



**Дарія КАРПОВА**  
**Євген ПОТАПЧУК**

# **ПСИХОЛОГІЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ ДЛЯ ДІАГНОСТИКИ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ ТА МОДЕЛЕЙ ПОВЕДІНКИ ПОДРУЖЖЯ**



## **ПОДРУЖЖЯ**

**СІМЕЙНІ СТОСУНКИ  
МОДЕЛІ ПОВЕДІНКИ  
СІМЕЙНІ РОЛІ**



**СІМЕЙНІ КРИЗИ  
ЕМОЦІЙНА БАЙДУЖІСТЬ  
АДЮЛЬТЕР, РЕВНОЩІ  
СІМЕЙНІ КОНФЛІКТИ**

УДК 159.942

ББК 88,4

П 64

Рецензенти:

Сафін О.Д., доктор психологічних наук, професор, Заслужений діяч науки і техніки України, завідувач кафедри психології, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини;

Шпортун О.М., доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології, КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти».

Карпова Д. Є., Потапчук Є. М. Психологічний інструментарій для діагностики особистісних якостей та моделей поведінки подружжя: довідник сімейного психолога. Хмельницький : «PolyLux», 2025. 58 с.

Довідник містить інформацію про перелік та зміст авторських психологічних методик і опитувальників для діагностики особистісних якостей та моделей поведінки подружжя. Психологічний інструментарій включає методики та опитувальники, які допоможуть з'ясувати сукупність наявних можливостей, ознак людини, що здатні суттєво впливати на гармонію шлюбного партнерства та якість сімейного життя, а також визначати рівень виконання шлюбними партнерами сімейних ролей та проблемні сфери їх розподілу; виявляти схильність членів сім'ї до деструктивних моделей поведінки, що породжують сімейні конфлікти, негативний морально-психологічний клімат в сім'ї, а також можуть здійснювати прямий чи опосередкований психотравмуючий вплив на психічне здоров'я членів сім'ї;

Довідник призначений для психологів, викладачів, здобувачів спеціальності С4 Психологія і для тих, хто бажає покращити свої знання з питань, пов'язаних із побудовою гармонійних сімейних стосунків.

ББК 88,4

Видавництво «PolyLux design print»

## ЗМІСТ

Передмова .....	4
1. Психологічна методика «Діагностика шлюбного потенціалу особистості» (ДШПО) .....	5
2. Психологічний опитувальник «Діагностика стійкості особистості до фізіологічної та психічної залежності» .....	17
3. Психологічний опитувальник «Діагностика стійкості особистості до психологічних комплексів» .....	20
4. Психологічний опитувальник «Схильність шлюбного партнера до ревнощів» (СШПР).....	23
5. Психологічний опитувальник «Поведінка жертви ревнивця» (ПЖР) .....	26
6. Психологічна методика «Діагностика сімейних ролей подружжя» (ДСРП) .....	29
7. Психологічна методика «Особливості психологічної діагностики патологізуючих сімейних ролей» .....	35
8. Психологічний опитувальник «Емоційна взаємодія подружжя» .....	42
9. Психологічна методика «Особливості психологічної діагностики емоційної байдужості між подружжям» .....	47
10. Психологічний опитувальник «Стратегія поведінки у сімейних конфліктах .....	51
Література .....	55

## Передмова

Шановний читачу! Досвід нашої наукової та практичної роботи свідчить про те, що для багатьох сімей прагнення побудувати гармонійні сімейні стосунки і стати щасливими залишається нереалізованою мрією. Труднощі сімейного життя негативно впливають на душевний комфорт членів родини та псуєть якість їхнього життя загалом. Нерозуміння першопричин сімейних криз суттєво ускладнює можливості щодо їх подолання і відновлення гармонійних взаємин між членами сім'ї. Звідси виникає потреба у психологічному інструментарії для діагностики особистісних якостей та моделей поведінки подружжя.

Завдяки *цьому виданню* можна отримати корисну інформацію про психологічні методики та опитувальники, які допомагають: з'ясувати сукупність наявних можливостей, ознак людини, що можуть суттєво впливати на гармонію шлюбного партнерства та якість сімейного життя; виявляти наявність між подружжям кризи емоційної байдужості як причини дисгармонії сімейного життя; визначати рівень виконання шлюбними партнерами сімейних ролей та з'ясувати проблемні сфери їх розподілу; визначати схильність членів сім'ї до деструктивних моделей поведінки, що породжують сімейні конфлікти, негативний морально-психологічний клімат в сім'ї, а також можуть здійснювати прямий чи опосередкований психотравмуючий вплив на психічне здоров'я членів сім'ї; виявляти настійний потяг шлюбного партнера до вияву сумніву у вірності об'єкта любові; визначати здатність особистості не піддаватися впливу шкідливих звичок та безрозсудній одержимості, а також викривленим уявленням про свою фізичну та психічну ущербність;

Маємо надію, що цей довідник стане корисним помічником для діагностики особистісних якостей та моделей поведінки подружжя. Тим самим це буде сприяти виявленню першопричин сімейних криз та конфліктів та пошуку ефективних шляхів їх усунення та відновлення позитивного морально-психологічного клімату в сім'ї.

## **1. Психологічна методика «Діагностика шлюбного потенціалу особистості» (ДШПО)**

Розробником психологічного опитувальника «Діагностика шлюбного потенціалу особистості» (ДШПО) є Потапчук Євген Михайлович (*свідоцтво про реєстрацію авторського права № 93497 від 29.10.2019*) [15]. *Мета методики* – з'ясування сукупності наявних можливостей, ознак людини, що можуть суттєво впливати на гармонію шлюбного партнерства та якість сімейного життя.

Діагностика шлюбного потенціалу особистості дозволяє: усвідомити позитивні чи негативні риси та особливості, що здатні впливати шлюбне життя та, при необхідності, здійснити їхню психокорекцію; виявити відповідність взаємних очікувань шлюбних партнерів їх реальним моделям поведінки; з'ясувати рівень міжособистісної сумісності потенційних чи реальних шлюбних партнерів та майбутні перспективи їхнього подружнього союзу.

Зміст методики складається з п'яти блоків по двадцять п'ять тверджень. Методика відображає 125 найбільш розповсюджених ознак та особливостей шлюбних партнерів. Кожне твердження оцінюється від 1 до 5 балів. Розробка може застосовуватися для: самооцінки учасником психологічного опитування (респондентом) особистісного шлюбного потенціалу; взаємної оцінки потенційною парою шлюбного потенціалу кожного партнера (визначення рівня міжособистісної сумісності партнерів та з'ясування майбутніх перспектив їхнього шлюбного союзу); взаємної оцінки подружньою парою шлюбного потенціалу одне одного (визначення проблемних ознак міжособистісної сумісності партнерів та можливостей психологічної корекції їхнього шлюбного потенціалу). Дозволяє з'ясувати узгодженість очікувань шлюбних партнерів стосовно один одного, відповідність оцінок та самооцінок рис і особливостей один одного.

**Інструкція до методики:** оцініть свої ознаки, чи ознаки свого потенційного (реального) шлюбного партнера, що можуть сприяти



## Зміст методики

I. Діагностика ознак фізичної привабливості людини (зовнішні форми, пропорції, запах тіла):

1. Привабливість ваги (нормальна, надмірна)
2. Привабливість запаху (приємний, неприємний)
3. Привабливість зросту (високий, середній низький)
4. Привабливість постави (нормальна, сколіоз, сутулість)
5. Привабливість форми голови (мала, нормальна, велика)
6. Привабливість волосся (зачіски)
7. Привабливість вух (великі, середні, малі, випуклі)
8. Привабливість очей (форма, колір, виразність)
9. Привабливість погляду (добрий, твердий, чаруючий, косоокість)
10. Привабливість носа (малий середній, великий)
11. Привабливість губ (тонкі, пухлі, маленькі, нерівні)
12. Привабливість зубів (криві, рівні, гарні, запущені)
13. Привабливість мовлення (грамотність, відсутність дефектів, міміка)
14. Привабливість тембру голосу (приємний, неприємний)
15. Привабливість підборіддя (широке, середнє, вузьке)
16. Привабливість шиї (тонка, товста, коротка, довга)
17. Привабливість плечей (вузькі, широкі)
18. Привабливість грудей (впалі, випуклі)
19. Привабливість живота (нормальний, великий)
20. Привабливість рук (короткі, довгі)
21. Привабливість ніг (довжина, кривизна)
22. Привабливість шкіри (нормальна, проблемна)
23. Привабливість фігури
24. Стан фізичного здоров'я (відсутність хронічних захворювань)
25. Стильність (уміння правильно підбирати одяг)

Підрахунок результатів за *ознаками фізичної привабливості* проводиться за п'ятибальною шкалою, де:

**125-105** – дуже високий рівень; **104-85** – високий рівень;

**84-65** – середній рівень;

**64-45** – низький рівень; **44-25** – дуже низький рівень.

При виявленні в респондента «*низького*» та «*дуже низького*» рівнів **самооцінки фізичної привабливості** – рекомендується звернутись за психологічною допомогою до фахівця (існує потреба у психологічному корегуванні самооцінки фізичної привабливості).

При виявленні «*низького*» та «*дуже низького*» рівнів оцінки респондентами **фізичної привабливості свого потенційного шлюбного партнера** (дошлюбний етап) – рекомендується звернутись за психологічною допомогою щодо з'ясування майбутніх перспектив їхнього шлюбного союзу.

При виявленні «*низького*» та «*дуже низького*» рівнів **оцінки фізичної привабливості реального шлюбного партнера** – подружжя пара потребує психологічної допомоги (психологічне корегування взаємних очікувань чи моделей поведінки за ознаками фізичної привабливості).

При виявленні «*середнього*» рівня **оцінки фізичної привабливості** – рекомендується звернути увагу на ознаки, які могли отримали оцінку «2» і з'ясувати, чому респонденту вони «у більшості випадків не подобаються».

