



## **СІМЕЙНО-ПОБУТОВА КУЛЬТУРА ТА ДОМАШНЯ ЕКОНОМІКА**

Конспект лекцій

для студентів 1V курсу, спеціальностей:

« Експлуатація та ремонт автомобілів та двигунів»,

« Експлуатація та ремонт машин і обладнання харчових виробництв»,

денної форми навчання

*Любешів – 2017*

**УДК**

**С**

До друку \_\_\_\_\_ Голова Навчально-методичної ради Луцького НТУ.

(підпис)

Електронна копія друкованого видання передана для внесення в репозитарій Луцького НТУ \_\_\_\_\_ директор бібліотеки.

(підпис)

Затверджено науково –методичною радою Луцького національного технічного університету, протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 2017 р.

Рекомендовано до видання методичною радою Любешівського технічного коледжу Луцького НТУ, протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 2017 р.

Розглянуто і схвалено на засіданні циклової комісії викладачів гуманітарних та соціальних дисциплін Любешівського технічного коледжу Луцького НТУ, протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 2017 р.

Укладач: \_\_\_\_\_ Н.П. Літвинчук

(підпис)

Рецензент: \_\_\_\_\_ О.М. Жук, кандидат педагогічних наук

(підпис)

Відповідальний

за випуск: \_\_\_\_\_ Т.П. Кузьмич, методист коледжу

Сімейно-побутова культура та домашня економіка[Текст]: конспект лекцій для студентів IV курсу спеціальностей: « Експлуатація та ремонт автомобілів та двигунів», « Експлуатація та ремонт машин і обладнання харчових виробництв», денної форми навчання/ уклад. Н.П.Літвинчук – Любешів: Любешівський технічний коледж Луцького НТУ, 2017. –80 с.

Видання містить короткий текст лекцій, перелік рекомендованої літератури. Призначене для студентів IV курсу усіх напрямків підготовки .

Н.П. Літвинчук, 2017

## СІМ'Я ТА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ПОНЯТТЯ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ

Сімейний кодекс України подає такі визначення сім'ї та шлюбу:

- сім'я є первинним та основним осередком суспільства. Сім'ю складають особи, які спільно проживають, пов'язані спільним побутом, мають взаємні права та обов'язки:

- сім'я створюється на підставі шлюбу, кровного споріднення, усиновлення, а також на інших підставах, не заборонених законом і таких, що не суперечать моральним засадам суспільства ;

- шлюбом є сімейний союз жінки та чоловіка, зареєстрований у державному органі реєстрації актів цивільного стану.

У соціології визначення сім'ї і шлюбу відрізняються від їх юридичного трактування, що пояснюється прагненням охопити усі прояви шлюбно-сімейної організації.

*Сім'я* – це мала соціальна група людей, споріднених через кровні зв'язки, шлюб або всиновлення, що формують економічну одиницю, дорослі члени якої відповідають за виховання дітей.

Історично сім'я розвивалася від нерегульованих статевих відносин (проміскуїтет) до їх обмеження в рамках моногамної сім'ї. У процесі розвитку людина як мисляча істота дедалі більше прагнула знайти у своєму статевому партнерові особистість, а не тільки об'єкт для статевого задоволення і продовження роду. Цей процес мав свої особливості в певні періоди розвитку суспільства, окремих общинах і співтовариствах.

Як соціальний інститут сім'я безпосередньо пов'язана з інститутом шлюбу. *Шлюб* – це суспільно схвалені сексуальні стосунки між двома особами. Шлюб майже завжди об'єднує двох осіб протилежної статі, проте в деяких культурах допускаються види гомосексуального шлюбу. У сім'ї впорядковуються стосунки між подружжям, батьками і дітьми, а також між найближчими родичами.

Для більшості з нас слово «шлюб» асоціюється з моногамією – шлюбом однієї жінки з одним чоловіком. Моногамія як форма шлюбу переважає лише в 25 % світових суспільств.

У інших 75 % перевага надається полігамії – формі шлюбу, в якому особа може одночасно мати кілька шлюбних партнерів.

Полігамія має два різновиди: полігінія, поліандрія.

*Полігінія* – це шлюб одного чоловіка з кількома жінками.

*Поліандрія* – досить рідкісна форма групового шлюбу, за якої одна жінка має кілька чоловіків, найчастіше братів. У XIX ст. поліандрія побутувала, зокрема, в алеутів і окремих групах ескімосів. Значно довше вона зберігалась у

деяких етнічних групах Тибету і Північної Індії Шотландський учений- історик-дослідник ранньої історії шлюбу і сім'ї Мак-Леннан виділив «братську» форму поліандрії, коли одна жінка перебуває у шлюбних відносинах з кількома чоловіками, які є братами (тибетці), і «неспоріднену» форму (наприклад, у Південній Індії). Поліандрія може поєднуватися з полігінією як протиположна до монополії чи переважного права вождя на жінок свого племені (простежується у деяких індіанських племенах Бразилії). Такі випадки описані Клодом Леві-Стросом за результатами польових досліджень у Бразилії.

Груповий шлюб – шлюб двох і більше чоловіків з двома і більше ланками – рідкісний тип сім'ї. Серед науковців виникають суперечки, чи існує він взагалі. Груповий шлюб найбільш вірогідний у суспільстві, де поліандрія є культурним ідеалом, але якщо жінка виявляється безплідною, друга ланка приєднується до шлюбу, щоб виростити дітей.

Більшість чоловіків у суспільстві, де дозволяється полігінія, насправді не практикують її з тієї простої причини, що не вистачає жінок. Навіть у разі надлишку жінок більшість чоловіків не можуть дозволити собі утримувати кількох жінок. Практично полігінія є привілеєм багатих, сильних, можновладних і, у більшості суспільств, старших чоловіків. Таким чином, моногамія є найбільш узвичаєною і практикованою формою шлюбу у світі.

Цікаво, що прагнення мати кількох шлюбних партнерів більш притаманне представникам «моногамних» суспільств (європейські країни, США), аніж тих, де полігамія дозволена. Одна основна відмінність – особа має розлучитися або пережити свого чоловіка чи дружину перед тим, як одружитися знову. Більшість розлучених беруть другий шлюб, а після його розпаду намагаються одружитися втретє. Отже, практикується серійна моногамія: юридично оформлені короткочасні шлюби один за одним.

Суттєвою ознакою сім'ї є спільне ведення домашнього господарства. Основою сім'ї вважають подружжя. Залежно від наявності в сім'ї різних поколінь виділяють два типи сімей:

- 1) нуклеарний (від лат. *nucleus* – ядро);
- 2) розширений.

*Нуклеарна сім'я* складається з батьків і дітей (два покоління).

У розширеній сім'ї живуть ще й дідусі та бабусі і або інші родичі (три і більше поколінь).

З другої половини ХХ ст. в індустріальних країнах переважають нуклеарні сім'ї.

Якщо у сім'ї немає батька чи матері або їх обох (наприклад, коли діти живуть з бабусями-дідусями), то така сім'я називається неповною.

Складом і кількістю членів сім'ї характеризується її структура. У системі сімейних взаємин виділяють стосунки спорідненості, горизонтальні (чоловік і дружина) і вертикальні (батько з матір'ю і діти) зв'язки. Існує також система норм поведінки, основою яких є ставлення одних членів сім'ї до інших, що впливає з поняття влади й авторитету.

Отже можна сказати, що кожен член сім'ї має свою роль, завдяки чому існують стандарти взаємодій. Скажімо, роль матері полягає насамперед у вихованні дітей і цим регламентується її поведінка. Мати повинна знати дитячу психологію і чітко орієнтуватися, коли слід дитину похвалити, заохотити, а коли й покарати. Якщо норми взаємодій порушуються внаслідок того, що мати свою роль виконує погано та ще й не має достатньої підтримки батька, то це призводить до виникнення санкцій – насамперед внутрішніх (матері здається, що вона не любить своєї дитини, і болісно це переживає), а також зовнішніх – осуд родичів, сусідів і знайомих. Адже, за висловом В. Сухомлинського, якщо люди говорять погане про твоїх дітей, вони говорять погане про тебе.

Із сукупності різних сімейних ролей утворюються сімейні підсистеми за ознаками віку, статі, духовних цінностей та інтересів: подружня, батьківська, чоловіча, жіноча, дитяча та ін. У всіх підсистемах існують правила виконання сімейних функцій. Члени сім'ї можуть бути водночас учасниками кількох підсистем. Наприклад, мати – подружньої, батьківської і жіночої.

Розглянемо для прикладу подружню підсистему. Тут розрізняють такі подружні ролі, як сексуальний партнер, захисник, друг, опікун. Стосунки між чоловіком і дружиною великою мірою залежать від взаємодоповненості цих ролей, адже виконання їх сприяє задоволенню основних потреб подружжя: сексуальних, побутових, емоційних тощо.

За іншою класифікацією розрізняють три подружні ролі: традиційні, товариські та партнерські.

Традиційні ролі полягають у тому, що дружина має народжувати і виховувати дітей, вести домашнє господарство, створювати в домі затишок, звикнути до залежності та обмеженої сфери діяльності. Чоловік приймає основні рішення, користується сімейною владою і контролем, забезпечує сім'ю всім необхідним і захищає її, а також робить усе для того, щоб дружина почувала себе щасливою, незважаючи на економічну залежність від нього.

Товариські ролі забезпечують подружжю, крім сексуального задоволення, ще й моральну підтримку та цікаве спілкування між собою і з друзями.

Партнерські ролі – це матеріальний внесок обох (чоловіка і дружини) у сімейний бюджет, спільна відповідальність за здоров'я, виховання і навчання дітей, спільна участь у веденні домашнього господарства і рівноправна відповідальність.

Російський психолог С.В. Ковальов визначає такі найтипівіші сімейні ролі для подружжя:

1. Відповідальний за матеріальне забезпечення сім'ї (досягнення необхідного рівня добробуту).
2. Господар – господарка (організація і ведення домашнього господарства).
3. Відповідальний за підтримку родинних зав'язків (спілкування з родичами. участь у сімейних ритуалах).
4. Організатор сімейної субкультури (формування в членів родини певних культурних цінностей, інтересів і захоплень).
5. Організатор розваг (сімейне дозвілля).
6. Сексуальний партнер (прояв активності у сфері сексуальних стосунків).
7. Відповідальний за догляд дитини (забезпечення дитині фізичного і психічного комфорту в перші роки її життя).
8. Вихователь (забезпечення розвитку особистості дитини).
9. Сімейний психотерапевт (вирішення особистісних проблем членів родини).

Розподіл ролей між чоловіком і дружиною може змінюватися залежно від сімейних обставин (народження дитини), службової, наукової чи суспільної кар'єри тощо.

Умовами розподілу ролей між подружжям можуть бути: по-перше, здатність виконувати певну сімейну роль; по-друге, прийнятність цієї ролі для того, хто має її виконувати; по-третє, можливість задовольняти при виконанні певної ролі свої потреби і потреби всіх інших членів сім'ї.

Якщо ж зазначені умови не дотримані, то це призводить до формування патологізуючих сімейних ролей, які психічно травмують членів сім'ї. Скажімо, хтось із них має стати винним у негараздах, так званім офірним цапом. на якого інші спрямовують свої негативні емоції.

Від правильного розподілу сімейних ролей залежить психологічний клімат сім'ї, що є основою її життєздатності.

За цією ознакою виділяють сім'ї зі сприятливим і несприятливим психологічним кліматом.

У перших почуття відповідальності і взаємної вимогливості чоловіка і дружини гармонійно поєднуються з повагою і доброзичливістю, емоційним задоволенням, почуттям захищеності. Будь-які сімейні проблеми вирішуються спільно, такі сім'ї відкриті для жвавих соціальних контактів.

А в сім'ях із несприятливим психологічним кліматом усе навпаки: стосунки напружені, ставлення один до одного негативне, існують взаємні

підозри, почуття незахищеності, емоційний дискомфорт. Як правило, такі подружжя не проводять своє дозвілля разом і поступово втрачають контакт із спільними друзями.

За ступенем негараздів психологи поділяють сім'ї на чотири групи: кризові, конфліктні, проблемні та невротичні.

Кризова сім'я. Протистояння інтересів і потреб подружжя має гострий характер і охоплює важливі сфери життєдіяльності сім'ї. Чоловік і дружина займають непримиренні і навіть ворожі позиції щодо один одного, не погоджуючись на жодні поступки. До кризових шлюбних союзів можна віднести всі ті, які розпадаються або перебувають на межі розпаду.

Конфліктна сім'я. У подружжя є постійні сфери, де їхні інтереси зіштовхуються, породжуючи сильні і тривалі емоційні стани. Проте шлюб може зберігатися завдяки іншим чинникам, а також поступкам і компромісним розв'язанням конфліктів.

Проблемна сім'я. Для неї характерне тривале існування труднощів, здатних завдати суттєвого удару стабільності шлюбу. Наприклад, відсутність житла, тривала хвороба одного з подружжя, брак коштів на утримання сім'ї, засудження на тривалий строк за злочин та низка інших проблем. У таких сім'ях ймовірно загострення відносин, поява психічних розладів у одного з подружжя або в обох.

Невротична сім'я. Тут основну роль відіграють не спадкові порушення у психіці подружжя, а накопичення впливу психологічних труднощів, з якими зіштовхується сім'я на своєму життєвому шляху. У подружжя наявні підвищена тривожність, розлади сну, емоції з будь-якого приводу, підвищена агресивність тощо.

За якістю зовнішніх і внутрішніх меж сім'ї поділяють на кілька груп. Найбільш патологічними є ретрофлексуюча (від рефлексія – спрямування енергії всередину) і дезорганізована сім'ї. Перша має непроникну спільну межу і прозорі індивідуальні межі. Через страх розриву стосунків члени такої сім'ї настільки тісно взаємопов'язані, що це робить майже неможливим індивідуальне зростання. Суспільні контакти відсутні, отож, проблеми, які виникають унаслідок конфліктних стосунків усередині сім'ї, накопичуються, а це в багатьох випадках призводить до психосоматичних захворювань.

У дезорганізованій сім'ї, навпаки, зовнішні межі занадто прозорі, а взаємні контакти її членів відсутні. Тут існує пряма небезпека асоціальної поведінки, а то й розпаду сім'ї.

Більшість родин перебувають між цими протилежностями і функціонують з більш-менш адекватними межами.

Взагалі типологія сім'ї різноманітна. За структурою влади сім'ї поділяють на авторитарні, демократичні та ліберальні.

В авторитарній сім'ї існує абсолютне підпорядкування одного з подружжя другому і дітей – батькові або матері чи їм обом. Для демократичної сім'ї притаманна взаємоповага усіх її членів, важливі проблеми вирішуються спільно. Члени ліберальної сім'ї байдужі один до одного, навіть відчужені. про взаємодопомогу не йдеться – кожен вирішує свої проблеми самостійно.

За характером розподілу влади сім'ї бувають:

- патріархальними (голова родини – батько);
- матріархальними (голова родини – мати);
- егалітарними (у родині немає жорсткого розподілу влади, у подружжя взаємозамінні ролі).

З питаннями розподілу влади в сім'ї тісно пов'язано питання розподілу сімейних обов'язків. За цією ознакою в соціології виділяють три тиші сімей:

1. Традиційна (або патріархальна) сім'я. Такий тип організації сім'ї передбачає існування під одним дахом мінімум трьох поколінь, і роль лідера відводиться старшому чоловікові. Для традиційної сім'ї характерна економічна залежність жінки від чоловіка, функціонально чіткий розподіл сфер подружнього життя і закріплення чоловічих і жіночих обов'язків (чоловік - годувальник. жінка-господиня), визнання безумовного пріоритету чоловіка з питань сімейного верховенства.

2. Нетрадиційна сім'я. У ній зберігаються традиційні установки на чоловіче лідерство і розмежування чоловічих і жіночих сімейних обов'язків, але на відміну від сімей першого типу, без достатніх на те об'єктивних причин. Такий тип сім'ї соціологи називають експлуататорським, оскільки поряд з правом на рівну з чоловіком участь у суспільній праці, праці поза домом, жінка виконує ще й усю домашню роботу.

3. Егалітарна сім'я (сім'я рівних). Для сім'ї такого типу характерний справедливий, пропорційний розподіл домашніх обов'язків між її членами, взаємозамінність подружжя у вирішенні побутових проблем (так звана рольова симетрія), обговорення основних проблем і спільне прийняття важливих для сім'ї рішень, емоційна насиченість відносин.

Існують і перехідні типи сімей, де рольові установки чоловіків мають більш традиційний характер, ніж їх фактична поведінка, або, навпаки, в разі демократичних рольових установок чоловіки все-таки беруть неактивну участь у веденні домашнього господарства.

Таким чином, у сучасній сім'ї не тільки трансформуються традиційні ролі ланок у зв'язку з їх масовою участю у професійній діяльності, а й змінюються ролі чоловіків, наприклад у західноєвропейських країнах уже не є аномальними

і незвичайними випадками, коли чоловік бере відпустку для догляду за дитиною. В Україні законодавство передбачає право на декретну відпустку як для жінки, так і для чоловіка. Проте чоловіки досить рідко використовують це право. Основним мотивом є зарплата кожного з подружжя. Тому важливо з'ясувати, як подружжя сприймає нову ситуацію, чи готове воно до перерозподілу сімейних обов'язків, від чого залежить лідерство в сім'ї.

За соціальним становищем чоловіка і дружини чи їхніх батьків розрізняють сім'ї:

1) гомогенні (коли чоловік і дружина належать до одного суспільного прошарку);

2) гетерогенні (коли чоловік і дружина належать до різних суспільних прошарків).

За місцем проживання подружжя сім'ї поділяють на:

- патрилокальні (молодята оселяються у батьків чоловіка);
- матрилокальні (молодята оселяються у батьків дружини);
- унілокальні (молодята оселяються або у батьків чоловіка, або дружини, залежно від наявності житла);
- неолокальні (молодята мають окреме житло).

Нині в Україні переважають останні два типи.

Сім'ї розрізняють також за стадіями становлення. Одна з класифікацій за цією ознакою пропонує такий поділ:

- 1) молоді – до 9 років;
- 2) середні – від 10 до 19 років;
- 3) зрілі – понад 20 років.

Картина сімейного життя буде неповною без урахування його фаз, зокрема таких:

- 1) залицяння;
- 2) життя без дітей (від початку спільного проживання до народження першої дитини);
- 3) експансія (від народження першої дитини до народження останньої);
- 4) стабілізація (період виховання дітей до того часу, коли перша дитина залишає сім'ю);
- 5) «порожнє гніздо» (діти назавжди залишають батьківський дім);
- 6) удівство (один із подружжя залишається в самотині після смерті другого).

Для фази залицяння в умовах нашого сучасного життя характерно, що значна частина юнаків і дівчат продовжують жити разом з батьками, бо не мають ні власного житла, ні фінансової незалежності, а це у зв'язку з лібералізацією сексуальних стосунків зумовлює у багатьох випадках відмову

молоді від шлюбу, поширення його альтернативних форм і збільшення кількості позашлюбних дітей. Інша частина молодих людей, навпаки, вдається до передчасних шлюбів, аби звільнитися від батьківського авторитаризму.

У фазі життя без дітей молоді подружжя визначаються, як будувати власну сім'ю, розподіляти обов'язки, узгодити інтереси, звички, сексуальні втіхи, правила спілкування з родичами та друзями.

Фаза експансії приносить багатьом сім'ям не тільки велику радість від народження дітей, а й недостатність бюджету, дефіцит часу, фізичну і психічну втому внаслідок обмеження можливостей відпочинку тощо.

Дослідження показують, що найпроблемнішою для переважної більшості сімей є фаза стабілізації. Це зумовлено двома причинами: кризою середнього віку батьків і кризою підліткового віку дітей. Якщо на попередніх фазах сімейні негаразди були успішно подолані, то й проблеми фази стабілізації не будуть дуже гострими. Якщо ж цього не сталося, то виникають неадекватні стосунки між усіма членами сім'ї, зменшується, а то й зовсім втрачається емоційна близькість, натомість у подружжя можуть з'явитися ще й сексуальні проблеми.

У фазі «порожнього гнізда» порушується звичний спосіб життя, змінюються стереотипи взаємодії. Постає проблема компенсації емоційних утрат, пов'язаних із віддаленням дітей. Знову постають суперечності, які були витіснені під час народження і виховання дітей. Та коли в подружньої пари є гармонійність стосунків і взаємоповага, цей період може бути щасливим, адже з'являється більше часу для дозвілля, задоволення власних потреб.

Фаза вдівства буває особливо важкою в тих випадках, коли людина залишається наодинці зі своїми негараздами, не має достатньої підтримки дітей. А в тому разі, коли вона приєднується до сім'ї сина чи дочки, постають проблеми взаємоадаптації. Можуть виникати й конфлікти між поколіннями, і труднощі, пов'язані з доглядом за літньою людиною. І лише в тих родинах, де батько й мати виховували своїх дітей в атмосфері щирої любові і поваги, високої людської моралі, вони не будуть самотніми на схилі літ, а навпаки, зазнають нових радощів, допомагаючи виховувати внуків і таким чином ніби повертаючись у свою молодість.

Сім'я як соціальний інститут є універсальною. Кожне відоме суспільство має сім'ї. Проте форми, яких набуває сім'я, і функції які вона виконує, широко варіюють у часі і між суспільствами. Для нас шлюбно-сімейні відносини, усталені в нашому суспільстві, є природними, однак, людям з іншим культурно-історичним досвідом вони видаються незвичними.

Наприклад, в індіанському племені навахо, яке мешкає на Південному Заході США у штатах Аризона і Нью-Мексико чоловік і дружина ніколи не живуть під одним дахом. Дружина живе зі своєю матір'ю, сестрами та їхніми

дітьми, чоловік – у комунальному чоловічому будинку, їхні подружні стосунки обмежуються стриманими регламентованими візитами.

Масаї, які живуть на Сході Африки, вважають нормальним і прийнятним, коли гість просить дозволу переспати з дружиною свого доброго друга. І для дружини, і для чоловіка відмовити у «сексуальній гостинності» вважається проявом невихованості і образи гостя.

Існують навіть суспільства, де батьки не мають вирішального впливу на своїх дітей. На островах Самоа в Океанії діти вважаються членами розширеної сім'ї і переходять від одного будинку родичів до іншого, самостійно вирішуючи, де жити.

## **ІСТОРІЯ ТА РОЗВИТОК СІМ'Ї В УКРАЇНІ**

Через те, що окремі регіони України протягом тривалого часу входили до складу сусідніх держав, які відрізнялися політичним устроєм, умовами соціально-економічного розвитку і конфесійною ситуацією, в Україні сформувалися різні типи побутової культури і, зокрема, різноманітні шлюбно-сімейні звичаї. Неоднорідним був і соціальний та етнічний склад населення, а це, безумовно, також впливало на норми поведінки і морально-звичаєві правила. Та в середовищі українців на всіх теренах здавна існувала система цінностей сімейного життя. Наприклад, повноправною і поважною людиною вважали лише одруженого чоловіка, а неодружених громадськість зневажала. І в наші дні побутують не вельми приязні назви: старий холостяк, вічний холостяк і такий оксюморон, як старий парубок. Щоправда, були ситуації, коли, наприклад, старший брат у разі смерті батька перебирав на себе обов'язки голови сім'ї, відмовляючись від одруження аби «вивести в люди» менших братів і сестер. У таких випадках громадська думка поцінювала благородність вчинку. Не осуджували й дівчину, якщо вона не виходила заміж після загибелі нареченого.

І все ж людина у шлюбі здавна почувалася впевненішою в собі, не мала почуття меншовартості. Може, через це і в наші дні багато жінок середнього і старшого покоління терплять чоловіків-п'яниць і ледарів, бо, мовляв, хоч який не є, а таки чоловік у хаті. За традицією, статусом старої дівки, самотньої чи розлученої донки не дуже пишаються. Та незважаючи на це, сучасна молода жінка, освічена й економічно незалежна, уже не тримається за будь-якого чоловіка. Напевне, це і є однією з вагомих причин значного зростання кількості розлучень.

Новий «Сімейний кодекс України» запроваджує шлюбні контракти, які укладаються за бажанням молодих – нареченої і нареченого. Зазначимо, що ще в XVI ст. між батьками і родичами нареченої і нареченого в присутності

довіреніх осіб – сватів або свах – укладалися шлюбні угоди (їх іще називали згодами, зговорами), які були спочатку усними, а з XVII ст. їх почали укладати в письмовій формі. Причому це стало обов'язковим у тих випадках, коли обом чи одному з майбутнього подружжя наділялася земля. Такі документи називалися шлюбними, або виновими листами.

