

МИС (Методика Исследования Самоотношения)

Особенности внутренней динамики самосознания, структура и специфика отношения личности к собственному «Я» оказывают регулирующее влияние практически на все аспекты поведения человека, играя важнейшую роль в установлении межличностных отношений, в постановке и достижении целей, в способах формирования и разрешения кризисных ситуаций, в адекватной включенности субъекта в различного рода психокоррекционные и психотерапевтические мероприятия.

К настоящему времени силами в основном западных исследователей создано около двух десятков популярных и широко применяемых методик, связанных с диагностикой эмоционально-оценочной подсистемы самосознания. Ряд из них направлен на диагностику общего самоуважения, интегрального положительного или отрицательного отношения к себе, глобального самопринятия (*self-regard, self-esteem, self-acceptance*).

Другие методики измеряют более частные аспекты самоотношения — самооценки своих личностных особенностей, ресурсов, способностей, достижений в различных сферах жизнедеятельности. Методики различаются также по основному диагностическому принципу, лежащему в их основе — от проективных техник до стандартизованных самоотчетов.

К сожалению, эти методики не входят в арсенал методов отечественных психологов (нам неизвестно ни одной психометрически обоснованной адаптации такого рода методов), что существенно обедняет и снижает эффективность научных и практических разработок, связанных с самоотношением личности.

До недавнего времени отечественными психологами и в основном использовались только два класса методов изучения самооценки: *методика Дембо-Рубинштейн* и ее различные модификации, а также методы, построенные по принципу семантического дифференциала или листов оценочных прилагательных. Сейчас положение меняется к лучшему. Создан ряд оригинальных и интересных методик, таких как: *Методика косвенного измерения системы самооценок (КИСС)*, *Методика управляемой проекции (МУП)*, все шире применяются психосемантические и репертуарные методики. Названные методы, однако, достаточно сложны и трудоемки, что обуславливает необходимость разработки компактных стандартизованных методик, которые позволяли бы сравнительно быстро, и в то же время с достаточной полнотой и обоснованностью выявлять специфику самоотношения испытуемых, и были бы пригодны для эффективного применения как в исследовательских, так и в практических целях.

Методические проблемы исследования самоотношения

При анализе различных взглядов на строение самоотношения можно отметить, что существует большое разнообразие понятий, в которых фиксируется содержание этого феномена. Самоуважение, симпатия, самопринятие, любовь к себе, чувство расположения, самооценка, самоуверенность, самоунижение, самообвинение — вот далеко не полный перечень терминов, используемых для обозначения целостного самоотношения или отдельных его аспектов. Иногда за этими терминами стоят различия теоретических ориентации исследователей, иногда — различные представления о феноменологическом содержании самоотношения, но чаще — просто различия в словоупотреблении, в основе которых лежат плохо отрефлектированные предпочтения. Это приводит к тому, что некоторые авторы считают симпатию основой самоотношения; другие настаивают на том, что самоотношение — это в первую очередь переживание собственной ценности, выражающееся в чувстве самоуважения; третьи пытаются согласовать эти представления путем выделения в самоотношении того или иного фиксированного набора аспектов или структурных элементов, однако эти наборы часто тоже оказываются различными и трудно сопоставимыми. В целом ряде исследований (Adams-Webber, 1979; Kenrik, Stringfield, 1980) показано, что индивидуальные параметры оценок и самооценок у разных людей могут быть настолько различны, что возникает проблема обоснования универсальных фиксированных измерений, полученных на разнородных выборках испытуемых: не являются ли они (аспекты, измерения) математическим артефактом процедуры, следствием усреднения индивидуальных данных. При этом каждая точка зрения имеет вполне обоснованную аргументацию. В конечном же итоге это приводит к понятийной и терминологической аморфности, а дискуссии о сути самоотношения превращает в споры о словах.

Понимание самоотношения в контексте представлений о смысле «Я» (Столин, 1983) позволяет в определенной степени снять эти проблемы. Ведь смысл «Я» предполагает определенный язык его выражения, а этот «язык» может обладать некоторой спецификой как для различных индивидов, так и

для различных социальных групп или других социальных общностей. Причем алфавит этого языка должен быть достаточно широким, так как в связи с противоречивостью бытия, пересечением деятельностей и «противоборством» мотивов субъект должен испытывать достаточно широкую гамму чувств и переживаний в свой адрес.

Из отечественных попыток реконструировать эмоциональную систему самоотношения широко известно пока единственное исследование В. В. Столина, где выделены три измерения самоотношения: симпатия, уважение, близость (Столиц, 1985). Сходные результаты были получены и другими исследователями, но они лишь косвенно связаны с самоотношением, так как получены при исследовании эмоциональных межличностных отношений и личностных описательных черт (Гозман, 1987, Кондратьева, Шмелев, 1983). Многие из указанных исследователей в качестве основного метода для выявления компонент (измерений) самоотношения использовали метод факторного анализа. Этот метод, по нашему мнению, вполне адекватен этой задаче, однако его конкретные реализации не являются вполне удовлетворительными по ряду причин.

Во-первых, содержание выявленных факторов в значительной, а то и решающей степени зависит от набора и содержания используемых первичных переменных. Выбор же этих переменных определяется предпочтением исследователя, и часто без должного обоснования. Анализ перечней первичных переменных, используемых в указанных выше и некоторых других исследованиях, обнаруживает, что эти переменные (формулировки пунктов) часто нерелевантны самоотношению как устойчивому чувству-переживанию. В перечни входят формулировки частных самооценок, отдельных эмоций, личностных черт и даже прямых поведенческих проявлений. Собственно обобщенные эмоции (чувства) входят в банки, утверждений наряду с остальными и при факторизации часто выделяются в отдельный фактор, интерпретируемый как глобальное самоуважение или самопринятие в зависимости от специфики пунктов,

имеющих необходимую долю обобщенности. Остальные пункты объединяются в разнородные специфические факторы. В качестве примера можно привести часто цитируемое исследование Флеминга и Уотса (Flemming, Watts, 1980), которые для проверки тезиса о иерархическом строении общего самоуважения self-esteem) факторизовали перечень из 29 пунктов, в который, наряду с суждениями о собственной ценности и способности вызывать уважение, входили пункты — самооценки способностей в тех или иных академических дисциплинах, а также пункты, аналогичные шкалам социальной уверенности (например, таким, как шкала Н теста. 16PP Кеттела). В соответствии с этим были получены три фактора, однако вряд ли их можно считать задающими общую структуру глобального самоотношения.

Вторая трудность, связанная с применением факторного анализа в интересующем нас аспекте, состоит в том, что при интерпретации его результатов многие исследователи не учитывают следующую психометрическую максиму: можно (с большим или меньшим трудом) придумать такой пункт (утверждение, а значит и множество утверждений), который при многомерном анализе матрицы данных дает вектор, проходящий в окрестности любой наперед заданной точки многофакторного пространства. Из этого следует, что любой локус пространства измерений можно заполнить группой коррелированных пунктов и получить новое измерение, промежуточное тем, которые были выявлены до этого («Общая психодиагностика», 1987). В соответствии с этим теоретическая релевантность содержания и числа выделенных измерений не может быть реализована и обоснована «изнутри» самой факторной процедуры, а должна быть обоснована соответствующей теоретической моделью или исторически сложившимися на данный момент в данной культурной популяции «опорными» измерениями, которые выделяются и обосновываются эмпирически на уровне обобщения имплицитной теории личности, заложенной в обыденном сознании. Большинство работ, выделяющих те или иные аспекты глобального самоотношения, фактически исходят именно из этой имплицитной «теории» обыденного сознания. Отсюда и третья трудность в анализе и использовании результатов, полученных западными авторами. Дело в том, что в разных популяциях могут быть преобладающими разные системы оценок, их значимости и семантического выражения. Поэтому для их переноса в другую популяцию необходимо проводить специальную работу, выявляющую преобладающие в данной популяции системы психических свойств и способов их рефлексии.

Исходя из проделанного анализа могут быть сформулированы некоторые требования, повышающие корректность и обоснованность применения факторного анализа для выявления содержательного языка описания самоотношения как обобщенного чувства субъекта в адрес собственного «Я».

1. Содержание перечня пунктов должно быть релевантным исходному пониманию самоотношения как устойчивого чувства,

2. Насколько это возможно, должна быть обеспечена репрезентативность перечня по отношению к мыслимому возможному, базисному для данной языковой культуры словарю терминов, отражающих чувства к собственному! «Я», т. е. перечень должен быть достаточно разнообразным и представительным.

3. Необходимо теоретическое обоснование возможности рассмотрения получаемых в результате факторного анализа факторов в качестве измерений, релевантных самоотношению субъекта.

Остановимся несколько подробнее на обосновании последнего пункта.

