

**ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО  
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»  
ОДЕСЬКИЙ ІНСТИТУТ**

Кафедра загальнонаукових, соціальних та поведінкових дисциплін

**«До захисту допущено»**

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис)

д філ. н, доцент Нерубасська А.О.  
(наукове звання, науковий ступінь, прізвище та ініціали)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2026р.

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА  
на здобуття першого (бакалаврського)  
рівня вищої освіти**

**на тему: «Системне консультування сімей у  
складних життєвих ситуаціях»**

**Виконала:**

студентка групи ІН18-8-22-Б1Пс(4,0з)  
(шифр групи)

Освітньої програми: «Психологія»

Спеціальності: 053 Психологія  
(код і найменування спеціальності)

**Марчиняк Карина Сергіївна**  
(ПІБ студента)

\_\_\_\_\_  
(підпис студента)

**Керівник: кандидат психологічних наук,  
доцент Крюкова Марина Анатоліївна**

\_\_\_\_\_  
(підпис наукового керівника)

**2026 р.**

**ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО  
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ  
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»**

**Одеський інститут**

**Кафедра загальнонаукових, соціальних та поведінкових дисциплін**

Рівень вищої освіти: перший  
(бакалаврський) рівень

Спеціальності: 053 «Психологія»

Освітньої програми: «Психологія»

«Затверджую»

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_

(підпис)

д. філ. наук, доцент **Нерубаська А.О.**

(вчене звання, науковий ступінь, ПІБ)

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2026р.

**Завдання**

на кваліфікаційну роботу студента **Марчиняк Карина Сергіївна**  
(прізвище, ім'я, по батькові)

**1.Тема кваліфікаційної роботи:** «Системне консультування сімей у складних життєвих ситуаціях»

**Керівник кваліфікаційної роботи:** канд. філософ. наук, доцент Крюкова Марина. Анатоліївна

**2.Строк подання студентом кваліфікаційної роботи на попередній захист:**  
Травень 2026р.

**3.Вихідні дані до кваліфікаційної роботи (рекомендовані науковим керівником та відповідним методичним забезпеченням /окремі аспекти роботи, обсяги роботи**  
Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, які поділені на підрозділи, висновків до кожного розділу та загальних висновків, списку використаних джерел (50 найменувань). Загальний обсяг роботи – 60 друкованих сторінок, обсяг основної частини роботи складає 55сторінок.

**4.Необхідний графічний та аналітичний матеріал за темою дослідження: .**  
Кваліфікаційна робота містить 1 таблиці

**5.Календарний план виконання кваліфікаційної роботи**

| №<br>з/п | Назва етапів виконання кваліфікаційної<br>роботи                                 | Строки виконання |               | Примітка |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------|----------|
|          |                                                                                  | Планові          | Фактичні      |          |
| 1        | 2                                                                                | 3                | 4             | 5        |
| 1.       | Збір та опрацювання наукових джерел                                              | Листопад 2025    | Листопад 2025 |          |
| 2.       | Написання вступу                                                                 | Грудень 2025     | Грудень 2025  |          |
| 3.       | Розділ 1. Системне консультування сімей у складних життєвих ситуаціях            | Грудень 2025     | Грудень 2025  |          |
| 4.       | Розділ 2. Аналіз ефективності консультування сімей у складних життєвих ситуаціях | Січень 2026      | Січень 2026   |          |
| 5.       | Розділ 3. Практичні аспекти організації консультування сімей                     | Березень 2026    | Березень 2026 |          |
| 6.       | Висновки                                                                         | Квітень 2026     | Квітень 2026  |          |
| 7.       | Оформлення списку використаних джерел                                            | Квітень 2026     | Квітень 2026  |          |
| 8.       | Подання роботи на перевірку керівнику                                            | Квітень 2026     | Квітень 2026  |          |
| 9.       | Попередній захист кваліфікаційної роботи                                         | Травень 2026     | Травень 2026  |          |

## АНОТАЦІЯ

**Марчиняк К.С** « Системне консультування сімей у складних життєвих ситуаціях» *Кваліфікаційна робота на здобуття освітньо - кваліфікаційного рівня «ба- калавра»- Одеський інститут ПрАТ «ВНЗ «. Міжрегіональна Академія управління персоналом».Одеса,2026*

**Актуальність** робота присвячена дослідженню системного консультування сімей у складних життєвих ситуаціях. У роботі проаналізовано теоретичні аспекти сімейного консультування, принципи системного підходу та основні психодіагностичні

**Методи**, що використовуються у консультативній практиці. Визначено роль системного консультування у. покращенні сімейних взаємин, зниженні рівня. конфліктності та наданні психологічної підтримки членам сім'ї у кризових ситуаціях. Роботаскладається зі вступу, двох розділів , висновка та списку використаних джерел.

**Ключові слова** : *системне консультування, сім'я, складні життєві ситуації, сімейні взаємини, психодіагностика, психологічна підтримка.*

## ANNOTATION

**Marciniak K.S** “ **Systematic counseling of families in difficult life situations** ” *Diploma's work in obtaining the educational qualification of " bachelor's " Odesa Institute PJSC « Institution of higher education « Interregional Academy of Personnel Management». Odesa, 2026.*

**Relevance** paper is devoted to the study of systemic counseling for families in difficult life situations. The theoretical aspects of family counseling, the principles of the systemic approach, and the main psychodiagnostics.

**Methods** used in counseling practice are analyzed in the paper. The research identifies the role of systemic counseling in improving family relationships, reducing conflicts, and providing psychological support to family members during crisis situations. The paper consists of an introduction, two chapters, conclusions, and a list of references.

**Key words:** *systemic. counseling, family, difficult life situations, family relationships, psychodiagnostics, psychological support.*

## ЗМІСТ

|                                                                                          |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>ВСТУП.....</b>                                                                        | <b>5</b>  |
| <b>РОЗДІЛ 1</b>                                                                          |           |
| <b>СИСТЕМНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ СІМЕЙ У СКЛАДНИХ</b>                                          |           |
| <b>ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ.....</b>                                                           | <b>8</b>  |
| 1.1 Поняття та види вікових криз і прогнозування перспектив життєвих ситуацій родин..... | 8         |
| 1.2. Сім'я як об'єкт соціальної та психологічної підтримки.....                          | 11        |
| 1.3. Сутність і принципи сімейного консультування.....                                   | 19        |
| 1.4. Нормативно-правові засади роботи з сім'ями в Україні.....                           | 32        |
| Висновки до розділу 1.....                                                               | 36        |
| <b>РОЗДІЛ 2</b>                                                                          |           |
| <b>АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ КОНСУЛЬТУВАННЯ СІМЕЙ У</b>                                        |           |
| <b>СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ.....</b>                                                  | <b>38</b> |
| 2.1. Оцінка ефективності основних моделей сімейного консультування.....                  | 38        |
| 2.2. Типові труднощі та обмеження у процесі сімейного консультування.....                | 41        |
| 2.3. Узагальнення результатів аналізу.....                                               | 43        |
| Висновки до розділу 2.....                                                               | 45        |
| <b>РОЗДІЛ 3</b>                                                                          |           |
| <b>ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ОРГАНІЗАЦІЇ КОНСУЛЬТУВАННЯ</b>                                      |           |
| <b>СІМЕЙ.....</b>                                                                        | <b>47</b> |
| 3.1. Основні моделі та методи сімейного консультування.....                              | 47        |
| 3.2. Етапи роботи з сім'ями у складних життєвих ситуаціях.....                           | 49        |
| 3.3. Діяльність соціальних служб щодо підтримки сімей.....                               | 52        |
| 3.4. Аналіз практичного досвіду (на прикладі установи / громади).....                    | 54        |
| Висновки до розділу 3.....                                                               | 59        |
| <b>ВИСНОВКИ.....</b>                                                                     | <b>61</b> |
| <b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>                                                   | <b>70</b> |

## ВСТУП

**Актуальність теми:** криза в стосунках як це вирішити, що робити у випадку кризи. Що в країні частіше чи розлучення чи шлюб, що зараз за проблема в інституті сім'ї як її вирішати.

Чому зараз ми не можемо швидко вирішувати проблеми в сім'ях і вибирають розлучення. Чому родини приходять до психолога за допомогою в терапію. У сучасному суспільстві проблема криз у стосунках набуває особливої значущості, оскільки стабільність міжособистісних і сімейних відносин є важливою складовою психологічного благополуччя людини. Швидкі соціальні зміни, високий рівень стресу, економічна та нестабільність, інформаційне перевантаження та зміна цінностей часто негативно впливають на якість взаємин між партнерами кризи стосунках можуть призводити до конфліктів, емоційного відчуження, зниження довіри та навіть розриву відносин, що робить цю проблему актуальною як у психологічному, так і в соціальному контексті. Вивчення причин виникнення криз, їх проявів і шляхів подолання є важливим для розробки ефективних методів підтримки гармонійних стосунків, зміцнення сімей та підвищення рівня психологічного здоров'я суспільства в цілому.

**Мета дослідження** реалізація поставлених завдань було використано комплекс взаємопов'язаних теоретичних, емпіричних і статистичних методів дослідження. Теоретичні методи застосовувалися з метою аналізу наукових підходів до проблеми системного консультування сімей у складних життєвих ситуаціях. Зокрема, використано аналіз, синтез, узагальнення та систематизацію психологічної, педагогічної й науково - методичної літератури з проблем сімейного консультування, сімейної психотерапії та кризового психологічного супроводу сім'ї.

### **Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати наукові підходи до поняття криза в стосунках.
2. Основні причини виникнення кризових ситуацій.

3. Дослідити вплив кризових ситуацій.

4. Визначити основні способи подолання криз.

**Об'єкт дослідження :** Сім'я у складних варунках та життєвих ситуаціях.

**Предмет дослідження:** Системне консультування сімей у складних життєвих ситуаціях аналіз причини виникнення криз в сімейних стосунках, виявити їхні особливості та визначити основні та шляхи подолання і попередження кризових станів. Також мета дослідження передбачає узагальнення існуючих наукових підходів до проблеми криз у стосунках і визначення практичних дослід рекомендацій спрямованих на збереження та покращення взаємин між партнерами. Отримані результати можуть бути використані для глибшого розуміння механізмів виникнення кризових ситуацій у стосунках та розробки ефективних стратегій їх подолання.

**Методики дослідження** З метою вивчення особливостей сімейних взаємин, емоційного стану членів сім'ї та специфіки функціонування сімейної системи у складних життєвих ситуаціях було використано психодіагностичні методики: «Сімейна соціограма» використовується для діагностики міжособистісних стосунків, емоційної близькості та дистанції між членами сім'ї опитувальник «Подружжя задоволеність» спрямований на визначення рівня задоволеності шлюбними взаєминами та оцінку стабільності подружніх стосунків. «Малюнок сім'ї» це одна з найпоширеніших проєктивних методик у психології, яку використовують для дослідження сімейних стосунків, емоційного стану дитини та її сприйняття своєї сім'ї «Будинок - Дерево-Людина » це проєктивна методика, яку використовують для дослідження особистості, емоційного стану та внутрішніх переживань людини. Практичне значення отриманих результатів дослідження «Системне консультування сімей у складних життєвих ситуаціях» полягає в можливості використання розроблених теоретичних положень, методів і рекомендацій у практиці психологічної, соціальної та педагогічної допомоги сім'ям. Отримані результати можуть бути використані у діяльності практичних психологів,

соціальних працівників і сімейних консультантів для підвищення ефективності роботи з сім'ями, які переживають кризові або конфліктні ситуації; під час розроблення та впровадження програм психологічної підтримки, профілактики сімейних конфліктів і стабілізації внутрішньо сімейних взаємин у роботі центрів соціальних служб, закладів освіти, громадських організацій та служб психологічної допомоги; для вдосконалення методів діагностики сімейних проблем, визначення ресурсів сім'ї та формування стратегій подолання складних життєвих обставин; у професійній підготовці майбутніх психологів, соціальних педагогів і фахівців соціальної сфери під час викладання дисциплін, пов'язаних із сімейним консультуванням та кризовою психологією; як основа для подальших наукових досліджень проблем сімейного функціонування, кризових станів і психологічної підтримки сімей. Практична цінність роботи також полягає у можливості адаптації системного підходу до консультування різних категорій сімей: багатодітних, неповних, сімей внутрішньо переміщених осіб, сімей військовослужбовців, а також сімей, що перебувають у стані соціально-психологічної кризи.

**Експериментальну базу дослідження** становили заклади соціальної та психологічної допомоги ( центри соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, психологічні служби закладів освіти, консультаційні центри), на базі яких здійснювалося вивчення особливостей системного консультування сімей у складних життєвих ситуаціях

У дослідженні взяли участь сім'ї, які перебували у складних життєвих обставинах ( конфліктні, кризові, малозабезпечені або ті, що переживають стресові події ), а також практичні психологи та соціальні працівники, які здійснюють сімейне консультування.

## РОЗДІЛ 1

### СИСТЕМНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ СІМЕЙ У СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ

#### **1.1 Поняття та види вікових криз і прогнозування перспектив життєвих ситуацій в родині**

У класичному психоаналізі З. Фрейда впливу батьків на психічний розвиток дитини приділяється центральне місце. На першому році життя дитини батьки, і особливо мати, — це ті особи, з якими пов'язані найважливіші ранні переживання. Звичайні повсякденні дії батьків щодо догляду за дитиною мають важливий психологічний ефект. Способи та повнота задоволення біологічних потреб дитини на стадії грудного вигодовування, надання їй можливості одержувати задоволення від ссання закладають основи довіри, прихильності, активності у ставленні до інших людей на все подальше життя.

Гнучкість, терпимість, розумна вимогливість батьків у процесі привчання дитини до туалету, охайності, підтримка старань дитини контролювати себе сприяють появі адекватних форм саморегуляції, позитивної самооцінки, навіть творчого мислення. Надмірне, недостатнє або неадекватне задоволення потреб і пред'явлення вимог на ранніх стадіях психосексуального розвитку призводить, на думку Фрейда, до явно виражених своєрідних відхилень в особистісному розвитку. Наприклад, надовго фіксуються форми інфантильної, «залишкової» поведінки, складається «орально-пасивний» або «анально-утримуючий» тип особистості.

Особливе значення для складання структури особистості, для виникнення Суперого має характер відносин із батьками у три-шестирічному віці. Домінуючий психосексуальний конфлікт цієї стадії — «Едипів комплекс», а у дівчат — «комплекс Електри» — полягає у переживанні

почуття любові, неусвідомленого бажання мати батька протилежної статі й усунути батька своєї статі до подолання комплексу.

Прикладна експериментальна інформація про сім'ю, як правило, залишається нереалізованою, оскільки здебільшого адресується науковцям, а не широкому громадянському загалу, який останнім часом неприховано ігнорує наукову літературу. Нині сформувався відвертий читацький казус як показник девальвації читацького інтересу: «Чим книга більша за сторінковим обсягом, тобто товстіша, тим вона менш цікава» [24].

Водночас навіть найбільш продуктивне дослідження може залишитися без активного запиту, якщо стиль його викладу є незрозумілим громадянам, не враховує їхніх вікових особливостей, рівня освіченості та місця проживання — села чи міста. Повсякденна практика свідчить, що остання умова є базовим показником диференціації громадян у сприйманні інформації про сімейну проблематику [56].

Необхідно також урахувувати зростання їхнього скепсису до інтелектуальної інформації на тлі апелювання до власного сімейного досвіду. У ситуації негативного ставлення до знань актуалізується проблема психологічної просвіти про власне індивідуальне життя, якому властива природовідповідність розвитку: дискретність, або перервність, фазовість і циклічність.

Життєва криза, зокрема вікова, є важливим періодом у функціонуванні особистості, коли реалізація життєвого задуму стає неможливою. Вона спричиняється фрустрацією важливих потреб людини та її специфічною особистісною реакцією на неї [56–58].

Життєва криза не може, як правило, бути розв'язаною лише у предметно-практичній і пізнавальній діяльності, тому подоланню травмувальних ситуацій сприяють процеси переживання, які реалізуються у зовнішніх і внутрішніх діях. Кожна криза є специфічною, визначається суб'єктивністю ситуації, характеризується здебільшого цільовою спрямованістю на розв'язання реальної проблеми [4–6].

У зв'язку із цим варто уважно аналізувати проблему життєвих криз людини, вікове становлення якої не є хаотичним процесом. Кожен період життя висуває перед людиною комплекс вимог, виконання яких змінює структуру її взаємин із навколишньою дійсністю, підносить на якісно новий рівень пізнання і самопізнання. Вкотре зауважимо, що природовідповідність розвитку виявляється у вигляді дискретності та циклічності.

