розбіжність повинна бути розрахована для кожного індивідуума за згуртованістю і адаптацією, а загальна оцінка може бути отримана в результаті складання цих двох оцінок. Зворотна залежність отриманих результатів є оцінкою сімейної задоволеності.

Інструкції

Варіант А. Опишіть вашу реальну сім'ю (подружжя і діти). Прочитайте наступні висловлювання і оцініть їх за допомогою представленої шкали.

Варіант Б. Тепер оцініть ті ж висловлювання з точки зору ідеальної сім'ї, тобто такої, про яку ви мрієте.

№	Твердження	Майже ніколи	Рідко	Час від часу	Часто	Майже завжди
1	Члени нашої сім'ї звертаються один до одного за допомогою					

№	Твердження	Майже ніколи	Рідко	Час від часу	Часто	Майже завжди
2	При вирішенні проблем враховуються пропозиції дітей					
3	Ми з схваленням ставимося до друзів інших членів сім'ї					
4	Діти самостійно обирають форму поведінки					
5	Ми надаємо перевагу спілкуванню тільки у вузькому сімейному колі					
6	Кожен член нашої сім'ї може бути лідером					
7	Члени нашої сім'ї ближчі з сторонніми, ніж один з одним					
8	У нашій сім'ї змінюється спосіб виконання повсякденних справ					
9	Ми любимо проводити вільний час всі разом					
10	Покарання обговорюються батьками і дітьми разом					
11	Члени нашої сім'ї відчують себе дуже близькими один до одного					
12	У нашій сім'ї більшість рішень приймаються батьками					
13	На сімейних заходах присутня більшість членів сім'ї					
14	Правила в нашій сім'ї змінюються					
15	Нам важко уявити, що ми могли б зробити всією сім'єю					
16	Домашні обов'язки можуть переходити від одного члена сім'ї до іншого					
17	Ми радимося один з одним при прийнятті рішень					
18	Важко сказати, хто у нас в сім'ї лідер					

№	Твердження	Майже ніколи	Рідко	Час від часу	Часто	Майже завжди
19	Єдність дуже важлива для нашої сім'ї					
20	Важко сказати які обов'язки виконує кожен член сім'ї					

Оцінка параметрів шкали FACES–3

№	Діагностичні параметри	№ тверджень	Шкала
1	Емоційний зв'язок	1, 11, 19	Сімейна згуртованість
2	Сімейні кордони	5, 7	
3	Прийняття рішень	17	
4	Час	9	
5	Друзі	3	
6	Інтереси та відпочинок	13, 15	
7	Лідерство	6, 18	Сімейна адаптація
8	Контроль	2, 12	
9	Дисципліна	4, 10	
10	Ролі	8, 16, 20	
11	Правила	14	

Аналіз і обговорення отриманих результатів з членами сім'ї дозволяє підвищити їх мотивацію до сімейної психотерапії.

«Наглядова» демонстрація, що підтверджує наявність порушень у сімейній системі, дозволяє розділити відповідальність за ефективність корекційних

заходів між усіма членами сім'ї та психологом.

Шкала може також служити інструментом, що дозволяє виявити ступінь ефективності роботи, проведеної з сім'єю. Зміни типу функціонування сім'ї (перехід до більш збалансованого стану) і зниження рівня дисфункціонування свідчать про те, що сім'я набула здатності до адекватної комунікації та більш ефективного подолання стресу (кризового стану).

3. Опитувальник «Сімейні ролі»

Опитувальник «Сімейні ролі» призначений для опису ролевої структури сім'ї. Ця методика є модифікацією психотерапевтичної техніки «Рольова карткова гра» (1970) (автори техніки Дж. Огден і З. Зевін), виконаною А. В. Черниковим (2001), і допомагає визначити вклад кожного члена сім'ї в організацію спільного життя (ролі–обов'язки), а також типові варіанти поведінки в конфліктних ситуаціях (ролі взаємодії). Крім того, опитувальник дозволяє опосередковано оцінити статус членів сім'ї та ступінь їх впливу на прийняття сімейних рішень.

Бланк опитувальника «Сімейні ролі»

Інструкція

Впишіть імена членів вашої сім'ї та відмітьте кількістю зірочок, наскільки перелічені ролі характерні для кожного з них:

*** – його (її) постійна роль;

** – доволі часто він (вона) це робить;

* – іноді це стосується його (її).

Деякі з перелічених ролей можуть бути не властиві вашій сім'ї або ніколи не виконуються тим чи іншим її членом; у цьому випадку залиште графу порожньою. Можливо, у вашій сім'ї є свої унікальні ролі, відсутні в загальному списку, допишіть їх.

Після цього серед усього списку виділіть ті ролі, які ви вважаєте найбільш важливими для життя сім'ї.

Ролі–обов'язки

Ролі–обов'язки	Імена членів сім'ї
Організатор домашнього господарства	
Закупівельник продуктів	
Той, хто заробляє гроші	
Казначей	
Його превосходительство, поганий виконавець всіх своїх обов'язків	
Той, хто прибирає квартиру	
Той, хто виносить сміття	
Повар	
Той, хто прибирає зі столу після обіду	
Той, хто доглядає за тваринами	
Організатор свят і розваг	
Хлопчик на побігеньках	
Людина, що приймає рішення	
Той, хто ремонтує зламане	

Ролі взаємодії

Ролі взаємодії	Імена членів сім'ї
Буфер, посередник у конфлікті	
Любитель поболівати	
Прихильник суворої дисципліни	
Головний обвинувач	
Самотній вовк	
Той, хто втішає ображених	
Той, хто ухиляється від обговорення проблем	
Той, хто створює іншим неприємності	
Той, хто тримається осторонь від сімейних розборок	
Той, хто приносить жертви заради інших	
Сімейний вулкан	
Той, хто затаює образу	
Жартівник	

Інтерпретація результатів.

В основі інтерпретації отриманих результатів лежить уявлення про те, що члени сім'ї, які частіше за інших грають важливі ролі, як правило, мають більшу владу в сім'ї.

Методику можна проводити індивідуально або з усією сім'єю. Вона дуже наочна, інформативна і в груповому варіанті може служити основою для обговорення сімейної ситуації та відмінностей у її сприйнятті членами сім'ї.

4. Метод діагностики міжособистісних відносин

Метод діагностики міжособистісних відносин (ДМО) представляє собою модифікований варіант інтерперсональної діагностики Т. Лірі (модифікований і адаптований Л. Н. Собчик).

Мета методики – дослідження уявлень суб'єкта про себе і своє ідеальне «Я», уявлень про членів сім'ї. Використання методики ДМО при аналізі сімейних криз дозволяє зробити висновок про претензії обстежуваного в сфері сім'ї; виявити зони ймовірних конфліктів; вивчити психологічну сумісність подружжя і міжособистісні відносини в сім'ї (виявлення переважаючого типу відносин в сім'ї). Співвіднесення уявлень кожного з подружжя про себе дає можливість виявити спотворення у сприйнятті і проблеми, пов'язані зі схожістю/відмінністю в прояві стилів міжособистісних відносин.