Нареченому давали землю майже на всіх теренах України, а нареченій – тільки в деяких місцевостях. Це була так звана материзна – земля, що передавалась у спадок по жіночій лінії. Господиня мала право на власний розсуд користуватися прибутком із цієї землі, а потім наділяти нею своїх дочок, коли вони виходили заміж. Окрім того, вона мала право продавати частину яєць, молокопродуктів, полотна та ін., не звітуючи чоловікові про використання втрьох грошей.

Цікаво простежити роль молоді у створенні сім'ї на різних етапах історичного розвитку, адже це є не останнім показником як рівноправності членів родини, так і демократизації суспільства в цілому. За патріархальних відносин переважаючою, а часто й вирішальною була воля батьків, бо вони тримали у своїх руках економічні важелі – посаг і спадок. Капіталістичні відносини сприяли зміцненню економічної самостійності дорослих дітей, і вони могли самі вирішувати, з ким одружуватися. З другої половини XIX ст. майже повсюдно в Україні молодь брала участь у шлюбних переговорах разом з батьками.

Зазвичай, українці намагалися не укладати нерівних шлюбів (як казав один із персонажів п'єси І. Котляревського «Наталка Полтавка»: «Знайся кінь з конем, а віл з волом»).

Були випадки, коли задля поліпшення добробуту дівчину могли силоміць віддати заміж за багатого нелюба або зробити сина приймаком у заможній сім'ї.

Здебільшого українські хлопці приводили дружину в батьківську оселю, а дівчата ставали невістками в сім'ї чоловіка. Проте й приймацтво – поселення зятя в родині тестя – теж було досить поширеним. Існувало навіть кілька різновидів приймацтва: за бажанням, за запрошенням, з волі батьків.

Останній був поширений на Півдні, Волині та Прикарпатті. Із таким приймаком поводитися майже як з найманим робітником, і лише через десять років він мав право на певну частку майна. Приймак з волі батьків не міг представляти сім'ю на сільському сході і на цехових зборах у місті, бо він не був господарем.

На Київщині та Полтавщині частіше ставали приймаками за запрошенням, коли мати нареченої була вдовою, а брати – неповнолітні або їх не було. Тоді зять-приймак ставав головою родини, мав усі майнові права та право голосу на сільському сході і користувався повагою односельців.

Що ж до приймаків за бажанням (коли зять добровільно оселявся в родині тестя), то ставлення громадськості було неоднозначним: приймацтво і не осуджувалося, але й не схвалювалося.

Та як би там не було, приймацтво все ж таки сприймалося як відхилення від узвичаєної норми, і народ загалом кепкував над приймаками, про що свідчать численні фольклорні твори – пісні, приказки, прислів'я, анекдоти.

Народний світогляд українців здавна формував уявлення про подружні взаємини як про найважливіший етап у житті людини. Одруження, а потім материнство і батьківство завжди були основоположними життєвими ідеалами юнаків і дівчат.

Найпоширенішою формою укладання шлюбу в Україні була домовленість (або згода), що свідчить, зокрема, про традиційну незалежність жінки. Одруження з примусу батьків траплялися рідко і були, скоріше, винятком з узвичаєних правил.

До того, як у XVI ст. церква оголосила шлюб таїнством і взяла його під свій контроль, в Україні вважався законним громадянський шлюб, «освячений» весіллям. Церковне вінчання лише протягом XIX ст. остаточно набуло магічного значення і стало невід'ємною частішою весільного обряду зі своєю ритуальною системою, сповненою символіки.

У зв'язку з тим, що не всі мали право на вінчання, наприклад, вдівці та вдови, покритки (дівчата, які народили позашлюбну дитину), побутував шлюб на віру (на совість). Але весілля, хоча й не пишне, а скромне, таки відбувалося і в цьому разі.

Серед різновидів шлюбної традиції існували ще такі, як шлюб уводом (викрадення парубком дівчини з її згоди, але потай від батька-матері, які були проти одруження) і шлюб уходом, до якого вдавалися в основному бідняки, що не мали коштів ні на весілля, ні на подарунки за шлюбною угодою.

Хоча традиційна українська сім'я була патріархальною, тобто головою сім'ї повсюдно визнавали чоловіка, у подружньому житті українців здавна простежується чітка тенденція встановлення рівноправних взаємин чоловіка та дружини. Отож, є підстави визначити особливий тип українського патріархату, який полягає в тому, що за наявності формальних ієрархічних відносин однозначної чоловічої влади в сім'ї не було, а натомість існувала повага до жінки, до її думки.

## **СІМ'Я ТА ЇЇ МІСЦЕ У ФОРМУВАННІ ОСОБИСТОСТІ**

Сім'я є соціальним інститутом і відіграє надзвичайно важливу роль у житті суспільства і навіть може змінювати хід історії. Так, на думку видатного німецького соціолога, історика, економіста і юриста Макса Вебера (1864 -1920),

причиною занепаду Римської імперії була відсутність моногамної сім'ї у рабів. Раби, які жили в казармі, були позбавлені не лише майна, а й родини. Мали місце лише різні форми контрольованої проституції з преміями рабині за догляд дітей: за трьох вирощених дітей деякі хазяї давали свободу. За рабовласницького ладу раб відігравав приблизно таку саму роль, як нині нафта чи інші енергоносії. Рабська ж казарма не здатна була самовідтворюватись, її можна було поповнювати тільки постійним докуповуванням рабів, а коли історичні умови змінилися. Римська імперія не вистояла.

Проте повноцінна сім'я потрібна не для будь-якого типу суспільства. Тоталітарна держава намагається обмежити функції сім'ї до мінімуму, щоб мати змогу контролювати громадян. Адже родина може вносити дезорганізацію в жорстку суспільну структуру. У ній нуртують емоції, у сім'ї людина відчуває себе вільно, розкуто, розкриває свою індивідуальність. Відомо, що керувати легше істотами, які виконують усі накази, не замислюючись і швидко. Наприклад, у добре організованих арміях панує жорстка дисципліна, стосунки ділові, позбавлені емоцій, а солдати живуть у казармах у всіх на очах. Добре організовані й мурашники та вулики, де малечю опікується «держава», тож батьків з дітьми не можуть пов'язувати жодні почуття сентиментальності чи ніжності.

Проте, який би наступ не чинив тоталітаризм на сім'ю, вона опиралась. Як зазначає Жіль Лапуж, деспотичні держави завжди ламатимуть об сім'ю свої зуби. Мудріший Платон вибрав радикальний шлях: свідомий того, що сім'я завжди завдаватиме державі поразки, він загалом знищив сім'ю.

Дітей виховують у родині, а згодом передають Державі. Ні матері, ні батька, ні сестер, ні братів – сам собі пан! Сім'я розростається до меж цілого міста і розчиняється в ньому.

Приношення у жертву родини є водночас і безумним, і логічним. Логічним, бо математичне суспільство і справді не може змиритися з безладом, теплом, розростанням, інтимністю та незбагненністю родини. А безумним, бо родина не піддається, опирається і чинитиме одвічний спротив будь-якому наступові Держави.

Роль сім'ї в житті суспільства змінюється на переломних етапах розвитку суспільства. Про зміни в організації сім'ї залежно від політичних та економічних умов свідчать події, які відбувалися в СРСР після 1917 р. 18 і 17 грудня 1917 р. було видано декрети «Про громадянський шлюб, дітей і про ведення книг актів громадянського стану» та «Про розлучення», які скасували права чоловіка на залежних від нього членів сім'ї і утвердили цілковите право жінки на економічне, соціальне та сексуальне самовизначення, проголосивши

як очевидність, що їй вільно зберігати за собою власну домівку, прізвище та громадянство.

Громадянська війна і розруха в СРСР призвели до дезорганізації шлюбно-сімейних відносин і падіння моральних норм, що регулювали статеві відносини. Були численні факти статевої розпусти, які часто подавалися як революційні перетворення законодавцями-самозванцями. Одним із таких курйозів було видання спеціальних «декретів про націоналізацію жінок», декретів про організацію так званих «бюро вільного кохання» та ін. Ось. Наприклад, у декреті, який з'явився у 1918 р. у м. Владимир (Росія), зазначалося, що кожна дівчина, якій виповнюється 18 років, оголошується державною власністю, і якщо вона не вийшла заміж, то зобов'язана під страхом суворого покарання зареєструватися у бюро «вільного кохання». Їй надається право вибору чоловіка у співмешканця-коханця віком від 19 до 50 років. Діти, народжені від такого співжиття, надходять у власність держави.

Наслідки таких «декретів» самозванців-законодавців неважко уявити. Так, лише через Петроградську комісію у справах неповнолітніх, зазначає

Ю. Кушнірук, з 1918 по 1924 р. пройшли 35 тисяч дітей, більшість із яких не мали батьків.

Ніші спостерігаються різні форми сімейного життя. Багато сімей розпадається з різних причин. Є навіть песимістичний погляд на існування сім'ї. Дехто вважає, що сім'я може зникнути. Проте навряд чи це можливо, адже сім'я відіграє дуже важливу роль як у суспільстві, так і в житті особистості.

Сім'я має велике значення у формуванні особистості. І це не просто високі слова. Людська істота не може стати людиною поза людським спілкуванням. А відомо, що оптимальне спілкування, особливо для дітей, можливе лише в родині.

Раніше вважали, що для немовляти найважливіше бути нагодованому, щоб були дотримані санітарно-гігієнічні норми догляду за ним. Тобто основна увага зверталася саме на фізичний розвиток дитини.

Проте, як показав досвід утримання дітей-немовлят у притулках на початку ХХ ст. і після світових воєн, коли дуже багато малюків залишилися сиротами, виявилось, що найкращого догляду, найкращих санітарно-гігієнічних умов, збалансованого харчування ще не достатньо для того, щоб дитина нормально розвивалася. Об'єктивним є факт, що навіть у гарних дитячих будинках у персоналу не вистачає часу на спілкування з немовлятами. Це позначається як на їхньому психічному, так і на фізичному розвитку. Такі діти повільніше розвиваються, у них можуть виникнути різного роду відхилення і навіть хвороби. Учені спостерегли, що коли така дитина потрапляє

у сім'ю, то вона через деякий час наздоганяє тих своїх ровесників, які від народження виховувалися у сім'ї.

Доведено, що надзвичайно важливу роль тут відіграють спілкування дитини з матір'ю чи іншою людиною, яка її замінює, а також мікроклімат у родині. Здається, що дитина до року зовсім нічого не розуміє чи розуміє зовсім мало, але це не так. Немовля ще не розуміє мови, але йому вже доступне невербальне сприйняття. Дитинка тонко розуміє настрій своєї мами, ті послання, які передаються через погляд, посмішку та ін. І, в свою чергу, так само показує мамі свій стан. У спілкуванні матері з дитиною відбувається безперервний обмін інформацією. Саме родинне спілкування є запорукою психологічного благополуччя дитини. Українська народна педагогіка саме і культивувала такий підхід до дитини з моменту її народження. Так само у добрій родині звертається увага і на фізичний розвиток дитини, її здоров'я. Адже тільки батько й мати та інші найближчі дитині люди можуть якнайкраще знати її потреби – і духовні, і фізичні.

Протягом усього життя людини сім'я відіграє дуже важливу роль у її житті. Та, на жаль, не всі сім'ї є гармонійними. Існують конфліктні, неблагополучні сім'ї, де життя не склалося щасливо. Від негараздів у сім'ї особливо потерпають діти. У молоді різні відчуття від своєї сім'ї. Одні виховуватимуть своїх дітей так, як виховували їх, інші, згадуючи своє дитинство, намагатимуться поводитися зі своїми дітьми інакше, ніж з ними обходилися їхні батьки.

Потреби людини різноманітні, і саме від сім'ї залежить задоволення більшості з них. Сім'я є тим середовищем, у якому формуються потреби людини. Про це, а також про місце сім'ї в житті людини та суспільства свідчать і ті функції, які має сім'я.

Сім'ю, в якій народжуються, не обирають, та від кожної людини залежить, якою буде сім'я, створена нею. Бо саме від сім'ї чи не найбільшою мірою і залежить людське щастя.

## **ФУНКЦІЇ СІМ'Ї**

Протягом історичного розвитку змінювалася не тільки структура сім'ї, а й її роль у житті людей та суспільства, змінювалися її функції.

У сучасної сім'ї найрізноманітніші функції. Причому та сама функції має значення і для суспільства (у такому разі виокремлюють суспільні функції) і для особистості (індивідуальні функції). У більшості традиційних, доіндустріальних суспільств сім'я мала такі чотири основні функції:

- 1) регуляція статевої активності (сексуальна);
- 2) репродуктивна;

- 3) соціалізація дітей (виховна);
- 4) економічна.

Функція регуляції статевої активності (сексуальна). У жодному суспільстві не надається людині повної сексуальної свободи – коли хочеш, з ким хочеш і де хочеш. У деяких суспільствах накладається пряма заборона на дошлюбні статеві стосунки. В українців у шлюбному обряді обов'язковим було підтвердження цноти нареченої; в інших народів вимагається від жінки довести свою плідність, завагітнівши до одруження. Зазначимо, що скрізь існує заборона на інцест (статеві стосунки між найближчими кровними родичами).

Репродуктивна функція полягає в тому, що завдяки сім'ї відтворюється суспільство і продовжується людський рід з покоління у покоління, а особа задовольняє потребу мати дітей. Загальновідомо, що шлюб без потомства, як день без сонця.

Від того, як сім'я виконує репродуктивну функцію, залежить розвиток суспільства, його економічна могутність тощо. Дуже важливо при цьому, щоб сім'я забезпечувала оптимальний рівень відтворення населення. Для цього загалом на сім'ю має припадати десь 2,5 дитини, а розподіл сімей за кількістю дітей повинен бути приблизно такий: 2 дитини – у 25 % сімей. 3 дітей – у 34 %, 4 дитини – у 20 %, 5 і більше дітей – у 7 % сімей, а бездітних і одnodітних сімей – 14 %. Учені розрізняють три типи репродуктивності сім'ї багатодітний, середньодітний, малодітний. Нині відбувається процес редукції сім'ї (зменшення кількості її членів).

Функція соціалізації дітей (виховна). Народити дитину ще недостатньо. Треба її виростити, підготувати до життя у суспільстві. У сім'ї дитина вчиться мови, цінностей і норм, вводиться у світ культури свого народу. Процеси соціалізації мають особливе значення в перші роки життя і в дитинстві, вони певною мірою тривають упродовж усього життя. Жодна людина не може ізолюватися від реакції на неї осіб, що оточують її. Це впливає на її поведінку та видозмінює її на всіх стадіях життєвого циклу. Сім'я є найпершим чинником соціалізації в ранньому дитинстві і утримує свій вирішальний вплив багато років по тому.

Економічна функція сім'ї. Сім'я відповідає за забезпечення фізичних потреб усіх її членів – і малих, і старих. Це основні потреби у їжі, житлі, безпеці і здоров'ї.

У сучасних індустріальних суспільствах деякі з цих традиційних функцій змінюються і перебираються іншими інституціями.

Наприклад, із появою ефективних сучасних засобів регулювання народжуваності (контрацептивів) і безпечними, законними абортами проблема регуляції статевої активності стає менш гострою.

Роль сім'ї у соціалізації молодого покоління відчутно змінилася. У традиційних суспільствах у сім'ї дитину готували до життя: передавали навички майстерності, вчили поводити себе у різних ситуаціях. У сім'ях ремісників, наприклад, майстерність батьків передавалася від покоління до покоління. Акцент робився на чітко окреслених традиційних соціальних ролях і навичках.

У сучасних суспільствах, таких, як наше, майбутня професія дітей є невизначеною. Більше того, технічні навички і навіть знання швидко застарівають. Освітні інституції, включаючи заклади середньої професійної, вищої освіти, перебирають відповідальність від сім'ї за професійну соціалізацію дітей, починаючи з дедалі молодшого віку, ніж раніше. На соціалізацію молоді сильний вплив справляють засоби масової інформації.

Змінилася і роль економічної функції сім'ї. Нині людина здатна прожити і без матеріальної підтримки родини.

Тоді як багато функцій сім'ї відходять, так би мовити, на задній план, набирає ваги функція емоційної задоволеності. Хоча школа навчає дітей, сім'я все ще забезпечує виховну соціалізацію або емоційну підтримку і турботу. Емоційне задоволення від родини мають і дорослі. Для більшості людей сім'я – це група, у якій всі очікують постійного задоволення своїх емоційних потреб, хочуть знайти вдома розуміння, дружнє спілкування, душевне тепло, щирість. Чим більше знеособлюється лиття поза домом – на роботі і навчанні, тим більше людина емоційно залежить від сім'ї. Сучасна сім'я є тим «інтимним середовищем», яке відрізняється від інших соціальних груп еротичним зв'язком між подружжям і турботливою любов'ю між батьками та дітьми.

Функція організації дозвілля. Широко відомою і часто повторюваною є фраза, якою розпочинається роман Льва Толстого «Анна Кареніна»: «Усі щасливі сім'ї схожі одна на одну, кожна нещаслива сім'я нещасна по-своєму».

Справді, щасливі сім'ї схожі. У них панують взаєморозуміння, повага, любов, але їхнє щастя має різні прояви. Особливо це стосується проведення дозвілля. В одній родині люблять приймати багато гостей, влаштовуючи бучні святкування, іншим подобається відвідувати кав'ярні і ресторани, а хтось не уявляє справжнього відпочинку без тихого спілкування з природою. Одна родина відвідує масові заходи, а інша – надає перевагу камерним концертам.

Чи можуть бути щасливими ті родини, де подружжя мають різні захоплення? Наприклад, дружина любить народні пісні, а чоловік ні. У конфліктній родині бажання дружини відвідати концерт народної музики спричинить непорозуміння – або дружина залишиться дома незадоволеною, або чоловікові доведеться пересилювати себе, супроводжуючи її на концерт. Коли ж у родині панують взаємоповага і довіра, то невідповідність інтересів не

зашкодить сімейним стосункам, а навпаки, може внести різноманіття у повсякдення. Дружина відвідає концерт, а чоловік тим часом посидить за комп'ютерною грою. Проте розбіжність інтересів і окреме проведення вільного часу можуть призвести до відчуження подружжя.

Спосіб проведення дозвілля у родині є індикатором її благополуччя. Чи збирається родина у вільний час разом, як часто, чи за взаємною згодою?

Організувати дозвілля з найбільшою користю для всіх членів сім'ї не така вже й проста справа. Старші члени сім'ї почуваються спокійніше, коли дитина завжди «при них», але слід враховувати інтереси і потреби дитини, для якої просто необхідно спілкуватися з ровесниками.

Про дозвілля громадян дбає держава, але нині у зв'язку з кризовими явищами в економіці скоротилася мережа позашкільних закладів, особливо безплатних, а оплатити заняття дітей в існуючих спроможна далеко не кожна родина.

Проте всі проблеми в організації дозвілля дітей не можна перекладати на державу. Адже культура проведення дозвілля закладається у родині і формується протягом життя. На жаль, значна частина сучасної молоді проводить дозвілля досить одноманітно. Усе зводиться до того, щоб пройти з пляшкою пива у компанії друзів центральною вулицею міста і «посидіти», а це, звичайно, не сприяє всебічному розвитку молоді. Невтішну картину показало опитування студентів одного із київських вищих навчальних закладів. Деякі студенти (і не лише першокурсники) гадки не мають, де знаходяться основні київські музеї. Щоправда, вони бували на стадіоні «Динамо» (хоча і плутають його назву з «Олімпійським»), але не поцікавилися, що сірий будинок з колонами і левами при вході напроти стадіону – Національний художній музей. Прикро, що запитання про розташування Національного театру опери і балету України може загнати у глухий кут навіть киян. Це свідчить про те, що сім'єю і школою це питання було упущено. Та надолужити прогаяне і змінити ситуацію на краще в майбутньому можна, зокрема, активізуючи культурно-виховну роботу у вищих навчальних закладах. Спостереження свідчать, що ті студенти, які відвідують різні гуртки, беруть участь у художній самодіяльності, навчаються краще за тих, у кого дозвілля неорганізоване.

Недарма функції організації дозвілля ми приділяємо велику увагу. Адже через дозвілля можна простежити, як у сім'ї реалізуються інші функції, зокрема, емоційна та функція духовного спілкування, функція соціалізації дітей (прекрасною нагодою залучити дітей до праці, розвивати їхні пізнавальні здібності і творчий потенціал є вільний від роботи і навчання час). Не характерно для тих сімей, де виховання здійснюється на засадах гуманістичної педагогіки, коли основна увага приділяється власному досвіду дитини, а

виховний процес здійснюється не через повчання і настанови, а через особистий приклад батьків при повсякденному спілкуванні з дитиною і спільному проведенні дозвілля.

Л. Толстой зазначав, що упродовж дня людина повинна займатися різними видами діяльності: працювати фізично, розумово, давати роботу рукам – щось майструвати, створювати. Нині це дуже актуально, адже досить часто наша робота і повсякденні обов'язки є одноманітними. При організації дозвілля слід враховувати розклад шкільних уроків, характер роботи поза домом. Наприклад, коли дитина цілий день у школі провела сидячи за партою, то вдома перед приготуванням уроків їй корисно виконати якусь фізичну роботу чи пограти у рухливі ігри з друзями, зайнятися спортом: після шкільних занять фізкультурою вдома можна зайнятися вишиванням тощо. Чим більше найрізноманітніших видів діяльності опанує дитина, тим різнобічнішими будуть її інтереси, тим цікавішим буде її життя. Найкращий відпочинок – зміна видів діяльності. Цьому треба вчити дитину.

Соціально-статусна функція сім'ї. У демократичних суспільствах немає жорсткої соціально-статусної структури. Вихідці з будь-яких сімей мають право і можливість займатися найрізноманітнішою професійною діяльністю, і досягнення успіхів у суспільному просуванні залежить передусім від особистих якостей людини, а також від родини. У сім'ї дитина змалку ознайомлюється з колом професійної діяльності батька-матері. І якщо у традиційних суспільствах, як було зазначено вище, питання про вибір професії дитини вирішувалося само собою – син переймав батьківське ремесло, то нині трудові династії не є такими вже поширеними. Так само було наперед визначено і соціальний статус особи. Через одруження людина могла змінити своє становище – як соціальне, так і матеріальне. Насамперед із соціально-побутовою функцією сім'ї, як і з господарсько-побутовою та економічною, пов'язується проблема шлюбів із розрахунку.

Проте високий соціальний статус асоціюється не тільки із високим матеріальним забезпеченням родини. Були часи, коли заможні люди простого походження (купці, промисловці) намагалися поріднитися хай із збіднілими, та благородними людьми – дворянами, щоб підвищити свій соціальний статус і престиж у суспільстві.

У СРСР після Жовтневого перевороту, коли дворянство із панівного класу перетворилося в упосліджений, шлюб із робітниками чи селянами надавав певні можливості у соціальному просуванні. У традиційних суспільствах шлюби між представниками різних соціальних груп не заохочувалися, а то і просто заборонялися. Так, ще й досі в Індії не до кінця викорінено кастову систему суспільної організації.

Навіть у демократичних суспільствах рівень життя і соціальний статус сімей відрізняються. І вже самим фактом народження у тій чи іншій сім'ї особа має певні переваги і можливості для самореалізації. Нині в Україні відбуваються негативні процеси, які можуть призвести до поглиблення розшарування у суспільстві. Діяльність держави у цьому напрямі має бути спрямована на зменшення розриву у рівні добробуту родин.

## **ГОСТИННІСТЬ ЯК СКЛАДОВА КУЛЬТУРИ СІМ'Ї**

Цікаво, що на думку деяких мовознавців, слово гість (однокореневі слова є і в інших слов'янських мовах: у російській – гость, болгарській – гост, словацькій host) етимологічно і пов'язано зі словами їсти, їстівний. Тобто гість у наших пращурів – це було щось придатне в їжу. Так у мові закріпилася згадка про витоки гостинності!

Український народ з давніх-давен славився своєю гостинністю. Про це є свідчення численних іноземних мандрівників, які відзначали щирість українців. Їхнє вміння не просто нагодувати подорожнього, а й створити приємну атмосферу, коли гість почувається невимушено, справді «як удома».

Гарно сказано про гостинну українську душу в народній пісні:

Зелене жито, зелене,  
хорошії гості у мене.  
Зелене жито за селом.  
хорошії гості за столом.  
Зелене жито, ще й овес,  
тут зібрався рід наш увесь...

Що таке гостинність? Відповідь на це запитання не становить особливих труднощів. Ось як визначають значення слова гостинність автори тлумачного

11-томного «Словника української мови»: «Гостинність – вміння приймати гостей».

Виявляється гостинність у тому, як господарі поведуться з моменту приходу гостей до того часу, коли вони залишать дім. Як вони вміють пригостити гостей, зробити їх перебування цікавим і приємним.