Як наслідок, вікові кризові, перехідні й стабільні стадії — це також обов'язкові супутники життєвого шляху сім'ї. Чергуючись, вони визначають її становлення. Для молоді в ситуації найвищої взаємної статевої зацікавленості такими життєвими віхами стають вікові нормативні кризи 17 і 23 років як своєрідні кульмінаційні моменти, у яких життєві суперечності досягають соціального апогею [45].

Звичайно, відображаючи у своїх назвах точкові інтервали життєвого шляху, вони є лише умовними хронологічними показниками, насправді розгортаючись навколо них у діапазоні одного-двох років.

Життєві кризи бувають різними, наприклад професійними, конструктивними або деструктивними, тривалими або нетривалими тощо, але завжди є віковими, оскільки відбуваються у певний період життя.

У кризах 17 і 23 років відбуваються значні особистісні перетворення, які призводять до руйнації попередніх світоглядних стереотипів і формування нових. Стверджувати, що старі життєві настанови зникають остаточно, звичайно, буде помилкою, оскільки без них не буває нових. Однак, якщо людина бере шлюб у цей період або до настання кризи, то за короткий час вона частково або навіть радикально змінює свої ціннісні орієнтації, зокрема сімейні. Унаслідок цього «інша половина» подружжя вже не виглядає такою привабливою та ідеальною, як це було раніше.

Буває також навпаки, коли хтось із подружжя вважає себе невартисним або маловартисним порівняно з іншим сімейним партнером, хоча такі життєві випадки не є панівними. Відбувається переосмислення своїх домагань, соціального статусу та поки що незначного життєвого шляху, що обов'язково

супроводжується проявами незадоволення власним сімейним життєвим середовищем.

Криза 17 років характеризується прагненням передусім до професійного самовизначення, що зумовлюється безпосереднім впливом сучасної навчально-виховної системи. Становлення особистості в ній відбувається на засадах максималізму, тобто людина ще мало спроможна до пошуку компромісних життєвих рішень. Отже, особистісне самовизначення, яке ігнорує допомогу дорослих, уже не може уникнути життєвих прорахунків [18].

Кризі 23 років властива стабілізація життєвих цінностей, коли практично завершується первинне дорослішання як найбільш болісний процес у домаганні ролі дорослого. У цілому період 21–23 років для дівчат є найбільш сприятливим для укладення шлюбних стосунків. Вони раніше прагнуть романтичності, але саме в цьому віці вперше спроможні реально й радикально оцінити особистісні якості власного обранця. Водночас зберігаються позитивні й негативні тенденції, характерні для попереднього вікового періоду та стану.

## **1.2. Сім'я як об'єкт соціальної та психологічної підтримки**

Сім'я є малою соціальною групою, члени якої пов'язані шлюбними або родинними відносинами, спільністю побуту, взаємними правами, обов'язками та моральною відповідальністю. Її членів об'єднують стійкі емоційні зв'язки, взаємна прихильність, спільні інтереси, ціннісні орієнтації, матеріальні потреби та прагнення до взаємодопомоги. Водночас сім'я виступає одним із найважливіших соціальних інститутів, що забезпечує відтворення населення, виховання і соціалізацію дітей, передачу моральних норм, культурних цінностей, життєвого досвіду та родинних традицій від одного покоління до іншого.

Упродовж історичного розвитку суспільства сім'я як соціальний інститут характеризувалася певною консервативністю. Вона зазвичай не була схильною миттєво реагувати на різноманітні впливи навколишнього середовища, зокрема соціальні, економічні, політичні, культурні та соціально-психологічні зміни. Сім'я прагнула поступово осмислювати зовнішні впливи, оцінювати їхні можливі наслідки та співвідносити їх із власними інтересами, потребами, традиціями й цінностями. Така обережність пояснюється тим, що будь-які зміни в сімейному житті стосуються не однієї людини, а всіх членів родини. Зміна місця проживання, матеріального становища, професійної діяльності, способу життя або звичного розподілу сімейних ролей може істотно впливати на психологічний клімат, характер взаємин і стабільність сімейної системи.

На прийняття важливих сімейних рішень часто впливає соціальне оточення. Особливого значення можуть набувати позиції старших родичів, друзів, сусідів та інших референтних осіб, думка яких є важливою для подружжя. Орієнтація на суспільну оцінку нерідко виявляється в установці «Що люди скажуть?». З одного боку, врахування громадської думки може сприяти дотриманню моральних норм, підтриманню соціальних зв'язків і збереженню культурних традицій. З іншого боку, надмірна залежність від оцінки оточення обмежує автономність подружжя та може перешкоджати прийняттю рішень, які відповідають реальним інтересам і потребам конкретної сім'ї [27].

Внутрішня організація сім'ї значною мірою визначається домовленостями її засновників — подружжя. На початковому етапі сімейного життя партнери узгоджують принципи спільного проживання, розподіляють побутові обов'язки, визначають способи ведення сімейного бюджету, формують правила взаємодії та окреслюють перспективи розвитку родини. У сімейних відносинах подружжя має підтримувати взаємну повагу, довіру, відповідальність, турботу та готовність до співпраці. Важливим завданням є не лише збереження позитивних традицій батьківських родин, а й створення

власних сімейних звичаїв, які відповідатимуть потребам, інтересам і цінностям новоствореної сім'ї.

Мета спільного проживання чоловіка та дружини спочатку може формуватися під впливом життєвого досвіду батьків, старших родичів, культурних норм та інших значущих осіб. Проте згодом сімейні цілі уточнюються і змінюються за участю всіх членів родини, зокрема дітей. Народження дитини, зміна професійного статусу одного з подружжя, переїзд, матеріальні труднощі або інші значущі події потребують перегляду попередніх домовленостей і пристосування сімейної системи до нових умов.

Сімейні відносини є офіційними за формою та неофіційними за своїм змістом. Їх офіційний характер визначається правовими нормами, які регулюють права й обов'язки подружжя, батьків і дітей. Неофіційний зміст сімейних взаємин виявляється в любові, емоційній близькості, прихильності, довірі, взаємній підтримці, особистих симпатіях і повсякденному спілкуванні. Отже, юридичне оформлення сімейних відносин створює формальну основу спільного життя, однак психологічне благополуччя сім'ї залежить насамперед від якості взаємодії між її членами.

Життєдіяльність сім'ї передбачає поєднання матеріальних і духовних процесів. До матеріальної сфери належать ведення домашнього господарства, забезпечення житлом, харчуванням, одягом, планування доходів і витрат, створення належних побутових умов. Духовна сфера охоплює формування моральних цінностей, світогляду, культури спілкування, сімейних традицій, способів проведення дозвілля та взаємної підтримки. Саме через сім'ю відбувається зміна поколінь: у ній людина народжується, виховується, засвоює соціальний досвід, навчається взаємодіяти з іншими людьми, приймати відповідальність і будувати близькі стосунки. Завдяки сім'ї продовжується рід, зберігаються історична пам'ять і міжпоколінні зв'язки [45].

Поняття «сім'я» не слід ототожнювати з поняттям «шлюб». Шлюб є офіційно зареєстрованим союзом, укладеним відповідно до встановлених

правових норм, який визначає особисті немайнові та майнові права й обов'язки подружжя. Він регулює питання спільної власності, матеріальної відповідальності, утримання дітей та інші аспекти спільного життя. Водночас сім'я є ширшим поняттям, оскільки охоплює не тільки подружжя, а й дітей, батьків та інших родичів, які можуть бути пов'язані спільним побутом, емоційною близькістю, взаємною турботою і відповідальністю.

Сім'ю доцільно розглядати як цілісну систему взаємодій, у якій поведінка та емоційний стан кожного члена впливають на загальний психологічний клімат. Зміни в житті однієї людини можуть спричинити перебудову всієї сімейної системи. Наприклад, професійні труднощі, втрата роботи або погіршення стану здоров'я одного з подружжя можуть посилювати його тривожність, дратівливість і невпевненість, що, своєю чергою, позначається на подружніх відносинах і взаємодії з дітьми. Водночас підтримка з боку близьких людей може сприяти подоланню кризової ситуації, відновленню внутрішньої рівноваги та збереженню сімейної стабільності.

Розуміння сім'ї як цілісної системи має важливе значення для організації психологічного консультування. Під час роботи із сімейними труднощами необхідно враховувати не лише індивідуальні переживання окремої людини, а й характер її взаємодії з іншими членами родини, розподіл сімейних ролей, способи комунікації, наявні правила та традиції. Ефективне психологічне консультування може сприяти покращенню емоційного стану членів сім'ї, зниженню рівня конфліктності, усвідомленню справжніх причин непорозумінь і розвитку конструктивних способів спілкування.

Сім'я виконує комплекс взаємопов'язаних функцій, серед яких репродуктивна, виховна, соціалізаційна, емоційна, сексуальна, господарсько-побутова, економічна та рекреативна. Репродуктивна функція забезпечує народження дітей і біологічне відтворення суспільства. Однак її зміст не обмежується народженням дитини, оскільки передбачає відповідальне батьківство, належний догляд, забезпечення сприятливих умов для фізичного, психічного та соціального розвитку дітей.

Виховна функція полягає у формуванні особистості дитини, передачі їй соціального досвіду, моральних норм, цінностей, правил поведінки й культурних традицій. Саме в сім'ї дитина отримує перші уявлення про добро і зло, справедливість, відповідальність, любов, повагу та взаємодопомогу. Характер дитячо-батьківських взаємин істотно впливає на формування самооцінки дитини, її ставлення до інших людей, здатність довіряти, співчувати, захищати власні кордони та брати відповідальність за свої вчинки.

Соціалізаційна функція сім'ї пов'язана з підготовкою дитини до повноцінного життя в суспільстві. У родині вона засвоює соціальні ролі, навчається будувати взаємини, дотримуватися правил, висловлювати власну думку, враховувати інтереси інших людей і конструктивно розв'язувати суперечності. Сімейний досвід нерідко стає основою для побудови людиною власних подружніх і батьківських відносин у дорослому житті.

Господарсько-побутова та економічна функції охоплюють організацію повсякденного життя родини, розподіл обов'язків, планування сімейного бюджету, забезпечення матеріальних потреб і створення комфортних житлових умов. Неузгоджений або несправедливий розподіл домашньої праці може викликати невдоволення, відчуття перевантаження і несправедливості, тому відповідні питання мають відкрито обговорюватися між членами подружжя.

Емоційна функція сім'ї полягає в задоволенні важливих для кожної людини потреб у любові, симпатії, повазі, прийнятті, визнанні, емоційній підтримці та психологічній захищеності. Сім'я має створювати середовище, у якому людина може відкрито висловлювати свої почуття й переживання, не боячись осуду, приниження або відторгнення. Емоційна підтримка близьких допомагає долати життєві труднощі, зберігати впевненість у собі та відновлювати психологічні ресурси.

Сексуальна функція пов'язана із задоволенням інтимних потреб подружжя та підтриманням емоційної близькості між партнерами. Її гармонійна реалізація потребує взаємної згоди, довіри, поваги до особистих

кордонів і врахування індивідуальних потреб кожного партнера. Рекреативна функція спрямована на відновлення фізичних і психологічних сил. Спільне дозвілля, відпочинок, подорожі, сімейні свята та повсякденне спілкування сприяють зміцненню емоційних зв'язків і зменшенню психологічного напруження.

Молодим людям, які створили сім'ю, доводиться долати значну кількість випробувань. Вони мають пристосуватися до спільного проживання, узгодити особисті звички, визначити межі відповідальності, навчитися планувати бюджет і конструктивно розв'язувати суперечності. Труднощі можуть виникати через відмінності у сімейному вихованні, життєвих цінностях, темпераменті, матеріальних очікуваннях, поглядах на народження й виховання дітей, а також на розподіл сімейних ролей.

На задоволеність шлюбом впливає сукупність пізнавальних, мотиваційних, емоційних та особистісних чинників. Важливими є відповідність реальних сімейних відносин очікуванням подружжя, емоційна близькість, взаємна довіра, якість повсякденного спілкування, узгодженість життєвих цілей, задоволення особистісно значущих потреб, справедливий розподіл сімейних обов'язків, матеріальна стабільність, сексуальна сумісність і підтримка особистісного та професійного розвитку партнера.

Висока задоволеність шлюбом пов'язана зі спільністю інтересів, взаємним визнанням потреб, інтелектуальною та емоційною сумісністю, здатністю відкрито обговорювати труднощі. Постійна критика, приниження, байдужість, недовіра, ігнорування потреб партнера та негативне емоційне ставлення, навпаки, можуть знижувати якість подружніх взаємин [с. 89]. Міцність шлюбу визначається не повною відсутністю суперечностей, а здатністю подружжя конструктивно їх обговорювати, розуміти позиції одне одного та спільно знаходити прийнятні рішення.

Сім'я є першим соціальним середовищем, у якому людина навчається любові, довірі, взаєморозумінню, відповідальності та співпраці. У конфліктному світі, який характеризується війнами, соціальною

несправедливістю, економічними труднощами, політичною нестабільністю та масовими переміщеннями населення, значення родини суттєво посилюється. За таких умов сім'я стає джерелом емоційної та матеріальної підтримки, простором психологічної і фізичної безпеки, середовищем формування моральних цінностей, збереження культурних традицій та відновлення особистісних ресурсів.

Емоційна підтримка набуває особливого значення тоді, коли людина переживає втрату близької особи, вимушене переселення, безробіття, загрозу життю або тривалу невизначеність. Відчуття приналежності до родини допомагає підтримувати психологічну стійкість, знижує переживання самотності та сприяє подоланню кризових ситуацій. Водночас навколишня конфліктна дійсність може негативно впливати на сімейне функціонування, загострювати взаємини, спричиняти матеріальні труднощі, руйнувати традиційний уклад життя, змінювати звичний розподіл ролей і підвищувати рівень психологічної напруги.

Соціальні, економічні та політичні конфлікти часто призводять до втрати роботи, вимушеної зміни місця проживання, тривалої розлуки подружжя, погіршення матеріального становища та порушення звичного способу життя. Якщо члени сім'ї не мають можливості відкрито обговорювати власні переживання, зовнішня напруга може переноситися у внутрішньосімейні відносини. У таких ситуаціях дратівливість, страх і почуття безпорадності нерідко стають причинами взаємних претензій і конфліктів.

Основними умовами подолання сімейних труднощів є відкрите та чесне спілкування, взаємна повага, емоційна підтримка, співчуття, спільне прийняття рішень, справедливий розподіл відповідальності та дотримання особистих кордонів. Сім'я є своєрідним малим світом у великому, часто суперечливому суспільстві. Вона може руйнуватися під тиском конфліктної дійсності або, навпаки, ставати міцнішою, якщо її члени зберігають взаємну довіру, повагу, відповідальність і готовність підтримувати одне одного [33].

Однією з постійно актуальних проблем психології сім'ї є проблема сімейних конфліктів, оскільки практично не існує родин, у яких ніколи не виникали б непорозуміння, суперечки чи розбіжності. Члени сім'ї мають різні характери, звички, потреби, очікування, інтереси та погляди, тому повна відсутність суперечностей є мало ймовірною. Конфлікт являє собою зіткнення протилежних інтересів, потреб, цілей, оцінок або способів поведінки членів родини. Водночас він не завжди є катастрофою або безумовно негативним явищем.

За умови конструктивного розв'язання конфлікт може допомогти виявити приховані проблеми, усвідомити потреби партнера та переглянути неефективні способи взаємодії. Саме конфліктна ситуація нерідко дає змогу зрозуміти, що не влаштовує подружжя, які очікування залишаються невиправданими та які правила сімейного життя потребують зміни. Тому важливо не уникати будь-яких суперечностей, а навчитися своєчасно й конструктивно їх розв'язувати, робити відповідні висновки та не допускати постійного повторення однакових проблем.

Конструктивний конфлікт передбачає обговорення конкретної проблеми без приниження особистості партнера. Його учасники прагнуть зрозуміти позицію одне одного, контролюють емоційні реакції, пропонують можливі способи розв'язання проблеми та виявляють готовність до компромісу. Деструктивний конфлікт, навпаки, супроводжується образами, взаємними звинуваченнями, погрозами, маніпуляціями, психологічним або фізичним насильством. У такій ситуації метою взаємодії стає не подолання проблеми, а перемога над партнером, його приниження або завдання емоційної шкоди.

Особливо небезпечним для сімейних відносин є латентний, тобто прихований, конфлікт. Він може виявлятися через взаємну байдужість, емоційне відчуження, уникнення близькості та відсутність змістовного спілкування. Кожний член родини поступово починає жити власним життям, зосереджуючись винятково на особистих справах та інтересах. Формально

сім'я продовжує існувати: люди проживають разом, ведуть спільне господарство, виконують батьківські обов'язки, однак емоційна близькість між ними фактично втрачається.