Действительно, если методы самоотчета, опирающиеся на обращение к «внутреннему опыту» испытуемого и используемые для выявления черт и предсказаний поведения, подвергаются (и не без оснований) серьезной критике, то, казалось бы, эти методы являются наиболее адекватными именно в применении к изучению самого этого внутреннего опыта — а именно таковым и является самоотношение. Однако, на самоописание или выражение отношения к себе действует ряд иррелевантных факторов, таких как: социальная желательность, тактика самоподачи (самопрезентации), область самораскрытия и пр. (Wylie, 1974). Это дает основание некоторым авторам считать, что такого рода вынужденные самоописания Я-концепции на самом деле есть самоотчеты, а это не одно и то же. Содержание этих терминов является близким, но не совпадает. По их мнению, Я-концепция — это все, что индивид считает самим собой или своим, все что он думает о себе, все свойственные ему способы самовосприятия и самооценивания. С другой стороны, самоотчет — это самоописание, даваемое для другого. Это высказывание о себе. Конечно, Я-концепция влияет на эти высказывания. Однако, между ними не может быть полного тождества. Самоотчет, по их мнению, являет собой пример интроспекции и как таковой не может считаться объективным показателем не только с позиций современной феноменологической психологии, но даже и с позиций более ранних, традиционных направлений психологической мысли (Combs, Soper, Courson, 1963). Другие исследователи считают, что ситуация самоотчета инициирует особое поведение испытуемого — «вызванную вербальную самопрезентацию», которая не является прямым эквивалентом самоотношения, но связана с ним, и эта связь должна быть понятийно и операционально оформлена (Crown, Stephens, Kelly, 1961).

Сформулированное нами (Пантилеев, 1991) понимание самоотношения как выражения смысла «Я» для субъекта как раз и позволяет понятийно и операционально оформить эту связь и исследовать самоотношение средствами современной экспериментальной психосемантики, которая располагает эффективным и обоснованным аппаратом реконструкции и анализа групповых и индивидуальных субъективных систем значений. Причем задача эмпирической реконструкции «алфавита значений», в которых выражается самоотношение, предполагает анализ именно группового семантического пространства самоотношения. Понятно, что пространство (или язык) самоотношения выражается в специфических значениях — это значения, описывающие определенные эмоциональные состояния, а не некоторые предметные или объективные свойства. В этом случае объединение признаков описания в факторы происходит по их коннотативным основаниям. Размещение значений в таком пространстве отражает их коннотативные значения — значения, в которых отражение и отношение слиты, т. е. значения, личностные смыслы и чувственная ткань которых содержатся в нерасчлененном единстве (Петренко, 1983). При этом, в случае нового пространства, индивидуальные личностные смыслы во многом нивелируются, а выделяются аспекты, инвариантные для всей группы испытуемых. Но, как подчеркивает А. Г. Шмелев: «групповые семантические пространства остаются групповыми субъективными

пространствами: в них раскрываются статистически наиболее распространенные субъективные содержания знака» (1983, с. 97). Специфика пространства самоотношения, по-видимому, должна и еще одной особенностью, отмеченной В. Ф. Петренко при работе с такого рода пространствами: «Особенностью субъектного кода описания личности другого или самого себя является его целостный интегративный характер, где единицами его «алфавита» выступают не отдельные признаки, а целостные категориальные схемы, эталоны, обобщенные образы... Содержание такого фактора задается целостным контекстом, понять который можно только представив целостные образы людей, контрастирующих по этим качествам» (1983, с. 157). А. М. Эткинд на основе обобщения большого количества данных и собственных экспериментальных исследований пришел к следующему, полностью разделяемому нами, выводу: «Если психолог ищет в самоотчетах —...— объективную информацию о поведении, то его почти наверняка ждет разочарование. Если же ему нужен инструмент проникновения в субъективную реальность, личностные смыслы, систему отношений его испытуемых, то вряд ли какие-либо иные свидетельства окажутся более полезными, чем самоотчеты»

Факторный анализ структуры самоотношения

В соответствии с этими положениями и сформулированными выше требованиями нами было проведено эмпирическое исследование, направленное на реконструкцию пространств самоотношения методами факторного анализа (ФА).

Важнейшей задачей на этом пути было формирование релевантного и достаточно репрезентативного перечня пунктов. Наиболее адекватным шагом для решения этой задачи было использование универсального списка-перечня, базирующегося на строгих процедурах построения статистически репрезентативного семантического словаря (тезауруса). Однако такого словаря проявлений самоотношения не существует ни у нас, ни, насколько нам известно, в западных исследованиях. Поэтому мы пошли по пути анализа существующих частных перечней индикаторов самоотношения и соответствующих им более общих измерений-модальностей. В результате был составлен банк утверждений, покрывающий большинство из выделенных аспектов самоотношения и соответствующий нашему пониманию этого феномена. В перечень было отобрано 172 утверждения. За основу был взят русскоязычный набор из 60 пунктов, включенных В. В. Столиным в *Опросник самоотношения* (Столин, Пантеев, 1988). К этим пунктам было добавлено около двух десятков утверждений из других опросников. Остальные пункты были сформулированы нами.

Далее этот перечень на основе экспертных оценок содержания пунктов профессиональными психологами был сокращен до 150 утверждений, которые и использовались в дальнейшем эмпирическом исследовании.

Испытуемые (респонденты). Так как мы пытались выделить универсальные (обобщенные) измерения самоотношения, то общая выборка испытуемых ($N=468$) включала в себя различные подгруппы: школьников 9—10 классов, учащихся ПТУ, абитуриентов и студентов (технарей и гуманитариев), ИТР, служащих, научных работников, руководителей трудовых коллективов. Подгруппы примерно уравнивались по половому и возрастному признакам (возрастной диапазон от 15 до 60 лет, средний возраст 25—30 лет).

Методика исследования. Полученный массив данных был обработан методом главных компонент с последующим «варимакс»-вращением (Харман, 1972). Использовался пакет программ ВМДР. Последовательной ротации подвергались 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12-факторные решения. На основе анализа содержания пунктов со значимыми факторными нагрузками, а также их устойчивости при ротациях, для дальнейшего анализа было выбрано 9-факторное решение. Для проверки обоснованности выбора именно 9-факторной модели был проведен еще ряд дополнительных процедур. Была осуществлена независимая факторизация на двух подвыборках испытуемых, полученных расщеплением общей выборки по полам (по четным-нечетным испытуемым). В целом для обеих выборок были получены 9-факторные решения с аналогичными по составу пунктов и, соответственно, по содержанию факторами. Пункты, не имеющие значимых нагрузок по факторам, а также те пункты, которые не обнаружили устойчивости при расщеплении выборки, были удалены из перечня. Оставшиеся после этого 110 утверждений были вновь факторизованы. Полученные на этом этапе 9 факторов — шкал (объясняющие 46% общей вариативности) и вошедшие в них 110 пунктов, были преобразованы в опросник, требующий от испытуемого двух градаций ответа: «согласен» — «не согласен».

Таким образом, методом факторного анализа было выявлено девять устойчивых факторов. Можно ли считать, что эти факторы задают пространство именно самоотношения? Сама по себе математическая процедура факторного анализа еще не может быть основанием для такого вывода. Поэтому вопрос о содержании полученных измерений есть вопрос о их валидности как измерений самоотношения.

Проверка *валидности* любой шкалы (измерения) включает в себя ряд взаимосвязанных моментов.

1. Валидность по содержанию (или внешняя валидность) — измеряется анализом содержания пунктов, вошедших и их соответствия исходным представлениям о данном психическом свойстве.

2. Конвергентная валидность — определяется набором психических переменных, с которыми проверяемое свойство должно быть связано, и проверкой наличия предполагаемых связей.

3. Дискриминантная валидность — исходит из предположения, что проверяемое свойство не должно иметь связей с иррелевантными его содержанию и природе переменными.

4. Конструктная валидность — определяется соответствием проверяемого конструкта той психической реальности, которую он должен отражать. Речь, фактически, идет о теоретической или онтологической валидности, которая проверяется путем соотнесения конструкта с исходными теоретическими представлениями или дедуцированными из них следствиями, проверяемыми экспериментальным путем с включением исходного конструкта в качестве переменной.

В соответствии с этими положениями мы и будем анализировать полученные факторы-шкалы. Описание факторов-шкал для удобства дается везде в том порядке, в котором они были расположены в окончательном варианте опросника на основании дополнительных изложенных ниже процедур вторичной факторизации.

Для более четкого прояснения содержания и валидности соответствующих шкал нами были проведены дополнительные исследования, где девять шкал самооотношения были скоррелированы с тремя личностными опросниками:

1. Методика многостороннего исследования личности ММИЛ (адаптация ММРІ, см. Березин, Мирошников, Рожанец, 1976).

2. Опросник 16 личностных факторов 16ЛФ (адаптация опросника 16 РР Р. Кеттела. См.: Общая психодиагностика / Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина.—М., 1987).

3. Опросник уровня субъективного контроля УСК (оригинальный многомерный опросник измерения локуса контроля. См.: Бажин, Голынкина, Эткинд, 1984).

Исследование проводилось на выборке из 92 испытуемых. Результаты приведены в таблице 1.

