

УДК 378+316.48:316.356.2

В. П. КРАВЕЦЬ, Г. В. ТЕРЕЩУК

ПІДГОТОВКА СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ У СІМ'Ї

Встановлено, що стан готовності молоді до сімейних стосунків має деякі негативні ознаки, зокрема, суттєво відрізняються знання молодих людей про якості, необхідні майбутньому сім'янині, і їх прояв у реальній поведінці. Показано, що з метою навчитись уникання конфліктів молодим людям необхідно оволодіти деякими спеціальними комунікативними позиціями, навичками і вміннями, ознайомитися з правилами подружньої етики, основними вимогами до подружнього спілкування. Для підготовки студентської молоді до життя в сім'ї запропоновано запровадити у вузі елективний курс «Психологія сімейного життя».

Ключові слова: конфлікти в сім'ї, конфліктна ситуація, дошлюбна підготовка молоді, психологія сімейного життя.

В. П. КРАВЕЦЬ, Г. В. ТЕРЕЩУК

ПОДГОТОВКА СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К РЕШЕНИЮ КОНФЛИКТОВ В СЕМЬЕ

Установлено, что состояние готовности молодежи к семейным отношениям имеет некоторые негативные признаки, в частности, существенно отличаются знания молодых людей о качествах, необходимых будущему семьянину, и их проявления в реальном поведении. Чтобы научиться избегать конфликтов молодым людям необходимо овладеть некоторыми специальными коммуникативными позициями, навыками и умениями, ознакомиться с правилами супружеской этики, основными требованиями к супружескому общению. С целью подготовки студенческой молодежи к жизни в семье предложено ввести в вузе элективный курс «Психология семейной жизни».

Ключевые слова: конфликты в семье, конфликтная ситуация, добрачная подготовка молодежи, психология семейной жизни.

V. P. KRAVETS, G. V. TERESHCHUK

STUDENTS' YOUTH TRAINING FOR SOLUTION OF CONFLICTS IN A FAMILY

It has been detected in the article, that the level of readiness of youth for family relationships has certain negative features. In particular, young people's knowledge of the qualities, necessary for a future member of a family, and its reflection in real behavior differ greatly. The research shows, that to learn how to avoid conflicts young people have to master certain special communicative positions, skills and abilities, get to know rules of marital ethics and major requirements for family communication. It has been recommended in the article to introduce an elective course "Psychology of family life" at higher educational institutions in order to train students for life in a family.

Keywords: conflicts in a family, a conflict situation, pre-marriage training of the youth, psychology of family life.

Процеси соціальної деформації і корозії, що виникли в останні десятиріччя, непомітно підточували ідеали сім'ї, підсилюючи негативні тенденції в її розвитку. Нестабільність подружніх стосунків, зростання кількості розлучень, зміна сімейних цінностей і стандартів статевої поведінки, низький рівень сексуальної, репродуктивної та контрацептивної культури подружніх партнерів – ці та інші соціальні чинники свідчать про кризовий стан сім'ї в нинішній час. Так, в Україні на 2,7 млн. укладених в рік шлюбів припадає 930 тис. розлучень, що становить більше 34%. Крім того, половина сімей, що залишилися, є проблемними [6, с. 453].

Аналіз наукових праць з цієї проблематики педагогів і психологів [1; 2; 4; 9; 10; 11; 13; 14] свідчить про існування об'єктивних причин, що сприяють виникненню конфліктних

ситуацій у сім'ї. Тож готувати молодь до подружнього життя в конкретній сім'ї не просто. Потрібні додаткові зусилля в цьому напрямку.

Мета статті – охарактеризувати стан готовності та напрями підготовки студентської молоді до вирішення конфліктних ситуацій у подружніх стосунках.

Стабільна благополучна сім'я може функціонувати лише тоді, коли молоді люди цілеспрямовано готуються до спільного сімейного життя. При цьому молодь має усвідомлювати, що безконфліктних сімей не буває. У шлюбі сходяться різні люди, з різним баченням світу, зі своїми психологічними і біоритмічними характеристиками, різним вихованням, неоднаковими установками на шлюб. Це призводить до непорозумінь, хвилювань, дратівливості, конфліктності. До цього можна додати те, що кожній людині властиві короткочасні перепади настрою, депресії і стресові стани, коли «весь світ немилий». Тому важливо сформувані психологічну готовність молодих людей до адекватного сприйняття і розважливого вирішення конфліктів у сім'ї.

