**Методика диагностика межличностных отношений**

**Т. Лири.**

На основании исследований межличностных отношений Т. Лири выделил 8 общих и 16 более конкретизированных вариантов межличностного взаимодействия, которые представил в виде круговой психограммы (рис. 1). Полярные на этой схеме варианты являются противоположными друг другу.

Опросник составлен соответственно этим выделенным типам межличностного поведения и представляет собой набор из 128 простых лаконичных характеристик-эпитетов, которые группируются по 16 вопросов в 8 октантах, отражающих различные психологические профили. Методика может быть представлена испытуемому списком или на отдельных карточках. Оценивая себя по пунктам опросника, испытуемый должен отмечать + те характеристики, которые считает присущими себе.

**Инструкция:**

«Перед вами набор характеристик. Прочтите каждую и отметьте знаком + те, которые соответствуют вашему представлению о себе. Будьте внимательны, старайтесь отвечать как можно более точно и правдиво».

**Текст опросника**

**Какой вы человек?**

1. Другие думают о нем благосклонно.

2. Производит впечатление на окружающих.

3. Умеет распоряжаться, приказывать.

4. Умеет настоять на своем.

5. Обладает чувством достоинства.

6. Независимый.

7. Способен сам позаботиться о себе

8. Может проявить безразличие

9. Способен быть суровым.

10. Строгий, но справедливый.

11. Может быть искренним.

12. Критичен к другим.

13. Любит поплакаться.

14. Часто печален.

15. Способен проявлять недоверие.

16. Часто разочаровывается.

17. Способен быть критичным к себе.

18. Способен признать свою неправоту.

19. Охотно подчиняется.

20. Уступчивый.

21. Благодарный.

22. Восхищающийся, склонен к подражанию.

23. Уважительный.

24. Ищущий одобрения.

25. Способный к сотрудничеству, взаимопомощи.

26. Стремится ужиться с другими.

27. Дружелюбный, доброжелательный.

28. Внимательный, ласковый.

29. Деликатный.

30. Ободряющий.

31. Отзывчивый к призывам о помощи.

32. Бескорыстный.

33. Способен вызывать восхищение.

34. Пользуется у других уважением.

35. Обладает талантом руководителя.

36. Любит ответственность.

37. Уверен в себе.

38. Самоуверен, напорист.

39. Деловитый, практичный.

40. Любит соревноваться.

41. Стойкий и крутой где надо.

42. Неумолимый, но беспристрастный.

43. Раздражительный.

44. Открытый, прямолинейный.

45. Не терпит, чтобы им командовали.

46. Скептичен.

47. На него трудно произвести впечатление.

48. Обидчивый, щепетильный.

49. Легко смущается.

50. Не уверен в себе.

51. Уступчивый.

52. Скромный.

53. Часто прибегает к помощи других.

54. Очень почитает авторитеты.

55. Охотно принимает советы.

56. Доверчив и стремится радовать других.

57. Всегда любезен в обхождении.

58. Дорожит мнением окружающих.

59. Общительный, уживчивый.

60. Добросердечный.

61. Добрый, вселяющий уверенность.

62. Нежный, мягкосердечный.

63. Любит заботиться о других.

64. Бескорыстный, щедрый.

65. Любит давать советы.

66. Производит впечатление значительности.

67. Начальственно-повелительный.

68. Властный.

69. Хвастливый.

70. Надменный, самодовольный.

71. Думает только о себе.

72. Хитрый, расчетливый.

73. Нетерпим к ошибкам других.

74. Своекорыстный.

75. Откровенный.

76. Часто недружелюбен.

77. Озлобленный.

78. Жалобщик.

79. Ревнивый.

80. Долго помнит обиды.

81. Самобичующий.

82. Застенчивый.

83. Безынициативный.

84. Кроткий.

85. Зависимый, несамостоятельный.

86. Любит подчиняться.

87. Предоставляет другим принимать решения.

88. Легко попадает впросак.

89. Легко поддается влиянию друзей.

90. Готов довериться любому.

91. Благорасположен ко всем без разбора.

