

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО»

Кафедра сімейної та спеціальної педагогіки і психології

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ,
ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ПСИХОЛОГІЯ СІМ'Ї»**

*для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
спеціальності 012 Дошкільна освіта*

Одеса 2024

УДК 159.922

*Рекомендовано до друку Вченою радою Державного закладу
«Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського»
протокол № 13 від 29.06.2024 року*

Рецензенти:

Булгакова О. Ю. – доктор психологічних наук, професор, декан факультету дошкільної педагогіки та психології Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»

Тодорцева Ю. В. – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології та соціальної роботи Національного університету «Одеська політехніка»

Кримова Н. О. Методичні рекомендації до проведення практичних занять з навчальної дисципліни «Психологія сім'ї» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, спеціальності 012 Дошкільна освіта: метод. реком. Одеса, Університет Ушинського, 2024. 52 с.

Методичні рекомендації до проведення практичних занять з навчальної дисципліни «Психологія сім'ї» містять: передмову, загальну інформацію про навчальну дисципліну, теми лекційного курсу, плани практичних занять, питання для самоперевірки, вимоги до виконання самостійної роботи, перелік індивідуальних науково-дослідних завдань, тестові питання, глосарій.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ОПИС ТА СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ	6
1.1. Опис навчальної дисципліни.....	6
1.2. Критерії оцінювання за різними видами роботи.....	7
РОЗДІЛ 2. ТЕМИ ЛЕКЦІЙНОГО КУРСУ	17
РОЗДІЛ 3. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ	19
3.1. Теми практичних занять.....	19
РОЗДІЛ 4. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ	28
РОЗДІЛ 5. ІНДИВІДУАЛЬНІ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНІ ЗАВДАННЯ	32
5.1. Приблизна тематика есе.....	32
5.2. Методичні вказівки щодо оформлення есе.....	33
РОЗДІЛ 6. КОНТРОЛЬНІ ЗАСОБИ ПЕРЕВІРКИ РЕЗУЛЬТАТІВ ПРАКТИЧНОЇ ТА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ	36
6.1. Приклади тестових питань для поточного контролю.....	36
ГЛОСАРІЙ	38
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	47
ДОДАТКИ	49

ВСТУП

Навчальна дисципліна «Психологія сім'ї» належить до переліку обов'язкових дисциплін у підготовці здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за спеціальністю 012 Дошкільна освіта, ОПП «Дошкільна освіта. Практична психологія в закладах дошкільної освіти».

Психологія сім'ї має завдання формування у здобувачів вищої освіти уявлень про сім'ю як цілісну систему, динаміку її розвитку та кризові періоди сімейних відносин; формування відповідального ставлення до створення сім'ї на основі усвідомленого ухвалення цінностей сімейного життя, розуміння важливості передавання духовно-моральної та культурної спадщини новому поколінню. Сім'я, її духовне і моральне здоров'я, багато в чому впливає як на ефективність виховання підростаючого покоління, так і на розвиток всього суспільства.

Мета навчальної дисципліни «Психологія сім'ї»: формувати фундаментальні знання про теоретичні і прикладні основи психології сім'ї та сприяти професійному становленню здобувачів вищої освіти через формування знань, умінь та навичок інформаційно-аналітичної та практичної діяльності в сімейній сфері життєдіяльності.

Очікувані результати вивчення дисципліни

знати:

- теоретичні і методологічні основи психології сім'ї, історію розвитку та сучасний стан психології сім'ї;
- основні категорії психології сім'ї;
- динаміку формування і розвитку сім'ї;
- психологічні концепції та підходи до взаємовідносин у сім'ї;
- особливості розвитку і криз сім'ї;
- причини і наслідки порушень розвитку і виховання дітей у сім'ях;
- особливості сімейного виховання дошкільнят, взаємини батьків і дітей в

сім'ї.

уміти:

- орієнтуватися в основних психологічних теоріях, в концепціях вітчизняних і зарубіжних психологів, педагогів, які вивчають проблеми сім'ї;

- застосовувати елементи практичної психології (методики дослідження сімейних відносин, тактиці і техніці сімейного спілкування і поведінкової адаптації подружжя, способам вирішення конфліктних ситуацій);

- застосовувати методи психолого-педагогічного вивчення взаємовідносин членів сім'ї;

- використовувати основні методи і методики психологічних досліджень.

Освоєння навчальної дисципліни «Психологія сім'ї» здобувачами вищої освіти першого (бакалаврського) рівня сприяє, по-перше, формуванню і удосконаленню практичних навичок, умінь для набуття компетентностей, визначених ОПП «Дошкільна освіта. Психологія», по-друге, формуванню та розвитку професійних умінь приймати самостійні рішення в галузі майбутньої спеціальності.

РОЗДІЛ 1.

1.1. Опис та структура навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, ОПП, спеціальність, рівень освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів - 4 ECTS.	Галузь знань: 01 Освіта/ Педагогіка	Статус дисципліни : обов'язкова	
Модулів – 2	Спеціальність: 012 Дошкільна освіта.	Мова навчання: українська	
Змістових модулів – 2	ОПП Дошкільна освіта. Практична психологія в закладах дошкільної освіти	Рік навчання:	
Індивідуальне науково-дослідне завдання – есе		3-й	3-й
Загальна кількість годин – 120		Семестр	
		6-й	6-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 4	Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)	Лекції	
		16 год.	4 год.
		Практичні, семінарські	
		20 год.	8 год.
		Самостійна робота	
		64 год.	88 год.
		Індивідуальні завдання	
20 год.	20 год.		
		Вид контролю: екзамен	

1.2. Критерії оцінювання за різними видами роботи

Вид роботи	Бали	Критерії
Практичні завдання	0 балів	Здобувач відтворює незначну частину навчального матеріалу, має поверхові уявлення про предмет вивчення, неаргументовано висловлює думку. Використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали, виконує практичні завдання за умови сторонньої допомоги.
	1 бал	Знання здобувача є достатньо повними, він самостійно застосовує відповідний навчальний матеріал, виконуючи практичні завдання; аналізує, робить висновки. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але припускається неточностей. Здобувач самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали, виконуючи практичні завдання. Виконані завдання у цілому відповідають вимогам, хоча мають незначні огріхи.
	2 бали	Здобувач володіє міцними знаннями, оперує ними при виконанні практичних завдань. Самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали виконуючи практичні завдання. Не припускається помилок при їхньому виконанні. Здобувач виступає експертом практичних завдань, 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 практичних завдань.
	1 бал	Здобувач знає окремі факти, що стосуються навчального матеріалу; виявляє здатність елементарно висловлювати думку; самостійно та за допомогою викладача може виконувати частину практичних завдань; знає послідовність виконання завдання; практичні завдання містять багато суттєвих відхилень від установлених вимог, при їх виконанні потребує систематичної допомоги викладача.
	2 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 практичні завдання відповідно до методичних рекомендацій; практичні завдання мають окремі помилки; користується необхідними навчально-методичними матеріалами.
	3 бали	Здобувач володіє глибокими знаннями, демонструє відповідні компетентності, використовує їх у нестандартних ситуаціях, самостійно працює з інформацією у відповідності до поставлених завдань; систематизує та узагальнює навчальний матеріал; самостійно користується додатковими джерелами інформації; без похибок виконує та аналізує практичні завдання.
Письмова робота	0-2 балів	Неповне виконання завдання, неповне висвітлення матеріалу; фрагментарність подання інформації.
	3-5 балів	Виконання завдання достатньо повне, але є порушення

		логіки та послідовності, є окремі помилки.
	6-8 балів	Виконання завдання досить повне, логічне, натомість є відповіді, які не завжди обґрунтовані.
	9-10 балів	Повне, правильне, змістовне виконання завдання з самостійним, творчим підходом.
Індивідуальне навчально-дослідне завдання - есе	1-3 бали	Здобувач не розкриває тему есе, має поверхові уявлення з питання, не аргументовано висловлює думку. Висловлення характеризується фрагментарністю. Наведені аргументи дублюють один одного, або не є доречними; прикладу немає або є не доречним. У роботі є помилки, що заважають розумінню написаного. Висновки не повністю відповідають запропонованій темі.
	3-7 балів	Знання здобувача є достатньо повними, він самостійно застосовує відповідний навчальний матеріал, аналізує, але деякі аргументи нелогічні. В есе більшість прикладів і доказів є доречними і конкретизованими, позиція автора зрозуміла. Есе майже не містить помилок або є помилки, що не заважають розумінню написаного. Висновки відповідають запропонованій темі.
	7-10 балів	Автор застосовує в есе теоретичні поняття, терміни, узагальнення, ідеї. Есе цілісне, логічне за структурою. В есе аналізуються різні підходи, наводяться доречні аргументи, використовується інформація з різних джерел наукової літератури для розв'язання проблемно-орієнтованого завдання; приклади переконливі, конкретизовані. Здобувач володіє міцними знаннями, оперує ними при виконанні

