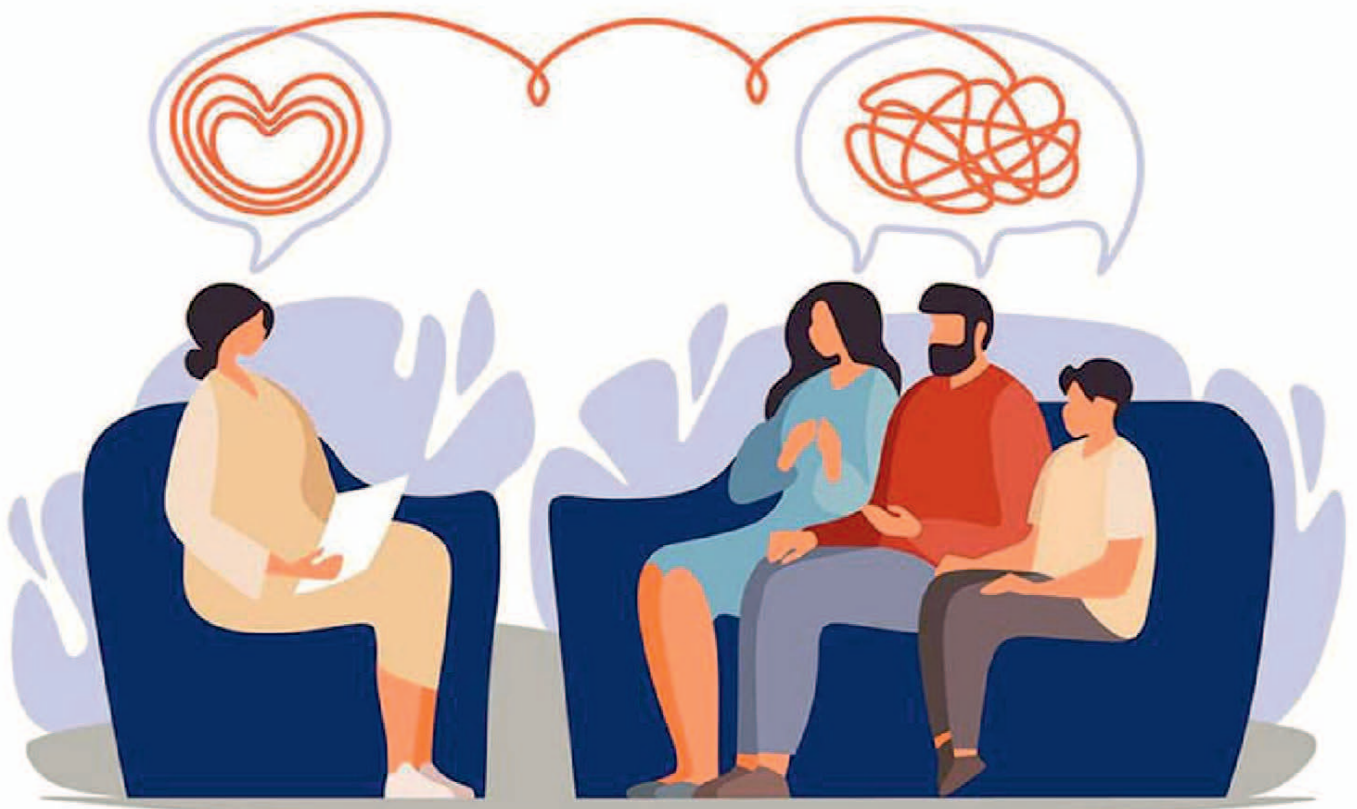


Г.В. БАРАБАЩУК
В.М. РАДЧУК
Н.М. ГУЦУЛЯК
Г.С. ФЕСУН

СІМЕЙНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА

Барабашук Г.В., Радчук В.М., Гуцуляк Н.М., Фесун Г.С.

СІМЕЙНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ

Навчально-методичний посібник



Чернівці
Чернівцецький національний університет
імені Юрія Федьковича
2025

УДК 159.9:316.36 (075:8)
С 371

Рекомендовано Вченою радою
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
(протокол № 7 від 23 червня 2025 року)

Рецензенти:

МУШКЕВИЧ Мирослава Іванівна, докторка психологічних наук,
професорка кафедри практичної психології та психодіагностики
Волинського національного університету імені Лесі Українки;
ЛІСОВА Олена Сергіївна, кандидатка психологічних наук, доцентка
кафедри психології та філософії Буковинського державного
медичного університету.