Т а б л и ц а 1

Корреляция факторов самооотношения с опросниками 16 ЛФ, УСК, ММИЛ
(приводятся только значимые корреляции. N=92, $p<0,01$)

Фак- тор	Корреляции с 16 ЛФ	Корреляции с ММИЛ	Корреляции с УСК
1	Е (—0,30), Q ₄ (—0,34)	L (0,42), 4 (—0,34)	----
2	Н (0,41), Q ₄ (—0,38)	F (—0,48), К (0,35), 2 (—0,34), 8 (—0,32), О (—0,45)	И _о (0,21), И _л (0,21)
3	Q ₄ (—0,34)	L (0,31)	И _о (0,26), И _л (0,26), И _н (0,25), И _п (0,32)
4	А (0,32), Q ₂ (—0,30)	4 (—0,35), О (—0,29)	И _о (0,20), И _л (0,20), И _п (0,20)
5	----	----	----
6	----	----	И _п (—0,20), И _о (—0,11), И _н (—0,23)
7	----	----	----
8	О (0,42), Q ₄ (0,35)	L (—0,28), F (0,47) К (—0,62), 6 (0,35)	И _н (—0,26)
9	Q ₄ (0,33)	L (—0,31), F (0,31), К (—0,52), 6 (0,34), 7 (0,34), 8 (0,36)	----

Краткое описание шкал

Шкала 1: закрытость—открытость (14 пунктов).

Примеры пунктов, входящих в эту шкалу:

- Иногда я пытаюсь выдать себя не за того, кто я есть (—)*.
- Мне случалось совершать поступки, которым вряд ли можно найти оправдание (—).
- Я никогда не раздражаюсь и не злюсь без особых на то причин (+)
- Я никогда не выдаю понравившиеся мне чужие мысли за свои (+).
- Я не способен причинить душевную боль самым любимым и родным мне людям (+).

* В скобках указан знак, с которым пункт входит в фактор, или ключ пункта в шкале.

Утверждения, вошедшие в данный фактор, по замыслу формулировались так, чтобы в них содержались некоторые качества (в первую очередь, негативные с точки зрения обыденной морали), в определенной степени присущие каждому человеку, но требующие достаточных навыков рефлексии и обладания определенной внутренней честностью для их признания. Отсюда ответы на данные пункты определяются преобладанием одной из двух тенденций: либо критичностью, глубоким осознанием себя, внутренней честностью и открытостью, либо — конформностью или выраженной мотивацией социального одобрения. Эта интерпретация подтверждается тем, что все пункты такого рода вошли в один фактор (значит, за ними действительно стоит общая тенденция), так и корреляция с другими переменными. Максимальная корреляция—со шкалой «лжи» («L+» по ММИЛ), а также—с подчиняемостью (E—), отрицанием тревоги и проблем (P₄—) и отрицанием социально неодобряемых тенденций и желаний (4—по ММИЛ).

Тем не менее, данная шкала имеет содержание, имеющее связь с самоотношением. Фактически в шкале выражено глубокое или поверхностное проникновение в себя, открытое или закрытое (защитное) отношение к себе. По-видимому, это измерение близко к измерению осознанности «Я», которое, например, Розенберг включает в общую структуру рефлексивного «Я» (Rosenberg, 1979). Шкала названа нами «внутренняя честность» (или «закрытость»)—что соответствует высокому полюсу шкалы при подсчете суммарного балла).

Шкала 2: самоуверенность (14 пунктов).

Примеры пунктов:

- Уверен, что на меня можно положиться в самых ответственных делах (+).
- Я—человек надежный (+).
- Я думаю, что имею умного и надежного советчика в себе *самой* (+).
- Я вполне могу сказать, что уважаю сам себя (+).
- Мне кажется, что мало кто уважает меня по-настоящему (—).
- Мое мнение имеет достаточный вес в глазах окружающих (+).

Данный фактор задает отношение к себе как уверенному, самостоятельному, волевому и надежному человеку, которому есть за что себя уважать.

Положительный полюс соответствует самоуверенности, высокому самоотношению, ощущению силы своего «Я». Отрицательный полюс связан с неудовлетворенностью своими возможностями, ощущением слабости, сомнением в способности вызывать уважение.

Фактор связан с социальной смелостью и отсутствием внутренней напряженности (H+ и O₄—по 16ЛФ), с хорошей социальной приспособленностью, отрицанием проблем, депрессивных состояний и аутичности (K+, O—, F—, 2—, 8— по ММИЛ), а также с внутренним локусом контроля, преимущественно в сфере достижений (I₀+, I_d+ по УСК). Эти данные хорошо согласуются с содержанием пунктов.

Похожие факторы, такие как самоуважение, чувство компетентности, выделяются многими исследователями. Пункты именно такого содержания лежат в основе большинства шкал глобальной самооценки или общего самоуважения. Данный фактор был назван нами «самоуверенность».

Шкала 3: саморукводство (12 пунктов).

Примеры пунктов:

- Если я и спорю с собой, то всегда уверен, что найду единственно правильное решение.
- Мнение других обо мне вполне совпадает с моим собственным.
- Я сам создал себя таким, каков я есть.
- Ко мне относятся так, как я того заслужил.
- Мне очень просто убедить себя не расстраиваться по пустякам.
- То, что со мной случается—это дело моих собственных рук.

Данный фактор можно интерпретировать как отражающий представление о том, что основным источником активности и результатов, касающихся как деятельности, так и собственной личности субъекта, является он сам. Человек с высоким баллом по шкале отчетливо переживает собственное «Я» как внутренний стержень, интегрирующий и организующий его личность, деятельность и общение; считает, что его судьба находится в его собственных руках, испытывает чувство обоснованности и последовательности своих внутренних побуждений и целей. Кроме этого, ряд пунктов отражает мнение индивида о способности эффективно управлять и справляться с эмоциями и переживаниями по поводу самого себя. Противоположный полюс фактора связан с верой субъекта в подвластность его «Я» внешним обстоятельствам, плохой саморегуляцией, размытым локусом «Я», отсутствием тенденции искать причины поступков, результатов и собственных личностных особенностей в себе самом. Содержание фактора хорошо согласуется с полученными корреляциями. Хорошие возможности саморегуляции и самореализации связаны с отсутствием внутренней напряженности (P₄— по 16 ЛФ). Положительный полюс фактора содержит, в основном, социально-одобряемые качества, с чем связана, по-видимому, корреляция со шкалой социальной желательности (L+ по ММИЛ).

Конструкт, лежащий в основе этого измерения, близок по содержанию к такой психологической переменной, как локус контроля, о чем и говорят корреляции с интернальностью (I_o+ , I_d+ , I_n+ , I_p+ но УСК). Тем не менее, содержание этого фактора имеет специфику по отношению к локусу контроля. Если последний выражает обобщенное представление субъекта об управляемости и предсказуемости мира, включая и результаты деятельности самого субъекта, то рассматриваемый фактор самоотношения отражает, в первую очередь, чувство субъекта по поводу управляемости и предсказуемости собственного «Я». Это специфическое измерение, близкое по содержанию одному из аспектов локуса контроля, выделяемому рядом авторов и называемому «личный контроль» (Пантилеев, Столин, 1987). В целом же анализируемый фактор был обозначен как «саморуководство».

Шкала 4: отраженное самоотношение (11 пунктов).

Примеры пунктов:

- Думаю, что все мои знакомые относятся ко мне с симпатией (+).
- Вряд ли найдутся люди, которым я не по душе (+).
- Сомневаюсь, что вызываю симпатию у большинства окружающих (—).
- В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызывать у других острую неприязнь (—).
- Случайному человеку я, скорее всего, покажусь человеком приятным (+).

Как видно из примеров, содержание данного фактора отражает представление субъекта о том, что его личность, характер и деятельность способны вызывать у других уважение, симпатию, одобрение, понимание и т. и.---или противоположные им чувства. Важно подчеркнуть, что речь идет не о действительном отношении других людей, а о предвосхищаемом, отраженном отношении других людей, то есть о самоотношении самого субъекта. Однако корреляции с другими методиками показывает, что этот аспект самоотношения, по-видимому, связан с реальными отношениями, демонстрируемыми другими людьми. Так, вполне правдоподобно предположение, что эмоционально-открытый и приверженный групповым нормам субъект ($A+$, Q_2 — по 16 ЛФ), не склонный к асоциальному поведению и хорошо контактирующий с другими ($4-$, $O-$ по ММИЛ), действительно вызывает положительное отношение окружающих, что и отражается в его самоотношении. С этим согласуются и данные о внутреннем локусе контроля такого субъекта, что тоже является социально-одобряемым качеством. Ожидаемое отношение от других — один из важнейших аспектов самоотношения по мнению большинства авторов, проводящих исследования в этой области. Это вполне понятно, если учесть генетическую и функциональную взаимозависимость между отношением к себе и взаимоотношениями с другими индивидами. Содержание данного фактора мы обозначили как «отраженное самоотношение».

Шкала 5: самооценочность (14 пунктов).

Примеры пунктов:

- Именно богатство и глубина моего внутреннего мира и определяют мою ценность как личности (+).
- Мое собственное «Я» не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания (—).
- Иногда я сомневаюсь, можно ли любить меня по-настоящему (—).
- Мне кажется, что если бы таких людей, как я, было побольше, то жизнь бы изменилась в лучшую сторону (+).
- Мое внутреннее «Я» всегда мне интересно (+).

Положительный полюс фактора отражает ощущение ценности собственной личности и, одновременно, предполагает высокую ценность своего «Я» для других. Шкала отражает эмоциональную оценку себя, своего «Я» по внутренним интимным критериям духовности, богатства внутреннего мира, способности вызывать в других глубокие чувства.