Відсутність відкритих сварок у такій сім'ї не свідчить про психологічне благополуччя. Тривала байдужість, мовчання, уникнення обговорення проблем і накопичення невисловлених образ можуть становити серйозну загрозу для стабільності сімейних відносин [12]. За таких обставин конфлікт не отримує відкритого вираження і не розв'язується, а поступово поглиблює дистанцію між членами сім'ї.

Отже, сімейний конфлікт доцільно розглядати не лише як негативне явище, а й як сигнал про необхідність змін у системі взаємин. Конструктивне подолання суперечностей потребує відкритого діалогу, взаємної поваги, уміння слухати й розуміти іншу людину, контролювати власні емоції та брати відповідальність за слова і вчинки. Якщо члени родини не можуть самотійно подолати затяжний конфлікт, доцільним є звернення до сімейного психолога або іншого компетентного фахівця. Професійна психологічна допомога може сприяти виявленню справжніх причин суперечностей, відновленню конструктивної комунікації та формуванню нових, більш ефективних способів сімейної взаємодії.

### **1.3. Сутність і принципи сімейного консультування**

Консультування – безпосередня робота з людьми, яка спрямована на вирішення соціально-психологічної проблеми клієнта, де основним засобом впливу є певним чином побудована бесіда. Консультування – це сукупність заходів спрямованих на допомогу людині у вирішенні проблем і ухваленні рішень щодо професійної кар'єри, шлюбу, сім'ї, вдосконалення особистості і міжособистісних відносин. (Ліцензійна комісія Асоціації службовців і менеджерів США, що видає дозволи на приватну практику). У багатьох

професіях існують свої принципи й вимоги, реалізація яких є обов'язковою для визначають діяльність професіонала. Для тих же, хто. безпосередньо працює з людьми у сфері психологічного впливу, ці норми ще жорсткіші й суворіші; вони накладають на психолога-практика ще більше вимог та обмежень:

- Доброзичливе й неоцінне ставлення до клієнта.
- Орієнтація на норми й цінності клієнта.
- Заборона давати поради.
- Анонімність.
- Розмежування особистих і професійних стосунків.

Сімейне консультування — це напрям психологічної допомоги , спрямований на аналіз, корекцію та покращення взаємин між членами сім'ї, а також на вирішення конфліктів і кризових. ситуацій у сімейній системі. Його головною метою є не лише усунення окремих проблем, а й відновлення гармонійного функціонування сім'ї. Як цілісної системи взаємопов'язаних відносин.

У центрі уваги сімейного консультування перебуває не окрема особистість, а сім'я як єдина система, де поведінка кожного члена впливає на інших. Тому труднощі [16] в сім'ї розглядаються не ізольовано, а як результат взаємодії між усіма учасниками сімейних відносин.

Сімейний консультант допомагає членам сім'ї усвідомити причини конфліктів, покращити комунікацію, навчитися конструктивно вирішувати проблеми та знаходити взаєморозуміння. Важливим аспектом є створення безпечного простору, де кожен учасник може відкрито висловлювати свої почуття та потреби. Сімейний консультант допомагає членам сім'ї усвідомити причини конфліктів, покращити комунікацію, навчитися конструктивно вирішувати проблеми та знаходити взаєморозуміння. Важливим аспектом є створення безпечного простору, де кожен учасник може відкрито висловлювати свої почуття та потреби. Або ж мета консультування - допомогти клієнтам зрозуміти, що відбувається в їх життєвому просторі і

осмислено досягти поставленої мети на основі усвідомленого вибору при вирішенні проблем емоційного. і між особистісного характеру. Загально прийнято виділяти такі основні завдання психологічного консультування:

- емоційна підтримка й увага до переживань клієнта;
- розширення свідомості й підвищення психологічної компетентності;
- зміна ставлення до проблеми (з безвиході до пошуку рішення);
- підвищення стресової і кризової толерантності;
- розвиток реалістичності і прийняття множинності поглядів;
- підвищення відповідальності;
- розвиток спонтанності [4; 9].

Десятиліття тому в закордонній практичній психології активно дискутувалися й аналізувалися різні наслідки вступу клієнта й консультанта ( психолога та пацієнта) в особисті, у тому числі сексуальні стосунки, а також можливі впливи цього чинника на процес терапії. Було висловлено багато різних точок зору. Але загальний висновок, до якого привели ці дискусії, один: якщо це можливо, особистих стосунків краще уникати, а якщо щось подібне все-таки трапляється, то слід бути максимально обережним, намагатися діяти насамперед в інтересах клієнта і якомога швидше перервати процес консультування або психотерапії (Dahlberg С. С., 1973).

Залучення клієнта до процесу консультування. Для того, щоб процесу консультування був ефективним, клієнт під час прийому повинен почувати себе максимально залученим до бесіди, яскраво й емоційно переживати все, що обговорюється з консультантом. Щоб забезпечити таке залучення, психолог повинен стежити за тим, щоб розвиток бесіди мав для клієнта логічний, зрозумілий вигляд, щоб людина не просто "слухала" фахівця, а щоб їй було дійсно цікаво. Адже тільки в тому випадку, коли зрозуміло й цікаво все, що обговорюється, можна активно шукати шляхи вирішення своєї проблемної ситуації, переживати й аналізувати її. Буває так, що під час прийому клієнт раптом втрачає інтерес до обговорюваної теми, стомлюється ,внутрішньо не погоджується, але не хоче говорити про це. У цій ситуації не

варто " нагнітати атмосферу", наполягати, намагатися з'ясувати все "до кінця". Краще, якщо психолог змінить тему, пожартує й у такий спосіб розрядить обстановку, зберігши за рахунок цього інтерес клієнта до процесу консультування, і тим самим забезпечить продуктивність психологічного впливу. Клієнт бере на себе відповідальність за те, що з ним відбувається. Під час консультації локус скарги клієнта повинен бути переведений з інших на себе. Без вирішення цієї проблеми досягнення якихось реальних результатів стає неможливим. Тільки в тому випадку, коли людина відчуває свою провину й відповідальність за те, що відбувається, вона дійсно намагатиметься змінитися й змінити свою ситуацію, у противному випадку вона буде лише очікувати допомоги й змін з боку оточуючих. Позиція консультанта стосовно клієнта. Власне кажучи, можна уявити собі три можливі позиції консультанта стосовно клієнта: позиція рівності, позиція "зверху" і позиція "знизу" (Цзен І. В., Пахомов Ю. В., 1985). У різних теоретичних трактуваннях консультантові приписуються різні позиції орієнтації, але, мабуть, найбільш традиційною в консультуванні є позиція рівності й партнерства в стосунках з клієнтом, хоча й у цьому випадку керівна й визначальна роль належить психологу.

Існують сім'ї здорові, їх ще називають функціональними, і проблемні (дисфункціональні). Здорова сім'я задовольняє потреби в зростанні кожного члена сім'ї. Це досягається повагою один до одного, схожістю інтересів і цінностей, терпимістю один до одного у всіх членів сім'ї, але одночасно чіткістю міжпоколінних кордонів, гнучкою структурою влади. Проблемна сім'я не дозволяє особистісно зростати кожному зі своїх членів. Представники проблемних сімей відчувають нестачу тепла, почуття сорому за кого зі своїх членів, необхідність створення сімейних міфів. Сімейне консультування є різновидом сімейної психотерапії, що має свої відмітні ознаки, межі та «обсяг психотерапевтичного втручання». Воно розвивалося паралельно із сімейною психотерапією, і ці два види психотерапії взаємно збагачували один одного.

Сімейне консультування ставить своєю метою спільне з консультантом вивчення запиту (проблеми) члена (членів) сім'ї для зміни рольової взаємодії

в родині і забезпечення можливостей особистісного росту (Ейдемільер, 1996). Принципова відмінність психологічного консультування від психотерапії полягає у відмові від концепції хвороби, акценті на аналізі ситуації, аспектах рольової взаємодії в родині, в пошуку особистісного ресурсу суб'єктів консультування й обговоренні способів дозволу ситуації - «віяла рішень» (Мішина, 1983; Карабах-нова, 1991 ). Різноманіття прийомів і методів сімейного консультування обумовлено розходженням теоретичних концепцій, серед яких провідними в даний час є когнітивно-поведінкова психотерапія, в тому числі її різновид - раціонально- емотивна терапія (Елліс, 1962), а також системне нап'ямок (Мінухін, Фішман, 1998) . Можна сформулювати наступні основні принципи і правила сімейного консультування:

#### Принципи сімейного консультування

Сімейне консультування ґрунтується на ряді основних принципів, які забезпечують його ефективність:

##### 1. Принцип системності

Сім'я розглядається як цілісна система, де зміна одного елемента впливає на всю систему взаємин.

##### 2. Принцип добровільності

Участь у консультуванні є добровільною, а клієнти самостійно приймають рішення щодо звернення за допомогою.

##### 3. Принцип конфіденційності

Уся інформація, отримана під час. консультацій, є конфіденційною і не підлягає розголошенню.

##### 4. Принцип безоціночного ставлення

Консультант не оцінює поведінку членів сім'ї як «правильну» чи «неправильну», а допомагає зрозуміти її причини та наслідки.

##### 5. Принцип рівності учасників

Кожен член сім'ї має рівне право бути почутим і висловити свою думку.

## 6. Принцип орієнтації на ресурси сім'ї

Увага приділяється не лише проблемам, а й сильними сторонам сім'ї, які можуть допомогти у подоланні труднощів.

## 7. Принцип відповідальності

Кожен член сім'ї усвідомлює свою роль у виникненні та вирішенні проблемних ситуацій [21].

Найчастіше причиною звернення до консультанта є подружні проблеми (крім випадків звернення до консультанта батьків з приводу своїх дітей, але, як відомо, і тут за зовнішнім приводом — проблемами дитини нерідко криються більш глибокі особистісні й міжособистісні проблеми самих батьків). Розроблено чимало типології подружніх проблем як у вітчизняній, так і в зарубіжній психології. Більшість авторів типології оперують терміном "конфлікт", трактуючи його досить широко. Ми не будемо обговорювати докладно переваги й недоліки тих або інших схем конфліктів. Для тих, хто зацікавиться цим, дамо посиланням на такі роботи: Обозів Н. Н., Ободова А. Н., 1982; Eshlenian I. R., 1981, автори яких прагнули створити більш менш вичерпний перелік подружніх проблем, спираючись насамперед на теоретичні побудови. Структуруючи подружні проблеми для цілей цієї книги, ми обрали емпіричний підхід, оскільки нашим завданням є не стільки їх вичерпний теоретичний опис, скільки деяка систематизація, корисна для практичної роботи психолога-консультанта. Список проблем, що наводяться нижче, є найбільш частими причинами для звернення до консультанта в консультацію. Серед переліку проблем варто назвати такі:

- різні конфлікти, взаємне невдоволення, пов'язані з розподілом подружніх ролей та обов'язків;
- конфлікти, проблеми, невдоволення чоловіка й жінки, пов'язані з відмінностями в поглядах на сімейне життя й міжособистісні стосунки;
- сексуальні проблеми, невдоволення однієї людини іншою в цій сфері, їх взаємне невміння налагодити нормальні сексуальні стосунки;
- складності й конфлікти у взаєминах подружньої пари з батьками

одного або обох чоловіка й жінки;

- хвороба (психічна або фізична) одного з подружжя, проблеми й труднощі, зумовлені необхідністю адаптації родини до захворювання, негативним ставленням до себе й навколишнього світу з боку самого хворого або членів його родини;
- проблеми влади й впливу в подружніх взаєминах;

- відсутність тепла в стосунках між чоловіком і жінкою, дефіцит близькості й довіри, проблеми спілкування.

Напевно, цей перелік можна було б продовжити, хоча нам він видається достатнім. Кожен його пункт містить у собі безліч окремих випадків і типів ситуацій, і вже тому розширення списку є недоцільним. Але перш ніж детально розглянути стратегії роботи в кожному із згаданих випадків, хотілося б більш докладно обговорити ряд теоретичних положень, без розуміння яких ефективне практичне консультування здається неможливим. Необхідно зазначити, що такі скарги, безумовно, не є взаємовиключними. Так, рольові розбіжності, звичайно, базуються на розходженнях у поглядах і уявленнях чоловіка й жінки про те, як треба жити в сім'ї. А труднощі в сексуальній сфері найчастіше є лише наслідком і продовженням проблем чоловіка й жінки в міжособистісних стосунках, що при цьому можуть ніколи не обговорюватися або взагалі не усвідомлюватися.

Приклад з практик. Родина до війни жила в добрих стосунках. Сім'я складалася з чоловіка, дружини та двох дітей. Старша дитина мала особливості психічного розвитку, що стало наслідком ускладнень під час пологів — це була помилка лікарів, через яку постраждала нервова система, і в результаті дитина стала інвалідом, яка потребує особливого догляду.

Під час війни батько виїхав за кордон, щоб працювати і заробляти гроші. Мати з дітьми виїхала до Криму, і стосунки між подружжям почали руйнуватися.

Протягом трьох років жінка налагодила життя: школа для дітей, додаткові заняття для дитини з інвалідністю, лікарі, терапія, медична реабілітація. Але батько почав звинувачувати її у зраді. Жінка каже, що в неї

вже все організовано, вона не може просто все залишити і поїхати до нього, перевезти своє життя, двох дітей, хвору дитину і ще й собаку.

Чоловік ставиться до неї дуже холодно, каже, що вона винна, що їй подобається країна-агресор, що вона його не любить і зраджує. Хоча водночас у розмові з. терапевтом він говорить, що кохає її і що. вона жінка його життя.

Чому так відбувається?

Чоловік міг би замовити авто, організувати допомогу, знайти школу і реабілітацію в Молдові, щоб забрати дружину і дітей. Але йому зручніше звинувачувати і нічого, не робити, бо він знає, що, дружина буде турбуватися, просити, наполягати, а йому зручно лежати, їсти, пити і тільки їздити на роботу... Чоловік може приписати дружині те, що сам відчуває або чого сам боїться. Якщо у нього є сумніви почуття провини (залишив родину) він може не свідомо «перекладати» це на неї і звинуватити її у зраді.

Це класичний механізм захисту.

(Когнітивний дисонанс) з одного боку каже що кохає а з іншого- звинувачує і відштовхує, це внутрішня війна, напруга. Щоб її зменшити людина часто формує пояснення «це вона винна» замість того щоб зіткнутися з емоціями і страхом.

(Захисний механізми) замість того щоб робити кроки (організувати переїзд, Допомогу підтримка хворої дитини, легше критикувати й звинуватити це таке уникнення -психіка обирає «простішу дорогу» щоб не стикатися зі стресом.

Я вважаю що тривалий стрес може призвести до зниження емпатії, дратівливості та підозрілості до думок «або ти зі мною, або проти мене». Мислення чоловіка що він втратив контроль, що не має впливу на ситуацію (війна та дистанція від родини), тому він намагається відновити контроль через тиск. Це ілюзія сили, хоча насправді це все. свідчить що людина може одночасно і кохати і ранили. З точки зору психолога це не є суперечністю це свідчить про емоційну незрілість або взагалі відсутність навичок справлятися с ситуацією.

Якщо одна людина звикла, що інша «тягне все на собі», вона може перестати брати відповідальність. Це не завжди свідоме лінощі інколи це сформований життєвий сценарій: одна сторона. діє, інша — відступає.

Це не поодинокий випадок багато таких сімей під час війни розпалися бо світ змінив людей.

Для дослідження особливостей внутрішньосімейних відносин, емоційного стану членів родини та суб'єктивного сприйняття сімейної ситуації можуть застосовуватися проєктивні психодіагностичні методики. До найбільш поширених належать методика «Сімейна соціограма», проєктивний тест «Малюнок сім'ї» та методика «Будинок — дерево — людина». Використання цих методів дає змогу отримати додаткову інформацію про емоційну близькість між членами сім'ї, наявність психологічної дистанції, конфліктів, коаліцій, проявів тривожності, залежності та почуття ізолюваності.

Методика «Сімейна соціограма» спрямована на дослідження суб'єктивного сприйняття людиною структури сім'ї та характеру взаємин між її членами. Обстежуваному пропонують зобразити членів своєї сім'ї на аркуші паперу у вигляді кружечків або інших умовних символів. Розташування фігур, їхній розмір, відстань між ними та порядок зображення допомагають оцінити особливості емоційної близькості, психологічної дистанції, домінування, сімейних коаліцій, залежності, тривожності та можливого відчуття ізоляції.

Під час проведення методики психолог може надати таку інструкцію: «Зобразіть свою сім'ю у вигляді кружечків. Розмістіть їх так, як ви відчуваєте. Кружечки можуть бути різного розміру». Залежно від мети дослідження обстежуваному також можуть запропонувати підписати зображення, використати різні кольори, позначити стрілками характер взаємин або показати, хто з членів сім'ї є найближчим один до одного.

