

УДК 159.9.072.59 – 316.47

А. С. Кочарян, Е. В. Фролова, И. А. Бару

РАЗРАБОТКА И ПСИХОМЕТРИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ОПРОСНИКА ДИАГНОСТИКИ СТИЛЯ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ

У роботі виконано розроблення й психометричну оцінку опитувальника, призначеного для діагностики стильових особливостей побудови міжособистісних стосунків. Опитувальник складається з 77 тверджень, які утворюють три шкали: «близькість», «злиття» і «сепарація». Основні психометричні показники опитувальника (змістовна й критерійна валідність, внутрішньотестова й факторно-дисперсійна надійність, диференційна сила тверджень) перебувають на високому рівні значущості. Встановлено нормативні показники шкал опитувальника шляхом перетворення сирих балів у шкалу стенов.

Ключові слова: міжособистісні стосунки, симптомокомплекс «емоційного холоду», психологічна діагностика.

Development and psychometric evaluation of a questionnaire designed to diagnostic of interpersonal relationships building stylistic peculiarities is carried out in the work. The questionnaire consists of 77 statements, which form three scales: «proximity», «fusion» and «separation». Basic psychometric indicators questionnaire (meaningful and criterion validity, internal-test and factor-dispersion reliability, statement's differential force) have a high level of significance. Questionnaire scales normatively indicators are determined by converting raw scores to steno's scale.

Keywords: interpersonal relationships, «emotional coldness» symptom-complex psychological diagnostics.

В работе произведена разработка и психометрическая оценка опросника, предназначенного для диагностики стилевых особенностей построения межличностных отношений. Опросник состоит из 77 утверждений, которые образуют три шкалы: «близость», «слияние» и «сепарация». Основные психометрические показатели опросника (содержательная и критериальная валидность, внутритестовая и факторно-дисперсионная надежность, дифференциальная сила утверждений) обладают высоким уровнем значимости. Установлены нормативные показатели шкал опросника путем преобразования сырых баллов в шкалу стенов.

Ключевые слова: межличностные отношения, симптомокомплекс «эмоционального холода», психологическая диагностика.

Актуальность. В последние годы авторами отмечается значительное изменение характера межличностной коммуникации: она приобрела черты независимости, дистанцированности, изолированности, одиночества и утраты интимности. Значительное распространение получают такие феномены межличностных отношений, как межличностная зависимость [1, 2, 3], созависимость [4], противозависимость [5], страх интимности [6],

аддикция избегания [7]. Для обобщенного понимания разновекторности нарушений партнерского взаимодействия А.С. Кочаряном и соавторами [8] было введено в научный оборот понятие «синдром (симптомокомплекс) эмоционального холода», под которым понимается сложности установления и поддержания отношений психологической интимности. Вместе с тем, в настоящее время, за рамками исследований остаются вопросы диагностики синдрома «эмоционального холода». Поэтому, эвристичным направлением представляется разработка и апробация методов психологической диагностики межличностных отношений в норме и при различных нарушениях.

Анализ проблемы. В современной литературе представлены психодиагностические методики, позволяющие количественно оценить качество межличностных отношений и степень выраженности их различных нарушений. Ниже мы проведем анализ методик, специфичных каждому из рассмотренных нарушений, с целью определения их психодиагностических возможностей. Такой анализ, с нашей точки зрения, может быть осуществлен согласно параметрам, которые предлагает А.С. Кочарян [9]: 1) *объект оценивания* – психологическое образование, которое является мишенью психодиагностической методики; 2) *уровень оценивания* – структурные и уровневые характеристики конструкта, лежащего в основе психодиагностической методики; 3) *механизм оценивания* – способ оценивания, на котором базируется тестирование испытуемого; 4) *лежащая в основе методики концепция* – теоретическое обоснование конструкта психодиагностической методики.