Противоположный полюс шкалы говорит о сомнении в ценности собственной личности, недооценке своего духовного «Я», отстраненности и безразличии к своему «Я», потере интереса к своему внутреннему миру.

Полученный фактор хорошо соотносится с выделяемыми многими исследователями измерениями «Я как ценность». Шкала получила название «самоценность». Корреляции с другими опросниками не достигают приемлемого уровня значимости.

Шкала 6: самопринятие (12 пунктов).

Примеры пунктов:

- Можно сказать, что я себе нравлюсь.
- Мне кажется, что я все-таки не умею злиться на себя по-настоящему.
- Мое отношение к самому себе можно назвать дружеским.
- Во мне вполне мирно уживаются как мои достоинства, так и мои недостатки.
- Мой внутренний голос редко подсказывает мне то, с чем бы я в конце концов не согласился.

Судя по содержанию пунктов, в основе фактора лежит чувство симпатии к себе, согласия со своими внутренними побуждениями, принятия себя таким, какой ты есть, пусть даже с некоторыми недостатками. Фактор связан с одобрением своих планов и желаний, снисходительным, дружеским отношением к себе.

Данный фактор, так же, как и предыдущий, не имеет противоположного полюса — утверждений, связанных с негативным отношением к себе. Складывается впечатление, что его противоположным полюсом является фактор самообвинения (см. ниже). Тем не менее, в феноменологическом пространстве индивидов они оказываются разделенными. Отсюда следует, что понижение, например, симпатии, не обязательно должно вести к повышению самообвинения. Опираясь на этот феномен, В.В. Столин предположил существование своеобразного механизма «предохранительного клапана», защищающего симпатию, и заложенного уже в самом строении самоотношения (Столин, 1985). Обращает на себя внимание полное отсутствие корреляций данного фактора с различными личностными чертами и психологическими особенностями, измеряемыми опросниками ММИЛ и 16 ЛФ. Это говорит о том, что чувства и переживания, лежащие в основе данного фактора, не ассоциируются испытуемыми с их

личностными проявлениями. По-видимому, данное измерение самоотношения имеет свою специфическую природу. На первый взгляд несколько неожиданны отрицательные корреляции данного фактора с локусом контроля. Казалось бы, самопринятие— что, по нашему мнению, составляет основное содержание данного фактора,—должно быть связано с интернальностью, с приписыванием себе причин и ответственности за результаты собственной деятельности. Результаты же говорят об обратном. Возможно, объяснение этих результатов следует искать в феномене так называемой «защитной» экстернальности, связанной с тем, что экстерналы, в отличие от интерналов, в меньшей мере склонны вытеснять свои неудачи, так как они заранее принимают внешние, экстернальные факторы в качестве объяснения успеха и неудачи (Муздыбаев, 1983). Но если экстерналам проще принять свои неудачи, то им, по-видимому, должно быть проще принять в себе и те или иные негативные личностные черты, наличие которых также не связывается экстерналами с проявлениями собственного «Я». И действительно, такие данные были получены в ряде экспериментов (Phares, Richie, Davis, 1968). В целом же, как мы уже упоминали, содержание фактора хорошо согласуется с тем кругом эмоций и переживаний, который принято называть термином «самопринятие».

Шкала 7: самопривязанность (11 пунктов).

Примеры пунктов:

- Я бы хотел оставаться таким, какой я есть (+).
- Мой характер, каким бы он ни был, волне меня устраивает (+).
- Мне бы очень хотелось во многом себя переделать (—).
- Если не мелочиться, то в целом мне себя не в чем упрекнуть (+).
- Мне еще много не хватает, чтобы с уверенностью сказать себе: «Да, я вполне созрел как личность» (—).

В содержании данных пунктов в первую очередь обращает на себя внимание желание или нежелание изменяться по отношению к наличному состоянию. Данные утверждения, по-видимому, отражают некоторую ригидность Я-концепции, консервативную самодостаточность, отрицание возможности и желательности развития собственного «Я» (даже в лучшую сторону). Общий фон отношения к себе—положительный, полностью принимающий, даже с оттенком некоторого самодовольства. Даже переживания часто сопровождаются привязанностью к неадекватному образу «Я». В последнем случае, тенденция к сохранению такого образа—один из защитных механизмов самосознания. Противоположный полюс связан с сильным желанием изменений, неудовлетворенностью собой, тягой к соответствию с идеальным представлением о себе.

Данный фактор оказался не связан с личностными или психологическими чертами, измеряемыми другими опросниками. По своему психологическому содержанию он, по-видимому, близок к такому измерению Я-концепции, как «кристаллизация» — легкость или трудность изменения индивидом представления о себе (Rosenberg, 1979). Фактор был интерпретирован нами как фактор «самопривязанности».

Шкала 8: внутренняя конфликтность (15 пунктов).

Примеры пунктов:

- Порой мне кажется, что я какой-то странный.
- Я часто чувствую, что мало влияю на то, что со мной происходит.
- Порой мне бывает мучительно больно общаться с самим собой.
- У меня нередко возникает сомнение, а таков ли я на самом деле, каким себе представляюсь.
- Нередко мои споры с самим собой обрываются мыслью, что все равно выйдет не так, как я решил.
- Что-то мешает мне понять себя по-настоящему.

Хорошо видно, что содержание данных пунктов связано с наличием внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой. В них просматривается тенденция к чрезмерному самокопанию и рефлексии, протекающих на общем негативном эмоциональном фоне отношения к себе. Отрицание данных качеств может говорить о закрытости, поверхностном самодовольстве, отрицании проблем. По общему психологическому содержанию данный аспект самоотношения можно обозначить как чувство конфликтное™ собственного «Я». Судя по корреляциям с другими методиками, это чувство сопровождается тревожно-депрессивными состояниями, низкой самооценкой, фрустрированностью ведущих потребностей (О+ и Q4+ по 16 ЛФ), а также недовольством настоящей ситуацией, подчеркиванием трудностей, самоуглублением и наличием ригидных аффективных комплексов (F+, K-, 6+ по ММИЛ). Все это хорошо совпадает с нашей интерпретацией данной шкалы как отражающей чувство конфликтности и амбивалентности, направленное на себя. Характерно, что данные переживания связаны с внешним локусом контроля в области неудач (I_n — по УСК), то есть конфликтность и сопровождающие ее негативно эмоции обусловлены не приписыванием себе вины за неудачи, а, наоборот, связаны с трудностями локализации их истинного источника. Следует отметить, что этот фактор является наиболее мощным среди всех 9-ти факторов. Во многих исследованиях показано, что для результатов факторизации большинства шкал рейтинга и личностных опросников в первый и наиболее мощный из этих факторов, как правило, входят различные показатели психического неблагополучия - психосоматические жалобы, признания негативных переживаний и главное—выражение неполноценности или малой ценности испытуемых в значимых для них областях (Эткинд, 1983: Мельников, Ямпольский, 1985). Таков, по-видимому, и полученный нами фактор, но применительно к самоотношению. Нам не встречалось в литературе выделение шкал с таким содержанием в системе самооценок и самоаттитюдов. Однако, учитывая современные представления о самосознании как сложном процессе аутокоммуникации и о конфликтном смысле «Я», реализуемом во внутреннем диалоге, выделение данного аспекта в системе самоотношения представляется нам целесообразным.

Шкала 9: самообвинение (10 пунктов).

Примеры пунктов:

- Когда я пытаюсь оценить себя, я прежде всего вижу твои недостатки.

- Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то прежде всего к самому себе.
- Во мне есть немало такого, что вряд ли вызывает симпатию.
- Где-то в глубине души я считаю себя слабым.
- Мои мысли о себе по большей части, сводятся к обвинениям в собственный адрес.

Содержание данного фактора довольно просто интерпретировать. В него вошли пункты, связанные с интрапунитивностью, самообвинением, отрицательными эмоциями в адрес «Я». Индивид, соглашающийся с этими утверждениями, готов поставить себе в вину свои промахи и неудачи, собственные недостатки. В фактор не вошли утверждения, связанные с положительным отношением к себе. Это однополюсный фактор, имеющий самостоятельное значение в системе самоотношения. По-видимому, расщепление в сознании континуума положительное-отрицательное отношение к себе является довольно общим механизмом, связанным с защитными функциями самосознания. Аналогичные результаты были получены и в других исследованиях (Столин, 1985).

Судя по корреляции с другими методиками, установка на самообвинение сопровождается внутренней напряженностью (0,4 + по 16 ЛФ), самообнаженностью и открытостью к восприятию отрицательных эмоций (L—, F+, K— по ММИЛ), существованием устойчивых аффективных комплексов, сопровождаемых тревожностью и повышенным вниманием к внутренним переживаниям, в первую очередь, отрицательного характера (6 +, 7+, 8+ по ММИЛ). Отсутствие корреляций с локусом контроля свидетельствует о том, что данные переживания могут иметь место независимо от того, приписывает ли индивид собственные неудачи и промахи себе самому или некоторым неподвластным ему обстоятельствам. Исходя из содержания фактора, он получил название «самообвинение».

