

УКРАЇНСЬКА АСОЦІАЦІЯ СІМЕЙНИХ ПСИХОЛОГІВ

**Є. М. Потапчук, доктор психологічних наук, професор,
заслужений працівник освіти України**

**ПСИХОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА
ШЛЮБНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ТА МІЖОСОБИСТІСНОЇ
СУМІСНОСТІ З ПАРТНЕРОМ**

Хмельницький

2020

УДК 159.942

ББК 88,4

П 64

Рецензенти:

Сафін О. Д., доктор психологічних наук, професор,

Заслужений діяч науки і техніки України.

Шпортун О. М., доктор психологічних наук, доцент.

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

Довідник містить узагальнену, стислу, впорядковану інформацію про сутність і структуру шлюбного потенціалу особистості, міжособистісну сумісність пари та психологічну методiku для діагностики наявних можливостей, ознак людини, що можуть сприяти гармонійному шлюбному партнерству. Логічно та послідовно розкрито діагностику ознак фізичної, інтелектуально-світоглядної, морально-психологічної, інтимно-сексуальної, матеріально-фінансової та господарської привабливості, ознак стійкості до фізіологічної та психічної залежності, а також до психологічних комплексів.

Довідник призначений для психологів, викладачів, студентів, подружжя і для тих, хто бажає покращити свої знання з питань, пов'язаних із самооцінкою особистісного шлюбного потенціалу, визначенням рівня міжособистісної сумісності партнерів та з'ясування майбутніх перспектив їхнього шлюбного союзу.

ББК 88,4

Видавництво «PolyLux design & print»

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	4
1 СУТНІСТЬ ТА СТРУКТУРА ШЛЮБНОГО ПОТЕНЦІАЛУ	5
2 МІЖОСОБИСТІСНА СУМІСНІСТЬ ЯК ПЕРЕДУМОВА ГАРМОНІЙНОГО СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ	7
3 СУТНІСТЬ ТА ЗМІСТ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДІАГНОСТИКИ ШЛЮБНОГО ПОТЕНЦІАЛУ	8
4 ПСИХОЛОГІЧНА МЕТОДИКА «ДІАГНОСТИКА ШЛЮБНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ» (ДШПО)	12
4.1 Діагностика ознак фізичної привабливості	14
4.2 Діагностика ознак інтелектуально-світоглядної привабливості.....	16
4.3 Діагностика ознак морально-психологічної привабливості.....	18
4.4 Діагностика ознак інтимно-сексуальної привабливості	20
4.5 Діагностика ознак матеріально-фінансової та господарської привабливості	22
4.6 Діагностика ознак стійкості до фізіологічної та психічної залежності.....	24
4.7 Діагностика ознак стійкості до психологічних комплексів	26
5. ОПИТУВАЛЬНИК «ЕМОЦІЙНА ВЗАЄМОДІЯ ПОДРУЖЖЯ»	28
ВИСНОВКИ	32
РОБОЧИЙ СЛОВНИК	33
ЛІТЕРАТУРА.....	35

ПЕРЕДМОВА

Як свідчить практика, підготовка молоді до сімейного життя, створення та функціонування гармонійного шлюбного союзу, на жаль, залишається однією з найактуальніших проблем нашого суспільства. Щорічно статистика фіксує наявність значного відсотку невдалих шлюбних союзів. Наслідком цього є сімейні драми, домашнє насильство, психічні розлади, дитячі психологічні травми, розлучення, судова тяганина, неповні сім'ї, сирітство, злочинність тощо. Нїде немає стїльки нерозуміння і душевного болю як у проблемних стосунках між чоловіком і дружиною.

Серед найпоширенїших проблем у сферї сімейних стосунків є проблема помилкового вибору шлюбного партнера. Саме низький рївень міжособистїсної сумїсності шлюбних пар стає найвагомїшою причиною сімейної дисгармонїї, особистїсних страждань та трагедїй. Це, у свою чергу, – результат низького рївня знань молодих людей про позитивні чи негативні риси та особливостї, що здатні впливати на шлюбне життя партнерів.

Існує потреба у підготовцї молодих людей до сімейного життя, до розуміння любові, до усвідомлення закономірностей вибору шлюбного партнера. Адже на дошлюбному етапі молодь має не тїльки набувати здатність знайомитися, спілкуватися, приваблювати потенційних партнерів та підтримувати стосунки з ними, а ще й визначати критерїї обрання своєї «половинки» для шлюбу. У зв'язку з цим стає очевидною необхідність з'ясування сукупності наявних можливостей, ознак людини, що можуть сприяти гармонійному шлюбному партнерству. Потребує осмислення те, яким чином можна виявляти відповідність взаємних очїкувань шлюбних партнерів їх реальним моделям поведінки? Як з'ясувати рївень міжособистїсної сумїсності потенційних чи реальних шлюбних партнерів та майбутні перспективи їхнього подружнього союзу?