II. Діагностика ознак інтелектуально-світоглядної привабливості (вияви інтелектуальних здібностей, життєвих позицій та прагнень):

1. Здатність бути гарним вихователем дітей
2. Здатність бути джерелом раціональних ідей
3. Здатність бути цікавим співрозмовником
4. Здатність делікатно критикувати думки чи поведінку партнера
5. Здатність до активної професійної реалізації
6. Здатність до інтелектуального самовдосконалення
7. Здатність займатись корисним хобі на дозвіллі
8. Здатність мудро вирішувати проблемні життєві ситуації

9. Здатність надихати, бути мотиватором сімейних досягнень
10. Здатність надавати мудрі поради
11. Здатність передбачати та прогнозувати
12. Здатність підтримувати гарні взаємини з батьками (зі своїми, партнера)
13. Здатність підтримувати гарні взаємини з друзями
14. Здатність планувати цікавий та корисний сімейний відпочинок
15. Здатність правильно розуміти свою поведінку і поведінку інших людей
16. Здатність приваблювати до себе, викликати бажання бути разом
17. Здатність приваблювати своїми інтелектуальними здібностями
18. Здатність раціонально планувати та втілювати плани
19. Здатність розуміти важливість сімейних прогулянок
20. Здатність розуміти думки та бажання партнера
21. Здатність розуміти свої обов'язки в сім'ї
22. Здатність толерантно висловлювати думку з питань політики
23. Здатність толерантно висловлювати думку з питань релігії
24. Здатність узгоджувати плани
25. Здатність швидко приймати нестандартні рішення

Підрахунок результатів за **ознаками інтелектуально-світоглядної** привабливості проводиться за п'ятибальною шкалою, де:

**125-105** – дуже високий рівень; **104-85** – високий рівень;

**84-65** – середній рівень;

**64-45** – низький рівень; **44-25** – дуже низький рівень.

При виявленні в респондента «*низького*» та «*дуже низького*» рівнів **самооцінки інтелектуально-світоглядної привабливості** – рекомендується звернутись за психологічною допомогою до фахівця (існує потреба у психологічному корегуванні самооцінки інтелектуально-світоглядної привабливості).

При виявленні «*низького*» та «*дуже низького*» рівнів оцінки респондентами **інтелектуально-світоглядної привабливості** свого

**потенційного партнера** (дошлюбний етап) – *рекомендується звернутись за психологічною допомогою щодо з'ясування майбутніх перспектив їхнього шлюбного союзу.*

При виявленні «*низького*» та «*дуже низького*» рівнів **оцінки інтелектуально-світоглядної привабливості реального шлюбного партнера** – подружжя пара потребує психологічної допомоги психологічне корегування взаємних очікувань чи моделей поведінки за ознаками інтелектуально-світоглядної привабливості).

При виявленні «*середнього*» рівня **оцінки інтелектуально-світоглядної привабливості** – рекомендується звернути увагу на ознаки, які могли отримали оцінку «2» і з'ясувати, чому респонденту вони «*у більшості випадків не подобаються*».

III. Діагностика ознак морально-психологічної привабливості (вияви морально-психологічних властивостей):

1. Авторитетність (здатність бути моральним авторитетом)
2. Адекватність (відповідність поведінкових реакцій очікуванням)
3. Активність (здатність бути енергійним, діяльним)
4. Альтруїзм (відсутність егоїзму, здатність жертвувати своїми інтересами)
5. Відповідальність (здатність відповідати за вчинки, роботу, слова)
6. Доброзичливість (добре ставлення, прихильність)
7. Довірливість (здатність довіряти, не виявляти хворобливі ревнощі)
8. Дотепність (здатність виявляти гумор)
9. Емпатійність (здатність до співпереживання)
10. Комунікативність (здатність говорити і слухати)
11. Моральність (здатність дотримуватись встановлених правил поведінки)
12. Надійність (завжди можна покластися)

13. Ніжність (здатність виявляти ласку та ніжні почуття)
14. Оптимізм (здатність дарувати позитивні емоції)
15. Поступливість (здатність йти на компроміс, не бути впертим)
16. Романтичність (здатність створювати романтичну атмосферу)
17. Самостійність (незалежність від думки родичів, колег чи друзів)
18. Старанність (здатність дбайливо та ретельно виконувати роботу)
19. Стриманість (урівноваженість, здатність не ображати і не ображатися)
20. Терплячість (здатність виявляти терпіння до слабостей чи недоліків)
21. Турботливість (здатність виявляти турботу, дбайливість)
22. Чесність (правдивість, щирість)
23. Чуйність (здатність втішати та розраджувати)
24. Цілеспрямованість (здатність досягати мети)
25. Щедрість (здатність охоче ділитися власними коштами, майном)

Підрахунок результатів за *ознаками морально-психологічної привабливості* проводиться за п'ятибальною шкалою, де:

**125-105** – дуже високий рівень; **104-85** – високий рівень;

**84-65** – середній рівень;

**64-45** – низький рівень; **44-25** – дуже низький рівень.

При виявленні в респондента «*низького*» та «*дуже низького*» рівнів *самооцінки морально-психологічної привабливості* – рекомендується звернутись за психологічною допомогою до фахівця (існує потреба у психологічному корегуванні самооцінки морально-психологічної привабливості).

При виявленні «*низького*» та «*дуже низького*» рівнів оцінки респондентами *морально-психологічної привабливості свого*

**потенційного шлюбного партнера** – (дошлюбний етап) – *рекомендується звернутись за психологічною допомогою щодо з'ясування майбутніх перспектив їхнього шлюбного союзу*

При виявленні «*низького*» та «*дуже низького*» рівнів **оцінки морально-психологічної привабливості реального шлюбного партнера** – подружжя пара потребує психологічної допомоги (*психологічне корегування взаємних очікувань чи моделей поведінки за ознаками морально-психологічної привабливості*).

При виявленні «*середнього*» рівня **оцінки морально-психологічної привабливості** – рекомендується звернути увагу на ознаки, які могли отримали оцінку «2» і з'ясувати, чому респонденту вони «*у більшості випадків не подобаються*».

IV. Діагностика ознак інтимно-сексуальної привабливості (вияви інтимно-сексуального потенціалу):

1. Відсутність сексуальної байдужості
2. Володіння мистецтвом сексу (прийомами, позами)
3. Володіння прийомами інтимного спілкування (вияви захоплення, компліменти, флірт)
4. Здатність задовольнити сексуальні потреби партнера
5. Здатність отримувати оргазм
6. Здатність реалізовувати сексуальну прелюдію
7. Знання ерогенних зон
8. Знання особливостей стимуляції ерогенних зон
9. Знання ролей партнерів в інтимно-сексуальному спілкуванні
10. Креативність в інтимно-сексуальному спілкуванні
11. Репродуктивне здоров'я (здатність зачати і народити дитину)
12. Сексуальна активність (енергійність чи пасивність під час сексу)
13. Сексуальна делікатність (вияви уважності та тактовності)
14. Сексуальна ідентичність (самовідчуття сексуальної орієнтації)

15. Сексуальні мрії та еротичні фантазії
16. Сексуальна потенція (здатність розпочати і закінчити статевий акт)
17. Сексуальний потяг (вияви сексуальних бажань та прагнень)
18. Сексуальна привабливість (здатність викликати збудження)
19. Сексуальна пристрасть (сильні, бурхливі, нестримні сексуальні реакції)
20. Сексуальна чистоплотність (прагнення дотримуватися чистоти)
21. Статева конституція (здатність до певної кількості завершених статевих актів за певний проміжок часу: сильна, середня, слабка)
22. Стійкість до підвищеної втоми під час сексу
23. Стійкість до підвищеної сором'язливості
24. Стійкість до садомазохізму (прагнення статевого задоволення за допомогою душевного або фізичного страждання: садизм – мазохізм)
25. Стійкість до сексуальних відхилень щодо сексуальних об'єктів

Підрахунок результатів за *ознаками інтимно-сексуальної привабливості* проводиться за п'ятибальною шкалою, де: **125-105** – дуже високий рівень; **104-85** – високий рівень; **84-65** – середній рівень; **64-45** – низький рівень; **44-25** – дуже низький рівень.

При виявленні в респондента «низького» та «дуже низького» рівнів *самооцінки інтимно-сексуальної привабливості* – *рекомендується звернутись за психологічною допомогою до фахівця (існує потреба у психологічному корегуванні самооцінки інтимно-сексуальної привабливості).*

При виявленні «низького» та «дуже низького» рівнів оцінки респондентами *інтимно-сексуальної привабливості свого потенційного шлюбного партнера* (дошлюбний етап) – *рекомендується звернутись за психологічною допомогою щодо з'ясування майбутніх перспектив їхнього шлюбного союзу.*

При виявленні «*низького*» та «*дуже низького*» рівнів **оцінки інтимно-сексуальної привабливості** реального шлюбного партнера – подружжя пара потребує психологічної допомоги психологічне корегування взаємних очікувань чи моделей поведінки за ознаками **інтимно-сексуальної привабливості**).

При виявленні «*середнього*» рівня **оцінки інтимно-сексуальної привабливості** – рекомендується звернути увагу на ознаки, які могли отримали оцінку «2» і з'ясувати, чому респонденту вони «у більшості випадків не подобаються».

V. Діагностика ознак матеріально-фінансової та господарської привабливості (вияви господарсько-побутових та матеріально-фінансових здібностей):

1. Здатність вести облік доходів і витрат
2. Здатність готувати смачні страви
3. Здатність доглядати за дітьми
4. Здатність до підприємницької діяльності
5. Здатність забезпечити сім'ю житлом
6. Здатність забезпечувати сім'ю необхідним майном
7. Здатність забезпечувати сім'ю якісними харчовими продуктами
8. Здатність здійснювати раціональні покупки
9. Здатність жити без кредитів та фінансових боргів
10. Здатність жити без матеріальної допомоги родичів, колег чи друзів
11. Здатність контролювати запаси продуктів, миючих засобів
12. Здатність наповнювати сімейний бюджет
13. Здатність організовувати сімейний побут (повсякденне життя)
14. Здатність організовувати та забезпечити сімейні прогулянки
15. Здатність організовувати та забезпечити сімейні свята
16. Здатність підтримувати у справному стані домашнє

- господарство (сантехніку, електрику та ін.)
17. Здатність підтримувати чистоту та порядок
  18. Здатність піклуватися про стан здоров'я членів сім'ї (медична діагностика, професійна гігієна зубів, масаж)
  19. Здатність планувати щоденні господарсько-побутові справи
  20. Здатність правильно розподіляти сімейні обов'язки
  21. Здатність раціонально вести домашнє господарство
  22. Здатність раціонально планувати (економити) сімейний бюджет
  23. Здатність створювати домашній затишок
  24. Здатність утримувати сім'ю, бути джерелом засобів до існування
  25. Здатність фінансово забезпечити відпочинок сім'ї

Підрахунок результатів за *ознаками матеріально-фінансової та господарської* привабливості проводиться за п'ятибальною шкалою, де: **125-105** – дуже високий рівень; **104-85** – високий рівень; **84-65** – середній рівень; **64-45** – низький рівень; **44-25** – дуже низький рівень.