Сімейне консультування: навч.-метод. посіб. / Барабашук Г.В.,
С 371 Радчук В.М., Гуцуляк Н.М., Фесун Г.С. Чернівці : Чернівецьк. нац. ун-т
ім. Ю. Федьковича, 2025. 130 с.

ISBN 978-617-8703-40-0

У виданні висвітлено теоретичні та практичні аспекти сімейного консультування як самостійного виду психологічної допомоги із сімейною системою. Структурно викладено принципи, етапи та методи сімейного консультування. Розкрито подружнє консультування та дитячо-батьківське. Окреслено практичні техніки та інструменти, які можуть бути використані в процесі роботи із сім'єю.

Для студентів спеціальності 053 «Психологія» першого та другого рівнів вищої освіти, а також може бути корисний викладачам психологічних дисциплін і практичним психологам закладів освіти, соціальних служб та кризових центрів.

УДК 159.9:316.36 (075:8)

ISBN 978-617-8703-40-0

© Барабашук Г., Радчук В., Гуцуляк Н., Фесун Г., 2025

© Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича, 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
ТЕМА 1. ПОНЯТТЯ СІМ'Ї В ПСИХОЛОГІЧНОМУ	
КОНСУЛЬТУВАННІ.....	7
1. Поняття «сім'я» та типи сімей.....	7
2. Характеристики сучасної сім'ї та фактори впливу на сімейне функціонування	10
3. Функції сім'ї	12
4. Параметри сімейного функціонування.....	14
<i>Запитання та завдання для самоконтролю.....</i>	<i>27</i>
ТЕМА 2. КЛЮЧОВІ АСПЕКТИ СІМЕЙНОГО	
КОНСУЛЬТУВАННЯ	28
1. Сімейне консультування та формат(сетінг) психологічної роботи із сім'єю.....	28
2. Цілі та завдання сімейного консультування	31
3. Базові принципи та особливості організації психоконсультативного процесу.....	33
4. Позиції консультанта та етапи сімейного консультування.....	36
<i>Запитання та завдання для самоконтролю.....</i>	<i>40</i>
ТЕМА 3. ТЕОРЕТИЧНІ НАПРЯМИ ТА ШКОЛИ	
В СІМЕЙНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ	41
1. Психоаналітичний підхід: психоаналітична сімейна терапія.....	41
2. Біхевіористичний підхід до сімейної терапії.....	44
3. Сімейна психотерапія побудована на досвіді.....	46
4. Системний підхід сімейної терапії.....	49
5. Структурна сімейна психотерапія	53
6. Короткострокова психотерапія.....	55
7. Стратегічна сімейна психотерапія.....	56
<i>Запитання та завдання для самоконтролю.....</i>	<i>57</i>

ТЕМА 4. БЕСІДА ТА ПЕРВИННЕ ІНТЕРВ'Ю В СІМЕЙНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ	58
1. Поняття бесіди та інтерв'ю	58
2. Відкриті та закриті питання.....	60
3. Рефлексивне та нерефлексивне слухання	61
4. Техніки впливу в психоконсультативному процесі	66
5. Схема інтерв'ю в роботі із сім'єю та карта дослідження сімейних параметрів	67
<i>Запитання та завдання для самоконтролю</i>	74
ТЕМА 5 ОСОБЛИВОСТІ КОНСУЛЬТУВАННЯ ПОДРУЖНЬОЇ ПАРИ	75
1. Поняття подружжя. Стадії розвитку партнерської субсистеми	75
2. Подружнє/партнерське консультування	78
3. Консультування подружньої пари через конфліктні стосунки.....	82
4. Стадії розвитку конфлікту в партнерській взаємодії	87
5. Психологічне консультування в ситуації ревнощів та зради одного з подружжя.....	90
6. Психологічне консультування в ситуації розлучення подружжя	92
7. Психологічний супровід дітей під час розлучення батьків.....	94
<i>Запитання та завдання для самоконтролю</i>	98
ТЕМА 6. СІМЕЙНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ ЩОДО БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧОЇ ВЗАЄМОДІЇ	102
1. Поняття дитячо-батьківські стосунки та їх характеристика	102
2. Стилі батьківської поведінки. Стилі виховання	104
3. Консультування в дитячо-батьківській системі: організація консультування, вікова проблематика запиту	109
<i>Запитання та завдання для самоконтролю</i>	113
ТЕМА 7 ПСИХОДІАГНОСТИКА В СІМЕЙНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ	114
1. Методики діагностики подружніх відносин.....	114
2. Методики діагностики дитячо-батьківських відносин ..	127
<i>Запитання та завдання для самоконтролю</i>	137