То ж *мета цього видання – розглянути сутність та структуру шлюбного потенціалу, а також міжособистїсну сумїсність як передумову гармонійного подружнього союзу. У довіднику розкривається авторська психологічна методика «Дїагностика шлюбного потенціалу особистостї (ДШПО), яка є результатом багаторічної наукової і консультативної роботи.*

Маємо надїю, що цей довідник допоможе Вам, шановний читачу, покращити свої знання з питань, пов'язаних із самооцїнкою та оцїнкою шлюбного потенціалу, визначення рївня міжособистїсної сумїсності партнерів і з'ясування майбутніх перспектив їхнього шлюбного союзу. Тим самим це буде сприяти ефективному створенню гармонійного шлюбного союзу та щасливої сім'ї.

1. СУТНІСТЬ ТА СТРУКТУРА ШЛЮБНОГО ПОТЕНЦІАЛУ

Незважаючи на тисячолітню історію існування людства, створення гармонійної сім'ї залишається актуальною проблемою й нині. Сімейне життя для багатьох подружніх пар стає вулканом, який знищує їх спокій, руйнує плани та мрії, нівелює радість буття та негативно позначається на психічному і фізичному здоров'ї. У чому ж коріння цієї проблеми? На нашу думку, найперше, з чого потрібно починати її вирішувати – це навчити людину розуміти, діагностувати та розвивати свій шлюбний потенціал, розвивати свою здатність любити іншу людину і брати на себе відповідальність за створення сім'ї. Крім цього, потрібно вміти правильно обирати шлюбного партнера (свою «половинку»), щоб не вибрати випадкову людину і не занепасти своє життя.

Міжособистісні стосунки пари будуть гармонійними, коли партнери зможуть задовольнити потреби і очікування один одного. Це потребує усвідомлення того, які ж потреби і очікування (сподівання) має кожен з них. Варто звернути увагу, що йдеться про взаємні вимоги партнера, які необхідно задовольнити у сімейному житті. Зазвичай на дошлюбному етапі партнери стають заручниками своєї необізнаності та гормональних викидів, що заважає адекватно оцінити потенційного партнера та передбачити перспективи їхнього подружнього союзу. Досить часто основною підставою для визначення рівня привабливості людини стають її зовнішність та матеріально-фінансовий статус батьків. На жаль, поза увагою залишаються система цінностей, вияви інтелектуальних здібностей, життєвих позицій, прагнень, морально-психологічних властивостей, господарсько-побутових здібностей тощо.

Варто звернути увагу на те, що сукупність наявних можливостей, ознак людини, які можуть сприяти гармонійному шлюбному партнерству є **шлюбним потенціалом**. Він відображає фізичну, інтелектуально-світоглядну, морально-психологічну, інтимно-сексуальну, матеріально-фінансову, господарсько-побутову привабливість партнерів, а також їх стійкість до психологічних комплексів і фізіологічної та психічної залежності, що здатні задовольняти їхні взаємні очікування та сприяти гармонійній подружній взаємодії. Поняття «ознака» означає рису, властивість, особливість людини, що характеризує її як шлюбного партнера [7].

Структура шлюбного потенціалу особистості (рис. 1) має такі складові: **фізична привабливість** – зовнішні форми, пропорції, запах тіла людини тощо; – **інтелектуально-світоглядна привабливість** – вияви інтелектуальних здібностей,

життєвих позицій та прагнень особистості тощо. Інтелект – інформаційний потенціал знань особистості як результат функціонування її свідомості, мислення та розуму. Світогляд людини – це сукупність її поглядів на світ і сенс життя (узагальнені знання, переконання, цінності, ідеали, вірування, принципи діяльності, життєві норми); **морально-психологічна привабливість** – вияви морально-психологічних рис, ознак особистості тощо; **інтимно-сексуальна привабливість** – вияви інтимно-сексуального потенціалу особистості тощо; **матеріально-фінансова та господарська привабливість** – вияви господарсько-побутових та матеріально-фінансових здібностей особистості; **стійкість до комплексів** – здатність особистості не піддаватися негативним (викривленим) уявленням про свою фізичну та психічну ущербність; **стійкість до фізіологічної та психічної залежності** – здатність особистості не піддаватися впливу шкідливих звичок та безрозсудній одержимості.