В работах Б. Уайнхолд и Дж. Уайнхолд [4, 5] представлены методики, позволяющие измерять уровень выраженности двух форм межличностной зависимости. **Опросник созависимости** Б. Уайнхолд и Дж. Уайнхолд [4] (адаптирован А.С. Кочаряном и Е.В. Фроловой [10]) оценивает степень выраженности созависимых моделей в поведении индивида. Таким образом, психодиагностической мишенью данной методики являются поведенческие паттерны, отражающие проявления созависимости. **Опросник противозависимости** Б. Уайнхолд и Дж. Уайнхолд [5] (адаптирован О. Ю. Якименко [11]) также оценивает степень выраженности противозависимых моделей в поведении. В основе этих методик лежит концепция о наличии двух противоположных форм нарушения межличностных отношений: созависимости и противозависимости. Характеристиками созависимости являются потребность в близости и склонность к слиянию с другими; готовность «служить»; ощущение собственной слабости; уязвимость и ранимость; низкое чувство самоуважения; чувство вины, направленное на себя; пассивность; роль «жертвы». Характеристиками противозависимости являются дистанцированность в отношениях, автономность, самостоятельность; избегание близости; контроль потребностей и поведения других; стремление к обвинению других; отрезанность от своих чувств; направленность на себя; перфекционизм; чувство «грандиозности Я»; зависимость от какой-либо активности или веществ.

Шкала страха интимности С. J. Descutner, M. Thelen [12] направлена на диагностику партнерских отношений, а именно: страх психологической интимности [6], избегание близости, неспособность к длительным отношениям. В основу положена концептуальные представления о страхе психологической интимности, который

представляет собой нарушение межличностной коммуникации, при котором наблюдается неспособность человека устанавливать доверительные, стабильные отношения и испытывать удовлетворение и радость от них. Противоположным полюсом является эмоциональная близость в межличностных отношениях.

В последнее десятилетие в российской литературе появились еще две методики, позволяющие диагностировать нарушения межличностных отношений. **Опросник межличностной зависимости** Р. Гиршфильда (адаптирован О. П. Макушиной [13]) направлен на оценку черт личности (эмоциональная опора на других, неуверенность в себе, стремление к автономии), степень выраженности которых определяет уровень межличностной зависимости. В основе методики лежит концепция, рассматривающая межличностную зависимость как кумулятивный результат взаимодействия таких личностных характеристик, как эмоциональная опора на других, неуверенность в себе и стремление к автономии.

Тест профиля отношений Р. Борнштейна (адаптирован О. П. Макушиной [13]) определяет степень и качественную характеристику нарушений межличностных отношений: сверхзависимость, дисфункциональное отделение, здоровая зависимость. Психодиагностической мишенью методики выступают межличностные отношения. В основу методики положена концепция Р. Борнштейна [цит. по 13], в рамках которой межличностная зависимость рассматривается как полипараметрическое нарушение, образованное зависимостью как нормативным явлением, чрезмерной зависимостью и деструктивным отделением.

Шкала одиночества (Д. Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон [14]) направлена на оценивание степени выраженности субъективного чувства одиночества. В качестве объекта оценивания авторы позиционируют качество межличностных отношений и эмоциональное переживание одиночества.

Все проанализированные методики построены по типу опросников и по механизму оценивания единообразны – построены на механизме прямого самооценивания испытуемым выраженности у себя личностных черт или особенностей поведения.

Анализ уровня оценивания, проведенный в более ранней работе [15] показал, что по уровню оцениванию все методики являются внутренне неоднородными и направлены на оценивание когнитивного, эмоционального, мотивационного и поведенческого компонентов межличностных отношений. Моноуровневой является только шкала страха интимности С. J. Descutner, M. Thelen, которая преимущественно оценивает эмоциональный компонент отношений. Поэтому перспективным направлением психодиагностики межличностных отношений и их нарушений является преобразование плоскости дискретных значений признака в континуальное, типологическое многовекторное пространство.

Целью данной работы является разработка единого опросника, направленного на диагностику пространства здоровых межличностных отношений и «эмоционального холода».

В исследовании приняли участие 395 человек: 190 юношей и 205 девушек в возрасте 20–26 лет. По социальному статусу исследуемые являются студентами старших курсов и работающей молодежью. По семейному положению все исследуемые не состоят и ранее не

состояли в браке, не имеют детей, По соматическому и психическому статусу – не имеют признаков выраженной соматической и психической патологии. Все исследуемые на момент проведения работы имеют опыт (удачный или неудачный по субъективной оценке) партнерских отношений.