		завдання. Думка автора характеризується оригінальністю, наводяться цікаві і нешаблонні аргументи. Продемонстровано достатній словниковий запас (використано різноманітні лексичні одиниці). Висновки відповідають запропонованій темі й органічно пов'язані із змістом есе, аргументами та прикладами.
--	--	--

Критерії оцінювання підсумкового контролю (екзамен)

Для навчальної дисципліни «Психологія сім'ї» за навчальним планом передбачається підсумковий контроль у формі тестових завдань, відводиться 20 балів. Здобувач вищої освіти може скласти екзамен, якщо кількість отриманих впродовж вивчення дисципліни балів не менше, як 40. Накопичені здобувачем бали під час вивчення навчальної дисципліни сумуються. Оцінка за екзамен не може бути меншою за кількість накопичених ним балів.

Бали	Критерії
0 балів	Здобувач не відповідає на запитання.
1-5 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; використовує елементарні прийоми виконання практичного завдання.
6-10 балів	Здобувач знає окремі факти, що стосуються навчального матеріалу; виявляє здатність елементарно висловлювати думку; виконує частину практичного завдання.
11-15 балів	Здобувач надає відповіді на запитання в цілому правильні, але здобувач припускається помилок у визначеннях. Здобувач робить власні висновки, наводить приклади практичного використання; виконує практичне завдання з незначними

	огріхами.
16-20 балів	Здобувач надає відповіді на запитання повні, обґрунтовані, логічно побудовані, з прикладами практичного використання; відповідаючи, здобувач розмірковує, робить власні висновки виконує правильно практичне завдання.

Критерії оцінювання за всіма видами контролю

Сума балів	Критерії оцінки
Відмінно (90-100 А)	Здобувач вищої освіти має ґрунтовні знання про теоретичні основи предмета в необхідному обсязі; теоретичні питання про розвиток науки про сім'ю і історичні зміни сім'ї та шлюбу; найбільш важливі психологічні концепції; особливості розвитку і криз сім'ї; причини і наслідки порушень розвитку і виховання дітей у сім'ях; особливості сімейного виховання дошкільнят, взаємини батьків і дітей в сім'ї. Усні відповіді повні, логічні й обґрунтовані. Вміє вільно користуватися поняттями та категоріями, що розкривають суть предмету; орієнтуватися в основних психологічних теоріях; в концепціях вітчизняних і зарубіжних психологів, педагогів, які вивчають проблеми сім'ї і ставлення до неї; застосовувати елементи практичної психології (методики дослідження сімейних відносин, поведінкової адаптації подружжя, способам вирішення конфліктних ситуацій); застосовувати методи психолого-педагогічного вивчення членів сім'ї; використовувати основні методи і методики психологічних досліджень. Виявляє здатність до продуктивного (абстрактного, образного, дискурсивного, креативного) мислення; до самостійного пошуку, обробки та аналізу інформації з різних джерел; ідентифікувати, формулювати та розв'язувати проблеми. Розуміє й усвідомлює

	<p>обґрунтовані рішення і діє відповідно до морально-етичних і правових норм. Здобувач вміє планувати, прогнозувати і передбачати наслідки своїх дій. Виявляє творчий підхід до організації психологічного дослідження.</p>
<p>Добре (82-89 В)</p>	<p>Здобувач вищої освіти має достатні знання про теоретичні основи предмета в необхідному обсязі; теоретичні питання про розвиток науки про сім'ю і історичні зміни сім'ї та шлюбу; найбільш важливі психологічні концепції; особливості розвитку і криз сім'ї; причини і наслідки порушень розвитку і виховання дітей у сім'ях; особливості сімейного виховання дошкільнят, взаємини батьків і дітей в сім'ї. Усні відповіді повні, логічні, натомість не завжди обґрунтовані. Здобувач вільно користується поняттями та категоріями, що розкривають суть предмету; орієнтується в основних психологічних теоріях; в концепціях вітчизняних і зарубіжних психологів, педагогів, які вивчають проблеми сім'ї і ставлення до неї. Вміє застосовувати елементи практичної психології (методики дослідження сімейних відносин, поведінкової адаптації подружжя, способам вирішення конфліктних ситуацій); застосовувати методи психолого-педагогічного вивчення членів сім'ї. Загалом здатний до продуктивного (абстрактного, образного, дискурсивного, креативного) мислення. Виявляє здатність до самостійного пошуку, обробки та аналізу інформації з різних джерел, натомість під час формулювання та розв'язування проблеми припускається незначних помилок. Достатньо усвідомлено приймає обґрунтовані рішення і діє відповідно до морально-етичних і правових норм. Обізнаний з організацією психологічного дослідження. У цілому вміє скласти висновок за результатами дослідження.</p>

<p>Добре (74-81 C)</p>	<p>Здобувач вищої освіти має знання про теоретичні основи предмета в необхідному обсязі; теоретичні питання про розвиток науки про сім'ю і історичні зміни сім'ї та шлюбу; найбільш важливі психологічні концепції; особливості розвитку і криз сім'ї; причини і наслідки порушень розвитку і виховання дітей у сім'ях; особливості сімейного виховання дошкільнят, взаємини батьків і дітей в сім'ї, але припускається певних помилок. Визначення особливостей розвитку і криз сім'ї викликає певні труднощі. Володіє вміннями користуватися поняттями та категоріями, що розкривають суть предмету; орієнтуватися в основних психологічних теоріях; в концепціях вітчизняних і зарубіжних психологів, педагогів, які вивчають проблеми сім'ї і ставлення до неї; застосовувати елементи практичної психології (методики дослідження сімейних відносин, поведінкової адаптації подружжя, способам вирішення конфліктних ситуацій); застосовувати методи психолого-педагогічного вивчення членів сім'ї. Натомість використовувати основні методи і методики психологічних досліджень викликає певні труднощі. Усні відповіді цілком логічні, проте не завжди повні й аргументовані. Здатний до продуктивного (абстрактного, образного, дискурсивного, креативного) мислення. Не завжди виявляє здатність до самостійного пошуку, обробки та аналізу інформації з різних джерел, не вміє чітко формулювати та розв'язувати проблеми. Здатний усвідомлено приймати обґрунтовані рішення. Вміє складати висновок за результатами дослідження, але іноді потребує незначної допомоги з боку викладача.</p>
<p>Задовільно (64-73 D)</p>	<p>Здобувач вищої освіти має недостатні знання про теоретичні основи предмета в необхідному обсязі; теоретичні питання про</p>

	<p>розвиток науки про сім'ю і історичні зміни сім'ї та шлюбу; найбільш важливі психологічні концепції; особливості розвитку і криз сім'ї; особливості сімейного виховання дошкільнят, взаємини батьків і дітей в сім'ї, і припускається значних помилок. Усні відповіді не повні, здобувач вищої освіти ускладняється в їх обґрунтуванні. Володіє вміннями користуватися поняттями та категоріями, що розкривають суть предмету; орієнтуватися в основних психологічних теоріях; в концепціях вітчизняних і зарубіжних психологів, педагогів, які вивчають проблеми сім'ї і ставлення до неї, але припускається значних помилок. Застосовувати елементи практичної психології (методики дослідження сімейних відносин, поведінкової адаптації подружжя, способам вирішення конфліктних ситуацій), аналіз та обробка інформації з різних джерел викликає труднощі; практично не виявляє здатності ідентифікувати, формулювати та розв'язувати проблеми. У плануванні і прогнозуванні своїх дій потребує значної допомоги. Є складнощі щодо організації психологічного дослідження і потребує допомоги з боку викладача.</p>
<p>Задовільно (60-63 E)</p>	<p>Здобувач вищої освіти має несистемні знання про теоретичні основи предмета в необхідному обсязі; теоретичні питання про розвиток науки про сім'ю і історичні зміни сім'ї та шлюбу; найбільш важливі психологічні концепції; особливості розвитку і криз сім'ї; взаємини батьків і дітей в сім'ї, але припускається суттєвих помилок; визначення особливостей розвитку і криз сім'ї викликає значні труднощі. Усні відповіді не повні й не обґрунтовані. Застосування методів психолого-педагогічного вивчення членів сім'ї викликає значні труднощі; не виявляє здатності використовувати основні методи і методики</p>