Гостинність – це своєрідна риса характеру, яка формується ще з дитинства і залежить від родинного виховання. Гостинна людина завжди щиро рада гостям. Вона зуміє пригостити їх, навіть якщо в домі нічого немає, докладе зусиль, щоб гості почували себе бажаними у її домі.

Гостинність – це стан душі. Отож, для того щоб бути гостинним, недостатньо вивчити набір порад. Бо можна довести до абсурду, наприклад, таке правило, як припрошування гостей до частування, коли воно перетворюється в нав'язливу вимогу скуштувати якусь страву з

прискіпуванням до причини відмови. Бувають різні випадки, хтось відмовляється від найсмачнішого торта через діабет, але не хоче, щоб про його хворобу дізналися всі присутні. Тим більш неприпустимо нав'язувати алкогольні напої. Це прояв не щедрості й гостинності, а елементарного безкультур'я.

Коли не йдеться про урочистості із застіллям, то залежно від мети візиту, людині, яка прийшла в гості, пропонують поїсти чи випити чашку кави або чаю. Якщо гість відмовляється від частування, слід з'ясувати, чи людина справді не голодна, чи відмовляється із чемності. У будь-якому разі приготування чаю не забере багато часу, і краще поставши його на стіл разом із легкими закусками, бутербродами або солодощами, а не допитуватися, хоче гість частуватися, чи ні.

Проводження гостей – це теж своєрідніш ритуал. В українців прийнято передавати ласощі для дітей чи інших членів сім'ї, які не прийшли у гості. Ось характерна риса гостинності, притаманна предкам українців, яку поетично описує Ліна Костенко у поемі-баладі «Скіфська Одісея»:

Дівчата й хлопці греків проводжали.

Богів прихильних грекам побажали.

Дали в дорогу різних почастунків.

лящів, тарані і місцевих трунків.

Дід врїзав меду забоцень. Бабуні

вдягли на греків по вінку цибулі.

Правила гостинності існують не тільки для господарів дому, а й для самих гостей. У наш «телефонізований» час не прийнято ходити в гості без попередньої домовленості. Це стосується і відвідин навіть найближчих родичів та друзів. Слід поважати особисте життя людей.

За давньою українською традицією людина, яка вперше потрапляє до оселі, має вручити господарям хлібину. Нині цей звичай можна видозмінити, підготувавши якийсь інший, хай навіть суто символічний дарунок. Також слід брати гостинці для дітей.

Навіть у сім'ях, де не було курців, раніше вважалося за необхідне ставити для гостей попільничку. Нині, коли поширилася інформація про шкідливість паління, культурна людина навіть не стане просити дозволу' запалити в гостях, особливо, де є діти. Якщо ж до господарів звернулися з таким питанням, заперечна відповідь не вважається нечемною.

Приймання гостей і бути гостем – це мистецтво. Для того щоб його опанувати, недостатньо вивчити набір конкретних порад. По-справжньому гостинними можна стати, засвоївши ще й такі, здавалося б, прості, але

засадничі правила – слід поважати людей, бути чуйними до їхніх потреб і звичайно. бути вихованими, ввічливими, знати правила етикету.

Демократизація суспільного життя призвела і до демократизації відносин між людьми і ритуалів у прийманні гостей. Головне – це щирість, увага до людини і, звичайно, вихованість, загальна культура.

Гостинність є не просто важливою складовою культури сім'ї, її прояви у повсякденні віддзеркалюють суспільні процеси та спосіб життя людей.

## **ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ БАТЬКІВ ЗА ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ТА ТУРБОТА ДІТЕЙ ПРО БАТЬКІВ. ЗАХИСТ ПРАВ І ЗАКОННИХ ІНТЕРЕСІВ НЕПОВНОЛІТНІХ НОРМАМИ СІМЕЙНОГО ЗАКОНОДАВСТВА.**

### **КОНВЕНЦІЯ ПРО ПРАВА ДИТИНИ**

У нашій державі відповідальність батьків за виховання дітей та турбота дітей про батьків регулюється не просто традиційною суспільною мораллю і звичаями українців, а й закріплена у Конституції України. Також на законодавчому рівні забезпечуються права і законні інтереси неповнолітніх. Так, у статті 51 Конституції України зазначається:

«Шлюб ґрунтується на вільній згоді жінки і чоловіка. Кожен із подружжя має рівні права і обов'язки у шлюбі та сім'ї.

Батьки зобов'язані утримувати дітей до їх повноліття. Повнолітні діти зобов'язані піклуватися про своїх непрацездатних батьків.

Сім'я, дитинство, материнство і батьківство охороняються державою».

Питання захисту дітей визначається статтею 52:

«Діти рівні у своїх правах незалежно від походження, а також від того, народжені вони у шлюбі чи поза ним.

Будь-яке насильство над дитиною та її експлуатація переслідуються за законом.

Утримання та виховання дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування, покладається на державу. Держава заохочує і підтримує благодійницьку діяльність щодо дітей».

У Конституції окреслено тільки засадничі питання регулювання сфери сімейних відносин, основним же законодавчим актом у цій галузі є *Сімейний кодекс України*, який визначає засади шлюбу, особисті немайнові та майнові права і обов'язки подружжя, підстави виникнення, зміст особистих немайнових і майнових прав та обов'язків батьків і дітей, усиновлювачів та усиновлених, інших членів сім'ї та родичів.

Сімейний кодекс України регулює сімейні відносини, для того щоб забезпечити в Україні:

- зміцнення сім'ї як соціального інституту і як союзу конкретних осіб;
- утвердження почуття обов'язку перед батьками, дітьми та іншими членами сім'ї:
- побудову сімейних відносин на паритетних засадах, на почуттях взаємної любові та поваги, взаємодопомоги і підтримки:
- сімейне виховання кожної дитини, можливість духовного та фізичного розвитку її.

Сімейний кодекс України складається із семи розділів:

- I. Загальні положення.
- II. Шлюб. Права та обов'язки подружжя.
- III. Права та обов'язки матері, батька і дитини.
- IV. Влаштування дітей, позбавлених батьківського піклування.
- V. Права та обов'язки інших членів сім'ї та родичів.
- VI. Застосування Сімейного кодексу України до іноземців та осіб без громадянства. Застосування законів іноземних держав та міжнародних договорів в Україні.
- VII. Прикінцеві положення.

У статті 150 Сімейного кодексу визначено обов'язки батьків щодо виховання та розвитку дитини:

1. Батьки зобов'язані виховувати дитину в дусі поваги до прав та свобод інших людей, любові до своєї сім'ї та родини, свого народу, своєї Батьківщини.
2. Батьки зобов'язані піклуватися про здоров'я дитини. її фізичний, духовний та моральний розвиток.
3. Батьки зобов'язані забезпечити здобуття дитиною повної загальної середньої освіти, готувати її до самостійного життя.
4. Батьки зобов'язані поважати дитину.
5. Передача дитини на виховання іншим особам не звільняє батьків від обов'язку батьківського піклування щодо неї.
6. Забороняються будь-які види експлуатації батьками своєї дитини.
7. Забороняються фізичні покарання дитини батьками, а також застосування ними інших видів покарань, які принижують людську гідність дитини.

Так само Сімейний кодекс передбачає обов'язки дітей щодо піклування про батьків. Статтею 172 «Обов'язок дитини, повнолітніх дочки та сина піклуватися про батьків» передбачено:

1. Дитина, повнолітні дочка, син зобов'язані піклуватися про батьків, виявляти про них турботу та надавати їм допомогу.

2. Повнолітні дочка, син мають право звернутися за захистом прав та інтересів непрацевдатних, немічних батьків як їх законні представники, без спеціальних на те повноважень.

3. Якщо повнолітні дочка, син не піклуються про своїх непрацевдатних, немічних батьків, з них можуть бути за рішенням суду стягнуті кошти на покриття витрат, пов'язаних із наданням такого піклування.

Для докладнішого ознайомлення із Сімейним кодексом України та коментарями до нього пропонуємо звернутися до книги «Сімейне право України».

*Конвенція про права дитини.* Одним із основних документів, який захищає права дітей у всіх сферах життя, є «Конвенція про права дитини», прийнята та відкрита до підписання, ратифікації й приєднання резолюцією 44/25 Генеральної асамблеї від 20 листопада 1989 р. Цей епохальний документ набув чинності для України з 27 вересня 1991 р. У Конвенції визначено, що дитиною є кожна людська істота до досягнення нею Ів-річного віку, якщо за законом, застосовуваним до цієї особи, вона не досягає повноліття раніше. У Конвенції стверджується, що кожна дитина має невід'ємне право на життя, на збереження індивідуальності. Дитину не можна розлучати з батьками, за винятком невиконання батьками своїх зобов'язань щодо неї (наприклад, у разі жорстокого поводження чи непіклування про дитину). Дитина визнається індивідуальністю, якій забезпечується право висловлювання своїх поглядів і, зокрема, можливість бути заслуханою в суді.

## **ДЕРЖАВНА СІМЕЙНА ПОЛІТИКА В УКРАЇНІ ТА ШЛЯХИ ЇЇ РЕАЛІЗАЦІЇ. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА СІМ'ЯМ З ДІТЬМИ, ПІДЛІТКАМ, МОЛОДІ, ЯКА ОДРУЖУЄТЬСЯ**

Українська держава, усвідомлюючи першочергове значення сім'ї як соціального інституту, як осередку формування особистості, вживає заходів щодо поліпшення становища сімей. Одним із них є прийняття Верховною Радою України Концепції державної сімейної політики (постанова від 17 вересня 1999 р.). Як зазначається у преамбулі. Концепцію розроблено з метою створення належних умов для життєдіяльності сім'ї в Україні. Вона визначає загальну стратегію і пріоритетні напрями державної політики щодо сім'ї, передбачає здійснення цілісної системи заходів з максимальним урахуванням нових реалій: ринкової економіки, соціального партнерства, політичної демократії, усього того, що покликане зробити життя суспільства, кожної окремої сім'ї повноправним і ефективним.

У Концепції визначено шляхи вирішення однієї з найважливіших загальносуспільних проблем України – стабільного існування та розвитку сім'ї

поліпшення її життєвого рівня, створення соціально-економічних, політичних, організаційних, правових умов і гарантій для життєвого визначення, інтелектуального, духовного, фізичного розвитку особистості починаючи з дитячого віку. Вона ґрунтується на визнанні пріоритету сім'ї в житті демократичного суспільства. Її ролі у гуманістичному вихованні підростаючого покоління. Державна сімейна політика має стати складовою всієї соціальної політики України.

Питання державної сімейної політики визначаються також в інших нормативних документах. У Загальнодержавній програмі підтримки молоді на 2004 - 2008 рр. важливе місце посідають питання підготовки молоді до сімейного життя та підтримка молодих сімей.

В Україні існує спеціальний центральний орган виконавчої влади, до компетенції якого входить реалізація державної соціальної політики з питань сім'ї жінок, дітей, молоді, – Державний комітет України у справах сім'ї та молоді. Пріоритетні напрями роботи Комітету охоплюють найрізноманітніші питання у сфері захисту інтересів зазначених категорій громадян України.

## **ФОРМИ ТА ВИДИ СОЦІАЛЬНОЇ ДОПОМОГИ ДІТЯМ.**

### **СОЦІАЛЬНИЙ ЗАХИСТ СІМЕЙ З НИЗЬКИМ РІВНЕМ ДОХОДІВ**

В умовах нестабільної економічної ситуації, коли рівень життя більшості населення України знизився, держава вживає певних заходів щодо соціального захисту найбільш нужденних громадян. Ще 1993 р. було прийнято Закон «Про державну допомогу сім'ям з дітьми». У Порядку призначення і виплати державної допомоги сім'ям з дітьми, прийнятому на виконання цього закону визначено умови призначення і виплати таких видів державної допомоги сім'ям з дітьми: 1) допомога у зв'язку з вагітністю та пологами; 2) одноразова допомога при народженні дитини; 3) допомога по догляду за дитиною до досягнення нею трирічного віку; 4) допомога на дітей, які перебувають під опікою чи піклуванням; 5) допомога на дітей самотніми матерями.

В Україні з 2000 р. діє Закон «Про державну соціальну допомогу малозабезпеченим сім'ям», відповідно до якого державна соціальна допомога призначається і виплачується у грошовій формі малозабезпеченим сім'ям, які постійно проживають на території України, мають середньомісячний сукупний дохід, нижчий від прожиткового мінімуму для сім'ї. На виконання зазначеного Закону Кабінетом Міністрів України прийнято Порядок призначення і виплати державної соціальної допомоги малозабезпеченим сім'ям, який визначає умови призначення і виплати малозабезпеченим сім'ям державної соціальної допомоги.

Іншим законодавчим актом соціального спрямування є Закон України «Про державну соціальну допомогу інвалідам з дитинства та дітям-інвалідам» від 16 листопада 2000 р. Цей Закон відповідно до Конституції України гарантує інвалідам з дитинства та дітям-інвалідам право на матеріальне забезпечення за рахунок коштів Державного бюджету України та їх соціальну захищеність встановленням державної соціальної допомоги на рівні прожиткового мінімуму. Право на державну соціальну допомогу мають інваліди з дитинства I і II груп, непрацюючі інваліди з дитинства III групи, а також діти-інваліди віком до 16-ти років.

З клопотаннями щодо призначення соціальної допомоги треба звертатися до місцевих органів праці та соціального захисту населення.

Названі законодавчі акти є одними з основних у сфері соціального захисту населення. Слід зазначити, що відповідно до змін в економічній ситуації в державі, коригуються і нормативні акти щодо соціального захисту населення. відбувається оновлення законодавчої бази.

### **ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ШЛЮБНО-СІМЕЙНОЇ СИТУАЦІЇ**

До основних характеристик шлюбно-сімейної ситуації відносять шлюбність і розлучуваність. Існує широке та вузьке розуміння терміна «шлюбність». У широкому розумінні – шлюбність охоплює усі процеси, пов'язані з укладанням чи припиненням шлюбів, або, іншими словами, всю сукупність випадків зміни шлюбного стану; у вузькому – це процес утворення шлюбних (подружніх) пар, що передбачає укладання як перших, так і повторних шлюбів.

Розлучуваність – це процес розпаду подружніх пар унаслідок розірвання шлюбу (розлучення). Припинення шлюбу відбувається також унаслідок овдовіння, тобто смерті одного з подружжя.

Шлюбно-сімейна ситуація в Україні є досить напруженою. Протягом останніх десяти років кількість укладених шлюбів коливається з тенденцією до зменшення.

Так, у 2000 р. було укладено 274.5 тис. шлюбів, тоді як у 1989 р. – 489.3 тис. На 1000 жителів України у 2000 р. припадало 5,5 шлюбів, що майже удвічі менше, ніж у 1989 р. – 9,5 шлюбів. За весь період після Другої світової війни середня кількість шлюбів на 1000 жителів України у 2000 р. була найменшою. Проте у 2002 р. вона зросла і становить 6,6 шлюбів на 1000 жителів. Упродовж січня-травня 2003 р. спостерігалось зменшення кількості як шлюбів, так і розлучень. Порівняно з відповідним періодом минулого року шлюбів зареєстровано менше на 1.9 тис. (на 2,1 %), а розлучень – на 7.9 тис. (на 10.1 %).

У високосні роки (1992, 1996, 2000) кількість укладених шлюбів зменшується, що прямо пов'язується з глибоко вкоріненим у свідомість наших людей забобом про небажаність одруження у високосні роки, які нібито є нещасливими, бо «високо косять». Наявність же у календарі високосних років є умовною і зумовлена потребами оптимізації системи літочислення.

Аналітики, розглядаючи шлюбно-сімейну ситуацію в Україні, кваліфікують її як гостропроблемну, що є наслідком типових проявів демографічної кризи. Нині на шлюбному ринку спостерігається зменшення контингенту молоді внаслідок зменшення народжуваності в кінці 70-х і на початку 80-х років, міграційних процесів, підвищення смертності тощо.

Серед найгостріших проблем у процесах шлюбності і розлучуваності дослідники виокремлюють такі:

- зниження шлюбності і підвищення розлучуваності; збільшення середнього віку взяття шлюбу через відкладення одруження до «кращих часів» та послаблення серед молоді установок на створення сім'ї;

- поширення консенсуальних шлюбів (тобто за домовленістю, але без реєстрації) і дошлюбних статевих стосунків;

- поширення безшлюбного материнства, дефіцит чоловічого виховання дітей у сім'ї та ін.

Унаслідок деформації шлюбно-сімейної ситуації зменшується частка приросту молодих подружніх пар; знижується дітність сімей, зростає частка неповних сімей, збільшується кількість дітей-сиріт та поширюється соціальне сирітство (за живих батьків). Проте ситуацію не можна вважати безнадійною. Вселяє надію те, що кризові явища свідчать не про процеси відмирання шлюбу та сім'ї як суспільних інститутів, а про несприятливу загальну і конкретну шлюбно-сімейну ситуацію. Адже в Україні досить стійкі народні традиції. І культивування сімейних традицій, переосмислення їх та пристосування до реалій сьогодення допоможе подолати як демографічну кризу, так і поліпшити шлюбно-сімейну ситуацію в Україні.

## **ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ДЕМОГРАФІЧНОЇ СИТУАЦІЇ**

Як зазначалося вище, шлюбно-сімейна ситуація тісно пов'язана з демографічною ситуацією, яка в Україні надзвичайно складна. Про це свідчать навіть назви праць, присвячених цій проблематиці. Наприклад, академічне фундаментальне дослідження, видане 2001 р. має назву «Демографічна криза в Україні».

З 1993 р. населення України щороку скорочується, а смертність переважає рівень народжуваності з 1991 р. Протягом останніх десяти років населення України зменшилося майже на чотири з половиною мільйони осіб. При цьому,

якщо за період 1993 - 2001 рр. чисельність і частка молоді, хоча і трохи, але все ж таки збільшувалася, то з 2002 р. почався зворотний процес. Серед головних причин є зниження рівня народжуваності. У 2002 р. народилося 390,7 тис. немовлят, що порівняно з 1990 р., коли народилося 657,2 тис., майже удвічі менше.

Смертність зростає, у тому числі серед людей працездатного віку і молоді. Серед причин смерті молоді зростає частка самогубств, убивств і отруєнь алкоголем. Здоров'я молоді за останні десятиліття значно погіршилося. Викликає занепокоєння поширення такої соціальної хвороби, як туберкульоз – з 1995 р. кількість хворих збільшилася більше ніж удвічі. Загрозливими темпами поширюється СНІД. За експертними оцінками, в Україні близько 330 - 410 тис. осіб із позитивною ВІЛ-реакцією. За офіційною статистикою, яка не досить точно відбиває реальне поширення наркоманії, зареєстровано понад 90 тис. наркоманів, і більшість із них (80 %) – до 28 років.

Кількість населення зменшується також унаслідок міграційних процесів, коли Україну залишають громадяни, переселяючись на постійне проживання до інших держав. На демографічній ситуації негативно позначається також пошук мільйонами людей роботи за кордоном.

Окрема складова демографічної проблеми – погіршення стану репродуктивного здоров'я, що є невід'ємною складовою частиною здоров'я нації в цілому і має стратегічне значення для забезпечення сталого розвитку суспільства. Ніші В Україні виконується Національна програма «Репродуктивне здоров'я 2001 - 2005», яка сприятиме:

- формуванню здорового способу життя, відповідального ставлення кожного громадянина до репродуктивного здоров'я як однієї з важливих складових частіш здоров'я в цілому;
- вдосконаленню і розвитку чинної нормативно-правової бази;
- оптимізації комплексу медичних послуг, їх орієнтації на профілактику захворювань, реалізацію заходів активної демографічної політики;
- здійсненню просвітницької діяльності та проведенню інформаційної кампанії, що дасть змогу поліпшити репродуктивне здоров'я населення, запровадити сучасні стратегії планування сім'ї і запобігання абортам, знизити материнську і перинатальну смертність та смертність дітей, рівень безпліддя;
- запобігання інфекційним хворобам, які передаються статевим шляхом;
- зниженню рівня онкологічних захворювань.

До основних негативних тенденцій у демографічній ситуації в Україні дослідники відносять: падіння рівня народжуваності; підвищення смертності

населення; високі темпи поширення ВІЛ/СНІДу; старіння населення: невпинне скорочення середньої тривалості життя населення; різке зменшення кількості шлюбів.

Про гостроту демографічної ситуації і необхідність її поліпшення свідчить проведення у травні 2003 р. спеціальних парламентських слухань «Демографічна криза в Україні: її причини та наслідки», за результатами яких Верховна Рада ухвалила Рекомендації За висновками фахівців, загострення демографічної ситуації спричинене передусім економічною кризою: занепадом соціальної сфери, особливо в сільській місцевості; зубожінням мільйонів людей: поглибленням майнового розшарування в суспільстві. Якщо десять років тому Україна посідала сорок п'яте місце у світі за індексом людського розвитку ООН (головними компонентами якого є очікувана тривалість життя, рівень освіти, добробуту населення), то нині наша держава опустилася на сто другу позицію серед 173 країн світу.

Визнано, що подолання демографічної кризи є комплексною проблемою і потребує комплексного підходу до її вирішення на рівні держави. Важливе місце у цьому має посідати і сім'я.

З огляду на таку надзвичайну демографічну ситуацію в Україні, сім'я повинна повноцінно виконувати свою репродуктивну функцію. Серед різноманітних складових, які впливають на народжуваність, зокрема економічних та медичних, особливе значення мають ціннісні орієнтації сімей. Не викликає заперечень те, що за економічної кризи зменшується рівень народжуваності – відповідальні люди бояться приводити дітей у нестабільний світ. Проте не завжди підвищення добробуту супроводжується збільшенням народжуваності. Чи не провідну роль тут відіграють сімейні цінності. Адже сам процес поліпшення добробуту пов'язаний з діяльністю поза сім'єю, що може перерости в самоціль, наприклад підвищення кваліфікації часто передбачає зменшення сімейного дозвілля. Цінність достатку, комфортного життя може стати провідною і притупити бажання мати дітей. Якщо ж сім'я відчуває потребу в дітях, то при поліпшенні умов життя вона реалізується.

## **УМОВИ ЖИТТЯ СІМЕЙ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я І НАРОДЖУВАНІСТЬ**

Існує досить багато визначень поняття «здоров'я», проте загальноприйнятим є наведене у преамбулі Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я ВООЗ (1948): здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад.

Вважають, що здоров'я людини має кілька основних складових: фізичне здоров'я, психічне здоров'я, духовне здоров'я і соціальне здоров'я.

До сфери фізичного здоров'я включають такі чинники, як індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, перебігу фізіологічних функцій організму в різних умовах спокою, руху, довкілля, генетичної спадщини, рівня фізичного розвитку органів і систем організму.

До сфери психічного здоров'я відносять індивідуальні особливості психічних процесів і властивостей людини, наприклад збудженість, емоційність, чутливість. Психічне здоров'я пов'язано з особливостями мислення, характеру, здібностей.

Духовне здоров'я залежить від духовного світу особистості, зокрема складових духовної культури людства – освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики. Свідомість людини, її ментальність, життєва самоідентифікація, ставлення до сенсу життя, оцінка реалізації власних здібностей і можливостей у контексті власних ідеалів і світогляду – все це зумовлює стан духовного здоров'я індивіда.

Соціальне здоров'я пов'язано з економічними чинниками та стосунками індивіда із сім'єю, організаціями, з якими взаємодіє людина у різних сферах суспільного життя (сюди входять праця, відпочинок, побут, соціальний захист, охорона здоров'я, безпека існування тощо). Загалом соціальне здоров'я визначається характером і рівнем розвитку головних сфер суспільного життя – економічної, політичної, соціальної, духовної.

Умови життя сімей безпосередньо впливають на здоров'я людей. Чим вищий рівень добробуту, тим міцніше здоров'я. Соціологічні дослідження, проведені у різних країнах світу, свідчать, що заможні люди загалом мають краще здоров'я, ніж бідні. Пояснюється це тим, що у багатших людей більше можливостей отримати якісну медичну допомогу, вони краще харчуються.

На здоров'я й тривалість життя впливають також умови праці. На менш кваліфікованих і оплачуваних роботах існує більша вірогідність отримати виробничі травми чи захворювання.

Проаналізувавши питання зв'язку стану здоров'я з економічною нерівністю у багатьох країнах, учені стверджують, що смертність серед 20 % найбіднішого населення у 1,5 - 2,5 рази вища, аніж смертність у 20 % найбагатших людей. Причому спостерігається тенденція до збільшення цього розриву – як стан здоров'я, так і тривалість життя і надалі погіршуватимуться у найбідніших.

Слід зазначити, що наведені вище дані є досить узагальненими. І якщо розглядати стан здоров'я окремих людей, то не завжди кращим воно є у багатших.