Опис методики

Основаючись на тому, що особистість проявляється в поведінці, актуалізований в процесі взаємодії з оточуючими, американський психолог Т. Лірі систематизував емпіричні спостереження у вигляді 8 загальних або 16 більш дробних (не виправдали себе на практиці) варіантів міжособистісної взаємодії. Відповідно до різних типів міжособистісної поведінки був розроблений опитувальник, що представляє собою набір з 128 досить простих характеристик–епітетів (Собчик Л. Н., 2003).

До кожного типу відноситься по 16 суджень. Методика побудована так, що судження, спрямовані на виявлення якого–небудь типу відносин, розташовані не підряд, а особливим чином: вони групуються по 4 і повторюються через рівну кількість визначень. Так, до першого типу взаємин відносяться судження за номерами: 1–4, 33–36, 65–68, 97–100.

Кожен обстежуваний при заповненні опитувальника відзначає наявність тих чи інших якостей у себе (при необхідності – у подружжя, свого батька, своєї матері або іншого члена сім'ї), а також відзначає, якими якостями він сам хотів би володіти і які він хотів би бачити у свого чоловіка (своєї дружини або іншого

члена сім'ї).

Інструкція

«Перед вами опитувальник, що містить різні характеристики. Слід уважно прочитати кожна і подумати, чи відповідає вона вашому уявленню про себе. Якщо "так", то в спеціальному бланку, призначеному для реєстрації ваших відповідей, перекресліть хрестом відповідну порядковому номеру характеристики цифру в сітці реєстраційного бланка. Якщо "ні", то не робіть ніяких позначок на реєстраційному бланку. Проявіть максимальну уважність і відвертість, щоб уникнути повторного обстеження».

Інструкція для виконання завдання

- Відповідь на питання: "Яка ви людина?" (Обстежуваний виконує завдання, відповідаючи на питання про свої особисті якості та характеристики).
- Відповідайте на питання: "Яким би я хотів бути?" Це допоможе визначити ваші ідеальні уявлення про себе.
- Аналогічним чином пропонується дати оцінку вашому чоловіку (дружині) та його (її) ідеалу з вашої точки зору.

Текст опитувальника

1. Уміє подобатися.
2. Справляє враження на оточуючих.
3. Уміє розпоряджатися, наказувати.
4. Уміє наполягати на своєму.
5. Має почуття гідності.
6. Незалежний.
7. Здатний сам подбати про себе.
8. Може проявити байдужість.

9. Здатний бути суворим.
10. Суворий, але справедливий.
11. Може бути щирим.
12. Критичний до інших.
13. Любить поплакатися.
14. Часто сумний.
15. Здатний проявляти недовіру.
16. Часто розчаровується.
17. Здатний бути критичним до себе.
18. Здатний визнати свою неправоту.
19. Охоче підкоряється.
20. Поступливий.
21. Вдячний.
22. Захоплюється і схильний до наслідування.
23. Шанобливий.
24. Шукає схвалення.
25. Здатний до співпраці, взаємодопомоги.
26. Прагне подружитися з іншими.
27. Доброзичливий, дружелюбний.
28. Уважний і ласкавий.
29. Делікатний.
30. Підбадьорюючий.
31. Відгукується на заклики про допомогу.
32. Здатний викликати захоплення.

33. Користується повагою інших.
34. Має талант керівника.
35. Любить відповідальність.
36. Впевнений у собі.
37. Самовпевнений і наполегливий.
38. Діловий, практичний.
39. Конкуруючий.
40. Стійкий і твердий, де потрібно.
41. Невблаганний, але неупереджений.
42. Дратівливий.
43. Відкритий і прямолінійний.
44. Не терпить, щоб ним командували.
45. Скептичний.
46. Його важко вразити.
47. Образливий, щепетильний.
48. Легко бентежиться.
49. Невпевнений у собі.
50. Поступливий.
51. Скромний.
52. Часто звертається за допомогою до інших.
53. Дуже шанує авторитет.
54. Охоче приймає поради.
55. Довірливий, прагне радувати інших.
56. Завжди люб'язний у спілкуванні.

- 57.Дорожить думкою оточуючих.
- 58.Товариський і уживчивий.
- 59.Добросердечний.
- 60.Добрий, вселяє впевненість.
- 61.Ніжний і м'якосердечний.
- 62.Любить піклуватися про інших.
- 63.Щедрий.
- 64.Любить давати поради.
- 65.Справляє враження значущості.
- 66.Начальницько—наказовий.
- 67.Владний.
- 68.Хвалькуватий.
- 69.Зарозумілий, самовдоволений.
- 70.Думає тільки про себе.
- 71.Хитрий.
- 72.Нетерпимий до помилок інших.
- 73.Розрахунковий.
- 74.Відвертий.
- 75.Часто недружелюбний.
- 76.Злобний.
- 77.Скаржник.
- 78.Ревнивий.
- 79.Довго пам'ятає образи.
- 80.Схильний до самобичування.

81. Сором'язливий.
82. Безініціативний.
83. Кроткий.
84. Залежний, несаможиттєвий.
85. Любить підкорятися.
86. Надає іншим приймати рішення.
87. Легко потрапляє в халепу.
88. Легко піддається впливу друзів.
89. Готовий довіритися будь-кому.
90. Доброзичливий до всіх без розбору.
91. Всім симпатизує.
92. Прощає все.
93. Переповерхнений надмірним співчуттям.
94. Великодушний і терпимий до недоліків.
95. Прагне допомогти кожному.
96. Прагне до успіху.
97. Очікує захоплення від кожного.
98. Розпоряджається іншими.
99. Деспотичний.
100. Ставиться до оточуючих з почуттям переваги.
101. Марнославний.
102. Егоїстичний.
103. Холодний, черствий.
104. Їдкий, насмішливий.

105. Злий, жорстокий.
106. Часто гнівливий.
107. Байдужий, рівнодушний.
108. Злопам'ятний.
109. Проникнутий духом протиріччя.
110. Упертий.
111. Недовірливий, підозрілий.
112. Робкий.
113. Сором'язливий.
114. Услужливий.
115. М'якотілий.
116. Майже нікому не заперечує.
117. Нав'язливий.
118. Любить, щоб його опікали.
119. Надмірно довірливий.
120. Прагне здобути прихильність кожного.
121. З усіма погоджується.
122. Завжди з усіма дружелюбний.
123. Всіх любить.
124. Занадто поблажливий до оточуючих.
125. Старається втішити кожного.
126. Піклується про інших на шкоду собі.
127. Псує людей надмірною добротою.