При виявленні в респондента «низького» та «дуже низького» рівнів *самооцінки матеріально-фінансової та господарської* привабливості – *рекомендується звернутись за психологічною допомогою до фахівця (існує потреба у психологічному корегуванні самооцінки матеріально-фінансової та господарської привабливості).*

При виявленні «низького» та «дуже низького» рівнів оцінки респондентами *матеріально-фінансової та господарської* привабливості потенційного шлюбного партнера (дошлюбний етап) – *рекомендується звернутись за психологічною допомогою щодо з'ясування майбутніх перспектив їхнього шлюбного союзу.*

При виявленні «низького» та «дуже низького» рівнів *оцінки матеріально-фінансової та господарської привабливості* реального шлюбного партнера – *подружжя пара потребує психологічної допомоги (психологічне корегування взаємних очікувань чи моделей*

*поведінки за ознаками матеріально-фінансової та господарської привабливості).*

При виявленні «середнього» рівня оцінки **матеріально-фінансової та господарської привабливості** – рекомендується звернути увагу на ознаки, які могли отримали оцінку «2» і з'ясувати, чому респонденту вони «у більшості випадків не подобаються».

## **2. Психологічний опитувальник «Діагностика стійкості особистості до фізіологічної та психічної залежності»**

Психологічний опитувальник «Діагностика стійкості особистості до фізіологічної та психічної залежності» було розроблено Є. Потапчуком як частина психологічної методики «Діагностика шлюбного потенціалу особистості» (свідоцтво про реєстрацію авторського права № 93497 від 29.10.2019) [15]. У процесі практичного застосування методики виникла потреба виокремити проблематику фізіологічної та психічної залежності особистості в окремий опитувальник.

**Мета психологічного опитувальника** – визначення здатності особистості не піддаватися впливу шкідливих звичок та безрозсудній одержимості.

**Інструкція до опитувальника:** оцініть свої ознаки, чи ознаки свого потенційного (реального) шлюбного партнера, що можуть свідчити про здатність не піддаватися впливу шкідливих звичок та безрозсудній одержимості, за допомогою п'ятибальної шкали: «5» – стійкість виявляється завжди; «4» – стійкість виявляється у більшості випадків; «3» – стійкість виявляється посередньо; «2» – стійкість у більшості випадків не виявляється; «1» – стійкість не виявляється ніколи.

### **Зміст опитувальника**

1. Стійкість до залежності від азартних ігор (*ігроманія*)
2. Стійкість до залежності від алкоголю
3. Стійкість до залежності від іпохондрії (*страх захворіти будь-якою хворобою, пошук їх симптомів*)
4. Стійкість до емоційної співзалежності (*залежність від партнера*)
5. Стійкість до залежності від куріння
6. Стійкість до залежності від ліків
7. Стійкість до залежності від мегаломанії (*манії величі*)

8. Стійкість до залежності від мобільних пристроїв (*мобілеманія*)
9. Стійкість до залежності від наркотиків
10. Стійкість до залежності від гризіння нігтів (*оніхофагія*)
11. Стійкість до залежності від порнографії
12. Стійкість до залежності від надлишкового переїдання (*булімія*)
13. Стійкість до залежності від прийому антидепресантів
14. Стійкість до залежності від прокрастинації (*відкладання справ на потім*)
15. Стійкість до залежності від релігійної одержимості (*релігійний фанатизм*)
16. Стійкість до залежності від нав'язливого прагнення схуднути (*анорексія*)
17. Стійкість до залежності від сексуальних ресурсів Інтернету
18. Стійкість до залежності від серіаломанії (*витрачання часу не на своє життя*)
19. Стійкість до залежності від батьків (*відчують велику потребу у підтримці, підтвердженні, схваленні*)
20. Стійкість до залежності від трудоголізму (*захоплення роботою та забування про себе*)
21. Стійкість до залежності від шопоголізму (*здійснення зайвих покупок*)
22. Стійкість до інтернет залежності
23. Стійкість до кофеїнової залежності
24. Стійкість до неохайності (*тіла, одержі, взуття*)
25. Стійкість до сексуальної залежності (*булімія, сексоголізм*)

За результатами опитування з'ясовуються ознаки (групи чинників) щодо яких стійкість особистості не виявляється ніколи або у більшості випадків не виявляється. При виявленні в особи певних ознак (*анорексії, булімії, ігроманії, оніхофагії, релігійного фанатизму, сексоголізму та ін.*) існує нагальна потреба у лікуванні чи психологічному корегуванні (психотерапії), тому особі рекомендується звернутись за допомогою до

відповідного фахівця (психотерапевта, психіатра, нарколога, сексолога та ін.).

При виявленні в особи ознак *фізіологічної чи психічної залежності*, членам її сім'ї варто звернутись за *психологічною допомогою щодо з'ясування психологічних шляхів вирішення сімейної проблеми та з'ясування оптимальних моделей поведінки*.

### **3. Психологічний опитувальник «Діагностика стійкості особистості до психологічних комплексів»**

Психологічний опитувальник «Діагностика стійкості особистості до психологічних комплексів» було розроблено Є. Потапчуком як частина психологічної методики «Діагностика шлюбного потенціалу особистості» (свідоцтво про реєстрацію авторського права № 93497 від 29.10.2019) [15]. У процесі практичного застосування методики виникла потреба виокремити проблематику залежності особистості від психологічних комплексів в окремий опитувальник.

**Мета психологічної методики** – визначення здатності особистості не піддаватися викривленим уявленням про свою фізичну та психічну ущербність.

**Інструкція до методики:** оцініть свої ознаки, чи ознаки свого потенційного (реального) шлюбного партнера, що можуть свідчити про здатність не викривленим уявленням про свою фізичну та психічну ущербність, за допомогою п'ятибальної шкали: «5» – стійкість виявляється завжди; «4» – стійкість виявляється у більшості випадків; «3» – стійкість виявляється посередньо; «2» – стійкість у більшості випадків не виявляється; «1» – стійкість не виявляється ніколи.

#### **Зміст опитувальника**

1. Стійкість до комплексу бідняка (хворобливе відчуття убогості, незабезпеченості).
2. Стійкість до комплексу дистрофіка чи пампушки.
3. Стійкість до комплексу Дон Жуана чи спокусниці (спокушання жінок чи чоловіків).
4. Стійкість до комплексу жертви (тотальна залежність і намагання отримати любов).
5. Стійкість до комплексу зверхності (переваги над іншими).
6. Стійкість до комплексу Квазімодо (прагнення знаходити в собі

*недоліки).*

7. Стійкість до комплексу Копюшка (*покірність, безініціативність жінки*) чи Геркулеса (*залежність чоловіка від жінки*).
8. Стійкість до комплексу кривих ніг.
9. Стійкість до комплексу маленького чи великого зросту.
10. Стійкість до комплексу маленького статевого органу (*маленьких грудей*).
11. Стійкість до комплексу Нарциса (*самозахоплення, самозакоханість*).
12. Стійкість до комплексу недолюбленої дитини (*відчуття неприязні батьків*).
13. Стійкість до комплексу неповноцінності (*відчуття себе як нікчеми*).
14. Стійкість до комплексу Отелло-Медеї (*хворобливі ревності*).
15. Стійкість до комплексу підвищеної сором'язливості (*відчуття збентеження, зніяковіння*).
16. Стійкість до комплексу садиста (*вияви погроз, примусу та принижень*).
17. Стійкість до комплексу утриманки чи Альфонса (*шлюбного афериста*).
18. Стійкість до комплексу хворобливої справедливості (*прямолінійність*).
19. Стійкість до комплексу холостяка чи холостячки (*страх перед представниками протилежної статті*).
20. Стійкість до комплексу відмінника (*прагнення у всьому бути першим*).
21. Стійкість до комплексу заздрощів (*досада, викликана чиєюсь перевагою*).
22. Стійкість до комплексу дитинства (*неусвідомлене прагнення залишитись в дитинстві, захист від необхідності самостійного існування*).
23. Стійкість до комплексу провини (*надмірні докори сумління та*

*самобичування).*

24. Стійкість до комплексу ворожості (*вороже ставлення до людей*).

25. Стійкість до любовних розладів (*одержимість іншою людиною*).

За результатами опитування з'ясовуються ознаки (групи чинників) щодо яких *стійкість особистості не виявляється ніколи або у більшості випадків не виявляється*. При виявленні в особи певних психологічних комплексів *існує потреба у їх психологічному пропрацюванні, тому варто звернутись до відповідного фахівця*.

При виявленні в особи ознак психологічного комплексу, членам сім'ї варто звернутись за психологічною допомогою щодо з'ясування психологічних шляхів вирішення сімейної проблеми та з'ясування оптимальних моделей поведінки.