В работе использовались следующие **методы**: опросник стиля межличностных отношений (А. С. Кочарян, Е. В. Фролова, И. А. Бару), опросник созависимости и противозависимости (Б. Уайнхолд и Дж. Уайнхолд), шкала страха интимности (С. J. Descutner, M. Thelen), опросник межличностной зависимости (Р. Гиршфильд), тест профиля отношений (Р. Борнштейн), шкала одиночества (Д. Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон); опросник «Суверенность психологического пространства» (С. К. Нартовой-Бочавер), методика «СОМО» (С. В. Духновского), структурная полоролевая шкала (А. С. Кочарян, Е. В. Фролова), тест-опросник самоотношения (В. В. Столин, С. Р. Пантелеев).

Результаты исследования. На этапе разработки стимульного материала методики был осуществлен отбор утверждений из методик, образующих пространство «эмоционального холода». С этой целью была проведена факторизация сырых баллов утверждений следующих методик: опросник созависимости и противозависимости (Б. Уайнхолд и Дж. Уайнхолд), шкала страха интимности (С. J. Descutner, M. Thelen), опросник межличностной зависимости (Р. Гиршфильд), тест профиля отношений (Р. Борнштейн), шкала одиночества (Д. Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон). Данные, подвергнутые факторизации, были получены на выборке 185 человек.

Полученные факторы по наполненности соответствуют трехфакторной структуре симптомокомплекса «эмоционального холода» (близость, слияние, сепарация, суммарная дисперсия 61,4 %) которая была детально описана в предыдущих работах [16; 17]. Утверждения, которые вошли в состав одного фактора со значимыми нагрузками (выше 0,4), образуют отдельную шкалу опросника и были отобраны для первичного варианта стимульного материала (108 утверждений, 3 шкалы). Дальнейшее психометрическое обоснование опросника позволило сократить количество утверждений, таким образом, что окончательный вариант представляет собой 77 утверждений, распределенные по трем шкалам опросника.

По своему содержанию шкалы были интерпретированы как стилевые особенности межличностных отношений. Использование конструкта «стиль» является обоснованным, так как термин стиль применяется практически ко всем сферам психической активности: индивидуальные стратегии поведения (А. Адлер), личностные черты и способы реализации мотивов и целей (Г. Олпорт), «эмоциональный стиль» (Л. Я. Дорфман), «стиль привязанности» (Дж. Боулби, М. Эйнсуорт, Ф. Шавер, С. Хейзан, Д. Бредшоу). Выделенные факторы отражают стилевые особенности построения межличностных отношений, которые являются реализацией «эмоционально холодных» паттернов межличностной коммуникации – «слияние» и «сепарация», и здоровых – «близость». Данные приведены в табл. 1.

Таблица 1

Количественное распределение утверждений и содержание шкал опросника

Название шкалы	Количество утверждений	Психодиагностическое значение шкалы
«Близость»	26 (10 – с прямым кодом, 16 – с обратным кодом)	Способность к установлению и поддержанию отношений психологической интимности.
«Слияние»	27 (все утверждения имеют прямой код)	Построение отношений по типу сверхзависимости, фиксированности на значимом другом; отказ от своих чувств и потребностей, убежденность в собственной незначимости.
«Сепарация»	28 (все утверждения имеют прямой код)	Построение отношений по типу дистанцированности, изоляции, избегания близости, страха интимности; высокая автономия своего «Я», «отстаивание» собственной независимости.

В ходе дальнейшей психометрической оценки опросника были установлены значения основных психометрических показателей, которые приведены в табл. 2.