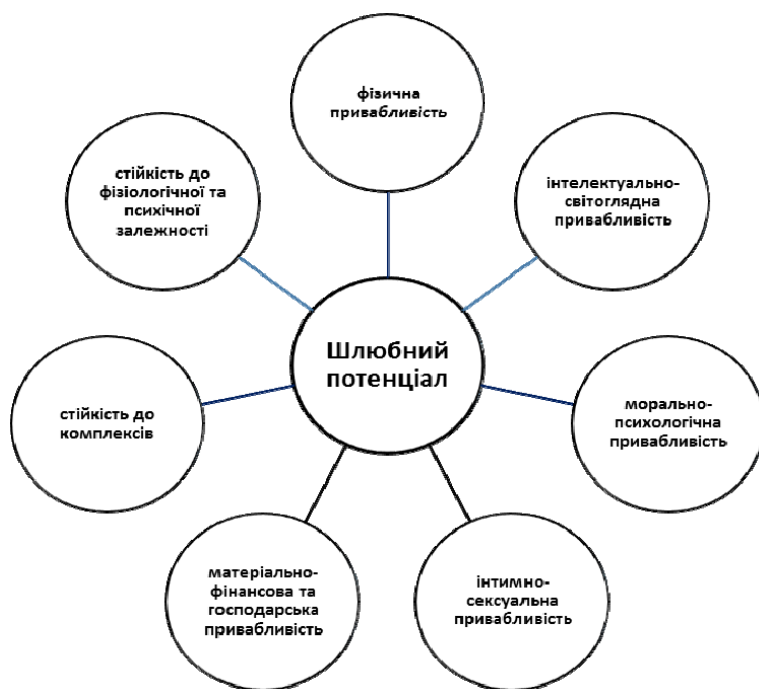


Рисунок 1 – Складові шлюбного потенціалу

2. МІЖОСОБИСТІСНА СУМІСНІСТЬ ПАРТНЕРІВ ЯК ПЕРЕДУМОВА ГАРМОНІЙНОГО СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ

На думку дослідників [3-6; 8; 15; 18], найповніше суб'єктивний характер міжособистісних стосунків виявляється в сумісності людей. Сумісність – це оптимальне поєднання якостей людей у процесі взаємодії, що сприяє успішному виконанню спільної діяльності. Фактично, воно є суттєвим механізмом, що забезпечує встановлення, збереження і розпад взаємин. Адже, як вказує М.Обозов [8], саме в ній відображається рівень максимальної суб'єктивної задоволеності партнерів одне одним при високих енергетичних затратах та взаємній ідентифікації. За свідченням С.Ковальова [3], сумісність являється одним із найбільш складним феноменів психології сім'ї. При цьому дослідник звертає увагу на узгодженості ролевих очікувань (норм, взаємних вимог).

Вітчизняні та зарубіжні дослідники [3; 8; 15; 18] вказують на те, що показником ефективної сімейно-рольової взаємодії подружжя є сімейно-рольова сумісність як вид міжособистісної сумісності. На думку А.Волкової та Т.Трапезнікової [2], сімейно-рольова сумісність подружжя передбачає узгодженість сімейних цінностей, узгодженість ролевих очікувань і ролевих домагань подружжя, загальну рольову адекватність шлюбних партнерів.

Міжособистісна симпатія завжди взаємна та корисна і створює свою специфіку: індивідуальну своєрідність стосунків та умов, які визначають прихильність і привабливість двох особистостей. Індивіди, які відчувають взаємну симпатію один до одного, при міжособистісних стосунках приймають до уваги упередження та слабкості, які притаманні кожному із них. Чим більшу симпатію відчувають індивіди, тим більш схильні вони до поблажливості, а отже і до більшої згоди один з одним.

При наявності у партнерів взаємної симпатії, психологічної привабливості в сім'ї формуються взаємини, які характеризуються: високим рівнем довіри між партнерами, взаєморозкриттям внутрішнього світу (*довіра інтимних переживань, рис особистості, мрій, фактів біографії*); можливістю бути самим собою (*зняттям «маски»*); розкутість у спілкуванні; позитивно-оціночні взаємини (*відсутність осудження, насмішки*).

Взаєморозуміння передбачає не тільки адекватне сприйняття рис особистості партнера, його потреб, цінностей, але й можливість прогнозувати поведінку. Наявність схожості в ціннісних орієнтаціях викликає більшу згоду між індивідами в їх відношеннях до світу, до оточуючих, до самих себе. Згода в

поглядах та оцінках посилює баланс міжособистісних стосунків. Велике значення для стабільності міжособистісної симпатії має зовнішня та сексуальна привабливість, яка скорочує інтимну дистанцію між шлюбними партнерами.

Осмислення вищесказаного дозволяє дійти висновку, що **міжособистісна сумісність шлюбної пари** відображає оптимальне сполучення ціннісних орієнтацій, соціальних установок, інтересів, мотивів, потреб, характерів, темпераментів, темпу і ритму психофізіологічних реакцій та сексуальної поведінки партнерів. Тут доцільно використовувати таке поняття, як «модель поведінки шлюбного партнера» (сукупність дій і вчинків в ролі сім'янина) та її відповідність очікуванням іншого. Чим більше ці моделі співпадають із взаємними очікуваннями партнерів, тим вищий рівень їх міжособистісної сумісності. І навпаки, чим менше вони співпадають, тим нижчий рівень міжособистісної сумісності, а отже, такий шлюбний союз є проблемним.

Взаємне сприйняття партнерів у шлюбі залежить від оптимального сполучення ціннісних орієнтацій, соціальних установок, інтересів, мотивів, потреб, характерів, темпераментів, темпу і ритму психофізіологічних реакцій та сексуальної поведінки. Поєднання позитивного взаємного сприйняття партнерів є передумовою продуктивного сімейного життя для цієї пари.

