

Тема (4 години): Стильові характеристики як інтегральна характеристика особистості

Навчальні питання

1. Поняття «когнітивний стиль» і його співвідношення з традиційними поняттями психології пізнавальних процесів.
2. Види когнітивних стилів і їхнє співвідношення між собою.
3. Стили розв'язання проблемних ситуацій. Поняття копінг-стратегій. Стили міжособистісної взаємодії. Суб'єктна орієнтація та предметна орієнтація

Література

Основна:

1. Ильин Е.А Психология индивидуальных различий - СПб.: Питер, 2004. — 624 с.
2. Либин А.В. Дифференциальная психология/А.В.Либин. – М.,2004. – 532с.
- 3.Холодная М.А. Когнитивные стили. О природе интеллектуального ума / М.А. Холодная. - СПб. : Питер, 2004. - 348 с.

Додаткова:

1. Анцыферова Л. И. Сознание и действия личности в трудных жизненных ситуациях /Л.И.Анцыферова // Психол. журнал. – №1. – 1996 – С. 52–62
- 2.Карпов В.И. Рефлексивность как психологическое свойство / В. И. Карпов // Психол. журнал – 2003- №5 – С.50- 52
- 3.Клаус Г. Дифференциальная психология обучения/ Г.Клаус. – М., 1984. – 230 с.
- 4.Нартова – Бочавер С.К. “Coping behavior” в системе понятий психологии личности / С.К. Нартова – Бочавер // Психол. журнал. – 1997. - №5. – С.58 – 63.
5. Толочек В.А. Исследования индивидуального стиля деятельности / В.А. Толочек // Вопросы психологии. - 1991. - № 3. - С. 53-62.

Текст лекції

Питання 1. Поняття «когнітивний стиль» і його співвідношення з традиційними поняттями психології пізнавальних процесів.

Значний внесок у розв'язання проблеми взаємозв'язку когнітивного стилю з особистісними характеристиками зробили як зарубіжні (Д. Броверман, Р. Гарднер, Дж. Гілфорд, Г. Клаус, Дж. Клейн, С. Мессік, У. Найссер, Г. Уїткін, П. Хольцман та ін.), так і вітчизняні дослідники (О.Г. Асмолов, Д.Б. Богоявленська, С.В. Бондар, Л.Я. Дорфман, Є.А. Клімов, В.А. Колга, Г.В. Куценко, О.В. Лібін, В.С. Мерлін, В.І. Моросанова, О.Б. Напрасна, Н.І. Пов'якель, М.В. Прохорова, Л.І. Романовська, О.В. Скориніна, І.Г. Скотникова, А.А. Студенікін, В.О. Толочек, В.В. Федько, М.О. Холодна, Ю.Г. Черножук, І.П. Шкуратова та ін.).

У зарубіжній психологічній науці поняття “когнітивний стиль” з'явилося у в 60-х рр. ХХ ст. у руслі когнітивної психології, яка прагнула об'єднати за допомогою цього феномену психологію пізнавальної діяльності та персонологію. Виникнення цього терміна пов'язується із домінуванням у когнітивних теоріях особистості думок “щодо взаємозв'язку особистісних рис і своєрідності індивідуальної поведінки, які проявляються в особливостях сприймання, розуміння і пояснення людиною того, що відбувається”.

Як бачимо, в когнітивній психології простежується тісний взаємозв'язок когнітивного стилю особистості з її інтелектуальним потенціалом. Інша течія зарубіжної психології (психоаналітичний напрям) пов'язувала когнітивний стиль із механізмами психологічного захисту особистості й підкреслювала не лише його взаємозв'язок з інтелектуальними можливостями, але і значну роль у стримуванні афективних реакцій. Так, у дослідженні Г.В. Куценко вказується на те, що цей феномен (когнітивний стиль, або когнітивний контроль) ототожнюється із когнітивними процесами, які “забезпечують співвіднесення особистості із “принципом реальності”, що передбачає стримування афекту за допомогою інтелектуальних процесів,

звільнення поведінки від первинних потягів. Водночас про посилення інтересу до психологічного конструкту когнітивного стилю свідчить велика кількість досліджень, які стосуються цієї проблематики.

Слід зазначити, що у вітчизняній психології когнітивний стиль особистості вивчався у контексті індивідуального стилю діяльності. Найбільш влучно визначення останнього було сформульовано Є.О. Клімовим: “Індивідуальний стиль діяльності - це своєрідна система психологічних засобів, до яких спонтанно або свідомо звертається людина з метою найкращого урівноваження власної (типологічно зумовленої) індивідуальності з предметними зовнішніми умовами діяльності”.