Таблица 2

Психометрический паспорт опросника диагностики
стиля межличностных отношений

Психометрические показатели	Шкалы опросника		
	«Близость» (26 утверждений)	«Слияние» (27 утверждений)	«Сепарация» (28 утверждений)
Дифференциальная сила утверждений	$\tau = 0,22^* - 0,50^{**}$	$\tau = 0,26^* - 0,59^{**}$	$\tau = 0,23^* - 0,49^{**}$
Внутрирестовая надежность	$\tau = 0,58^{**}$ $\rho = 0,69^{**}$	$\tau = 0,66^{**}$ $\rho = 0,82^{**}$	$\tau = 0,68^{**}$ $\rho = 0,85^{**}$
Факторно-дисперсионная надежность	32,4%	31,5%	30,0%
	Кумулятивная дисперсия 93,9 %		
Содержательная валидность	$\acute{\alpha} = 0,785$	$\acute{\alpha} = 0,806$	$\acute{\alpha} = 0,815$

Примечание: 1) * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,001$; 2) τ – коэффициент корреляции Кендалла; ρ – коэффициент корреляции Спирмена; $\acute{\alpha}$ – коэффициент согласованности (альфа Кронбаха).

Дифференциальная сила утверждений была вычислена как корреляция между баллом по каждому пункту и общим количеством баллов, что отражает вклад каждого утверждения в итоговый результат.

Для проверки надежности шкал опросника были вычислены внутритестовая и факторно-дисперсионная надежность методики. Коэффициент внутритестовой надежности отражает соответствие двух эквивалентных половин каждой шкалы (четных и нечетных пунктов). Факторно-дисперсионная надежность использовалась для проверки стабильности шкал опросника и воспроизводимости факторной структуры опросника на альтернативной выборке (210 человек).

Содержательная валидность отражает соответствие заданий методики диагностическому назначению, коэффициент содержательной валидности был рассчитан как степень согласованности экспертных оценок.

Отдельно приведены результаты по определению критериальной валидности (табл. 3), которая устанавливалась путем вычисления коэффициента корреляции с данными психодиагностических методик, в основу которых положены близкие по содержанию конструкты: *границы личности* – опросник «Суверенность психологического пространства» (С.К. Нартовой-Бочавер), *качество межличностных отношений* – методика «Субъективная оценка межличностных отношений» (С. В. Духновского), *полоролевые свойства личности* – структурная полоролевая шкала (А. С. Кочарян, Е. В. Фролова), *самооценка и самоотношение личности* – тест-опросник самоотношения (В. В. Столин, С. Р. Пантелеев).

Таблица 3

Критериальная валидность опросника стиля межличностных отношений

Шкалы опросника	Корреляционная связь	
	Положительная	Отрицательная
«Близость»	Суверенность психологического пространства; Фемининность (выборка женщин); Маскулинность (выборка мужчин); Высокая самооценка, позитивное самоотношение	Переживание одиночества; Дисгармоничность межличностных отношений
«Слияние»	Фемининность (выборка женщин); Переживание одиночества; Дисгармоничность межличностных отношений	Суверенность психологического пространства; Самооценка и самоотношение (выборка женщин)
«Сепарация»	Переживание одиночества; Дисгармоничность межличностных отношений	Суверенность психологического пространства; Самооценка и самоотношение (выборка женщин)

Примечание: вынесены только значимые связи ($p < 0,05$).

Как видно, первая шкала обнаруживает положительную связь с суверенностью психологического пространства, с высоким уровнем интегрального самоотношения; с развитой полоролевой Я-концепцией личности (фемининной у женщин, маскулинной у мужчин); и отрицательную – с дисгармоничностью межличностных отношений и высоким

уровнем субъективного переживания одиночества. Вторая шкала обнаруживает положительные связи с фемининной Я-концепцией (у женщин), высоким уровнем переживания одиночества, дисгармоничностью межличностных отношений, и отрицательно связана с сформированностью границ личности и высоким уровнем самооценки (у женщин). Третья шкала обнаруживает связи с высоким уровнем переживания одиночества, дисгармоничностью межличностных отношений, с незрелостью границ личности и низким уровнем самооценки (у женщин).

Полученные данные отражают включенность выявленных стилей построения отношений в соответствующие сферы личности и межличностных отношений: структурная организация личности, эмоционально-чувственная сфера, сфера межличностного взаимодействия, а соответственно, и сензитивность шкал опросника к этому пространству.