3. СУТНІСТЬ ТА ЗМІСТ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДІАГНОСТИКИ МІЖОСОБИСТІСНОЇ СУМІСНОСТІ ПАРИ

За свідченням дослідників [5; 9; 19], **психологічна діагностика** це галузь психологічної науки, що розробляє теорію, принципи та інструменти оцінки і виміру індивідуально-психологічних властивостей особистості. У роботі психолога зі сімейною проблематикою виникає потреба здійснювати психологічну діагностику сімейних стосунків – вивчати сімейну історію, структуру сім'ї, стан подружньої підсистеми, чинники сімейної дисгармонії, особливості дитячих і батьківських стосунків, тощо.

Результати аналізу наукових джерел вказують на те, що питання діагностики подружніх стосунків були предметом наукового інтересу багатьох дослідників, насамперед: Ю. Альошиної (сімейна діагностика) [1], А. Волкової, Т. Трапезнікової (методичні проблеми діагностики подружніх стосунків) [2], С. Ковальова (ранжування термінальних цінностей для ціннісно-орієнтованого компоненту сумісності) [3]; Н. Оліфіровіч, Т. Зінкевіч-Куземкіної та Т. Веленти,

(діагностика сімейних взаємин у ситуації кризи) [9], Е. Ейдемільера (діагностика сімейних стосунків) [19; 20] та ін.

У контексті нашого дослідження особливий інтерес викликають такі опитувальники як: «Вимір психологічної установки в сімейній парі» (Ю. Альошина, Л. Гозман); опитувальник «Емоційна взаємодія подружжя» (Є. Потапчук, О. Посвістак); опитувальник РОП «Рольові очікування та прагнення у шлюбі» (А. Волкова); опитувальник «Сімейні ролі» (Дж. Огден, Е. Зевін, адаптація О. Чернікова); опитувальник «Шкала передбачення успішності шлюбу» (Е. Берджесс та ін.); опитувальник «Шкала кохання та симпатії» (З. Рубін, адаптація Л. Гозмана, Ю. Альошиної) та ін. Водночас варто зазначити, що більшість діагностичних розробок охоплюють сімейні стосунки вже сформованих пар. До цього часу ще не знайшли належного висвітлення у психологічній теорії і практиці питання розробки психологічного інструментарію ефективної психологічної діагностики міжособистісної сумісності потенційної пари, відсутні науково-обґрунтовані рекомендації щодо виявлення шлюбного потенціалу пари або партнерів, які планують створити сім'ю, та майбутніх перспектив їхнього подружнього союзу.

При психологічній діагностиці дошлюбних та сімейно-шлюбних стосунків доцільно розрізнати можливі проблемні питання: пошук шлюбного партнера, дошлюбні стосунки, прийняття рішення про шлюб, прогнозування майбутнього шлюбної пари, сімейні кризи та конфлікти [1-4; 8-19].

Для визначення характеру порушень сімейного функціонування використовується термін *«сімейний діагноз»*, що описує порушення життєдіяльності сім'ї, які сприяють появі проблем у її функціонуванні та індивідуальних дисфункцій в одного чи у кількох членів сім'ї. На нашу думку доцільно використовувати ще таке поняття як *«шлюбний діагноз»*, що *відображає глибинне та всебічне вивчення особистостей, які утворюють шлюбну пару (реальну чи потенційну), з метою виявлення відповідності їхніх взаємних очікувань реальним моделям поведінки.* Це уможливило б прогнозування майбутніх перспектив для конкретного партнерського союзу. Отримана інформація дозволяє планувати психологічну допомогу реальній чи потенційній шлюбній парі.

Важливо звернути увагу на таке поняття як *«діагностичні ознаки шлюбних стосунків»*. Як свідчить практика, певні ознаки можуть свідчити про порушення у взаєминах подружньої пари (наприклад, *невдоволеність партнером як: вихователем дітей, цікавим співрозмовником, мотиватором сімейних досягнень, мудрим порадником, відповідальним годувальником, старанним господарником,*

організатором сімейного відпочинку, чуйним романтиком) та життєдіяльності сім'ї (наприклад: відчуження, інверсія ієрархії, ригідність, ролева дисфункціональність, негативні поведінкові чи емоційні реакції подружжя, сімейні конфлікти, сімейні кризи тощо) [11; 13; 19; 20]. Усвідомлення ознак шлюбного потенціалу може сприяти цілеспрямованому самовихованню і підготовці себе до сімейного життя, а також вдалому вибору шлюбного партнера. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу партнерів дозволить визначити проблемні ознаки міжособистісної сумісності пари, з'ясувати відповідність оцінок та самооцінок рис і особливостей один одного.

Фахівці виділяють певні *етапи психодіагностичного дослідження*: вивчення практичного запиту; формулювання психологічної проблеми; висування гіпотез про причини явищ, які спостерігаються; вибір методу дослідження; застосування методу; формулювання психологічного діагнозу, який повинен також мати й прогноз подальшого майбутнього шлюбної пари; розроблення рекомендацій, програми психологічної корекційної або розвивальної роботи з членами шлюбної пари; здійснення цієї програми, контроль за її виконанням.