Психологічна готовність подружжя до вирішення конфліктних ситуацій в інтимному житті і цілісній системі подружніх стосунків складається з певних компонентів:

1) засвоєння і прийняття системи знань і уявлень про призначення шлюбу та його роль у житті суспільства і кожної особистості, усвідомлення і прийняття подружжям гендерних відмінностей один одного – когнітивний компонент готовності;

2) вироблення відповідних мотивів та установок, усвідомлення цінностей і стимулів поведінки та діяльності – мотиваційний компонент готовності;

3) усвідомлення і прийняття себе як унікальної, неповторної і самоцінної людини, внесення відповідних мотиваційних установок і життєвих позицій у структуру самооцінки і Я-концепції, зняття страхів, симптомів тривожності – рефлексивний компонент готовності;

4) оволодіння системою практичних дій і вмінь, пов'язаних з подружніми ролями в шлюбі, зокрема, в інтимному житті з урахуванням усвідомлених і прийнятих гендерних відмінностей – операційний компонент готовності;

5) вироблення і закріплення орієнтацій на духовні цінності сімейного життя загалом та інтимних подружніх стосунків зокрема: любові, доброти, відданості, вибачення тощо, готовність прийняти їх і дотримуватись у своєму житті – духовний компонент готовності.

Таким чином, психологічна готовність партнерів до позитивного та конструктивного вирішення конфліктів в інтимному житті і цілісній системі подружніх стосунків виражається у становленні та зміцненні в особистості подружніх партнерів відповідних когнітивних, мотиваційних, рефлексивних, операційних і духовних характеристик їх внутрішнього світу і поведінки.

У процесі проведеного нами дослідження встановлено, що знання молодих людей про якості, необхідні майбутньому сім'янинові, та їх прояв у реальній поведінці суттєво відрізняються.

Основний метод, який застосовувався, – це спостереження за спеціально розробленою програмою за поведінкою студентів I–II курсів (охоплено 1234 студентів м. Тернополя) на академічних заняттях, перервах, за місцем проживання, під час проведення масових заходів, а також метод взаємних характеристик. Активно до спостереження залучались магістранти, а також куратори академічних груп, батьки студентів Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка (ТНПУ ім. В. Гнатюка). Крім того, проводилися ролеві ігри, інспірування ситуацій, в яких студентам не на словах, а на практиці належало вибрати те чи інше рішення, конкретну лінію поведінки.

Невідповідність між існуючими знаннями (повними, неповними, елементарними) про ті чи інші якості та їх реальними проявами в поведінці молодих людей показано на рис. 1.