Для нормализации опросника был использован перевод в шкалу стенов. Предварительно были установлены различия в степени выраженности значений по трем шкалам у мужчин и женщин. Показано, что достоверные различия наблюдаются только по шкале «слияния», соответственно, по данной шкале нормы устанавливались дифференцировано. Была определена нормальность распределения признака отдельно по трем шкалам по критерию Колмогорова-Смирнова. Показано, что уровень значимости составляет больше 0,05, а это значит, что распределение существенно не отклоняется от нормального, поэтому шкала стенов может быть применена для установления норм. Результаты нормализации приведены в табл. 4.

Таблица 4

Нормативные показатели опросника стиля межличностных отношений

Нормативные показатели шкал опросника (в баллах)		
«Близость»	«Слияние»	«Сепарация»
Низкий уровень 26–85	Низкий уровень мужчины 27–49; женщины 27–65	Низкий уровень 28–54
Средний уровень 86–109	Средний уровень мужчины 50–79; женщины 66–95	Средний уровень 55–87
Высокий уровень 110–130	Высокий уровень мужчины 80–135; женщины 96–135	Высокий уровень 88–140

На основе различного уровня выраженности трех шкал опросника в перспективе возможно конструирование типологии межличностных отношений и симптомокомплекса «эмоционального холода».

Как следует из приведенных данных, основные психометрические показатели находятся на высоком уровне значимости, что позволяет делать вывод об эффективности и обоснованности применения опросника диагностики стилевых особенностей построения межличностных отношений.

Выводы

1. В работе произведена разработка и психометрическая оценка опросника, предназначенного для диагностики стилевых особенностей построения межличностных

отношений. Опросник состоит из 77 утверждений, которые образуют три шкалы: «близость», «слияние», «сепарация». Утверждения опросника отобраны путем математического анализа признаков, образующих пространство «эмоционального холода». Утверждения окончательного варианта опросника имеют высокие показатели дифференциальной силы: значение τ -Кендалла находится в пределах 0,22–0,59, уровень значимости $<0,05$ –0,0001, и являются информативными для диагностики исследуемых свойств.

2. Опросник диагностики стиля межличностных отношений имеет высокий уровень внутритестовой надежности шкал (выше 0,6), а также факторно-дисперсионной надежности: кумулятивная дисперсия переменных составляет 93,9 %, что свидетельствует об устойчивости методики внешним погрешностям, стабильности отдельных шкал и структуры опросника в целом.

3. Опросник диагностики стиля межличностных отношений характеризуется высоким уровнем содержательной валидности: α Кронбаха выше 0,7. Критериальная валидность была установлена как сензитивность шкал опросника семантически близким конструктам. «Близость» обнаруживает связь с суверенностью психологического пространства в целом и отдельными его компонентами, с высоким уровнем интегрального самоотношения и отдельными его составляющими; с развитой полоролевой Я-концепцией личности (фемининной у женщин, маскулинной у мужчин), гармоничностью межличностных отношений и низким уровнем субъективного переживания одиночества. «Слияние» обнаруживает связи с фемининной Я-концепцией (у женщин), высоким уровнем переживания одиночества, дисгармоничностью межличностных отношений, с незрелостью границ личности и низким уровнем самооценки (у женщин). «Сепарация» обнаруживает связи с высоким уровнем переживания одиночества, дисгармоничностью межличностных отношений, с незрелостью границ личности и низким уровнем самооценки (у женщин).

4. Нормативные показатели шкал опросника установлены путем преобразования сырых баллов в шкалу стенов. Шкалы «Близость» и «Сепарация» имеют единые нормы для мужчин и женщин. По шкале «Слияние» нормы установлены дифференцировано для мужчин и женщин.

5. Пространство стилей «Близость», «Слияние» и «Сепарация» в структуре личности и межличностных отношений описывается четырьмя факторами: «Самооценка личности», «Качество межличностных отношений», «Границы личности», «Переживание одиночества». Такая структура отражает включенность данных стилей в соответствующие сферы личности: структурная организация личности, эмоционально-чувственная сфера, сфера межличностного взаимодействия.

Перспектива дальнейших исследований заключается в развитии представлений о функционировании здоровых и нарушенных стилей построения межличностных отношений, разработке программ психологической коррекции межличностных отношений.