Для психологічної діагностики сімейних стосунків фахівці використовують різні методи, зокрема: бесіду, збір і узагальнення незалежних характеристик, експеримент, спостереження, тестування тощо. Підсумком психологічної діагностики шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності пари є діагностичний висновок, який дозволяє ідентифікувати психологічну проблему та визначити шляхи її вирішення (корегування компонентів привабливості).

Загалом результати нашої наукової та практичної діяльності дають змогу стверджувати, що існують певні закономірності формування шлюбної пари, знання яких посприяє суттєвому зменшенню виникненню сімейних криз, міжособистісних конфліктів і розлучень. Зважаючи на відсутність у наукових джерелах психологічних методик, які сприяли б вивченню шлюбного потенціалу особистості та міжособистісної сумісності партнерів, нами було розроблено діагностичний інструментарій (рис. 2), який уможливорює: *вивчення* сукупності ознак людини, що можуть сприяти гармонійному шлюбному партнерству, *усвідомлення* позитивних чи негативних рис, що здатні впливати шлюбне життя. Крім цього, потенційна пара зможе визначити рівень міжособистісної сумісності та з'ясувати майбутніх перспектив свого шлюбного союзу.

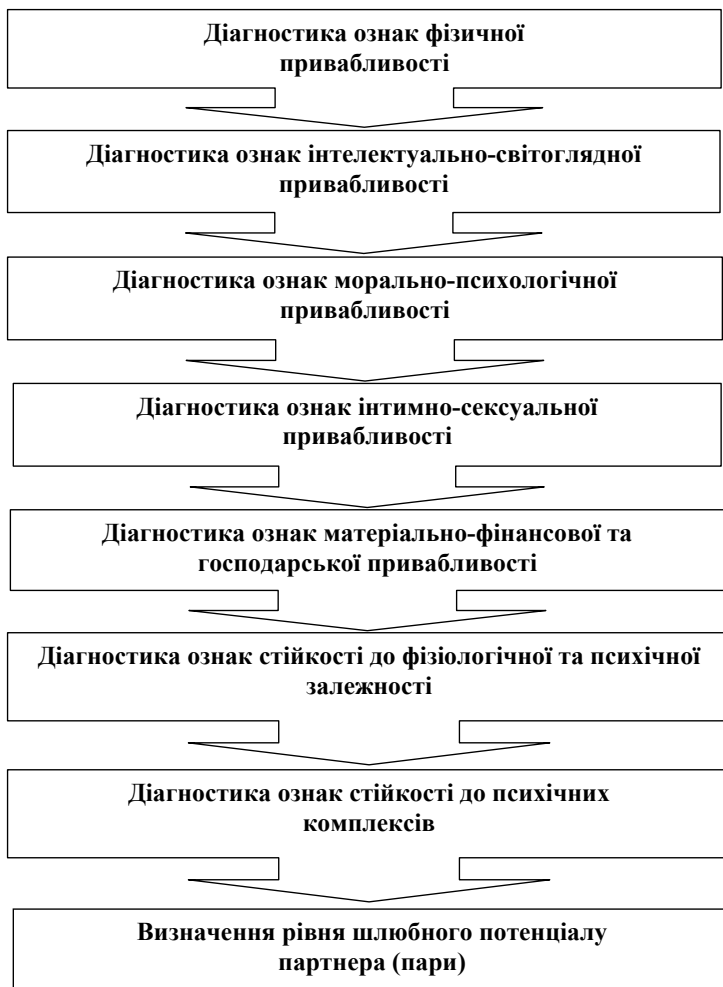


Рисунок 2 – Послідовність діагностики шлюбного потенціалу особистості

4. ПСИХОЛОГІЧНА МЕТОДИКА «ДІАГНОСТИКА ШЛЮБНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ» (ДШПО) (автор Потапчук Є. М.)

(Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 93497 від 29.10.2019)

Метою методики є 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 семи блоків по двадцять п'ять тверджень. Методика відображає 175 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 гармонійному шлюбному союзу, за допомогою п'ятибальної шкали: «5» – повністю подобається; «4» – у більшості випадків подобається; «3» – у деяких випадках подобається; «2» – у більшості випадків не подобається; «1» – повністю не подобається.

Ключ до опитувальника: Вирахувати загальну суму за усіма компонентами шлюбного потенціалу (сума може бути від 175 до 875 балів), де:

- ❖ **875-735 балів** – дуже високий рівень шлюбного потенціалу (у пари дуже

високий рівень міжособистісної сумісності та відмінні перспективи для гармонійного сімейного життя);

❖ **734-595** балів – високий рівень шлюбного потенціалу (у пари високий рівень міжособистісної сумісності та добрі перспективи для гармонійного сімейного життя);

❖ **594-455** балів – середній рівень шлюбного потенціалу (у пари середній рівень міжособистісної сумісності та позитивні перспективи для сімейного життя), рекомендується звернутись за психологічною допомогою з приводу відкорегування окремих проблемних питань;

❖ **454-315** балів – низький рівень шлюбного потенціалу (у пари низький рівень міжособистісної сумісності), рекомендується звернутись за психологічною допомогою для корегування;

❖ **314-175** – дуже низький рівень шлюбного потенціалу (у пари дуже низький рівень міжособистісної сумісності), не має перспектив для сімейного життя, рекомендується звернутись до психолога з приводу розлучення і завершення стосунків.