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1	5	9	13	17	21	25	29
2	6	10	14	18	22	26	30
3	7	11	15	19	23	27	31
4	8	12	16	20	24	28	32
33	37	41	45	49	52	57	61
34	38	42	46	50	54	58	62
35	39	43	47	51	55	59	63
36	40	44	48	52	56	60	64
65	69	73	77	81	85	89	93
66	70	74	78	82	86	90	94
67	71	75	79	83	87	91	95
68	72	76	80	84	88	92	96
97	101	105	109	113	117	121	125
98	102	106	110	114	118	122	126
99	103	107	111	115	119	123	127
100	104	108	112	116	120	124	128

Обробка та інтерпретація результатів

Після того як обстежуваний оцінить себе, свій ідеальний образ, чоловіка (дружину) та його (її) ідеал і заповнить реєстраційний бланк, підраховуються бали за вісьмома варіантами міжособистісної взаємодії. Для цього використовується ключ, за допомогою якого виділяються блоки по 16 номерів у кожному, що формують кожен з 8 октантів:

I октант: характеристики 1–4, 33–36, 65–68, 97–100

II октант: характеристики 5–8, 37–40, 69–72, 101–104

III октант: характеристики 9–12, 41–44, 73–76, 105–108

IV октант: характеристики 13–16, 45–48, 77–80, 109–112

V октант: характеристики 17–20, 49–52, 81–84, 113–116

VI октант: характеристики 21–24, 53–56, 85–88, 117–120

VII октант: характеристики 25–28, 57–60, 89–92, 121–124

VIII октант: характеристики 29–32, 61–64, 93–96, 125–128

Кожен закреслений номер відповідає одному балу. За кожним октантом підраховується кількість балів. Максимальна оцінка по октанту – 16 балів, але

вона розділена на 4 ступені вираженості відносин:

0–4 бали – низький (адаптивна поведінка)

5–8 балів помірний (адаптивна поведінка)

9 – 12 високий (екстремальна поведінка)

13–16 екстремальний (екстремальна поведінка до патології)

Дискограма

Дискограма – умовна схема, розроблена Т. Лірі для представлення результатів методики, має вигляд кола, розділеного на сектори (8 секторів, де кожен з секторів відповідає певному типу взаємин), на осях якого позначені: дружелюбність–ворожість (агресивність) по горизонталі, домінування–підпорядкування по вертикалі.

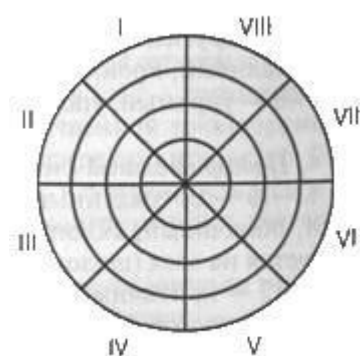


Рис. 5. Дискограма

Кількісні показники по кожному з октантів – від 0 до 16 – відкладаються на відповідній номеру октанта координаті, кожна з яких розмічена дугами, відстань між ними кратна чотирьом: 0, 4, 8, 12, 16. На рівні, відповідному отриманим балам по кожному октанту, проводиться дуга. Визначена дугою внутрішня частина октанта заштриховується. Після того як відзначені всі отримані при обстеженні результати і заштрихована внутрішня, центральна частина кола дискограми до рівня, окресленого дугами, виходить щось на зразок «віяла». Максимально заштриховані октанти (тобто ті, по яких бали виявилися високими) відповідають переважаючому стилю поведінки даного індивіда в міжособистісних відносинах.

Інтерпретація результатів

- **Характеристики, що не виходять за межі 8 балів**, властиві гармонійним особистостям.
- **Показники, що перевищують 8 балів**, свідчать про акцентуацію властивостей, виявлених даним октантом.
- **Бали, що досягають рівня 14–16**, говорять про труднощі соціальної адаптації.
- **Низькі показники по всіх октантах (0–3 бали)** можуть бути результатом скритності і нещирості обстежуваного. Відповідно, отримані дані слід розглядати як сумнівні в плані їх достовірності (Собчик Л. Н., 2003).

Характеристика типів відносин до оточуючих

1. Авторитарний тип (владний–лідуючий)

- **13–16:** диктаторський, владний, деспотичний характер, тип сильної особистості, яка лідирує у всіх типах групової діяльності, всіх наставляє, повчає, завжди прагне покладатися на свою думку, не вміє приймати поради інших. Оточуючі відзначають цю владність, але визнають її.
- **9–12:** домінантний, енергійний, компетентний, авторитетний лідер, успішний у справах, любить давати поради, вимагає до себе поваги.
- **0–8:** впевнений у собі, але не обов'язково лідер, наполегливий і настирливий.

2. Егоїстичний (незалежний–домінуючий)

- **13–16:** прагне бути над усіма, але одночасно осторонь від усіх, самозакоханий, розрахунковий, незалежний, себелюбний. Труднощі перекладає на оточуючих, але сам ставиться до них дещо відчужено.
- **9–12:** егоїстичні риси, орієнтація на себе, схильність до суперництва, самовпевненість.
- **0–8:** впевненість у собі.

3. Агресивний тип (прямолінійний–агресивний)

- **13–16:** жорсткий, ворожий по відношенню до оточуючих, різкий; агресивність може доходити до антисоціальної поведінки.
- **9–12:** вимогливий, прямолінійний, відвертий, суворий і різкий в оцінці інших, непримиренний, схильний у всьому звинувачувати оточуючих, насмішливий, іронічний.
- **0–8:** упертий, наполегливий, енергійний.

4. Підозрілий (недовірливий–скептичний)

- **13–16:** відчужений по відношенню до ворожого світу, підозрілий, образливий, схильний до сумнівів у всьому, злопам'ятний, постійно скаржиться на всіх (шизоїдний тип характеру).
- **9–12:** критичний, відчуває труднощі в міжособистісних контактах через підозрілість і страх поганого ставлення, замкнутий, скептичний, розчарований у людях, скритний, свій негативізм проявляє у вербальній агресії.
- **0–8:** критичний по відношенню до всіх соціальних явищ і оточуючих людей.

5. Підпорядкований тип (покірний–сором'язливий)

- **13–16:** покірний, схильний до самознищення, слабовільний, поступливий у всьому, завжди ставить себе на останнє місце, засуджуючи себе; приписує собі провину, пасивний, прагне знайти опору в комусь більш сильному.
- **9–12:** сором'язливий, кроткий, легко бентежиться, схильний підкорятися більш сильному без урахування ситуації.
- **0–8:** скромний, сором'язливий, поступливий, емоційно стриманий, здатний підкорятися, не має власної думки, сумлінно і чесно виконує свої обов'язки.

6. Залежний тип (покірний–залежний)

- **13–16:** залежний, схильний до підпорядкування, потребує постійної підтримки і схвалення, не здатний приймати самостійні рішення.
- **9–12:** схильний до підпорядкування, потребує підтримки, легко піддається впливу.
- **0–8:** залежний, потребує підтримки, але здатний приймати самостійні рішення в певних ситуаціях.

7. Дружелюбний (співпрацюючий–конвенційний) тип. Цей тип відносин властивий особам, які прагнуть до тісної співпраці з референтною групою, до дружелюбних відносин з оточуючими. Надмірна вираженість цього стилю проявляється компромісною поведінкою, несдержаністю в прояві свого дружелюбства по відношенню до оточуючих, прагненням підкреслити свою причетність до інтересів більшості.

8. Альтруїстичний (відповідальний–великодушний) тип. Цей варіант міжособистісної поведінки проявляється вираженою готовністю допомагати оточуючим, розвиненим почуттям відповідальності (до 8 балів). Високі бали свідчать про м'якосердечність, надмірну обов'язковість, гіперсоціальність установок, підкреслений альтруїзм. В екстремальній формі характерна гіпервідповідальність, прагнення принести в жертву себе і свої інтереси, нав'язливість у своїй допомозі.

Інтерпретація типів міжособистісних відносин

Перші чотири типи міжособистісних відносин – 1, 2, 3 і 4 – характеризуються переважанням неконформних тенденцій. З них 3 і 4 відображають схильність до диз'юнктивних (конфліктних) проявів, а 1 і 2 – прагнення до незалежності думки, наполегливість у відстоюванні власної точки зору, тенденцію до лідерства і домінування. Інші чотири октанти – 5, 6, 7 і 8 – дають протилежну картину: підпорядкованість, невпевненість у собі і конформність (5 і 6), схильність до компромісів, конгруентність і відповідальність у контактах з оточуючими (7 і 8).