## **Зміст опитувальника СШПР**

1. Іноді корисно підслуховувати телефоні розмови партнера (партнерші).
2. Іноді корисно прослідкувати за партнером (партнершею).
3. Кожну вільну хвилинку ми з партнером (партнершею) маємо проводити разом.
4. Мені кортить постійно переглядати переписку в соціальних мережах свого партнера (партнерші).
5. Мені не подобається прагнення партнера (партнерші) ходити без мене на вечірки до своїх друзів (подруг).
6. Мені хочеться щоденно переглядати перелік дзвінків і смс на телефоні свого партнера (партнерші).
7. Мене мучать думки про бувших мого партнера.
8. Мене тривожить думка про те, що мій партнер (партнерша) має коханку (коханця).
9. При нагоді я завжди стараюсь перевірити речі та кармани партнера (партнерші).
10. Партнер (партнерша) має постійно повідомляти мене про маршрут свого руху.
11. Партнер (партнерша) має постійно повідомляти мене про місце свого знаходження.
12. Партнер (партнерша) має постійно демонструвати докази свого кохання до мене.
13. Партнеру (партнерші) варто періодично натякати на те, що я щось знаю про його (її) стосунки з іншими.
14. На будь-якому святкуванні партнер (партнерші) має танцювати лише зі мною.
15. Партнеру (партнерші) варто носити скромніший одяг.
16. Якщо партнер (партнерша) заглядає на інших, мені хочеться влаштувати скандал.
17. Я не довіряю партнеру (партнерші).
18. Я постійно відчуваю бажання зателефонувати партнеру

- (партнерші) і запитати «Де ти і з ким?».
19. Я прагну перевіряти і контролювати партнера (партнершу).
  20. Я хворобливо реагую на телефоні дзвінки моєму партнеру (партнерші) від жінок (чоловіків).

### ***Інтерпретація результатів***

#### ***діагностики схильності шлюбного партнера до ревнощів***

*Сума може бути від 20 балів до 100 балів, де:*

***100-84 – дуже високий рівень схильності до ревнощів (наявні ознаки патологічного ревнивця);***

***83-68 – високий рівень схильності до ревнощів (наявні ознаки ревнивця);***

***67-52 – середній рівень схильності до ревнощів;***

***51-36 – низький рівень схильності до ревнощів;***

***35-20 – дуже низький рівень схильності до ревнощів.***



## **Зміст опитувальника «Поведінка жертви ревнивця»**

1. Мені часто доводиться відповідати на телефоні дзвінки та смс партнера (партнерші) і пояснювати з ким я знаходжусь.
2. Мені часто доводиться відчувати прагнення мого партнера перевіряти і контролювати мене.
3. Мені часто доводиться вислуховувати підозри партнера (партнерші) з приводу того, що я маю коханця (коханку).
4. Мені часто доводиться вислуховувати дорікання партнера (партнерші) щодо телефонних дзвінків мені від чоловіків (жінок).
5. Мені часто доводиться вислуховувати натяки партнера (партнерші) про те, що він щось знає про мої стосунки з іншими.
6. Мені часто доводиться захищатися від докорів ревнивого партнера.
7. Мені часто доводиться демонструвати докази свого кохання до партнера (партнерші).
8. Мені часто доводиться ігнорувати докори ревнивого партнера.
9. Мені часто доводиться на будь-якому святкуванні танцювати лише зі своїм партнером (партнершею).
10. Мені часто доводиться повідомляти партнера (партнершу) про маршрут свого руху.
11. Мені часто доводиться повідомляти партнера (партнершу) про місце свого знаходження.
12. Мені часто доводиться носити скромніший одяг, чим хотілося б.
13. Мені часто доводиться прощати приниження ревнивого партнера.
14. Мені часто доводиться уникати спілкування з іншими, щоб мій партнер не влаштовував скандал.
15. Мені часто доводиться страждати через докори ревнивого партнера.
16. Я знаю, що мій партнер (партнерша) іноді слідкує за мною.

17. Я знаю, що мій партнер (партнерша) перевіряє мої речі та кармани.
18. Я знаю, що мій партнер (партнерша) переглядає мою переписку в соціальних мережах.
19. Я знаю, що мій партнер (партнерша) переглядає перелік дзвінків і смс на моєму телефоні.
20. Я знаю, що мій партнер (партнерша) слухає мої телефоні розмови.

### ***Інтерпретація результатів***

#### ***діагностики схильності шлюбного партнера до ревнощів***

*Сума може бути від 20 балів до 100 балів, де:*

100-84 – дуже високий рівень схильності до ролі жертви ревнивця  
***(наявні ознаки жертви патологічного ревнивця);***

83-68 – високий рівень схильності до ролі жертви ревнивця  
***(наявні ознаки жертви ревнивця);***

67-52 – середній рівень схильності до ролі жертви ревнивця;

51-36 – низький рівень схильності до ролі жертви ревнивця;

35-21 – дуже низький рівень схильності до ролі жертви ревнивця.

## **6. Психологічна методика «Діагностика сімейних ролей подружжя» (ДСРП)**

Авторами психологічної методики «*Діагностика сімейних ролей подружжя*» (ДСРП) є Д. Карпова, Є. Потапчук (свідоцтво про реєстрацію авторського права № 97934 від 09.06.2020 р.). Мета психологічної методики – визначення рівня виконання шлюбними партнерами сімейних ролей та з'ясування проблемних сфер їх розподілу.

Діагностика розподілу та виконання шлюбними партнерами сімейних ролей дозволяє: усвідомити подружжям моделі поведінки, що здатні впливати на гармонію сімейного життя; виявити рівень виконання шлюбними партнерами сімейних ролей та порушення у їх розподілі; з'ясувати відповідність виконання шлюбною парою сімейних ролей взаємним очікуванням подружжя; визначити проблемні сфери розподілу сімейних ролей та потребу подружжя у психологічній допомозі.

Зміст методики складається з трьох блоків по двадцять тверджень. Методика відображає 60 найбільш розповсюджених сімейних ролей шлюбних партнерів. Кожне твердження оцінюється від 1 до 5 балів. Розробка може застосовуватися для:

- для розвитку уявлення особистості про перелік сімейних ролей та розуміння того, які потреби вони задовольняють;
- самооцінки учасником психологічного опитування (респондентом) особистісного рівня виконання сімейних ролей за інтелектуально-світоглядним, морально-психологічним, інтимно-сексуальним, матеріально-фінансовим та господарським чинниками;
- оцінки учасником психологічного опитування (респондентом) рівня виконання сімейних ролей своїм шлюбним партнером.

Також дозволяє з'ясувати відповідність виконання шлюбними партнерами сімейних ролей їх взаємним очікуванням і запобігти

виникненню сімейних конфліктів.

### **Інструкція до психологічної методики**

Оцініть свій чи свого шлюбного партнера рівень виконання сімейних ролей за допомогою п'ятибальної шкали:

- «5» – повністю виконується;
- «4» – у більшості випадків виконується;
- «3» – у деяких випадках виконується;
- «2» – у більшості випадків не виконується;
- «1» – повністю не виконується.

### **Ключ до психологічної методики**

Провести підрахунок результатів оцінки виконання сімейних ролей за *окремими функціями* за п'ятибальною шкалою, де:

- 100-84 – дуже високий рівень;
- 83-68 – високий рівень;
- 67-52 – середній рівень;
- 51-36 – низький рівень (*небезпека виникнення сімейних конфліктів*);
- 35-20 – дуже низький рівень (*підвищена небезпека виникнення сімейних конфліктів*).

2. Вирахувати загальну суму за усіма оцінками сімейних ролей (сума може бути від 60 до 300 балів), де:

- 300-252 балів – дуже високий рівень виконання сімейних ролей;
- 251-203 балів – високий рівень виконання сімейних ролей;
- 202-154 балів – середній рівень виконання сімейних ролей;
- 153-106 балів – низький рівень виконання сімейних ролей, *небезпека виникнення сімейних конфліктів (рекомендується звернутись за психологічною допомогою до фахівця)*;
- 105-60 балів – дуже низький рівень виконання сімейних ролей, *підвищена небезпека виникнення сімейних конфліктів (рекомендується звернутись за психологічною допомогою до фахівця)*.



*І. Діагностика сімейних ролей за інтелектуально-світоглядною функцією сім'ї (задоволення інтелектуально-світоглядних потреб подружжя)*

1. Винахідник (той, хто створює щось нове для покращення сімейного побуту)
2. Вихователь (той, хто виховує членів сім'ї)
3. Гід (той, хто знайомить членів сім'ї з природою та історичними пам'ятками)
4. Гуру (той, хто має винятковий авторитет в сім'ї)
5. Експерт (той, хто дає оцінку задумам, планам, діям членів сім'ї)
6. Естет (той, хто шанує прекрасне і привчає до цього членів сім'ї)
7. Інтелектуал (той, хто володіє розвиненим інтелектом)
8. Компаньйон (той, хто є співучасником сімейних проєктів, ігор)
9. Лідер (той, хто приймає серйозні рішення і вирішує важливі сімейні проблеми)
10. Медіатор (той, хто сприяє конструктивному обговоренню сімейних проблем і сприяє порозумінню членів сім'ї)
11. Модник (той, хто власним прикладом навчає членів сім'ї мати стильний та красивий вигляд)
12. Однодумець (той, хто має однакові погляди з важливих сімейних питань)
13. Опонент (той, хто має інші погляди з важливих сімейних питань і часто дискутує при їх обговоренні)
14. Порадник (той, хто надає корисні, мудрі поради членам сім'ї)
15. Прагматик (той, хто оцінює дії членів сім'ї з точки зору практичності і доцільності)
16. Слухач (той, хто вислуховує думки членів сім'ї)
17. Соціалізатор (той, хто впливає на думку інших членів сім'ї і сприяє засвоєнню вимог суспільства)
18. Співрозмовник (той, хто розмовляє на цікаві теми з членами сім'ї)

19. Спортсмен (той, хто власним прикладом залучає членів сім'ї до здорового способу життя)

20. Учитель (той, хто навчає членів сім'ї)

*II. Діагностика сімейних ролей за морально-психологічною та інтимно-сексуальною функціями сім'ї (задоволення інтимно-сексуальних, морально-психологічних та репродуктивних потреб подружжя)*

21. Активіст (той, хто є енергійним, діяльним)

22. Акуратист (той, хто охайно одягається і любить порядок)

23. Альтруїст (той, хто жертвує своїми інтересами заради членів сім'ї)

24. Батько (мама) (той, хто виконує батьківські обов'язки)

25. Берегиня (захисник) (той, хто оберігає сім'ю і дає відчуття безпеки)

26. Донька (син)

