



**Каждый человек** – это личность, которая отличается от остальных индивидуумов системой жизненных ценностей, принципов, моральных устоев, взглядами на жизнь и приоритетами. Человек является личностью только тогда, когда он обитает в социуме, общается, встречается, знакомится и развивается вместе с другими людьми, которые его окружают. Взаимосвязь человека с другими личностями и умение читать людей по невербальным признакам, устанавливать контакт с ними (какие-то чувства, эмоции, вызывать интерес и т.д.) называется межличностными отношениями. Другими словами, межличностные отношения – это взаимосвязь одного человека с другим, или с целой группой людей.

Жизнь каждого человека многогранна, из-за чего и взаимоотношения в социуме бывают разные. В зависимости от ситуации и других многочисленных факторов межличностные связи классифицируют по нескольким признакам и разделяют их на такие типы межличностных отношений:

формальные и неформальные;

личные и деловые (профессиональные);

эмоциональные и рациональные (практичные);

паритетные и субординационные.

Перед тем как подробно изучить каждый тип отношений, мы хотим порекомендовать современные техники достижения психологии в построении взаимоотношений в различных сферах. Овладев этими психологическими техниками вы сможете легко взаимодействовать с людьми и выстраивать взаимоотношения.

## **Деловые отношения**

Под *деловыми* (профессиональными) контактами понимают те, которые складываются на почве совместной деятельности и профессиональных интересов. Например, люди вместе работают и общий интерес у них – их работа. Ученики учатся в одном классе – общее у них школьная программа, одноклассники, учителя и школа в целом. Такие взаимосвязи складываются независимо от личных

межличностных контактов, то есть можно даже никак не контактировать с человеком (не общаться и не испытывать никаких чувств по отношению к нему), но при этом наличие деловых связей не исключается, поскольку эти люди продолжают вместе учиться или работать. Особенно ценится умение поддерживать отношения в стрессовых ситуациях, когда общаться приходится с неадекватными людьми, ведь никто из нас не застрахован от этого.

### **Рациональные отношения**

*Рациональные* взаимоотношения выстраиваются тогда, когда одна из сторон, или обе стороны имеют цель извлечь определенную пользу из этих отношений. Основой рациональных связей является здравый смысл, расчет.

### **Эмоциональные отношения**

*Эмоциональные* контакты складываются в компании или группе людей на почве эмоций и чувств, которые возникают у них друг к другу. Только в редких исключительных случаях в таких взаимосвязях присутствует объективная оценка личностных качеств, поэтому эмоциональные и рациональные взаимоотношения индивидуумов часто не совпадают. Можно испытывать неприязнь к человеку, но при этом «дружить» с ним ради определенной выгоды.

### **Паритетные и субординационные взаимоотношения**

Контакты двух или группы людей, которые выстраиваются по принципу равноправия, называются *паритетными*. Полной противоположностью таковых являются *субординационные* связи. Под ними понимают такие, в которых одна сторона имеет более высокое положение, социальный статус, должность, а также больше возможностей, прав и полномочий по отношению к другой стороне. Данный тип взаимосвязей складывается между начальником и подчиненными, между учителем и учениками, родителями и детьми и т.д. В то же время межличностные контакты внутри коллектива (между работниками, учениками, братьями и сестрами) относятся к паритетному типу.

### **Формальные и неформальные взаимоотношения**

а 09ъ

Все взаимоотношения можно разделить на два типа межличностных отношений: формальные и неформальные. *Формальные (официальные)* связи складываются на правовой основе и регламентируются законодательством, а также всевозможными

уставами, порядками, инструкциями, указами и т.д. Такие взаимосвязи строятся независимо от личных чувств и эмоций. Как правило, такие отношения оформляются договором или соглашением в установленном законодательством письменном виде. Формальные взаимоотношения могут быть паритетными (между членами коллектива) и субординационными (между начальством и подчиненными), деловыми и рациональными.

*Неформальные (неофициальные)* межличностные отношения складываются без всяких законодательных ограничений и на основе личных интересов и предпочтений. Они могут быть как рациональными, так и эмоциональными, а также паритетными, субординационными, личными и даже деловыми. По сути официальные и неформальные межличностные контакты это практически то самое, что и личные и деловые взаимоотношения. Но здесь проходит тонкая грань, которую в большинстве случаев сложно определить, поскольку один тип связей накладывается на другой, третий и так дальше. Например, взаимоотношения между начальником и подчиненным. Между ними могут в одночасье быть такие виды контактов:

- деловые (работодатель и работник);
- формальные (работник обязан выполнять свои должностные обязанности, а работодатель оплачивать ему его труд, что регламентировано договором о приеме на работу);
- субординационные (работник находится в подчинении своего работодателя и обязан выполнять его указания);
- личные (приятель, дружба, симпатия);
- паритетные (работодатель может быть родственником или близким другом своего работника);
- рациональные (работник вступает в эту взаимосвязь ради собственной выгоды – заработной платы);
- эмоциональные (начальник хороший человек и очень нравится работнику).

*Все типы личностных связей в реальной жизни между конкретным человеком и окружающими тесно переплетаются, чем усложняют процесс проведения четких границ между ними.*