***«Кохання здатне вас зігріти
Або ж болюче опекти.
До неба можете злетіти
Чи в прірву можете сповзти...»***



4.1 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, відстовбурчені)
8. Привабливість очей (форма, колір, виразність)
9. Привабливість погляду (добрий, твердий, чаруючий, косоокість)
10. Привабливість носа (малий, середній, великий, довгий, короткий)
11. Привабливість губ (тонкі, повні, 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, маленькі, великі)
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** – подружня 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».

Бланк для діагностики ознак фізичної привабливості людини

№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка
1.		6.		11.		16.		21.	
2.		7.		12.		17.		22.	
3.		8.		13.		18.		23.	
4.		9.		14.		19.		24.	
5.		10.		15.		20.		25.	

4.2 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».

Бланк для діагностики ознак інтелектуально-світоглядної привабливості людини

№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка
1.		6.		11.		16.		21.	
2.		7.		12.		17.		22.	
3.		8.		13.		18.		23.	
4.		9.		14.		19.		24.	
5.		10.		15.		20.		25.	

4.3 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 ревності)
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».

Бланк для діагностики ознак морально-психологічної привабливості людини

№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка
1.		6.		11.		16.		21.	
2.		7.		12.		17.		22.	
3.		8.		13.		18.		23.	
4.		9.		14.		19.		24.	
5.		10.		15.		20.		25.	

4.4 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), пестливо-ласкаві, романтичні звернення
 4. Здатність задовольнити сексуальні потреби партнера
 5. Здатність отримувати оргазм
 6. Здатність реалізовувати сексуальну прелюдію
 7. Знання еrogenних зон
 8. Знання особливостей стимуляції еrogenних 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».

Бланк для діагностики ознак інтимно-сексуальної привабливості людини

№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка
1.		6.		11.		16.		21.	
2.		7.		12.		17.		22.	
3.		8.		13.		18.		23.	
4.		9.		14.		19.		24.	
5.		10.		15.		20.		25.	

4.5 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».

Бланк для діагностики ознак матеріально-фінансової та господарської привабливості людини

№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка
1.		6.		11.		16.		21.	
2.		7.		12.		17.		22.	
3.		8.		13.		18.		23.	
4.		9.		14.		19.		24.	
5.		10.		15.		20.		25.	

4.6 Діагностика ознак стійкості до комплексів (здатність не піддаватися викривленим уявленням про свою фізичну та психічну ущербність):

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 ревнощі*)
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 чимось 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)

Підрахунок результатів за **ознаками стійкості до комплексів** 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 стійкості до комплексів** – рекомендується звернутись за психологічною допомогою до фахівця (існує потреба у психологічному корегуванні самооцінки стійкості до комплексів).

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

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

Бланк для діагностики ознак стійкості людини до комплексів

№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка
1.		6.		11.		16.		21.	
2.		7.		12.		17.		22.	
3.		8.		13.		18.		23.	
4.		9.		14.		19.		24.	
5.		10.		15.		20.		25.	

4.7 Діагностика ознак стійкості до фізіологічної та психічної залежності (здатність не піддаватися впливу шкідливих звичок та безрозсудній одержимості):

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 величч*)
8. Стійкість до залежності від мобільних пристроїв (*мобілеманія*)
9. Стійкість до залежності від нав'язливого прагнення схуднути (*анорексія*)
10. Стійкість до залежності від наркотиків
11. Стійкість до залежності від оніхофагії (*гризіння нігтів*)
12. Стійкість до залежності від порнографії
13. Стійкість до залежності від надлишкового переїдання (*булімія*)
14. Стійкість до залежності від прийому антидепресантів
15. Стійкість до залежності від прокрастинації (*відкладання справ на потім*)
16. Стійкість до залежності від релігійної одержимості (*релігійний фанатизм*)
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 соціальних контактів в чатах і за допомогою електронної пошти
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 кофейнової залежності
24. Стійкість до неохайності (*тіла, одержі, взуття*)
25. Стійкість до сексуальної залежності (*сексоголізм*)

Підрахунок результатів за *ознаками стійкості до фізіологічної та психічної залежності* 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 *стійкості до фізіологічної та психічної залежності* – рекомендується звернутись за психологічною допомогою до фахівця (існує потреба у психологічному корегуванні певних ознак *фізіологічної та психічної залежності*).

При виявленні «низького» та «дуже низького» рівнів оцінки респондентами *стійкості до фізіологічної та психічної залежності* свого потенційного шлюбного партнера – рекомендується звернутись за психологічною допомогою щодо з'ясування майбутніх перспектив їхнього шлюбного союзу.

При виявленні «низького» та «дуже низького» рівнів оцінки *стійкості до фізіологічної та психічної залежності* реального шлюбного партнера – подружжя пара потребує психологічної допомоги (психологічне корегування взаємних очікувань чи певних ознак *фізіологічної та психічної залежності*).