27. Друг (той, хто виявляє прихильність, довір'я)

28. Жартівник (той, хто любить вигадувати та жартувати)

29. Зять (невістка) (чоловік дочки / дружина сина)

30. Ініціатор (той, хто є джерелом різних сімейних справ)

31. Контролер (той, хто контролює виконання членами сім'ї суспільних норм)

32. Коханець (той, хто задовольняє інтимно-сексуальні потреби шлюбного партнера)

33. Креативщик (той, хто робить життя сім'ї цікавішим і яскравішим)

34. Миротворець (той, хто йде на примирення, примиряє членів сім'ї)

35. Мораліст (той, хто ратує за дотримання членами сім'ї моральних норм)

36. Мотиватор (той, хто надихає членів сім'ї)

37. Оптиміст (той, хто виявляє бадьорість та життєрадісність)

38. Репродуктор (той, хто задовольняє потребу партнера у продовженні роду)

39. Розрадник (той, хто втішає, розраджує)
40. Романтик (той, хто створює романтичну атмосферу)

*3. Діагностика сімейних ролей за господарською та матеріально-фінансовою функціями сім'ї (задоволення господарсько-побутових та матеріально-фінансових потреб подружжя)*

41. Годувальник (той, хто годує і доглядає членів сім'ї)
42. Господарник (той, хто веде домашнє господарство)
43. Дбайливець (той, хто дбає про потреби членів сім'ї)
44. Дизайнер (хто підтримує та удосконалює дизайн житла)
45. Дієтолог (той, хто дбає про здорове харчування членів сім'ї)
46. Добувач (той, хто добуває засоби для існування сім'ї)
47. Економіст (той, хто контролює фінансові витрати членів сім'ї)
48. Кухар (той, хто готує їжу для членів сім'ї)
49. Масовик (той, хто дбає про відпочинок та розваги членів сім'ї)
50. Медик (той, хто дбає про здоров'я членів сім'ї)
51. Нянька (той, хто доглядає дитину)
52. Організатор (той, хто організовує побут сім'ї)
53. Обліковець (той, хто веде облік домашнього майна)
54. Підприємець (той, хто організовує прибуткові для сім'ї справи)
55. Покупець (той, хто купує товари для своєї сім'ї)
56. Прибиральник (той, хто прибирає житло, територію проживання сім'ї)
57. Ремонтник (той, хто підтримує та відновлює об'єкти і речі своєї сім'ї)
58. Садівник (той, хто доглядає за кімнатними рослинами, клумбами, садом)
59. Стилїст (той, хто дбає про зовнішній вигляд членів сім'ї)
60. Фінансист (той, хто займається грошовими справами сім'ї)

## **7. Психологічна методика «Особливості психологічної діагностики патологізуючих сімейних ролей»**

Авторами психологічної методики *«Діагностика патологізуючих сімейних ролей подружжя»* (ДСРП) є Д. Карпова, Є. Потапчук (свідоцтво про реєстрацію авторського права № 97934 від 09.06.2020 р.). Мета психологічної методики – визначення схильності членів сім'ї до деструктивних моделей поведінки, що породжують сімейні конфлікти, негативний морально-психологічний клімат в сім'ї, а також можуть здійснювати прямий чи опосередкований психотравмуючий вплив на психічне здоров'я членів сім'ї.

ДПСР дозволяє подружжю: усвідомити перелік та суть патологізуючих сімейних ролей, що здатні викликати дисгармонію сімейного життя, сприяти виникненню сімейних конфліктів і психологічних травм. Розробку доцільно застосовувати для:

– розвитку уявлення особистості про перелік патологізуючих сімейних ролей і розуміння того, які причини їх породжують;

– самооцінки та самоусвідомлення учасником психологічного опитування (респондентом) своєї моделі шлюбної поведінки в контексті можливих виявів патологізуючих сімейних ролей;

– оцінки та усвідомлення учасником психологічного опитування (респондентом) можливих виявів патологізуючих сімейних ролей шлюбним партнером.

Методика відображає 55 найбільш розповсюджених патологізуючих сімейних ролей. Кожне твердження оцінюється від 1 до 5 балів.

### **Інструкція до психологічної методики**

За допомогою п'ятибальної шкали оцініть моделі поведінки (свої чи свого шлюбного партнера), що можуть породжувати сімейні конфлікти та негативно впливати на психічне здоров'я членів сім'ї:

«5» – модель поведінки виявляється постійно (наявна завжди);

«4» – модель поведінки виявляється часто (через короткі проміжки часу);

«3» – модель поведінки виявляється посередньо;

«2» – модель поведінки виявляється нечасто (рідко);

«1» – модель поведінки ніколи (ні за яких обставин) не виявляється.

## Бланк методики «Діагностика патологізуючих сімейних ролей»

(для шлюбної пари)

Дата проведення \_\_\_\_\_ Номер моб. \_\_\_\_\_

П.І. респондента \_\_\_\_\_ Вік \_\_\_\_\_ Освіта \_\_\_\_\_

П.І. партнера \_\_\_\_\_ Вік \_\_\_\_\_ Освіта \_\_\_\_\_

Стаж шлюбу \_\_\_\_\_ Діти \_\_\_\_\_

Сфера професійної діяльності \_\_\_\_\_

*«Я» – оцінка себе; «П» – оцінка свого партнера*

Оцінка патологізуючих сімейних ролей								
№	Я	П	№	Я	П	№	Я	П
1			21			41		
2			22			42		
3			23			43		
4			24			44		
5			25			45		
6			26			46		
7			27			47		
8			28			48		
9			29			49		
10			30			50		
11			31			51		
12			32			52		
13			33			53		
14			34			54		
15			35			55		
16			36					
17			37					
18			38					
19			39					
20			40					

## Перелік патологізуючих сімейних ролей

1. Алкоголік (модель поведінки члена сім'ї, який має залежність від алкоголю).
2. Альфонс (утриманка) (модель поведінки особи, що знаходиться на утриманні партнера).
3. Базікало (модель поведінки члена сім'ї, який любить без потреби багато говорити).
4. Безхребетник (модель поведінки безвольного, безхарактерного члена сім'ї).
5. Боржник (модель поведінки члена сім'ї, який постійно щось позичає, має борги).
6. Брехун (модель поведінки особи, схильної часто викручуватися та говорити неправду членам сім'ї).
7. Відлюдник (модель поведінки члена сім'ї, який тримається осторонь від родини, живе відлюдником).
8. Грубіян (модель поведінки члена сім'ї, який поводить себе грубо, використовує ненормативну лексику).
9. Гульвіса (модель поведінки члена сім'ї, який любить гуляти та легковажно проводити час).
10. Демотиватор (модель поведінки члена сім'ї, який знижує натхнення та нівелює бажання інших членів щось робити).
11. Деспот (модель поведінки члена сім'ї, який прагне до жорсткого домінування над іншими членами за допомогою тиску та насильства).
12. Дивак (модель поведінки члена сім'ї, який своєю поведінкою і вчинками викликає в оточення здивування та роздратування).
13. Дурень (модель поведінки члена сім'ї, який часто робить безглузді вчинки, дурниці).
14. Егоїст (модель поведінки себелюбної особи, яка дбає тільки про себе і байдужа до членів своєї сім'ї).
15. Жертва (модель поведінки особи, яка постійно терпить

- звинувачення, образи та приниження від інших членів своєї сім'ї).
16. Зрадник (модель поведінки особи, яка схильна порушувати вірність у кохані).
  17. Ігroman (модель поведінки члена сім'ї, який постійно прагне грати в азартні ігри).
  18. Імпотент (модель поведінки особи, яка уникає сексуальних контактів, не задовольняє інтимно-сексуальні потреби шлюбного партнера).
  19. Інфантил (модель поведінки несамостійної особи, залежної від інших членів своєї сім'ї).
  20. Іпохондрик (модель поведінки члена сім'ї, який виявляє постійне занепокоєння з приводу можливості захворіти).
  21. Кверулянт (модель поведінки члена сім'ї з підвищеним почуттям справедливості, який прагне скаржитися у різні інстанції з будь-якого приводу).
  22. Клептоман (модель поведінки члена сім'ї, який виявляє патологічну одержимість здійснювати крадіжки непотрібних речей).
  23. Ледар (модель поведінки ледачого члена сім'ї, який не любить працювати).
  24. Маніпулятор (модель поведінки члена сім'ї, який виявляє хитрість, маніпулятивні методи впливу для досягнення своїх цілей).
  25. Мегаломан (модель поведінки члена сім'ї, що виявляє ознаки манії величі, зокрема, зверхність, зарозумілість).
  26. Мерзотник (модель поведінки особи, яка здатна на всілякі підлі вчинки щодо членів своєї сім'ї).
  27. Мовчун (модель поведінки члена сім'ї, який не любить розмовляти і ділитися своїми думками з членами сім'ї).
  28. Мораліст (модель поведінки особи, яка прагне надмірно моралізувати і повчати інших членів своєї сім'ї).