ТЕМА 8. ПРАКТИЧНІ ТЕХНІКИ В СІМЕЙНОМУ	
КОНСУЛЬТУВАННІ.....	138
1. Експресивні техніки в сімейному консультуванні.....	138
2. Соціометричні техніки в сімейному консультуванні	142
3. Поведінкові техніки в сімейному консультуванні.....	143
4. Техніки роботи із сімейними історіями.....	145
<i>Запитання та завдання для самоконтролю.....</i>	<i>154</i>
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ	154
ДОДАТКИ.....	159

ВСТУП

Сім'я – це не лише соціальний інститут, а й жива система взаємин, у якій кожен її учасник формує і водночас змінює спільний простір емоцій, досвіду та розвитку. З розвитком суспільства, змінами в соціальних структурах і культурних контекстах, сімейні стосунки зазнають різноманітних викликів і трансформацій. У цьому контексті сімейне консультування стає потужним інструментом для підтримки сімей у подоланні криз, поліпшенні міжособистісних стосунків та розвитку ефективних комунікаційних стратегій.

Мета посібника – дати майбутнім практичним психологам знання й уміння, необхідні для ефективного здійснення сімейного консультування. У виданні поєднано теоретичні основи сімейного функціонування та ключові ідеї психотерапевтичних шкіл, здійснено огляд сучасних підходів й ефективних методів роботи. Запропоновано практичні інструменти, які допоможуть краще розуміти динаміку сімейних відносин та надавати професійну підтримку сім'ям у кризових або перехідних періодах.

ТЕМА 1

ПОНЯТТЯ СІМ'Ї В ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ

1. *Поняття «сім'я» та типи сімей.*
2. *Характеристики сучасної сім'ї та фактори впливу на сімейне функціонування.*
3. *Основні функції сім'ї.*
4. *Параметри сімейного функціонування.*

1. Поняття «сім'я» та типи сімей

В останні роки сучасна сім'я зазнає серйозних змін, які перш за все проявляються в певній трансформації сімейної системи, зокрема в її комунікації та дезорганізації, соціальній інтеграції, пріоритетність нуклеарності й малодітності. Так, з одного боку сім'я – це важлива життєва цінність для людини, у порівнянні з фінансовим забезпеченням, професійною реалізацією, особистісними успіхами, однак з іншого боку, сім'я є однією з найбільш чутливих та вразливих сфер життя.

Проблематикою сім'ї та сімейних відносин цікавляться не лише фахівці у цій галузі (сімейні психологи та психотерапевти), а й представники суміжних дисциплін, як-от соціальні працівники, психіатри, педагоги, демографи тощо. Чим спричинений такий інтерес? Імовірно, частково отримаємо відповідь з міркувань однієї з основоположниць сімейної терапії *Вірджинії Сатір*: «Наразі мені цілком зрозуміло, що сім'я – це мікрокосмос усього світу. Щоб зрозуміти його, достатньо пізнати сім'ю. Прояв влади, інтимності, незалежності, довіри, навичок спілкування, які у ній, – ключ до розгадок багатьох явищ життя. Якщо хочемо змінити світ, треба змінити сім'ю. Сімейне життя, мабуть, найважчий вид діяльності у світі... Добре налагоджені сімейні

стосунки – це питання виживання, питання першочергового життєвого значення».

У сучасних дослідженнях, присвячених сім'ї та шлюбу, сім'я сприймається як соціальний інститут, і як мала група. Як соціальний інститут вона задовольняє потреби суспільства у відтворенні населення, вихованні нового покоління і т. д.

Відповідно до статті 3 Сімейного кодексу України, «сім'я є первинним та основним осередком суспільства. Сім'ю складають особи, які спільно проживають, пов'язані спільним побутом та мають взаємні права та обов'язки».

Водночас будучи малою групою, сім'я задовольняє потреби її членів, зокрема, потребу батьківства, потребу інтимної близькості, потребу емоційно підтримки та особистісного зростання.