Связи между шкалами и вторичные факторы

Мы описали девять измерений-шкал, задающих сложную и дифференцированную картину описания самоотношения: «алфавит» этого описания составили некоторые интегративные комплексы переживаний и суждений, выражающих отношение личности к себе.

Хотя этот «алфавит» и получен путем эмпирического обобщения, входящие в него измерения оказались хорошо согласованы как с имплицитными, Обыденными представлениями о составе самоотношения, так и с аспектами самоотношения, выделяемыми в работах различных исследователей.

Мы уже отмечали, что полученные таким образом измерения вряд ли можно рассматривать как задающие психологическую структуру самоотношения любого субъекта. Это, скорее, своеобразный алфавит или код, отражающий общественно выработанные и общеупотребимые расчленения в структуре самоотношения некоторого обобщенного и абстрактного (группового) субъекта.

Для того чтобы от этого обобщенного языка выражения самоотношения перейти к его психологической структуре, необходим анализ тех личностных смыслов, которые воплощены в языке соответствующих переживаний, а эти смыслы, как известно, из значений или эмоций непосредственно не выводимы. Тем не менее, полученная структура не является чем-то абсолютно внеположенным по отношению к смысловой сфере самоотношения. Ведь «личностный смысл не есть нечто сугубо неповторимо-индивидуальное.

Социальное бытие, идеология общества могут формировать сходные личностные смыслы в отношении членов общества к социально значимым ценностям и формам общественной жизни, фиксировать их в социально-выработанных значениях, ритуалах» (Петренко, 1983, с. 155).

В этой связи представляют интерес внутренние связи и отношения, которые имеют место между выделенными нами измерениями. По данным специального исследования (N=468) факторы самоотношения, преобразованные в соответствующие шкалы, оказались не независимыми, а коррелированными между собой. Полученные корреляции позволяют лучше представить как содержание отдельных шкал, так и выделить некоторые, еще более обобщенные, измерения самоотношения. Ряд шкал оказываются более тесно взаимосвязанными, чем другие. По-видимому, можно выделить некоторые комплексы коррелированных шкал и попытаться проанализировать содержательные основания их объединения.

Для решения этой задачи матрица интеркорреляций шкал была факторизована методом главных компонент с последующим «варимакс-вращением». Число выделенных факторов определялось по критерию Кайзера (Харман, 1972; Левандовский, 1980). В результате факторизации было выделено три значимых фактора. Результаты приведены в таблице.

Матрица факторных нагрузок девяти шкал самоотношения по трем факторам (нагрузки менее 0,25 не приведены)

N	Шкала	Фактор I	Фактор II	Фактор III
1	Закрытость	0,651		-0,286
2	Самоуверенность	0,749		
3	Саморуководство	0,765		
4	Отраженное самоотношение	0,625		
5	Самоценность	0,270	0,654	
6	Самопринятие		0,824	
7	Самопривязанность		0,692	----
8	Внутренняя конфликтность	—0,376		0,804
9	Самообвинение		— 0,333	0,852
	УР	2,184	1,865	1,597

Первый фактор по содержанию определяется следующими шкалами: саморуководство, -самоуверенность, закрытость, отраженное самоотношение. Нетрудно заметить, что все эти шкалы выражают оценку собственного «Я»

индивида по отношению к социально-нормативным критериям: целеустремленности, воли, успешности, моральности, социального одобрения и т. п. По-видимому, это обобщенное измерение самоотношения близко по содержанию к тому аспекту глобальной самооценки, который в литературе принято обозначать как чувство компетентности, эффективности, инструментальное «Я». Аналогичное измерение было получено и в работах В. В. Столина, где соответствующее этому фактору содержание было обозначено термином «самоуважение». В качестве основной особенности данного аспекта самоотношения большинством исследователей подчеркивается его оценочный характер. Самоуважение предполагает процесс оценки себя по сравнению с некоторыми социально значимыми критериями, нормами, эталонами — представлениями о благополучном и эффективном индивиде, заложенными в идеальный образ «Я» субъекта. В этом отношении характерна тесная связь данного фактора со шкалой «закрытости», большую часть содержания которой составляет тенденция к соответствию субъекта социально-желательному образу. Вслед за В. В. Столиным данное обобщенное измерение самоотношения мы будем называть «самоуважением».

Второй обобщенный фактор составили такие шкалы, как: самопринятие, самопривязанность, самооценочность и, в меньшей степени, самообвинение (см. табл. 3). Используя терминологию В. В. Столина, мы назвали данный фактор «аутосимпатия».

В отличие от предыдущего фактора, тесно связанного с процессами самооценивания, данное измерение включает, в первую очередь, шкалы, выражающие те или иные чувства или переживания в адрес собственного «Я» индивида. В данном факторе фиксируется то содержание, которое ряд авторов называет самоотношением на основе эмоционального чувства привязанности и расположенности к себе (affection). Действительно, чувства привязанности, принятия, духовной ценности собственной личности не предполагают сравнения и сопоставления себя с некоторыми социально-заданными и индивидуально усвоенными нормами-эталонами. (Не шпоря уже о том, что таких норм-эталонов, применительно к данной сфере, по-видимому, просто не существует). В этой связи характерна положительная корреляция «аутосимпатии» с «внутренней честностью», с открытостью индивида для себя и для других. Если фактор «самоуважения» связан со стремлением к социально-желательному образу «Я», то аутосимпатия не предполагает этой связи. Даже наоборот, за счет положительного эмоционального отношения к себе индивид может относиться к себе более честно и открыто. В основе фактора лежит некоторое обобщенное чувство симпатии, которое может существовать наряду и даже вопреки той или иной обобщенной самооценке, выражающейся в переживании самоуважения. Об этом свидетельствует как то, что данный фактор аутосимпатии относительно независим от фактора самоуважения, так и то, что шкалы, нагруженные аутосимпатией, оказались не связаны ни с одной из личностных черт или психологических особенностей, фиксируемых опросниками 16ЛФ и ММИЛ. То есть, данные переживания не определяются характером индивида и не основываются на том или ином восприятии собственных личностных проявлений.

Третий обобщенный фактор, который мы назвали «самоуничижение», представлен всего двумя шкалами: «самообвинение» и «внутренняя конфликтность» (табл. 3). В один фактор их объединяет наличие негативного эмоционального тона самоотношения, содержащегося в каждой из этих шкал. Шкалы тесно связаны между собой, о чем говорит высокий коэффициент корреляции между ними ($K = 0,55$; см. табл. 2). Тем не менее, они обладают спецификой, не только связанной с содержанием входящих в них пунктов, но и по отношению к общему строению системы, задаваемой трехфакторной моделью. Так, «самообвинение» оказывается отрицательно нагруженным общим фактором «аутосимпатии», тогда как «внутренняя конфликтность» связана с недостатком «самоуважения». Таким образом, третий обобщенный фактор оказался представлен шкалами, которые по содержанию являются отрицательными полюсами первых двух обобщенных факторов, но по каким-то причинам отщепляются и образуют самостоятельный фактор негативного отношения к себе. Аналогичную ситуацию мы отмечали при рассмотрении более подробных измерений — шкал самоотношения, где оказалось, что шкалы «самопринятия» и «самообвинения» являются однополюсными, причем по содержанию как бы задающими противоположные полюса одного и того же конструкта.

Выделение негативного отношения к себе в самостоятельный фактор является достаточно точно установленным фактом. Результаты, практически совпадающие с нашими, получены В. В. Столиным, причем как для подробных аспектов самоотношения, так и для обобщенного измерения «за» или «против» себя (Столин, 1985). Сходная картина получается и при факторизации шкал глобальной самооценки (Общая психодиагностика, 1987).

Чем же объясняется то, что негативное и позитивное отношение к себе оказываются разделенными в феноменологическом пространстве индивидов? Анализируя эту проблему, В. В. Столин пришел к выводу, что факт расщепления самоотношения в первую очередь связан с необходимостью защиты «Я» от отрицательных эмоций и поддержания общего самоуважения на относительно постоянном уровне. Механизм такого самоподдержания был назван «защитным предохранительным клапаном». Действие этого защитного механизма, по В. В. Столину, направлено, в первую очередь, на «блокировку антипатии к себе», так, чтобы падение симпатии не приводило к нарастанию антипатии. «Так, отсутствие самопохвалы, снисходительности еще не обязательно означает присутствия самообвинения, самоприговора, самоиздевки. То, что это, однако, «не само собой разумеется», показывают случаи сбоя этого механизма» (Там же, с. 313). Таким образом, констатируются защитные возможности самоотношения, заложенные уже в самом его строении. Однако, эта констатация еще не снимает вопроса, что же делает возможным указанное строение самоотношения и каковы те механизмы, которые на этой основе реализуют его защитные функции. На одну из гипотез, связанную с этим вопросом, наталкивает анализ типов межличностной защиты самооценки, проведенной А. У. Харашем. В качестве одного из фундаментальных типов защит самооценки им выделяется так называемая «дискуссионная защита», которая связывается с процессами «псевдосамораскрытия» или «имитации индивидуальности». Этот тип защиты осуществляется «посредством псевдораскрытий типа покаяния или самобичевания, т. е. отрицательных самооценок, рассчитанных на возникновение положительных реакций сочувствия» (Хараш, 1987, с. 40). Субъект выступает в данном случае в страдательной позиции «объекта», с помощью которой он снимает с себя ответственность за свои дела и поступки, фактически перекладывая ее на других людей. Можно предположить, что выделение негативного самоотношения в особый класс переживаний как раз и происходит на основе такого типа защитных механизмов. Ведь «псевдосамораскрытие» не обязательно предполагает взаимодействие с