92. Всем симпатизирует.

93. Прощает все.

94. Переполнен чрезмерным сочувствием.

95. Великодушен, терпим к недостаткам.

96. Стремится покровительствовать.

97. Стремящийся к успеху.

98. Ожидает восхищения от каждого.

99. Распоряжается другими.

100. Деспотичный.

101. Сноб (судит о людях по рангу и достатку, а не по личным качествам).

102. Тщеславный.

103. Эгоистичный.

104. Холодный, черствый.

105. Язвительный, насмешливый.

106. Злой, жестокий.

107. Часто гневлив.

108. Бесчувственный, равнодушный.

109. Злопамятный.

110. Проникнут духом противоречий.

111. Упрямый.

112. Недоверчивый, подозрительный.

113. Робкий.

114. Стыдливый.

115. Отличается чрезмерной готовностью подчиняться.

116. Мягкотелый.

117. Почти никогда и никому не возражает.

118. Навязчивый.

119. Любит, чтобы его опекали.

120. Чрезмерно доверчив.

121. Стремится снискать расположение каждого.

122. Со всеми соглашается.

123. Всегда дружелюбен.

124. Всех любит.

125. Слишком снисходителен к окружающим.

126. Старается утешить каждого.

127. Заботится о других в ущерб себе.

128. Портит людей чрезмерной добротой.

**Обработка данных.**

После того как испытуемый оценит себя, подсчитываются баллы по каждому из 8 октантов психограммы методики. Каждый плюс оценивается в 1 балл, таким образом, максимальная оценка уровня — 16 баллов.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1-й октант: вопросы | 1-4, | 33-36, | 65-68, | 97-100, |
| 2-й октант: вопросы | 5-8, | 37-40, | 69-72, | 101-104; |
| 3-й октант: вопросы | 9-12, | 41-44, | 73-76, | 105-108 |
| 4-й октант: вопросы | 13-16, | 45-48, | 77-80, | 109-112: |
| 5-й октант: вопросы | 17-20, |  | 81-84, | 113-116; |
| 6-й октант: вопросы | 21-24, | 53-56, | 85-88, | 117-120; |
| 7-й октант: вопросы | 25-28, | 57-60, | 89-92, | 121-124; |
| 8-й октант: вопросы | 29-32, | 61-64, | 93-96, | 125-128 |

Каждому из 8 октантов соответствует следующий тип межличностных отношений.

**1. Авторитарный**

0—8 баллов. Уверенный в себе, упорный, настойчивый, может быть хорошим наставником и организатором. Обладает свойствами руководителя.

9-12. Доминантный, энергичный, успешный в делах, любит давать советы, требует к себе уважения, может быть нетерпим критике, ему свойственна переоценка собственных возможностей.

3—16. Властный, диктаторский, деспотический характер, всех поучает, дидактический стиль высказываний, не склонен принимать советы других, стремится к лидерству, командованию другими, сильная личность с чертами деспотизма.

**2. Независимый — доминирующий**

0—8 баллов. Уверенный, независимый, ориентированный на себя, склонный к соперничеству тип.

9—12. Самодовольный, нарциссический, с выраженным чувством собственного достоинства, превосходства над окружаю­щими, с тенденцией иметь особое мнение, отличное от мне­ния большинства, и занимать обособленную позицию в груп­пе.

13—16. Стремится быть над всеми, самовлюбленный, расчетливый. К окружающим относится отчужденно. Заносчивый, хвастливый.

**3. Агрессивный**

0—8 баллов. Упрямый, упорный, настойчивый в достижении вели, энергичный, непосредственный.

9-12. Требовательный, прямолинейный, откровенный, строгий и резкий в оценке других, непримиримый, склонный во всем обвинять окружающих, насмешливый, ироничный, раз­дражительный.

13—16. Чрезмерное упорство, недружелюбие, жесткость, враж­дебность по отношению к окружающим, несдержанность, вспыльчивость, агрессивность, доходящая до асоциального по­ведения.