Як відомо, на стан здоров'я людини впливає низка чинників:

- 1) спосіб життя (від нього здоров'я людини залежить десь на 50 %);
- 2) спадковість (20 %);
- 3) стан довкілля (20 %);
- 4) система охорони здоров'я (10 %).

Як ці чинники співвідносяться із рівнем життя людей, їх матеріальною забезпеченістю?

Однозначну відповідь дати важко. Хоча від медицини здоров'я залежить лише на 10 %, але заможніші люди мають не тільки кращий доступ до медичного обслуговування, а й при цьому отримують більше користі. Адже загалом вищі доходи пов'язуються з вищим рівнем освіченості. Крім того, вищі доходи означають краще здоров'я не тільки тому, що дають можливість мати добре житло, екологічно чисті продукти, сплачувати за послуги, а передусім через більший вибір і відчуття контролю за життєвими рішеннями, що є саме по собі чинником здоров'я. Спостереження свідчать, що у людей, які мають кращу роботу з погляду престижу і прибутку, рідше трапляються серцево-судинні, онкологічні захворювання, інсульти, ніж у людей з «поганою» роботою. Населення ж країни здоровіше, коли розрив між багатими і бідними менший.

Найбільше ж здоров'я залежить від способу життя. Це той чинник, на який безпосередньо вплинути може сама людина. Адже ми не можемо змінити спадковість, не завжди можемо вибрати екологічно чисте місце проживання. Але вести здоровий спосіб життя може кожен і матеріальне забезпечення при цьому не є вирішальним. Навпаки, інколи надлишок грошей (хоча кажуть, що їх ніколи не буває достатньо) в поєднанні з іншими чинниками, серед яких можна виокремити неналежне виховання чи недостатній рівень освіти, можуть провокувати, наприклад ожиріння. Останнім часом ця хвороба набула масштабів епідемії в індустріально розвинених країнах, де однією з основних її причин є нераціональне харчування. Адже не завжди дорогі харчові продукти настільки ж корисні, наскільки вони смачні, як, скажімо, сиров'ялені ковбаси, копчена риба та інші делікатеси. Досить часто людина схильна потурати своїм слабкостям, і саме відсутність вільних грошей може нас стримати від частого придбання названих вище продуктів. Можна сказати, що у такому разі брак коштів відіграє позитивну роль. Так само для занять оздоровчою фізкультурою не обов'язково відвідувати платні тренажерні зали. Підтримувати форму можна і в домашніх умовах та на свіжому повітрі.

Погіршення стану здоров'я зумовлене насамперед комплексом не медичних, а соціально-економічних та екологічних чинників, недосконалим способом життя населення. Тому поліпшення здоров'я неможливе без істотних соціально-економічних змін.

Дбати про своє здоров'я можуть усі люди, хоча, безперечно, біднішим це набагато важче. І тому держава має вживати усіх можливих заходів для підвищення рівня добробуту людей.

Здоров'я людини багато в чому залежить від сім'ї, адже саме у сім'ї формуються основні її цінності, в тому числі орієнтація на здоровий спосіб життя.

Здоровий спосіб життя – це все в людській діяльності, що стосується збереження і зміцнення здоров'я, все, що сприяє виконанню людиною своїх людських функцій через посередництво діяльності з оздоровлення умов життя – праці, відпочинку, побуту. Складові здорового способу життя містять різноманітні елементи, що стосуються усіх сфер здоров'я – фізичної, психічної, соціальної і духовної. Найважливіші з них – харчування (в тому числі споживання якісної питної води, необхідної кількості вітамінів, мікроелементів, протеїнів, жирів, вуглеводів, спеціальних продуктів і харчових добавок), побут (якість житла, умови для пасивного і активного відпочинку, рівень психічної і фізичної безпеки на території життєдіяльності), умови праці (безпека не тільки у фізичному, а й психічному аспекті, наявність стимулів і умов професійного розвитку), рухова активність (фізична культура і спорт, використання засобів різноманітних систем оздоровлення, спрямованих на підвищення рівня фізичного розвитку, його підтримку, відновлення сил після фізичних і психічних навантажень).

У цьому зв'язку наведемо думки і поради академіка М.М. Амосова щодо збереження здоров'я:

«1. У більшості хвороб винна не природа, не суспільство, а тільки сама людина. Найчастіше вона хворіє через лінощі й пожадливість, а часом і через нерозумність.

2. Не покладайтесь надто на медицину. Вона чудово лікує багато хвороб, але не здатна зробити людину здоровою. І навіть більше: бійтеся потрапити в полон до лікарів! Іноді вони схильні перебільшувати людські слабкості й могутність своєї науки, створюючи в людей уявні хвороби й видаючи векселі, які не в змозі оплатити.

3. Щоб стати здоровим, потрібно докласти власних зусиль, постійних і значних, їх нічим замінити. Людина, на щастя, така довершена, що майже завжди їй можна повернути здоров'я. Тільки необхідні для цього зусилля, на жаль, зростають у міру старіння й поглиблення хвороб.

4. Величина будь-яких зусиль визначається стимулами, стимули – значенням мети, а часом і можливістю її досягти. А ще й характером! На жаль, здоров'я як важлива мета постає перед людиною, коли смерть стає близькою реальністю. Однак безвільну людину навіть смерть не може надовго налякати.

5. Для здоров'я потрібні чотири умови: фізичні навантаження, обмеження в харчуванні, загартування, час й уміння відпочивати. І ще п'ята – щасливе життя! На жаль, без перших чотирьох умов воно не забезпечить здоров'я. Але якщо немає щастя у житті, то де ж знайти стимули для зусиль, щоб напружуватися й голодувати? Що вдієш?

6. Природа милосердна: вистачить 20 – 30 хвилин фізкультури щодня, але такої, щоб виснажитися, спітніти і щоб пульс удвічі зріс. Якщо цей час подвоїти, то взагалі буде чудово.

7. Треба обмежити себе в харчуванні. Підтримуйте масу тіла як мінімум – зріст (у см) мінус 100.

8. Уміння розслабитись – наука, але до неї потрібен ще й характер. Коли б він був!

9. Про щасливе життя. Кажуть, що здоров'я – щастя вже саме по собі. Це неправильно: до здоров'я дуже легко звикнути й вже не помічати його. Однак воно допомагає здобути щастя в сім'ї і на роботі. Допомагає, але не визначає. Правда, хвороба – то вже точно нещастя.

Чи ж варто боротися за здоров'я? Замисліться!

Ще одне невеличке доповнення – спеціально для молодих. Зрозуміло, ви здорові і вам ще рано сушити голову з приводу майбутніх хвороб. Але... час швидкоплинний. Не оглянетесь, як відсвяткуєте тридцятиліття, і розпочнеться декада, коли треба подумати про майбутнє... Крім того, на жаль, уже й зараз не всі ви можете похвалитися здоров'ям».

Підсумовуючи викладене, можна сказати, що високий рівень матеріального забезпечення позитивно впливає на здоров'я, особливо коли достаток поєднується з високим освітнім і культурним рівнем сім'ї.

Економічна ситуація в державі безпосередньо позначається на умовах життя людей і, відповідно, на їхньому здоров'ї. Україна ще не змогла подолати наслідки економічної кризи перехідного періоду 90-х років минулого століття. Досить високим є рівень безробіття, гострою є проблема забезпечення житлом, охорони здоров'я.

Проте багато залежить від усіх нас, від нашої активної громадянської позиції і наших зусиль у розбудові України. Відомою є фраза про те, що не треба питати у країни, що вона для тебе зробила, а спитайте у себе, що я роблю для Батьківщини. Держава ж сильна і процвітаюча тоді, коли міцні і щасливі сім'ї. Отже, піклуватися про свою родину – це означає також і дбати про суспільство.

## **ЗАКОНОДАВЧА БАЗА ЩОДО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я ДОРΟΣЛИХ І ДІТЕЙ В УКРАЇНІ**

Права громадян України у галузі охорони здоров'я закріплено законодавчо.

Стаття 49 Конституції України стверджує: «Кожен має право на охорону здоров'я, медичну допомогу та медичне страхування. Охорона здоров'я забезпечується державним фінансуванням відповідних соціально-економічних, медико-санітарних і оздоровчо-профілактичних програм.

Держава створює умови для ефективного і доступного для всіх громадян медичного обслуговування. У державних і комунальних закладах охорони здоров'я медична допомога надається безоплатно; існуюча мережа таких закладів не може бути скорочена. Держава сприяє розвитку лікувальних закладів усіх форм власності.

Держава дбає про розвиток фізичної культури і спорту, забезпечує санітарно-епідемічне благополуччя».

Згідно зі статтею 50 Конституції України «Кожен має право на безпечне для життя і здоров'я довкілля та на відшкодування завданої порушенням цього права шкоди.

Кожному гарантується право вільного доступу до інформації про стан довкілля, про якість харчових продуктів і предметів побуту, а також право на її поширення. Така інформація ніким не може бути засекречена».

Одним із основних законодавчих актів України у галузі охорони здоров'я є Основи законодавства України про охорону здоров'я від 19 листопада 1992 р., де зазначено, що кожна людина має природне невід'ємне і непорушне право на охорону здоров'я. Суспільство і держава відповідальні перед сучасним і майбутніми поколіннями за рівень здоров'я і збереження генофонду народу України, поліпшення умов праці, навчання, побуту і відпочинку населення, вирішення екологічних проблем, вдосконалення медичної допомоги і запровадження здорового способу життя.

Основи законодавства України про охорону здоров'я визначають правові, організаційні, економічні та соціальні засади охорони здоров'я в Україні, регулюють суспільні відносини у цій галузі з метою забезпечення гармонійного розвитку фізичних і духовних сил, високої працездатності і довголітнього активного життя громадян, попередження і зниження захворюваності, інвалідності та смертності, поліпшення спадковості, усунення чинників, що шкідливо впливають на здоров'я.

Законодавча база щодо охорони здоров'я в Україні є досить розвиненою, про це свідчить значна кількість законодавчих актів у цій галузі, серед яких Закони України: «Про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення», «Про захист населення від інфекційних хвороб», «Про лікарські засоби», «Про запобігання захворюванню на СНІД та

соціальний захист населення», «Про боротьбу із захворюванням на туберкульоз», «Про психіатричну допомогу» та ін.

## **ПЛАНУВАННЯ СІМ'Ї**

В умовах кризової демографічної ситуації, яка склалася в нашій державі, особливого, державного значення набувають питання планування сім'ї. За визначенням ВООЗ, поняття «планування сім'ї» означає:

- народити бажаних дітей;
- уникнути небажаної вагітності;
- регулювати інтервали між вагітностями;
- вибирати час народження дитини залежно від віку батьків та стану їх здоров'я;
- визначати кількість дітей у родині.

У 1995 р. в Україні було прийнято Національну програму «Планування сім'ї», основними напрямками якої є:

- організація служб планування сім'ї;
- інформація і консультування населення з питань планування сім'ї;
- забезпечення населення засобами контрацепції; лікування безплідності і сексуальних розладів;
- формування суспільної думки, зміна сформованих уявлень про планування родини як про суто медичну чи внутрішньосімейну проблему;
- підвищення рівня знань і кваліфікації щодо цієї проблеми акушерів-гінекологів, лікарів інших спеціальностей, а також медичних працівників з середньою освітою (акушерок та фельдшерів);
- поглиблення і розширення роботи зі статевих виховання дітей і підлітків. підготовка педагогів і батьків з питань сексуального розвитку дітей;
- підвищення доступності й якості медичних послуг у службі планування сім'ї;
- залучення засобів масової інформації до висвітлення проблем планування сім'ї, сексуальної культури, сімейних взаємовідносин.

За час реалізації цієї програми створено ефективно діючу службу планування сім'ї, завданнями якої на перспективу є:

- вивчення основ сексуальної поведінки і методів контрацепції в навчальних закладах і центрах молоді;
- поширення сучасних методів контрацепції;
- підвищення безпечності абортів і удосконалення рекомендацій щодо запобігання небажаним вагітностям після абортів і пологів;
- запобігання захворюванням, що передаються статевим шляхом;
- широка інформаційна діяльність з проблем планування сім'ї;

- надання допомоги жінкам і дівчаткам-підліткам – жертвам сексуального насильства.

Службу планування сім'ї в Україні очолює Державний Центр планування сім'ї, який має навчальний центр, інформаційно-аналітичний, консультаційно-діагностичний та стаціонарний відділи.

Державному Центру підпорядковані обласні центри планування сім'ї з аналогічною структурою. У районах Центр планування сім'ї функціонує, як правило, в центральній районній лікарні, в селах – у дільничній лікарні, лікарській амбулаторії або фельдшерсько-акушерському пункті. Наукову, методичну та організаційну роботу з проблем планування сім'ї в Україні виконує центр, створений на базі Інституту педіатрії, акушерства та гінекології АМН України.

Правонаступницею програми «Планування сім'ї» стала Національна програма «Репродуктивне здоров'я 2001 – 2005».

## **ОСНОВИ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН СОЦІАЛЬНО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ**

Сім'я є моделлю суспільства на конкретному історичному етапі розвитку, відображує його моральні та духовні особливості, відіграє велику роль у ньому. Вона є первинною клітиною соціальних груп, класів, які утворюють соціальну структуру будь-якої країни. Життя більшості людей так чи інакше пов'язано з сім'єю – своєрідним мікросвітом, де переплітаються складні економічні, політичні, психологічні, ідеологічні, фізіологічні та інші соціальні проблеми. Будучи залежним від економічного становища країни, від політики, рівня культури, сімейне життя впливає на стан національної економіки, політичні події тощо.

Сім'я є могутнім соціальним феноменом, який найтісніше об'єднує людей у родинне гніздо на основі шлюбних і кровних взаємозв'язків. Сім'я – це святий вузол, що об'єднує людей у суспільстві.

## **СІМ'Я, ПОБУТ, ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ**

Сім'я функціонує на основі спільного побуту, економічного, морально-психологічного укладу, виховання дітей, взаємної відповідальності. Вона забезпечує соціалізацію людини, самореалізацію особистості з усталеною поведінкою.

Життєдіяльність сім'ї реалізується через основні її функції: матеріально-економічну (бюджет сім'ї, організація споживчої діяльності, участь у суспільному виробництві, набуття професії, відновлення втрачених на виробництві сил); житлово-побутову (забезпеченість житлом, ведення

домашнього господарства, організація побуту); репродуктивну (продовження людського роду); комунікативну (створення сприятливого сімейного мікроклімату, внутрішньосімейне спілкування, взаємовідносини сім'ї з мікро- і макросередовищем, контакт із засобами масової інформації, літературою, мистецтвом); виховну (формування особистості дитини, передача їй соціального досвіду); релактивну (організація вільного часу та відпочинку).

*Сім'я* – це життєдайний осередок, що приводить на світ божий, плекає найвищу цінність людства – дітей, цвіт нації, майбутнє народу, завдяки яким кожен батько і мати мають реальну можливість повторити та продовжити себе у своїх потомках. Кожна людина є смертною. Але сім'я, рід, родина, народ – безсмертні. Невсипущою берегинею моральних чеснот, національних звичаїв і традицій, пам'яті предків, невтомною плекальницею родоводу, совісті та честі минулих, сучасних і прийдешніх поколінь є сім'я.

Найвидатнішою вихователькою підрастаючих поколінь за всіх часів й у всіх народів, покровителькою високої духовності та гуманізму, національного духу, характеру, свідомості, психології і патріотизму теж є сім'я.

Сім'я – різновіковий колектив. Структура її багато в чому залежить від звичаїв, культурних і національних традицій, моральних та правових норм. У її межах формується система стосунків між старшими та молодшими, батьками і дітьми, що визначає психологічний клімат у сім'ї. Тут формується світогляд дитини, ставлення до навколишнього світу. Спільне ведення домашнього господарства впливає на рівень матеріальної забезпеченості, можливості самореалізації особистості, її смаки, уподобання, ціннісні орієнтації, культуру. У сім'ї дитина набуває вмінь і навичок різних видів суспільної діяльності, насамперед навичок людського спілкування. Поступово в неї формується досвід сімейного життя, ставлення до родини.

Родовід вихователів йде від батька, матері, сім'ї. Спільними зусиллями кожен народ протягом своєї багатовікової історії створив власну національну виховну систему, наділену як загальнолюдськими здобутками, так і самобутніми творчими знахідками.

«Незважаючи на схожість педагогічних форм усіх європейських народів, – зазначав К.Д. Ушинський, – у кожного з них своя особливість, своя національна система виховання, своя особлива мета і свої особливі засоби досягнення цієї мети».

Сучасні обставини національного відродження та подальшого розвитку духовної культури українського народу зумовили гостру потребу в активізації освіти і патріотичному вихованні. Сьогодні необхідно відродити традиційний статус української родини з її непорушним авторитетом, подружньою вірністю, любов'ю до дітей і відданістю святому обов'язку їх виховання, повагою до

батьків і материнським покликанням жінки; підняти роль чоловіка – дружини, батька – матері в створенні та захисті домашнього вогнища, забезпечуючи на їх взірцевому прикладі моральну підготовку молоді до подружнього життя; відновити та зміцнити те вічне, на чому тримається людство, що ніколи не старіє.

Зразковим для нас повинен стати приклад тих країн і народів, де дбайливо бережуть старовину, власну національну культуру. Тоді й помисли нашого народу, дітей, молоді сприятимуть шанобливому ставленню до предків, родинно-побутових звичаїв і традицій, до того вічного, що має могутнє виховне значення. Тоді ми не знатимемо варварських руйнувань природи, історичних та культурних пам'яток, храмів, церков, монастирів, могил, кладовищ, національних святинь, відречень від національних символів, рідної мови.

З давніх-давен серед українців виник і утвердився погляд на сім'ю та рід як на святиню, а на виховання дітей – як на святий обов'язок батьків. Велич і красу сім'ї українці підносять до найвищих висот – як ознаку особливого авторитету та ролі в житті людини. Прикладом може бути опoетизовано-персоніфікований образ сім'ї:

У першому – красне сонце,  
У другому – ясен місяць,  
А в третьому – дрібні зірки.  
Ясен місяць – пан господар,  
Красне сонце – жона його,  
Дрібні зірки – його дітки.

Погляди на сім'ю в українців тісно переплітаються з оцінкою роду – кровної і свояцької єдності роду поколінь, які генетично походять від одного предка, усіх родичів, рідних. А звідси поширені серед народу стійкі вислови: «від роду до роду», «з роду в рід» – у всіх поколіннях, з покоління в покоління, від батьків до дітей; «з самого роду» – від народження. Коли комусь судилося щось від народження, то кажуть: «Так на роду написано». Одинокую людину, яка не має ні батька, ні родичів, характеризують: «ні роду, ні плоду», «ні роду, ні племені», «без роду й племені». Про родинні зв'язки у житті кожної людини кажуть: «Яке коріння, таке й насіння», «Який рід, такий плід», «Чий корінь, того й плід» тощо.

Народних афоризмів, що відображують інституцію роду й сім'ї, в українському фольклорі (казках, легендах, прислів'ях, приказках, піснях, думках) дуже багато. Любов, шана і повага до сім'ї, до роду не приходять самі по собі – їх виховують. Це той природний і надійний шлях, який дитина засвоює змалку і усвідомлює свою приналежність до родини, роду, а через них – до рідного народу, української нації.

Продовження родини, народу, нації – у дітях. Увіковічення міжпоколінних зв'язків, збереження історичної пам'яті, духовної та матеріальної культури, примноження корисних винаходів попередніх поколінь – у дітях.

Одним із основних чинників, що виховують дітей у сім'ї, є побут. Побут – це уклад повсякденного життя, безпосередньо пов'язаний з відтворенням як самої людини, так і народу, нації в цілому, із задоволенням матеріальних і духовних потреб людини. На кожному історичному етапі розвитку суспільства побут має свої певні властивості. На характер родинного побуту впливають соціальні умови та матеріальне становище сім'ї, її місце проживання, рівень культури та вид занять. Суспільство, родина, життя кожної людини, а отже, і виховання дітей у сім'ї без побуту обійтися не можуть. Підвищення культури сім'ї визначається поліпшенням її побуту.

Дитячий побут – це сукупність матеріальних і культурних умов, у яких дитина живе, це стан задоволення її реальних потреб щодо догляду, харчування, одягу, житла, предметів хатнього вжитку, охорони здоров'я, а також засвоєння духовних благ, культури живого спілкування, відпочинку, ігор і розваг.

Затишна домашня обстановка облагороджує дітей. Наявність у їхньому розпорядженні тільки потрібних предметів привчає їх до охайності, ощадливості та бережливості. Безсмакове, функціонально невиправдане нагромадження в оселі різних предметів – шкодить вихованню.

Під постійним впливом побуту формуються міжособистісні стосунки людини, ціннісні орієнтації та культура спілкування, певний спосіб життя та життєва позиція особистості.

Домашній побут відіграє надзвичайно велику виховну роль. Проте велике значення має лише той родинний побут, який доцільно організований, за якого немає нічого зайвого, оскільки кожна річ і кожний предмет мають своє призначення і своє місце, коли створено нормальні умови для життя, домашньої праці, споживання, відпочинку тощо.

Сучасний побут в Україні виступає в основних формах: сімейний, суспільний і виробничий. У структурі побуту виділяють два аспекти: матеріальний і духовний – і (відповідно з його суб'єктами) побут особи, соціальної групи, верстви або суспільства.

Сімейний побут характеризується індивідуальними і груповими (звичайно, у межах сім'ї) формами задоволення потреб, організації відпочинку, дозвілля, внутрішньосімейними нормами міжособистісних відносин, культури спілкування і потреб, властивих певному мікросередку.

Суспільний побут охоплює державно-соціальні форми задоволення потреб людей, організації різноманітних побутових послуг, а також основні принципи і

норми людського співжиття, духовно-моральні цінності, що впливають на свідомість і поведінку членів суспільства. Сюди можна віднести і нові громадянські звичаї, свята, обряди, традиції.

Виробничий побут (фабрично-заводський) – це організація безпосередньо за місцем праці, харчування і відпочинку працівників, постачання їм продуктів, забезпечення медичним обслуговуванням, дитячими яслами і садками, таборами відпочинку для дітей, пансіонатами та ін.

Форми побуту перебувають між собою в тісному взаємозв'язку. Сімейний побут залежить від рівня організації громадської служби побуту і якості наданих нею послуг. У свою чергу, матеріальний аспект суспільного побуту не може успішно розвиватися без урахування попиту населення на ті чи інші види побутових послуг, а його духовні устої зазнають впливу норм і правил співжиття, що складається і функціонує у сфері сімейного побуту. Подальше удосконалення побуту впливає на розвиток сім'ї.

Докорінні перетворення у сфері побуту, здійснювані в процесі формування демократичного суспільства з широкими ринковими відносинами і зв'язками, спрямовані на усунення контрастів у повсякденному житті різноманітних соціальних спільностей населення, на забезпечення фактичної рівності жінки з чоловіком, на утвердження в побуті нових духовно-моральних основ, зростання питомої ваги і ролі суспільних форм обслуговування і задоволення потреб людей, неухильне піднесення матеріального добробуту і духовної культури народу. З приватної справи побут перетворюється на предмет уваги держави, суспільства. Держава бере на себе основне піклування про задоволення найважливіших життєвих потреб своїх громадян: забезпечення житлом, комунальними послугами, медичним обслуговуванням; створення умов для поліпшення здоров'я, культурного відпочинку тощо, тобто формування таких чинників, які б сприяли гармонійному розвитку особи, зростанню її потреб та їх задоволенню. Соціальна політика в сучасній Україні спрямовується на поліпшення побутових умов громадян, підвищення рівня освіти і культури населення, подальший розвиток охорони здоров'я, санаторно-курортного лікування і відпочинку, удосконалення системи соціального забезпечення, розвиток сфер обслуговування та ін. Ніші ж рівень системи соціального розвитку України низький. Багато ще негараздів і труднощів переживають люди – це є відображенням затяжної економічної і політичної кризи.

Побут – це зумовлена способом виробництва матеріальних благ і рівнем соціально-економічного і культурного розвитку суспільства сфера соціального життя, що є сукупністю способів і форм задоволення особистих матеріальних і духовних потреб людей. Характер побуту і його структура визначаються не тільки способом виробництва, а й соціальним становищем кожного індивіда,

соціальними відмінностями, культурою суспільства. Побут – соціальне явище, що має досить стійкий характер. Кожна соціально-економічна система суспільства характеризується своїм типом соціальної організації побуту. Форми побуту зумовлюються соціально-економічним характером і політичним режимом суспільства. Тому країни, що відрізняються політичними й економічними системами, мають різні типи побуту, які є відображенням властивих суспільству соціально-політичних відносин і суперечностей.

## **КОНФЛІКТ У СІМ'Ї**

Конфлікти у сім'ї були, є і будуть, вони супроводжують наше життя як хвороби. Конфлікт – це реальні або ілюзорні, об'єктивні або суб'єктивні, різному усвідомленні суперечності між членами родини зі спробами їх емоційного вирішення.