Під час інтерпретації сімейної соціограми насамперед аналізується відстань між фігурами. Близьке розташування кружечків може вказувати на емоційну близькість, прихильність і часту взаємодію, тоді як значна відстань

між ними може відображати психологічну дистанцію, відчуження або напруженість у стосунках. Водночас інтерпретація просторової близькості має здійснюватися з урахуванням пояснень самого обстежуваного та загального контексту сімейної ситуації.

Розмір кружечків може відображати суб'єктивну значущість певного члена сім'ї, його авторитет, вплив або домінуюче становище. Велика фігура нерідко свідчить про високу значущість чи владу людини в сімейній системі, а надто маленька — про її знецінення, невпевненість або сприйняття як менш впливової. Центральне розташування фігури може вказувати на домінуючу роль відповідного члена родини або на його особливе значення для обстежуваного.

Окрему увагу приділяють можливим коаліціям. Якщо дві фігури розташовані дуже близько одна до одної та віддалені від інших, це може свідчити про особливий союз між відповідними членами сім'ї. У деяких випадках така конфігурація може вказувати на об'єднання двох членів родини проти третього. Відсутність у соціограмі когось із членів сім'ї може бути пов'язана з конфліктом, емоційним відторгненням, психологічним виключенням або незначущістю цієї людини у внутрішній картині сімейних відносин.

Методику «Сімейна соціограма» можна застосовувати під час роботи з дітьми, підлітками, дорослими та подружніми парами. Вона є особливо інформативною у випадках сімейних конфліктів, труднощів адаптації дитини, розлучення батьків, підвищеної тривожності, психосоматичних проявів та емоційного відчуження між членами родини.

«Малюнок сім'ї» є однією з поширених проєктивних методик, що використовується для дослідження сімейних взаємин, емоційного стану дитини та особливостей її сприйняття власної родини. Методика допомагає виявити емоційну близькість або психологічну дистанцію між членами сім'ї, можливі конфлікти, почуття тривоги, ревнощів, самотності, особливості сімейної атмосфери та суб'єктивне місце дитини у структурі родини.

Найчастіше методика застосовується під час роботи з дітьми віком приблизно від 4 до 14 років, однак за необхідності її можна використовувати також у роботі з підлітками та дорослими. Для проведення дослідження необхідні аркуш паперу, простий і кольорові олівці.

Обстежуваному пропонується така інструкція: «Намалюй, будь ласка, свою сім'ю» або «Намалюй усіх членів сім'ї так, як ти їх уявляєш». Під час виконання завдання психолог не повинен підказувати дитині, кого саме необхідно намалювати, уточнювати склад сім'ї або виправляти зображення. Важливо забезпечити вільне виконання завдання, оскільки саме самостійний вибір персонажів, їх розміщення та спосіб зображення можуть мати діагностичне значення.

Під час аналізу малюнка звертають увагу на те, кого дитина зобразила першим. Це може бути найбільш значуща, емоційно близька або домінуюча людина. Водночас порядок зображення не слід тлумачити однозначно, оскільки він може визначатися також зручністю малювання чи ситуативними особливостями виконання завдання.

Важливим показником є розмір фігур. Великі фігури можуть свідчити про значущість, авторитет, силу або домінування певного члена сім'ї. Маленькі фігури іноді вказують на невпевненість, відчуття меншовартості, слабкості або знижену суб'єктивну значущість людини. Особливе значення має розмір фігури самої дитини порівняно із зображеннями інших членів родини.

Аналізується також відстань між зображеними людьми. Близьке розташування фігур може свідчити про емоційну близькість, довіру й позитивну прихильність. Значна відстань між ними може відображати психологічну дистанцію, відчуження або конфліктність. Важливими є також наявність або відсутність тілесного контакту, спільної діяльності, бар'єрів чи предметів між членами сім'ї.

Окрему увагу звертають на відсутність у малюнку когось із членів родини, додавання людей, які формально не належать до сім'ї, вилучення себе

з малюнка, послідовність зображення персонажів, їхню міміку, пози, детальність і використані кольори. Після завершення малюнка доцільно провести коротку бесіду з дитиною, з'ясувати, хто зображений, що роблять персонажі, хто з них найбільш щасливий або засмучений, хто найближчий дитині та з ким вона хотіла б проводити більше часу.

Методика «Будинок — дерево — людина» є проєктивним психодіагностичним методом, автором якого вважається Джон Бак. Вона використовується для дослідження особистісних особливостей, емоційного стану, самооцінки, внутрішніх конфліктів, способів взаємодії із соціальним середовищем і суб'єктивного відчуття безпеки.

Під час проведення методики людині пропонують послідовно намалювати будинок, дерево та людину. Після виконання завдання психолог аналізує формальні й змістові характеристики малюнків, а також може провести додаткову бесіду для уточнення їхнього суб'єктивного значення. Важливо враховувати, що кожен малюнок аналізується не ізольовано, а в сукупності з іншими зображеннями, поведінкою обстежуваного та результатами додаткових методів дослідження.

Зображення будинку пов'язують із суб'єктивним сприйняттям сім'ї, домашньої атмосфери, почуттям безпеки та характером взаємин із близькими людьми. Під час аналізу звертають увагу на розмір будинку, його розташування на аркуші, наявність і особливості дверей, вікон, даху, димаря, огорожі та інших деталей. Наприклад, дуже маленьке зображення може вказувати на невпевненість або відчуття незахищеності, закриті чи відсутні вікна — на замкнутість або труднощі у встановленні контактів. Водночас подібні ознаки не можуть інтерпретуватися однозначно без урахування загального контексту дослідження.

Малюнок дерева може відображати уявлення людини про власну життєву енергію, внутрішню силу, розвиток, стійкість і здатність долати труднощі. Аналізуються стовбур, коріння, крона, гілки, листя, розташування дерева та сила натиску олівця. Тонкий стовбур може бути пов'язаний із

відчуттям вразливості, виражене коріння — із потребою в опорі та стабільності, а пошкоджені або зламані гілки можуть відображати переживання травмувальних подій чи внутрішніх конфліктів.

Зображення людини може відображати образ власного Я, самооцінку, ставлення до тіла, емоційний стан і характер соціальних контактів. Під час аналізу враховуються розмір і пропорції фігури, положення тіла, наявність рук, очей, деталей обличчя, одягу та інших елементів. Маленька фігура може свідчити про невпевненість або занижену самооцінку, відсутність рук — про суб'єктивно пережиті труднощі у взаємодії чи відчуття безпорадності, а надмірна деталізація окремих частин — про підвищену увагу до відповідної сфери або тривожність.

Результати проєктивних методик не повинні інтерпретуватися ізольовано або розглядатися як остаточний психологічний діагноз. Окрема графічна ознака може мати різні значення залежно від віку людини, рівня її образотворчих здібностей, емоційного стану, життєвого досвіду та конкретної ситуації обстеження. Тому висновки мають формуватися на основі комплексного аналізу малюнків, бесіди, спостереження та результатів інших психодіагностичних методик.

Застосування проєктивних методів у процесі психологічного консультування допомагає встановити довірливий контакт із клієнтом, виявити недостатньо усвідомлені переживання, визначити проблемні зони сімейної взаємодії та обрати відповідні напрями психологічної допомоги. Ефективне консультування сприяє гармонійному розвитку особистості, підвищенню психологічної стійкості та здатності людини адаптуватися до життєвих труднощів. Професіоналізм консультанта, довірливі відносини з клієнтом і обґрунтований вибір методів роботи є важливими умовами успішного консультативного процесу. Саме тому оцінювання ефективності консультування має істотне значення для вдосконалення психологічної допомоги та забезпечення її належної якості.



#### 1.4. Нормативно-правові засади роботи з сім'ями в Україні

Одруження в Україні здавна вважалось однією з найголовніших подій у житті людини.

Традиційна народна мораль високо цінувала честь, гідність дівчини, які разом з добротою, природною красою, здоров'ям і працелюбністю. були головними цінностями. Але зараз ми маємо ХХІ століття міжнародних актах сім'я визнається природним і основним осередком суспільства, якому повинні надаватися якнайширші охорона і сприяння, особливо у період формування, і поки вона відповідає виховання та утримання неповнолітніх дітей. Відповідно до ст. 51 Конституції України сім'я, дитинство, материнство і батьківство охороняються державою. Водночас практика реалізації цих положень у нашій країні є непослідовною та суперечливою. В Україні продовжує збільшуватись кількість неповних сімей, все більше сімей з дітьми відносяться до категорії малозабезпечених, рівень захворюваності серед дітей також не вдається знизити [23]. Також важливими є:

- Закон України «Про охорону дитинства», який регулює захист прав та інтересів дитини в сім'ї та суспільстві;
- Закон України «Про запобігання та протидію домашньому насильству», що визначає механізми захисту постраждалих осіб та відповідальність за насильницькі дії в сім'ї;
- Закон України «Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю», який встановлює засади соціальної підтримки сімей та профілактики складних життєвих ситуацій.

В Україні функціонує система державних і недержавних інституцій, що здійснюють підтримку сімей. До них належать центри соціальних служб, служби у справах дітей, органи опіки та піклування, а також психологічні та соціальні служби при громадах.

Стаття 1. Визначення термінів.

У цьому Законі наведені нижче терміни вживаються у такому значенні:

- соціальна робота з сім'ями, дітьми та молоддю - діяльність уповноважених органів, підприємств, організацій та установ незалежно від їх підпорядкування і форми власності, а також фахівців із соціальної роботи та волонтерів, яка спрямована на поліпшення якості життєдіяльності сімей, дітей та молоді, забезпечення їх прав і свобод, задоволення інтересів та потреб;
- соціальне обслуговування сімей, дітей та молоді - вид соціальної роботи, спрямований на сприяння, підтримку і надання послуг сім'ям, дітям та молоді з метою подолання життєвих труднощів, підтримки їх соціального статусу та повноцінної життєдіяльності;
- соціальний супровід - вид соціального обслуговування, який передбачає надання комплексу соціальних послуг, спрямованих на подолання життєвих труднощів, збереження, підвищення соціального статусу;
- соціальна профілактика - вид соціальної роботи, спрямованої на попередження складних життєвих обставин у дітей та молоді, попередження правопорушень, соціально небезпечних хвороб, локалізацію причин або мінімізацію їх наслідків;
- соціальна реабілітація - вид соціальної роботи, спрямованої на відновлення основних соціальних функцій, психологічного, фізичного, морального здоров'я, соціального статусу сімей, дітей та молоді;
- соціальне інспектування - вид соціальної роботи, спрямованої на виявлення, облік, аналіз, експертизу умов життєдіяльності і задоволення інтересів і потреб сімей, дітей та молоді, контроль за дотриманням державних стандартів і нормативів у сфері соціальної роботи з сім'ями, дітьми та молоддю;
- соціальні служби для сім'ї, дітей та молоді - спеціально уповноважені органи, які здійснюють соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю, а саме: соціальну профілактику, соціальний супровід, соціальну реабілітацію, соціальне обслуговування спеціалізовані формування;
- функціональні підрозділи соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді заклади соціального обслуговування - заклади стаціонарного або

денного перебування, що надають на безоплатній основі соціальні послуги сім'ям, дітям та молоді, які опинилися в складних життєвих обставинах;

– фахівець із соціальної роботи- особа, яка має спеціальну освіту і здійснює соціальну роботу з різними категоріями дітей та молоді, сім'ями або відповідними соціальними групами волонтер у сфері соціальної роботи - фізична особа, яка займається добровільною, доброчинною, неприбутковою та вмотивованою діяльністю у сфері соціальної роботи з сім'ями, дітьми

та молоддю, яка має суспільно. - корисний характер менеджменту у соціальній роботі - управління системою соціальної роботи, спрямоване на реалізацію її завдань та пошук оптимальних шляхів їх вирішення; супервізія - вид діяльності, спрямований на забезпечення якості соціальної роботи шляхом вдосконалення й оптимізації праці соціальних працівників через їх професійну підтримку, навчання, попередження професійних ризиків.

Стаття 2. Законодавство України про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю. Законодавство України про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю базується на Конституції України і складається з цього Закону та інших нормативно- правових актів. Якщо міжнародними договорами України, згода на обов'язковість яких надана Верховною Радою України, встановлено інші правила, ніж ті, що передбачені цим Законом, то застосовуються правила міжнародних договорів.

Стаття 3. Суб'єкти соціальної роботи з сім'ями, дітьми та молоддю Суб'єктами соціальної роботи з сім'ями, дітьми та молоддю є:уповноважені органи, які здійснюють соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю; фахівці із соціальної роботи; заклади соціального обслуговування; громадські, благодійні, релігійні організації та інші об'єднання громадян, юридичні та фізичні особи, які надають соціальні послуги; волонтери у сфері соціальної роботи. До уповноважених органів належать органи виконавчої влади; органи місцевого самоврядування; Державна соціальна служба для сім'ї, дітей та молоді; соціальні служби для сім'ї, дітей та молоді та їх спеціалізовані формування; служби у справах неповнолітніх.

Стаття 4. Об'єкти соціальних послуг. Об'єктами соціальних послуг є сім'ї, діти, молодь професійні та інші колективи; соціальні групи, щодо яких здійснюється соціальна робота.

Стаття 5. Основні принципи здійснення соціальної роботи з сім'ями, дітьми та молоддю Соціальна робота з сім'ями, дітьми та молоддю ґрунтується на загальновизнаних гуманістичних, демократичних та правових засадах. Основними принципами соціальної роботи з сім'ями, дітьми та молоддю є адресність та індивідуальний підхід доступність та відкритість добровільність вибору отримання чи відмови від надання соціальних послуг гуманність комплексність максимальна ефективність використання бюджетних та позабюджетних коштів суб'єктами, що здійснюють соціальну роботу законність соціальна справедливість забезпечення конфіденційності суб'єктами, що здійснюють соціальну роботу, дотримання ними стандартів якості, відповідальності за дотриманням етичних і правових норм.

Стаття 6. Сфери та рівні здійснення соціальної роботи з сім'ями, дітьми та молоддю сферами здійснення соціальної роботи з сім'ями, дітьми та молоддю громадська економічна освітня виховна культурна оздоровча.

Соціальна робота з сім'ями, дітьми та молоддю, державне управління та контроль у цій сфері здійснюються на місцевому, регіональному, державному рівнях.

Їхня діяльність спрямована на:

1. профілактику сімейних криз і конфліктів;
2. підтримку сімей у складних життєвих обставинах;
3. захист прав дітей;
4. надання психологічної, соціальної та правової допомоги;
5. запобігання домашньому насильству.

Міжнародно-правові стандарти Україна також враховує міжнародні документи, зокрема Конвенцію ООН про права дитини, яка визначає пріоритет інтересів дитини, право на сімейне виховання та захист від насильства. Ці положення інтегруються в національне законодавство і практику соціальної роботи [25].

## Висновки до першого розділу

У першому розділі здійснено теоретичний аналіз основ консультування сімей у складних життєвих ситуаціях. Розкрито зміст понять вікових криз, визначено їх основні види та особливості перебігу в контексті сімейних взаємин.

Обґрунтовано значення прогнозування життєвих ситуацій як важливого інструмент своєчасного виявлення ризиків та надання ефективної допомоги сім'ям. Встановлено, що сім'я виступає ключовим об'єктом соціальної та психологічної підтримки, що зумовлює. Необхідність застосування комплексного, системного підходу до її вивчення та супроводу. Доведено, що ефективність допомоги залежить від урахування індивідуально-психологічних характеристик членів сім'ї, специфіки їх взаємодії та впливу зовнішніх соціальних чинників.

Узагальнено сутність і принципи сімейного консультування, серед яких провідне значення мають принципи конфіденційності, добровільності професійної компетентності, етичності та. орієнтації на внутрішні ресурси сім'ї. Визначено, що дотримання зазначених принципів є необхідною умовою результативності консультативного процесу.

Проаналізовано нормативно правові засади роботи з сім'ями в Україні, які регламентують діяльність фахівців соціальної та психологічної сфери та спрямовані на забезпечення захисту прав і законних інтересів сім'ї. Таким чином, теоретичні положення, розглянуті у розділі, формують науково-методологічну основу для подальшого дослідження та практичної реалізації процесу консультування сімей у складних життєвих обставинах.

Сімейне консультування - це зовсім не обов'язково робота з усіма членами сім'ї одночасно. На різних етапах процесу в різних пропорціях можуть поєднуватися різні способи організації процесу сімейного консультування: спілкування з усією сім'єю, індивідуальне консультування одного з її членів, робота з подружньою парою, робота нуклеарною сім'єю,

тобто з родиною у вузькому сенсі цього слова батько-мати- діти робота з розширеною родиною (вона включає також прабатьків і тих близьких, які впливають на сімейні стосунки : тітки, дядьки; робота з екосистемою або соціальною мережею.