реальным партнером по общению. С равным успехом этот процесс может происходить и во «внутреннем» пространстве самого субъекта, в расчете на определенную реакцию (положительную оценку, согласие) «другого в себе» или некоего воображаемого собеседника. На этот момент, кстати, обращает внимание и сам А. У. Хараш (Там же, с. 41). Наши данные показывают (см. табл. 1), что «самообвинение» и «конфликтность» действительно связаны с выраженной открытостью субъекта, с нежеланием скрывать о себе негативную информацию. (Об этом говорят высокие отрицательные корреляции со шкалами L и K, и положительная—со шкалой F по ММИЛ). Однако, является ли негативное самоотношение и связанная с ним открытость, составляющие содержание рассматриваемого нами здесь фактора, «истинными» или «защитными», остается под вопросом. Некоторые аргументы в пользу защитного характера обособления фактора «самоуничтожения» можно получить из анализа связи данного фактора со шкалой «саморуководства». Можно предположить, что «истинное» самоуничтожение должно быть связано с внутренней субъективной позицией «Я», из которой исходит рассматриваемое негативное отношение. Шкала «саморуководства» как раз и связана с такой субъективной позицией. Однако эта шкала имеет нулевую нагрузку по фактору «самоуничтожения» (см. табл. 3). Более того, шкала «конфликтности», лежащая в основе рассматриваемого фактора, отрицательно коррелирует с внутренним локусом контроля в области неудач ($r = -0,26$, $p < 0,01$). То есть, «самоуничтожение» предполагает страдательную позицию «Я» как «объекта» и перекладывание ответственности за неудачи на других или внешние обстоятельства, что как раз и является определяющими моментами «псевдосамораскрытия» по А. У. Харашу. Таким образом, обособление «самоуничтожения» в автономную подструктуру самоотношения, по-видимому, действительно связано с защитными механизмами самоподдержания.

Схема строения самоотношения
(по результатам факторного анализа групповых данных)

Факторы-модальности	Самоуважение	Аутосимпатия	Самоуничтожение
Шкалы (аспекты)	саморуководство самоуверенность отраженное самоотношение социальная желательность «Я»	самопривязанность самоценность самопринятие	внутренняя конфликтность самообвинение

Основные психометрические характеристики опросника МИС

Надежность-устойчивость проверялись повторным тестированием на выборке 53 испытуемых с интервалом 10—14 дней. Коэффициент корреляции Спирмена для различных шкал имеет значения от 0,72 до 0,93, что говорит об удовлетворительной устойчивости.

Надежность-согласованность шкал обеспечивается процедурой отбора пунктов с высокими и устойчивыми нагрузками, по соответствующим факторам.

Достоверность результатов контролируется использованием шкалы 1 в качестве шкалы достоверности. Высокие оценки по данной шкале свидетельствуют о недостаточной рефлексии представлений и переживаний, связанных с Я-концепцией, а также о тенденции давать социально-желательные ответы. Результаты испытуемых, имеющих 9-10 стенов по данной шкале, следует считать недостоверными.

Конвергентная и дискриминантная валидность проверялась коррелированием шкал МИС с опросниками 16 ЛФ, ММИЛ и УСК (см. выше).

Применение опросника МИС возможно при решении широкого круга научных и практических задач. Опросник может оказаться особенно полезным в таких сферах практической психологии как психологическое консультирование, групповая и индивидуальная психокоррекция и психотерапия, которые, как известно, непосредственно связаны с воздействием на самоотношение клиента или пациента.

Проведение опроса и интерпретация результатов

Испытуемому предъявляется тестовый буклет, содержащий 110 пунктов и стандартный бланк ответов. Инструкция подразумевает две градации ответов: «согласен»—«не согласен», которые фиксируются испытуемым в соответствующих позициях бланка ответов.

Шкальные значения подсчитываются по 9-ти шкалам с помощью специального ключа-трафарета, накладываемого на бланк. Полученные таким образом сырые баллы по специальной таблице переводятся в стандартные оценки—«стены» (стандартизация проводилась на описанной выше выборке из 468 испытуемых).

Интерпретация проводится путем анализа профиля 9-ти показателей, которые совместно дают целую картину самоотношения испытуемого.

ИНСТРУКЦИЯ:

Внимательно прочитайте предложенные Вам утверждения и поставьте крестик в одну из двух клеточек на отдельном бланке рядом с номером каждого утверждения: в колонку "согласен", если Вы согласны с данным утверждением, или в колонку "не согласен", если Вы не согласны с данным утверждением.

1. Мои слова довольно редко расходятся с делом.
2. Случайному человеку я скорее всего покажусь человеком приятным.
3. К чужим проблемам я всегда отношусь с тем же пониманием, что и к своим.
4. У меня нередко возникает чувство, что-то, о чем я мысленно с собой разговариваю, мне неприятно.
5. Думаю, что все мои знакомые относятся ко мне с симпатией.
6. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни - это не противиться собственной судьбе.
7. У меня достаточно способностей и энергии воплотить в жизнь задуманное.
8. Если бы я раздвоился, то мне было бы довольно интересно общаться со своим двойником.
9. Я не способен причинить душевную боль самым любимым и родным мне людям.
10. Я считаю, что иногда не грех пожалеть самого себя.
11. Совершив какой-то промах, я часто не могу понять, как мне могло прийти в голову, что из задуманного могло получиться что-то хорошее.
12. Чаще всего я одобряю свои планы и поступки.
13. В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызвать у других острую неприязнь.
14. Когда я пытаюсь оценить себя, я прежде всего вижу свои недостатки.
15. У меня не получается быть для любимого человека интересным длительное время.
16. Можно сказать, что я ценю себя достаточно высоко.
17. Мой внутренний голос редко подсказывает мне то, с чем бы я в конце концов согласился.
18. Многие мои знакомые не принимают меня так уж всерьез.
19. Бывало, и не раз, что я сам остро ненавидел себя.
20. Мне очень мешает недостаток энергии, воли и целеустремленности.
21. В моей жизни возникали такие обстоятельства, когда я шел на сделку с собственной совестью.
22. Иногда я сам себя плохо понимаю.
23. Порой мне бывает мучительно больно общаться с самим собой.
24. Думаю, что без труда мог бы найти общий язык с любым разумным и знающим человеком.
25. Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то прежде всего к самому себе.
26. Иногда я сомневаюсь, можно ли любить меня по-настоящему.
27. Нередко мои споры с самим собой обрываются мыслью, что все равно выйдет не так, как я решил.
28. Мое отношение к самому себе можно назвать дружеским.
29. Вряд ли найдутся люди, которым я не по душе.
30. Часто я не без издевки подшучиваю над собой.
31. Если бы мое второе "Я" существовало, то для меня это был бы довольно скучный партнер по общению.
32. Мне представляется, что я достаточно сложился как личность, и поэтому не трачу много сил на то, чтобы в чем-то стать другим.
33. В целом меня устраивает то, какой я есть.
34. К сожалению, слишком многие не разделяют моих взглядов на жизнь.
35. Я вполне могу сказать, что уважаю сам себя.
36. Я думаю, что имею умного и надежного советчика в себе самом.
37. Сам у себя я довольно часто вызываю чувство раздражения.
38. Я часто, но довольно безуспешно, пытаюсь в себе что-то изменить.
39. Я думаю, что моя личность гораздо интереснее и богаче, чем это может показаться на первый взгляд.
40. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.
41. Я редко остаюсь непонятым в самом важном для меня.
42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.
43. То, что со мной случается, - это дело моих собственных рук.
44. Если я спорю с собой, то всегда уверен, что найду единственно правильное решение.
45. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю "и поделом тебе".
46. Я не считаю, что достаточно духовно интересен для того, чтобы быть притягательным для многих людей.
47. У меня нередко возникают сомнения, а такой ли я на самом деле, каким себе представляюсь.
48. Я не способен на измену даже в мыслях.
49. Чаще всего я думаю о себе с дружеской иронией.
50. Мне кажется, что мало кто может подумать обо мне плохо.
51. Уверен, что на меня положиться можно в самых ответственных делах.
52. Я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу.
53. Я никогда не выдаю понравившиеся мне чужие мысли за свои.
54. Каким бы я ни казался окружающим, я-то знаю, что в глубине души я лучше, чем большинство других.
55. Я хотел бы оставаться таким, какой я есть.
56. Я всегда рад критике в свой адрес, если она обоснована и справедлива.