Literatura

1. Makushina O. P. *Psichologiya zavisimosti: Uchebnoe posobie dlya vuzov* / O. P. Makushina. – Voronezh, Voronezhskij gos. un-t. – 2007. – 79 s.
2. Kocharyan A. S. *Sindromy nevroticheskoy lyubvi* / A. S. Kocharyan, A. V. Kocar //

Visnik Kharkivskogo nacionalnogo universitetu. Seriya psichologiya. – 2000. – № 498. – S. 68–72.

3. Frolova E. V. Psichologichni chinniki i dinamika formuvannya stosunkiv mizhosobistisnoï zalezhnosti u zhinok : avtoref. dis... kand. psichol. Nauk : 19.00.01/ / Evgeniya Valeriivna Frolova ; Kharkivskij nacionalnij universitet imeni V. N. Karazina. – Kh., 2008. – 19 s.

4. Uajnhold B. Osvobozhdenie ot sozavisimosti / B. Uajnhold, J. Uajnhold ; perevod s angl. A. G. Cheslavskoj. – M. : Nezavisimaya firma “Klass”, 2001. – 224 s.

5. Uajnhold B. Protivozavisimost: begstvo ot blizosti / B. Uajnhold, J. Uajnhold / per. s angl. E. Babenko, G. Smolin. – Kamenec-Podolskij : Aksioma, 2009. – 328 s.

6. Firestone R. W. Fear of Intimacy / Firestone R. W., Catlett J. – Washington, DC : American Psychological Association, 2006. – 358 p.

7. Giddens E. Transformaciya intimnosti. Seksualnost, lyubov i erotizm v sovremennyh obshhestvah / Entoni Giddens ; per. s angl. V. Anurina. – SPb. : Piter, 2004. – 208 s.

8. Sindrom «emocionalnogo holoda» v mezhluchnostnyh otnosheniyah: additivnyj kontekst / A. S. Kocharyan, N. N. Tereshhenko, T. S. Aslanyan, I. V. Gurtovaya // Visnik Kharkivskogo nacionalnogo universitetu. Seriya Psichologiya. – 2007. – № 771. – S. 15–119.

9. Kocharyan A. S. Effektivnost metodik psichodiagnostiki slozhnyh mnogourovnevnyh psichologicheskikh obrazovanij (na primere simptomokompleksa maskulinnosti/femininnosti) / A. S. Kocharyan // Zhurnal praktikuyushhego psichologa, – 2010. – № 17. – S. 163–174.

10. Psichologiya adiktivnoï povedinki: Navchalno-metodichnij kompleks dlya studentiv zi specialnosti «Psichologiya» / Ukladachi: Kocharyan O. S., Frolova E. V. – Kh. : KhNU imeni V. N. Karazina, 2010. – 24 s.

11. Yakimenko O. Yu. Psichometrichna charakteristika zhinochogo variantu metodiki diagnostiki protizalezhnosti B. Uajnholda / O. Yu. Yakimenko // Visnik Kharkivskogo nacionalnogo pedagogichnogo universitetu. Seriya Psichologiya. – 2012. – Vipusk 42. – Ch. 2. – S. 212–219.

12. Descutner C. J. Development and Validation of a Fear-of-Intimacy Scale/ Carol J. Descutner, Mark H. Thelen // Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology. – 1991. – Vol. 3. – №. 2. – P. 218–225.

13. Makushina O. P. Metody psichologicheskogo izucheniya deviantnogo povedeniya : Uchebnoe posobie po specialnosti 020400 (030301) Psichologiya / O. P. Makushina. – Voronezh, 2006. – 80 s.

14. Labirinty odinochestva / per. s angl. ; sostavlenie, obshhaya redakciya i predislovie N. E. Pokrovskogo. – M. : Progress, 1989. – 624 s.

15. Kocharyan O. S. Ocinka psichodiagnostichnix mozhlivostej metodik diagnostiki mizhosobovoï zalezhnosti / O. S. Kocharyan, E. V. Frolova, I. O. Baru // Visnik Kharkivskogo pedagogichnogo universitetu. Seriya Psichologiya. – Kharkiv : KhNPU im. G. S. Skovorodi, 2012. – Vip. 43, Ch. 2. – S. 155–165.