Формули для розрахунку індексів

Формула для розрахунку індексу домінантності (вектор V):

$$V = 1 - 5 + 0.7[(2-8) - (6+4)] \quad V = 1 - 5 + 0.7[(2-8) - (6+4)]$$

Формула для розрахунку індексу доброзичливості (вектор G):

$$G = 7 - 3 + 0.7[(8+7) - (4+3)] \quad G = 7 - 3 + 0.7[(8+7) - (4+3)]$$

Результат, що відхиляється від 1.0 як у позитивний, так і в негативний бік, виявляє переважаючі тенденції.

Таблиця. Узгодженість стилів міжособистісних відносин подружжя

Окта нти	Тип	Я– реал ьне	Я– ідеал ьне	Чоловік/дружин а–реальне	Чоловік/дружин а–ідеальне
I	Владний–лідуючий				
II	Незалежний–домінуючий				
III	Прямолінійний–агресивний				
IV	Недовірливий–скептичний				
V	Покірний–сором'язливий				
VI	Залежний–покірний				
VII	Співпрацюючий–конвенційний				
VIII	Відповідальний–великодушний				

Використання методу ДМО в сфері сімейного консультування досить ефективно: окрім констатації міжособистісного конфлікту, метод дозволяє

глибше зрозуміти причини психологічної несумісності, які можуть ховатися як у різних характерах і поведінкових патернах членів сім'ї, так і в наявності у когось із них внутрішньоособистісної неконгруентності (внутрішнього конфлікту). Крім того, згубну роль у таких ситуаціях можуть грати нереальні уявлення про ідеал чоловіка, дружини, дітей або батьків.

5. Опитувальник «Аналіз сімейної тривоги» (АСТ)

Автори методики: З. Г. Зейдеміллер і В. Юстіцкіс (2000).

Мета методики: Вивчення загального фону переживань індивіда, пов'язаного з його позицією в сім'ї, з тим, як він сприймає себе в сім'ї.

Поняття «сімейної тривоги»: Стан тривоги у одного або кількох членів сім'ї, часто погано усвідомлюваний і важко локалізований. Характерною ознакою цього типу тривоги є наявність сумнівів, страхів, побоювань, що стосуються, перш за все, сім'ї – здоров'я її членів, їх відлучок і пізніх повернень, сварок і конфліктів. Тривога ця зазвичай не поширюється на позасімейні сфери – виробничу діяльність, родичів, сусідські відносини тощо. В основі «сімейної тривоги», як правило, лежить погано усвідомлювана невпевненість індивіда в якомусь дуже важливому для нього аспекті сімейного життя. Це може бути невпевненість у почуттях іншого подружжя, у собі. Часто такі переживання, що суперечать уявленням про себе, витісняються, що може проявитися в сімейних відносинах у вигляді тривоги.

Важливі складові «сімейної тривоги»: Відчуття безпорадності та нездатності втрутитися в хід подій у сім'ї, направити його в потрібне русло. Індивід із сімейно-обумовленою тривогою не відчуває себе значущою діючою особою в сім'ї, незалежно від того, яку позицію він у ній займає і наскільки активну роль грає насправді (Зейдеміллер З. Г., Юстіцкіс В., 2000).

Опис методики

Членам сім'ї пропонується самотійно заповнити опитувальник.

Інструкція: «Пропонований вам опитувальник містить твердження про ваше самопочуття вдома, у сім'ї. Твердження пронумеровані. Такі ж номери є в

бланку, що додається до методики. Читайте по черзі твердження опитувальника. Якщо ви в загальному згодні з ними, то на бланку обведіть кружком номер твердження. Якщо ви в цілому не згодні – закресліть цей же номер. Якщо дуже важко вибрати, то поставте на номері знак питання. Старайтеся, щоб таких відповідей було не більше трьох. Пам'ятайте, ви характеризуєте своє самопочуття в сім'ї. В опитувальнику немає "правильних" і "неправильних" тверджень. Відповідайте так, як відчуваєте».

Текст опитувальника «Аналіз сімейної тривоги» (АСТ)

1. Члени моєї сім'ї часто бувають незадоволені мною.
2. Відчуваю, що, як би я не вчинив(ла), все одно буде не так.
3. Я багато чого не встигаю зробити.
4. Так виходить, що саме я частіше за все виявляюся винним(ою) у всьому, що трапляється в нашій сім'ї.
5. Часто відчуваю себе безпорадним(ою).
6. Вдома мені часто доводиться нервувати.
7. Коли потрапляю додому, відчуваю себе незграбним(ою) і ніяковим(ою).
8. Деякі члени сім'ї вважають мене безтолковим(ою).
9. Коли я вдома, весь час через щось переживаю.
10. Часто відчуваю на собі критичні погляди членів моєї сім'ї.
11. Іду додому і з тривогою думаю, що ще сталося в мою відсутність.
12. Вдома у мене постійне відчуття, що треба ще дуже багато зробити.
13. Нерідко відчуваю себе зайвим(ою) вдома.
14. Вдома у мене таке становище, що просто опускаються руки.
15. Вдома мені постійно доводиться стримуватися.
16. Мені здається, якщо б я раптом зник(ла), то ніхто б цього не помітив.

17. Ідеш додому, думаєш, що будеш робити одне, але, як правило, доводиться робити зовсім інше.
18. Як подумаю про свої сімейні справи, починаю хвилюватися.
19. Деяким членам моєї сім'ї буває незручно через мене перед друзями і знайомими.
20. Часто буває так: хочу зробити добре, але виходить погано.
21. Мені багато чого у нас не подобається, але я цього стараюся не показувати.

Обробка та інтерпретація результатів

За кожен згоду з твердженням нараховується 1 бал. Сума балів підраховується окремо по кожній з трьох шкал:

1. **Субшкала В – вина (сімейна вина члена сім'ї)** – неадекватне відчуття індивідом відповідальності за все негативне, що відбувається в сім'ї. До шкали відносяться наступні твердження: 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19. Наявність сімейної вини діагностується при п'яти згодах.
2. **Субшкала Т – тривожність (сімейна тривожність члена сім'ї)** – відчуття, що ситуація в сім'ї не залежить від власних зусиль обстежуваного. До шкали відносяться твердження: 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20. Сімейна тривожність діагностується при п'яти згодах.
3. **Субшкала Н – напруженість (сімейна напруженість)** – відчуття, що виконання сімейних обов'язків є непосильним завданням для індивіда. До шкали відносяться твердження: 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21. Наявність сімейної напруженості діагностується при п'яти згодах.

Після підрахунку балів по окремих шкалах обчислюється сума балів по загальній шкалі (вина + тривожність + напруженість), на підставі чого робиться висновок про рівень загальної сімейної тривожності.

Бланк опитувальника «Аналіз сімейної тривоги» (АСТ)

Ф.І.О.: _____

1	4	7	10	13	16	19	B/5
2	5	8	11	14	17	20	T/5
3	6	9	12	15	18	21	H/5
C	=	B	+	T	+	H	

Метою цього виду самостійної роботи є оцінка рівня засвоєння знань з дисципліни, вмінь застосовувати свої знання для розв'язання практичних завдань, а також навичок аргументованого доведення власної думки, формулювання висновків, творчого мислення.