	<p>соціально-психологічних досліджень. Практично не виявляє здатності до продуктивного (абстрактного, образного, дискурсивного, креативного) мислення; до самостійного пошуку, обробки та аналізу інформації з різних джерел. Не вміє ідентифікувати, формулювати та розв'язувати проблеми. Виявляє низьку здатність до обґрунтованих рішень, у плануванні і прогнозуванні своїх дій потребує суттєвої допомоги. Не вміє скласти висновок за результатами психологічного дослідження, потребує допомоги з боку викладача</p>
Незадовільно (35-59 FX)	<p>Здобувач вищої освіти має фрагментарні знання про теоретичні питання про розвиток науки про сім'ю і історичні зміни сім'ї та шлюбу; найбільш важливі психологічні концепції; особливості розвитку і криз сім'ї; взаємини батьків і дітей в сім'ї; у визначенні особливостей розвитку і криз сім'ї припускається грубих помилок; не володіє знаннями щодо основних методів і методик психологічних досліджень. Усні відповіді часткові, не обґрунтовані. Не володіє вміннями вільно користуватися поняттями та категоріями, що розкривають суть предмету; використовувати методи психологічного дослідження. Не виявляє здатності до продуктивного (абстрактного, образного, дискурсивного, креативного) мислення. Не вміє проводити психологічне дослідження та інтерпретувати одержані дані.</p>
Незадовільно (0-34 F)	<p>Здобувач не виконує вимоги програми навчальної дисципліни: не сформовані знання уміння та навички. Здобувач не допускається до заліку та проходить повторне вивчення дисципліни.</p>

Шкала оцінювання за всіма видами контролю

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка а ECTS	Оцінка за національною шкалою
90–100	A	відмінно
82–89	B	добре
74–81	C	
64–73	D	задовільно
60–63	E	
35–59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0–34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

РОЗДІЛ 2.

ТЕМИ ЛЕКЦІЙНОГО КУРСУ

Недостатньо тільки отримати знання; їх треба застосувати.

Недостатньо тільки бажати; треба діяти.

Йоганн Вольфганг фон Гете

Тема 1. Вступ до психології сім'ї і сімейних відносин. Предмет, історія розвитку і сучасний стан психології сім'ї. Місце психології сім'ї у системі психологічного знання. Поняття «родина» та «шлюб» як соціокультурні феномени. Дослідження шлюбу і сім'ї. Форми організації шлюбу та сім'ї, їх витоки та еволюція. Підходи до вивчення проблеми функціонування шлюбу. Сімейне виховання на основі традиційних цінностей. Особливості сучасної сім'ї.

Тема 2. Теоретичні основи психології сім'ї. Концептуальні підходи щодо взаємовідносин у сім'ї. Теорії вибору шлюбного партнера. Періоди формування подружньої пари. Соціально-психологічна модель сімейних взаємин. Загальна типологія сімейних відносин. Показники життєдіяльності сім'ї. Функції та рольова структура сім'ї .

Тема 3. Параметри функціонування сім'ї. Основні підходи до періодизації сімейного життя. Поняття і стадії життєвого циклу. Основні характеристики сім'ї: об'єктивні, суб'єктивні, інтегральна. Психологічні особливості сучасної сім'ї. Критерії психологічного здоров'я сім'ї.

Тема 4. Феноменологія подружніх відносин. Емоційні взаємозв'язки в сім'ї. Соціально-психологічний підхід до любові в контексті проблеми атракції. Феномен любові та її типи. Теорії любові. Спотворення і порушення почуття любові.

Тема 5. Подружні конфлікти. Чинники та наслідки руйнування шлюбно-сімейних відносин. Поняття і причини подружнього конфлікту. Види подружніх конфліктів, стадії, шляхи розв'язання. Стресові ситуації в сім'ї. Індивідуальні та сімейні деструктивні ролі. Фази розпаду емоційних відносин. Стадії розлучення. Дитина розлучених батьків. Наслідки розлучення для дітей і для подружжя.

Тема 6. Психологічні основи виховання здорового потомства. Роль сім'ї в соціалізації дитини. Характер емоційного ставлення дитини до батьків. Мотиви виховання і батьківства. Типи сімейного виховання. Трикутники і коаліції, симбіоз. Прабатьки (бабусі і дідуся) в системі сімейних відносин. Історичний аспект взаємин старшого і молодшого поколінь в суспільстві. Зв'язок старшого і молодшого поколінь в суспільстві та сім'ї як механізм психологічного наслідування.

РОЗДІЛ 3.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Навчання без міркування – даремне,
міркування без навчання – небезпечне.
Конфуцій

3.1. Теми практичних занять

№ теми	Назва теми Форма заняття	Кількість годин	
1	<i>Семінар.</i> Основи психології сім'ї. Сімейне виховання на основі традиційних цінностей. Особливості сучасної сім'ї.	2	1
2	<i>Практичне заняття.</i> Концептуальні підходи до взаємовідносин у сім'ї. Аналіз специфіки дошлюбного періоду. Доповіді.	2	1
3	<i>Круглий стіл.</i> Поняття і стадії життєвого циклу. Основні підходи до періодизації сімейного життя. Презентації.	2	1
3	<i>Діагностика.</i> Сучасні підходи до психологічного здоров'я сім'ї. Методика «Діагностика психологічного здоров'я сім'ї».	2	
4	<i>Практичне заняття.</i> Емоційні взаємозв'язки в сім'ї. Основні характеристики подружніх відносин. <i>Ситуаційні завдання.</i>	2	1
4	<i>Круглий стіл.</i> Феномен любові. Спотворення і порушення почуття любові. Любов як основа подружніх відносин. Виникнення і розвиток уявлень про кохання.	2	
5	<i>Дискусія.</i> Профілактика подружніх конфліктів. Шляхи і способи усунення подружніх конфліктів. Методика «Мій лист чоловіку/дружині».	2	1

5	<i>Семінар.</i> Визначення основних ідей роботи Г. Фігдора «Діти розлучених батьків: між травмою і надією».	2	1
6	<i>Діагностика</i> дитячо-батьківських відносин (методика Р. Жилия, методика PARI).	2	1
6	<i>Дискусія.</i> Психологічні основи виховання здорового потомства. Різноманітність поглядів на проблеми виховання дитини.	2	1
Всього		20	8

Тема 1. Семінар. Основи психології сім'ї. Сімейне виховання на основі традиційних цінностей. Особливості сучасної сім'ї.

Форма організації на занятті (участь у колективному обговоренні)

1. Історичні зміни сім'ї та шлюбу.
2. Теоретичні дослідження шлюбу і сім'ї.
3. Підходи до вивчення проблеми функціонування шлюбу.
4. Які основні функції родини?
5. Типологія сім'ї.
6. Сучасні протиріччя щодо шлюбу і сім'ї.
7. Характерні риси сучасної сім'ї.

Обов'язкове практичне завдання

Есе «Сімейні цінності».

Рекомендована література

1. Дніпрова О. А. Трансформація подружніх стосунків у молодих сім'ях / *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія : Педагогіка і психологія.* 2018. № 1. С. 21-25.
2. Мелоян А.Е. Психологія сім'ї та сімейних відносин: навчальний посібник. Слов'янськ, 2019. 120 с.
3. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 248 с.

4. Слободянюк А. В. *Оцінка ролі чоловіка та жінки в сучасному суспільстві* // Габітус, 2019. №8. С. 51-55.

Тема 2. Практичне заняття. Концептуальні підходи до взаємовідносин у сім'ї.

Форма організації на занятті (робота в групах).

1. Принципи функціонування сімейної системи.