## РОЗДІЛ 2

### АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ КОНСУЛЬТУВАННЯ СІМЕЙ У СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ

#### 2.1. Оцінка ефективності основних моделей сімейного консультування

У теорії і практиці консультування сім'ї напрацьовано чимало моделей цього процесу, розглянемо основні так, у психоаналізі (Н.Аккерман, Д.Джексон, Т.Лидз, Н.Пауль, Дж.Фрамо) консультування і психотерапія традиційно орієнтовані більше на індивіда чим на сім'ю.

Аналіз сучасних підходів до родин в сімейним консультувань свідчить. Що найбільш ефективним є системний когнітивно-поведінковий та гуманістичний підходи. Кожен з них має переваги та обмеження залежності від типу проблем. Системний підхід дозволяє розглядати сім'ю як цілісну структуру. Його ефективність особливо проявляється у випадках тривалих конфліктів кризи в житті [36; 50; 53].

Гуманістичний підхід орієнтований на зміну установок і моделей поведінки, що є дієвим у роботі з конкретними проблемами, такими як агресія, тривожність чи комунікативні труднощі.

Метою консультаційної роботи в таких випадках є прагнення побудови таких взаємовідносин, які могли б призвести до особистісних змін у членів сім'ї, що дало б можливість будувати і розвивати стосунки на базі теперішньої реальності, а не на досвіді минулого.

Сім'я - це емоційна система це означає що всі члени сім'ї пов'язані між собою емоціями якщо одному погано це впливає на інших. Конфлікт між двома людьми часто зачіпає всю сім'ю [22].

Американський психолог Е. Ерікссон розглядав становлення особистості людини протягом всього її життя від народження до смерті.

Виходячи спочатку із психоаналітичних посилок, він дійшов висновку про більше раціональну адаптацію людини до соціального оточення, про необхідність для кожного індивіда вирішувати, скоріше, не психосексуальні, психосоціальні конфлікти, переборювати життєві труднощі. При цьому в ранні роки людина випробовує істотний вплив з боку сім'ї, а пізніше з боку більше широкого соціального оточення: сусідів, однокласників, школи й інших соціальних інститутів, культурних і історичних умов.

В роботі з родиною психолог повинен бути диференційованою особою; не можна дозволяти ставати залежним від відносин в сім'ї: не можна ні підтримувати одного з членів сім'ї, ні ставати на чию-небудь подружню позицію. В протилежному випадку встановлюється триангуляція. Для того, щоб спонукати подружжя почати спілкуватись один з одним безпосередньо ( без залучення в - сімейні трикутники), щоб навчити їх терпляче відноситися до особових відмінностей іншого використовується методика «Тет-а-тет» [Річардсон, 1994, с. 69-70]. Подружжю пропонують виконати процедуру. Сядьте близько, торкаючись колін і зберігаючи контакт очей. Подивіться, як довго ви зможете говорити про себе, свої взаємини, а не про треті особи або про додаткові теми.

«Трансгенераційний феномен» простими словами- вплив поколінь поведінки, звички, страхи навіть с пособи проблем передаються від бабусь і дідусів. Наприклад якщо в сім'ї прийнято говорити про почуття - то ми то перенесемо в свою родину на покоління, якщо в родині чоловіка було прийнято кричати і не вирішувати проблем то він такий приклад принесе в свою родину . Або навпаки якщо є підтримка. - вона теж передається.

Боуен каже ,що сім'я – це єдина система всі пов'язані, і то навіть досвід попередніх поколінь впливає на те , якими стають люди.

Головне призначення сім'ї – забезпечення соціальної й культурної безперервності розвитку суспільства [22].

Функції сім'ї – це особливі форми життєдіяльності родини, що пов'язані із задоволенням певних сімейних потреб; певні способи вияву її

активності, життєдіяльності всієї сім'ї та окремих її членів.

Ефективність сім'ї визначається її здатністю виконувати основні функції: емоційну підтримку, виховання дітей, забезпечення безпеки, соціалізацію та розвиток кожного члена. Основними критеріями ефективності є:

- рівень взаєморозуміння та підтримки
- стабільність стосунків
- здатність вирішувати конфлікти
- психологічний комфорт у сім'ї
- адекватний розподіл ролей

Для оцінки часто використовується системний підхід, де сім'я розглядається як єдина взаємопов'язана система.

Основні моделі сімейного консультування психодинамічна модель базується на ідеях Зигмунд Фрейд. Основна увага приділяється несвідомим процесам, дитячому досвіду та внутрішнім конфліктам.

Ефективність: добре працює при глибоких емоційних проблемах, але потребує тривалого часу.

Поведінкова (біхевіоральна) модель.

Орієнтується на зміну поведінки через навчання новим моделям взаємодії. Ефективність: швидкі результати у вирішенні конкретних проблем (конфлікти, комунікація), але може не зачіпати глибинні причини.

Когнітивно-поведінкова модель.

Поєднує роботу з мисленням і поведінкою. Допомагає змінити негативні установки.

Ефективність: одна з найпрактичніших моделей, дає відчутні результати за відносно короткий час. Гуманістична модель Пов'язана з ідеями Карл Роджерс. Головний акцент — на прийнятті, емпатії та розвитку особистості. Ефективність: сприяє покращенню емоційного клімату, але потребує активної участі клієнтів. Структурна сімейна терапія Розроблена Сальвадор Мінухін. Орієнтована на зміну ролей і структури сім'ї.

Ефективність: особливо дієва при порушенні сімейних ролей і меж стратегічна модель Спрямована на швидке вирішення проблем через конкретні інтервенції. Ефективність: корисна у кризових. ситуаціях, але іноді має короткостроковий ефект.

Критерії оцінки ефективності консультування:

- 1) покращення комунікації між членами сім'ї
- 2) зменшення конфліктів
- 3) підвищення рівня довіри
- 4) досягнення поставлених цілей
- 5) стабільність позитивних змін у часі

## **2.2. Типові труднощі та обмеження у процесі сімейного консультування**

Я вважаю що підхід у процесі сімейного консультування це навчитися будувати стосунки, спостерігати. Що означає це на практиці ми копіюємо поведінку, яку бачили в дитинстві наші батьки постійно сварилися-людина може так само поводитись і у шлюбі, якщо вони підтримували одне одного то перенесе це і у власні стосунки.

На консультації людина починати розуміти «О, я так само поведжусь, як моя мама чи тато» і тоді людина може змінити це як відбувається консультування це не просто розмова, а практика люди аналізують свою поведінку, спостерігають за собою і партнером, виконують вправи, вчаться по новому спілкуватися тобто навчаються як правильно будувати стосунки. Експериментальні моделі означає навчання через досвід а не тільки теорія люди пробують нову поведінку, тренуються прямо під час консультації, і отримують зворотній зв'язок [45].

Головна мета не просто вирішити проблему а розвинути особистість навчити новим навичкам спілкування зробити людину більше відкритою до

змін.

Люди будують свої стосунки так як навчилися в сім'ї але на консультації їх можна «перенавчити» через вправи, практику і новий досвід.

Сім'я це не просто люди, а система з певною «будовою» (я структура) І якщо ця структура порушена виникають проблеми. Розглянемо головні труднощі в сімейним консультуванні

Недовіра клієнта.

– Людина може не довіряти консультанту, боятися відкриватися або приховувати важливу інформацію.

– Навіть якщо людина розуміє проблему, їй може бути важко щось змінювати у своєму житті.

Емоційна складність.

– Під час розмов можуть підніматися сильні емоції (страх, сльози, злість), і людині важко їх контролювати.

Нечітке розуміння проблеми.

– Клієнт іноді сам не до кінця розуміє, у чому саме його проблема, і через це важко знайти рішення.

Обмежений час.

– Консультації зазвичай мають обмежену кількість зустрічей, і не всі проблеми можна швидко вирішити.

– Залежність від мотивації клієнта.

– Результат сильно залежить від того, чи готова людина працювати над собою між зустрічами.

Обмеження консультанта.

– Консультант не може «жити за клієнта» або приймати рішення замість нього. Також є межі його компетенції — не всі проблеми він може вирішити.

Зовнішні фактори.

– На процес впливають сім'я, робота, фінанси та інші життєві обставини, які складно контролювати в консультації.

Консультування, за поглядами Адлера, передбачає:

- турботу про клієнта, повне його прийняття;
- дослідження власного життєвого стилю клієнта через розкриття і розуміння його почуттів, раннього дитинства та стосунків з батьками;
- досягнення інсайту через усвідомлення помилкових цілей і руйнівної поведінки;
- організацію діяльності, спрямованої на зміни, ризик, прийняття відповідальності за власне життя.

Завдяки поглядам Адлера, значно більше уваги психологи почали надавати освіті. Процес консультування носить скоріше освітній, а не терапевтичний характер. Шкільні консультанти завдяки вченню Адлера ефективно працюють з проблемами дитячої дисципліни, оскільки віддають перевагу визначенню та зміні цілей [18; 23].

### **2.3. Узагальнення результатів аналізу**

У психологічних дослідженнях широко використовуються якісний і кількісний аналізи. Кількісний аналіз насамперед застосовується для опису даних і визначення значущості результатів.

Кількісний аналіз – це сукупність методів опису та процедур перетворення даних дослідження за допомогою математичних і статистичних інструментів.

Кількісні методи інтерпретації та аналізу даних містять у собі: – дисперсійний аналіз, що визначає зміну дисперсії (розсіяння) залежно від змінно співвідношення зі змінами незалежної змінної, визначає змінну, яка викликає зміни залежної змінної [55] (f-критерій Фішера, критерій Стюдента);

- кореляційний аналіз, який встановлює взаємозв'язок і направленість змін залежної змінної та незалежної змінної;

- факторний аналіз , що призначений для визначення впливу фактора ( набору корельованих незалежних змінних) на залежну змінну. Фактор можна сформулювати за допомогою лінійного рівняння регресії;
- регресійний аналіз дозволяє пов'язати кілька залежних змінних з одним фактором, який відображає вплив незалежних змінних на об'єкт;
- кластерний аналіз, який ґрунтується на «схожості» змінних (характеристик), якими володіють різні суб'єкти ,для визначення взаємозв'язку та ступеня подібності їхніх поведінкових реакцій, і об'єднує різних «схожих» суб'єктів. (досліджуваних) консультанта в один клас(групу, кластер тощо) відповідно до певних статистичних критеріїв.

Під час аналізу моделей сімейного консультування я з'ясувала, що кожна з них має свої сторони і що найкраще підведе до певних ситуацій

Методи аналізу даних – це математичні формули, прийоми ,кількісні розрахунки, які дозволяють систематизувати отримані в ході дослідження дані виявити наявні закономірності. Первинні методи дозволяють встановити показники, які відображають безпосередні результати досліджень. З їхньою допомогою психолог може сформулювати своє перше уявлення про об'єкт: про його характеристики, про наявні закономірності тощо [57].

Психоаналітична модель допомагає зрозуміти глибинні причини конфліктів у сім'ї — наприклад, як дитячі переживання чи внутрішні суперечності впливають на поведінку подружжя зараз. Системна модель розглядає сім'ю як єдину цілісну систему, де зміни в одній частині ( наприклад, у поведінці одного з членів родини) впливають на всіх інших вона ефективна тоді, коли важливо навчитися краще спілкуватися й розуміти взаємозв'язки.

Когнітивно-поведінкова модель зосереджується на зміні конкретних думок і дій, що призводять до конфліктів. Це практична модель, що дозволяє швидко покращити стосунки через нові способи поведінки.

Екзистенційно-гуманістична модель акцентує увагу на особистісному

зростанні, взаємній повазі й прийнятті. Вона допомагає членам сім'ї краще розуміти себе та інших.

У цілому дослідження показують, що ефективність залежить не лише від моделі, а й від потреб сім'ї, досвіду консультанта рівня довіра між усіма учасниками. Найкращих результатів зазвичай досягають тоді, коли консультант поєднує елементи кількох підходів, підбираючи методи індивідуально. У своїй роботі — психолог часто стикаються з проблемою вимірювання психологічних характеристик людей, як-от креативність, нервовість, імпульсивність — та особливості нервової системи. Для цього психодіагностика розробляє спеціальні вимірювальні процедури, зокрема тести.

Крім того, психологія широко вони використовує експериментальні методи та моделі для вивчення психічних явищ у когнітивній то особистісній і зрозуміла, що кожен з них по-своєму корисний. Немає одного ідеального — все залежить від ситуації в сім'ї. Наприклад, психоаналітичний підхід допомагає зрозуміти, звідки беруться проблеми — часто вони тягнуться ще з дитинства або з внутрішніх переживань людини і впливають на стосунки зараз.

## **Висновки до другого розділу**

У розділі 2 було з'ясовано, що родина - це частина чогось єдиного сім'я - це емоційна система це означає що всі члени сім'ї пов'язані між собою емоціями якщо комусь одному погано.

Проблема батьків та досі існує практично в кожній родині. Батьки зазвичай вважають, що краще всіх знають що добре, а що погано, виходячи із власного досвіду. Протягом усього життя сім'я може стикатися з різними проблемами і кризами.

Робота консультанта із сім'єю потребує ідентифікації позитивних

негативних підкріплень, які формуються, корегуються та закріплюються на консультуванні. Метою консультативної допомоги у таких випадках є вивчення консультантом сімейних взаємовідносин за допомогою аналізу оцінки самими клієнтами своїх психологічних особливостей, а також сімейної геограми (сімейного дерева трьох поколінь). Для цього консультант виділяє і порівнює основні моделі поведінки, які закріпилися підсвідомо у індивіда ще з дитинства з тими, які необхідні «тут-і-зараз».

Працюючи з кожним членом сім'ї, консультант залучає методи вільних асоціацій, порівнюючи минуле із сьогоденням, аналізує біографії подружжя, проводить паралелі в історіях їх сімей тощо

Висновки і вся система сімейних відносин. У сімейному консультуванні свою ефективність довела раціонально-емоційна терапія А. Елліса – навчальна, активно- директивна терапія, у якій консультант спрямовує клієнтів до визначення конкретного когнітивного, філософського джерела їх психологічних проблем і вказує на способи конструктивних змін. Основним тезисом є: поведінка і проблеми клієнтів зумовлені у більшості тим, що і як вони думають, а не тим, які реальні дії роблять. Тому подружжям необхідно передивитися свої системи поглядів на внутрішньо сімейні події і стосунки. Проблеми сім'ї пов'язуються із ідеєю невірно вибраного і погано зреалізованого сюжету. У процесі консультування можуть застосовуватися розповіді сімейних історій, вправи для розвитку внутрішньо сімейної далекоглядності, реконструкція загального сімейного досвіду, підсилення персональних зав'язків між членами сім'ї.

## РОЗДІЛ 3

### ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ОРГАНІЗАЦІЇ КОНСУЛЬТУВАННЯ СІМЕЙ

#### 3.1 Основні моделі та методи сімейного консультування

Сімейне консультування охоплює різні моделі та методи, відрізняються своїм підходом до розуміння проблем і способів їх вирішення.

**Таблиця 3.1**

**Основні методи сімейного консультування**

| Модель                                | Суть (дуже просто)          | На що дивиться                     | Приклад з життя                                   | Що робить терапевт                      |
|---------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| <b>Психодинамічна (Зигмунд Фрейд)</b> | Минуле впливає на теперішнє | Дитинство, травми, несвідоме       | Чоловік ревнує через досвід покинутості           | Допомагає усвідомити причини з минулого |
| <b>Системна (Мюррей Боуен)</b>        | Сім'я = одна система        | Взаємодію між усіма                | Дитина "погано поводиться", щоб об'єднати батьків | Аналізує стосунки, змінює взаємодії     |
| <b>Когнітивно-поведінкова</b>         | Думки → емоції → поведінка  | Негативні думки і звички           | "Він мовчить = не любить" → сварка                | Вчить мислити інакше і діяти по-новому  |
| <b>Гуманістична (Карл Роджерс)</b>    | Важливо бути почутим        | Почуття, прийняття                 | Пара не відчуває підтримки                        | Вчить слухати і розуміти одне одного    |
| <b>Структурна (Сальвадор Мінухін)</b> | Важливі ролі і межі         | Хто "головний", правила            | Дитина керує батьками                             | Встановлює межі, відновлює Ролі         |
| <b>Еклектична</b>                     | Мікс підходів               | Все одразу                         | Кожна сім'я унікальна                             | Комбінує різні методи                   |
| <b>Стратегічна (Джей Хейлі)</b>       | Швидко змінити поведінку    | Конкретну проблему                 | Постійні сварки ввечері                           | Дає незвичні завдання                   |
| <b>Наративна (Майкл Вайт)</b>         | Людина ≠ проблема           | "Історії", які ми про себе думаємо | "Я погана мама"                                   | Допомагає змінити цю "історію"          |

Аналіз представлених у таблиці моделей сімейного консультування свідчить про багатогранність підходів до розуміння та вирішення сімейних проблем. Кожна модель має власну теоретичну основу, фокус уваги та специфічні методи впливу, що дозволяє розглядати сімейні труднощі з різних позицій [24].