16. Baru I. A. Emocionalnaya struktura simptomokompelksa emocionalnogo choloda» / Inna Aleksandrovna Baru // A Young Scientist In The Modern Science World: New Aspects Of The Scientific Search: Monograph. Vol. 2. – Titusville: L&L Publishing, 2012. – P. 171–179.

17. Baru I. A. Gendernye osobennosti struktury rasstrojstv partnerskogo vzaimodejstviya sovremennoj studencheskoj molodezhi / I. A. Baru // Visnik Kharkivskogo nacionalnogo

universitetu. Seriya Psychologiya. – Kharkiv : KhNU imeni V. N. Karazina, 2012. – Vip. 49, № 1009. – S. 96–99. – ISSN 2225-7756.

Приложение

Опросник диагностики стиля межличностных отношений

Инструкция. Вам предлагается ряд утверждений. Рассмотрите последовательно каждое и оцените их так, как они относятся к Вам, по шкале от 1 до 5, как описано ниже:

- 1 – это совсем не свойственно для меня;
- 2 – это немного касается меня;
- 3 – это свойственно мне в средней степени;
- 4 – это сильно характеризует меня;
- 5 – это в высшей степени свойственно мне.

Ответы отметьте в столбце (на бланке) для ответов.

	Утверждение	Балл
1.	Я боюсь, что слишком близкие взаимоотношения с партнером будут для меня удушающими.	
2.	Я свободно могу выражать свои настоящие чувства партнеру.	
3.	Я чувствую полное душевное единство с партнером.	
4.	Я легко рассказываю партнеру вещи (сокровенные мысли и чувства), которые не рассказываю другим людям.	
5.	Мне легко рассказывать партнеру о своих потребностях	
6.	Мне комфортно иметь открытое и честное общение с партнером.	
7.	Мне иногда некомфортно слушать о личных проблемах партнера	
8.	Мне легко быть самим (самой) собой рядом с партнером.	
9.	Я не чувствую себя скованным(ой), обсуждая вместе с партнером наши личные цели.	
10.	Я избегаю возможности развивать отношения с кем-то.	
11.	Я часто иду на компромиссы с людьми, которые ориентированы на сотрудничество.	
12.	Я воспринимаю себя как человека, способного хорошо справиться с разочарованиями и препятствиями.	
13.	В отношениях с другими мне удобно предлагать помощь людям, которые в ней нуждаются, и просить у других поддержку, когда я в ней нуждаюсь.	
14.	Когда я ссорюсь с кем-либо, я уверен(а), что наши отношения восстановятся.	
15.	Я ненавижу, когда люди проявляют ко мне симпатию.	
16.	У меня нет качеств, необходимых хорошему лидеру.	
17.	Мне не хватает общения, иногда мне даже не с кем поговорить.	
18.	Я чувствую, будто никто действительно не понимает меня.	
19.	Нет никого, к кому я мог (могла) бы обратиться.	
20.	Те, кто меня окружает, не разделяют мои интересы и идеи.	
21.	Я не способен(на) раскрепощаться и общаться с теми, кто меня окружает.	