Дослідження індивідуального стилю діяльності склали цілий науковий напрям. Як зазначають у своїй праці Б.О. Вяткін і М.Р. Щукін, проблема індивідуального стилю тривалий час перебувала в центрі уваги В.С. Мерліна, який був ідейним теоретиком цього напрямку. В його наукових пошуках окреслено низку положень, які стосуються “основної проблеми індивідуального стилю діяльності (структура, функції, умови формування) і більш часткових питань”, зокрема, співвідношення із когнітивним стилем.

У вітчизняній науці принциповим є твердження, що індивідуальний стиль діяльності проявляється в пізнавальних процесах як когнітивний стиль, тобто “стійка сукупність індивідуальних відмінностей у способах сприйняття, запам'ятовування і мислення, за якими стоять різні шляхи набуття, накопичення і переробки інформації”.

Дослідження когнітивного стилю є перспективним напрямком у психологічній науці. М.О. Холодна, аналізуючи актуальність вивчення когнітивних (пізнавальних) стилів, вказує на проблему непорозуміння між людьми, яка є наслідком “конфлікту стилів”, оскільки “кожна людина мислить у межах того пізнавального стилю, який у неї сформувався, вважаючи властиву йому форму розуміння єдино правильною”. Ця обставина вказує на необхідність дослідження когнітивного стилю, адже його вивчення сприятиме оптимізації взаємодії між педагогом і вихованцем (школярем або

студентом).

Отже, на сьогодні існує багато різних поглядів науковців щодо природи когнітивного стилю та його місця у структурі індивідуальності. Необхідно підкреслити, що висхідні положення науковців щодо когнітивного стилю мають певні розбіжності, оскільки вони торкаються різних аспектів діяльності та поведінки особистості.

В.С. Мерлін розглядав когнітивний стиль як підсистему індивідуального стилю діяльності, що відображає його гностичні компоненти й тим самим впливає на діяльність. Розуміння стилю як стилю діяльності він чітко розмежовує з поняттям когнітивного стилю, адже перше відображає взаємодію об'єктивних вимог діяльності і властивостей особистості, а інше - її внутрішні характеристики.

У подальших дослідженнях було встановлено взаємозв'язок індивідуального стилю діяльності із процесами спілкування й соціальною перцепцією. І.П. Шкуратова пропонує розрізняти стилі професійного спілкування і міжособистісного спілкування, оскільки цілі, форми й зміст цих видів людської активності є різними. Зазначені психологічні конструкти, у свою чергу, поділяються на комунікативний, інтегративний і соціально-перцептивний стилі спілкування.

Проблематика когнітивних стилів знайшла своє відображення в інтегральному дослідженні стилів активності Л.Я. Дорфмана. У своїй концепції науковець поєднує принципи інтерактивної взаємодії індивідуальності з соціальною дійсністю з полісистемним характером організації людської активності, що дозволяє йому виділити індивідуальні стилі активності й екологічні стилі. Ці стильові феномени відображають три аспекти: вплив суб'єкта на соціальну дійсність, зумовленість індивідуальності соціальною дійсністю та безпосередньо навколишню дійсність. У концепції автора відображено взаємодію когнітивного стилю, який належить до індивідуальних стилів активності, з індивідуальним стилем діяльності, що входить до екологічних стилів. Науковець вказує, що

параметри когнітивних стилів мають вплив на емоційно-вольову сферу. Така їх особливість надає можливість виділити у структурі індивідуального стилю діяльності емоційні стилі, які є інструментальною характеристикою стилю і забезпечують регуляцію емоційних реакцій у процесі виконання конкретної діяльності, виконуючи адаптивну й регулюючу функції.

Когнітивний стиль особистості суттєво впливає на саморегуляцію діяльності і поведінки, про що свідчать дослідження В.А. Моросанової і Г.В. Куценко. Зокрема, В.А. Моросанова, досліджуючи довільну активність особистості, вважає недоцільним використання терміна “когнітивний стиль”. Зміст поняття, на її думку, не відображає повною мірою довільну регуляцію у структурі індивідуального стилю діяльності, який має два аспекти: стиль реалізації “дії” (різних видів активності) та стиль функціонування “свідомості” (саморегуляції видів активності). Тому В.А. Моросанова виділяє дві форми індивідуального стилю - стилю активності й стилю саморегуляції, які взаємопов'язані у процесі взаємодії людини з навколишньою дійсністю: людина - саморегуляція активності - реалізація активності - дійсність. Стиль саморегуляції відображає індивідуальні особливості системи саморегуляції людини, який стійко проявляються у різних видах довільної активності, у поведінці й практичній діяльності особистості. Ця теорія наводить на думку, що когнітивний стиль має безпосереднє відношення до регуляції пізнавальної активності особистості й знаходиться у взаємостосунках зі стилем саморегуляції особистості у структурі індивідуального стилю діяльності.