**ЗДОБУВАЧ ПРИ ВИКОНАННІ ІНДЗ ПОВИНЕН
ДОТРИМУВАТИСЯ ПРИНЦИПІВ АКАДЕМІЧНОЇ
ДОБРОЧЕСНОСТІ, НЕ ДОПУСКАТИ АКАДЕМІЧНИЙ
ПЛАГІАТ.**

Академічний плагіат – оприлюднення (частково або повністю) наукових (творчих) результатів отриманих іншими особами, як результатів власного дослідження (творчості), та/або відтворення опублікованих текстів інших авторів без відповідного посилання (відповідно до ст. 69 Закону України «Про вищу освіту»).

Види академічного плагіату:

- копіювання;
- перефразування;
- компіляція;
- використання інформації (факти, ідеї, формули, числові значення тощо) з джерела без посилання на це джерело;
- подання як власних робіт (тез, аналітичних звітів, письмових робіт, есеїв тощо), виконаних на замовлення іншими особами, у тому числі робіт,

стосовно яких справжні автори надали згоду на таке використання.

3. Теми самостійної роботи з дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи»

№ з/п	Назва теми	Форма контролю
1.	Теоретичні основи сімейної психотерапії. Психологія сімейної кризи як галузь психологічного знання. - Системний підхід: розглядає сім'ю як єдину систему, де кожен член впливає на інших. - Психодинамічний підхід: зосереджується на вивченні несвідомих процесів та патернів поведінки у сімейній системі. - Когнітивно–поведінковий підхід: акцентує увагу на зміні негативних мислених схем та поведінкових звичок у сімейному контексті.	Індивідуальна, групова співбесіда усне опитування, перевірка практичних завдань
2.	Сім'я як об'єкт сімейної психотерапії. - Сім'я як система: розгляд сім'ї як складної соціальної системи з динамічними зв'язками. - Функції та ролі: аналіз функцій, ролей та структури сім'ї. - Життєвий цикл сім'ї: вивчення стадій життєвого циклу сім'ї та типових проблем на різних етапах.	
3.	Основні етапи сімейної психотерапії. Види сімейних криз. - Діагностичний етап: виявлення та аналіз проблем у сімейних відносинах.	

	- Ліквідація конфлікту: робота над усуненням сімейного конфлікту та відновленням гармонії. - Підтримуючий етап: підтримка позитивних змін та закріплення нових моделей поведінки.
4.	Класифікація підходів та напрямів в сімейній психотерапії. - Системний підхід: вивчення взаємодії між членами сім'ї та виявлення дисфункціональних патернів. - Психодинамічний підхід: аналіз несвідомих процесів та психологічних конфліктів у сімейній системі. - Когнітивно–поведінковий підхід: зміна негативних мислених схем та патологічних поведінкових звичок.
5.	Практичні аспекти проведення психотерапевтичної роботи з сім'єю. Основи кризового консультування сім'ї. - Первинна оцінка: проведення первинної оцінки проблем та динаміки взаємин у сім'ї. - Індивідуальні та групові сесії: використання індивідуальних та групових сесій для покращення взаємодії між членами сім'ї. - Комунікаційні вправи: застосування вправ для покращення комунікації та вирішення конфлікту.
	Разом

РОЗДІЛ IV. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗА ВСІМА ВИДАМИ КОНТРОЛЮ

57

Критерії оцінювання за різними видами роботи

Вид роботи	Бали	Критерії
Практичні завдання	0–1 бал	Здобувач відтворює незначну частину навчального матеріалу, має поверхові уявлення про предмет вивчення, неаргументовано висловлює думку. Використовує необхідні інформаційно–методичні матеріали, виконує практичне завдання за умови сторонньої допомоги.
	2 бали	Здобувач частково відтворює навчальний матеріал, водночас не висловлює власних міркувань, не може без сторонньої допомоги запропонувати приклади застосування здобутих знань при вирішенні практичного завдання. Використовує необхідні інформаційно–методичні матеріали, виконує практичне завдання, але припускається окремих помилок і неточностей.
	3 бали	Знання здобувача є достатньо повними, він самостійно застосовує відповідний навчальний матеріал, виконуючи практичне завдання; аналізує, робить висновки. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але припускається неточностей. Здобувач самостійно використовує необхідні інформаційно–методичні матеріали виконуючи практичне завдання. Виконане завдання у цілому відповідає вимогам, хоча має незначні огріхи.
	4 бали	Здобувач володіє міцними знаннями, оперує

		ними при виконанні практичного завдання. Самостійно використовує необхідні інформаційно–методичні матеріали виконуючи практичне завдання. Не припускається помилок при його виконанні. Здобувач виступає експертом практичного завдання, що виконали однокурсники.
Самостійна робота	0 балів	Здобувач розпізнає деякі об'єкти вивчення та визначає їх на побутовому рівні, може описувати деякі об'єкти вивчення; має фрагментарні уявлення з предмета вивчення; виконує елементарні прийоми практичного завдання.
	1 бал	Завдання виконано частково, має формальний характер, фрази шаблонні, відсутні власні роздуми та міркування.
	2 бал	Здобувач знає окремі факти, що стосуються навчального матеріалу; виявляє здатність елементарно висловлювати думку; самостійно та за допомогою викладача може виконувати частину практичного завдання; знає послідовність виконання завдання; практичне завдання містить багато суттєвих відхилень від установлених вимог, при виконанні потребує систематичної допомоги викладача.
	3 бали	Здобувач самостійно і логічно відтворює фактичний і теоретичний матеріал та наводить приклади; володіє навчальним матеріалом і використовує набуті знання, уміння у стандартних ситуаціях; самостійно виконує практичне завдання відповідно до методичних рекомендацій; практичне завдання має окремі помилки;

		користується необхідними навчально-методичними матеріалами.
	4 бали	Здобувач володіє глибокими знаннями, демонструє відповідні компетентності, використовує їх у нестандартних ситуаціях, самостійно працює з інформацією у відповідності до поставленого завдання; систематизує та узагальнює навчальний матеріал; самостійно користується додатковими джерелами інформації; без помилок виконує та аналізує практичне завдання.
Письмова робота	0–3	Здобувач не менше ніж на 50% завдань надає правильну відповідь – початковий рівень знань
	4–6	Здобувач на 51% – 70% завдань надає правильну відповідь – середній рівень знань
	7–8	Здобувач на 71% – 90% завдань надає правильну відповідь – достатній рівень знань
	9–10	Здобувач на 91% – 100% завдань надає правильну відповідь – високий рівень знань
Індивідуальне навчально-дослідне завдання (есе)	0 балів	Завдання не виконано; есе має компілятивний характер; висловлювання не відповідає (за змістом і формою) вимогам, які висуваються до жанру академічного есе.
	1 – 3 бали	Здобувач демонструє неглибоку обізнаність з темою, її інтерпретація поверхова, судження подеколи компілятивні. У роботі простежується комунікативний задум автора, представлений традиційний або обмежений набір ідей, відсутня діалогова (дискусійна) основа. Композиційна структура есе загалом витримана, проте наявні