22.	Я чувствую себя совершенно одиноким(ой).	
23.	Мои социальные отношения и связи поверхностны.	
24.	Я чувствую себя изолированным(ой) от других.	
25.	Я несчастен(на), будучи таким(ой) отверженным(ой).	
26.	Люди вокруг меня, но не со мной.	
27.	Я боюсь быть отвергнутым(ой)	
28.	Я ищу общества других людей, употребляю различные вещества или занимаюсь различными видами деятельности для того, чтобы чувствовать себя хорошо.	
29.	Мне трудно определять, какие чувства я испытываю, чего я хочу или в чем я нуждаюсь.	
30.	В знакомстве с новым человеком я преувеличиваю собственные достижения.	
31.	Я начинаю нервничать, когда мой партнер хочет быть ближе ко мне.	
32.	Я боюсь, что люди узнают, что на самом деле я не такой (такая), как они думают.	
33.	Я требую совершенства от себя и других людей.	
34.	У меня есть ощущение, что ожидания других людей, их нужды и желания поглощают меня.	
35.	Мне трудно расслабляться и в моем теле есть зоны хронического напряжения.	
36.	Мне нравится быть в центре внимания во время общественных собраний.	
37.	Мне не нравится признавать собственные ошибки.	
38.	Я вижу себя и других либо как хороших, либо как плохих.	
39.	Мне говорят, что я не принимаю во внимание потребности и заботы других людей.	
40.	Я стремлюсь принадлежать только самому (самой) себе и испытываю страх, когда другие контролируют меня.	
41.	Меня задевает, когда другие не признают моих достижений.	
42.	Я бы чувствовал (а) себя неловко, рассказывая партнеру о событиях в прошлом, по поводу которых я испытываю чувство стыда.	
43.	Другие люди мне кажутся более уверенными, чем я.	
44.	Другие не понимают, насколько их слова могут меня обидеть.	
45.	Для меня важно нравиться другим людям	
46.	Когда я спорю с кем-либо, меня волнует, что наши отношения могут надолго испортиться.	
47.	Я был (а) бы полностью потерян (а), если бы я не имел(а) в своей жизни кого-то близкого.	
48.	Я чувствую себя лучше, когда я знаю кого-либо еще в команде.	
49.	Я никогда не бываю более счастлив(а), чем когда люди говорят, что я хорошо выполнил(а) свою работу.	
50.	Я склонен(а) воображать худшее, если любимый человек не прибыл, как ожидалось.	
51.	Я бы чувствовал(а) себя несчастным, если бы я потерял (а) любовь и поддержку людей, в которых я очень нуждаюсь.	
52.	Я несчастлив(а), занимаясь столькими вещами в одиночку.	
53.	Мне тяжело выражать свои чувства.	
54.	Я предпочитаю работать один (одна), не в коллективе.	

55.	Мне трудно устанавливать и поддерживать близкие взаимоотношения.	
56.	Я возможно побоялся(лась) бы доверять мои глубинные чувства партнеру.	
57.	Часть меня (что-то во мне) боялась бы давать долгосрочные обязательства партнеру.	
58.	Есть люди, которые считают, что меня нелегко узнать как человека.	
59.	Когда кто-то приближается ко мне слишком близко, я стремлюсь отдалиться.	
60.	Время от времени мне необходимо отдаляться от всего окружающего.	
61.	Я бы хотел(а) иметь больше времени для самого себя.	
62.	Я предпочитаю принимать решения самостоятельно, не опираясь на мнение других людей.	
63.	Я не люблю открывать о себе слишком много частной информации.	
64.	Я иногда опасаюсь мотивов других людей.	
65.	Я предпочитаю работать самостоятельно.	
66.	Для меня очень важно быть независимым(ой) и самодостаточным(ой).	
67.	Меня не особо волнует, как меня воспринимают другие люди.	
68.	Я предпочитаю находиться в одиночестве.	
69.	Я не могу выносить суеты вокруг меня, когда я болен ил огорчен (больна или огорчена).	
70.	Я не нуждаюсь в том, чтобы другие улучшали мое самочувствие.	
71.	Я полагаюсь только на себя.	
72.	Мне тяжело просить кого-нибудь о помощи.	
73.	Мне не надо многого от других.	
74.	Когда я болею или что-то идет не так, я предпочитаю, чтобы мои друзья оставили меня одного (одну).	
75.	Даже когда что-то неладно, я могу добиться успеха без помощи друзей.	
76.	Я бы скорее остался(лась) свободным от других, чем рисковал разочарованиями.	
77.	В действительности никто как следует не знает меня.	

Ключ

1) Шкала близости.

Прямой код имеют утверждения: 2, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 13, 14.

Обратный код: 1, 6, 7, 8, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26.

При подсчете баллов по утверждениям с обратным кодом отмеченный балл заменяется на противоположный (то есть 1 заменяется на 5, 2–4, 3–3, 4–2, 5–1).

2) Шкала слияния. Все утверждения имеют прямой код: 1, 27–52.

3) Шкала сепарации. Все утверждения имеют прямой код: 10, 20, 24, 53–77.