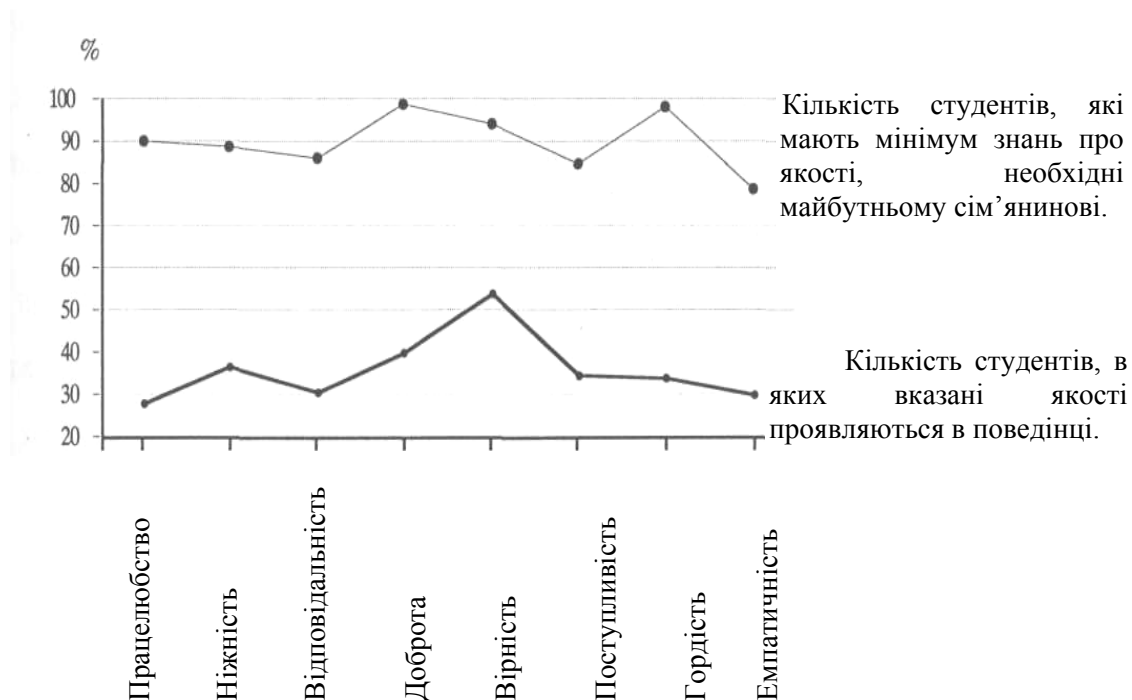


Рис. 1. Співвідношення між існуючими знаннями молодих людей про якості майбутнього сім'янина та їх реальними проявами в поведінці

Для досягнення здорового психологічного клімату в сім'ї і юнаки, і дівчата мають зрозуміти, в чому полягає подібність і неподібність окремих рис, якостей, звичок у міжстатевому спілкуванні в дошлюбний період, якомога рідше демонструвати те, що не сприймає партнер, і, навпаки, частіше проявляти те, що задовольняє його, стимулює в ньому прояв кращих властивостей розуму і характеру.

Щоби навчитись уникати конфліктів, молодим людям необхідно оволодіти деякими спеціальними комунікативними позиціями, навичками і вміннями, ознайомитися з правилами подружньої етики, основними вимогами до подружнього спілкування. З цією метою нами розроблено, перевірено експериментально і запроваджено в практику ТНПУ ім. В. Гнатюка елективний курс «Психологія сімейного життя» для студентів 2-го року навчання психологічних спеціальностей. Основними розділами курсу є «Анатомія та психологія сімейного конфлікту» та «Проблеми сім'ї». Тематичний план вказаного курсу наведено у табл. 1.

Тематичний план курсу «Психологія сімейного життя»

№ з/п	Зміст	Кількість годин	
		лекції	семінари
1.	Підготовка учнів до сімейного життя як соціальна і психолого-педагогічна проблема	2	
2.	Морально-психологічні аспекти дошлюбної поведінки молоді	2	
3.	Психологічна підготовки молоді до виконання материнських та батьківських функцій	2	
4.	Психологічні аспекти сексуально-інтимної підготовки молоді до шлюбу	4	2
5.	Проблеми молодої сім'ї	4	4
6.	Анатомія та психологія сімейного конфлікту	4	8
7.	Роль психологічної служби в школі у підготовці учнів до сімейного життя	2	2
Всього		20	16

Як бачимо, вказаний курс обсягом 1 кредит ECTS (36 год.) передбачає вивчення тем із психології подружнього спілкування. Після цього пропонується переходити до вивчення сімейних проблем і конфліктів. У цих темах розкрито певні питання, які дають змогу молоді підготуватися до уникнення та вирішення конфліктів у молодій сім'ї. Зупинимось на окремих з них.

Багато молодих людей правильно реагувати на конфліктогени не вміють. Цьому треба вчитися. І починали ми таке навчання з аналізу форм неадекватного реагування людей на конфлікти, яке зумовлює їх ескалацію: агресивна реакція, прибудова знизу, уникання, холодна напруженість тощо. Обговорюючи зі студентами проблему конфлікту, ми акцентували їх увагу на основні його типи, умови існування та прояву (табл. 2).

Таблиця 2

Типи, умови існування та прояву конфліктів у сім'ї

Тип конфлікту	Умови існування та прояву конфлікту
1. Дійсний	Існує об'єктивно і сприймається адекватно.
2. Умовний	Причина несерйозна, конфлікт легко може бути подоланий, хоч подружжя часто це не усвідомлює.
3. Зміщений	За «явним» конфліктом приховується щось інше.
4. Неправильно приписаний	Коли один з партнерів конфліктує з іншим через те, що той не так виконав його прохання.
5. Латентний	Суперечність існує, але не усвідомлюється партнером.
6. Хибний	Існує через помилкове сприйняття партнера, без будь-яких об'єктивних причин.