**4. Недоверчивый — скептический**

0—8 баллов. Реалистичен в суждениях и поступках, критичен по отношению к окружающим, скептик, неконформный.

9—12. Выраженная склонность к критицизму. Разочарованный в людях, замкнутый, скрытный, обидчивый. Недоверчив к окружающим, испытывает трудности в интерперсональных контактах из-за подозрительности и боязни плохого отноше­ния. Свой негативизм проявляет в вербальной агрессии.

13—16. Отчужденный по отношению к враждебному и злобно­му миру, очень подозрительный, крайне обидчив, склонный к сомнению во всем, злопамятный, постоянно жалуется на всех (шизоидный тип характера).

**5. Покорно-застенчивый**

0—8 баллов. Скромный, робкий, уступчивый, эмоционально сдержанный, способный подчиняться, не имеет собственного мнения, послушно и честно выполняет свои обязанности.

9—12. Застенчивый, кроткий, легко смущается, склонен под­чиняться более сильному без учета ситуации.

13—16. Покорный, склонный к самоуничижению, слабоволь­ный, склонный уступать всем и во всем, всегда ставит себя на последнее место и осуждает себя, приписывает себе вину, пас­сивный, стремится найти опору в ком-либо более сильном.

**6. Зависимый**

0—8 баллов. Конформный, мягкий, ожидает помощи и советов, доверчивый, склонный к восхищению окружающими, вежливый, нуждается в признании.

9—12. Послушный, боязливый, беспомощный, не умеет проявить сопротивление, искренне считает, что другие всегда правы.

13—16. Очень неуверенный в себе, имеет навязчивые страхи, опасения, тревожится по любому поводу, поэтому зависим о других, чужого мнения, сверхконформный.

**7. Сотрудничающий**

0—8 баллов. Склонный к сотрудничеству, кооперации, гибким и компромиссный при решении проблем и в конфликтных ситуациях, стремится быть в согласии с мнением окружающих, сознательно конформный, следует условностям, правилам и принципам хорошего тона в отношениях с людьми, инициа­тивный энтузиаст в достижении целей группы, стремится по­могать, чувствовать себя в центре внимания, заслужить внимание и любовь, общительный, проявляет теплоту и дружелюбие в отношениях.

9-16. Дружелюбный и любезный со всеми, ориентирован на принятие и социальное одобрение, стремится удовлетворить требования всех, быть хорошим для всех без учета ситуации, стремится к целям микрогруппы, имеет развитые механизмы вытеснения и подавления, эмоционально лабильный (истероидный тип характера).

**8. Альтруистический**

0-8 баллов. Ответственный по отношению к людям, деликатный, мягкий, добрый, эмоциональное отношение к людям проявляет в сострадании, симпатии, заботе, ласке, умеет подбодрить успокоить окружающих, бескорыстный и отзывчивый.

9-16 баллов. Гиперответственный, всегда приносит в жертву свои интересы, стремится помочь и сострадать всем, навязчивый в своей помощи и слишком активный по отношению к окружающим, неадекватно принимает на себя ответственность за других (может быть только внешняя маска, скрывающая личность противоположного типа).

Полученные количественные показатели по каждому из октантов от 0 до 16 переносятся на психограмму. На соответствующей номеру октанта координате, на уровне, соответствующем полученным баллам, проводятся дуги. Отделенная дугой внутренняя часть октанта заштриховывается. После того как отмечены все полученные при обследовании результаты и заштрихована внутренняя, центральная, часть круга психограммы до уровня, очерченного дугами, получается некое подобие веера. Наиболее заштрихованные октанты соответствуют преобладающему стилю межличностных отношений данного индивида. Характеристики, не выходящие за пределы 8 баллов, свойственны гармоничным личностям. Показатели, превышающие 8 баллов, свидетельствуют об акцентуации свойств, выявляемых данным октантом. Баллы, достигающие уровня 14—16, свидетельствуют о трудностях социальной адаптации. Низкие показатели по всем октантам (0—3 балла) могут быть результатом скрытности и неоткровенности испытуемого. Если в психограмме нет октантов, заштрихованных выше 4 баллов, то данные сомнительны в плане их достоверности: испытуемый не захотел оценить себя откровенно.