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

Бланк для діагностики ознак стійкості до фізіологічної та психічної залежності людини

№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка	№	Оцінка
1.		6.		11.		16.		21.	
2.		7.		12.		17.		22.	
3.		8.		13.		18.		23.	
4.		9.		14.		19.		24.	
5.		10.		15.		20.		25.	

5. ОПИТУВАЛЬНИК «ЕМОЦІЙНА ВЗАЄМОДІЯ ПОДРУЖЖЯ» (ЕВП)
(автор **Потапчук Є. М., Посвістак О. А.**) *(Свідомство про реєстрацію авторського права на твір № 71191 від 28.03.2017)*

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

Метою опитувальника є 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.

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 образу.
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 помиляється.
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 захожую 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 відчути 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 ствердженнями означає низьку ступінь вияву якості.

Ступінь своєї згоди з запропонованими ствердженнями 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 ствердженнями, 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 стверджень;

d, e, f - оцінка негативних стверджень.

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

ВИСНОВКИ

Формування шлюбної пари є складним, багатозначним та багатоаспектним процесом, що охоплює важкий, хворобливий процес пошуку та вибору другої «половинки», зачарування чи розчарування, прийняття чи неприйняття партнера з усіма його чеснотами та недоліками, трансформацію двох «Я» в одне «МИ». Потрібно чітко усвідомлювати те, що з одним партнером можна і хочеться рухатися вперед, а з іншим – виходить лише падати донизу. І причиною цього є різні рівні міжособистісної сумісності людей, яка відображає оптимальне сполучення їхніх ціннісних орієнтацій, соціальних установок, інтересів, мотивів, потреб, характерів, темпераментів, темпу і ритму психофізіологічних реакцій та сексуальної поведінки.

Одна із основних причин невдалих шлюбів полягає в тому, що майбутні партнери недостатньо знають один одного. Через це досить часто виникає розчарування вже в перші роки подружнього життя. Знання можливостей, ознак людини, що можуть сприяти гармонійному шлюбному партнерству, а також уміння їх визначати, сприяє самовдосконаленню особистісного шлюбного потенціалу та ефективному вибору партнера.

Важливо на етапі пошуку шлюбного партнера не стати заручником гормональних викидів та ідеалізації партнера. Мова йде про здатність людини замінити емоційний (романтичний) образ партнера на реалістичний, зрозуміти його характер, систему інтелектуально-світоглядних та морально-психологічних поглядів. Усвідомлення цих речей буде сприяти розумінню людиною того, чи підходить їй партнер на місце другої половинки та уникненню помилок при його виборі.

Шлюбний потенціал відображає реалістичний образ партнера. Складовими шлюбного потенціалу є фізична, інтелектуально-світоглядна, морально-психологічна, інтимно-сексуальна, матеріально-фінансова та господарська привабливість людини, а також їх стійкість до психологічних комплексів і фізіологічної та психічної залежності. Детальне вивчення ознак за вказаними компонентами дозволяє: усвідомити позитивні чи негативні риси та особливості, що здатні впливати на 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.

РОБОЧИЙ СЛОВНИК

Агресія – індивідуальна чи колективна поведінка, спрямована на заподіяння фізичної чи психологічної шкоди або знищення іншої людини.

Емоція – реакція організму на вплив зовнішніх та внутрішніх подразників, які мають яскраво виражене суб'єктивне забарвлення і охоплюють усі види чутливості.

Запит – певним чином мотивоване звернення до психолога з проханням надати конкретну форму психологічної допомоги.

Комплекс неповноцінності – глибоке все проникаюче почуття власної неповноцінності у порівнянні з іншими людьми. Часто супроводжується дефектними, помилковими установками і поведінкою.

Любов – інтенсивне, напружене і відносно стійке почуття суб'єкта, фізіологічно обумовлене сексуальними потребами; виражається в соціально формованому прагненні бути максимально повно представленим своїми особистісно значимими рисами в життєдіяльності іншого так, щоб пробудити в нього потребу у відповідному почутті тієї ж інтенсивності, напруженості та сталості.

Міжособистісна сумісність шлюбної пари – оптимальне сполучення ціннісних орієнтацій, соціальних установок, інтересів, мотивів, потреб, характерів, темпераментів, темпу і ритму психофізіологічних реакцій та сексуальної поведінки партнерів.

Нарцисизм – несвідоме самозамилування, самовдоволення та самозакоханість людини.

Ознака – риса, властивість, особливість кого-, чого-небудь; те, що свідчить про щось.

Очікування у шлюбі – сподівання у можливості реалізації шлюбним партнером бажаної (потрібної, приємної) моделі поведінки.

Почуття – вища форма емоційного ставлення людини до предметів і явищ дійсності, що відрізняється відносною усталеністю, узагальненістю, відповідністю потребам, мотивам і цінностям, які були сформовані в процесі її особистісного розвитку.

Привабливість – те, що викликає захоплення, приваблює до себе своїми якостями, властивостями.

Психологічне консультування – практичне надання фахівцями дієвої психологічної допомоги порадами і рекомендаціями людям, які потребують цієї допомоги.