Для ознайомлення молоді з проблемою подружнього конфлікту ми визначили такі його особливості:

- посилення негативізму, вибух негативних емоцій, стресові стани;
- властивість розростатися незалежно від причин;
- унікальність, неповторність;
- нещадність оцінок, звинувачувальний характер висновків, прагнення принизити партнера тощо;

СОЦІАЛЬНА ПЕДАГОГІКА

– залишкові явища: спотворення психіки конфліктуючих, злість, гнів, спустошеність, байдужість, нервово-психічна напруженість, стресові стани, обмеження контролю свідомості за поведінкою, схильність до алкоголю, відчуження, неприязнь, соціально-економічні, медико-психологічні та педагогічні наслідки.

Продуктивність у вирішенні конфліктних ситуацій передбачає насамперед виражену установку на врахування позиції опонента, його інтересів, мотивів, можливостей тощо. Позиція партнерства і співробітництва в умовах конфлікту – принциповий і найважливіший момент у спектрі діалогічних умінь у спілкуванні. Односторонність і категоричність, непоступливість, невміння вислухати є поганими помічниками в конфліктних ситуаціях. Результати відповідей на питання: «Як часто Ви у конфліктних ситуаціях поступаєтесь представникам протилежної статі?» вміщені в табл. 3.

Таблиця 3

Відповіді на питання «Як часто Ви у конфліктних ситуаціях поступаєтесь представникам протилежної статі» (%)

Варіанти відповідей	Юнаки	Дівчата
Дуже часто	4,1	6,8
Часто	17,4	23,1
Рідко	39,8	31,9
Дуже рідко	32,5	30,8
Важко сказати	6,2	7,4

Матеріали опитування свідчать, що переважна більшість юнаків (72,3 %) і дівчат (62,7 %) характеризують себе як непоступливих у конфліктних ситуаціях, а саме непоступливість є серйозним конфліктогеном.

Для своєчасної профілактики конфліктів молоді необхідно навчитися діагностувати їх, розпізнавати симптоми за зовнішніми ознаками. До ранніх симптомів напруженості, що зумовлює конфлікти, можна віднести: зітхання, коли партнер раптом, явно не до ситуації, глибоко, засмучено зітхає; нерішуче мовчання; напружені рухи м'язів обличчя; пропуски в увазі; розмова вкороченими фразами; дудлінг (малювання різних фігурок, картинок під час розмови); зростання «дистанції інтимного спілкування» з партнером. Крім цих явних ознак назрівання конфлікту, варто звертати увагу й на деякі дрібні невербальні свідчення – положення тіла при розмові з партнером. Тривожним є постійне відхилення від партнера, потирання руками будь-яких частин тіла під час розмови; постукування, розмахування ногою чи рукою тощо. Спостереження за невербальними ознаками дасть змогу побачити загрозу і завчасно вжити необхідні заходи.

У змісті запропонованого курсу передбачено матеріал про різні способи розслаблення, особливо за допомогою катарсис-методик [7]. Вони, даючи людині можливість регулювати рівень власної напруженості, сприяють підвищенню почуття самоконтролю, що життєво важливо у стресових ситуаціях. Існують й інші прийоми управління своїми емоціями і запобігання стресовим ситуаціям: витіснення тривожних думок, фокусування уваги на чомусь, реальна оцінка своїх достоїнств і недоліків, релаксація, виключення себе з ситуації, нагнітання, уміння прислухатись до своїх думок і правильно їх оцінити, аутотренінг тощо.

Для глибшого розуміння молоддю сутності подружнього конфлікту ми пропонуємо певні подружні діалоги, ролеві ігри, складні ситуації, вирішення та програвання яких ставить молодих людей у ситуацію вибору правильної лінії поведінки. Пропонуємо також просту методику аналізу конфліктної ситуації, сутністю якої є послідовний розгляд конфлікту шляхом відповіді на 10 запитань:

1. Як реально я поведився?
2. Як я хотів би поводитися в подібній ситуації?

3. Як я повинен був би поводитися в цій ситуації?
4. Як реально поведився він?
5. Як він повинен був поводитися в подібній ситуації?
6. Як він хотів би поводитись у подібній ситуації?
7. Яким він бачив мене в цій ситуації?
8. Яким він хотів би бачити мене в подібній ситуації?
9. Яким я хотів би бачити його в подібній ситуації?
10. Які причини, цілі і обставини того, що відбувається?