Конфлікт не завжди відіграє негативну роль. Нерідко дезорганізація, втрата попередньої рівноваги зумовлюють пошук рішень, перехід взаємовідносин у сім'ї до нової оптимальної якості.

Соціально-психологічний конфлікт є явищем міжособистісних і групових взаємин, виявом протидіючого, активного зіткнення тенденцій, оцінок, принципів, думок, характерів, еталонів поведінки. Як форма комунікації членів сім'ї, одного члена сім'ї з групою або її частиною, однієї частини сім'ї з іншою він віддзеркалює прагнення людей до утверджених ідей, принципів. Нерідко він постає як реакція на несприятливі ситуації, що травмують особистість, на перешкоди у досягненні будь-якої мети. Виявляючи себе як один із засобів самоутвердження, він діє дезінтегруюче в людських стосунках. Тому його вважають одним із крайніх засобів регулювання міжособистісних стосунків.

На етапі виникнення конфлікти бувають: стихійні, заплановані, спровоковані, ініціативні, під час їх розвитку – короткочасні, тривалі, затяжні, на етапі усунення – керовані, погано керовані, некеровані.

Щодо результативності конфлікти можуть бути мобілізуючими чи дезорганізуючими у сім'ї, з погляду етики – соціально прийнятними і неприйнятними.

Неможливе розуміння конфлікту без знання головних понять психології спілкування, соціальної психології, які описують структуру особи, що взаємодіє з іншою особою у конфлікті. Тому спочатку необхідно послідовно розкрити ті основні характеристики особи, які впливають на конфліктність.

Конфлікт як хвороба спілкування повинен мати свої симптоми, конфліктні порушення спілкування. Ці порушення слід розглядати у тих аспектах, яким відповідають види порушень: прагматичні, комунікативні, легітимні.

Проаналізуємо соціально-психологічні характеристики спілкування з погляду можливих відхилень від нормального спілкування.

Соціально-психологічний конфлікт можна визначати різнобічно, а саме як:

- явище міжособистісних і групових відносин;
- вияв протиборства, тобто активного зіткнення тенденцій, оцінок, принципів, думок, характерів, еталонів поведінки;
- віддзеркалення прагнення людей до ствердження ідеї, яку вони захищають, принципу, вчинку, до самоутвердження;
- деструкцію міжособистісних відносин на емоційному, когнітивному чи поведінковому рівні;

форму комунікації людини з людиною, людини з групою або її частиною, однієї частини колективу з іншою, колективу з колективом;

- з точки зору психічного стану сторін, що беруть участь у протиборстві, – водночас і як захист, і як реакцію у відповідь;
- реакцію на несприятливі ситуації, що травмують особистість, на перешкоди у досягненні будь-яких цілей;
- з інструментальної точки зору – як один із засобів самоутвердження, подолання заперечуваних особистістю тенденцій;
- процес, ситуацію незнайденого виходу, розвиток дій на шляху пошуку засобів стабілізації відносин;
- у технічному плані – як один із крайніх засобів регулювання міжособистісних відносин;
- з естетичного боку – як прийнятний чи неприйнятний за формою спосіб виявлення суперечностей, що виникають у процесі взаємодії людей.

Залежно від перешкод, які переживає особистість (сім'я), розрізняють такі типи конфліктів:

- 1) перешкоди у досягненні цілей спільної трудової діяльності, тобто соціально корисних результатів праці, мобілізації зусиль членів сім'ї;
- 2) суперечність дій окремих особистостей щодо прийнятих норм;
- 3) особисті конфлікти, у виявленні яких провідне значення мають різного роду перешкоди, що заважають взаєморозумінню і сумісності.

Висуваються також специфічні підвалини для класифікації конфліктів:

- 1) застосування чи не застосування у конфліктах насильства;
- 2) ступінь і гострота насильства;
- 3) склад і кількість сторін, що беруть участь у протиборстві;
- 4) масштаб його виявлення у житті суспільства.

У межах функціонального аналізу класифікація конфліктів будується за принципом їх доцільності – недоцільності. У цьому плані розрізняють конфлікти:

- 1) закономірні (неминучі);
- 2) необхідні;
- 3) вимушені;
- 4) функціонально невиправдані.

Вважають, що конфлікти конструктивного характеру корисні, оскільки запобігають «застою» і «змертвінню» індивідуальної чи групової життєдіяльності і стимулюють її рух уперед. Звідси висновок, що ставлення до конфлікту має зводитись не до того, щоб запобігти чи усунути його, а до того, щоб віднайти спосіб зробити його продуктивним. Конфлікти нерідко породжуються прихованими потребами і бажаннями, які

## **ЧОЛОВІЧА ТА ЖІНОЧА ГІДНІСТЬ**

Протягом століть народ створював і удосконалював певні морально-етичні норми. Головними чинниками народної моралі споконвіку були повага і любов до вільної праці і ствердження ідеалів добра, краси гуманних взаємостосунків, знання свого родоводу, риси високого громадянства; нещадно засуджувалися негативні якості – пияцтво, лінощі, нещирість, злочинство, жадібність, скупість. Священне право на вільну працю народ виборював століттями, у праці він відстоював свою честь і гідність.

У статті 24 Конституції України проголошується рівність прав чоловіка і жінки в усіх сферах суспільного життя. Відповідно до цього положення побудоване все законодавство щодо захисту прав жінок. У нашій країні не існує жодного закону, який би віддавав перевагу чоловікам, обмежуючи права жінки. Жінка не виокремлюється із загального визначення «громадянин України». Однак юридична рівноправність жінок і чоловіків не означає їх фактичної рівноправності. У процесі правового регулювання суспільних, соціально-економічних відносин завжди враховують фізичні та фізіологічні особливості чоловіка та жінки. Отже, згідно з правовими актами жінка в українському суспільстві має широкі можливості для самореалізації, але фактично не існує механізмів для забезпечення рівності чоловіка та жінки в соціумі.

## **ВИХОВАННЯ В СІМ'Ї**

Проблема виховання – це одна з вічних проблем, вичерпне вирішення якої в принципі неможливе. За сучасних умов проблема засягла новими гранями у зв'язку з процесами демократизації суспільного життя в Україні, що визначають основний вектор соціальної політики держави. Осмислення проблем виховання переповнює русло таких наук, як педагогіка, психологія та філософія. Виховання як соціальне явище дедалі частіше стає спеціальним

об'єктом дослідження соціологічної науки, що пов'язує підвищення інтересу до питань виховання з соціально- економічними та політичними реформами, які відбуваються в Україні. Соціологічні інтереси до виховання виявляються лише там і тоді, де і коли починається демократизація соціальних інститутів.

Виховання – процес цілеспрямованого впливу на людину з боку інших людей, формування певної системи особистих якостей. Виховання має різноманітні форми: політичне, розумове, трудове, моральне, естетичне, патріотичне та ін. Важливим складником розвитку будь-якої особистості є виховання.

Правильно організоване виховання формує повноцінну цілісну особистість, індивідуальність, яка високо цінує свою громадянську, національну і особистісну гідність, совість і честь.

Народна мудрість у піснях, прислів'ях і приказках утверджує важливу роль сім'ї в житті кожної людини, бо «без щастя сім'ї – нема щастя на землі». Сім'я, ненька, вірна дружина в багатьох українських народних піснях – символи рідного краю. Традиційним є ставлення нашого народу до родинної спільки як до великої цінності в житті.

Хто виростив хоч одну дитину, знає, яка то важка і щаслива робота – виховання. Ця праця потребує мудрості і витримки, великого серця, виваженості і постійного напруження душі.

безслідно: люди, зустрічі, прочитані книги, над якими роздумує молода людина і які щось змінюють у ній.

Без материнської і батьківської ласки, без уваги дорослого сухе й нагодоване, здорове маля ростиме сумним і пасивним, байдужим до оточення. Надмір батьківської уваги, постійне потурання дитині є теж шкідливими.

Треба виховувати дитину так, щоб вона була активною, до чогось прагнула, чогось добивалася. Переконавання, принципи, життєве кредо не можна передати, кожен має виробити, вистраждати їх сам, спираючись на прочитані книги, на свій життєвий та батьківський досвід.

Із сивої давнини дійшло до нас «Повчання Володимира Мономаха дітям». Можна тільки дивуватися з глибокої психологічної культури відомої історичної пам'ятки, написаної мудрим правителем Київської Русі (1053- 1125) і адресованої своїм синам: «І вдову захистіть, не дайте сильним губити людину... Ніколи не майте гордощів у своєму серці і в розумі...

Старших шануйте, як батька, а молодих, як братів... при старших годиться мовчати, премудрих слухати, старшим підкорятися, з різними і молодими мати згоду і бесіду вести без лукавства, а щонайбільше розумом вбирати. Не лютувати словом, не ганьбити нікого в розмові, не сміятися багато. Очі тримати донизу, а душу вгору.

У домі своєму не ледачкуйте, а за всім приглядайте самі, не покладайтесь на сина або на отрока, щоб не посміялися люди ні з дому вашого, ні з вашого обіду. Брехні остерігайтесь і пияцтва, і облуди, від того душа гине і тіло. Не промініть ніколи людину, не привітавши її, і добре слово їй мовте. Жінку свою любіть, та не давайте їй влади над собою. Якщо забуваєте про це, то частіше заглядайте в мою грамотицю: і мені буде не соромно, і вам буде добре».

Поняття «виховання» в цьому контексті вживається у педагогічному значенні – як цілеспрямована діяльність батьків з метою вирішення конкретних виховних завдань.

Місце і роль процесу виховання можна зрозуміти, зіставляючи поняття «формування особистості», «соціалізація особистості» і «виховання».

Формування є процесом становлення людини як соціальної істоти під впливом усіх без винятку чинників – соціальних, економічних, ідеологічних, психологічних та ін. Соціалізація – це процес засвоєння соціального досвіду, освоєння і присвоєння суспільних відносин, який триває впродовж всього життя індивіда і має певні стадії: становлення і розвитку особистості. Процес виховання – це управління процесом особистісного розвитку дитини створенням сприятливих умов. Сприятливими умовами слід вважати педагогічно обгрунтовану організацію середовища, діяльності, спілкування, стимулювання тощо.

Виховання є компонентом загальнолюдської культури. Культурні досягнення склалися протягом тисячоліть, а засвоїти їх дитина повинна за гранично короткий термін. Із цієї позиції процес виховання слугує цілеспрямованою допомогою дитині в її входженні в сучасну культуру. Він неможливий без організованої взаємодії, співробітництва, партнерства батьків і дітей, вихователів навчальних закладів і вихованців.

Існують різні соціальні напрями діяльності, які сприяють загальному розвитку особистості. Це художньо-естетичний, дослідницько-експериментальний, науково-технічний, дозвіллево-розважальний, еколого-природний.

У формуванні духовності людини особливе місце посідає родинно-побутова культура. **Духовне виховання** – це система, уклад життя народу, нації, сім'ї, умова, яка забезпечує здійснення розумового, інтелектуального, морального, естетичного, соціально-чуттєвого розвитку особистості та формування її світогляду, включення в економічне, політичне й культурне життя народу.

Важливим складником всебічного розвитку особистості є розумове виховання. Цей процес тривалий і складний. Виховання в сім'ї потребує від

батьків глибоких знань і врахування вікових особливостей дітей. Велике значення має пробудження у дітей інтересу до знань.

Успіх навчальної діяльності дітей значною мірою залежить від умінь: уміння читати, уміння слухати, уміння усно формулювати і викладати свої думки, уміння писати, уміння працювати з книжкою.

**Моральне виховання** характеризують поняття: мораль, моральний ідеал, моральний кодекс, моральні норми, моральні переконання, почуття та якості.

Поведінку людини оцінюють за ступенем відповідальності певним правилам. Головна мета морального виховання в сім'ї – набуття морального досвіду, успадкування духовних надбань українського народу, досягнення високої культури міжлюдських і міжнаціональних взаємин, формування моральної культури.

Родинно-сімейне виховання дітей завжди гармонійно поєднувалось з національним вихованням та повагою до прав і свобод народностей, що жили і живуть в Україні.

**Національне виховання** – це виховання дітей на культурно-історичному досвіді рідного народу, його традиціях, звичаях і обрядах, багатовіковій виховній мудрості, духовності.

**Праця** – основна умова виникнення та існування людства. Вона змінює становище різних груп працівників, формує їх соціальне та професійне обличчя. Трудова складова в українському вихованні з давніх-давен виступала як досить суттєва педагогічна тенденція. Наш народ завжди вважав працю, трудову діяльність першоосною буття людини, нації. Трудове виховання дітей здійснювалося створенням умов до раннього залучення їх до праці. Дітей варто ознайомлювати з деякими професіями. Вибір професії – один з головних моментів у житті людини.

Готуючи молодь до майбутнього сімейного життя, у неї виховують уміння обирати собі друга (супутника) життя, налагоджувати взаємні стосунки у подружньому житті, уникати конфліктів, вести домашнє господарство, розподіляти між собою обов'язки і розпоряджатися бюджетом, виховувати дітей тощо.

Важливою складовою гармонійного розвитку особистості є естетичне виховання. « Краса вчить розпізнавати зло і боротися з ним. Краса – це дзеркало, в якому ти бачиш сам себе і завдяки йому так чи інакше ставишся сам до себе», – писав В.О. Сухомлинський.

**Статеве виховання** належить до системи морально-етичних норм сім'ї, є складовою частиною виховання дітей.

Статеве виховання – це взаємопов'язаний, безперервний процес засвоєння підростаючим поколінням знань про взаємини статей, формування культури

поведінки і потреб керуватися у стосунках з особами протилежної статі нормами моралі. Воно полягає у формуванні духовності, високих моральних якостей юнаків і дівчат, норм поведінки, відповідальності за свої вчинки, культури дружби, кохання, інтимних почуттів..

Особливо інтенсивно виховну роботу потрібно проводити в підлітковому віці, коли дівчата статево дозрівають скоріше, що породжує розрив у взаєминах хлопців і дівчат, який може позначитись на їх подальшому ставленні до протилежної статі. Підліткова сексуальність має свої особливості: інтенсивність статевого потягу, ранній початок статевого життя; сексуальна активність має характер експериментування, відрізняється ігноруванням небезпеки; невідповідність необмеженої еротичної фантазії та обмежених можливостей її реалізації; сексуальність ізольована від почуття любові.

У період статевого дозрівання в підлітка зростає інтерес до протилежної статі, збільшується статевої потяг, стає актуальною інформація сексуального характеру.

Статеве дозрівання впливає і на психіку підлітка.

Батьки і педагоги повинні акцентувати на морально-психічних питаннях, вирішення яких сприяло б формуванню правильних взаємин між статями, унеможливило статево розпусту, заклало підвалини міцної сім'ї в майбутньому. У процесі статевого виховання батьки і педагоги повинні цілеспрямовано впливати на виховання дітей поваги до себе, чоловічої та жіночої гідності, формування правильних взаємовідносин між статями.

Готуючи молодь до майбутнього сімейного життя, у неї виховують уміння обирати собі друга (супутника) життя, налагоджувати взаємні стосунки у подружньому житті, уникати конфліктів, вести домашнє господарство, розподіляти між собою обов'язки і розпоряджатися бюджетом, виховувати дітей тощо.

Важливою складовою гармонійного розвитку особистості є **естетичне виховання**

Велике значення має виховання у дітей естетики поведінки – охайності в одязі, гарної постави, уміння триматися невимушено, природно, культурно й естетично виявляти свої емоції.

## **ОРГАНІЗАЦІЯ ДОМАШНЬОГО ГОСПОДАРСТВА ЗАГАЛЬНІ ВИМОГИ ДО ОБЛАДНАННЯ СУЧАСНОГО ЖИТЛА**

Житло людей пройшло багатівіковий шлях розвитку – від печери і наметів до комфортабельних сучасних квартир, в яких забезпечуються умови для ведення домашнього господарства, творчості, відпочинку, культурного розвитку, виховання дітей.

Упродовж віків людина прагнула створити собі житло, прикрасити його, щоб жилося в ньому гарно і затишно. Первісна людина була насамперед мисливцем. Усю свою енергію вона змушена була спрямовувати на боротьбу зі стихією, голодом, ворожими племенами, тому творчості віддавала дуже мало сил і часу. Її художня творчість тісно пов'язана з природою, багатим тваринним світом. Інтер'єр печери становили шкури звірів, різні коріння, камені, на яких грілися біля багаття, споживали їжу. Первісні люди прикрашали своє житло розписами на стінах. Головними мотивами зображень були окремі фігури великих тварин, що вказує на об'єкти полювання.

Пізніше люди знаходили інші засоби для оздоблення свого житла. Архітектурні пам'ятки свідчать про те, що вже у Стародавній Греції будівельники турбувалися про оформлення інтер'єру. Для суспільних споруд використовували позолоту, інкрустацію із золота і глазури на мармурі, пластини із чеканної міді, стрункі вази, амфорні глечики з кераміки, на яких зображені різні сцени із життя людей. Для внутрішніх робіт – штукатурку дерева для стін, мозаїчні підлоги.

Греки створили архітектурний ордер – суворий, художньо осмислений порядок розміщення частин споруди. Для кожної будівлі грецький будівничий добирав особливе місце. Споруда органічно зливалася з природою, доповнювала її, виростала з неї. Основним будівельним матеріалом був природний мармур.

У Стародавньому Єгипті стіни будівель покривали малюнками. Культові споруди оформляли особливо інтенсивно і якісно (з використанням дорогих матеріалів). Величність храмів вражала відвідувачів своїм оздобленням. Храми відділялися від зовнішнього світу високими стінами.

У Стародавньому Римі будували купольні покриття, які і сьогодні вражають своєю величчю. У той час розвивався монументальний живопис, архітектурні споруди прикрашали скульптурою.

Унікальним є мистецтво періоду Київської Русі, яка подарувала нащадкам Поділ, Золоті Ворота, прекрасну «Софію». Поступово українці удосконалювали зовнішній вигляд житла. Це знайшло своє відображення у розписаних стінах та печях Сходу, оздобленні церков Заходу, внутрішньої забудови будівель Півночі і Півдня.

У сучасному житловому інтер'єрі (від франц. *intérieur* – внутрішній, від лат. *interior* – ближчий до середини; в архітектурі це слово означає – внутрішній простір споруди або приміщення) благоустрій та естетика нероздільні. Досвід показує, що житло не може бути гарним, якщо, наприклад, неправильно підібрані і розміщені меблі. Проте водночас правильний добір меблів та їх

ідеальне розміщення ще не гарантують високих художніх якостей інтер'єру, якщо одночасно не вирішуються проблеми художнього оформлення.

Під час обладнання житла необхідно керуватися таким принципом: гарне лише те, що зручне. Зручності у квартирі зумовлюються насамперед її правильною функціональною організацією, тобто таким добром і розміщенням меблів та обладнання, який забезпечить найкращі умови для виконання функціональних процесів: відпочинку, навчання, сну, приготування їжі та ін. На зручності житла також відбиваються його кольорове вирішення, розміщення творів декоративного мистецтва, квітів та інших елементів благоустрою.

Відомо, що інтер'єр житла і речі активно впливають на здоров'я людини. Перевантажена речами і декоративними предметами квартира стомлює людину, заважає їй зосередитися, а іноді й призводить до нервового розладу'. Тому не варто прагнути до того, щоб у вашому житлі було безліч найрізноманітніших речей. Варто дотримуватися принципу: «краще менше, та краще». При обладнанні квартири враховуйте, що для сучасного житлового інтер'єру характерні простота, скромність та раціональність.

Досвід підказує, що не завжди житло обладнується з належним умінням і смаком. У багатьох випадках світлі просторі кімнати заповнюються меблями, великою кількістю прикрас, килимів, кришталю, фарфорового посуду тощо. У таких кімнатах уже не вистачає місця для людини, для її відпочинку і творчої діяльності; у них речі і прикраси заважають одне одному. Але часто можна бачити, що у приміщенні взагалі відсутні будь-які прикраси, а функціонально необхідні речі (меблі, штори, покривала тощо) мають дуже низькі художні якості; у такій квартирі нудно і незатишно. Є квартири, де ніби все в міру, вони не заставлені меблями, на стінах – картини, декоративні вироби, а в сервантах сяє кришталь, на підлозі – килими. Але після відвідування такого житла відчуваєш невдоволення. Річ у тім, що речі і прикраси в такому приміщенні не гармонують одне з одним, немає загального колориту, єдиного композиційного вирішення.

Для житла, яке відрізняється гармонійним оформленням, характерними є помірність у декоративних засобах, художній взаємозв'язок усіх елементів інтер'єру. Повноцінний художньо інтер'єр житла складається не сам по собі, над ним необхідно працювати, використовуючи народні традиції і сучасний досвід. Необхідно пам'ятати, що житловий простір є постійно діючим виховним чинником. Від того, що оточує людину, які меблі, посуд, одяг, якими вона користується, як прибрано житло, залежить формування емоцій, естетичних смаків і суджень. Гарні, високохудожні речі, вироби вчать розуміти і любити прекрасне. Проникаючи в його глибини, людина відчуває велике

задоволення, стає добрішою до людей, краще сприймає красу навколишнього світу – природи, архітектури, літератури, живопису. Малохудожні наляпані речі позначаються на свідомості людини, на її культурі негативно. Тому, обладнуючи квартиру і купуючи меблі, картини, килими, декоративний посуд та ін., будьте вимогливими.

## **ОСОБЛИВОСТІ ОБЛАДНАННЯ СУЧАСНОЇ КВАРТИРИ**

У сучасних квартирах може бути від однієї до п'яти кімнат, має бути передпокій, кухня, комора, ванна кімната, балкон чи лоджія.

Якщо квартира має кілька кімнат, то виникає проблема найбільш раціонального їх використання: яку з них зробити загальною, де розмістити спальню, яку виділити для дітей тощо. Щоб правильно вирішити цю проблему, необхідно враховувати кількість, вік і стать усіх членів сім'ї, режим дня і сферу їхньої діяльності. Варто взяти до уваги орієнтацію кімнат за сторонами світу, рівень шуму, що доноситься з вулиці, та інші чинники.

Передпокій без перебільшення можна вважати візитною карткою, хоча дехто і вважає, що у передпокої усе доречно: і те, що зайве в кімнаті, і те, що псує її вигляд. Отже, кожен, хто переступає поріг такого дому, одразу ж стає свідком недбайливості, безгосподарності хазяїв, складає перше відповідне враження про характер усієї оселі.

Яким же має бути передпокій? Насамперед необхідно передбачити в ньому місце для верхнього одягу, головних уборів, взуття, встановивши вішалку або шафу. Дзеркало з навісною полицкою-шухлядою можна повісити у простінку біля вхідних дверей.

Зручною може бути і вмонтована в нішу стінна шафа, яка складається з кількох ізольованих відділів, розрахованих на зберігання різних за призначенням речей.

У верхній частині влаштовують своєрідні антресолі, де тримають чемодани, спортивний інвентар, різні сезонні періодично вживані речі. Основний вертикальний відділ шафи відводять для верхнього одягу, полицю – для головних уборів. У боковому відділі, що має полиці і шухляди, зберігають речі господарського вжитку: пилососи, щітки, натирачі, мастику для підлоги тощо.

У нижній частині шафи, поділеній на два відділи, тримають взуття – для вулиці і хатнє. Антресолі, а також полиці для господарських речей краще обладнати глухими дверцятами. Відділ для одягу закривають лляною або бавовняною драпірувальною тканиною спокійного кольору, яку кріплять до навісної штанги.

Останнім часом дедалі більшої популярності набувають шафи-купе. Вони зручні тим, що можуть використовуватися і в невеликих передпокоях.

*Загальна кімната.* Для загальної кімнати, як правило, виділяють найбільше приміщення, яке має вхід з передпокою і зручно з'єднується з кухнею. Бажано, щоб загальна кімната була орієнтована на південь, південний схід або південний захід. Загальна кімната несе найбільше функціональне навантаження у квартирі. І не тільки тому, що у вільні години в ній збирається вся родина для бесід, розваг, простих домашніх робіт, відпочинку. Інколи тут і сплять, і працюють, і навчаються. Тому, обладнуючи це приміщення, необхідно відразу ж виділити у ньому зони різного призначення – для відпочинку, розваг, приймання гостей, розумової праці та навчання.

Зону відпочинку не варто розміщувати близько до вікна. Це місце, як правило, відводиться для робочої зони. В куточку для відпочинку ставлять диван, зручні крісла, легкий низенький журнальний столик, тут також можна розташувати полиці для журналів та книжок, радіоприймач, музичний центр, телевізор тощо.