Зокрема, психодинамічний підхід акцентує увагу на впливі минулого досвіду, системний — на взаємозв'язках між членами сім'ї, когнітивно- поведінковий — на мисленні та поведінці, а гуманістичний — на емоціях і потребі в прийнятті. Структурна та стратегічна моделі орієнтовані на зміну організації сімейної взаємодії та швидке вирішення проблем, тоді як наративний підхід спрямований на переосмислення особистого досвіду через зміну життєвих “історій”. Порівняльний аналіз показує, що жодна з моделей не є універсальною. Ефективність консультування значною мірою залежить від індивідуальних особливостей сім'ї, характеру проблеми та готовності її членів до змін. Саме тому в сучасній практиці переважає інтегративний (еклектичний) підхід, який поєднує елементи різних моделей. Таким чином, використання різноманітних теоретичних підходів забезпечує більш глибоке розуміння сімейних процесів і підвищує ефективність надання психологічної допомоги сім'ї. Допомогти людям краще розуміти одне одного і менше страждати Дослідники (Л.Б. Шнейдер, Р.Кочюнас) визначають наступні основні принципи і правила сімейного консультування: Встановлення контакту що між консультантом і клієнтом, який може бути важливий і за допомогою прийомів досягається за допомогою встановлення до Інстанції що конструктивного прийомів проведення зустрічі.

Збір інформації про проблему клієнта та моделювання можливого результату, який досягається з'ясуванням кінцевої бажаної мети. осіб, що звернулися за допомогою. Обговорення психотерапевтичного контракту, що являється однією з найважливіших умов сімейного консультування. На цьому етапі обговорюється відповідальність сторін ( з боку консультанта – безпека та результативність, з боку клієнта активність, готовність до змін та

ін.), умови винагороди, а. також санкції за порушення сторонами умов контракту. Уточнення проблеми клієнта та співставлення ресурсів сім'ї в цілому і кожного члена зокрема. Проведення власне консультації. На цьому етапі закріплюється віра клієнтів в успіх, з'ясовується, якого саме результату бажають клієнти, за допомогою візуалізації консультант допомагає клієнтам уявити нові стосунки чи ситуації.

«Екологічна перевірка» - консультант пропонує членам сім'ї уявити себе в подібній ситуації через 5-10 років і дослідити свій стан.

Наближаючись до завершення сімейного консультування, консультант докладає зусиль щодо переносу в реальне життя і збереженню стійкості позитивних результатів [11].

### **3.2 Етапи роботи з сім'ями у складних життєвих ситуаціях**

Сім'я завжди була і буде визначальним інститутом у вихованні і розвитку дітей. Сім'я як цілісна, нерозривна система забезпечує потребу дитини у приналежності (усвідомлення себе як частини окремої групи, громади), безпеці, сутності і безперервності (зв'язок з минулим, наявність батьків, які забезпечують послідовність і стабільність), що свою чергу впливає на формуванні її ідентичності.

Робота з сім'ями, які перебувають у складних життєвих обставинах (кризи, конфлікти, втрата, девіантна поведінка, розлучення тощо), здійснюється поетапно та. передбачає системний і цілеспрямований вплив фахівця.

У своїй роботі соціальні працівники ПБО« Надія і житло для дітей» в Україні користувались такою класифікацією функцій сім'ї:

- економічна (заробляння та витрата грошей, складання сімейного бюджету, розподіл коштів тощо);
- репродуктивна (планування сім'ї, народження дітей);

- функція турботи про дім (підтримка порядку в дому, дотримання гігієнічних та санітарних норм, ремонтування будинку);
- терапевтична функція (прив'язаність, взаємопідтримка, взаєморозуміння);
- духовна (морально-етичні, естетичні цінності, релігійні погляди тощо);
- функція соціалізуюча (соціальні вміння та навички, освіта, професія);
- рекреативна (відновлення після роботи, відпочинок, хобі відпустка);

Загальні засади соціальної роботи із сім'ями:

- функція турботи про власне здоров'я (здоровий спосіб життя, профілактика захворювань, лікування).

Реалізуючи свої функції, сім'я задовольняє окремі найважливіші природні потреби людини, а з іншого боку, дає змогу людині досягнути цілей у спілкуванні, особистісному та духовному зростанні. При цьому з розвитком сім'ї цілі закономірно змінюються у відповідності до нових соціальних умов. Найважливішою особливістю сімейних функцій є їхня комплексність, заснована на взаємодії родичів. Кожна потреба, яка задовольняється сім'єю, може бути реалізована і без її участі, але тільки у сім'ї ці потреби можуть бути задоволені комплексно і оптимально [9].

Розглянемо етапи родин в складних ситуаціях:

1. Етап встановлення контакту (первинний прийом) На цьому етапі відбувається:

- встановлення психологічного контакту з усіма членами сім'ї;
- формування довірливої атмосфери;
- ознайомлення з правилами взаємодії (конфіденційність, добровільність, етичні норми).

Метою є зниження напруження та формування мотивації до співпраці.

2. Діагностичний етап. Передбачає комплексне вивчення сімейної

ситуації:

- аналіз структури сім'ї, ролей і взаємин;
- виявлення причин і факторів проблеми;
- оцінка емоційного клімату;
- визначення ресурсів сім'ї.

Використовуються бесіда, спостереження, психодіагностичні методики.

3. Етап визначення цілей і завдань Формуються:

- короткострокові та довгострокові цілі;
- конкретні завдання консультування;
- очікувані результати.

Важливою є узгодженість цілей між усіма учасниками процесу.

- Планування інтервенції

Розробляється індивідуалізована програма допомоги:

- визначаються методи і техніки роботи;
- обирається теоретичний підхід (системний, когнітивно-поведінковий тощо);

- встановлюється формат і тривалість роботи.
- Корекційно-інтервенційний етап.

Є центральним у процесі консультування та включає:

- зміну неефективних моделей поведінки;
- розвиток комунікативних навичок;
- корекцію деструктивних переконань;
- оптимізацію сімейних ролей і взаємин;
- опрацювання емоційних переживань.

6. Оцінка ефективності роботи Здійснюється:

- аналіз досягнутих результатів;
- порівняння стану сім'ї до і після втручання;
- корекція плану (за потреби).

7. Завершальний етап і супровід Передбачає:

- підбиття підсумків роботи;

- закріплення досягнутих змін;
- надання рекомендацій щодо подальшого функціонування сім'ї;
- можливий супровід або періодичні консультації.

### 3.3 Діяльність соціальних служб щодо підтримки сімей

Сім'я є базовим соціальним інститутом суспільства, який забезпечує відтворення населення, соціалізацію особистості, передачу культурних і моральних цінностей. Водночас сучасні соціально- економічні умови, нестабільність, міграційні процеси, зростання рівня стресу та інші фактори негативно впливають на функціонування сім'ї, що призводить до виникнення складних життєвих обставин [35].

У зв'язку з цим особливого значення набуває діяльність соціальних служб, спрямована на підтримку сімей, попередження кризових ситуацій і подолання їх наслідків. Соціальні служби виступають важливим інструментом державної соціальної політики, орієнтованим на захист прав людини, забезпечення добробуту сім'ї та гармонійний розвиток особистості. Сутність і завдання діяльності соціальних служб.

Соціальні служби — це спеціалізовані установи та організації, які здійснюють соціальну роботу з різними. Категоріями населення, зокрема сім'ями, що перебувають у складних життєвих обставинах [с.56,57]. Основними завданнями діяльності соціальних служб щодо підтримки сімей є:

1. виявлення сімей, які потребують допомоги;
2. оцінка їхніх потреб і ресурсів;
3. надання комплексної соціальної, психологічної, правової допомоги;
4. попередження соціального сирітства та сімейного неблагополуччя;
5. сприяння відновленню функцій сім'ї;
6. забезпечення захисту прав дітей і дорослих. Основні напрями

діяльності соціальних служб

### Соціальна профілактика

Профілактична діяльність є одним із ключових напрямів роботи соціальних служб і спрямована на попередження виникнення проблем у сім'ї [с.50].

Вона включає:

1. просвітницьку роботу щодо сімейних цінностей і відповідального батьківства;
2. інформування про соціальні послуги та права громадян;
3. профілактику домашнього насильства, алкоголізму, наркоманії;
4. формування навичок конструктивного вирішення конфліктів.

Характерними ознаками таких сімей, окрім низького рівня життя через відсутність сталих доходів, є конфліктні стосунки між членами родини, ізолюваність сім'ї від суспільства, недотримання сім'єю санітарно-гігієнічних норм тощо. Зазначимо, що переважна більшість сімей, в яких існує ризик вилучення дітей і з якими працювала наша організація, мають досить низький рівень доходів або не мають роботи взагалі. Така ситуація спричиняє виникнення у сімей цілого комплексу проблем, які вони не в змозі вирішити самостійно. В одній сім'ї можуть мати місце й спроби суїциду, й безробіття, і факти насильства над дітьми [12].

Профілактика дозволяє зменшити кількість кризових ситуацій і сприяє зміцненню сімейних відносин.

Приклад з практики. Ми здійснювали соціальний супровід сім'ї, яка мешкала за 50 кілометрів від соціального працівника. Їздити туди щотижня змоги не було, тому соціальний працівник попросив представників школи та ЖЕКу повідомляти його телефоном у разі виникнення якихось проблем із сім'єю.

Одного разу ми отримали таку інформацію: «У дві години ночі у квартирі ледь не був пожеж. Добре, що сусід почув дим та зайшов туди. Дома, крім дітей, нікого не було. На плиті горіла каструля. А якби діти подушилися?

Дітей треба забирати із сім'ї. «Звичайно, відразу соціальний працівник поїхав до цієї сім'ї. У приватній розмові з мамою дізналис, що це було не вночі, а о восьмій вечора. Жінка пішла в магазин. Чоловік поставив варити пельмені і за них забув, вони пригоріли, сусід відчув дим, зайшов до квартири на кухню, не заглядаючи до кімнати, вимкнув плиту і пішов. У цей час господар квартири дивився футбол і нічого не чув. Сусід цю інформацію підтвердив. Що могло б бути, якби соціальний працівник відразу повірив словам керівника ЖЕКу, адже це не сусідка, а посадова особа. У такому разі спеціаліст міг би насварити сім'ю або вчинити якісь інші дії, які б показали сім'ї, що їй не довіряють. Тоді виник ризик втратити довіру сім'ї, а отже, і співпрацю з нею. Довіра сім'ї зазвичай виявляється в тому, що соціальному працівнику розповідають те, що ніколи б нікому не сказали, зможуть обговорювати з ним абсолютно всі аспекти свого життя, навіть речі, за які в нашому суспільстві зневажають та засуджують, або сама людина хотіла б про це забути: зґвалтування, вбивство, крадіжка. Саме на цьому етапі можна говорити про те, що у соціального працівника і сім'ї налагоджуються партнерські стосунки, які дають надію на успішний результат роботи [21].

### **3.4 Аналіз практичного досвіду на прикладі установи / громади**

У сучасних умовах децентралізації особливого значення набуває діяльність установ територіальних громад, які безпосередньо працюють із сім'ями, що перебувають у складних життєвих обставинах. Однією з ключових інституцій є Центр соціальних служб. (ЦСС), що забезпечує надання базових соціальних послуг на місцевому рівні.

Метою даного аналізу є узагальнення практичного досвіду роботи такої установи, визначення ефективних форм і методів підтримки сімей, а також виявлення проблем і перспектив розвитку. Характеристика установи Центр соціальних служб є спеціалізованою установою, що функціонує в структурі

органів місцевого самоврядування громади та здійснює соціальну роботу з різними категоріями населення [32]. Практичний досвід показує, що ефективність роботи установи залежить від професіоналізму працівників, міжвідомчої співпраці та індивідуального підходу до кожної сім'ї. Попри труднощі, такі установи відіграють важливу роль у підтримці громади та стабілізації сімейних відносин.

Основні напрями роботи соціальних служб:

1. Соціальна підтримка та консультування. Фахівці надають інформацію про права, пільги, допомогу, а також консультують щодо вирішення сімейних проблем (конфлікти, виховання дітей, фінансові труднощі).

2. Психологічна допомога. Соціальні служби можуть залучати психологів для роботи з батьками та дітьми, особливо у випадках стресу, насильства або кризових ситуацій.

3. Матеріальна та гуманітарна допомога. Надання продуктів, одягу, засобів гігієни або допомога в оформленні державних виплат.

4. Захист прав дітей. У випадках загрози життю чи здоров'ю дитини соціальні служби втручаються, контролюють умови проживання та можуть ініціювати відповідні заходи для захисту.

5. Соціальний супровід сімей. Це комплексна допомога сім'ям, які опинилися у складних життєвих обставинах ( безробіття, залежності, інвалідність, багатодітність тощо). Передбачає регулярний контакт і підтримку.

6. Профілактика проблем. Проведення тренінгів, лекцій, програм для попередження насильства, залежностей, бездоглядності дітей.

7. Посередництво між родиною та державою. Допомога в оформленні документів, отриманні освіти, медичних чи правових послуг.

Основні напрями діяльності:

1. надання соціальних послуг сім'ям, дітям та молоді;
2. соціальний супровід сімей у складних життєвих обставинах;

3. профілактика негативних соціальних явищ;
4. захист прав дітей;
5. координація міжвідомчої взаємодії.

Категорії сімей, з якими працює установа:

1. малозабезпечені сім'ї;
2. багатодітні сім'ї;
3. неповні сім'ї;
4. сім'ї, де є ризик вилучення дитини;
5. сім'ї з проблемами насильства;
6. сім'ї, де батьки мають залежності;
7. внутрішньо переміщені особи.

Практика показує, що найбільш поширеними є такі категорії клієнтів:

Це зумовлює необхідність комплексного підходу до надання допомоги.

Етапи роботи з сім'єю в практиці установи. Практична діяльність ЦСС відповідає класичній моделі соціальної роботи та включає такі етапи:

Сім'ї потрапляють у поле зору служби через:

1. звернення громадян;
2. направлення від шкіл, лікарень, поліції;
3. соціальні інспекції.

На цьому етапі важливим є встановлення довіри. Фахівці здійснюють:

1. обстеження умов проживання;
2. бесіди з членами сім'ї;
3. аналіз проблем і ресурсів.

Результатом є визначення рівня складності ситуації. Складається план соціального супроводу, який включає:

1. конкретні заходи;
2. строки виконання;
3. відповідальних осіб. На практиці це може включати
  1. психологічне консультування;
  2. допомогу в оформленні документів;

3. сприяння працевлаштуванню;
4. роботу з батьківськими навичками;
5. взаємодію з іншими службами.

Регулярно проводиться аналіз змін:

1. покращення умов життя;
2. зниження рівня конфліктності;
3. стабілізація ситуації в сім'ї.

Сім'я знімається з супроводу у разі:

1. досягнення позитивних результатів;
2. стабілізації життєвої ситуації.

На основі аналізу діяльності установи можна виділити найбільш ефективні методи:

1. Соціальний супровід як довготривала підтримка;
2. Кейс-менеджмент (індивідуальна робота з кожною сім'єю);
3. Мотиваційні бесіди;
4. Тренінги для батьків (відповідальне батьківство);
5. Медіація у сімейних конфліктах;
6. Міжвідомча взаємодія.

Приклад із практики. Сім'я з двома дітьми перебувала у складних життєвих обставинах:

1. батько безробітний;
2. конфлікти в сім'ї;
3. загроза вилучення дітей.

Заходи, здійснені ЦСС:

1. проведено оцінку потреб;
2. організовано соціальний супровід;
3. надано психологічну допомогу;
4. сприяло працевлаштуванню батька;
5. проведено роботу з батьківськими навичками. Результат:
1. стабілізація емоційного клімату;

2. покращення матеріального становища;
3. збереження сім'ї.

Проблеми в діяльності установи Попри позитивний досвід, існують певні труднощі:

1. велике навантаження на фахівців;
2. обмежені ресурси;
3. недостатня мотивація деяких сімей;
4. складність міжвідомчої координації.

Перспективи розвитку Для підвищення ефективності діяльності доцільно:

1. впроваджувати інноваційні методи роботи;
2. розвивати електронні соціальні послуги;
3. підвищувати кваліфікацію фахівців;
4. посилювати співпрацю з громадськими організаціями.