З метою запобігання конфліктності в майбутньому подружньому житті, для зацікавлення цією проблематикою студентам пропонується комплекс тестових випробувань і психологічних практикумів. Особлива увага в змісті курсу «Психологія сімейного життя» приділяється профілактиці конфліктів у подружжі.

Орієнтуючи студентів на унеможливлення та вирішення конфліктних ситуацій, ми запропонували їм наступне питання: «До кого Ви насамперед звернулися б за допомогою в подоланні подружньої конфліктної ситуації?». Відповіді на це питання відображені у табл. 4.

Таблиця 4

Відповіді на питання «До кого Ви насамперед звернулися б за допомогою в подоланні подружньої конфліктної ситуації?» (%)

Варіанти відповідей	Юнаки	Дівчата
До батьків	18,4	14,2
До друзів	25,6	30,1
До знайомих	15,2	13,1
До спеціаліста-психолога	9,2	14,2
Конфлікти слід вирішувати подружжю	20,0	14,9
Інші відповіді	11,6	13,5

Як видно з результатів опитування, незначна частина респондентів (20 %) орієнтована на самостійне вирішення конфліктних ситуацій. Це свідчить, що студенти не знають природи конфліктів і психологічних особливостей їх вирішення, а тому сподіваються покластись на думку батьків, друзів, знайомих. Цей факт ще глибше переконує в обґрунтованості введення адекватного матеріалу в зміст підготовки до сімейного життя.

У результаті аналізу праць з проблем сім'ї [3; 5; 8; 9; 11; 12; 14; 15] ми вибрали і рекомендували для молодого подружжя певні способи виходу з конфлікту, зниження напруженості в міжособистісних стосунках партнерів:

а) пом'якшення чи заперечення можливої провини партнера: визнання певної обґрунтованості його дій («Тебе можна зрозуміти – ти хотів зробити якнайкраще», «У такій ситуації будь-хто може допустити помилку»); показ розуміння його стану («Я бачу, як тобі все це неприємно», «Можу собі уявити, що в тебе на серці»); виправдання його дії обставинами («Якби не ця причина, то ти, звичайно, зробив би не так», «В таких умовах дійсно важко швидко зорієнтуватися»); вираження впевненості, що у партнера не було поганих намірів («Зрозуміло, ти все це зробив не зі злості», «Мені б хотілося, щоб ти не почував себе винним»). Інколи кількох слів достатньо, щоби партнер змінив свою поведінку і відновилися нормальні стосунки;

б) виявлення об'єктивного приводу для конфліктної поведінки партнера. Якщо його немає, то дуже можливо, що причина такої поведінки партнера зовнішня, наприклад: втома, погана погода, службові проблеми тощо;

в) конструктивна критика конфліктної поведінки партнера. З цією метою тактовно висловлюють думку, що дії партнера необґрунтовані або недостатньо обґрунтовані (можна, наприклад, зауважити: «Причина не настільки серйозна, щоб реагувати так, як ти, і так поводитися», «Ти знаєш, треба підготуватися до завтрашнього дня, а лишилося мало часу. Давай поговоримо пізніше?»);

г) внесення конструктивних пропозицій стосовно: дій партнера («Тобі треба заспокоїтися», «Візьми себе в руки», «Будь стриманішим», «Запропонуй щось конкретніше»); норм взаємин із партнером («Нам треба не сваритись, а домовлятись, як долати труднощі»);

д) зниження значущості нанесеної партнером шкоди: висловити думку, що все зводиться до непорозуміння («Бачиш, ми ще не завжди можемо розуміти один одного – нам вчиться треба»); показати, що все легко виправити («Добре, досить про це; надалі давай будемо прислухатись один до одного»); можна пожартувати («Як ми вдало посварились – жодної тарілки не розбили») чи зауважити («У нас є більш важливі справи, давай займемося ними»);

е) висловлення жалю щодо: обставин («Ти дуже зайнятий і часто не помічаєш, що...»), поведінки партнера («Твоя поведінка не завжди гідна тебе»), необхідності вести подібну розмову («Якби ти знав, як мені неприємні наші сварки!»);

є) надання партнерові можливості розрядитися: вдатися до гумору – для цього добрими є слова: «Я думаю, що нам все-таки не вдасться посваритися»; дати виговоритися – партнер «за інерцією» може бути агресивним, тож тут потрібні витримка, терпіння і вміння слухати. Виговорившись, партнер зупиниться сам. Після цього, як правило, напруженість спадає. Потім треба дати час заспокоїтись, проявляючи мовчазне співчуття і спокій.