29. Наркоман (модель поведінки члена сім'ї, який має хворобливий потяг до вживання наркотиків).
30. Нарцис (модель поведінки зарозумілого, закоханого в себе члена сім'ї).
31. Начальник (модель поведінки особи, яка схильна поводитися з членами своєї сім'ї як з підлеглими).
32. Насильник (модель поведінки особи, яка схильна примушувати членів своєї сім'ї до виконання чогось незалежно від їх волі, бажання).
33. Невдаха (модель поведінки члена сім'ї, якому не щастить у різних сферах життя).
34. Нетямущий (модель поведінки члена сім'ї, який часто виявляє низький рівень інтелекту, виражає нерозуміння, недогадливість).
35. Нечепура (модель поведінки члена сім'ї, який не дотримується чистоти або має неакуратний, брудний вигляд).
36. Педант (модель поведінки члена сім'ї, який є занадто суворим у виконанні дрібних, формальних вимог).
37. Песиміст (модель поведінки члена сім'ї, який схильний у всьому бачити найгірше).
38. Плюшкін (модель поведінки члена сім'ї, схильного до хаотичного і неконтрольованого збирання, накопичення та зберігання непотрібних речей).
39. Прокрастинатор (модель поведінки члена сім'ї, який часто відкладає справи на потім).
40. Ревнивець (модель поведінки особи, що виявляє надмірну тривогу через відсутність упевненості в прихильності об'єкта любові).
41. Садист (модель поведінки особи, яка часто виявляє безжалісність, жорстокість, насолоду від страждань інших членів своєї сім'ї).
42. Самодур (модель поведінки надмірно вольового, примхливого,

- свавільного члена сім'ї).
43. Сексоголік (модель поведінки шлюбного партнера, який виявляє залежність від сексу і постійно прагне отримати сексуальну розрядку).
  44. Сектант (модель поведінки члена сім'ї, який входить до складу будь-якої секти і керується її інтересами).
  45. Скиглій (модель поведінки члена сім'ї, який постійно на щось скаржиться).
  46. Скупар (модель поведінки скупого члена сім'ї, який демонструє надміру ощадливість і уникає витрат).
  47. Слабак (модель поведінки слабовільного члена сім'ї, який не відзначається твердістю, стійкістю, силою волі).
  48. Суддя (модель поведінки особи, яка схильна постійно засуджувати інших членів своєї сім'ї).
  49. Сухар (модель поведінки бездушного, черствого члена сім'ї).
  50. Трудоголік (модель поведінки надмірно працюючого члена сім'ї, який має залежність від роботи).
  51. Фанатик (модель поведінки одержимого члена сім'ї, який перебуває в полоні будь-якої ідеї, пристрасті).
  52. Цинік (модель поведінки особи, що демонструє відверто зневажливе, зухвале ставлення до членів своєї сім'ї).
  53. Шантажист (модель поведінки особи, схильної шантажувати членів своєї сім'ї задля досягнення якихось цілей).
  54. Шахрай (модель поведінки особи, схильної обманювати членів своєї сім'ї та зловживати їх довірою).
  55. Шопоголік (модель поведінки члена сім'ї, який не контролює здійснення зайвих покупок).

### **Підрахунок результатів оцінки патологізуючих сімейних ролей**

Підрахунок результатів оцінки моделей поведінки (своїх чи свого шлюбного партнера), що здатні викликати дисгармонію сімейного життя, сприяти виникненню сімейних конфліктів і психологічних

травм, проводиться за п'ятибальною шкалою за такими групами:

**а. патологізуючі сімейні ролі, що відображають байдуже, зверхнє, зневажливе, корисливе ставлення особи до членів сім'ї (2; 8; 11; 14; 24; 25; 28; 30; 31; 32; 41; 42; 48; 49; 52);**

**б. патологізуючі сімейні ролі, що відображають слабкість, залежність особи від шлюбного партнера та інших членів сім'ї (2; 4; 5; 15; 19; 33; 40; 47);**

**в. патологізуючі сімейні ролі, що відображають схильність члена сім'ї до аморальної поведінки (6; 9; 16, 22; 23; 26; 53; 54);**

**г. патологізуючі сімейні ролі, що детерміновані індивідуально-психологічною своєрідністю особи (3; 7; 10; 12; 13; 18; 20; 21; 27; 34; 35; 36; 37; 38; 39; 44; 46);**

**д. патологізуючі сімейні ролі, що детерміновані певною фізіологічною, психічною залежністю особи (1; 5; 17; 22; 29; 43; 44; 50; 51; 55).**

Високі бали вказують на схильність члена сім'ї до деструктивних моделей поведінки, що породжують сімейні конфлікти та можуть здійснювати прямий чи опосередкований психотравмуючий вплив на психічне здоров'я членів сім'ї.

Усвідомлення членами сім'ї своєї схильності до виявів патологізуючих сімейних ролей сприяє ефективному сімейному консультуванню, а також самокорекції, запобіганню та розв'язанню міжособистісних конфліктів.

## **8. Психологічний опитувальник «Емоційна взаємодія подружжя»**

Авторами психологічної методики «Емоційна взаємодія подружжя» є д. психол. н., проф. Потапчук Є. М, д. психол. н., проф. Посвістак О. А. (свідоцтво про реєстрацію авторського права № 71191 від 28.03.2017 р.).

Це діагностичний інструмент, який дозволяє виявляти особливості подружніх стосунків, партнерської чутливості, ставлень до партнера і характер подружньої взаємодії (*ознаки морально-психологічної привабливості*).

Мета опитувальника – з'ясування сукупності наявних психологічних ознак, що відображають характер емоційної взаємодії подружжя. Опитувальник включає 66 тверджень, які відображають здатність сприймати стан партнера, розуміння причин виникнення стану, здатність до співпереживання, виникнення почуттів у взаємодії з партнером, безумовне прийняття, ставлення до себе як до шлюбного партнера, емоційний фон взаємодії, намагання до узгодження дій, надання емоційної підтримки, орієнтація на стан партнера при взаємодії з ним, уміння впливати на стан партнера.

*Інструкція до методики:* оцініть достовірність таких тверджень за допомогою п'ятибальної шкали: «5» – абсолютно вірно; «4» – у більшості випадків вірно; «3» – у деяких випадках вірно; «2» – у більшості випадків не вірно; «1» – повністю не вірно.

### **Зміст опитувальника**

1. Я відразу помічаю, коли в мого партнера немає настрою.
2. Коли мій партнер ображається, то неможливо зрозуміти через яку причину.
3. Коли моєму партнеру боляче, то мені здається, що я теж відчуваю його біль.
4. Мені часто буває соромно за мого партнера.

5. Що б не зробив мій партнер, я буду кохати його.
6. Підтримання емоційного контакту з партнером - складна проблема для мене.
7. Я рідко підвищую голос на партнера.
8. Якщо часто партнерові приділяти багато уваги, то це може йому набриднути.
9. Я часто даю зрозуміти партнерові, що вірю в його сили.
10. Поганий настрій мого партнера не виправдовує його негативну поведінку.
11. Я легко можу заспокоїти свого партнера.
12. Почуття мого партнера – для мене загадка.
13. Я розумію, що мій партнер може грубо поводитись, щоб приховати образ.
14. Часто я не можу розділяти радість мого партнера.
15. Коли я дивлюсь на свого партнера, то відчуваю закоханість й ніжність, навіть коли його поведінка не зовсім мені подобається.
16. Я багато бажав(ла) би змінити в своєму партнерові.
17. Мені подобається роль чоловіка (дружини).
18. Мій партнер рідко спокійно реагує на мої вимоги.
19. Я часто узгоджую свої інтереси з інтересами партнера.
20. Якщо у партнера щось не виходить, то він повинен зробити все, щоб вирішити це самостійно.
21. Я очікую, коли мій партнер заспокоїться, щоб пояснити йому, що він не правий.
22. Якщо мій партнер розлютився, я вже не можу його заспокоїти.
23. Я відчуваю ставлення свого партнера до інших людей.
24. Часто я не можу зрозуміти, чому у мого партнера поганий настрій.
25. Мій настрій часто залежить від настрою мого партнера.
26. Мій партнер часто поводить себе так, що це мене пригнічує.
27. Ніщо не заважає мені кохати мого партнера.

28. Я відчуваю, що виховувати мого партнера надто складно для мене.
29. Я намагаюсь весь вільний час проводити з партнером.
30. У конфліктних ситуаціях з партнером я завжди намагаюсь стримуватись.
31. Я часто говорю своєму партнерові, що високо оцінюю його старання та досягнення.
32. Навіть коли партнер втомлений, всі справи по господарству повинні доводитися до кінця.
33. У мене виходить позитивно впливати на настрій партнера.
34. Часто мій партнер здається мені бездушний, і я не можу зрозуміти, що він відчуває.
35. Я завжди розумію, через що в мого партнера не має настрою.
36. Коли в мене хороший настрій, капризи мого партнера не можуть його зіпсувати.
37. Я відчуваю, що мій партнер кохає мене.
38. Мене турбує те, що мій шлюбний партнер є не таким, яким мені хотілось би його бачити.
39. Я вірю, що можу впоратись з більшістю проблем у шлюбних стосунках.
40. Часто в нас з партнером виникає взаємне невдоволення.
41. Мені часто хочеться догоджати бажанням партнера.
42. Я не захочую дрібні успіхи партнера.
43. Даремно вимагати від партнера допомоги по господарству, якщо він втомився.
44. Я не в змозі змінити поганий настрій мого партнера.
45. Мені достатньо тільки поглянути на партнера, для того, щоб відчувати його настрій.
46. Часто радість партнера здається мені безпричинною.
47. Я легко заражаюсь радістю свого партнера.
48. Я дуже втомлююсь від спілкування зі своїм партнером.
49. Я багато прощаю своєму партнерові через кохання до нього.

50. Я набагато менше здатний(на) конструктивно вирішувати конфліктні ситуації в сім'ї, чим очікував.
51. У мене часто виникає гармонія у стосунках з партнером.
52. Я намагаюсь позбавлятися особистих недоліків у взаємодії з партнером.
53. Я часто хвалю свого партнера.
54. Я ніколи не порушую розпорядок дня партнера.
55. Коли мій партнер втомлюється, я намагаюсь дати йому можливість відпочити.
56. Мені важко зрозуміти бажання мого партнера.
57. Я легко можу здогадатись, що турбує мого партнера.
58. Іноді я не розумію, як партнер може образитись через дрібниці.
59. Я отримую задоволення від спілкування з партнером.
60. Не завжди легко прийняти мого партнера таким, яким він є.
61. Мені вдається переконати партнера змінити свої погляди.
62. Наші розмови з партнером часто закінчуються сваркою.
63. Я терпляче ставлюсь до недоліків партнера.
64. Я часто буваю суворим зі своїм партнером.
65. Краще не відвідувати гостей, коли в партнера поганий настрій.
66. Коли партнер стурбований, мені буває важко допомогти йому.

### **Підрахунок результатів:**

#### **Блок чуттєвості:**

Здатність сприймати стан партнера (1, 23, 45, 12, 34, 56)

Розуміння причин виникнення стану (13, 35, 57, 2, 24, 46)

Здатність до співпереживання (3, 25, 47, 14, 36, 58)

#### **Блок емоційного прийняття:**

Виникнення почуттів у взаємодії з партнером (15, 37, 59, 4, 26, 48).