Якщо сім'я велика, то у загальній кімнаті варто передбачити зону для приймання їжі. Проте, коли сім'я звикла обідати на кухні, в кімнаті, щоб зекономити її площу, залишають невеликий складний стіл. Щоб кімната здавалася просторішою, стіл можна поставити не в центрі, а під стіною.

При бажанні зони приймання їжі, відпочинку чи праці можна відокремити. Для цього використовують різні перегородки або вбудовані шафи. Вони поділяють приміщення тільки частково, залишаючи загальну кімнату просторово єдиним приміщенням. За перегородки можуть правити занавіски з драпірувальних тканин, полиці, закріплені між підлогою та стелею, яку прикрашають декоративними виробами.

*Спальня.* Спальнями можуть бути невеликі кімнати, по можливості з окремими входами. Для спальні кращою є орієнтація на південний схід або на схід. Не рекомендується виділяти для спальні кімнату, вікна якої виходять на вулицю, оскільки шум транспорту заважатиме спокійному сну.

Обладнання спалень відрізняється простотою. Це – ліжка, тумбочки, платтяна шафа, комод та дзеркало, яке найкраще повісити на стіні.

Оскільки площа спальні, як правило, невелика, дуже важливо знайти вигідне місце для ліжок. Згадаємо про фен-шуй. Якщо ваше ліжко стоїть ногами до дверей, то подумайте, як його переставити. Таке положення ліжка в багатьох країнах вважається жалобним знаком і пояснюється марновірним ставленням до того, що померлу людину виносять ногами вперед. Якщо ліжко не можна пересунути, то повісьте в головах дзеркало. Не слід розташовувати під несучими балками перекриття. Якщо уникнути цього неможливо, подбайте

про постіль з лінійним малюнком. І ще одне: небажано навішувати над ліжком світильники і лампи – енергія такого освітлення концентруватиметься щільним пучком на певній частині тіла, внаслідок чого можуть з'явитися відчуття болю. Яскраве світло наповнює спальню драматизмом; м'яке тьмяне освітлення наповнить кімнату еротикою і спокоєм, а палаючі свічки – сексуально збудливою енергією.

Для людей похилого віку зазвичай відводять кімнату, орієнтовану у двір, де менше шуму.

Окремо варто говорити про дзеркала. Вони завжди повинні бути чистими і відполірованими. Повісьте їх так, щоб вони не відбивали «неестетичні» речі житла (кошки з брудною білизною, відра для сміття тощо). Замість прямокутних краще використовувати плавні контури. Не спіть безпосередньо перед або під дзеркалом.

*Дитяча кімната.* Дитина – незалежно від того, лежить вона у сповитку чи вже ходить до школи, – повинна мати свій окремий куток. Тоді вона не заважатиме дорослим, а вони – їй. Важливо і те, що, підростаючи, малюк вже сам порядкує у своїх «володіннях», знаходить місце іграшкам, книжкам – одне слово, привчається до певних обов'язків. Тому, по можливості, одну з кімнат необхідно виділити для дітей. їм рекомендується віддати найсвітліше приміщення, бажано з окремим входом. Якщо такої можливості немає, то влаштовують робочі куточки для дітей.

Місце для занять школяра має бути обладнане біля вікна. Для молодших школярів найбільш зручними визнано парти-столи. На стіні над столом можна повісити карту світу, полицки для книжок.

Якщо в сім'ї росте хлопчик, то він повинен мати ящик чи шафу з інструментами, деталями «Конструктора» тощо, щоб сповна задовольнявся його потяг до майстрування. Дбайливі батьки влаштовують для дитини ще й живий куточок: кілька горщиків з рослинами, акваріум. І квіти, і рибок діти доглядають самі. Батьки не повинні забувати, що малята вразливі і сприйнятливі, вони мають свій дитячий світ, який треба зробити гарним і раціональним. З перших років життя дитину мають оточувати привабливі речі – це допоможе розвинути в неї смак.

Якщо в сім'ї двоє дітей, близьких за віком, доцільно поставити двоповерхове ліжко, щоб зекономити площу кімнати. Під нижнім ліжком можна розмістити шухляди з іграшками. Зекономити місце дає змогу також використання простих і зручних меблів, що особливо важливо у дитячих кімнатах, щоб залишити більше вільної площі для забав.

*Балкон, лоджія.* Балкон і лоджії дуже часто перетворюють на звалища речей, які нікому не потрібні. Проте вони призначені для відпочинку і тут

можна обладнати гарні і затишні куточки. Для цих елементів житла застосовуються невеликі столики (на зразок журнальних), табурети, стільці, крісла, крісла-гойдалки, розкладні ліжка. Якщо лоджія чи балкон використовуються для обіду, вечірнього чаю тощо, не можна обійтися без обіднього столу. Стільці, крісла і стіл можуть бути розкладними. На балконі, в лоджії і незаскленій веранді знайдуть своє місце невисокі шафочки для господарських речей. У заскленій веранді можна поставити буфет.

Меблі на балконі чи в лоджії мають бути максимально простими. Дерев'яні меблі з облицьованими поверхнями під дією вологи швидко стають непридатними, тому в лоджіях доречнішими будуть плетені меблі.

Для створення затишку і захисту балкона і лоджії від сонячних променів дуже доречними будуть елементи озеленення. Перевага надається багаторічним рослинам, які навесні дають багато листя, створюючи захист від сонця. Біля цоколя будинку часто висаджують хміль, дикий виноград чи декоративну квасолю. Для вертикального озеленення використовують ліани. Ними добре притінити вікно або відгородити частину великої кімнати. Для ліан можна поставити дерев'яну решітку або протягнути мотузку.

## **ЗНАЧЕННЯ КОЛЬОРУ В ОЗДОБЛЕННІ ЖИТЛА**

Велике значення в оздобленні житла має колір – один з досить ефективних засобів оформлення сучасного житла, за допомогою якого можна досягти високохудожньої виразності інтер'єру. Проте колір не тільки визначає художні ознаки приміщень, а й допомагає створити найбільш сприятливі умови для життя і діяльності людини, її здоров'я і настрою. Визначаючи колірну гаму вашого інтер'єру, спочатку доберіть основний колір, а потім – допоміжні, що підкреслюють основну гаму. Пам'ятайте: у приміщенні можна використовувати не більше від п'яти кольорів – краще два-три плюс відтінки. Спеціалісти радять, перш ніж приступити до колористичного вирішення квартири чи садибного будинку, необхідно розробити його докладний план. У ньому повинні бути враховані кольори усіх складових елементів житла – стін, стелі, підлоги, меблів, меблевих тканин, штор, покривал на ліжках, килимів тощо. План необхідно реалізувати без відхилень, тому що інакше ви не досягнете бажаної гармонії.

Який же колір обрати? Для більш чи менш кваліфікованого колористичного вирішення житла необхідно ознайомитися з такими поняттями, як теплі і холодні, хроматичні й ахроматичні кольори; кольори, що виступають, і ті, що відступають; колорит, гармонія, а також мати уявлення про вплив кольору на емоційну сферу людини.

Кольори бувають теплі і холодні. До теплих належать червоний, оранжевий і всі інші, в яких вони переважають, до холодних – синій, голубий і вся група синьо-зелених і синьо-фіолетових тонів. Зелені кольори, в яких переважає синій, – холодні, а якщо в них переважає жовтий і червоний – теплі.

Кольори поділяють на хроматичні й ахроматичні. До хроматичних належать жовті, червоні, сині кольори та їх відтінки, до ахроматичних – сірі, білі і чорні.

Помічено, що теплі інтенсивні кольори здаються більш близькими; їх називають тими, що виступають. Холодні кольори здаються більш далекими, тому вони отримали назву тих, що відступають.

Колорит – це співвідношення усіх кольорів, що входять у композицію. Визначається він кольорами близьких відтінків, що домінують. Так, якщо в інтер'єрі переважають сіро-голубі тони, то за наявності в ньому незначних елементів жовтого, коричневого і білого інтер'єр сприймається в сіро-голубому колориті.

Гармонія – закономірне поєднання кольорів, що сприяють їх високій художній виразності. Існують два види гармонії – нюансна і контрастна.

## **ОСОБЛИВОСТІ ОБЛАДНАННЯ САДИБНОГО БУДИНКУ**

Останні роками дуже змінилися наші села. І оселі в них не лише збудовані, а й обладнані по-новому. Вони стали просторішими, світлішими. За своїм інтер'єром сільський будинок дедалі більше наближається до міської квартири.

Як же найкраще обладнати дім і прикрасити його?

В Україні, де в більшості районів клімат досить теплий і м'який, будинки, як правило, споруджують з верандами. Влітку веранда стає ніби додатковою кімнатою, тому її не варто захаращувати різним домашнім скарбом чи городнім реманентом. Тут доречні меблі з лози та декоративні квіти. З веранди потрапляємо у велику світлу кімнату з вікнами на вулицю. Чистота і гарні смугасті хідники або килими на підлозі нададуть їй надзвичайної гостинності. У загальній кімнаті має бути сучасна тахта, яку можна використати і як додаткове ліжко. Тут же можна розмістити шафу для одягу, шафу чи полиці для книжок. Посередині хати чи під стіною можна поставити стіл зі стільцями. Варто дотримуватися основного принципу: меблі треба розташовувати зручно, щоб ними було легко користуватися.

Ліжко чи тахту краще застелити покривалом, оздобленим за національними мотивами. На Гуцульщині це можуть бути покривала (ліжник або верета), на Житомирщині – гарне вовняне рядно або легкий килим. Гарним додатком можуть стати дві-три яскраві невеликі подушечки.

Якщо у загальній кімнаті стоїть буфет чи сервант зі святковим посудом, не варто прикрашати його ще й серветками, якими б гарними вони не були. А вишиту чи мереживну серветку краще покласти на стіл. Ніде більше вона не потрібна.

На підлозі в загальній кімнаті найкраще виглядає український килим. Він немов збирає усе до купи, об'єднуючи всі речі в кімнаті і надаючи їй затишку.

Стіни можна прикрасити стародавніми і ніколи не старіючими рушниками. Не обов'язково пов'язувати рушник з портретом. Значно привабливіше він виглядає перекинутим через кілок, коли його вишиті кінці знаходяться один над одним.

Вибираючи проект майбутнього будинку, необхідно передбачити окремі помешкання для дітей, батьків, дідуся і бабусі. Якщо дорослі мають окрему спальню, то ліжко немовляти має стояти в кімнаті батьків. Усі ліжка бажано ставити вздовж внутрішніх стін: вони набагато тепліші і сухіші.

## **ОЗДОБЛЕННЯ КВАРТИРИ. МЕБЛІ ТА ЇХ ПРИЗНАЧЕННЯ**

Сучасний дизайн відрізняється еkleктикою, тобто змішуванням різних стилів, матеріалів і оздоблень.

Багато хто вважає, що меблі з натурального дерева, безумовно, кращі від меблів із ДСП. Насправді все залежить від якості обробки деревини. Останнім часом у меблевому дизайні використовується новий сучасний, міцний і естетичний матеріал – МДФ. Усі панелі, які можуть бути пошкоджені при експлуатації, покривають спеціальною щільною стійкою проти ударів рідиною, що значно подовжує термін експлуатації меблів. Крім того, використовуються накладки з натурального дерева – вони естетичніші за дизайн і захищають меблі від відколів. Меблі, плетені з лози, доречні не тільки на дачі, а й у вітальні.

Шафи. Сховища домашнього вжитку дедалі більше нагадують офісні меблі. Вони зручні і практичні. Замість масивних фільонок нині значного поширення набули шафи з дерев'яними решітками і шафи-вітрини з дверцятами з матового армованого скла. Дизайнери роблять довгострокову ставку на заміну шаф стелажми й відкритими пеналами.

Стінка. Сучасна тенденція – усе на очах. Дедалі частіше дизайнери відмовляються від одержних шаф і антресолей. Невисока і негроміздка стінка з відкритими полицями під апаратуру, пенали для бібліотеки чи колекції компакт-дисків, – ось те, що визначає вигляд сучасного житла.

Одночасно витісняються з інтер'єру шафи з прозорим склом. На зміну їм приходить тоноване скло з округленими кутами.

Відео-та аудіоапаратуру встановлюють не на тумбу, а на столик з поверхнею, що обертається.

Внутрішні шухляди повинні бути закріплені на роликах, а не на дерев'яних рейках. Це забезпечує їм рухомість і безшумність. Перевірте наявність роликів при купівлі нових меблів.

У вузьких коридорах справжнім порятунком є розсувні двері: у передпокоях, дитячих, шафах-купе.

Журнальні столи. І в тісній квартирі знайдеться місце для журнального столика. Можна вибрати складаний – він знадобиться на імпровізованій молодіжній вечірці. Двоповерховий столик-стелаж – відмінне ощадливе вирішення.

Для тих, хто полюбляє екстравагантність, відмінно підійде столик зі скла на сталевій опорі срібlistого кольору.

Крісла. Купуючи крісла, зверніть увагу на модель, у якої спинка і сидіння зроблені із широких переплетених ременів.

Важкі старовинні крісла дедалі інтенсивніше поступаються місцем витонченим моделям, що відмінно вписуються навіть у невелике приміщення.

Цікаві надзвичайно легкі крісла, які складаються з металевого каркаса, покритого чохлам з еластичної бавовни. Крісло доповнює банкетка-пуф того самого кольору. Завдяки вмонтованому механізму можна легко змінити кут нахилу спинки, що дає змогу зробити ваш відпочинок максимально комфортним.

Дивани. Поєднати в одній кімнаті вітальню та спальню – це означає з'єднати диван і ліжко. Без зусиль такий диван розкладається вперед, а під сидінням є зручна шухляда для постелі.

Важлива проблема щодо оббивки для м'яких меблів нині вирішується дуже просто: дивани і крісла продаються в чохлах із цупкої бавовни, які в разі потреби можна легко зняти і випрати.

На колористичне вирішення приміщень суттєво впливає колір меблів. У продажу є світлі і темні меблі. Меблі темних тонів візуально здаються важчими і громіздкішими, ніж світлих.

Вибираючи меблі для житла, необхідно враховувати орієнтацію й освітлення кімнат. Для приміщень, що виходять на північ або недостатньо освітлені денним світлом, бажано добирати світлі меблі. В яскраво освітлених приміщеннях, що виходять на південь, можна поставити темні меблі. При обладнанні світлих кімнат темними меблями можна досягти виразного художнього контрасту між ними світлими площинами стін. У такому разі меблі чітко вимальовуються на фоні стін, підкреслюються їх силует і форма.

Досвід підказує, що при обладнанні світлих кімнат світлими меблями досягаються особлива зорова легкість і нюансна гармонія інтер'єру.

Велику роль у колористичному вирішенні приміщення відіграє колір тканини, якою оббиті м'які меблі. Особливо важливо враховувати властивість теплих кольорів виступати, а холодних – відступати. Так, якщо в невеликій загальній кімнаті поставити м'які меблі (диван, крісла, стільці), оббиті тканиною яскраво червоного кольору, то вона здаватиметься меншою від своїх фактичних розмірів. А кімната з голубими меблями справлятиме враження більш просторої.

Добираючи колір тканини, варто враховувати орієнтацію приміщень. У приміщеннях, орієнтованих на південь, рекомендується застосовувати тканини холодних тонів (голубих, синіх, синьо-зелених тощо), які поглинають яскравість сонця і створюють враження прохолоди. У приміщеннях з північною орієнтацією бажано використовувати тканини теплих тонів (золотистих, оранжевих, жовто-зелених), які зримо доповнюють недостатність сонячного світла.

Колір тканини для оббивки меблів необхідно добирати з урахуванням застосованого в інтер'єрі принципу гармонії. У разі нюансного загального вирішення інтер'єру колір меблевої тканини може бути яскравим (наприклад, синя чи зелена тканина в інтер'єрі золотистого тону).

У разі контрастного загального вирішення бажано, щоб меблева тканина була спокійного сірого чи бежевого кольору.

Крім того, вибираючи колір тканини, необхідно враховувати її призначення. Для меблів рекомендуються більш темні тони, для штор і покривал – світлі. З метою досягнення єдності в декоративному оформленні інтер'єру інколи використовують одну тканину для штор і покривал або для штор, покривал і занавісок на вбудованих меблях. Проте досвід підказує, що такий прийом не варто застосовувати, якщо тканина яскрава, оскільки це може призвести до кольорової перенасиченості інтер'єру і негативно позначатиметься на самопочутті людей, які тут живуть.

Суттєвий вплив на колорит приміщення може мати килим, застелений на підлогу. Колір і малюнок його повинні пов'язуватися із загальним оздобленням кімнати. Рекомендується килими м'яких пастельних тонів (сірі, вохристі) або яскраві насичені (червоні, сині, зелені).

Приємним кольоровим акцентом у кімнаті може бути килим на стіні.

Активними кольоровими елементами, що суттєво впливають на колорит кімнати, є штори і гардини. Вони можуть бути яскраві (червоні, оранжеві, жовті) або приглушених тонів. Для спальень, дитячих кімнат, кабінетів краще застосовувати драпірувальні тканини світлих тонів. У загальних кімнатах

можна використовувати і яскраві кольори, але важливо, щоб колір штор гармонував з кольором стін, меблів та інших елементів інтер'єру.

## **ОЗДОБЛЕННЯ ЖИТЛА ДЕКОРАТИВНИМИ ЕЛЕМЕНТАМИ**

Існує досить великий арсенал засобів для художнього прикрашання житла: картини, декоративні і функціональні вироби з кераміки, фарфору, скла і металу, декоративні тканини, дерев'яні різні прикраси та ін. Твори декоративного мистецтва доповнюють художній ансамбль житла, роблять його теплим і затишним. Щоб досягти успіху в оформленні житлового інтер'єру творами декоративного мистецтва, необхідно добирати саме ті декоративні елементи, які найбільше підходять до архітектурного і кольорового вирішення приміщень, стилю меблів, фактури і кольору тканин, якими оббиті меблі. Предмети декоративного мистецтва можна придбати у спеціалізованих магазинах, але деякі можна зробити і самому.

Одним із найбільш бажаних декоративних елементів у житлі є картини і твори графіки (вид образотворчого мистецтва, основним зображувальним способом якого є малюнок, виконаний на папері за допомогою пензля, олівця, пера тощо). Серед них виділяють: акварелі – живопис фарбами, що розчиняються водою; пастелі – художній твір, виконаний олівцями, що виготовляються із фарби, крейди та речовини, яка поєднує усі ці компоненти; гравюри – вид графіки, в якому зображення є друкованим відбитком з малюнка, виконаного художником-гравером на спеціально підготовленій дошці; офорти – спосіб гравіювання на металевій пластині за допомогою методу протравлювання азотною кислотою; відбиток з пластини, вигравіюваної таким способом, та ін. Часто саме вони визначають загальний характер художнього вирішення інтер'єру. Так, якісні копії з пейзажів відомих художників нададуть інтер'єру ліричності, натюрморт з квітами і фруктами підкреслить призначення вітальні, портрет відомої особи чи картина на історичну тему вказує на призначення робочого кабінету тощо.

Як же вибрати картину? Насамперед необхідно подивитися, що є у вашому домі, і відкласти ті картини, які не мають художньої цінності і мають поганий смак. Купуючи картину, потрібно уникати невизначених репродукцій, колір яких не відповідає кольору оригіналу. Краще віддати перевагу репродукціям з картин, виконаних у техніці графіки (літографія, офорт, ліногравюра), які за своїм змістом і розмірами підходять до сучасної квартири.

Безумовно, навіть найкраща репродукція не може замінити оригінал. Тому, добираючи картину чи твори графіки, варто зважити свої матеріальні можливості і, якщо вони достатні, придбати в художніх салонах оригінали картин, акварелей, офортів.

Картина в житлі повинна подобатися його мешканцям. Вона має бути такою, щоб кожного разу, коли ви дивитесь на неї, у вас виникало відчуття задоволення. Це один із основних критеріїв, що визначають вибір творів живопису і графіки для житла.

Вибираючи картини, необхідно зважати на їх тематику. Для житла підходять ландшафтні і міські пейзажі, фігурні композиції, натюрморти, квіти, портрети. Тематику картин необхідно добирати відповідно до призначення кімнат. Так, у загальній кімнаті доречними будуть пейзажі, натюрморти, квіти, портрети; для спальні підійдуть квіти, пейзажі, фігурні композиції.

### **ОЗЕЛЕНЕННЯ ЖИТЛА. ВИДИ ОСВІТЛЕННЯ КВАРТИРИ**

Кімнатні рослини є своєрідною живою прикрасою інтер'єру. Вони підкреслюють і завершують його декоративно-художню композицію, створюють атмосферу спокою і затишку. Як один з декоративних елементів кімнатні рослини набувають особливого значення у сучасному просторому інтер'єрі, який не перевантажений дрібницями. Кімнатні рослини не лише прикрашають приміщення, а й сприяють створенню в ньому здорового мікроклімату. Вдень вони поглинають вуглець і виділяють кисень, а багато з них є джерелом фітонцидів, які мають властивість убивати і пригнічувати шкідливі мікроби і бактерії. Кімнатні рослини дають змогу підтримувати вологість повітря у приміщенні в межах 50 %; без них вологість становить 30 - 35 %.

Включаючи в інтер'єр житла рослини, необхідно дотримуватися трьох умов: по-перше, правильно їх добирати; по-друге, забезпечити їм нормальні умови розвитку; по-третє, розміщувати так, щоб вони не заважали основним функціональним процесам у приміщенні.

Основна маса рослин, що використовуються у внутрішньому озелененні, походять з країн із тропічним і субтропічним кліматом. Розмаїтість природних умов, в яких ростуть у себе на батьківщині відомі нам кімнатні рослини, визначає різноманітність їхнього зовнішнього вигляду, біологічних особливостей, ритмів розвитку. Одні з них вирощують заради ефектних квіток, інші – через гарне, цікаве за формою та кольором листя, треті – для декорування вертикальних стін.

Деякі рослини привертають увагу квіткарів незвичною формою і будовою. Залежно від декоративних властивостей рослин, їхніх морфологічних особливостей, екології і можливостей використання в інтер'єрі всю різноманітність кімнатних рослин можна умовно розподілити на кілька груп.

Декоративні рослини, що цвітуть. Це порівняно невелика група рослин, яку вирощують заради гарного ефектного цвітіння, яке може тривати від тижня

до кількох місяців. Довго і рясно цвітуть пеларгонії, бегонії, сенполія. Короткочасне цвітіння в клівії, кринума, гіпеаструма. Одні з них цвітуть узимку (азалії, камелії, пуансетія, цикламени), інші – навесні й улітку (пеларгонія, синінгія, ахіменес, дзвіночок). В інший час ці рослини не такі привабливі. При доборі декоративних рослин, що цвітуть, необхідно враховувати час їхнього цвітіння. Це дасть змогу протягом року мати в кімнатах найкращу прикрасу – живі квіти.

Декоративно-листяні рослини. До цієї групи належать більшість кімнатних рослин. Вони доповнюють і прикрашають простір інтер'єру стрункою і виразною формою, а також фактурою листя. Пальми, папороті, філодендрони привертають увагу квіткарів гарною формою листя, аегонії, марантові, багато акантових – надзвичайно яскравим пістрявим кольором. При вирощуванні ряболистих рослин важливо знати реакцію кожного з них на світло. Деякі віддають перевагу затіненим місцям: при надлишку світла листя в них стає блідим, світлим, втрачає рябий малюнок (бегонії, марантові, сциндапус). В інших, навпаки, пістрявий колір листя стає яскравим при сонячному світлі (кодіеуми). Оформляючи житло, перевагу варто віддавати тим, що цвітуть, а листяні використовувати там, де їхня форма, силует і колір листя можуть доповнити загальне художнє оформлення приміщення.

Ліани. Ці рослини для успішного росту потребують постійної опори. Вони мають довгі трав'янисті чи здеревілі стебла, які по-різному прикріплюються до опори. В одних рослин стебла в'ються навколо опори (аспарагус), в інших – чіпляються за неї вусиками (пасифлора, глоріоза). Багато з них піднімається вгору по стовбурах або вертикальних стінах за допомогою додаткових коренів. Ліани використовуються для вертикального озеленення. Ними добре притінити вікно або відгородити частину великої кімнати. Для ліан можна поставити дерев'яну решітку або протягнути мотузку.

Ампельні рослини. Це рослини з довгими звисаючими пагонами. Їх вирощують у підвісних горщиках. Ефектно виглядають підвішені в кошиках розеткові рослини, здатні утворювати вусики: хлорофітум, ломикамінь, папороті із звисаючим листям (нефролепіс) та ін.

Епіфіти. Ці рослини поселяються на стовбурах дерев, використовуючи їх як опору, але не паразитуючи на них. Більшість цих рослин вбирає вологу з повітря за допомогою повітряних коренів. До епіфітів належать деякі папо-роті, орхідеї та бромелії. У домашніх умовах їх можна вирощувати як у горщиках, так і на корчах або у спеціальних блоках з кори дуба, сосни чи берези. До опори їх прикручують тасьмою.