		суттєві недоліки в аргументації основних положень, встановленні причинно–наслідкових зв’язків (не більше 2 логічних помилок), фрагменти іноді не пов’язані між собою, опущений аналіз суттєвих характеристик явища, не аналізуються альтернативні погляди на проблему. Спостерігається невдале поєднання теорії з фактичним матеріалом, використання риторики (тверджень) замість аргументації (доказів). Здобувач демонструє бідний словниковий запас, одноманітність граматичного ладу мови; спостерігається порушення мовностилістичних норм наукового стилю, зокрема наявне недоречне використання засобів виразності, неточне вживання термінології тощо; порушуються орфографічні й пунктуаційні норми.
	4 – 6 балів	Здобувач демонструє розуміння проблеми, чітко її формулює, проте розкриває її на низькому теоретичному рівні / заявлена тема розкрита не повно / наявні фрагменти, які не відповідають темі. Авторська модальність і оцінність виявляється невиразно. Здобувач загалом володіє навичками створення академічного тексту, аргументованого доведення тез, загальна форма викладу відповідає жанру академічного есе, проте стиль викладу, використана лексика і термінологія не завжди відповідає академічним стандартам. Робота характеризується змістовою цілісністю і послідовністю викладу, проте логічно упорядковані думки не пов’язані між

		собою мовними засобами; вказані наявні альтернативні погляди на проблему без їх адекватної оцінки; спостерігаються порушення у використанні прийомів порівняння й узагальнення. Використано змішаний стиль викладу з превалюванням неформального. Здобувач переважно дотримується лексичних, граматичних норм наукового стилю, проте наявні окремі орфографічні і синтаксичні помилки.
	7 – 9 балів	Здобувач демонструє розуміння проблеми, розкриває її на достатньому теоретичному рівні, присутня авторська модальність, оцінність, проте інтерпретація теми недостатньо глибока і самостійна. Здобувач загалом володіє навичками створення академічного тексту, аргументованого доведення, проте тези й приклади не завжди переконливі, здобувач переважно використовує традиційні форми доведення. Загальна форма викладу відповідає жанру академічного есе, проте стиль викладу, використана лексика і термінологія не завжди відповідає академічним стандартам; виклад зрозумілий і чіткий; наявні незначні порушення логіки чи послідовності викладу; пояснюються альтернативні погляди на проблему та їх оцінка; використовуються прийоми порівняння, зіставлення й узагальнення. Текст загалом оформлено правильно, але трапляються поодинокі порушення орфографічних чи пунктуаційних норм.
	10 балів	Здобувач демонструє глибоке розуміння проблеми, чітко її формулює, розкриває на

		високому теоретичному рівні, обґрунтовано використовує відомості з наукових джерел. Інтерпретація теми глибока й самостійна, переважає авторська модальність й оцінність. Загальна форма викладу відповідає жанру академічного есе; виклад зрозумілий і чіткий; стиль викладу відповідає академічним стандартам. Багатий словниковий запас, лексичні (зокрема термінологічні) та стилістичні засоби використовуються повністю адекватно й виразно. Наведені доведення логічні і обґрунтовані; сформульовані тези переконливі, супроводжуються грамотною аргументацією власної позиції; подаються альтернативні погляди на проблему та їх особиста оцінка автором; доречно й грамотно використовуються прийоми порівняння, зіставлення й узагальнення; судження свідчать про самостійність мислення і широту кругозору автора. Текст повністю відповідає вимогам точності й правильності мовлення; допущені окремі (1–2) мовленнєві або стилістичні огріхи.
--	--	---

Критерії оцінювання підсумкового контролю (залік)

Для навчальної дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи» навчальним планом передбачено підсумковий контроль у формі заліку. Кількість балів, необхідних для заліку (не менше 60), студент отримує під час участі у практичних заняттях, виконання всіх видів самостійної роботи.

Сума балів	Критерії оцінки
Відмінно (90–100 А)	Здобувач демонструє ґрунтовні знання навчального матеріалу:

	основних напрямів сучасної сімейної психотерапії в умовах кризи; поняття системної психотерапії; системного викладення існуючих наукових уявлень про основні закономірності та явища в галузі сімейної психотерапії; етапів проведення сімейної психотерапії згідно різних теоретичних підходів; принципів та правил роботи сімейного психотерапевта згідно етичного кодексу психолога; сучасних проблем та тенденції розвитку сімейної психотерапії; основних сфери застосування сімейної психотерапії. Усні відповіді повні, логічні й обґрунтовані. Здобувач активно включається в обговорення, відстоює власну точку зору в питаннях та рішеннях, що розглядаються. При виконанні практичних завдань демонструє високий рівень самостійності при вирішенні поставлених завдань: оволодіння методами збору інформації щодо сімейної системи та практичними аспектами проведення сімейної психотерапії; визначеннями дисфункціональних порушень сімейної комунікації; здійснення психологічного аналізу проблеми сім'ї з точки зору системного підходу в умовах кризи; розробки стратегії і тактики терапевтичного втручання відповідно до різних сімейних порушень. Оцінка нижче 100 балів обґрунтовується недостатнім розкриттям теоретичних питань навчальної дисципліни, або тим, що здобувач проявляє невпевненість в тлумаченні теоретичних положень чи складних практичних завдань.
Добре (82–89 В)	Здобувач демонструє достатні знання: основних напрямів сучасної сімейної психотерапії в умовах кризи; поняття системної психотерапії; системного викладення існуючих наукових уявлень про основні закономірності та явища в галузі сімейної психотерапії; етапів проведення сімейної психотерапії згідно різних теоретичних підходів; принципів та правил роботи сімейного психотерапевта згідно етичного кодексу психолога;

	сучасних проблем та тенденції розвитку сімейної психотерапії; основних сфери застосування сімейної психотерапії. Здобувач демонструє достатні <i>вміння</i>: оволодіння методами збору інформації щодо сімейної системи та практичними аспектами проведення сімейної психотерапії; визначеннями дисфункціональних порушень сімейної комунікації; здійснення психологічного аналізу проблеми сім'ї з точки зору системного підходу в умовах кризи; розробки стратегії і тактики терапевтичного втручання відповідно до різних сімейних порушень. Усні відповіді повні, логічні, але не завжди обґрунтовані. При виконанні практичних завдань самостійно виправляє допущені помилки, котрі є незначними.
Добре (74–81 С)	Здобувач достатньо володіє навчальним матеріалом: основних напрямів сучасної сімейної психотерапії в умовах кризи; поняття системної психотерапії; системного викладення існуючих наукових уявлень про основні закономірності та явища в галузі сімейної психотерапії; етапів проведення сімейної психотерапії згідно різних теоретичних підходів; принципів та правил роботи сімейного психотерапевта згідно етичного кодексу психолога; сучасних проблем та тенденції розвитку сімейної психотерапії; основних сфери застосування сімейної психотерапії. Здобувач достатньо володіє <i>вміннями</i>: оволодіння методами збору інформації щодо сімейної системи та практичними аспектами проведення сімейної психотерапії; визначеннями дисфункціональних порушень сімейної комунікації; здійснення психологічного аналізу проблеми сім'ї з точки зору системного підходу в умовах кризи; розробки стратегії і тактики терапевтичного втручання відповідно до різних сімейних порушень. Усні відповіді логічні, але не є вичерпними і не завжди обґрунтовані. Припускається помилок, котрі не є системними.