Спеціалісту слід пам'ятати, що перша реакція членів сім'ї на відвідування може бути негативна або демонстративно байдужа. Часто під час першого візиту члени сім'ї демонструють психологічний захист, який є природною реакцією на будь-яке втручання в її особистий простір та життя. Проявляється цей стан по-різному. Деякі сім'ї можуть бути налаштовані агресивно й не пускатимуть соціального працівника в будинок (квартиру), інші можуть демонструвати підкреслену байдужість до того, що відбувається, й не вступатимуть у діалог. Іноді соціальний працівник може стикнутися з униканням контакту з боку сім'ї. Наприклад, постійною відсутністю дорослих членів сім'ї вдома [46].

Працівникові центру соціальних служб (ЦСС) не стільки “варто боятися”, скільки усвідомлювати ризики професії і вміти з ними працювати. Це робота з людьми у складних життєвих обставинах, тому виклики тут реальні, але керовані [50].

Основні речі, на які слід зважати:

1. Професійне вигорання. Постійний контакт із кризами, бідністю,

насильством може призводити до емоційного виснаження (емоційне вигорання). Важливо дбати про відпочинок, супервізію та психологічну підтримку [28].

2. Емоційне залучення понад межу. Надмірна емпатія без чітких кордонів може призвести до втрати об'єктивності або особистого стресу. Потрібно зберігати професійну дистанцію.

3. Конфліктні або агресивні клієнти. Деякі сім'ї можуть проявляти агресію, недовіру або маніпуляції. Тут важливі навички комунікації, безпеки і роботи в команді.

4. Юридична відповідальність. Неправильні дії або бездіяльність можуть мати правові наслідки (наприклад, у випадках загрози дитині). Потрібно чітко дотримуватися законодавства і процедур.

5. Власна безпека. Візити в неблагополучні сім'ї іноді можуть бути небезпечними. Варто дотримуватись протоколів безпеки йти не самому, інформувати. колег). Перевантаження роботою Велика кількість кейсів і документації може створювати стрес і втома.

### **Висновки до третього розділу**

У третьому розділі було розглянуто практичні аспекти організації консультивання сімей, що дозволило узагальнити ключові підходи, моделі та інструменти роботи з різними категоріями сімей. Встановлено, що ефективність сімейного консультивання значною мірою. Залежить від правильного вибору методів, зокрема системного, когнітивно-поведінкового, гуманістичного та кризового підходів, які дають змогу комплексно враховувати потреби та особливості кожної сім'ї.

Проаналізовано основні етапи роботи з сім'ями у складних життєвих ситуаціях — від первинної діагностики та встановлення контакту до розробки плану допомоги, реалізації втручання та оцінки результатів. Визначено, що

послідовність і структурованість цього процесу сприяють підвищенню ефективності надання соціально-психологічної підтримки. Окрему увагу приділено діяльності соціальних служб, які відіграють важливу роль у забезпеченні підтримки сімей. Встановлено, що міжвідомча взаємодія, доступність послуг та індивідуальний підхід є ключовими факторами успішної роботи з родинами. Аналіз практичного досвіду показав, що найбільш результативними є ті практики, які поєднують теоретичні підходи з реальними потребами громади, враховують соціальний контекст та забезпечують активне залучення членів сім'ї до процесу вирішення проблем. Таки чином ефективне консультування сімей потребує комплексного підходу, професійної підготовки фахівців системної організації соціальної допомоги, що в цілому сприяє підвищенню рівня благополуччя сімей та подоланню кризових ситуацій.

## ВИСНОВКИ

Вікова криза підліткового періоду є одним із нормативних етапів особистісного розвитку. У цей час дитина може ставати більш замкнутою, емоційно нестабільною, починати сперечатися з батьками, критично оцінювати їхні вимоги та прагнути більшої самостійності. Підліток дедалі частіше намагається самостійно приймати рішення, відстоювати власну думку, розширювати особисті межі та зменшувати рівень контролю з боку дорослих. Батьки можуть сприймати такі зміни як неслухняність, неповагу або «погану поведінку», однак у більшості випадків це є закономірним проявом дорослішання та формування автономності особистості.

Завдання батьків у цей період полягає не в повному придушенні прагнення підлітка до самостійності, а в поступовому перегляді способів взаємодії з ним. Надмірний контроль, постійна критика та ігнорування думки дитини можуть посилювати конфліктність, недовіру й емоційне відчуження. Натомість відкритий діалог, повага до особистих кордонів, послідовні правила та готовність обговорювати складні питання сприяють збереженню довірливих стосунків у сім'ї. Психологічне консультування в таких випадках може допомогти батькам краще зрозуміти вікові потреби підлітка, а самій дитині — навчитися конструктивно висловлювати власні почуття та вимоги.

Іншим прикладом є розгляд сім'ї як цілісного об'єкта психологічної та соціальної підтримки. Якщо родина переживає фінансові труднощі, втрату роботи, вимушене переселення або інші складні життєві обставини, це впливає не лише на одну людину, а на всіх членів сімейної системи. У подружжя може зростати тривожність, дратівливість і почуття невпевненості у майбутньому, а в дітей — страх, емоційна нестабільність, проблеми з навчанням або поведінкою. Матеріальні труднощі нерідко стають джерелом взаємних претензій, конфліктів і напруження між партнерами.

У такій ситуації консультант має враховувати не лише психологічні переживання членів родини, а й реальні соціальні та економічні обставини їхнього життя. Допомога може передбачати психологічне консультування,

перенаправлення до соціальних служб, інформування про можливості матеріальної підтримки, юридичну допомогу або залучення інших фахівців. Комплексний підхід дає змогу не обмежуватися лише обговоренням почуттів, а сприяти практичному подоланню проблем, які підтримують сімейну кризу.

Важливою умовою ефективного сімейного консультування є дотримання професійних принципів. Одним із основних принципів виступає конфіденційність. Якщо консультант не забезпечує збереження особистої інформації, члени сім'ї не будуть почуватися в безпеці, уникатимуть відвертого обговорення проблем і не зможуть повністю довіряти фахівцеві. За таких умов консультативна робота втрачає ефективність, оскільки психолог отримує неповну або викривлену інформацію про сімейну ситуацію.

Водночас принцип конфіденційності має певні правові та етичні обмеження. Наприклад, у разі виявлення домашнього насильства, загрози життю чи здоров'ю дитини або іншого члена сім'ї спеціаліст повинен діяти відповідно до чинного законодавства та професійних норм. У таких ситуаціях психолог не може обмежитися лише нейтральним спостереженням або збереженням таємниці. Його завдання полягає в оцінюванні рівня небезпеки, інформуванні клієнта про можливі дії, а за необхідності — у зверненні до відповідних соціальних, правоохоронних або медичних служб. Тому консультант повинен чітко пояснювати межі конфіденційності ще на початку роботи.

Різні теоретичні підходи до сімейного консультування дають змогу по-різному пояснювати причини труднощів і визначати напрями допомоги. Психодинамічний підхід зосереджується на впливі раннього досвіду, неусвідомлених конфліктів і дитячих переживань на поведінку людини в дорослому віці. Наприклад, чоловік може постійно ревнувати дружину не лише через її реальну поведінку, а й через те, що в дитинстві переживав емоційне відчуження, нестачу уваги або почуття покинутості. Відповідні переживання можуть переноситися на подружні стосунки та виявлятися в недовірі, прагненні до контролю, страху втрати партнера й підвищених

чутливості до будь-яких проявів дистанціювання.

У межах психодинамічного консультування важливо допомогти людині усвідомити зв'язок між минулим досвідом і сучасними реакціями. Таке розуміння не виправдовує деструктивну поведінку, однак створює можливість для її зміни. Клієнт поступово вчиться розрізняти реальні обставини подружнього життя та власні страхи, сформовані раніше.

Системний підхід розглядає сім'ю як цілісну структуру, у якій зміни поведінки одного члена впливають на всіх інших. Наприклад, дитина може почати часто хворіти, демонструвати проблемну поведінку або погіршити успішність у школі в період загострення конфліктів між батьками. У такий спосіб увага подружжя переключається зі взаємних суперечок на проблеми дитини. Водночас це не означає, що дитина свідомо створює симптоми або навмисно маніпулює батьками. Її поведінка може бути несвідомою реакцією на напруження в сімейній системі.

З позиції системного підходу проблема одного члена родини розглядається у контексті загальних правил, ролей, способів комунікації та взаємних очікувань. Тому консультант працює не лише з дитиною, а й з батьківськими взаєминами, сімейною атмосферою та характером розв'язання конфліктів.

Когнітивно-поведінковий підхід акцентує увагу на взаємозв'язку думок, емоцій і поведінки. Наприклад, дружина може думати: «Він мене ігнорує» або «Я йому більше не потрібна», хоча чоловік насправді мовчить через втому після роботи. Таке автоматичне негативне тлумачення ситуації може викликати образу, роздратування і звинувачення, на які чоловік відповідає захисною реакцією або ще більшим відстороненням. У результаті виникає конфлікт, що підтримується не лише реальною поведінкою партнерів, а й негативними переконаннями та помилковими інтерпретаціями.

Під час консультування спеціаліст допомагає подружжю виявляти автоматичні думки, перевіряти їхню обґрунтованість і формувати більш реалістичні способи розуміння поведінки партнера. Одночасно

відпрацьовуються навички відкритого спілкування, вираження потреб без звинувачень і конструктивного обговорення проблем.

Гуманістичний підхід наголошує на унікальності кожної людини, її потребі у прийнятті, повазі та самореалізації. Наприклад, подружжя може не відчувати взаємної підтримки не через відсутність почуттів, а через нездатність відкрито говорити про свої переживання, страхи та очікування. Кожний партнер може очікувати, що інший сам здогадається про його потреби, а відсутність такої реакції сприйматиметься як байдужість.

У межах гуманістичного підходу консультант створює безпечну атмосферу, у якій кожний член сім'ї може бути почутим і прийнятим без осуду. Особливе значення мають емпатія, щирість, повага та безумовне прийняття клієнта. Завдання полягає в тому, щоб допомогти партнерам краще усвідомити власні почуття, навчитися відкрито їх висловлювати та уважніше ставитися до емоційних потреб одне одного.

Структурний підхід зосереджується на організації сімейної системи, розподілі ролей і чіткості меж між її підсистемами. Наприклад, у сім'ї можуть бути відсутні зрозумілі межі між батьками та дитиною, унаслідок чого дитина фактично починає керувати дорослими, визначати сімейні правила або втручатися у подружні конфлікти. Батьки можуть боятися засмутити дитину, уникати послідовних вимог і перекладати на неї відповідальність, яка не відповідає її віку.

Завдання структурного консультування полягає у відновленні батьківської ролі, формуванні зрозумілих правил і зміцненні меж між подружньою, батьківською та дитячою підсистемами. Це не означає встановлення надмірно жорсткого контролю, а передбачає відповідальний розподіл повноважень і обов'язків між членами родини.

Стратегічний підхід орієнтований на пошук конкретних способів зміни проблемної поведінки. Консультант може пропонувати сім'ї спеціальні завдання, спрямовані на переривання звичних деструктивних сценаріїв. Наприклад, подружжю може бути рекомендовано заздалегідь планувати час

для спокійного спілкування, домовлятися про правила обговорення суперечностей або тимчасово відкладати розв'язання конфлікту, якщо рівень емоційного напруження є надто високим.

Такі завдання допомагають членам сім'ї не лише обговорювати проблему, а й практично випробовувати нові способи взаємодії. Важливо, щоб запропоновані дії відповідали можливостям конкретної родини та не сприймалися як примусові або формальні.

Наративний підхід виходить із того, що людина сприймає себе і власне життя через історії, які вона постійно створює та повторює. Наприклад, жінка може вважати себе «поганою матір'ю», якщо не завжди встигає приділяти дитині достатньо часу або допускає помилки у вихованні. Таке переконання поступово стає домінуючою історією, через яку вона оцінює всі свої дії.

Під час наративного консультування спеціаліст допомагає відокремити людину від проблеми, знайти винятки з негативної історії та побачити ситуації, у яких вона проявляла турботу, відповідальність і компетентність. У результаті клієнтка може сформуванати більш реалістичне ставлення до себе та змінити переконання про власну неспроможність.

Розгляд практичних аспектів організації сімейного консультування дає підстави стверджувати, що ефективна допомога сім'ям у складних життєвих ситуаціях потребує чіткої структури роботи, використання різних теоретичних моделей і методів, а також індивідуального підходу до кожної родини. Важливим є дотримання основних етапів консультування — від встановлення контакту та формування довіри до визначення проблеми, узгодження цілей, пошуку рішень і підтримки досягнутих змін.

На початковому етапі консультант створює безпечну атмосферу, пояснює правила взаємодії та з'ясовує очікування членів сім'ї. Далі визначаються основні проблеми, особливості їх виникнення, способи реагування кожного учасника та фактори, що підтримують конфлікт. Лише після цього доцільно переходити до формування цілей і вибору конкретних методів допомоги. Завершальний етап передбачає оцінювання результатів,

закріплення нових навичок і підготовку сім'ї до самостійного подолання можливих труднощів у майбутньому.

Особливу роль у цьому процесі відіграють соціальні служби, які забезпечують підтримку, супровід і допомогу сім'ям у подоланні складних життєвих обставин. Вони можуть виступати як джерело практичної допомоги, посередник між родиною та державними установами, а також як захисник прав та інтересів дітей і дорослих. Соціальні служби особливо важливі в умовах безробіття, бідності, домашнього насильства, вимушеного переселення, втрати житла, тяжкої хвороби або інших кризових подій.

Практичний досвід показує, що найкращі результати досягаються за умови співпраці між фахівцями та самою сім'єю. Консультант не може здійснити зміни замість членів родини, якщо вони не готові брати участь у роботі та відповідально виконувати узгоджені завдання. Водночас фахівець має уникати звинувачень і тиску, підтримуючи поступове формування мотивації до змін.

Роль соціальних служб у допомозі родині є ключовою, особливо в умовах соціальних, економічних або психологічних труднощів. Вони можуть забезпечувати інформаційну, правову, психологічну, соціальну та матеріальну підтримку. У складних випадках доцільною є міждисциплінарна взаємодія психологів, соціальних працівників, педагогів, медиків, юристів і представників правоохоронних органів.

Отже, організація сімейного консультування має бути комплексною, гнучкою та орієнтованою на потреби конкретної родини. Такий підхід дає змогу не лише зменшити інтенсивність актуального конфлікту, а й сформувати більш ефективні способи спілкування, зміцнити емоційні зв'язки та підвищити здатність сім'ї самостійно долати подальші труднощі.

У результаті проведеного аналізу встановлено, що сімейне консультування є важливим та ефективним інструментом допомоги сім'ям у складних життєвих ситуаціях. Кожна з розглянутих моделей має свої особливості, сильні сторони та сферу застосування, тому універсального

підходу до всіх сімей не існує. Найкращий результат досягається тоді, коли спеціаліст урахує індивідуальні особливості родини, характер проблеми, вік її членів, рівень мотивації та гнучко поєднує різні методи роботи.

У процесі консультування можуть виникати певні труднощі, зокрема небажання окремих членів сім'ї співпрацювати, різне бачення проблеми, взаємні звинувачення, недовіра до спеціаліста або висока емоційна напруга між учасниками. Деякі члени родини можуть намагатися перекласти всю відповідальність на іншу людину або очікувати від консультанта підтвердження власної правоти. Проте за умови професійного підходу, дотримання нейтральності та поступового формування довіри ці труднощі можна подолати.

Ефективність сімейного консультування залежить не лише від обраної моделі, а й від професіоналізму консультанта, якості взаємодії та готовності сім'ї до змін. У більшості випадків така робота сприяє покращенню взаємин, кращому розумінню одне одного, зниженню рівня емоційної напруги та знаходженню конструктивних шляхів розв'язання проблем.

Наприклад, якщо в сім'ї постійно виникають сварки між подружжям, консультант може використовувати когнітивно-поведінкові методи, щоб допомогти партнерам змінити негативні думки, автоматичні реакції та звичні моделі спілкування. Вони можуть навчитися описувати власні переживання без звинувачень, перевіряти правильність своїх припущень і домовлятися про конкретні зміни.

Якщо проблема пов'язана з порушенням сімейних ролей, коли дитина фактично «керує» батьками, більш ефективним може бути структурний підхід. Він допомагає відновити чіткі межі, посилити батьківську відповідальність і звільнити дитину від ролі, яка не відповідає її віку та психологічним можливостям.

Значну роль відіграє послідовне дотримання етапів консультативної роботи. Спочатку важливо встановити довіру, щоб члени сім'ї могли відкрито говорити про проблеми, не боячись осуду. Потім необхідно визначити

причини конфлікту, дослідити способи взаємодії та лише після цього переходити до пошуку рішень. Якщо консультант надто швидко пропонує поради без достатнього розуміння ситуації, процес може бути малоефективним.