Сукуленти. Це велика група рослин з м'ясистими соковитими стеблами. Листя їх часто має вигадливу форму: намистинок, кульок, валиків. Деякі

сукуленти називають «живим камінням». До групи сукулентів належать кактуси, алое, молочаї, агави, товстянки, седуми.

Для оформлення сучасного інтер'єру часто використовують кактусні рослини. Їхні живописні форми гарно поєднуються з геометричними формами сучасних меблів і декоративними тканинами. Кактуси висаджують поодиночки в керамічні горщики або групами в широкі низькі форми на зразок підносів. Із кактусів і каміння різної форми можна створювати живописні декоративні композиції. Великою перевагою кактусів є невимогливість, здатність довгий час бути без води. Більшість видів кактусів світлолюбні, тому їх ставлять у добре освітлених сонцем місцях.

Добираючи рослини для кімнат, необхідно враховувати, що деякі з них отруйні і шкідливі для здоров'я. До таких належать олеандр, деякі види ароїдних, примула обконіка, деякі магнолії та ін. Шкідливі для здоров'я також квіти, що мають сильний запах, наприклад, гіацинти, лілія королівська. Їх не повинно бути багато в приміщенні. Не можна залишати ці квіти в кімнаті на ніч.

Добираючи квіти, необхідно враховувати призначення і розміри приміщення.

У спільній кімнаті для озеленення використовують великі рослини, наприклад, фікус, пальму, лимонне дерево, високорослі стрункі кактуси, гортензію, юстицію, пеларгонію та ін. Поряд з великими у цій кімнаті рекомендується розмішувати рослини середньої і малої висоти – азалію, фуксію, мирт, кактуси та ін., а також ампельні рослини на високих підставках або в настінних висячих вазах. Цими рослинами разом з великими можна створювати виразні декоративні композиції.

Для спальні і дитячих кімнат найбільше підходять аукуба японська, антуріум величний, бегонія королівська, хлорофітум, ампельні та деякі інші рослини. Не рекомендується розмішувати у спальнях і дитячих кімнатах колючі рослини (кактуси, агави та ін.).

У кабінеті можна розмістити одну велику рослину (наприклад, пальму чи фікус) і дві-три таких, що цвітуть, які створять необхідний кольоровий контраст у стримане кольорове оформлення і ділову обстановку приміщення. Доречними тут будуть високорослі стрункі кактуси, сукулентні (алое деревовидний, мильний і смугастий, каланхое з однією квіткою тощо) й ампельні рослини.

У кухні можна знайти місце для однієї-трьох рослин, бажано, щоб вони цвіли. Їх можна поставити на буфет, обідній стіл, а одну низькорослу квітку – на вікні.

Створюючи зелену декорацію кімнат, обов'язково необхідно враховувати індивідуальні смаки усіх членів родини.

Істотний вплив на зручність проживання й естетику житла, а також на розвиток рослин має їх розміщення. Поширений спосіб розміщення великої кількості рослин на підвіконниках не має нічого спільного із сучасною зеленою декорацією житла. Рослини на вікні ускладнюють вентиляцію приміщення і поглинають значну частину світла. Не кращим місцем для квітів є високі шафи або верхні полиці кухонних буфетів.

Квіти розміщують поодиноці або групами. Найкраще місце для них – поблизу вікна на спеціальних підставках. Великі рослини (фікуси, пальми, лимонні дерева та ін.) найкраще ставити на підлогу, не забуваючи про спеціальні підставки і коритця під горщики, щоб не псувати підлогу. Можна одну-дві квітки поставити і на підвіконня, якщо вони не заважатимуть відкриванню вікна і не перешкоджатимуть проникненню сонячного світла у приміщення. Дуже гарний вигляд мають квіти у підвісних настінних вазах. Поливаючи квіти у таких вазах, треба бути уважним, щоб не попсувати стіну.

Вибираючи місце для рослин, потрібно враховувати колір стін, меблів, драпірувальних тканин, килимів. На фоні світлих стін, меблів і штор добре сприймаються рослини з темно-зеленим листям і яскравими синіми, червоними й оранжевими квітами. З насиченою за кольором стіною, темними меблями і темними шторами добре гармонують рослини зі світлим листям і ніжними голубими, рожевими, жовтими і білими квітками.

Бажано, щоб біля рослин не було штор, покривал, килимів і меблів з яскравим зеленим, червоним, голубим чи жовтим кольором, на фоні яких квіти не сприймаються. Найкращий кольоровий фон для рослин – білий, світлосірий, золотистий, гороховий і натуральної деревини.

Погано сприймаються квіти на фоні стіни з грубим накатом чи поклеєної барвистими шпалерами з великим малюнком, а також на фоні великоорнаментованих штор, покривал і килимів. Тому, якщо в кімнаті є квіти, бажано, щоб стіни були одноколірні без накату або поклеєні шпалерами з дрібним, неяскравим малюнком.

## **ПРИБИРАННЯ ПРИМІЩЕНЬ**

Прибирання приміщень, мабуть, одна з найтяжчих і з найнеприємніших домашніх робіт. Щоб досягти зразкового порядку в квартирі, потрібно прибирати її постійно. Як відомо, одні роботи виконуються щодня, інші – щотижня або ще рідше, а деякі – один чи два рази на рік, як, наприклад, генеральне прибирання.

Щоденне прибирання розпочинають з провітрювання квартири. Доки кімнати провітрюються, витріть пил з меблів. Найефективніше прибирання – вологе. Адже кожен літр повітря містить до півмільйона найдрібніших часточок

різних речовин та мікроорганізмів, у тому числі хвороботворних. Якщо мати на увазі, що людина щодоби вдихає 12 тисяч літрів повітря, то неважко підрахувати, що за цей час в її легені може потрапити близько 6 мільярдів пилинок! Витріть вологою ганчіркою батареї, підвіконня, пофарбовані меблі. Поліровані меблі витирають сухою ганчіркою з фланелевої, вовняної тканини, яку після кожного прибирання треба добре витрушувати, а раз на тиждень – прати з милом. Сухою ганчіркою витирають електричні лампочки: пил, що осідає на них, крім потенційної шкоди здоров'ю, ще й істотно погіршує освітленість приміщення. Після очищення від пилу основних предметів домашнього вжитку поливають кімнатні квіти, а потім витирають підлогу. Якщо в квартирі є балкони чи лоджії, їх також треба щодня очищати від пилу й бруду. Крім гігієнічних вимог, тут потрібно пам'ятати про радіонукліди, які ще й досі є в повітрі.

Раз на тиждень рекомендується почистити пилососом м'які меблі, килими, усі закутки в квартирі, особливо старанно – під ліжками, диванами, канапами, шафами, де накопичується найбільше пилу. М'які меблі можна по-чистити і без пилососа. Для цього треба намочити в чистій воді старе простирadlo або велику ганчірку білого кольору, викрутити її, застелити диван чи крісло і вибити їх. Коли таке покриття забрудниться, прополощіть його в чистій воді і продовжуйте вибивати доти, поки меблі не стануть чистими.

Дерев'яну пофарбовану підлогу рекомендується мити водою з нашатирним спиртом (2 столових ложки на 1 відро води), а непофарбовану – чистою водою. Щоб надати дерев'яній непофарбованій підлозі приємного золотистого вигляду, протріть її після миття настоєм ромашки або відваром лушпиння цибулі. Не лейте багато води на дерев'яну підлогу, особливо на не-пофарбовану: від надмірності вологи вона, а також підвалини можуть швидко згнити.

Паркет, покритий мастикою, спочатку очищають пилососом, а потім натирають до блиску щіткою, вовняною ганчіркою чи натирачем підлоги. Лакований паркет витирають вологою ганчіркою.

Підлогу, покриту лінолеумом, не мийте водою з нашатирним спиртом, содою та іншими хімічними препаратами, які псують його зовнішній вигляд. Треба також пам'ятати, що від холодної води лінолеум може потріскатись, а від гарячої – стати липким. Тому витирайте його ганчіркою, змоченою у теплій воді з туалетним милом.

Сухий лінолеум раз у два-три тижні вкривають тонким шаром мастики (воску) і через кілька годин натирають вовняною ганчіркою до блиску. Це надовго зберігає лінолеум.

Щоб поновити старий лінолеум, його промивають сумішшю з молока і води (1: 1).

Клейонку чи лінолеум, якими вкрито кухонний стіл, миють м'якою мильною водою і витирають чистою полотнинкою. Гарячі предмети ставлять на спеціальні підставки, бо клейонка і лінолеум псуються під впливом високої температури. Не варто залишати на клейонці надовго мокрі предмети, бо верхній шар її може відокремитися від основи. Не можна мити клейонку і лінолеум гарячою водою, сухим пральним порошком, щоб не пошкодити поверхні, не зіпсувати візерунка.

Чорнильні плями на підлозі швидко підсушують промокальним папером або товченою крейдою, плями від синього чорнила виводять лимонною кислотою, а від фіолетового – горілкою.

Раковини й ванну миють в міру забруднення. Щоб ванна завжди була чистою, треба встановити правило: кожний член сім'ї після купання сам старанно вимиває її. Мити ванну найкраще за допомогою капронової щітки теплою водою з господарським милом, пральним порошком або спеціальними мийними засобами. Не рекомендується мити ванну різними кислотами, щоб не зіпсувати емаль.

Унітаз треба мити якнайчастіше, використовуючи мийні засоби. Його чистять спеціальною щіткою з довгою ручкою чи квачем. Соляною кислотою виводять зі стінок і дна унітаза залишки сечовини, а потім миють універсальною пастою або пральною содою. Нині існує велика кількість спеціальних засобів для прибирання у ванних кімнатах і вбиральнях. Вони допоможуть тримати ці приміщення в ідеальній чистоті.

Якщо в сім'ї хтось серйозно захворів, то після відвідання ним туалету унітаз необхідно продезинфікувати 1%-м розчином гіпохлориту кальцію.

Акуратні господарі кілька разів на рік, приміром наприкінці зими, весни, літа й осені, проводять ґрунтовніше прибирання: миють двері, вікна, обігрівальні пристрої, люстри, вибивають і просушують матраци, подушки, ковдри, килими, миють і натирають підлогу мастикою. Один-два рази на рік, найкраще навесні, у ясний сонячний день, або восени, перед настанням морозів, у квартирі роблять генеральне прибирання. До речі, така традиція давно існує у сільських жителів. Там білять хату, чистять і пересушують домашні речі у дні підготовки до Великодня та після закінчення основних польових робіт.

Готуючись до генерального прибирання, перевіряють, чи не треба часом зробити дрібний ремонт якоїсь частини житла, затулити щілини в підлозі, пофарбувати двері, віконні рами тощо. Після цього готують необхідні матеріали та інструменти.

Спочатку знімають занавіски й фіранки. Паперові шпалери витирають сухою ганчіркою, чистять учнівською гумкою стелю. Щітка має бути м'якою, сухою, з довгою ручкою. Під час цих робіт двері й вікна потрібно відчинити

для доступу свіжого повітря. Меблі треба зсунути зі своїх місць. Це дасть можливість почистити стіни, біля яких вони стояли, витерти задні стінки самих меблів, вимити і протерти ті ділянки підлоги, на яких вони стояли.

Очистивши від пилу стіни й стелю, переходьте до гардеробу, серванта, книжкової шафи. Звільніть їх повністю від речей, витріть пил, просушіть всередині. Надворі разом із речами перегляньте поліетиленові та цератові мішки, в яких зберігаються одяг і взуття, валізи, обітріть і провітріть їх. Перш ніж укласти речі у валізи, встеліть їх свіжими газетами: міль не зносить запаху друкарської фарби. Це, звісно, не виключає вкладання у валізи спеціальних хімічних препаратів.

Під час осіннього прибирання теплий верхній одяг почистіть від пилу та нафталіну, відремонтуйте і повісьте у шафу, а чистий літній одяг складіть на полиці й у валізи замість зимового.

Після цих робіт можна переходити до «вологого» прибирання.

Статуетки та інший посуд із серванта вимийте у холодній солоній воді і витріть насухо. Для миття кришталевих виробів у холодну солону воду додайте оцет та невелику кількість синьки.

Зніміть картини зі стін і витріть їх сухою ганчіркою. Рамки вичистіть щіткою, а якщо картина зашклена, вимийте скло так само, як мили скляний посуд. Картину, написану олійними фарбами, накривають білою ганчіркою, намоченою у воді (найкраще у дощовій або дистильованій) і залишають її на 3-4 години, потім висушують і легенько проводять по поверхні картини полотняною ганчіркою, змоченою у лляній олії. Білі місця змочують перекисом водню, а після цього витирають ганчіркою. Чистити картини бензином, скипидаром, милом не рекомендується.

Під час прибирання радимо перевірити стан родинних ювелірних виробів, якими ви не користуєтесь повсякденно. Золоті, срібні, платинові браслети, обручки, брошки, ланцюжки можна занурити на півгодини у теплу воду з туалетним милом, а потім почистити щіточкою, змоченою цією ж такою водою, і витерти фланелевою ганчіркою. Потьмянілі срібні вироби знову заблищать, якщо їх потерти вовняною тканиною, змоченою нашатирним спиртом, а потім промити чистою водою й витерти. Щоб вони у майбутньому не чорніли, загортайте їх у чорний папір. Вироби з бурштину та слонової кістки чистять так само, як і срібні вироби.

Якщо у квартирі чи будинку є піч, груба або плита, то під час генерального прибирання не забудьте старанно почистити димоходи. Поверхню кахляних печей вимийте теплою водою з пральним порошком.

Двері й віконні рами, пофарбовані недавно, достатньо витерти вологою ганчіркою. Якщо ж вони дуже забруднені, вимийте їх теплою водою, додавши

1-2 столових ложки нашатирного спирту. Соду й мило вживати не можна, тому що від них фарба тьмяніє. Після миття двері й рами треба витерти насухо, інакше вони вкриються жовтими плямами.

Віконні шибки спершу очищають від пилу, а вже потім миють. Існує кілька способів миття шибок. Основні з них такі:

1. У теплій воді розчиняють подрібнену крейду або зубний порошок (2 столових ложки на 1 л води), додають трохи синьки і м'якою ганчіркою намащують з обох боків скло цим розчином. Коли він трохи підсохне, витирають скло пом'ятим газетним папером.

2. У воду додають нашатирний спирт або горілку (1 частину на 10 частин води). Ганчірку з м'якої тканини або поролонову губку добре змочують у цьому розчині, миють шибки, а потім витирають їх насухо ганчіркою або газетним папером.

3. Якщо на віконному склі є тріщини, їх можна покрити ззовні тонким шаром безбарвного лаку для нігтів.

4. Коли миєте віконні шибки, протирайте скло з одного боку по вертикалі, а з другого (краще зовнішнього) – по горизонталі. Це дасть можливість бачити, чи добре вони вимиті.

Для миття дзеркал можна скористатися такою порадою. У склянці води розчиняють 1 столову ложку оцту і 20 г подрібненої крейди. Цю суміш треба довести до кипіння, а після охолодження дати відстоятися. Чистою рідиною протирають дзеркальну поверхню, користуючись шматочком замші, ганчіркою або газетним папером. Миють дзеркала також ватним тампоном, змоченим в одеколоні. В обох випадках після миття поверхню дзеркала треба витерти насухо.

Звичайно, генеральне прибирання передбачає миття і натирання підлоги. Деякі поради щодо цього подано вище.

Завершується генеральне прибирання наведенням чистоти й порядку на кухні. Як правило, починають з того, що із шаф і висувних шухляд дістають весь кухонний посуд, начиння і все, що миється, перемивають у воді з банним милом.

Шафи і полиці, на яких зберігаються продукти, вимийте водою з оцтом (1-2 столових ложки на 1 склянку води). Це збереже їх від плісняви.

Кухню бажано білити двічі на рік. Якщо стіни покриті олійною фарбою, вимийте їх водою з туалетним милом (1-2 столових ложки на 2 л води). Дуже забруднені стіни вимийте суконною ганчіркою, намоченою у воді з пральним порошком, а потім витріть їх чистою вологою ганчіркою.

Щоб ліквідувати на стінах плями від жиру і сліди кухонних випарів, покладіть у стару капронову панчошу шматочок скловати, змочіть у воді й легко протріть забруднені місця, після чого витріть стіни вологою ганчіркою.

Керамічні плитки миють спочатку теплою водою з пральним порошком чи милом, а потім чистою водою. Якщо виявиться, що між плитками утворилися неприємні сірі смужки, приготуйте кашку з крейди та води і змастіть нею всю облицьовану поверхню. Через якийсь час, коли кашка підсохне, витріть плитки чистою сухою ганчіркою. Плитки заблищать, а сірі смуги зникнуть.

Під час миття кухонних стін миють газову плиту, раковину, холодильник і підлогу.

У коморі також необхідно навести лад. Як і під час прибирання на кухні, з неї спочатку виносять усі речі. В разі потреби побіліть стіни й стелю, вимийте теплою водою з кальцинованою содою усі полиці й підлогу. Цементну підлогу та підлогу з керамічної плитки миють водою із скипидаром, дерев'яну – так, як і в інших приміщеннях квартири.

Перегляньте усі продукти, що зберігаються в коморі, особливо борошно, крупу, сухофрукти. Борошно краще пересіяти, крупу висипати на чистий папір і в добре освітленій кімнаті або надворі роздивіться, чи не завелися в ній шкідники. Банки з консервованими продуктами, що вибухнули або здулися, вилучіть, а зіпсований продукт знищіть.

Така приблизна послідовність основних дій під час генерального прибирання квартири. Закінчивши його, усі ганчірки, щітки, віники треба добре вимити й випрати в гарячій воді з милом або пральним порошком, висушити і скласти (кожну річ окремо) на зберігання до наступного прибирання.

Рекомендована система, хоч її ми не вважаємо єдино правильною і вичерпною, дасть змогу підтримувати вашу оселю в доброму стані багато років. Однак з часом усе старіє і настає той період, коли ви відчуваєте, що вашому житлу потрібен ремонт. Якщо ви вирішили відмовитися від послуг спеціальних ремонтних служб і хочете зробити ремонт власними силами, можете скористатися нашими порадами.

## **ДОГЛЯД ЗА МЕБЛЯМИ**

Меблі, як і будь-який інший предмет домашнього вжитку, потребують постійної уваги і ретельного догляду.

Насамперед для зберігання меблів у доброму стані необхідне відповідне середовище. Найбільше шкодять меблям вологість, надто висока або низька температура. Тому меблі добре зберігаються при температурі приміщення 10 - 22 °С і відносній вологості – не вище від 65 %.

Якщо ви купуєте меблі взимку (температура повітря нижча від 3 °С), то перед тим, як зібрати і встановити, дайте їм постояти у приміщенні 3 - 5 годин.

Встановлювати меблі поблизу сирих стін, опалювальних приладів чи проти сонця не рекомендується.

Шафи та інші предмети встановлювати так, щоб уникнути перекосу. Якщо вади має підлога, то під ніжки шафи, буфета тощо кладуть клини. Щоб дверцята шафи не жолобилися, їх треба зачиняти.

Якщо дошки обіднього столу» розсунулі ліжко або якусь шухляду важко висунути, причину варто шукати в незначному набряканні деревини. Такий недолік можна усунути, натираючи спрямовуючі рейки парафіном або сухим милом. Коли і це не допоможе, то рейки зачищають наждаком або рубанком.

Протирати меблі і збирати пил з лакованої поверхні потрібно м'яким, сухим і чистим клаптиком фланелі. З м'яких меблів пил видаляють пилососом або чистять так, як описано вище.

Речі можна чистити і з допомогою щітки, обтягнутої вологою марлею, складеною в кілька шарів.

Пил і бруд з полірованої поверхні в жодному разі не видаляйте мокрою полотниною або гарячою водою. Це не лише зіпсує зовнішній вигляд предметів, а й може спричинювати відшарування облицювальної фанери.

На фанеровану і поліровану поверхню не слід ставити теплі або мокрі предмети.

Воду, що випадково потрапила на поверхню меблів, треба витерти сухою полотниною. Невеликі пошкодження, що виникли при цьому, можна усунути, витерши поверхню спеціальною полірувальною пастою.

Білі плями на полірованій поверхні від гарячих предметів видаляють, протираючи їх вовняною ганчіркою, змоченою у суміші спирту з рослинною олією, круговими рухами, поки вони не зникнуть. Можна також такі плями натерти шматочком парафіну з воском, накрити промокальним папером і притиснути гарячою праскою. Якщо пляма з першого разу не зійде, цей прийом повторюють. Після цього пошкоджену поверхню протирають м'якою сукняною ганчіркою, і полірування буде відновлене.

Поліровані меблі можна також протирати ганчіркою, змоченою чаєм, після чого витерти бархаткою.

Забруднені поліровані меблі протирають гасом або теплою водою з додаванням скипидару.

Жирові плями з меблів видаляють, потерши їх тальком.

Дубові меблі потрібно чистити клаптиком шинельного сукна, змоченим у воді і добре віджатим, або пивом.

Меблі, заляпані крейдяною фарбою, протирають ганчіркою, змоченою оцтом з кількома краплями олії.

Для освіження меблів їх треба вимити, витерти, протерти ватою, змоченою розчином: 2 частини скипидару, 2 частини лляної олії, 1 частина оцту.

Поліровані і лаковані меблі можна оновити, використовуючи полірувальні пасти. При цьому поверхню меблів спочатку протирають сухою полотнинкою, потім фланель зволожують пастою і розтирають на поверхні рухами, що імітують форму цифри вісім. Зволожену поверхню натирають сухою чистою полотнинкою, поки не з'явиться дзеркальний відблиск.

Пам'ятайте, що спирт, ацетон, бензин розчиняють лакову плівку і псують меблі.

Багато речей з часом втрачають свій первинний вигляд: поверхня блякне, фарба відстає, з'являються подряпини і плями. Особливо швидко псуються кухонні меблі: стільці, столи тощо. Забруднені предмети, вкриті нітроемалевою фарбою, можна помити полотнинкою, змоченою у теплій воді з розчиненням милом, але без соди, оскільки від неї фарба втрачає міцність, тріскається і відшаровується.

З допомогою полотнинки, змоченої у молоці, можна видалити свіжі чорнильні плями, почистити клавіші музичних інструментів, рами картин.

За шкіряними меблями доглядають так само, як і за іншими виробами зі шкіри. Оббивку зі шкіри протирають вологою ганчіркою, після чого на поверхню наносять злегка збитий яєчний білок.

Для видалення плям зі шкіряної оббивки в неї втирають суміш із картопляного крохмалю і бензину (у співвідношенні 1 : 1), а після висихання її витирають. Потрібно завжди стежити за тим, щоб шкіряні меблі були чистими, без пилу. Якщо меблі забруднилися, їх протирають теплою мильною водою. Час від часу оббивку потрібно змащувати безбарвним кремом, після чого протерти щіткою або фланелевою ганчіркою.

Проте не всі плями можна видалити власноручно. Деякі можуть усунути лише спеціалісти, яких можна запросити через бюро послуг або побутові майстерні з ремонту меблів.

## **ДЕЩО З ІСТОРІЇ ПРАННЯ БЛІЗНИ ТА ОДЯГУ**

Як тільки людина скинула з себе шкіру тварин і вбралася в одяг із тканин, у неї виникла проблема прання. Коли людина почала прати, хто винайшов мило? Ці питання давно цікавлять людство, але достовірно час і місце першого прання встановити важко. Відомо, що і в Давньому Єгипті, і в Стародавній Греції, і в Стародавньому Римі прання було звичною справою. Цю інформацію дають нам і літературні твори того часу, і настінні фрески, на яких фараони і

придворна знать зображені у сліпучо-білому одязі. Прали, як правило, жінки, яких зображували за роботою: білизну, покладену на жорстке каміння, терли руками чи били щосили об каміння.

У Стародавній Греції одяг прали у невеликих ямах, оскільки корит і тазів ще не було. Прачки привозили білизну тачками, скидали її до ям і топтали ногами. Після того як бруд із тканини сходив, білизну полоскали і сушили, розстеливши на березі моря. Прибій тер білизну об прибережну гальку і тим самим довершував роботу. Жирні плями знімали глиною так само, як і мили руки під час їжі. Прання білизни не вважалося чимось принизливим.

Припускають, що мило вперше з'явилося у кельтів, які жили в Галії (Франція). Перше мило виготовляли із золи і козячого жиру. Промислове виробництво мила почалося у IX ст. н.е. у Марселі. Пральна дошка і вал з'явилися в XVI ст. На той же час було винайдено і новий спосіб прання – білизну закладали у великий чан, накривали шматком полотна, зверху насипали золу і заливали гарячою водою. Білизна очищала завдяки хімічним елементам, що містяться у золі. З часом процес прання удосконалювався.