	При виконанні аналітичних завдань не завжди адекватно аналізує зміст основних термінів. Потребує незначної допомоги при розробці плану психодіагностики; супроводі і реабілітації осіб у екстремальних та кризових ситуаціях .
Задовільно (64–73 D)	Здобувач засвоює основні поняття навчальної дисципліни. Припускається значних помилок у визначенні основних напрямів сучасної сімейної психотерапії в умовах кризи. При виконанні практичних завдань орієнтується у напрямі вирішення завдань щодо: поняття системної психотерапії; системного викладення існуючих наукових уявлень про основні закономірності та явища в галузі сімейної психотерапії. Під час аналізу професійної взаємодії при вирішенні соціальних, психологічних проблем у складних і непередбачуваних умовах потребує значної допомоги з боку викладача. Викликає труднощі пошуку найбільш ефективних способів проведення сімейної психотерапії згідно різних теоретичних підходів; принципів та правил роботи сімейного психотерапевта згідно етичного кодексу психолога; сучасних проблем та тенденції розвитку сімейної психотерапії; основних сфери застосування сімейної психотерапії. Допускає значну кількість неточностей, помилок, котрі усуває лише під керівництвом викладача.
Задовільно (60–63 E)	Здобувач має мінімальні знання про: основних напрямів сучасної сімейної психотерапії в умовах кризи; поняття системної психотерапії; системного викладення існуючих наукових уявлень про основні закономірності та явища в галузі сімейної психотерапії; етапів проведення сімейної психотерапії згідно різних теоретичних підходів; принципів та правил роботи сімейного психотерапевта згідно етичного кодексу психолога; сучасних проблем та тенденції розвитку сімейної психотерапії; основних сфери застосування сімейної психотерапії. Знання

	несистемні, фрагментарні, припускається суттєвих помилок. Визначення засадничих положень викликає значні труднощі. Виконання практичних завдань формалізоване: є відповідність алгоритму, але відсутнє глибоке розуміння логіки процесу. Має значні труднощі оволодіння методами збору інформації щодо сімейної системи та практичними аспектами проведення сімейної психотерапії. Виявляє часткові вміння здійснення психологічного аналізу проблеми сім'ї з точки зору системного підходу в умовах кризи; розробки стратегії і тактики терапевтичного втручання відповідно до різних сімейних порушень. Не виявляє здатності щодо визначень дисфункціональних порушень сімейної комунікації.
Незадовільно (35–59 FX)	Здобувач має фрагментарні знання, опанував менше половини обсягу навчального змісту, передбаченого програмою навчальної дисципліни у зв'язку з чим усні відповіді фрагментарні, не обґрунтовані. Відсутнє цілісне усвідомлення навчального матеріалу. Здобувач працює пасивно, практичні завдання виконує припускаючись грубих помилок, виправляє помилки лише при виконанні нескладних практичних завдань.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ (залік)

Для навчальної дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи» навчальним планом передбачено підсумковий контроль у формі заліку. Кількість балів, необхідних для заліку (не менше 60), студент отримує під час участі у практичних заняттях, виконання всіх видів самостійної роботи.

Програмою дисципліни «Сімейна психотерапія в умовах кризи» передбачається підсумковий контроль у формі заліку. Його метою є встановлення рівня засвоєння навчальної дисципліни здобувачами, сформованість в них необхідних вмінь та навичок.

Для самоперевірки знань з дисципліни рекомендується:

1. Ознайомитися з переліком питань для самоконтролю.
2. Розпланувати час.
3. Підібрати навчальні посібники, підручники, довідники та інші необхідні джерела інформації.
4. Переглянути зміст кожного питання, скористувавшись власними раніше складеними конспектами, схемами, таблицями.
5. Оцінити рівень своєї підготовки з кожного питання. Встановити теми, які потребують детальнішого вивчення.
6. Перевірити себе шляхом переказу відповідей на теоретичні питання.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ

Програмою дисципліни «Системна психотерапія в умовах кризи» передбачається підсумковий контроль у формі заліку. Його метою є встановлення рівня засвоєння навчальної дисципліни здобувачами, сформованість в них необхідних вмінь та навичок.

1. Визначення сімейної психотерапії.
2. Традиційні помилки в розумінні сімейної психотерапії.
3. Постановка завдань сімейної психотерапії.
4. Загальна теорія систем і сім'я як система.
5. Системні поняття, використовувані в системній сімейній психотерапії.
6. Горизонтальні і вертикальні стресори і їх роль в житті сім'ї.
7. Визначення типу стресора і робота з його подолання.
8. Етапи сімейної психотерапії та їх особливості.
9. Взаємозв'язок між етапами сімейної психотерапії.
10. Важливість дотримання послідовності проходження кожного етапу і ознаки ефективності як визначення переходу на наступний етап.
11. Завдання психотерапевта, межі його активності і впливу на сімейну систему на цьому етапі.
12. Проведення першого інтерв'ю.
13. Середній етап сімейної психотерапії.
14. Завершальний етап терапії.
15. Психоаналітична сімейна психотерапія. Особливості.
16. Сприймання сім'ї як клієнта і особливості ставлення до сім'ї.
17. Школа Пало–Альто. Особливості. Головні цілі. Головні завдання. Методична база.
18. Стратегічна сімейна терапія. Особливості. Головні цілі. Головні завдання. Методична база.
19. Сімейна системна терапія Боуена. Особливості. Головні цілі. Головні завдання. Методична база.
20. Тривалість психотерапевтичного впливу.
21. Сімейна психотерапія конструктів. Особливості. Головні цілі, завдання.

Методична база.

- 22.Тривалість психотерапевтичного впливу.
- 23.Сімейна комунікативна психотерапія. Особливості. Головні цілі. Головні завдання. Методична база.
- 24.Наративна психотерапія. Особливості. Головні цілі. Головні завдання. Методична база.
- 25.Інтегративна модель сімейної психотерапії. Особливості. Головні цілі, завдання.
- 26.Сімейна розстановка Берта Гелінгера в системній психотерапії. Особливості. Головні цілі. Головні завдання. Методична база.
- 27.Зачаття. Особливості цієї фази і вплив на психічну структуру майбутньої людини.
- 28.Планування запліднення, стихійна вагітність, вагітність під впливом різних мотиваторів.
- 29.Вплив різних мотиваторів зачаття на особливості дитини.
- 30.Важливість підготовчого етапу до зачаття як фізіологічного та психічного налаштування на гармонійну дитину.
- 31.Вагітність. Особливості різних етапів вагітності з точки зору формування психічних особливостей дитини.
- 32.Вплив оточення на вагітну жінку і результат цього впливу, який відображено в психічних особливостях дитини.
- 33.Сенс народних вірувань щодо поведінки вагітної жінки та поводження з нею з погляду сучасної перинатальної психотерапії.
- 34.Родова травма. Вплив родової травми на психічні особливості дитини.
- 35.Різновиди психічних і психологічних відхилень, викликаних родовою травмою.
- 36.Методи максимального запобігання пологовим травмам, яких повинна навчитися майбутня мати, і які вона зможе застосовувати під час пологів.
- 37.Постнатальний період. Формування типу прив'язаності у дитини.
- 38.Відповідальність батьків за формування базової довіри до світу у дитини.
- 39.Методи сімейної діагностики.