2. Сім'я як система, є єдиним цілим психологічним і біологічним організмом, в якому існують диференційовані, але взаємопов'язані підсистеми: подружжя, батьківська, підсистема сиблінгів.

3. Сімейна система як єдине утворення, якому притаманні певні особливості структури, функціонування і розвитку.

Обов'язкове практичне завдання

1. Надайте приклади, як на структуру сім'ї впливають цінності різного ряду: соціальні, сімейні і індивідуальні та інше.

2. Схарактеризуйте на прикладах, як порушення структури сім'ї призводить до дезорганізації сімейних процесів, дезінтеграції, дезадаптації в сімейних підсистемах.

Рекомендована література

1. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 248 с.

2. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.

Тема 3. Круглий стіл. Поняття і стадії життєвого циклу. Основні підходи до періодизації сімейного життя.

Форма організації на занятті (участь у колективному обговоренні)

1. Основні компоненти організаційної структури сім'ї.

2. Періодизація етапів розвитку сім'ї.

3. Назвіть етапи життєвого циклу сім'ї (Е. Дюваль).

4. Які два сценарії розвитку сім'ї є на кожній стадії життєвого циклу?
5. Охарактеризуйте ознаки нещасливих сімей.
6. Основні принципи спільної життєдіяльності родини.

Обов'язкове практичне завдання

Напишіть оповідання за прислів'ям (див. Додаток 1).

Рекомендована література

1. Мелоян А.Е. Психологія сім'ї та сімейних відносин: навчальний посібник. Слов'янськ, 2019. 120 с.
2. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 248 с.
3. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.

Тема 3. Діагностика. Сучасні підходи до психологічного здоров'я сім'ї.

Форма організації на занятті (індивідуальна робота)

1. Психологічне здоров'я – як інтегральний показник функціонування родини.
2. Основні критерії психологічного здоров'я сім'ї.
3. Структура психологічного здоров'я сім'ї.
4. Ідентичність і стабільність сім'ї.

Обов'язкове практичне завдання

1. За результатами діагностики учасники пишуть самозвіти.
2. Пропонування превентивних заходів щодо підтримки психологічного здоров'я сім'ї.

Рекомендована література

1. Мелоян А.Е. Психологія сім'ї та сімейних відносин: навчальний посібник. Слов'янськ, 2019. 120 с.
2. Потапчук Є. М. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером : довідник сімейного психолога. Хмельницький : Видавництво «PolyLux design & print», 2020. 36 с.

3. Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів / С. Д. Максименко, Я. В. Руденко, А. М. Кушнерьова, В. М. Невмержицький. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 438 с.

4. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 248 с.

Тема 4. Практичне заняття. Емоційні взаємозв'язки в сім'ї. Основні характеристики подружніх відносин.

Форма організації на занятті (робота в групах)

1. Механізми виникнення і принципи впливу симпатії.
2. Вікові періоди вияву закоханості.
3. Види шлюбної мотивації.
4. Сценарій батьківської родинної взаємодії.
5. Психологічні аспекти передшлюбного періоду.
6. Критерії вибору шлюбного партнера.
7. Гендерні відмінності у шлюбних очікуваннях.
8. Особливості подружніх відносин.

Обов'язкове практичне завдання

Аналіз притчі про любов.

Рекомендована література

1. Дніпрова О. А. Трансформація подружніх стосунків у молодих сім'ях / *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія : Педагогіка і психологія.* 2018. № 1. С. 21-25.

2. Радчук В. М. Механізми вибору шлюбного партнера / *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки.* 2019. Вип. 2. С. 232-239.

3. Седих К. В., Зозуль Т. В. Типи індивідуального еротичного коду у чоловіків / *Психологія і особистість.* 2019. № 1 (15). С. 86-100.

Тема 4. *Круглий стіл*. Феномен любові. Спотворення і порушення почуття любові. Любов як основа подружніх відносин.

Форма організації на занятті (участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком робота в парах)

1. Виникнення і розвиток уявлень про кохання.
2. Любов і кохання.
3. Трикомпонентна теорія любові.
4. Сценарії впливу любові на особистість.
5. Ознаки адиктивної форми любові.
6. Сімейна інтеграція та адаптація в процесі становлення молодої сім'ї.
7. Розкрийте сутність кожної з сфер адаптації (духовна, психологічна, сексуальна, культурна, інформаційна, побутова, родинна).

Обов'язкове практичне завдання

1. Визначить несприятливі психологічні моменти, які руйнують стабільність емоційних взаємин.
2. Визначить чинники впливу щодо стабілізації емоційних відносин.

Рекомендована література

1. Дніпрова О. А. Трансформація подружніх стосунків у молодих сім'ях / *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля*. Серія : Педагогіка і психологія. 2018. № 1. С. 21-25.
2. Потапчук Є. М. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером : довідник сімейного психолога. Хмельницький : Видавництво «PolyLux design & print», 2020. 36 с.
3. Радчук В. М. Механізми вибору шлюбного партнера / *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2019. Вип. 2. С. 232-239.
4. Седих К. В., Зозуль Т. В. Типи індивідуального еротичного коду у чоловіків / *Психологія і особистість*. 2019. № 1 (15). С. 86-100.

Тема 5. Дискусія. Профілактика подружніх конфліктів. Шляхи і способи усунення подружніх конфліктів.

Форма організації на занятті (робота в команді)

1. Особливості міжособистісної взаємодії в родині.
2. Психологічні особливості подружніх конфліктів.
3. Причини виникнення конфліктів у сім'ї.
4. Основні стадії проходження конфлікту.
5. Шляхи розв'язання конфліктів у подружніх парах.
6. Техніка «Конструктивної суперечки».
7. Ситуаційно-рольові ігри, в яких можна відпрацьовувати техніку «Конструктивної суперечки» (див. додаток).

Обов'язкове практичне завдання

1. Розробити алгоритм та вирішення конфліктів у сім'ї.
2. Методика «Мій лист чоловіку/дружині».

Рекомендована література

1. Мелоян А.Е. Психологія сім'ї та сімейних відносин: навчальний посібник. Слов'янськ, 2019. 120 с.
2. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 248 с.
3. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.

Тема 5. Семінар. Визначення основних ідей роботи Г. Фігдора «Діти розлучених батьків: між травмою і надією».

Форма організації на занятті (робота в мікрогрупі)

1. Значення фізичної та емоційної досяжності батька для дитини (8-30 міс.).
2. Значення сприймання цілісних батьківських об'єктів у формуванні триангулювання.
3. Важливість для психічного розвитку дитини компенсаційного триангулювання.

4. Негативний вплив конфлікту лояльності на психіку дитини при подоланні травмуючої ситуації розлучення.

Обов'язкове практичне завдання

За результатами набутого досвіду учасники пишуть програму психокорекції дитячо-батьківських взаємин.

Рекомендована література

1. Мелоян А.Е. Психологія сім'ї та сімейних відносин: навчальний посібник. Слов'янськ, 2019. 120 с.
2. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 248 с.
3. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.

Тема 6. Діагностика дитячо-батьківських відносин (методика Р. Жилія, методика PARI).

Форма організації на занятті (робота в парах)

1. Дослідження соціальної пристосованості дитини, сфери її міжособистісних відносин та їх особливостей, її сприйняття внутрішньосімейних стосунків.
2. Ознаки батьківсько-дитячих відносин: I - оптимальний емоційний контакт, II - зайва емоційна дистанція з дитиною, III - зайва концентрація на дитині.

Обов'язкове практичне завдання

Аналіз результатів психодіагностичного дослідження.

Рекомендована література

1. Мелоян А.Е. Психологія сім'ї та сімейних відносин: навчальний посібник. Слов'янськ, 2019. 120 с.
2. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 248 с.

3. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.

Тема 10. Дискусія. Психологічні основи виховання здорового потомства. Різноманітність поглядів на проблеми виховання дитини.

Форма організації на занятті (робота в групах)

1. Психологічні підходи до проблеми формування особистості дитини в родині.

2. Стилi сімейного виховання.

3. Я-образ дитини як інтроекція батьківського ставлення.

4. Форми містифікації.

Обов'язкове практичне завдання

Вирішення ситуативних задач. Приклади з практики роботи фахівців із сім'єю.