Мистецтво вирішувати сімейні проблеми полягає в тому, що чоловік і дружина, відступаючи від своїх усталених поглядів і думок, йдуть назустріч один одному.

Щоб зуміти врятувати в майбутньому подружжі кохання, сім'ю, молодь має опанувати узагальненими азами культури конструктивної суперечки і сварки, психологічною «технікою безпеки» в конфліктних ситуаціях, своєрідним індексом суперечки.

Нами розроблено «Правила конструктивного ведення суперечки». З метою формування психологічно безпечного спілкування в майбутніх сім'ях пропонується психологічний тренінг:

а) прослідкуйте за собою: Чи легко Вам повторити останню фразу співбесідника? Чи можете Ви замовкнути на півслові, щоб переключитися на його вислуховування? Чи легко запам'ятовуєте ім'я нового знайомого, чи часто називаєте його ім'я в бесіді?

б) чи легко Вам коротко викласти думку співбесідника? Вправляйтеся так: коли у бесіді Ви берете ініціативу в свої руки, протягом півхвилини узагальніть думку співбесідника і потім протягом 2–3 хвилин розвивайте свої думки. Людям більше подобається, коли намагаються їх зрозуміти, а не нав'язують їм чужу думку;

в) чи вмієте Ви культурно сперечатися: необразливо, не переходячи на особистості, на емоційний тиск? Чи вмієте аргументувати свою точку зору? Чи пропонуєте її, чи все ж схильні нав'язувати? Чи цікавитеся причинами, які заважають партнеру стати на Вашу точку зору?

г) що Ви більше помічаєте в людях: хороше чи негативне? А в собі? Спробуйте колекціонувати приємне, добре і в собі, і в людях;

д) вправляйтеся так: Привітайтеся або задайте певне питання, щоб людині було приємно Вам відповісти. Якщо з Вами поведуться грубо, спробуйте заразити своєю ввічливістю (перше правило практичної психології і психотерапії: чим голосніше свариться співбесідник, тим тихше треба йому відповідати).

З метою глибшого розуміння молодими людьми значення комунікації для подружнього життя ми розробили і пропонували їм ряд тестів, питальників, анкет. За аналогією фізичних законів про силу дії того чи іншого поля можна сказати, що сила дії психологічно негативного конфліктного поля обернено пропорційна квадрату «віддалі» між людьми: чим ближчі дві людини одна до одної, тим імовірніший конфлікт між ними.

Пряма відмова може спричинити сильне роздратування і вплинути на стосунки та психологічний мікроклімат сім'ї. Тут можуть бути такі рекомендації:

- відмовляти потроху, частинами, розчаровувати поступово;
- відмовляти з одного пункту (на перший погляд незначного), тим самим відмовляючи загалом;
- відкладати відмову на якийсь термін, переносити розмову;
- попросити замінити прохання чимось іншим;
- пояснити дуже детально, чому прохання не може бути виконане, зняти бесідою психологічне напруження;
- стежити за тоном, керувати своїм голосом, не допускати, щоб він був різким, роздратованим.

З метою попередження подружніх конфліктів молоді варто запропонувати таку інформацію:

1) у сварках ніхто ніколи нічого не може довести. Причина: негативний емоційний вплив обох блокує здатність приймати, погоджуватись, враховувати, розуміти, тобто блокує роботу думки. Тож нема чого намагатися довести щось людині, котра перебуває у стані негативного емоційного збудження;

2) якщо людина засвоїла вищесказане, то їй легше виробити в собі відмову від сварки, тобто свідомо сформувати в собі установку на стійку відмову. Якщо людина зуміє реалізувати цю відмову, не дасть втягнути себе у сварку, в неї виникне відчуття самовладання;

3) негативне емоційне збудження однієї людини ніколи не зможе зменшити таке ж збудження іншої, вони тільки обопільно підкріплюють один одного. Щоб пригасити негативне емоційне збудження, необхідно припинити його підкріплення;

4) затримка реакції, «факт непомічання» явного випадку партнера вносить елемент розгубленості в його дії і знижує його активність. Оптимальний час затримки – 10–15 секунд;

5) переведення реакції. Можна, начебто не зрозумівши випадку, перевести розмову на іншу тему;

6) раціоналізація ситуації, наприклад: переведення серйозного на жарт. Адже відомо, що все те, що стало кумедним, втрачає силу впливу і перестає бути небезпечним.