Безумовне прийняття ( 5, 27, 49, 16, 38, 60).

Ставлення до себе як до шлюбного партнера ( 17, 39. 61, 6, 28, 50).

Емоційний фон взаємодії (7, 29, 51, 18, 40, 62).

#### **Блок поведінкових проявів емоційної взаємодії:**

Намагання до узгодження дій (19, 41, 63, 30, 52).

Надання емоційної підтримки (9, 31, 53, 20, 42, 64).

Орієнтація на стан партнера при взаємодії з ним (21, 43, 65, 10, 32, 54).

Вміння впливати на стан партнера (11, 33, 55, 22, 44, 66).

Кожна характеристика діагностувалась за допомогою шести тверджень, три з яких мали позитивний характер (перші три, що вказані у дужках) – згода з даними твердженнями свідчить про високий ступінь вияву якості, і три – негативний (друга трійка тверджень в дужках) згода з даними твердженнями означає низьку ступінь вияву якості.

Ступінь своєї згоди з запропонованими твердженнями можна було виразити за допомогою п'ятибальної шкали (від абсолютно вірно до абсолютно невірно).

Таким чином, члени подружніх пар шість раз виражали ступінь своєї згоди зі твердженнями, що відображали характеристику взаємодії. Використання тверджень з позитивною і негативною спрямованістю, дозволило виявити суперечливі судження подружжя і підвищувало достовірність отриманої оцінки.

Для отримання стандартних балів, які достовірно характеризують виділені нами характеристики, ми застосовували формулу:  $(a + b + c - d - e - f + 1) / 5$

Де: a, b, c - оцінка позитивних тверджень; d, e, f - оцінка негативних тверджень.

Знак «-» перед твердженнями d, f означає, що для них використовується інвертована шкала оцінок: якщо за відповідь «абсолютно вірно» для позитивного твердження дається 5 балів, то за відповідь «абсолютно вірно» для негативних тверджень дається один бал. Таким чином, ступінь вияву кожної характеристики може вимірюватися в інтервалі від 1/5 до 5 балів.

## 9. Психологічна методика «Особливості психологічної діагностики емоційної байдужості між подружжям»

Для ґрунтового дослідження проблеми, пов'язаної з відсутністю у подружжя відчуття задоволення від шлюбного партнерства пропонується використовувати авторську психологічну методику «Діагностика емоційної байдужості подружжя» (ДЕБП) (розробники Д. Карпова, Є. Потапчук, свідоцтво про реєстрацію авторського права № 127466 від 12.06.2024 р.) [12; 16].

Метою психологічної методики є визначення тривалої відсутності відчуття задоволення від шлюбного партнерства, що породжує сімейну кризу емоційної байдужості.

Психологічна діагностика емоційної байдужості між подружжям має важливе значення для визначення та усунення причин тривалої відсутності між ними відчуття задоволення від шлюбного партнерства. Як свідчить практика, найчастіше причинами емоційної байдужості є *авторитарний* (контроль, заборони, покарання) чи *відсторонений* (байдужість до життя дитини, відчуженість, ігнорування і дистантність) стилі виховання в батьківській сім'ї, дефіцит батьківської любові та турботи, складні стосунки з батьком чи матір'ю, а також розлучення батьків.

ДЕБП дозволяє подружжю усвідомити наявність в їхньому житті сімейної кризи, що породжує розчарування шлюбним партнером і дисгармонію сімейного життя. Розробку доцільно застосовувати для:

- виявлення наявності між подружжям кризи емоційної байдужості (як причини дисгармонії сімейного життя);
- визначення шлюбного партнера, який є найбільшим заручником кризи емоційної байдужості;
- з'ясування ознак емоційної байдужості, що виявляються кожним з партнерів (для усвідомлення типу поведінки подружжя і пошуку шляхів, що сприяють відновленню гармонійних стосунків).

Методика відображає 38 найбільш розповсюджених виявів ознак

емоційної байдужості між подружжям Кожне твердження оцінюється від 0 до 1 балу.

### Бланк психологічної методики

#### «Діагностика емоційної байдужості подружжя» (ДЕБП)

Дата проведення \_\_\_\_\_

П.І. респондента \_\_\_\_\_ Вік \_\_\_\_\_ Освіта \_\_\_\_\_

П.І. партнера \_\_\_\_\_ Вік \_\_\_\_\_ Освіта \_\_\_\_\_

Тривалість шлюбу \_\_\_\_\_ Тривалість дошлюбного знайомства \_\_\_\_\_

Діти \_\_\_\_\_

Сфера професійної діяльності \_\_\_\_\_

№	Ознаки емоційної байдужості між подружжям	Це про мене	Це про партнера
1			
2			
3			
38			

### Інструкція до психологічної методики

Уважно ознайомтесь з переліком ознак емоційної байдужості і за допомогою 3-х тверджень: *а) так (1 бал); б) важко сказати (0,5 балів); в) не так (0 бал)* оцініть наявність цих ознак у себе і у свого шлюбного партнера, виставляючи бали у бланку.

#### **Перелік ознак емоційної байдужості подружжя:**

1. Виявляє відстороненість від партнера.
2. Виявляє грубість до партнера.
3. Виявляє емоційну холодність до партнера.
4. Виявляє жорстокість до партнера.
5. Виявляє неприязнь (відразу) до партнера.
6. Виявляє неповагу до партнера.

7. Виявляє нетерпіння до партнера.
8. Виявляє неухважність до партнера.
9. Не висловлює захоплення партнером.
10. Не виявляє турботу про партнера.
11. Не виявляє пристрасть у стосунках з партнером.
12. Не говорить компліменти партнеру.
13. Не переймається проблемами партнера.
14. Не робить приємні сюрпризи для партнера.
15. Не цікавиться настроєм партнера.
16. Не цікавиться самопочуттям партнера.
17. Не цікавиться справами партнера.
18. Уникає відпочинку з партнером.
19. Уникає витратити кошти на потреби партнера.
20. Уникає виявляти ласку та ніжність до партнера.
21. Уникає душевних розмов з партнером.
22. Уникає інтимної близькості з партнером.
23. Уникає обіймів з партнером.
24. Уникає писати ніжні смс партнеру.
25. Уникає поцілунків з партнером.
26. Уникає походів за покупками з партнером.
27. Уникає проведення вільного часу з партнером.
28. Уникає прогулянок з партнером.
29. Уникає романтичних стосунків з партнером.
30. Уникає снідати, обідати, вечеряти з партнером.
31. Часто відчуває розчарування партнером.
32. Часто дорікає за що-небудь партнера.
33. Часто висловлює бажання розлучитися з партнером.
34. Часто дратується під час розмов з партнером.
35. Часто ігнорує переживання партнера.
36. Часто критикує дії і поведінку партнера.
37. Часто критикує зовнішність партнера.
38. Часто нудиться при спілкуванні з партнером.

## Ключ до психологічної методики

### Підрахунок результатів оцінки ознак емоційної байдужості

Підрахунок результатів оцінки ознак емоційної байдужості між подружжям (своїх чи свого шлюбного партнера) проводиться за 3-бальною шкалою, де:

**1. Бажання турбуватися про партнера:** 10; 13; 16; 19; 26.

*Сукупна оцінка 3 і більше балів свідчить про відсутність бажання турбуватися про потреби партнера.*

**2. Захоплення партнером:** 8; 9; 12; 14; 20; 21; 23; 24; 25; 29.

*Сукупна оцінка 6 і більше балів свідчить про відсутність романтичних настроїв, компліментів, ніжності, ласки, що вказує на зникнення захоплення партнером.*

**3. Інтерес, увага до партнера:** 1; 15; 17; 18; 27; 28; 30; 38.

*Сукупна оцінка 5 і більше балів свідчить про відсутність інтересу, уваги до партнера.*

**4. Інтимна та сексуальна байдужість:** 5; 11; 22; 23; 25.

*Сукупна оцінка 3 і більше балів свідчить про зникнення взаємного інтересу, бажання, пристрасті, що вказує на наявність інтимної та сексуальної байдужості.*

**5. Негативні емоції та негативні стани:** (2; 3; 4; 7; 34; 35).

*Сукупна оцінка 4 і більше балів свідчить про вияви партнерами агресії, апатії, грубості, а отже – у їхніх стосунках наявні негативні емоції та стани.*

**6. Сумнів у виборі партнера:** (6; 31; 32; 33; 36; 37).

*Сукупна оцінка 4 і більше балів свідчить про наявність відчуття невдоволення та розчарування партнером, що породжує сумнів у виборі партнера і появу бажання розлучитися.*

## **10. Психологічний опитувальник «Стратегія поведінки у сімейних конфліктах»**

Розробниками психологічного опитувальника *«Стратегія поведінки у сімейних конфліктах»* є Д. Карпова, Н. Потапчук, Є. Потапчук). *Мета опитувальника* – визначення способів дій особистості при виникненні міжособистісних протиріч та зіткнень, що характеризує її стратегію поведінки у сімейних конфліктах.

Зміст опитувальника складається з різних тверджень щодо певних стратегій поведінки у сімейних конфліктах. Розробка може застосовуватися для оцінки учасником психологічного опитування (респондентом) своїх способів дій при виникненні сімейних конфліктів та поведінки інших членів своєї родини.

**Інструкція до опитувальника:** виберіть подані в опитувальнику варіанти тверджень до кожного питання, які відповідають вашим діям при виникненні сімейних конфліктів і зафіксуйте букви, які відповідають кожному твердженню (Б, К, П, С, У). До питань 2-5 слід обирати кілька варіантів відповідей.

### ***Зміст опитувальника***

1. У вашій родині ініціатором сімейних конфліктів найчастіше є:
  - 1) батьки;
  - 2) брат (сестра);
  - 3) діти;
  - 4) мій шлюбний партнер;
  - 5) я (Б).
2. Які дії ви найчастіше використовуєте під час конфлікту зі **своїми батьками?** (можна відмітити кілька варіантів):
  - 1) виправдовуюсь (П);
  - 2) відстороняюсь (У);
  - 3) домовляюсь (С);
  - 4) дорікаю (Б);

- 5) ігнорую (У);
- 6) жартую (У);
- 7) мовчу (У);
- 8) нападаю (Б);
- 9) погоджуюсь (П);
- 10) поступаюь частк. (К);
- 11) прошу вибачення (П);
- 12) сперечаюь (Б).