57. Мне кажется, что если бы таких людей, как я было больше, то жизнь изменилась бы в лучшую сторону.
58. Мое мнение имеет достаточный вес в глазах окружающих.
59. Что-то мешает мне понять себя по-настоящему.
60. Во мне есть немало такого, что вряд ли вызывает симпатию.
61. В сложных обстоятельствах я обычно не жду, пока проблемы разрешатся сами собой.
62. Иногда я пытаюсь выдать себя не за того, кто я есть.
63. Быть снисходительным к собственным слабостям вполне естественно.
64. Я убедился, что глубокое проникновение в себя - малоприятное и довольно рискованное занятие.
65. Я никогда не раздражаюсь и не злюсь без особых на то причин.
66. У меня бывали такие моменты, когда я понимал, что меня есть за что презирать.
67. Я часто чувствую, что мало влияю на то, что со мной происходит.
68. Именно богатство и глубина моего внутреннего мира и определяют мою ценность как личности.
69. Долгие споры с собой чаще всего оставляют горький осадок в моей душе, чем приносят облегчение.
70. Думаю, что общение со мной доставляет людям искреннее удовольствие.
71. Если говорить откровенно, иногда я бываю очень неприятен.
72. Можно сказать, что я себе нравлюсь.
73. Я – человек надежный.
74. Осуществление моих желаний мало зависит от везения.
75. Мое внутреннее "Я" всегда мне интересно.
76. Мне очень просто убедить себя не расстраиваться по пустякам.
77. Близким людям свойственно меня недооценивать.
78. У меня в жизни нередко бывают минуты, когда я сам себе противен.
79. Мне кажется, что я все-таки не умею злиться на себя по-настоящему.
80. Я убедился, что в серьезных делах на меня лучше не рассчитывать.
81. Порой мне кажется, что я какой-то странный.
82. Я не склонен пасовать перед трудностями.
83. Мое собственное "Я" не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.
84. Мне кажется, что глубоко обдумывая свои внутренние проблемы, я научился гораздо лучше себя понимать.
85. Сомневаюсь, что вызываю симпатию у большинства окружающих.
86. Мне случалось совершать такие поступки, которым вряд ли можно найти оправдание. • 87. Где-то в глубине души я считаю себя слабаком.
88. Если я искренне и обвиняю себя в чем-то, то, как правило, обличительного запала хватает ненадолго.
89. Мой характер, каким бы он ни был, вполне меня устраивает.
90. Я вполне ясно представляю себе, что ждет меня впереди.
91. Иногда мне бывает довольно трудно найти общий язык со своим внутренним "Я".
92. Мои мысли о себе по большей части сводятся к обвинениям в собственный адрес.
93. Я не хотел бы сильно меняться даже в лучшую сторону, потому что каждое изменение - это потеря какой-то дорогой частицы самого себя.
94. В результате моих действий слишком часто получается совсем не то, на что я рассчитывал.
95. Вряд ли во мне есть что-то, чего бы я не знал.
96. Мне еще многого не хватает, чтобы с уверенностью сказать себе: "Да, я вполне созрел как личность".
97. Во мне вполне мирно уживаются как мои достоинства, так и мои недостатки.
98. Иногда я оказываю "бескорыстную" помощь людям только для того, чтобы лучше выглядеть в собственных глазах.
99. Мне слишком часто и безуспешно приходится оправдываться перед самим собой.
100. Те, кто меня не любит, просто не знают, какой я человек.
101. Убедить себя в чем-то не составляет для меня большого труда.
102. Я не испытываю недостатка в близких и понимающих меня людях.
103. Мне кажется, что мало кто уважает меня по-настоящему.
104. Если не мелочиться, то в целом мне себя не в чем упрекнуть.
105. Я сам создал себя таким, каков я есть.
106. Мнение других обо мне вполне совпадает с моим собственным.
107. Мне бы очень хотелось во многом себя переделать.
108. Ко мне относятся так, как я того заслуживаю.
109. Думаю, что моя судьба все равно сложится не так, как бы мне хотелось теперь.
110. Уверен, что в жизни я на своем месте.

Шифр:			МИС	Дата:			Возраст:			Пол:							
Ф.И.О.:				Образование:													
В Н			В Н			В Н			В Н			В Н					
1			21			41			61			81			101		
2			22			42			62			82			102		
3			23			43			63			83			103		
4			24			44			64			84			104		
5			25			45			65			85			105		
В Н			В Н			В Н			В Н			В Н					
6			26			46			66			86			106		
7			27			47			67			87			107		
8			28			48			68			88			108		
9			29			49			69			89			109		
10			30			50			70			90			110		
В Н			В Н			В Н			В Н								
11			31			51			71			91			№ Шк	Балл	Стен
12			32			52			72			92			I		
13			33			53			73			93			II		
14			34			54			74			94			III		
15			35			55			75			95			IV		
В Н			В Н			В Н			В Н								
16			36			56			76			96			V		
17			37			57			77			97			VI		
18			38			58			78			98			VII		
19			39			59			79			99			VIII		
20			40			60			80			100			IX		

Обработка результатов и интерпретация

При обработке используется специальный «ключ», с помощью которого получают так называемые "сырые" баллы. Совпадение ответа обследуемого с «ключом» оценивается в 1 балл. Сначала подсчитываются совпадения ответов по признаку «согласен», затем – по признаку «не согласен». Полученные результаты суммируются. Затем сумма «сырых» баллов по каждой из шкал с помощью специальной таблицы переводится в стены. Стены служат основанием для интерпретации.

Ключ

Шкала	Согласен	Не согласен
1. Замкнутость	1,3,9,48,53,56,65	21,62,86,98
2. Самоуверенность	7,24,30,35,36,51,52,58,61,73,82	20,80,103
3. Саморуководство	43,44,45,74,76,84,90,105,106,108,110	109
4. Отраженное самоотношение	2,5,29,41,42,50,102	13,18,34,85
5. Самоценность	8,16,39,54,57,68,70,75,100	15,26,31,46,83
6. Самопринятие	10,12,17,28,40,49,63,72,77,79,88,97	-
7. Самопривязанность	6,32,33,55,89,93,95,101,104	96,107
8. Внутренняя конфликтность	4,11,22,23,27,38,47,59,64,67,69,81,91,94,99	-
9. Самообвинение	14,19,25,37,60,66,71,78,87,92	-

Таблица перевода "сырых" баллов в стены

Шкала	Стен									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Закрытость	0	0	1	2-3	4-5	6-7	8	9	10	11
2. Самоуверенность	0-1	2	3-4	5-6	7-8	9	10-11	12	13	14
3. Саморуководство	0-1	2	3	4-5	6	7	8	9-10	11	12
4. Отраженное самоотношение	0	1	2	3-4	5	6-7	8	9	10	11
5. Самоценность	0-1	2	3	4-5	6-7	8	9-10	11	12	13-14
6. Самопринятие	0-1	2	3-4	5	6-7	8	9	10	11	12
7. Самопривязанность	0	1	2	3	4-5	6	7-8	9	10	11
8. Внутренняя конфликтность	0	1	2	3-4	5-7	8-10	11-12	13	14	15
9. Самообвинение	0	1	2	3-4	5	6-7	8	9	10	10

Для перевода «сырого» балла в стандартное значение (стен) необходимо найти в первом столбце нужную шкалу и двигаться по строке до пересечения со столбцом, в котором находится индивидуальный "сырой" балл или интервал индивидуальных «сырых» баллов. В верхней строке найденного столбца указан соответствующий стен. Например, если «сырой» балл по шкале «Самопринятие» равен 7, то в строке 6 находим интервал 6 - 7. В верхней строке данного столбца указано значение стена - 5.

Самоотношение рассматривается как представление личности о смысле собственного «Я». Самоотношение в значительной мере определяется переживанием собственной ценности,

выражающимся в достаточно широком диапазоне чувств: от самоуважения до самоуничижения.

Интерпретация показателей осуществляется в зависимости от их выраженности. При этом значения 1-3 стена условно считаются низкими, 4-7 - средними, 8-19 - высокими. Ниже приводится краткая интерпретация каждой из шкал.

1. **Шкала "Закрытость"** определяет преобладание одной из двух тенденций: либо конформности, выраженной мотивации социального одобрения, либо критичности, глубоко осознания себя, внутренней честности и открытости.

Высокие значения (8-10 стенов) отражают выраженное защитное поведение личности, желание соответствовать общепринятым нормам поведения и взаимоотношений с окружающими людьми. Человек склонен избегать открытых отношений с самим собой; причиной может быть или недостаточность навыков рефлексии, поверхностное видение себя, или осознанное нежелание раскрывать себя, признавать существование личных проблем.

Средние значения (4-7 стенов) означают избирательное отношение человека к себе; преодоление некоторых психологических защит при актуализации других, особенно в критических ситуациях.

Низкие значения (1-3 стена) указывают на внутреннюю честность, на открытость отношений человека с самим собой, на достаточно развитую рефлексия и глубокое понимание себя. Человек критичен по отношению к себе. Во взаимоотношениях с людьми доминирует ориентация на собственное видение ситуации, происходящего.

2. **Шкала "Самоуверенность"** выявляет самоуважение, отношение к себе как к уверенному, самостоятельному, волевому и надежному человеку, который знает, что ему есть за что себя уважать.

Высокие значения (8-10 стенов) характеризуют выраженную самоуверенность, ощущение силы собственного "Я", высокую смелость в общении. Доминирует мотив успеха. Человек уважает себя, доволен собой, своими начинаниями и достижениями, ощущает свою компетентность и способность решать многие жизненные вопросы. Препятствия на пути к достижению цели воспринимаются как преодолимые. Проблемы затрагивают неглубоко, переживаются недолго.