Сім'я – це мала соціальна група, найважливіша форма організації індивідуального побуту. Вона заснована на подружньому союзі і споріднених зв'язках, передбачає відносини між чоловіком та дружиною, батьками й дітьми, братами та сестрами, іншими родичами, які живуть разом та ведуть спільне господарство.

В деяких підручниках з «Психології сім'ї» можемо зустріти такі визначення:

Сім'я – це спільність людей, яка заснована на сімейній діяльності, пов'язана шлюбно-батьківською спорідненістю, що здійснює відтворення населення та спадковість поколінь, а також визначає соціалізацію дітей та підтримку всіх членів сім'ї.

Сім'я є природним соціальним утворенням, у якому можуть формуватися поведінкові стереотипи. Вони визначають структуру сімейної системи, впливаючи на її функціонування, тим самим посилювати або мінімізувати можливі моделі (стратегії) взаємодії її членів.

Сім'я виступає осередком психологічного, фізичного та інтелектуального потенціалу людини, а також закладає основу повноцінного фізичного, духовного та інтелектуального розвитку та благополуччя особистості.

Єдиної класифікації типів сімей не існує, що зумовлено відсутністю чітких критеріїв. Проте пропонуємо найбільш представлені в науковій літературі типології: патріархальний (традиційний), дітоцентристський (сучасний), подружній (постсучасний).

Патріархальний тип сім'ї базується на жорсткій статевовіковій субординації та відсутності особистісної вибірковості на всіх стадіях життєвого циклу. Патріархальна сім'я заснована на відносинах домінування – підпорядкування: авторитарної влади чоловіка, залежності дружини від чоловіка та дітей від батьків, абсолютної батьківської влади та авторитарної системи виховання.

Дітоцентристський тип сім'ї заснований на пріоритетності її виховної функції, відносній рівноправності подружжя, високій близькості стосунків як подружжя, так і батьків та дітей. Дітоцентристська сім'я – малодітна. Дитина в сім'ї бажана та очікувана. Дитячо-батьківські відносини характеризуються любов'ю та прихильністю.

Подружній тип сім'ї – це прогресивний тип сім'ї, де на перший план виступає турбота про розвиток кожного з подружжя та дітей як автономної особистості в системі емоційно насичених, інтимних, симетричних, змістовно-духовних взаємин у сім'ї. Головна цінність такої сім'ї – це особистісне зростання та самореалізація всіх її членів.

Д. Леві виділяє типи сімей відповідно до їх структури:

- ❖ **нуклеарна сім'я** – складається з чоловіка, дружини (ядро сім'ї подружня пара) та їх діти;
- ❖ **розширена сім'я** – сім'ї, які складаються з двох-трьох нуклеарних сімей і ведуть спільне господарство;
- ❖ **змішана/перебудована сім'я** – сім'я, яка виникла в результаті союзу партнерів, які вже мали попередній досвід сімейного життя. Змішана сім'я включає нерідних один для одного батьків і дітей, оскільки діти від попередніх шлюбів, які проживають у новій родині батька, входять до її складу;
- ❖ **сім'я одинаків / неповна сім'я** (матері або батька) виникає у двох випадках: шлюб ніколи не укладався, дитина народилася поза шлюбом, дитина виховується одним із батьків після розлучення або після смерті одного з подружжя.

Сімейні терапевти С. Мінухін та Ч. Фішман пропонують виділяти сім'ї «па-де-де» (що складаються з двох осіб); сім'ї, що складаються з кількох поколінь; сім'ї з делегуванням повноважень; сім'ї «акордеони» (з довго відсутнім батьком/матір'ю);

Навчальне видання

Барабашук Г.В., Радчук В.М., Гуцуляк Н.М., Фесун Г.С.

СІМЕЙНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ

Навчально-методичний посібник

Літературне редагування ***Колодій О.В.***

Технічне редагування
та дизайн обкладинки ***Кудрінська О.М.***

Підписано до друку 29.12.2025. Формат 60x84/16.

Папір офсетний. Друк цифровий.

Ум.-друк. арк. 9,4. Обл.-вид. арк. 10,1. Зам. Н-094.

Видавництво та друкарня Чернівецького національного університету.

58002, Чернівці, вул. Коцюбинського, 2.

e-mail: ruta@chnu.edu.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 891 від 08.04.2002.