3. Які дії ви найчастіше використовуєте під час конфлікту зі **своїм братом (сестрою)**? *(можна відмітити кілька варіантів):*

- 1) виправдовуюь (П);
- 2) відстороняюь (У);
- 3) домовляюь (С);
- 4) дорікаю (Б);
- 5) ігнорую (У);
- 6) жартую (У);
- 7) мовчу (У);
- 8) нападаю (Б);
- 9) погоджуюсь (П);
- 10) поступаюь частк. (К);
- 11) прошу вибачення (П);
- 12) сперечаюь (Б).

4. Які дії ви найчастіше використовуєте під час конфлікту зі **шлюбним партнером**? *(можна відмітити кілька варіантів):*

- 1) виправдовуюь (П);
- 2) відстороняюь (У);
- 3) домовляюь (С);
- 4) дорікаю (Б);
- 5) ігнорую (У);
- 6) жартую (У);
- 7) мовчу (У);
- 8) нападаю (Б);

- 9) погоджуюсь (П);
  - 10) поступаюь частк. (К);
  - 11) прошу вибачення (П);
  - 12) сперечаюь (Б).
5. Які дії ви найчастіше використовуєте під час конфлікту зі **своїми дітьми**? (можна відмітити кілька варіантів):
- 1) виправдовуюь (П);
  - 2) відстороняюь (У);
  - 3) домовляюь (С);
  - 4) дорікаю (Б);
  - 5) ігнорую (У);
  - 6) жартую (У);
  - 7) мовчу (У);
  - 8) нападаю (Б);
  - 9) погоджуюсь (П);
  - 10) поступаюь частк. (К);
  - 11) прошу вибачення (П);
  - 12) сперечаюь (Б).
6. При виникненні конфліктів з **батьками** ви переважно:
- 1) вирішуєте проблему разом з ними (С);
  - 2) прислухаєтесь до їхньої думки (П);
  - 3) поступаєтесь їм частково (К);
  - 4) ухиляєтесь від обговорення проблеми (У);
  - 5) наполегливо доводите їм свою правоту (Б).
7. При виникненні конфліктів з **братом (сестрою)** ви переважно:
- 1) вирішуєте проблему разом з ними (С);
  - 2) прислухаєтесь до їхньої думки (П);
  - 3) поступаєтесь їм частково (К);
  - 4) ухиляєтесь від обговорення проблеми (У);
  - 5) наполегливо доводите їм свою правоту (Б).
8. При виникненні конфліктів зі **шлюбним партнером** ви переважно:

- 1) вирішуєте проблему разом з ним (С);
  - 2) прислухаєтеся до його думки (П);
  - 3) поступаєтеся йому частково (К);
  - 4) ухиляєтеся від обговорення проблеми (У);
  - 5) наполегливо доводите йому свою правоту (Б).
9. При виникненні конфліктів зі **своїми дітьми** ви переважно:
- 1) вирішуєте проблему разом з ними (С);
  - 2) прислухаєтеся до їхньої думки (П);
  - 3) поступаєтеся їм частково (К);
  - 4) ухиляєтеся від обговорення проблеми (У);
  - 5) наполегливо доводите їм свою правоту (Б).

### **Підрахунок результатів опитувальника щодо стратегій поведінки у сімейних конфліктах**

Підраховується кількості зафіксованих букв: Б, К, П, С, У, де:

- Б – відображає стратегію поведінки «боротьба» (*негативно впливає на міжособистісні стосунки та морально-психологічний клімат сім'ї*);
- К – відображає стратегію поведінки «компроміс» (*позитивно впливає на міжособистісні стосунки та морально-психологічний клімат сім'ї*);
- П – відображає стратегію поведінки «пристосування» (характерна для слабкої особистості, яка є жертвою);
- С – відображає стратегію поведінки «співпраця» (*позитивно впливає на міжособистісні стосунки та морально-психологічний клімат сім'ї*);
- У – відображає стратегію поведінки «уникнення».

За кількістю обраних варіантів визначається схильність особи до певної стратегії поведінки при виникненні сімейних конфліктів. При цьому виявляються особливості способу дій особи у сімейних конфліктах з різними членами родини (з батьками, дітьми, шлюбним партнером та братами і сестрами).

## Література

1. Булах І. Є., Мруга М. Р. Створюємо якісний тест. *Навч. посіб.* Київ: Майстер-клас, 2006. 160 с.
2. Галян І. М. Психодіагностика. *Навч. посіб.* Київ : Академвидав, 2009. 464 с.
3. Зозуль Т. В. Психологічні особливості розподілу сімейних ролей у подружніх парах із суттєвою різницею у віці. *Психологія і особистість*. 2016. № 1 (9). С. 129-138.
4. Карпова Д. Є. Психологічні умови формування уявлень про сімейні ролі у студентської молоді : дис. ... д-ра філософії: 053. Хмельницький, 2021. 218 с.
5. Кравець В. П. Теорія і практика дошлюбної підготовки молоді. Київ : Київська правда, 2000. 688 с.
6. Корольчук М. С., Осьодло В. І. Психодіагностика. *Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів*. Київ : Ельга, Ніка-центр, 2007. 400 с.
7. Моргун В. Ф., Тітов І. Г. Основи психологічної діагностики. *Навч. посіб.* 3-є видання. Київ. 2013. 464 с.
8. Новий тлумачний словник української мови : в 3-х т. / укладачі В. Яременко, О. Сліпушко. Київ : Вид-во «Аконіт», 2003. Т. 3. 862 с.
9. Основи соціальної психології. *Підручник для закладів вищої освіти* / П. П. Горностай, М. М. Слюсаревський, В. О. Татенко, Т. М. Тиаренко, Н. В. Хазратова та ін. Київ : Талком, 2018. 580 с.
10. Потапчук Є. М., Балукіна А. І. Чинники міжособистісної сумісності майбутніх шлюбних партнерів. *Науковий журнал «Габітус» Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій*. 2021. № 24, Т. 2, С. 167–171.
11. Потапчук Є. М., Карпова Д. Є. Моделі поведінки подружжя в реалізації основних сімейних функцій. *Науковий журнал «Габітус» Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій*. 2021. № 21. С. 268–274.

12. Потапчук Є., Карпова Д. Авторська психологічна методика діагностики емоційної байдужості подружжя. *Науковий журнал «Psychology Travelogs» Хмельницького національного університету*. № 2, 2025. С. 161-171.

13. Потапчук Є. М., Карпова Д. Є. Психологічна діагностика сімейних ролей як моделей поведінки подружжя : *довідник сімейного психолога*. Хмельницький : «PolyLux design print», 2021. 52 с.

14. Потапчук Є. М. Кризи сімейного життя та як їх подолати : *довідник сімейного психолога*. Хмельницький : ХНУ, 2014. 35 с.

15. Потапчук Є. М. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером : *довідник сімейного психолога*. Хмельницький : «PolyLux design print», 2020. 36 с.

16. Потапчук Є., Павелко А. Теоретичний аналіз кризи емоційної байдужості подружжя як психологічної проблеми. *Науковий журнал «Psychology Travelogs» Хмельницького національного університету*. № 2, 2023. С. 91-102.

17. Потапчук Є. М., Потапчук Н. Д. Особливості психологічного консультування ревнивців. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Психологічні науки*. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. № 2 (47). С. 233–239.

18. Потапчук Є. М. Психологія ревнивця : *довідник сімейного психолога*. Хмельницький : Поліграфіст, 2015. 40 с.

19. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Вид. 3-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2024. 624 с.

**Євген Михайлович Потапчук**  
**Дарія Євгенівна Карпова**

**ПСИХОЛОГІЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ**  
**ДЛЯ ДІАГНОСТИКИ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ**  
**ТА МОДЕЛЕЙ ПОВЕДІНКИ ПОДРУЖЖЯ**

**Довідник сімейного психолога**

Редактор : Рага О. М.

Комп'ютерна верстка Лукашенко О.В.

Формат 60x84/16. Гарнітура Times New Roman. Тираж 300 прим.

Друк цифровий. Ум. друк. арк. 3.3. Обл.-вид.арк. 1.73

---

Друк: ФОП Горенюк Ю.І. «PolyLux»  
29017 Україна, м. Хмельницький, вул. Зарічанська 22/3  
Тел: (067) 307-09-76, e-mail: [Polylux1@gmail.com](mailto:Polylux1@gmail.com)



**КАРПОВА  
ДАРІЯ ЄВГЕНІВНА**

**доктор філософії з психології, доцент**

**Доцент кафедри психології та педагогіки Хмельницького національного університету  
Член Української асоціації сімейних психологів.**

**Сфера наукових інтересів:  
загальна психологія, психологія сім'ї, конфліктологія.**

**Автори довідників сімейного психолога:**

1. Потапчук Є.М. Кризи сімейного життя та як їх подолати : *довідник сімейного психолога*. Хмельницький : ХНУ, 2014. 35 с.
2. Потапчук Є.М. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером : *довідник сімейного психолога*. Хмельницький : «PolyLux design & print». 2020. 36 с.
3. Потапчук Є.М., Карпова Д.Є. Психологічна діагностика сімейних ролей як моделей поведінки подружжя : *довідник сімейного психолога*. Хмельницький : «PolyLux design print», 2021. 52 с.

Ел. адреса для співпраці з авторами: [potapchuk1@i.ua](mailto:potapchuk1@i.ua)



**ПОТАПЧУК  
ЄВГЕН МИХАЙЛОВИЧ**

**доктор психологічних наук, професор,  
Заслужений працівник освіти України  
сімейний психолог.**

**Професор кафедри психології та педагогіки Хмельницького національного університету.  
Голова Української асоціації сімейних психологів.**

**Сфера наукових інтересів: психологія сім'ї, психологія здоров'я, психологія діяльності в особливих умовах.**