Рекомендована література

1. Мелоян А.Е. Психологія сім'ї та сімейних відносин: навчальний посібник. Слов'янськ, 2019. 120 с.

2. Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів / С. Д. Максименко, Я. В. Руденко, А. М. Кушнерьова, В. М. Невмержицький. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 438 с.

3. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 248 с.

4. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.

РОЗДІЛ 4.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

Найбільша розкіш – це насолода розуміння.

Леонардо да Вінчі

Тема 1. Історія розвитку і сучасний стан психології сім'ї.

Питання для самостійної роботи.

1. Становлення та розвиток психології сім'ї.
2. Сутність, предмет, завдання та цілі психології сім'ї.
3. Які основні історичні передумови психології сім'ї?
4. Які сучасні концепції психології сім'ї?

Завдання для самостійної роботи.

Підготуйте доповідь про особливості сімейних стосунків в одній із країн за Вашим вибором.

Тема 2. Рольова структура і сімейна комунікація.

Питання для самостійної роботи.

1. Що відображає соціально-психологічна модель сімейних відносин?
2. Назвіть критерії щодо активності сім'ї?
3. Які найсуттєвіші характеристики структури сім'ї виділяють фахівці?
4. Охарактеризуйте основні сімейні ролі.
5. Які складнощі можуть виникати при рольовому розподілі у сім'ї?

Завдання для самостійної роботи.

1. Наведіть приклади щодо рольового розподілу у сім'ї.
2. Напишіть есе на тему «Для мене життя – це...».

Тема 3. Сучасні підходи до діагностики психологічного здоров'я сім'ї.

Питання для самостійної роботи.

1. Охарактеризуйте феномен психологічного здоров'я сім'ї як інтегральний показник її функціонування.

2. Що є головною умовою психологічного здоров'я сім'ї?
3. Які компоненти психологічного благополуччя виокремлюють фахівці?
4. З чим пов'язані проблеми у благополучних сім'ях?
5. Надайте характеристику неблагополучним сім'ям (проблемні, конфліктні, кризові).

Завдання для самостійної роботи.

Продовжить: Нормально функціонуюча сім'я – це сім'я, що...

Дисфункціональна сім'я – це сім'я, яка...

Тема 4. Формування і розвиток подружніх відносин. Адаптація і сумісність подружжя в сім'ї.

Питання для самостійної роботи.

1. Охарактеризуйте основні теорії вибору шлюбного партнера.
2. Аналіз специфіки дошлюбного періоду.
3. Які періоди формування подружньої пари?
4. Мотивація укладання шлюбу.
5. Як фахівці розглядають шлюбно-сімейну адаптацію?
6. Назвіть три основних підходи до вирішення завдання сумісності.

Завдання для самостійної роботи.

1. Проаналізуйте переваги та недоліки цивільного та традиційного шлюбу.
2. Складіть систему основних принципів спільного подружнього життя.

Тема 5. Психодіагностика подружніх взаємин.

Питання для самостійної роботи.

1. Розкрийте особливості емоційно-чуттєвих взаємин у діадних стосунках.
2. Охарактеризуйте основні теорії любові.
3. Аналіз результатів за методикою «Рольові очікування і домагання у шлюбі» (РОД).
4. Які особливості сімейної комунікації?

Завдання для самостійної роботи.

Вправа «Сімейні правила та сімейні межі».

Аналіз:

- розділити власний сімейний простір на території;
- визначити їх назву;
- пригадати ситуацію з життя, яка відповідає цій території;
- назвіть власні почуття в ситуації, якщо на вашу територію зайшли неочікувано;
- визначити сімейні правила відповідно до території.

Тема 6. Толерантність і конфліктність в діях подружжя.

Питання для самостійної роботи.

1. Поняття конфлікту.
2. Характеристика сімейного конфлікту.
3. Класифікація конфліктів на ґрунті незадоволених потреб чоловіка й жінки.
4. Мотивація конфліктів.
5. Неefективна комунікація в сім'ї.
6. Основних принципи спільного подружнього життя.

Завдання для самостійної роботи.

Надати приклади щодо типових моделей поведінки чоловіка й жінки в міжособистісних внутрішньосімейних конфліктах.

Тема 7. Розробка програми тренінгу «Усвідомлене батьківство».

Питання для самостійної роботи.

1. Основні характеристики усвідомленого батьківства.
2. Головні завдання усвідомленого батьківства.
3. Принципи усвідомленого батьківства.
4. Помилки, які припускаються батьками.

5. Компоненти усвідомленого батьківства: сімейні цінності, батьківські установки і очікування, батьківська відповідальність, батьківські почуття...
Доповніть.

Завдання для самостійної роботи.

Розробка елементів програми тренінгу «Усвідомлене батьківство».

Тема 8. Методи психологічної допомоги сім'ї.

Питання для самостійної роботи.

1. Охарактеризуйте види психологічної допомоги сім'ям: інформування, індивідуальне психологічне консультування, консультування подружньої пари, групове консультування подружніх пар, сімейне консультування, групове сімейне консультування.

2. Цілями психологічної допомоги сім'ї є....

3. Принципи сімейного психологічного консультування.

4. Загальний алгоритм сімейного консультування.

5. Які найвідоміші теоретичні моделі сімейного консультування?

Завдання для самостійної роботи.

1. Поясніть, чому стосунки сім'ї з оточенням є вираженням самооцінки, типу комунікації, сімейних правил?

2. Визначте основні стратегічні завдання сімейного консультування.

РОЗДІЛ 5.

ІНДИВІДУАЛЬНІ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНІ ЗАВДАННЯ

Порядок найбільше допомагає ясному засвоєнню.

Марк Тулій Цицерон

Підготувати есе на електронному і паперовому носіях, виступити на практичному занятті з відповідною тематикою (протягом семестру).

5.1. Приблизна тематика есе

Сімейне виховання: традиції, сучасні погляди.

Психологічний клімат сім'ї.

Молода сім'я: проблеми становлення та розвитку.

Мотивація шлюбу.

Психологічні основи виховання здорового потомства.

Роль дитини в сім'ї.

Психологічні проблеми виховання сиблінгів (братів / сестер).

Поняття, види і зміст батьківських директив.

Психологічні моделі батьківсько-дитячих взаємин.

Чинники стабільності шлюбу і сім'ї.

Сучасні протиріччя щодо шлюбу і сім'ї.

Специфіка взаємин старшого і молодшого поколінь в суспільстві.

Психологія сімейного конфлікту.

Профілактика подружніх конфліктів. Шляхи і способи усунення подружніх конфліктів.

Психологічні проблеми повторного шлюбу.

Комунікативна модель роботи з сім'єю (В. Сатир).

Сімейне спілкування: конструктивні і деструктивні риси.

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, есе тощо), виконаних на замовлення іншими особами, у тому числі робіт, стосовно яких справжні автори надали згоду на таке використання.

5.2. Методичні вказівки щодо оформлення есе

Структура написання есе зазвичай складається з таких частин:

- вступ;
- основна частина;
- висновок;
- список використаних джерел (літературні джерела (не більше 5) розміщуються в алфавітному порядку, відповідно до ДСТУ 8302:2015).

На титульному листі до структури есе вказують назву навчального закладу, предмет, тему роботи, ПІБ та курс, групу студента, ПІБ, науковий ступінь та посаду викладача.

Основні технічні вимоги до написання есе:

- шрифт – Times New Roman;
- міжрядковий інтервал – 1,5;
- кегль – 14;

- мова – державна;
- текст розташовується з одного боку аркуша паперу формату А4 (210 x 297 мм);
- до 40 рядків на сторінку;
- в есе має бути назва (збігається з тематикою тексту);
- відступи від країв аркуша – зліва 3 см, згори та знизу 2 см, справа 1,5 см;
- за наявністю використаної літератури – посилання на джерело (наприклад, [1, с. 11]).

Матеріал есе слід викладати грамотно, науковим стилем. Текст роботи не повинен містити повторів та бути перевантаженим цитатами. Не припустимо переписування тексту з літературних джерел, їх цитування без посилань, що порушує вимоги академічної доброчесності. При написанні есе необхідно робити посилання на джерела, матеріали або окремі результати з яких наведено в роботі, або на ідеях і висновках яких розроблюються проблеми та питання, вивченню яких присвячена робота студента. Такі посилання дають змогу відшукати документи й перевірити достовірність відомостей про цитування документа, дають необхідну інформацію щодо нього, допомагають з'ясувати його зміст, мову тексту, обсяг.