Первые четыре типа межличностных отношений —1, 2, 3 и 4 — характеризуются преобладанием неконформных тенден­ций и склонностью к дезъюктивным (конфликтным) проявлениям (3, 4), большей независимостью мнения, упорством в от­стаивании собственной точки зрения, тенденцией к лидерству и доминированию (1, 2).

Другие четыре октанта — 5, 6, 7, 8 — представляют противоположную картину: преобладание конформных установок, конгруэнтность в контактах с окружающими (7, 8), неуверенность в себе, податливость мнению окружающих, склонность к компромиссам (5, 6).

По двум специальным формулам определяются показатели по двум основным факторам: доминирование и дружелюбие.

Доминирование: (1 — 5) + 0,7 х (3 + 2 - 4 — 6).

Дружелюбие: (7 - 3) + 0,7 х (8 - 2 - 4 + 6).

В целом интерпретация данных должна ориентировать на про обладание одних показателей над другими и в меньшей степе­ни — на абсолютные величины.

Испытуемые, у которых преобладает властный — лидирующий тип межличностного отношения (**I октант**), характеризуются оптимистичностью, быстротой реакций, высокой активностью, выраженной мотивацией достижения, тенденцией к доминированию, повышенным уровнем притязаний, легкостью и быстротой в принятии решений, гомономностью (т. е. ориентацией в основном на собственное мнение и минимальном зависимостью от внешних средовых факторов), экстравертированностью. Поступки и высказывания могут опережать их продуманность. Это реагирование по типу «здесь и сейчас», выраженная тенденция к спонтанной самореализации, активное воздействие на окружение, завоевательная позиция, стремление вести за собой и подчинять своей воле других.

**II октант**, соответствующий независимо-доминирующему типу межличностных отношений, при явном преобладании над другими, по данным исследования, сочетается с такими особенностями, как черты самодовольства (или самовлюбленности), дистантность, эгоцентричность, завышенный уровень притязаний, выраженное чувство соперничества, проявляются в стремлении занять обособленную позицию в группе. Доминантность здесь в меньшей степени обращена на общие с группой интересы и не проявляется стремлением вести людей за собой, заражая их своими идеями. Стиль мышления нешаблонный, творческий. Мнение окружающих воспринимается критически, собственное мнение возводится в ранг догмы или достаточно категорически отстаивается. Эмоциям не достает тепла, поступкам — конформности. Высокая поисковая активность сочетается с рассудочностью. Низкая подчиняемостъ.

Прямолинейно-агрессивный тип межличностных отношений (преобладание показателей **III октанта**) обнаружил выраженную близость к таким личностным характеристикам, как ригидность установок, сочетающаяся с высокой спонтанностью, упорство в достижении целей, практицизм при недостаточной опоре на накопленный опыт в состоянии эмоциональной захваченности, повышенное чувство справедливости, сочетающееся с убежденностью в собственной правоте, легко загорающееся чувство враждебности при противодействии и критике в свой адрес, непосредственность и прямолинейность в высказываниях и поступках, повышенная обидчивость, легко угасающая в ситуации комфортной, не ущемляющей престиж личности испытуемого.

**IV октант** — недоверчивый — скептический тип межличностных отношений — проявляется такими личностными характеристиками, как обособленность, замкнутость, ригидность установок, критический настрой к любым мнениям, кроме собственного, неудовлетворенность своей позицией в микрогруппе, подозрительность, сверхчувствительность к критическим замечаниям в свой адрес, неконформность суждений и поступков, склонность к построению ригидных и сверхценных умозаключений, связанных с убежденностью в недоброжелательности окружающих лиц, опережающая враждебность в высказываниях и поведении, которая оправдывается априорной уверенностью в людской недоброте, системное мышление, опирающееся на конкретный опыт, практичность, реалистичность, склонность к иронии, высокая конфликтность, которая может быть не столь явной (если сравнивать с типом III) и аккумулироваться, создавая тем самым повышенную напряжен­ность и способствуя нарастающей отгороженности.