В українців склалися свої традиції щодо прання. Для замочування білизни використовували ночви великого розміру, спеціально виготовлені цебра, звужені донизу, зі спеціальними отворами для рук, а також балії. Білизну прали вручну, а на заході траплялися широкі дерев'яні пральні дошки з ребристою поверхнею – райбачки, шустярки, магівниці. Після прання просте грубе полотно золили. На середньому Подніпров'ї та на сході Поділля для цього використовували жлукто – видовбаний стовбур дерева без дна, іноді з набитими навхрест планками, на Тернопільщині – зольницю або зварку. На півдні білизну нерідко золили у звичайних діжках або просто кип'ятили у котлах. Після зоління білизну несли на річку і там полоскали й били праником (прачем) – короткою дерев'яною прямокутною чи заокругленою, рідше лопатоподібною дощечкою з держачком. Після просушування білизну прасували, завиваючи кожну річ на качалку і прокочуючи по ній рублем – пласким дерев'яним прусом із коротким держачком на кінці й трохи вигнутою ребристою робочою поверхнею<sup>1</sup>.

## **ПРАЛЬНА МАШИНА**

Серед домашніх справ, які доводиться вирішувати усім членам сім'ї, а надто жінкам, особливе місце посідає прання білизни та інших речей. Його здійснюють ручним способом чи з допомогою пральної машини. Прання вручну потребує великих затрат часу і фізичних сил, що надто стомлює жінку. Сьогодні у магазинах є досить широкий асортимент пральних машин. Найбільшою популярністю користуються автоматичні і напівавтоматичні

машини фірм «ARDO», «IXDESIT», «SAMSUNG», «LG», машини вітчизняного виробництва «SATURN» та ін.

Перед початком використання машини потрібно, дотримуючись інструкцій, встановити її. Треба вилучити транспортувальні гвинти, а отвори від гвинтів закрити пластиковими заглушками, які є у комплекті машини. Машину необхідно вирівняти, щоб не було перекосів, перевіривши правильність її встановлення за рівнем горизонтальності верхньої кришки корпусу. Якщо машину встановлюють на килимовому покритті, то потрібно перевірити, чи не перекриваються вентиляційні отвори до днища машини.

Під'єднання до водопровідної мережі часто залежить від тиску води у водопроводі. Він повинен перебувати у межах, зазначених на інформаційній табличці на задній панелі пральної машини. Потім перевіряють надійність з'єднання, зігнутий кінець шланга приєднують до водоприймача пральної машини. Зливальний шланг закріплюється за два гаки, які розміщені на задній стінці машини. Кінець зливального шланга може бути приєднаний до трубопроводу каналізаційної системи або його можна повісити на край раковини чи ванни. Шланг не повинен перегинатися. Верхня частина зливального шланга має розташовуватися на висоті 60-100 см. Якщо необхідно закріпити кінець шланга на висоті нижче від 60 см, то потрібно зафіксувати зливальний шланг на задній стінці корпусу машини за допомогою затискача. Перед вмиканням машини до електромережі необхідно переконатися чи є надійне заземлення.

## **СУЧАСНІ МИЙНІ ЗАСОБИ**

Сьогодні виробництво мила в світі поступається за обсягом виробництву синтетичних мийних засобів, кількість яких щороку вимірюється десятками мільйонів тонн.

Хімічні засоби можуть бути добрими помічниками або завдати людині шкоди.

Більшість компонентів мийних засобів малотоксичні. Значно безпечніше застосовувати пастоподібні, рідкі або гранульовані засоби.

Сучасні пральні порошки представлені досить широким асортиментом: різні за якістю, ефективністю та доступністю. Це «Ariel», «Tide», «Fairy», «Dosia», «Gala», «Rex» та інші.

## **ПРАННЯ БІЛИЗНИ**

Перш ніж розпочати прання, перевірте, чи є вдома все необхідне: пральний порошок, мило, крохмаль, синька. Розсортуйте білизну, згрупуйте її відповідно

до видів тканин. Обов'язково перевірте кишені сорочок, штанів, халатів, чи не залишилося там документів, сигарет, ручки, гребінця, кришок хліба тощо, а також простежте, щоб у речах не було голок і шпильок.

Щоб надати білизні пружності та гарного зовнішнього вигляду, її крохмалють. Така білизна менше мнеться і забруднюється.

Білизну під час сушіння розправляють і прикріплюють до вірьовки за кінці. В такому стані вони зберігають свою первісну форму, швидше сохнуть і їх легше прасувати.

Чоловічі сорочки й жіночі блузки рекомендується чіпляти за нижню частину, а не за комір чи рукави. Є низка предметів, які не рекомендується розвішувати для сушіння на вірьовці.

В'язані шерстяні шапочки рекомендується після прання набити білим папером і в такому вигляді сушити. Щоб в'язка зробилася знову випуклою, перед сушінням стріпайте шапочку кілька разів. Після того як вона висохне, потримайте її кілька хвилин над парою.

Прасувати можна тільки чисті речі. Не пересушуйте білизну: вологі речі легше прасуються. Якщо білизна пересушена, побризкайте її водою або протріть шматком чистого льняного полотна, намоченого в теплій воді й віджатого. Аби переконатися, що праска чиста й не перегрілася, перш ніж розпочати прасування, проведіть нею по чистій світлій тканині. Побачивши, що праска перегрілася, вимкніть її з електричної мережі й починайте прасувати грубіші льяні чи бавовняні речі. Ні в якому разі не охолоджуйте праску водою з крана: пара може обпекти руки, очі, обличчя. Якщо нижня частина праски стала шорсткою, протріть її ватою, вмоченою у нашатирний спирт або сіль, потім пропрасуйте будь-яку вологу ганчірку.

Накрохмалену білизну треба прасувати менш гарячою праскою, ніж ненакрохмалену. Якщо крохмаль прилипнув до праски, вистудіть її, а потім протріть слід порошком крейди або меленою сіллю і витріть м'якою ганчіркою. Вироби з шерстяних тканин рекомендується прасувати через вологу тканину (найкраще полотняну) помірно нагрітою праскою. Крепи і тканини з випуклим малюнком прасують сухими, а чесучу, крім того, ще й зі спіднього боку. Підкладкові тканини прасують переважно сухими. Вироби із шовкового трикотажу прасувати не рекомендується.

Речі з оксамиту, велюру та вельвету рекомендується прасувати підвішеними. Ці речі можна повісити над мискою з окропом. Випрасувані речі не варто відразу ховати до шафи. Нехай вони охолонуть упродовж двох годин при кімнатній температурі. Цим ви збережете гарний вигляд речей і ефективність своєї праці.

## ДОГЛЯД ЗА ОДЯГОМ ТА ВЗУТТЯМ

Добре відомо, що перше враження про людину складається від того, як вона одягнена і взута. Форма, якість матеріалу, колір окремих предметів туалету є одними з вирішальних характеристик загального вигляду людини.

Щоб завжди виглядати охайним, треба з дитячих років привчатися тримати одяг і взуття у порядку і дбайливо з ним поводитися.

Увесь набір предметів гардеробу людини можна поділити на одяг домашній, робочий, вихідний і одяг для дачі чи курорту.

Особливої уваги заслуговують речі, в яких людина проводить свій робочий день. Прийшовши додому, не можна виконувати хатню роботу у тій самій сукні чи костюмі, треба змінити їх на зручний домашній одяг. Для жінки найбільше підходить для цього сукня-халат з недорогої бавовняної тканини і зручний фартух з кишнями, для чоловіка – штани зі щільної бавовняної або штапельної тканини, простора куртка чи сорочка. Робочий костюм треба повісити на плічках і приготувати його до наступного дня. Попередньо треба вийняти усе з кишень, витріпати їх, щоб там не залишилося пилу й крихт. Потім костюм треба почистити щіткою, уважно подивитися, чи немає на ньому плям. Якщо вони з'явилися, необхідно відразу ж їх вивести. Вилогі й кінчики коміра на піджаку чи жакеті бажано підколоти шпильками, щоб вони не загиналися. Наступною операцією є прасування костюма через вологу полотнину. Особливо ретельно треба прасувати штани. Найчастіше вони деформуються на колінах. Тому спочатку треба вивернути їх навиворіт і випрасувати через вологу ганчірку, злегка натискаючи праскою. Потім необхідно пропрасувати стрілки з лицьового боку. Щоб стрілки довше трималися, не потрібно одягати штани відразу після прасування, нехай вони трохи підсохнуть.

Слабким місцем костюма є також комір піджака, який швидко засмальцьовується. Тому приблизно один раз на місяць його треба протирати ганчіркою, змоченою спочатку у воді з нашатирним спиртом (1 столова ложка нашатирного спирту на 1 склянку води), а потім – у чистій воді.

Пальто швидко втрачає форму, якщо вішати за вішалку, пришиту нижче від коміра. Тому вдома намагайтеся вішати пальто на плічка, незалежно від того, де ви його зберігаєте.

Верхній одяг, що потрапив під дощ або мокрий сніг, не можна сушити біля печі, радіатора та інших джерел тепла, адже від такого сусідства він втрачає свою форму.

Вихідний одяг – сукні, костюми, пальто – найкраще зберігати у шафі або в мішках з паперу чи поліетилену, які треба щільно закривати. Можна пошити й спеціальні чохла з недорогої бавовняної тканини.

Оскільки однією з культурно-побутових особливостей нашого народу є досить широке використання для одягу хутра диких і свійських тварин (зимові шапки – чоловічі й жіночі, коміри пальто, кожухи, дублянки тощо), вважаємо за потрібне докладніше розповісти про деякі правила догляду за хутром і хутряними виробами.

Хутрянні вироби з білим чи світлим смухом (песець, горностаї, сріблясто-чорна лисиця) зберігають у темних чохлах, найкраще синього кольору. Це є добрим запобіжним засобом проти його жовтіння. Вкриті чохлами пальто, жакети, горжетки та ін. обов'язково треба вішати, а не класти.

Найсприятливішою для зберігання хутрянних виробів є низька температура з нормальною вологістю повітря. В разі дуже високої температури, а також при низькій вологості хутро пересихає, його шкіряна тканина стає цупкою і втрачає пластичність. Хутро псується також і у разі дуже високої вологості. Згубно на нього діють і сонячні промені: під їх впливом хутро вигорає. Усі хутрянні вироби оберігайте від молі. Якщо хутрянні вироби не дуже забруднені чи засмальцьовані, їх цілком можна чистити в домашніх умовах. Жирові плями на смушку невеликих виробів (шапки, коміри, муфти) виводять, протираючи хутро чистою ганчіркою, вмоченою у бензин. Після цього хутро просушують і розчісують гребінцем. Плями від жиру й поту на смушку також добре виводяться з допомогою суміші нашатирного спирту з сіллю (1 чайна ложка нашатирного спирту, 3 чайних ложки солі на 1/2 л води) або сумішшю нашатирного спирту з етиловим (у співвідношенні 1 : 1). Шматком тканин або чистою одежною щіткою, вмоченою в один із вказаних розчинів, протріть смушок, потім дайте йому підсохнути й розчешіть гребінцем.

Великі хутрянні вироби, зокрема шуби, найкраще чистити тирсою або пшеничними висівками. Для цього шубу розстеляють підкладкою вниз на столі, покритому простиралом, посипають підігрітою тирсою або просіяними висівками і старанно протирають рукою ділянку за ділянкою, поки не очиститься весь смух. Після цього тирсу чи висівки струшують, шубу вибивають лозиною і розчісують металевим гребінцем.

Хутрянні вироби з білим смухом можна чистити так само за допомогою картопляного крохмалю.

Втрачений блиск хутра можна відновити, протерши його ганчіркою, трохи вмоченою у скипидар або оцтову есенцію. Хутро також оновиться, якщо його злегка зволожити гліцерином.

Якщо в хутрянних виробках шкіряна тканина (міздра) загубіла і втратила свої пластичні властивості, їх можна відновити, змочивши її розчином оцтової есенції (1 столова ложка) і солі (50 г) в 1 л води, або спеціальною жирною емульсією, яку готують так: у невеликій кількості теплої води розводять 100 г

мила, додають туди 100 г риб'ячого жиру і 15 - 20 крапель нашатирного спирту. Все це добре розмішують і розводять ВІЛ води.

Намочивши міздрю одним із вказаних розчинів, виріб складають навпіл (міздря до міздрі), дають йому полежати 3-4 год, потім сушать при кімнатній температурі, добре розминають і розтягують у різних напрямках. Якщо при цьому забруднився смух, його треба протерти бензином і розчесати гребінцем.

Хутрянний одяг використовується тільки взимку, тому не варто забувати про елементарні правила догляду за ним. При вході до приміщення хутрянний одяг і головний убір потрібно струснути, щоб видалити сніг чи іншу вологу. При струшуванні злиплий і волосяний покрив, що зім'явся, розправляється і швидше просихає. Щоб уникнути злипання ворсу, його витягування і втрати форми, одяг (пальто, піджак) вішають на плічка на відкритій вішалці (не в гардероб). Так виріб швидше і рівномірно провітрюється по всій площі. Не рекомендується вішати один виріб на інший. Варто також пам'ятати, що хутряне пальто повинно мати плічка відповідного розміру.

Необхідно періодично оглядати хутрянні вироби для виявлення витертих місць, скачування волосяного покриву, місцевих розривів шкірної тканини і швів, утрати блиску, появи жовтизни.

Одну пару взуття можна носити рік, а можна три-чотири. Все залежить від догляду за ним. Перш ніж взути нові туфлі, начистіть їх безбарвним кремом і натріть до блиску оксамитом. Така процедура запобігає появі тріщин на шкірі. Якщо нові шкіряні туфлі здадуться вам трохи тісними, добре змочіть їх зсередини спиртом або одеколоном, відразу взуйте і поносіть 2-3 години, (якщо взуття з білої чи світлої шкіри, то на ньому можуть залишитись плями).

Щоб жорсткі задники нового взуття не намуляли п'ят, натріть їх стеариною свічкою, вологим милом або змочіть одеколоном. Завжди послуговуйтеся ріжком.

Правильно зберігайте взуття, очищайте його від бруду та пилу.

Шкіряне взуття найкраще тримати в сухому, прохолодному приміщенні, подалі від сонячних променів. Щоб шкіра не пересихала, намастіть її касторовим маслом, а через два дні наведіть блиск щіткою або фланелевою тканиною. Шкіряне взуття рекомендується натирати кремом принаймні щотижня. Лакове взуття влітку загортайте в папір Лискучі місця взуття із замші спочатку треба злегка протерти дрібнозернистим наждачним папером, сухою сіллю або учнівською гумкою, а потім почистити спеціальною гумовою щіткою.

І насамкінець ще одна порада. У скриньці, де зберігаються предмети догляду за взуттям має бути кілька щіток для наведення блиску, кілька – для

намащування взуття кремом, тюбики з кремом різних кольорів, шматки фланелевої або оксамитової тканини.

Молодій господині необхідно оволодіти елементарними навичками шиття та лагодження одягу. Насамперед потрібно придбати необхідні знаряддя для роботи – голки, нитки, гудзики, ножиці, наперсток тканину для латок та ін.

## **КУХНЯ ТА ЇЇ ОБЛАДНАННЯ**

Енергетичним центром, здатним створювати нам безліч проблем або приносити радість, є кухня, а найважливішим елементом – плита. Якщо ваша плита стоїть під вікном – фен-шуй радить переставити її, інакше енергія вогню зникатиме через вікно. Якщо пересунути неможливо, повісьте на віконні рами вазони з кімнатними рослинами чи помістіть поряд дерев'яне начиння.

Плита повинна бути добре освітлена, важливо, щоб на неї чи на те, що на ній вариться, потрапляло досить природного світла. Якщо це неможливо забезпечити, повісьте на кухні дзеркало, щоб воно відбивало денне світло на їжу.

Щоденне харчування родини, яка складається з осіб різної статі, різного віку і режиму дня, – справа дуже складна. Так, дитина дошкільного віку і підліток 12 - 14 років, дорослі, що працюють фізично й розумово, потребують різного раціону. Знову ж таки інакше треба харчуватися вагітній жінці або молодій матері, що годує дитину груддю. У багатьох родин є особи похилого віку, їх раціон для підтримання здоров'я і збереження доброго фізичного стану організму потребує і уваги, і певних знань.

Організація щоденного харчування в сім'ї, приготування їжі лежить на плечах господарки. Робота за межами дому, зусилля із забезпечення родини продуктами, їх зберігання і переробки на страви – дуже обтяжує і втомлює усіх жінок. Труднощі зростають, коли молода господарка не намагається правильно організувати роботу. Найзагальнішою ознакою доброї організації праці є вміння за найменших зусиль у найкоротший час зробити якнайбільше.

Діяльність, пов'язана з організацією постачання продуктами і приготування їжі, з-поміж усіх домашніх робіт забирає найбільше часу і день у день повторюється. Тому й треба їй присвятити найбільше уваги, щоб це заняття не було для жінки, що працює, тягарем. У суботні та недільні дні жінка, що працює, повинна знайти якийсь резерв часу – не для закінчення недоробленого, а на справжній відпочинок, розваги, заняття з дітьми, прогулянку та ін.

Поліпшити домашнє становище жінки можна, змінивши господарювання, що ведеться на старих засадах. З усіх домашніх витрат на перше місце треба поставити витрати на придбання відповідного кухонного посуду, знаряддя і

пристроїв, що полегшують працю, а також звільнити приміщення кухні від усього зайвого, створити тут відповідне робоче місце і забезпечити його усім необхідним.

Харчування сім'ї потребує точно продуманого плану. Плановість харчування – це і раціональне постачання всього необхідного і, крім того, основа правильного витрачання грошей, асигнованих на їжу, основа розумних закупівель, ощадливості у витрачанні сировини, а також часу, якого в нас так мало.

Необхідною передумовою поліпшення організації домашнього господарства є залучення усіх членів родини до робіт, пов'язаних з купівлею продуктів, приготуванням їжі, прибиранням на кухні.

Значну полегкість принесе також уміле застосування напівфабрикатів і готових виробів харчової промисловості.

Проектувальники і будівельники добре знають, що кухня є робочим місцем господарки, яка перебуває там щодня по кілька годин. Метраж цього приміщення і обладнання його найнеобхіднішими предметами і пристроями, а також освітлення, вентиляція, розташування меблів і розміщення речей впливають на вправність виконання робіт на кухні. Від усього цього великою мірою залежить, скільки часу жінка, що працює, має перебувати на кухні.

## **ЕЛЕКТРОПОБУТОВА ТЕХНІКА. ВИДИ КУХОННОГО ЕЛЕКТРООБЛАДНАННЯ ТА ПРАВИЛА КОРИСТУВАННЯ**

Спеціалісти підраховали: в родині з чотирьох осіб на хатню роботу витрачається 7-8 год. Застосування ж побутової електротехніки скорочує цей час у

4-5 разів.

Сучасну кухню не можна уявити без холодильника і морозильної камери. Він призначений для зберігання харчових продуктів, а також для готування харчового льоду і збереження заморожених продуктів у низькотемпературному відділенні. Холодильник потрібно встановлювати в кухонних приміщеннях і експлуатувати відповідно до правил.

Як же найкраще зберігати продукти у холодильнику?

Найнижча температура (мінус 10-14 °С) – у випарнику. Там місце замороженим продуктам (рибі, м'ясу). Безпосередньо під випарником добре зберігати парне м'ясо, свіжу рибу. На середніх полицях (температура там плюс 2-3 °С) можна розташувати молочні, гастрономічні вироби, готові страви. Овочі і фрукти найкраще зберігати внизу, де температура плюс 4-6 °С. Не можна ставити в холодильник гарячі продукти, часто, без потреби, відчиняти дверці і

тривалий час тримати їх незачиненими Час від часу холодильник потрібно розморозувати.

Сучасний електрочайник вимикається автоматично після закипання або в разі відсутності в ньому води. Для подовження терміну служби електрочайника необхідно стежити, щоб під час підігрівання води трубчастий електронагрівач у ньому був завжди повністю покритий водою. Його також треба очищати від накипу.

Трудомісткість багатьох кухонних процесів можна зменшити завдяки використанню електричного кухонного комбайна . Не новина сьогодні і електрична соковижималка. Отже, друзів і помічників у вигляді електричних приладів з кожним днем ми маємо дедалі більше, але потрібно бути уважними до них, йдеться не лише про подовження часу роботи цих приладів, а й про нашу безпеку. Не можна залишати жоден з електроприладів без нагляду.

## ПОСУД

Звичайно, розглянуті вище домашні роботи забирають багато часу і сил, однак ми виконуємо їх лише епізодично. А мити й чистити посуд і кухонне начиння доводиться постійно, по кілька разів на день. На жаль, у наш побут ще недостатньо широко увійшли механізми, які полегшують цю нудну й непривабливу працю, основний тягар якої лягає на плечі жінок.

Щоб менше часу витратити на догляд за посудом, необхідно раціонально розмістити кухонне обладнання. Зручно, коли над мийкою встановлено шафу-сушарку або металеву сушарку, поряд на стіні нависну невелику полицку із спеціальними мийними засобами, щітками й мочалками, а також рушники: для посуду, виделок, ложок, ножів і обов'язково для рук. Під мийкою зазвичай ставлять відро з кришкою для харчових відходів.

Ось кілька порад щодо миття посуду й кухонного начиння.

Рекомендується час від часу, приблизно раз на місяць, влаштовувати «лазню» каstrулям, сковородам, казанкам. Зробити це нескладно, але ефективність дуже велика. Бачок, таз, відро або велику каstrулю (виварку) наполовину наповнюють водою і ставлять на вогонь. У воду кладуть попередньо настругане мило, пральну соду (не порошок!), силікатний клей, порошок «Персоль» у таких співвідношеннях: на 1 відро води 1 брусок господарського мила, 500 г кальцинованої соди, 100 г клею і 1 пакет «Персолі». Ще раз застерігаємо: нізащо не користуйтеся пральним порошком. Коли всі компоненти розчиняться, в цю суміш опускають спочатку емальовані каstrулі, кришки до них, миски, кварта, а потім – казанки, сковороди та інший металевий посуд, крім алюмінієвого. Після кип'ятіння протягом 10 - 15 хв, посуд обережно виймають і старанно промивають спершу теплою, а потім

холодною водою. У такій суміші (окремо від посуду) можна прокип'ятити і дерев'яне начиння – дошки, молоток, сікач, ложки тощо. Чавунні казанки й сковороди після цієї процедури протирають дротяною щіткою або наждачним папером.

Візьміть собі за правило не складати використаний посуд, мийте його відразу ж після користування. Забруднений посуд – одне з небезпечних джерел інфекційних захворювань. Оскільки посуд виробляється з різних матеріалів, необхідно знати деякі особливості кожного з них. Розрізняють посуд металевий, керамічний, скляний, пластмасовий.

Закінчуючи прибирання кухні, вимийте з милом ганчірки, якими мили посуд, помийте щітки, віхті раковину, витріть вологою ганчіркою робочий стіл, звільніть відро для сміття, помийте підлогу на кухні. Лише після цього до вас придуть спокій і задоволення.

## Зміст

<b>Розділ I.</b> Сім'я та здоровий спосіб життя.....	1
<b>Розділ II.</b> Основи сімейних відносин.....	35
<b>Розділ III.</b> Організація домашнього господарства.....	47

## Література

1. Амосов М.М. Роздуми про здоров'я. – К.,1990.
2. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї: курс лекцій. – К., 2001.
3. Вовк Х.К. Шлюбний ритуал та обряди на Україні. – К.,1995.
4. Про становище дітей в Україні: Державна доповідь за підсумками 2000. – К., 2002.
5. Сімейне право України: Підручник / За редакцією В.С. Гопанчука. – К., 2002.
6. Сімейний кодекс України. – Х.: ТОВ «Одіссей», 2002.
7. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи. – К., 2000.
8. Школа репродуктивного здоров'я «Шануй себе». – К., 2001.
9. Демографічна криза в Україні. Проблеми, дослідження, витоки, складові, напрями протидії / НАП України, Ін-т економіки. – К., 2001.
10. Кісь О. Подружні стосунки у традиційній українській сім'ї . (Матеріали наукової конференції). – Дрогобич, 2000.
11. Волкова Н.П. Педагогіка: Посібник. – К., 2001.
12. Галузяк В.М. та ін. Педагогіка: Навч. Посібник. – Вінниця, 2001.
13. Карпенчук С.Г. Теорія і методика виховання: Навч. Посібник. – К.,2003.
14. Сухомлинський В.О. Мікроклімат вашого дому // Вибр. Твори: У 5-ти томах. – Т. 5.
15. Щербань П.М. Національне виховання в сім'ї. – К., 2000.