Психологічна діагностика особистості – вивчення індивідуально-психологічних особливостей, ознак, властивостей особистості та визначення її психологічного портрету чи психологічного діагнозу.

Самооцінка – судження і почуття людини стосовно її власної цінності.

Світогляд – це сукупність поглядів людини на світ і сенс життя.

Сім'я – партнерський союз, який передбачає активну соціальну та професійну діяльність подружжя, спільне ведення домашнього господарства, виховання дітей, можливість виявити свої статеві потреби та очікування.

Темперамент – сукупність індивідуальних особливостей особистості, яка має своєю фізіологічною основою тип вищої нервової діяльності і характеризує динаміку психічної діяльності людини.

Характер – сукупність психічних особливостей особистості, що проявляється в її діях, поведінці.

Шлюб – добровільний сімейний союз чоловіка з жінкою (моногамний), або союз одного чоловіка і декількох жінок чи навпаки (полігамний), що породжує взаємні права та зобов'язання.

Шлюбний діагноз – глибинне та всебічне вивчення особистостей, які утворюють шлюбну пару (реальну чи потенційну), з метою виявлення відповідності їхніх взаємних очікувань реальним моделям поведінки.

Шлюбний потенціал – сукупність наявних можливостей, ознак людини, що можуть сприяти гармонійному шлюбному партнерству

ЛІТЕРАТУРА

1. Алешина Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. Изд. 2-е. Москва : Независимая фирма «Класс», 1999. 208 с.
2. Волкова А. Н., Трапезникова Т. М. Методические приемы диагностики супружеских отношений / *Вопросы психологии* : журнал. 1985. № 5. С. 110–116.
3. Ковалев С. В. Психология современной семьи. Москва : Просвещение, 1988. 208 с.
4. Кравець В. П. Теорія і практика дошлюбної підготовки молоді. Київ : Київська правда, 2000. 688 с.
5. Корольчук М. С., Осьодло В. І. Психодіагностика : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Ельга, Ніка-центр, 2007. 400 с.
6. Левицька Т. Л. Розвиток психологічної готовності студентської молоді до створення сім'ї : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2009. 189 с.
7. Новий тлумачний словник української мови : в 3-х т. / укладачі В. Яременко, О. Сліпущко. Київ : Вид-во «Аконіт», 2003. Т. 3. 862 с.
8. Обозов Н. Н., Обозова А. Н. Три подхода к исследованию психологической совместимости / *Вопросы психологии* : журнал. 1981. № 6. С. 91–101.
9. Олифирович Н. И., Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф. Психология семейных кризисов. Санкт-Петербург : Речь, 2006. 360 с.
10. Потапчук Є. М., Левицька Т. Л. Готовність студентів вищого навчального закладу до створення стабільної сім'ї як психолого-педагогічна проблема / *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Психологічні науки* : зб. наук. праць. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2007. № 16 (40). С. 89–93.
11. Потапчук Є. М. Кризи сімейного життя та як їх подолати : довідник сімейного психолога. Хмельницький : ХНУ, 2014. 35 с.
12. Потапчук Є. М., Потапчук Н. Д. Особливості психологічного консультування ревнивців / *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Психологічні науки* : зб. наук. праць. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. № 2 (47). С. 233–239.
13. Потапчук Є. М., Потапчук Н. Д. Позашлюбні стосунки подружжя та причини їх виникнення / *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Педагогічні та психологічні науки*. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2011. № 61. С. 205–209.

14. Потапчук Є.М. Психологія ревнивця : довідник сімейного психолога. Хмельницький : Поліграфіст, 2015. 40 с.
15. Радчук В. М. Механізми вибору шлюбного партнера / Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2014. Вип. 2. С. 232–239. (URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/apspp_2014_2_37).
16. Руденок А. І. Формування у майбутніх психологів готовності до запобігання та подолання сімейних конфліктів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2014. 306 с.
17. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.
18. Хавула Р. М. Психологічні особливості подружньої сумісності / *Актуальні питання гуманітарних наук* : міжвузівський збірник наукових праць молодих учених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка. Дрогобич : Посвіт, 2012. Вип. 3. С. 258–267.
19. Эйдемиллер Э. Г. Методы семейной диагностики и психотерапии : метод. пособ. Санкт-Петербург–Москва : Фолиум, 1996. 63 с.
20. Эйдемиллер Э. Г. Психология и психотерапия семьи : метод. пособ. Санкт-Петербург : Изд-во «Питер», 1999. 656 с.

Євген Михайлович Потапчук

ПСИХОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА ШЛЮБНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ТА МІЖОСОБИСТІСНОЇ СУМІСНОСТІ З ПАРТНЕРОМ

Довідник сімейного психолога

Формат 60x84/16. Гарнітура Times New Roman. Тираж 500 прим. Зам. № 73,2020
Друк офсетний. Ум. друк. арк. 2,09. Обл.-вид.арк. 1,485

Друк: ФОП Горенюк Ю. І. «Polylux design & print»
29017 Україна, м. Хмельницький, вул. Зарічанська 22/3
Тел.: (067) 30-70-976, e-mail: polylux.ua@gmail.com