**V октант** — покорно-застенчивый тип межличностных отношений — оказался преобладающим у личностей болезненно застенчивых, интровертированных, пассивных, весьма щепетильных в вопросах морали и совести, подчиняемых, неуверенных в себе, с повышенной склонностью к рефлексии, с заметным преобладанием мотивации избегания неуспеха и низкой мотивацией достижения, заниженной самооценкой, тревожных, с повышенным чувством ответственности, неудовлетворенных собой, склонных к тому, чтобы винить себя во всем при неудачах, легко впадающих в состояние грусти, пессимистически оценивающих свои перспективы, аккуратных и исполнительных в работе, избегающих широких контактов и социальных ролей, в которых они могли бы привлечь к себе внимание окружающих, ранимых и впечатлительных, болезненно сосредоточенных на своих недостатках и проблемах.

**VI октант** — зависимый — послушный тип межличностных отношений. Лица с преобладанием показателей VI октанта обнаруживают высокую тревожность, повышенную чувствительность к средовым воздействиям, тенденцию к выраженной зависимости мотивационной направленности от складывающихся со значимыми другими отношений, собственного мнения — от мнения окружающих. Потребность в привязанности и теплых отношениях является ведущей. Неуверенность в себе тесно связана с неустойчивой самооценкой. Исполнительность и ответственность в работе создают им хорошую репутацию в коллективе, однако инертность в принятии решений, конформность установок и неуверенность в себе не способствуют их продвижению на роль лидера. Повышенная мнительность, чувствительность к невниманию и грубости окружающих, повышенная самокритичность, опасения неуспеха как основа мотивационной направленности формируют канву конформного поведения.

**VII октант** — сотрудничающий — конвенциальный тип межличностных отношений — обладает такими индивидуально-личностными характеристиками, как эмоциональная неустойчивость, высокий уровень тревожности и низкий — агрессивности, повышенная откликаемость на средовые воздействия, зависимость самооценки от мнения значимых других, стремление к причастности групповым веяниям, сотрудничеству. Экзальтация, потребность в излиянии дружелюбия на окружающих, поиски признания в глазах наиболее авторитетных личностей группы. Стремление найти общность с другими. Энтузиазм, восприимчивость к эмоциональному настрою группы. Широкий круг интересов при некоторой поверхности увлечений.

**VIII октант**, преобладание которого позволяет отнести тип межличностного взаимодействия к ответственно-великодушному, сочетается с такими личностными особенностями, как выраженная потребность соответствовать социальным нормам поведения, склонность к идеализации гармонии межличностных отношений, экзальтация в проявлении своих убеждений, выраженная эмоциональная вовлеченность, которая может носить более поверхностный характер, чем это декларируется, художественный тип восприятия и переработки информации, стиль мышления — целостный, образный. Легкое вживание в разные социальные роли, гибкость в контактах, коммуникабельность, доброжелательность, жертвенность, стремление к деятельности, полезной для всех людей, проявление милосердия, благотворительности, миссионерский склад личности. Артистичность. Потребность производить приятное впечатление, нравиться окружающим. Проблема подавленной (или вытесненной) враждебности, вызывающей повышенную напряженность, соматизация тревоги, склонность к психосоматическим заболеваниям, вегетативный дисбаланс как результат блокированности поведенческих реакций.

С целью изучения структуры «Я», внутриличностной гармонии индивида, к приведенной выше инструкции следует добавить: «После того как вы оценили себя по приведенным в опроснике характеристикам, сделайте то же самое в отношении образа «Я», к которому вы стремитесь, то есть опишите с помощью тех же характеристик «идеал» вашего «Я». При этом не забудьте включить и те свойства, которыми вы обладаете, если они не противоречат вашему представлению об идеале». Полученные данные обсчитываются и заносятся на психограмму также, как и в первом случае, после чего проводится анализ и сопоставление оценки испытуемым его актуального и идеального образа «Я».

