# Личностный дифференциал

Методика личностного дифференциала (ЛД) разработана на базе современного русского языка и отражает сформировавшиеся в нашей культуре представления о структуре личности. Методика ЛД адаптирована сотрудниками психоневрологического института им. В. М. Бехтерева. Целью ее разработки являлось создание компактного и валидного инструмента изучения определенных свойств личности, ее самосознания, межличностных отношений, который мог бы быть применен в клинико-психологической и психодиагностической работе, а также в социально-психологической практике.

Процедура отбора шкал ЛД.

ЛД сформирован путем репрезентативной выборки слов современного русского языка, описывающих черты личности, с последующим изучением внутренней факторной структуры своеобразной «модели личности», существующей в культуре и развивающейся у каждого человека в результате усвоения социального и языкового опыта.

Из толкового словаря русского языка Ожегова были отобраны 120 слов, обозначающих черты личности. Из этого исходного набора отобраны черты, в наибольшей степени характеризующие полюса 3-х классических факторов семантического дифференциала:

1.      Оценки

2.      Силы

3.      Активности.

Случайным образом исходный набор черт был разбит на 6 списков по 20 черт. Применялись три параллельных метода классификации черт внутри каждого из этих списков.

**1.**      Оценка испытуемыми (по 100-балльной шкале) вероятности того, что человек, обладающий свойствами личности *А,* обладает и свойствами личности *В.* В результате усреднения вероятностей индивидуальных оценок получены обобщенные показатели представлений о сопряженности черт личности, составляющих так называемую имплицитную структуру личности, свойственную для всей выборки в целом.

**2.**      Корреляции между самооценками по чертам личности. Испытуемые заполняли б бланков самооценок, каждый из которых был составлен из 20 черт личности и требовал оценить их наличие у испытуемого по 5-балльной шкале.

**3.**      120 черт личности оценивались по 3 шкалам (7-балльным), представляющим факторы семантического дифференциала, оценки усреднялись.

В ЛД отобрана 21 личностная черта. В нескольких случаях исходный список не содержал одного из членов требуемой антонимичной пары и был дополнен. Шкалы ЛД заполнялись испытуемыми с инструкцией оценить самих себя по отобранным чертам личности.

# БЛАНК ЛД

Фамилия И.О. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ пол\_\_\_\_\_ возраст \_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| О | + | Обаятельный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Непривлекательный |
| С | - | Слабый | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Сильный |
| А | + | Разговорчивый | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Молчаливый |
| О | - | Безответственный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Добросовестный |
| С | + | Упрямый | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Уступчивый |
| А | - | Замкнутый | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Открытый |
| О | + | Добрый | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Эгоистичный |
| С | - | Зависимый | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Независимый |
| А | + | Деятельный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Пассивный |
| О | - | Черствый | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Отзывчивый |
| С | + | Решительный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Нерешительный |
| А | - | Вялый | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Энергичный |
| О | + | Справедливый | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Несправедливый |
| С | - | Расслабленный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Напряженный |
| А | + | Суетливый | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Спокойный |
| О | - | Враждебный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Дружелюбный |
| С | + | Уверенный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Неуверенный |
| А | - | Нелюдимый | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Общительный |
| О | + | Честный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Неискренний |
| С | - | Несамостоятельный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Самостоятельный |
| А | + | Раздражительный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Невозмутимый |

**Инструкция.**

Внимательно ознакомьтесь с предложенным на бланке списком различных состояний и черт характера. Отметьте кружочком степень выраженности каждого у Вас лично где «0» - нечто среднее, «1» - минимальная выраженность «3» - максимальная выраженность того или иного качества. Старайтесь как можно меньше выбирать нулевое значение (не больше трех раз)

Интерпретация факторов ЛД

При применении ЛД для исследования самооценок значения фактора *Оценки* (О) результаты свидетельствуют об уровне самоуважения. Высокие значения этого фактора говорят о том, что испытуемый принимает себя как личность, склонен осознавать себя как носителя позитивных, социально желательных характеристик, в определенном смысле удовлетворен собой.