Сім'ї, які опинилися у складних життєвих обставинах, потребують не лише психологічних консультацій, а й додаткової підтримки. У разі втрати роботи, насильства, житлової кризи, вимушеного переселення або тяжкого захворювання необхідними можуть бути соціальні виплати, юридичні консультації, медична допомога, тимчасове житло або захист від кривдника. Тому психолог повинен розуміти межі власної компетенції та за необхідності перенаправляти сім'ю до інших спеціалістів.

Практичне сімейне консультування є комплексним процесом, під час якого важливо враховувати конкретну ситуацію, правильно добирати методи та працювати у партнерстві з родиною. Саме такий підхід дозволяє досягти реальних змін, покращити стосунки між членами сім'ї та сформувати більш стійкі способи подолання труднощів.

Під час консультації психолог має насамперед звертати увагу на формування довіри та безпечної атмосфери, щоб кожний член сім'ї міг відкрито висловитися. Важливо уважно слухати без осуду, враховувати емоційний стан усіх учасників і розглядати проблему не лише з позиції однієї людини, а з урахуванням функціонування всієї родини як системи.

Не менш значущими є чіткі професійні межі, конфіденційність, етичність і неупередженість роботи. Консультант не повинен ставати на бік одного з членів родини, нав'язувати власні цінності або використовувати інформацію клієнтів у власних інтересах. Його завдання полягає у створенні умов для діалогу, усвідомлення відповідальності та пошуку рішень, прийнятних для всіх учасників.

Психолог має допомагати родині самостійно знаходити рішення, а не нав'язувати власну думку. Такий підхід підтримує розвиток відповідальності, автономності та взаєморозуміння. Головна увага має приділятися емпатії,

об'єктивності, професіоналізму та орієнтації на довготривале покращення сімейних стосунків.

Найважливішими якостями психолога є повага до клієнта та його унікальності, вміння слухати, розуміти без осуду й проявляти емпатію. Водночас необхідно зберігати професійні межі та дотримуватися принципів професійної етики, адже довіра клієнта є основою ефективної роботи. Також важливо постійно розвивати професійні компетентності, проходити супервізію, контролювати власний емоційний стан і своєчасно запобігати професійному вигоранню.

Психолог не повинен «вирішувати проблеми за людину». Його роль полягає у тому, щоб допомогти клієнтові побачити власні ресурси, краще зрозуміти ситуацію, оцінити можливі варіанти дій і самостійно обрати шлях виходу з труднощів. Такий підхід зберігає відповідальність клієнта за власне життя та сприяє формуванню більш стійких змін.

Отже, ефективне сімейне консультування ґрунтується на поєднанні професіоналізму, людяності, відповідальності, етичності та постійного саморозвитку фахівця. Системне консультування є дієвим методом психологічної допомоги сім'ям у складних життєвих ситуаціях. Воно сприяє покращенню сімейної взаємодії, зниженню рівня конфліктності, відновленню емоційної підтримки та зміцненню взаєморозуміння між членами родини.

Використання психодіагностичних методик дає змогу комплексно дослідити особливості сімейних взаємин, виявити приховані причини труднощів, оцінити емоційний стан учасників і підвищити ефективність консультативної роботи. Водночас діагностичні результати мають розглядатися у поєднанні з бесідою, спостереженням та аналізом сімейної ситуації. Саме комплексний і професійно організований підхід створює умови для стійких позитивних змін і покращення якості сімейного життя.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2022. 256 с.
2. Большакова А.М. Часові перспективи та життєтворчий потенціал особистості /А.М.Большакова //Вісник ОНУ. – 2023. – Т.18. – Вип.22. – Ч.1. – С. 38-44.
3. Бойко Г.М. Реабілітаційна психологія/ Г.М. Бойко// -Полтава,2024.- 240 с.: іл.. ISBN 978-966-7653-99-6
4. Боришевський М.Й. Екстраполяція теоретичних принципів психологічної науки у контекст практичної психології/ М.Й.Боришевський//Актуальні проблеми практичної психології. Ч.І - "Херсон, 2019. – С.113-120.
5. Борисюк А.С. Особливості соціальної адаптації молоді в сучасних умовах. Монографія: Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія / за ред. С.Д. Максименка, С.Б. Кузікової, В.Л. Зливкова. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2019. 540 с. С. 335-356.
6. Борисюк А.С. Особистість в умовах кризи: соціально-психологічний вимір та засоби корекції : монографія / ред. А.С. Борисюк. – Чернівці : Технодрук, 2019. 180 с.
7. Борисюк А.С. Психологічні передумови й чинники особистісного та професійного розвитку молоді: монографія / відп. ред. А.С. Борисюк. – Чернівці : Технодрук, 2021. 264 с.
8. Бринза І.В. Специфіка прояву екзистанційних ресурсів самотньої особистості в юнацькому віці /І.В.Бринза /Наука і освіта. – 2023. – №3. – С.171 – 176.
9. Варій М. Й. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2022. 592 с.
10. Ващенко І.В., Власова О.І., Данилюк І.В., Щербина В.Л. Досвід міждисциплінарного дослідження розвитку адаптивності цілісної особистості

в контексті соціально-економічних криз. Психологія і особистість, 2026. № 2 (10). Ч. 1. С. 116-127.

11. Ващенко І.В. Психологічна допомога молоді при адаптаційних розладах та відхиленнях у поведінці. Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного ун-ту ім. В. Даля. Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2020. № 3 (47). Т. 1. С. 160-170.

12. Ващенко І.В. Розвиток студентської молоді в різних умовах соціалізації. Монографія Психологічні технології конструктивного самозбереження особистості в епоху суспільних трансформацій: монографія / за наук. ред. Л. Калмикової, Г. Хомич. – К. : Слово, 2019. С. 405-421.

13. Власенко Ю.О. Психологічні особливості індивідуальних інноваційних стратегій /Ю.О. Власенко// Збірник наукових праць НПУ ім. М.П. Драгоманова № 14. – Київ. – 2021. – С. 16-20.

14. Горячева Т. Г. Особистісні особливості матері дитини з відхиленнями в розвитку та їх вплив на дитячо-батьківські відносини / Т. Г.Горячева, І. А. Солнцева / / Матеріали II наукової конференції "Психологічні проблеми сучасної сім'ї». У 3 частинах. Частина 1. К., 2021. -С. 285-298.

15. Гуляс І.А. Копінг-стратегії у контексті життєвих досягнень особистості /І.А.Гуляс // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, III(20), Issue: 40, 2025. – P.56-67.

16. Гуменюк Г. В. Психологічний простір професійного самоздійснення особистості як предмет дослідження / Г. В. Гуменюк// Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. – К., 2024. –Т. XVI. –част. 1,2. –С. 299-310.

17. Гуменна Г.С. Особливості психофізичного розвитку учнів спеціальних шкіл для дітей с порушеннями опорно-рухового апарату: [монографія] // под. ред. Власової Т.А.- К.: Либідь, 2022. -128 с.

18. Деревянко С.П. Взаємодія емоцій і перцептивно-когнітивних

функцій в процесі соціально-психологічної адаптації особистості / С.П. Дерев'янка // Проблеми загальної та педагогічної психології : [зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / наук. ред. Максименко С.Д.]. К.: «ГНОЗИС», 2023. Т. VIII. Вип. 7. С. 148-156.

19. Ейдемільер Е.Г. Сімейний діагноз і сімейна психотерапія/ Е.Г.Ейдемільер, І.В.Добряков, І.М. Микільська – К, 2020. - С. 144

20. Ейдемільер Є. Г. Психологія та психотерапія родини / Е. Г. Ейдемільер, В. Юстицкис/ - К.: Наукова думка, 2021. - 656 с.

21. Жаровцева Т.Г. Теоретико-методичні засади підготовки фахівців дошкільної освіти до роботи з неблагополучними сім'ями/ Т.Г.Жаровцева. – Одеса.: ПНЦ АПН України, 2022. – 367 с.

22. Завацька Н. Є., Завацький В.Ю., Спицька Л.В. Особливості опанувальної поведінки молоді та її здатність до антиципації в посттравматичній ситуації. Наука і освіта, 2019. С.146-142.

23. Завацька Н. Є., Піддубняк С.В. Психологія аутоагресії молоді в умовах сучасного соціуму: Монографія: СНУ, 2019. 435 с.

24. Занюк С.С. Психологія мотивації та емоцій: Навч. посібник для студентів гуманіт. факультетів ВНЗ. – Луцьк: Ред.-вид. відд. Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2023. – 180 с.

25. Захаров О. І. Особливості сімейних відносин та сімейної психотерапії при неврозах дитячого віку: автореф. дис. канд. психол. наук / А. І. Захаров// - К., 2021. - 16 с.

26. Карабанова О. А. Психологія сімейних відносин та основи сімейного консультування. Київ : Генеза, 2021. 320 с.

27. Карамушка Л.М. Соціальна напруженість в сучасному соціумі: сутність, підходи до вивчення, основні види. Актуальні проблеми психології: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. С. 3-11.

28. Карамушка Л.М., О.Є. Блинова. Соціально-психологічні засади

самовизначення особистості. Теоретичні і прикладні проблеми психології. Сєверодонецьк. Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2019. № 1 (45). С. 47-60.

29. Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особистості /Т.С.Кириленко. - К.: Либідь, 2023. – 254 с.

30. Колесников Е.П. Методологічна рефлексія психологічної специфіки подолання життєвої кризи /Е.П. Колесников //Збірник статей Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психологія життєвої кризи особистості: теорія і практика». – К., 2021. – С.56-58

31. Кочарян О. С. Психологія подружніх взаємин: монографія. Харків : ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2022. 196 с.

32. Крюкова, О. Соціальна рефлексія як складова соціального розвитку особистості. 2019 [Електронний ресурс].– <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2012-16.%> .

33. Лось О.М. Міжособистісні дисгармонії, їх вплив на особистість професіонала / О.М. Лось // Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка. –2020. – Т.ХІІ, част. 3. – С. 269 – 276.

34. Максименко С. Д. Психологія особистості : підручник. Київ : КММ, 2022. 296 с.

35. Максименко С.Д. Психологія в соціальний та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури: навч. посіб. для вищої школи / С.Д. Максименко. – К.: Наукова думка, 2021. – 216 с.

36. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості / Максименко С.Д. – К.: ТОВ „КММ”, 2019. – 240 с.

37. Мартинюк І. О. Творчий потенціал і самореалізація особистості / І.О.Мартинюк// Психологія і педагогіка життєтворчості. – К., 2021. – 792 с

38. Малихіна Т.П. Психологічні умови попередження аморальних вчинків підлітків: Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд.психол.наук: спец. «Педагогічна та вікова психологія» /Т.П.Малихіна. – К., 2021. – 19с.

39. Мартинюк. Ю.О. Програма колекційного впливу на членів сім'ї з

урахуванням стадії сприйняття дітей з психофізичними порушеннями/ Ю.О. Мартинюк //Освіта та розвиток обдарованої особистості №3(34),2022р. -С. 29-33.

40. Міщиха Л.П. Творчий потенціал особистості у період пізньої дорослості. – Автореф. дис. на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 –загальна психологія, історія психології. –Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Київ, 2019. – 45 с.

41. Москаленко В.В. Соціальна психологія. – К.: Центр навчальної літератури, 2022. – 687 с.

42. Москалець В. П. Психологія сім'ї: навчальний посібник. Івано-Франківськ : Нова Зоря, 2022. 184 с.

43. Основи психології та міжособове спілкування : навч. посіб. / Л. В. Засекіна, Т.В. Пастрик. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2021. – 184 с.

44. Поліщук В. М., Ільїна Н. М., Поліщук С. А., Савченко Ю. Ю., Мисник С. О. Психологія сім'ї : підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 247 с.

45. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2022. – 136 с.

46. Романчук О. І. Сімейна психологія: навчальний посібник. Львів: Свічадо, 2023. 220 с.

47. Савчин М. В. Загальна психологія: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2021. 464 с.

48. Седих К. В. Психологія сім'ї. Київ : Академія, 2021. 192 с.

49. Степаненко Л.В. Основні детермінанти психічних станів / Л.В.Степаненко // Вісник Харківського національного ун-ту ім. Г.С.Сковороди. Психологія. – 2020. – Вип. 14. – С. 182-188.

50. Титаренко Т.М . Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності./ Т.М. Титаренко. – К.: Либідь, 2023. – 376 с.

51. Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості: навчальний посібник. Київ : Каравела, 2023. 372 с.
52. Ткачова В. В. Психологічне вивчення сімей, які виховують дітей з відхиленнями у розвитку / В. В. Ткачова// - К.: УМК «Психологія», 2024. - 192 с
53. Ткачишина О. Р. Психологія сімейного виховання: навчальний посібник. Київ: Каравела, 2021. 168 с.
54. Третьякова Т.М., Короход Я.Д. Психологічна дистанція між членами родини як показник якості розвитку суспільства: Монографія / за заг. ред. В. О. Лефтерова, А. С. Мельнікова. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. – С. 111-121.
55. Ушакова І.М. Психологія сім'ї: Конспект лекцій.-Х.: МАУП, 2019.- 83 с.
56. Цільмак О. М. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник. Київ : Ліра-К, 2020. 266 с.
57. Штифурак В. С. Психологія сім'ї : навчальний посібник. Вінниця : ВДПУ, 2022. 160 с.
58. Штифурак В. С. Психологія сімейного життя : навчально-методичний посібник. Вінниця : ВДПУ, 2024. 88 с.
59. Юрченко В.М. Психічні стани людини: системний опис /В.М.Юрченко. - Рівне, 2023.-574 с.
60. Яценко Т.С. Теоретико-методологічний підхід до цілісного розуміння психіки у її структурних компонентах / Т.С. Яценко // Психологія і суспільство. – 2024. - №4. – С.37-60.
61. Bailey, D. B., & Wolery, M. R. Teaching infants and preschoolers with handicaps. Columbus, OH: Merrill, 1984.
62. Blacher, J. (1984b). Sequential stages of parental adjustment to the birth of a child with handicaps: Fact or artifact. Mental Retardation, 22, 55-68.
63. Collins-Moore, M. S. (1984). Birth and diagnosis: A family crisis. In M. G. Eisenberg, L. C. Sutkin, & M. A. Jansen (Eds.), Chronic illness and disability

through the life span: Effects on self and family (pp. 39-46). New York: Springer.

64. Farber, B. (1975). Family adaptations to severely mentally retarded children. In M. J. Begab & S. A. Richardson (Eds.), *The mentally retarded and society: A social science perspective* (pp. 247-266). Baltimore: University Park Press.

65. Farber, B.. Family organization and crisis: maintenance of integration in families with a severely mentally retarded child//*Monographs of the Society for Research in Child Development*, 1960.- 75 p.

66. Farber, B., & Ryckman, D. B. Effects of a severely mentally retarded child on family relationships//*Mental Retardation Abstracts*, 1965. - C 11.

67. Kahana, G., & Kahana, E. (1970). Grandparenthood from the perspective of the developing grandchild. *Developmental Psychology*, 3, 98-105.

68. Kanner L. *Child Psychiatry*. N. Y., 1955.

69. Marshak, L. E., & Seligman, M. (1993). *Counseling persons with disabilities: Theoretical and clinical perspectives*. Austin, TX: Pro-Ed.

70. Meyer, D. J., & Vadasy, P. E (1986). *Grandparent workshops: How to organize workshops for grandparents of children with handicaps*. Seattle: University of Washington Press.

71. Laborde, P. R., & Seligman, M. Counseling parents with children with disabilities. In M. Seligman (Ed.), *The family with a handicapped child* Boston: Allyn & Bacon, 1991. -P. 337-369.

72. Robson, K. S., & Moss, H. A. (1970). Patterns and determinants of maternal attachment. *Journal of Pediatrics*, 77, 976-985.

73. Rose, S. Training parents in groups as behavior modifiers of their mentally retarded children. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry* № 5, 1974. – P. 135-140.

74. Skinner B.F., Ferster C.B. *Schedulles of reinforcement*. N.Y., 1957.

75. Seligman, M. Group work with parents of children with disabilities. *Journal for Specialists in Group Work*, 18, 1993. – P. 115-126.

76. Seligman, M.. Confessions of a professional/father. In D. Meyer (Ed.),

Uncommon fathers: Reflections on raising a child with a disability. Bethesda, MD: Woodbine, 1995. - P. 169-183.

77. Tretiakova. T., Lazor, K., Korokhod, Y., Ignatieva, I. Influence of family education style on psychological distance between family members // Opcion. 2019Vol. 35, pp.671 – 686.

78. Turner J. C.F self-categorization theory // Turner J. C. Et al. Rediscovering the social group: F self- categorization theory. Oxford, 1989. P. 42-67.

79. Walsh, R. (1989). Asian psychotherapies. In: IL. Corsini & D. Wedding (Eds.), Current psychotherapies (4th ed.). Itasca, IL: F. E. Peacock.