Наиболее простой и часто встречающийся вариант представляет собой незначительные количественные различия, которые позволяют судить о том, какие особенности своего стиля межличностного поведения индивида не устраивают. Если в образе «Я» V октант зачерчен больше других, а в образе «идеала Я» он значительно уменьшен и ему противопоставлен увеличенный I октант, то испытуемый считает себя избыточно пассивным, застенчивым и робким в межличностных отноше­ниях и хотел бы от этих свойств избавиться, быть более уко­ренным в себе.

Если образ «Я» включает в себя высокие показатели IV октант (т. е. выявляет недоверчивость, настороженность, недовольство сложившимися с окружающими отношениями), а образ иде­ального «Я» обнаруживает преобладание VIII октанта и значительно уменьшившиеся показатели IV, то при интерпретации результатов следует учесть, что испытуемый тяготится межличностным конфликтом и отчасти склонен самокритично оценить свою роль в создавшейся ситуации, стремясь в идеале быть доброжелательным и конгруэнтным с окружающими его людьми. Таким образом, каждый раз соотношение показателей полярных (по содержательным характеристикам признаков противоположных октантов — III и VII, II и VI) говорит о том, каковы пути компенсации тех личностных свойств, которые ухудшают адаптацию личности в социальной среде. Если в первом варианте (актуальное «Я») преобладают октанты, отражающие характеристики зависимого и конформного поведения (V, VI, VII), а во втором (идеальное «Я») — октанты, выявляющие независимость и доминантность (I, II) или агрессивность (III), то испытуемый болезненно переживает подчиненность своей позиции, страдает его самолюбие и компенсаторные усилия направлены на повышение своего социального статуса. Если соотношение обратное, т. е, преобладают независимость, доминантность и агрессивность (II, I, ГУ), а в идеале испытуемый хотел бы быть ближе к окружающим его людям и избавиться от тех черт характера, которые способствуют разладу межличностных отношений (упрямство (III), агрессивность (IV), дистантность (II), самоуверенность (I), то здесь речь идет об усилении самоконтроля над непосредственным, спонтанным поведением.

Опыт показывает, что на самом деле и образ актуального «Я», и идеал являются неотъемлемой частью структуры целостного «Я». Мало того, окружающими человек часто воспринимается согласно его идеальному «Я», а его актуальное «Я» представляет собой его собственные проблемы, осознанные и взятые под контроль.

В норме обычно не наблюдаются значительные расхождения между «Я» актуальным и идеальным. Умеренное (неконфликтное) расхождение или, скорее, неполное совпадение должно рассматриваться как необходимое условие для дальнейшего роста личности, самосовершенствования. Неудовлетворенность собой чаще наблюдается у лиц с заниженной самооценкой (V, VI, VII октанты), а также у лиц, находящихся в ситуации затянувшегося конфликта (IV октант). Преобладание одновременно I и V октанта свойственно лицам с проблемой болезненного самолюбия, авторитарности, 4 и VIII — конфликт между стремлением к признанию группой и враждебностью, т. е. проблема подавленной враждебности, III и 7 — борьба мотивов самоутверждения и аффилиации, II и 6 - проблема независимости — подчиняемости, возникающая в сложной служебной или иной ситуации, вынуждающей повиноваться вопреки внутреннему протесту.

Примерно так же интерпретируется соотношение полярных октантов при сопоставлении образа «Я» и идеального «Я». Личности, у которых обнаруживаются доминантные, агрессивные и независимые черты поведения, значительно реже проявляют недовольство своим характером и межличностными отношениями, однако и у них может выявляться тенденция к совершенствованию своего стиля межличностного взаимодействия с окружением, при этом возрастание показателей того или иного октанта определит направление, по которому самостоятельно движется личность в целях самосовершенствования. Это имеет большое значение для психолога при выборе методов коррекции поведения индивида с учетом его внутриличностных ресурсов и степени осознания имеющихся проблем. Наличие выраженного внутриличностного конфликта, проявляющегося значительным расхождением при оценке актуального и идеального «Я», является свидетельством высокой невротизации.