Вивчаючи літературу, важливо аналізувати знайдену інформацію і використовувати тільки ту, яка безпосередньо стосується теми роботи. При згадуванні в тексті прізвищ (учених-дослідників, практиків) ініціали, як правило, ставлять перед прізвищем (З. Фрейд, а не Фрейд З., як це прийнято в списках літератури).

Основними літературними джерелами під час написання кваліфікаційної роботи є навчальні посібники, підручники, монографії, наукові статті та ін.

Особливою формою фактичної роботи з літературними джерелами є цитати. Органічно вплетені у текст роботи, вони становлять невід'ємну його частину. Цитати використовуються для того, щоб точно передати думку автора першоджерела. Вони є необхідною опорою авторові роботи у процесі аналізу та

синтезу інформації. Відштовхуючись від їх змісту, можна створити систему переконливих доказів, потрібних для об'єктивної характеристики явища, яке вивчається. У всіх випадках кількість використаних цитат повинна бути оптимальною, тобто визначатися потребами розроблення теми роботи. Можливі два способи цитування: а) пряме цитування, в цьому випадку в лапках дослівно повторюється текст із відповідного джерела (у посиланні на джерело через крапку з комою вимагається точно вказати сторінку, на якій починається дана цитата), б) непряме цитування, коли одна або декілька думок, можливо з різних місць цитованого джерела, висловлюються автором своїми словами, але більш-менш близько до оригінального тексту.

Наукова коректність та об'єктивність викладення матеріалу роботи забезпечується посиланням на джерело повідомлення, автора висловленої думки чи якогось виразу. У тексті цю умову можна реалізувати за допомогою спеціальних вставних слів і словосполучень (за повідомленням, за відомостями, на думку, за даними, на нашу думку тощо).

Основна вимога до укладання списку використаних джерел – однотипне оформлення та дотримання чинного державного стандарту щодо бібліографічного опису творів друку.

Приклад:

Цитата в тексті: «Деякі медіа лише імітують зміни, використовуючи замість прямої пропаганди витонченіші маніпулятивні технології» [15, с. 90].

Відповідний опис у переліку посилань:

15. Квіт С. Масові комунікації : підручник. Київ : Вид. Дім «Києво-Могилянська академія», 2008. 206 с.

Цей запис можна розуміти як:

Автор. Назва джерела: Вид джерела. Місце видання: Видавництво, рік видання. Сторінки.

Список використаних джерел може включати як надруковані, так і електронні видання, видання іноземною мовою тощо.

РОЗДІЛ 6.

КОНТРОЛЬНІ ЗАСОБИ ПЕРЕВІРКИ РЕЗУЛЬТАТІВ ПРАКТИЧНОЇ ТА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Те, що ми знаємо, – обмежено,
а те, що ми не знаємо, – нескінченно.

П'єр-Симон Лаплас

6.1. Питання для поточного контролю

1. Що є предметом та завданням психології сім'ї і сімейних відносин?
2. Які психологічні особливості сучасної сім'ї: функції, основні характеристики, структура.
3. Охарактеризуйте еволюцію сімейно-шлюбних відносин в історії розвитку суспільства.
4. Яка функціонально-рольова структура сімейних відносин?
5. Назвіть історичні типи українських сімей.
6. Яка роль національних традицій у сімейних відносинах?
7. Визначте роль сім'ї у процесі соціалізації особистості.
8. Як впливає самооцінка та рівень домагань на вибір супутника життя?
9. Які психологічні умови формування готовності особистості до вступу у шлюб?
10. Які психологічні умови оптимізації взаємовідносин у період дошлюбного спілкування.
11. Мотивація вступу у шлюб у дисфункційних і гармонійних сім'ях: порівняльний аналіз.
12. Як впливає особистісні особливості подружжя на стійкість шлюбу?
13. Назвіть психологічні особливості сімейного спілкування.
14. Динаміка подружніх відносин.
15. Психологічні особливості первинної адаптації подружжя до сімейного життя.
16. Які кризові періоди розвитку подружніх відносин.

17. Назвіть етапи розвитку емоційних відносин подружжя та умови їх збереження.
18. У чому феномен подружньої сумісності?
19. Як впливають дошлюбні стосунки на стабільність молодого сім'ї?
20. Охарактеризуйте психологічну сумісність подружжя та її вплив на задоволеність шлюбними стосунками.
21. Назвіть психологічні умови попередження подружніх зрад.
22. Назвіть основні причини суб'єктивної незадоволеності шлюбом.
22. Перелічіть психологічні особливості подружніх конфліктів.
23. Охарактеризуйте стратегії вирішення конфлікту у сім'ї.
24. Які психологічні детермінанти подружніх конфліктів на різних етапах життєдіяльності сім'ї?
25. Перелічіть показники дитячо-батьківських відносин.
26. Назвіть психологічні чинники гармонійного сімейного виховання.
27. Як називається стійкий зразок поведінки, схвалюваний у сімейній групі та очікуваний від інших членів, від особи відповідно до прийнятої нею позиції в сім'ї?
28. Як називається психологічний механізм впливу батьків на дітей, при якому дитина наслідує батьків, орієнтуючись на їх приклад і намагаючись стати таким самим, як вони?
29. Як називається історія, протяжність у часі, власна динаміка, життя сім'ї, що відображає повторюваність, регулярність сімейних подій?
30. Які методи можна використовувати для діагностики дитячо-батьківських відносин?
31. Як стиль сімейного виховання впливає на розвиток особистості дитини?
32. Які перспективи розвитку сучасної сім'ї?

ГЛОСАРІЙ

Ознака хорошої освіти - говорити про самі високі предмети самими простими словами.

Ралф Уолдо Емерсон

Активність сім'ї характеризує орієнтацію на нарощування й актуалізацію її ресурсів, тобто ступінь самозабезпечення й самопомоги.

Анормальна сім'я – має відхилення у задоволенні потреб членів сім'ї, порушення у емоційних стосунках й у розподілі ролей.

Взаємодія – у психології процес безпосереднього або опосередкованого впливу об'єктів (суб'єктів) один на одного, що породжує їхню взаємну обумовленість і зв'язок.

Взаємозалежність (Mutuality) – термін, що використовувався Е. Еріксоном для вираження уявлень, відповідно до яких потреби і здібності різних поколінь знаходяться у взаємній залежності.

Взаєморозуміння – розуміння суб'єктами один одного. Механізми взаєморозуміння: ідентифікація, рефлексія, стереотипізація, а також механізм зворотного зв'язку.

Вплив – у психології процес і результат зміни індивідом поведінки іншої людини, її установок, намірів, уявлень, оцінок тощо у процесі взаємодії з ним.

Виховання – це складний світ людських взаємин, який характеризується, в першу чергу, певними стосунками між батьками та дітьми.

Гіперсоціалізація – це тривожно-недовірлива концентрація батьків на стані здоров'я дитини, її соціальному статусі, очікуванні успіхів часто з недооцінюванням індивідуальних психологічних особливостей дитини.

Гіпопротекція – це недостатність опіки і контролю за поведінкою дитини, брак чи відсутність уваги, тепла, турботи про фізичний і духовний розвиток дитини, невключеність у її життя.

Діагноз психологічний (від гр. *diagnosis* – розпізнавання) – це кінцевий результат діяльності психолога, спрямованої на описання і з'ясування сутності індивідуально-психологічних рис особистості з метою оцінки їхнього актуального стану, прогнозу подальшого розвитку і розробки рекомендацій, обумовлених завданням обстеження.

Дисфункціональна сім'я – сім'я, яка нездатна задовольняти потреби своїх членів в особистісному та духовному зростанні. У таких сім'ях, згідно системному підходу, закон гомеостазу сильніший ніж чинність закону розвитку.

Згуртованість сім'ї – інтегративна характеристика функціонування сім'ї, виражається у ступені емоційної близькості і прив'язаності її членів один до одного, спільних інтересах, спільному прийнятті рішень, проведення спільного часу, наявності спільних друзів.

Здоров'я психічне – стан душевного благополуччя, що характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів і забезпечує адекватну умовам дійсності регуляцію поведінки та діяльності.