Низкие значения фактора О указывают на критическое отношение человека к самому себе, его неудовлетворенность собственным поведением, уровнем достижений, особенностями личности, на недостаточный уровень принятия самого себя. Особо низкие значения этого фактора в самооценках свидетельствуют о возможных невротических или иных проблемах, связанных с ощущением малой ценности своей личности.

При использовании ЛД для измерения взаимных оценок фактор О интерпретируется как свидетельство уровня привлекательности, симпатии, которым обладает один человек в восприятии другого. При этом

положительные (+) значения этого фактора соответствует предпочтению, оказываемому объекту оценки, отрицательные (-) – его отвержению.

Фактор *Силы* (С) в самооценках свидетельствует о развитии волевых сторон личности, как они осознаются самим испытуемым. Его высокие значения говорят об уверенности в себе, независимости, склонности рассчитывать на собственные силы в трудных ситуациях. Низкие значения свидетельствуют о недостаточном самоконтроле, неспособности держаться принятой линии поведения, зависимости от внешних обстоятельств и оценок. Особо низкие оценки свидетельствуют и указывают на астенизацию и тревожность. Во взаимных оценках фактор (С) выявляет отношения доминирования-подчинения, как они воспринимаются субъектом оценки.

Фактор *Активности* (А) в самооценках интерпретируется как свидетельство экстравертированности личности. Положительные (+) значения указывают на высокую активность, общительность, импульсивность; отрицательные (-) – на интровертированность, определенную пассивность, спокойные эмоциональные реакции. Во взаимных оценках отражается восприятие людьми личностных особенностей друг друга.

При интерпретации данных, полученных с помощью ЛД, всегда следует помнить о том, что в них отражаются субъективные, эмоционально-смысловые представления человека о самом себе и других людях, его отношения, которые могут лишь частично соответствовать реальному положению дел, но часто сами по себе имеют первостепенное значение.

Использование метода ЛД

ЛД может использоваться во всех тех случаях, когда необходимо получить информацию о субъективных аспектах отношений испытуемого к себе или к другим людям. В этом отношении ЛД сопоставим с двумя категориями психодиагностических методов – с личностными опросниками и социометрическими шкалами. От личностных опросников он отличается краткостью и прямотой, направленностью на данные самосознания. Некоторые традиционные, получаемые с помощью опросников характеристики личности, могут быть получены и с помощью ЛД. Уровень *самоуважения, доминантности - тревожности и экстраверсии - интроверсии* является достаточно важным показателем в таких клинических задачах, как диагностика неврозов, пограничных состояний, дифференциальная диагностика, исследование динамики состояния в процессе реабилитации, контроль эффективности психотерапии и т. д. Краткость метода позволяет использовать его не только самостоятельно, но и в комплексе с иными диагностическими процедурами.

От социометрических методов ЛД отличается многомерностью характеристик отношений и большей их обобщенностью. Как метод получения взаимных оценок ЛД можно рекомендовать к применению в двух областях: в групповой и семейной психотерапии.

В групповой психотерапии ЛД может быть использован для исследования таких сторон личности и группового процесса в целом, как повышение уровня принятия членами группы друг друга, сближение реальных и ожидаемых оценок, уменьшение зависимости от психотерапевта и т. д.

В семейной психотерапии может оказаться полезной та возможность сопоставления разных точек зрения на членов семьи (например, ребенка), между собой, которую представляет ЛД, а также возможность дифференцированной оценки эмоциональной привлекательности, статуса *доминирования-подчинения* и уровня *активности* членов семьи (например, супругов). Полезным может оказаться варьирование предметов оценки (например, «каким должен быть отец», «идеальная жена», «моя жена думает, что я...») с последующим вычислением расстояния между идеальным и реальным, ожидаемым и реальным и т. д. ЛД может помочь в определении действительной природы недовольства супружескими взаимоотношениями (недостаточная эмоциональная привлекательность, избегание ответственности и т. д.), уяснить роль ребенка в семейном конфликте.