Средние значения (4-7 стенов) свойственны тем, кто в привычных для себя ситуациях сохраняет работоспособность, уверенность в себе, ориентацию на успех начинаний. При неожиданном появлении трудностей уверенность в себе снижается, нарастают тревога, беспокойство.

Низкие значения (1-3 стена) отражают неуважение к себе, связанное с неуверенностью в своих возможностях, с сомнением в своих способностях. Человек не доверяет своим решениям, часто сомневается в способности преодолевать трудности и препятствия, достигать намеченные цели. Возможны избегание контактов с людьми, глубокое погружение в собственные проблемы, внутренняя напряженность.

3. **Шкала "Саморуководство"** отражает представление личности об основном источнике собственной активности, результатов и достижений, об источнике развития собственной личности, подчеркивает доминирование либо собственного "Я", либо внешних обстоятельств.

Высокие значения (8-10 стенов) характерны для тех, кто основным источником развития своей личности, регулятором достижений и успехов считает себя. Человек переживает собственное "Я" как внутренний стержень, который координирует и направляет всю активность, организует поведение и отношения с людьми, что делает его способным прогнозировать свои действия и последствия возникающих контактов с окружающими. Он ощущает себя способным оказывать сопротивление внешним влияниям, противиться судьбе и стихии событий. Человеку свойствен контроль над эмоциональными реакциями и переживаниями по поводу себя.

Средние значения (4-7 стенов) раскрывают особенности отношения к своему "Я" в зависимости от степени адаптированности в ситуации. В привычных для себя условиях существования, в которых все возможные изменения знакомы и хорошо прогнозируемы, человек может проявлять выраженную способность к личному контролю. В новых для себя ситуациях регуляторные возможности "Я" ослабевают, усиливается склонность к подчинению средовым воздействиям.

Низкие значения (1-3 стена) описывают веру субъекта в подвластность своего "Я" внешним обстоятельствам и событиям. Механизмы саморегуляции ослаблены. Волевой контроль недостаточен для преодоления внешних и внутренних препятствий на пути к достижению цели. Основным источником происходящего с человеком признаются внешние обстоятельства. Причины, заключающиеся в себе, или отрицаются, или, что встречается довольно часто, вытесняются в подсознание. Переживания относительно собственного "Я" сопровождаются внутренним напряжением.

4. **Шкала "Отраженное самоотношение"** характеризует представление субъекта о способности вызвать у других людей уважение, симпатию. При интерпретации необходимо учитывать, что шкала не отражает истинного содержания взаимодействия между людьми, это лишь субъективное восприятие сложившихся отношений.

Высокие значения (8-10 стенов) соответствуют человеку, который воспринимает себя принятым окружающими людьми. Он чувствует, что его любят другие, ценят за личностные и духовные качества, за совершаемые поступки и действия, за приверженность групповым нормам и правилам. Он ощущает в себе общительность, эмоциональную открытость для взаимодействия с окружающими, легкость установления деловых и личных контактов.

Средние значения (4-7 стенов) означают избирательное восприятие человеком отношения окружающих к себе. С его точки зрения, положительное отношение окружающих распространяется лишь на определенные качества, на определенные поступки; другие личностные проявления способны вызывать у них раздражение и неприятие.

Низкие значения (1-3 стена) указывают на то, что человек относится к себе как к неспособному вызвать уважение у окружающих, как к вызывающему у других людей осуждение и порицание. Одобрение, поддержка от других не ожидаются.

5. **Шкала "Самоценность"** передает ощущение ценности собственной личности и предполагаемую ценность собственного "Я" для других.

Высокие значения (8-10 стенов) принадлежат человеку, высоко оценивающему свой духовный потенциал, богатство своего внутреннего мира, человек склонен воспринимать себя как индивидуальность и высоко ценить собственную неповторимость. Уверенность в себе помогает противостоять средовым воздействиям, рационально воспринимать критику в свой адрес.

Средние значения (4-7 стенов) отражают избирательное отношение к себе. Человек склонен высоко оценивать ряд своих качеств, признавать их уникальность. Другие же качества явно недооцениваются, поэтому замечания окружающих могут вызвать ощущение малоценности, личной несостоятельности.

Низкие значения (1-3 стена) говорят о глубоких сомнениях человека в уникальности своей личности, недооценке своего духовного "Я". Неуверенность в себе ослабляет сопротивление средовым влияниям. Повышенная чувствительность к замечаниям и критике окружающих в свой адрес делает человека обидчивым и ранимым, склонным не доверять своей индивидуальности.

6. **Шкала "Самопринятие"** позволяет судить о выраженности чувства симпатии к себе, согласия со своими внутренними побуждениями, принятия себя таким, какой есть, несмотря на недостатки и слабости.

Высокие значения (8-10 стенов) характеризуют склонность воспринимать все стороны своего "Я", принимать себя во всей полноте поведенческих проявлений. Общий фон восприятия себя положительный. Человек часто ощущает симпатию к себе, ко всем качествам своей личности. Свои недостатки считает продолжением достоинств. Неудачи, конфликтные ситуации не дают основания для того, чтобы считать, себя плохим человеком.

Средние значения (4-7 стенов) отражают избирательность отношения к себе. Человек склонен принимать не все свои достоинства и критиковать не все свои недостатки.

Низкие значения (1-3 стена) указывают на общий негативный фон восприятия себя, на склонность воспринимать себя излишне критично. Симпатия к себе недостаточно выражена, проявляется эпизодически. Негативная оценка себя существует в разных формах: от описания себя в комическом свете до самоуничтожения.

7. **Шкала "Самопривязанность"** выявляет степень желания изменяться по отношению к наличному состоянию.

Высокие значения (8-10 стенов) отражают высокую ригидность "Я"-концепции, стремление сохранить в неизменном виде свои качества, требования к себе, а главное - видение и оценку себя. Ощущение самодостаточности и достижения идеала мешает реализации возможности саморазвития и самосовершенствования. Помехой для самораскрытия может быть также высокий уровень личностной тревожности, предрасположенность воспринимать окружающий мир как угрожающий самооценке.

Средние значения (4-7 стенов) указывают на избирательность отношения к своим личностным свойствам, на стремление к изменению лишь некоторых своих качеств при сохранении прочих других.

Низкие значения (1-3 стена) фиксируют высокую готовность к изменению "Я"-концепции, открытость новому опыту познания себя, поиски соответствия реального и идеального "Я". Желание развивать и совершенствовать собственное "Я" ярко выражено, источником чего может быть, неудовлетворенность собой. Легкость изменения представлений о себе.

8. **Шкала "Внутренняя конфликтность"** определяет наличие внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой, выраженность тенденций к самокопанию и рефлексии.

Высокие значения (8-10 стенов) соответствуют человеку, у которого преобладает негативный фон отношения к себе. Он находится в состоянии постоянного контроля над своим "Я", стремится к глубокой оценке всего, что происходит в его внутреннем мире. Развитая рефлексия переходит в самокопание, приводящее к нахождению осуждаемых в себе качеств и свойств. Отличается высокими требованиями к себе, что нередко приводит к конфликту между "Я" реальным и "Я" идеальным, между уровнем притязаний и фактическими достижениями, к признанию своей малоценности. Истинным источником своих достижений и неудач считает преимущество себя.

Средние значения (4-7 стенов) характерны для человека, у которого отношение к себе, установка видеть себя зависит от степени адаптированности в ситуации. В привычных для себя условиях, особенности которых хорошо знакомы и прогнозируемы, наблюдаются положительный фон отношения к себе, признание своих достоинств и высокая оценка своих достижений. Неожиданные трудности, возникающие дополнительные препятствия могут способствовать усилению недооценки собственных успехов.

Низкие значения (1-3 стена) наиболее часто встречаются у тех, кто в целом положительно относится к себе, ощущает баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями, доволен сложившейся жизненной ситуацией и собой. При этом возможны отрицание своих проблем и поверхностное восприятие себя.

9. **Шкала "Самообвинение"** характеризует выраженность отрицательных эмоций в адрес своего "Я".

Высокие значения (8-10 стенов) можно наблюдать у тех, кто видит в себе прежде всего недостатки, кто готов поставить себе в вину все свои промахи и неудачи. Проблемные ситуации, конфликты в сфере общения актуализируют сложившиеся психологические защиты, среди которых доминируют реакции защиты собственного "Я" в виде порицания, осуждения себя или привлечения смягчающих обстоятельств. Установка на самообвинение сопровождается развитием внутреннего напряжения, ощущением невозможности удовлетворения основных потребностей.

Средние значения (4-7 стенов) указывают на избирательное отношение к себе. Обвинение себя за те или иные поступки и действия сочетается с выражением гнева, досады в адрес окружающих.

Низкие значения (1-3 стена) обнаруживают тенденцию к отрицанию собственной вины в конфликтных ситуациях. Защита собственного "Я" осуществляется путем обвинения преимущественно других, перенесением ответственности на окружающих за устранение барьеров на пути к достижению цели. Ощущение удовлетворенности собой сочетания с порицанием других, поисками в них источников всех неприятностей и бед.