Ідеальна сім'я – нормативна модель сім'ї, яка приймається суспільством, відображена в колективних уявленнях та культурі суспільства, насамперед релігійної.

Ідентифікація (від лат. *identificare* – ототожнювати) – ототожнення; установлення схожості чого-небудь з чим-небудь. Поняття, введене З. Фрейдом, далеко поширилося за рамки психоаналізу. Ідентифікація розглядається як найважливіший механізм соціалізації, що проявляється в прийнятті індивідом соціальної ролі при входженні в групу, формуванні соціальних установок і т. д.

Інсайт – миттєве осяяння, вирішення проблеми або задачі.

Інтерв'ю – основний метод психологічного консультування, один з важливих методів аналізу унікальної системи замовлення клієнта, мета якого – створення для нього альтернативних варіантів дій, почуттів, думок, переживань, цілей, тобто, створення більшої мобільності його внутрішнього світу, психічної реальності.

Інтерпретація являє собою роз'яснення неясного або схованого для клієнта значення деяких аспектів його переживання або поведінки. При цьому неусвідомлені феномени стають усвідомленими.

Ієрархія характеризує взаємини домінування-підпорядкування в сім'ї, включає до себе різні аспекти сімейних відносин: авторитетність, домінування, ступінь впливу на інших, повноваження приймати рішення.

Елементарна сім'я – сім'я, що складається з трьох членів: чоловік, дружина та дитина.

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

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

Комплекс батьківський – те ж, що комплекс Едипів. У З. Фрейда це поняття зустрічається досить часто, оскільки він надавав особливого значення взаєминам хлопчика з батьком.

Комплекс Едипів (комплекс Едипа, комплекс едипівський) – іманентний несвідомий еротичний потяг дитини до одного з батьків протилежної статі й пов'язане з цим агресивне почуття до іншого – своєї статі. Виникаючий у ранньому дитинстві комплекс уявлень і почуттів, головним чином несвідомих, що полягають у статевому потязі дитини до одного з батьків (протилежної статі) й прагненні усунути іншого з батьків (своєї статі).

Комплекс Електри – за К. Г. Юнгом, несвідомий еротичний потяг дівчинки до батька і пов'язані з цим негативні установки до матері.

Конфлікт – (від лат. *conflictus* – зіткнення) – зіткнення ідей, інтересів, потреб, оцінок, рівня прагнень, домагань в окремої особи або в групі осіб.

Конфлікт – крайнє загострення суперечностей; зіткнення осіб, їхніх ідей, інтересів, потреб, оцінок, рівня прагнень, домагань тощо при намаганні їх розв'язати на фоні емоційних станів.

Конфлікт внутрішній – психічний стан людини, що викликається амбівалентністю почуттів і зтяжною боротьбою мотивів, які затримують прийняття рішення.

Конфлікт внутрішньоособистісний – гостре негативне переживання, викликане зіткненням протилежних ціннісних орієнтацій особистості, її потреб, інтересів, прагнень, що відображає суперечливі зв'язки з соціальним середовищем.

Кохання – інтенсивне, напружене почуття одного суб'єкта до іншого, фізіологічно обумовлене сексуальною потребою і яке має вираження в прагненні бути максимально представленим своїми особистісно-значущими рисами у життєдіяльності іншого таким чином, щоб пробуджувати у нього потребу у відповідному почутті такої ж інтенсивності та стійкості.

Любов – це висока ступінь емоційно-позитивного відношення до об'єкту, що виокремлюється серед інших та стає для суб'єкта центром стійких життєвих інтересів та потреб.

Маніпулювання – приховане керування діями та поведінкою інших людей за допомогою експлуатації їх «слабких місць».

Методи діагностичні (тести) – група методів психологічного дослідження, що використовуються для з'ясування того, наскільки психічні якості людини відповідають раніше виявленим нормам та стандартам.

Методи психологічного дослідження – певні шляхи збору наукових психологічних фактів, які відображають специфіку психічних фактів або явищ і слугують предметом теоретичного аналізу.

Нормальна сім'я – сім'я, що сприяє задоволенню потреб її членів, має стабільні емоційні відносини та чіткий розподіл ролей.

Нормально функціонуюча сім'я – сім'я, що відповідально й диференційовано виконує свої функції, внаслідок чого задовольняє потреби в зростанні й змінах як сім'ї в цілому, так і кожного члена сім'ї. Ознаками такої сім'ї є толерантність, повага один до одного, чесність, бажання бути разом, схожість інтересів і цінностей, цьому сприяє вміння членів сім'ї вести переговори за усіма аспектами спільного життя.

Основні соціалізуючі функції сім'ї – це забезпечення фізичного та емоційного розвитку індивіда, формування статевої ідентифікації дитини, адекватної самооцінки, розумового розвитку та розвитку здібностей і потенційних можливостей, забезпечення дитині почуття захищеності, формування ціннісних орієнтацій особистості, оволодінні нею основними соціальними нормами.

Полігамія – шлюб між одним і декількома іншими індивідами.

Полігінія – шлюб між одним чоловіком та кількома жінками.

Поліандрія – шлюб між однією жінкою та кількома чоловіками.

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

Проблемні сім'ї – це сім'ї, для яких характерна поява особливо важких ситуацій, здатних привести до розпаду шлюбу. Наприклад, відсутність житла, важка й тривала хвороба одного із подружжя, відсутність засобів на утримання сім'ї, осуд за карний злочин на тривалий строк і цілий ряд інших надзвичайних життєвих обставин.

Пристрасть – стійке, глибоке та сильне почуття, що обумовлює спрямованість думок та поведінки людини.

Психологічна діагностика – процедури для вимірювання індивідуальних властивостей особистості, а також психологічної патології та психічних розладів.

Психологічне здоров'я сім'ї – це комплексний узагальнений показник соціально-психологічної активності її членів у сімейних взаєминах, у соціальному середовищі й професійній сфері їхньої діяльності та є станом

душевного психологічного благополуччя родини, що забезпечує адекватну їхнім життєвим умовам регуляцію поведінки й діяльності всіх членів сім'ї.

Психологічне здоров'я – це інтегральний показник функціонування сучасної родини, що відображає якісну сторону соціальних і психолого-педагогічних процесів, що відбуваються в ній.

Психологічний клімат сім'ї – це стан сім'ї, що відображає особливості рольових і міжособистісних стосунків членів сім'ї, що у свою чергу, впливає на міжособистісні стосунки її членів, на їхнє світовідчуття, самооцінку, саморегуляцію себе як особистості, на життєдіяльність і життєздатність сімейного колективу загалом.

Психологічні оцінки – це системні або стандартизовані процедури спостереження за поведінкою.

Психологічна сумісність суб'єктів – включає в себе психофізіологічну сумісність; особистісну сумісність, в тому числі когнітивну, емоційну, поведінкову; сумісність цінностей, або духовну сумісність.

Психологія сім'ї – галузь психологічної науки, предметом вивчення якої є закономірності функціонування сім'ї, прояви і механізми шлюбно-сімейних відносин.

Сім'я – мала соціальна група, найважливіша форма організації особистого побуту, заснована на подружньому союзі та родинних зв'язках, тобто відносинах між чоловіком і дружиною, батьками та дітьми, братами і сестрами, іншими родичами, що живуть разом і формують спільне господарство на основі єдиного сімейного бюджету.

Сімейна адаптація – це адекватна реакція членів родини на позитивні та негативні зміни, що відбуваються у сфері шлюбно-сімейних стосунків.

Сімейна адаптація – це пристосування подружжя один до одного у різних видах їх діяльності, взаємовідносин та до того оточення, в якому знаходиться молода сім'я.

Сімейне виховання – процес, в ході якого відбувається повноцінне становлення та розвиток особистості дитини.

Сімейне виховання – сукупність цілеспрямованих виховних впливів з боку батьків та інших членів сім'ї.

Сімейна гнучкість – здатність сімейної системи адаптуватися до змін зовнішньої і внутрісімейної ситуації.

Сімейна інтеграція – це добровільне об'єднання, узгодження позицій, уявлень, поглядів і думок подружжя з різних аспектів сімейного життя (стиль взаємних стосунків, духовне, інтимне життя, матеріально-побутові проблеми, взаємовідносини з батьками, ставлення до професійної діяльності тощо).