40. Важливість проведення діагностики для постановки сімейного діагнозу.
41. Завдання діагностики в сімейній психотерапії.
42. Вирішення завдань психодіагностики, виходячи з конкретної проблеми даної сім'ї.
43. Аспекти первинного замовлення, на які треба звертати увагу при плануванні психодіагностичних процедур.
44. Форми оголошення результатів психодіагностики сім'ї.
45. Етичні та емоційні аспекти роботи з сім'єю у психодіагностиці.
46. Методи психодіагностики, які мають коригуючий вплив на сім'ю.
47. Головні принципи діагностичної роботи з сім'єю до сімейної психотерапії.
48. Найбільш ефективні методи роботи з сім'єю у психодіагностиці.
49. Головні критерії оцінки сім'ї за допомогою психодіагностичних процедур.
50. Оціночне інтерв'ю – особливості проведення, принципи і критерії.
51. Малюнок сім'ї – різновиди та класична методика.
52. Можливості творчого підходу психолога до використання цієї методики.
53. Модифікації, ситуації використання.
54. Сімейна соціограма – загальне і специфічне в порівнянні з класичною соціометричною процедурою Я. Морено.
55. Техніки з використанням фантазії і образів.
56. Соціометричні техніки.
57. Техніки для роботи зі структурою сім'ї.
58. Поведінкові техніки.
59. Парадоксальні техніки.
60. Техніки роботи зі сімейними правилами.
61. Техніки роботи зі сімейною історією.
62. Психодраматичні техніки.
63. Арт-терапевтичні техніки.
64. Психотерапія підготовки до шлюбу.
65. Психотерапія пошуку шлюбного партнера.
66. Психотерапія закоханих. Методи «зняття рожевих окулярів» з метою подолання ідеалізації образу коханої людини.

- 67.Психотерапія безумовного прийняття партнера.
- 68.Дошлюбна психотерапія з питань шлюбної сумісності.
- 69.Важливість психодіагностичних процедур на етапі дошлюбної терапії.
- 70.Важливість інформування партнерів про особливості кожного і навчання безумовному прийняттю партнера як шляху попередження несумісності.
- 71.Групове дошлюбне консультування і психотерапія (тренінгова робота).
- 72.Важливість застосування групової (тренінгової) роботи в дошлюбному консультуванні.
- 73.Значущість моделювання і відтворення у навчальній обстановці ситуацій подружнього життя для запобігання сімейних конфліктів.
- 74.Психотерапія у разі ревнощів і подружніх зрад.
- 75.Різновиди ревнощів. Особливості виникнення того або іншого виду ревнощів у чоловіків.
- 76.Особисті особливості, які є основою для виникнення й формування ревнощів.
- 77.Подружня зрада як соціально–психологічний феномен.
- 78.Вплив різних факторів на схильність до подружніх зрад (генетико–біологічних, особистісних, соціальних).
- 79.Мотиви подружніх зрад.
- 80.Вплив контексту на схильність до подружньої зради.
- 81.Консультування в ситуації розлучення.
- 82.Розлучення як втрата.
- 83.Особливості особистісних переживань під час розлучення.
- 84.Стратегія роботи з подружжям або одним з подружжя в ситуації розлучення. Психотерапія після розлучення.
- 85.Особливості переживання після розлучення.
- 86.Стратегія роботи психолога з людиною, яка переживає розлучення.
- 87.Трансактний аналіз в терапії подружжя.
- 88.Групова терапія подружніх пар (тренінг подружніх відносин).
- 89.Індивідуальна терапія батьків.
- 90.Індивідуальний підхід до виховання сиблінгів.

91.Консультування батьків з приводу проблем у відносинах з дорослими дітьми.⁷²

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

1. Косьянова Олена. Psychology, medicine and biology: the development of necessary technologies in the field of health care: collective monograph. Розділ монографії Косьянова О. Соціально – психологічні аспекти прояву обману у дітей з вадами слуху. International Science Group. Boston: Primedia eLaunch, 2024. 276, р. (67–103) https://isg-konf.com/wp-content/uploads/2024/05/Project_Med.pdf
2. Магдисюк Л. І. Психологія сімейної кризи: методичні рекомендації до курсу «Психологія сімейної кризи». Луцьк : Вежа–Друк. 2021. 20 с.
3. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій: навчально–методичний посібник. Миколаїв : Іліон, 2018. 298 с.
4. Психологічна допомога в клініці: навчально–методичний посібник / Р. П. Федоренко, О. М. Хлівна, Т. І. Дучимінська, Л. І. Магдисюк, С. В. Борцевич. Луцьк : Вежа–Друк, 2018. 224 с.
5. Психологія молодшої сім'ї: монографія. Р. П. Федоренко, М. І. Мушкевич, Т. І. Дучимінська, Л. І. Магдисюк. Вид. 2–ге, доповн. та змін. Луцьк: ВежаДрук, 2020. 392 с.
6. Chebykin O., Kosyanova O. Emotional Development and youth's Preposition to Deception. An experimental study using the polygraph method. Monograph. Routledge, New York, 2025. 165 P.

Допоміжна література

1. Kosianova O., Pylypenko, N., Shevchenko, N., Formaniuk, Y., Herasina, S., Horetska, O. (2022) (Web of Science). Psychotherapeutic Counseling in Promoting Personal Development. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 13(3), 119–137. <https://doi.org/10.18662/brain/13.3/357>
2. Kosyanova O. Психологічні особливості безпеки життєдіяльності особистості в надзвичайних ситуаціях та її життєстійкість. Розділ монографії International Security Studios: managerial, economic, technical, legal, environmental, informative and psychological aspects (international collective monograph). Tbilisi,

Georgia, 2023, стор. 665–690.

3. Косьянова О., Кириченко К., Кімінчижи М.. Взаємозв'язки показників невротизації особистості та її соціально–психологічної адаптації. Наука і освіта. 2022. №4. 49–56. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2022-4-9>
4. Косьянова О., Поспелова І., Казакова А. Мотиви та настанови делінквентної поведінки в осіб із різним гендерним індексом особистості. Наука і освіта. 2022. №2. 12–18. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2022-2-2>
5. Косьянова О.Ю. Особливості задоволеності життям та оманливості в юнацькому віці. Наука і освіта. Одеса, 2021. № 4. 36–45.
6. Косьянова О.Ю., Городнюк Л.С. Особливості прояву самооцінки та типу характеру жінок віку середньої дорослості. Габітус. Одеса, 2020. № 19. С. 128–132.
7. Косьянова О.Ю., Поспелова І.Д. Вплив соціально–психологічних установок сучасного подружжя на їх задоволеність шлюбом. Наука і освіта. Одеса, 2020. №1. С. 5–13.
8. Овод Ю. В. Практичні рекомендації розлученим людям щодо запобігання та подолання сімейної кризи «повторний шлюб». Габітус. 2021. Вип. 21. С. 262–267.

Інформаційні ресурси в інтернеті

1. Міністерство освіти і науки України: офіційний сайт.
URL : <http://www.mon.gov.ua>
2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського : офіційний сайт
URL : <http://www.nbuv.gov.ua/>
3. Одеська національна наукова бібліотека : офіційний сайт.
URL : <http://odnb.odessa.ua/>.
4. Бібліотека Університету Ушинського : офіційний сайт.
URL : <https://library.pdpu.edu.ua/>