Важливим для погашення конфлікту є мистецтво примирення. На жаль, багато хто вважає, що жест примирення означає визнання власної провини і залежності. Коли обидва партнери – учасники конфлікту чекають від свого опонента у відповідь на пропозицію миру саме такого визнання, то конфлікт неминуче затягується, перетворюється на хронічний. Навіть у тих випадках, коли провина однієї зі сторін очевидна, миритися непросто. Той, хто винен, уникає визнання своєї провини тому, що йому соромно виявити перед партнером можливість поганого ставлення до нього.

Отже, в сучасних складних і суперечливих умовах суспільного буття важливо завчасно готувати юнаків і дівчат – майбутніх членів подружжя до правильного сприйняття та успішного вирішення конфліктів у сім'ї, які об'єктивно й суб'єктивно неминучі. Для цього можуть бути придатними всі можливі шляхи, основними з яких є масове інформування майбутніх сімейних пар про сутність і причини подружніх конфліктів та способи їх вирішення, надання консультацій відповідними фахівцями (психологами, соціальними педагогами, лікарями й ін.) майбутнім подружжям на стадії дошлюбних стосунків. У цьому контексті корисними будуть видання популярної літератури з цих питань, створення спеціалізованих психологічних і соціальних служб, консультативних пунктів тощо. Соціально-психологічна допомога у підготовці молоді до вирішення сімейних конфліктів неможлива без фахівців.

ЛІТЕРАТУРА

11. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї: курс лекцій / О. І. Бондарчук. – К.: МАУП, 2001. – 96 с.
12. Говорун Т. В. Сексуальність та статеве поведінка в Україні / Т. В. Говорун, Б. М. Ворник. – К.: ІСДО, 1995. – 29 с.
13. Головаха Е. І. Психологія людського взаєморозуміння / Е. І. Головаха, Н. В. Наніна. – К.: Політвидав України, 1989. – 189 с.
14. Дуткевич Т. В. Конфліктологія з основами психології управління: навч. посібник. – К.: ЦУЛ, 2005. – 456 с.
15. Карнеги Д. Как быть счастливым в семье; пер. с англ. / Д. Карнеги. – Минск: Попурри, Г. К. М., 2006. – 431 с.
16. Костровець Л. Б. Значення молодих сімей у процесі формування повноцінного українського суспільства / Л. Б. Костровець // Комунальне господарство міст: науково-технічний збірник. – 2012. – № 102. – С. 452–459.
17. Кравець В. П. Психологія сімейного життя. В 2-х томах / В. П. Кравець. – Тернопіль, 1995. – 695 с.
18. Марченко С. В. Особливості спілкування чоловіків і жінок / С. В. Марченко // Практична психологія і соціальна робота. – 2007. – № 4. – С. 12–15.
19. Молода сім'я: проблеми та умови її становлення / за ред. проф. А. Й. Капської. – К.: ДЦССМ, 2003. – 184 с.
20. Проблема сімейного та статевого виховання дітей і учнівської молоді (науково-методичний збірник). – К.: ІСДО, 1995. – 88 с.

21. Психологія сім'ї: навч. посібник для студ. вузів / В. М. Поліщук, Н. М. Ільїна, С. А. Поліщук та ін.; за заг. ред. В. М. Поліщука. – 2-ге вид., доп. – Суми: Університетська книга, 2009. – 281 с.
22. Сатир В. Как строить себя и свою семью; пер. с англ. / В. Сатир. – М.: Педагогика, 1992. – 190 с.
23. Ткаченко В. Є. Благополуччя подружніх відносин і його психологічні детермінанти: теоретичний аналіз / В. Є. Ткаченко // Наука і освіта. – 2010. – № 3. – С. 113–116.
24. Херсонский Б. Г. Психология и психопрофилактика семейных конфликтов / Б. Г. Херсонський, С. В. Дворик. – К.: Здоров'я, 1991. – 189 с.
25. Щербань П. Психологія сучасної сім'ї та педагогіка сімейних взаємин / П. Щербань // Рідна школа. – 2005. – № 5. – С. 14–15.