Сімейна ідентичність – це зміст цінностей, прагнень, експектацій, тривог та проблем адаптації, розділених членами сім'ї або взаємодоповнюючих ними в процесі виконання сімейних ролей. Іншими словами, сімейна ідентичність – це емоційне й когнітивне «Ми» сім'ї.

Сімейна історія – поняття, що відноситься до історичного контексту кожної окремої родини і описує хронологію значущих подій в житті кількох поколінь родини (дати одружень, народжень, смертей, переїзди, хвороби, характер взаємодії та ін.).

Сімейні концепції – визначають правила відносин до людей і речей: від одного покоління до іншого передаються не стільки матеріальні блага, скільки стратегії переробки конфліктів і формування симптомів, структури світогляду й структури відносини, які переходять від батьків до дітей. Концепції беруть початок у критичних переживаннях одного зі членів сім'ї, у релігійних і філософських ідеях, укорінюються, засвоюються дітьми й знову передаються наступному поколінню дітей.

Сімейна легенда існує для обґрунтування стійкості взаємостосунків і захищає індивідуума від критичної оцінки реальності. Інтерпретації окремих подій, що викривляють реальні факти сімейної історії, дозволяють підтримувати міф про сімейне благополуччя. На відміну від сімейного міфу сімейна легенда усвідомлюється як неправда, викривлення інформації, але з часом сімейна легенда може стати частиною сімейного міфу.

Сімейні міфи – це сукупність інтегрованих переконань, які поділяються всіма членами сім'ї, поєднують їх і відповідають на запитання «Хто ми?». Ці переконання стосуються взаєностосунків і не піддаються сумнівам з боку тих, хто залучений до сім'ї, незважаючи на наявність викривлень, які вони можуть містити. Згідно системного підходу, міфи або легенди – це гомеостатичний механізм, що має на меті підтримку «стійкого стану».

Сімейне право – це галузь права, що врегульовує сімейно-шлюбні та прирівняні до них відносини. Основним джерелом сімейного права є Сімейний кодекс України (СКУ) від 15 листопада 2001 р., який визначає засади шлюбу, умови і порядок одруження, врегульовує особисті та майнові відносини, які виникають між подружжям, між батьками і дітьми та іншими членами сім'ї.

Сімейна тема/таємниця – вживається для позначення певних подій (проблем), які несуть емоційне навантаження і навколо яких формується та періодично повторюються в сім'ї конфлікти.

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

Сімейні таємниці – це табуйовані теми (які пов'язані з подіями в сім'ї), про які члени сім'ї з різних причин не хочуть або не можуть говорити.

Сімейні цінності – це ідеали, уявлення про сім'ю, її особливості, які схвалюються й культивуються в колі сім'ї, а також є важливим фактором регуляції взаємин між її членами.

Соціально-психологічна модель сімейних відносин відображає: типологію сімей, структуру, форми, функції, ролі, стилі виховання, а також проблеми сучасної сім'ї.

Соціалізація – це процес входження індивіда в суспільство, активного засвоєння ним соціального досвіду, соціальних ролей, норм, цінностей, необхідних для успішної життєдіяльності в певному суспільстві.

Справжня сім'я – конкретна сім'я як соціальна група, об'єкт дослідження.

Стереотипи (патерни) взаємодії – це стійкі способи поведінки членів сім'ї і комунікативні стереотипи, в яких укладено певний сенс або певні послання для членів сім'ї. Деякі стереотипи взаємодії є патогенними.

Типова сім'я – найпоширеніший у цьому суспільстві варіант моделі сім'ї.

Традиційна сім'я поєднує кілька поколінь родичів. Вона складається з дідусів і бабусь, їхніх дітей із дружинами та чоловіками, та онуків. Додатковими рисами цих сімей є: релігійність, дотримання національних звичаїв, патріархальність.

Функція – це життєдіяльність сім'ї, пов'язана із задоволенням визначених потреб її членів. Виконання функцій сім'ї має значення не тільки для її членів та родичів але й для суспільства в цілому.

Шлюб – це санкціонована і регульована суспільством форма відносин між чоловіком і жінкою, яка встановлює їхні права та обов'язки по відношенню один до одного та до дітей, свого потомства.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Дніпрова О. А. Трансформація подружніх стосунків у молодих сім'ях / Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія : Педагогіка і психологія. 2018. № 1. С. 21-25.
2. Мелоян А.Е. Психологія сім'ї та сімейних відносин: навчальний посібник. Слов'янськ, 2019. 120 с.
3. Потапчук Є. М. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером : довідник сімейного психолога. Хмельницький : Видавництво «PolyLux design & print», 2020. 36 с.
4. Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів / С. Д. Максименко, Я. В. Руденко, А. М. Кушнерьова, В. М. Невмержицький. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 438 с.
5. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 248 с.
6. Радчук В. М. Механізми вибору шлюбного партнера / Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2019. Вип. 2. С. 232-239.
7. Седих К. В., Зозуль Т. В. Типи індивідуального еротичного коду у чоловіків / Психологія і особистість. 2019. № 1 (15). С. 86-100.
8. Слободянюк А. В. Оцінка ролі чоловіка та жінки в сучасному суспільстві // *Габітус*. 2019. №8. С. 51-55.
9. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.

Інформаційні ресурси

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/>

ДОДАТКИ

ДОДАТОК 1.

Прислів'я:

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

ДОДАТОК

Ситуаційно-рольові ігри, в яких можна відпрацьовувати техніку
«Конструктивної суперечки»:

Дезертирство. Грають двоє: чоловік і дружина. Один із них запросив друзів, а інший, знаючи про це, раптом пізно повернувся додому.

Запрошення до батьків. Грають двоє: чоловік і дружина, які домовилися вихідний день провести вдома.

Раптом подзвонили батьки одного із них і покликали подружжя в гості. Той, чії це батьки, одразу ж почав збиратися, із чим інший не згоден.

Вихід із дому. Грають двоє: чоловік і дружина. Один із них збирається піти кудись із дому, а інший хоче поговорити і незадоволений тим, що той відмовляється затриматися.

Пізнє повернення. Грають двоє: чоловік і дружина. Один із них зустрів свого старого друга (подругу), друг (подруга) протилежної статі. Зайшов до нього (до неї) і пізно повернувся додому.

Ремонт. Грають двоє: чоловік і дружина. Один із них був ініціатором ремонту квартири, до чого інший ставився досить скептично. Зненацька виявилось, що ремонт обійдеться набагато дорожче, і той, хто був проти нього, наполягає на припиненні робіт.

Правила щасливого шлюбу.

Для майбутніх дружин.

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

Для майбутніх чоловіків.

- Роль чоловіка – бути лідером у сім'ї. Йдеться не про привілеї чи диктат. Нікому не наказуйте. Ви повинні бути стабілізуючим фактором у родині, людиною, до якої всі охоче звертаються по пораду і підтримку.
- Хороші чоловіки хвалять своїх дружин, цінують не лише їхні суто людські якості, а й зусилля, спрямовані на чоловіка, дітей. Щирий комплімент здатний потроїти енергію дружини.

- Якщо хочете бути щасливим, умійте зробити щасливими інших. Не забувайте про такі дрібнички, як улюблені квіти дружини, місця прогулянок... Ставтеся до власної дружини, як до леді, і вона сприйматиме вас як джентльмена.
- Чоловік, який принижує дружину, насамперед, принижує себе: вона його обраниця, частина його «Я».
- Хороші чоловіки віддані своїм дружинам. Якщо ви не перестали шукати когось іще кращого, не ставайте до шлюбу.

Сім'я потрапляє в біду і тоді, коли зовні все гаразд, але хтось із подружжя замикається в собі. Неодмінно обмінюйтеся почуттями. Навіть негативними. Головне, робити це у відповідний час. Якщо ви роздратовані, стомлені чи просто голодні, відкладіть розмову. У гарному настрої легше оцінити складну ситуацію, знайти вихід з неї, дійти згоди. Пильнуйте, щоб розмова не переросла у сварку. Ваш співрозмовник – не противник, а близька людина. І важливо не перемогти його, а зберегти [Філімончук А. В. Абетка щасливого сімейного життя: методичний посібник з курсу «Етика і психологія сімейного життя». Житомир: ЦНТЕІ, 2008.].