Належність когнітивного стилю до пізнавальної сфери відзначають багато науковців, які займаються розробкою стильової проблематики. Так, М.О. Холодна розглядає когнітивні стилі як психічні властивості, які є похідними щодо сформованості мимовільного інтелектуального контролю як компонента метакогнітивного досвіду суб'єкта. їх основними функціями є: а) участь у побудові об'єктивованих ментальних репрезентацій подій, що відбуваються; б) контроль афективних станів у актах пізнавального

відображення. Зазначені функції дозволяють розглядати когнітивні стилі як метакогнітивні компоненти інтелекту, які відповідають за регуляцію інтелектуальної діяльності. Авторка виділяє ще один прошарок у властивостях стилю - “розщеплення” біполярних полюсів: когнітивний стиль має чотири полюси, що виявляються на основі допоміжних показників. Тому це індикатори інтелектуальної зрілості і внутрішніх резервів розвитку інтелекту.

Отже, когнітивний стиль має опосередкований вплив на організацію взаємодії між індивідуальністю й навколишньою дійсністю і є чинником, що забезпечує взаємозв'язок між пізнавальною і афективною сферами особистості.

На особливу увагу заслуговують дослідження взаємозв'язку когнітивного стилю з інтелектом, що дозволяє розглядати стильовий феномен як чинник розвитку інтелектуального потенціалу. Так, В.В. Селіванов вказує, що когнітивний стиль є сполучною ланкою між мисленням і цілісною особистістю, відображає міру узагальненості і диференціації афектів від інтелекту та поєднує у собі індивідуальні відмінності потребнісно-мотиваційного і перцептивного характеру. Н.І. Пов'якель, на думку якої когнітивний стиль є одним із факторів розвитку професійного мислення. Авторка підкреслює, що взаємозв'язок між стильовими явищами і мисленням найбільш повно проявляється у саморегуляції, яка є одним із чинників розвитку мислення практичного психолога. У концепції дослідниці феномен стилю є одним із вагомих чинників, який зумовлює формування психологічної культури саморегуляції мислення практичного психолога у поєднанні з іншими факторами (цілетворення, прогнозування, планування, самоконтроль, стиль саморегуляції, рефлексія). Отже, когнітивний стиль характеризується низкою взаємозв'язків із психологічними властивостями індивідуальності.

Отже, у психологічній науці когнітивний стиль розглядається у структурі індивідуальності поряд із темпераментом, характером, здібностями й

інтелектом і виконує не лише інтеграційну функцію, але й виступає чинником розвитку інших складових, сприяючи більш продуктивній діяльності. Однак у навчально-виховному процесі особливостям розвитку когнітивного стилю приділяється мало уваги, що підкреслює необхідність подальших досліджень.

Таким чином:

1. Когнітивний стиль особистості є одним із вагомих психологічних механізмів, який сприяє ефективній організації взаємостосунків особистості з навколишнім середовищем, зокрема в соціальних групах.

2. У зарубіжній психології когнітивний стиль переважно досліджується психоаналітичною й когнітивною течіями, які пов'язують стильовий феномен із пізнавальними психічними процесами й інтелектуальними можливостями особистості і відмежовують від афективних реакцій, приписуючи йому регулятивну й пізнавальну функції.

3. У вітчизняній психології дослідження когнітивного стилю несуть в собі підґрунтя взаємозв'язку з індивідуальним стилем діяльності та його проявами в пізнавальних процесах й інтелекті, в соціальній поведінці, в саморегуляції, у спілкуванні, в емоційних процесах.

4. Когнітивний стиль є чинником структури індивідуальності, який впливає на її компоненти своїми інтегративними властивостями й сприяє організації взаємодії з навколишньою дійсністю.

5. Враховуючи особливості взаємозв'язку когнітивного стилю з компонентами структури особистості, а також рівень його розвитку, можна сприяти особистісному зростанню людини.

6. Перспективи подальших наукових пошуків вбачаємо у необхідності вивчення особливостей взаємозв'язку між когнітивним стилем, соціальним і емоційним компонентами інтелектуального потенціалу особистості.

Когнітивні стилі – це індивідуально своєрідні способи переробки інформації свого оточення у вигляді індивідуальних відмінностей сприйняття, аналізу, структурування, категоризації, оцінювання того що

відбувається. В свою чергу, ці індивідуальні відмінності утворюють деякі типічні форми когнітивного реагування, відносно яких групи людей є схожими та відрізняються один від одного. Таким чином, поняття когнітивного стилю використовують для позначення, з одного боку, індивідуальних відмінностей в процесах переробки інформації, а з іншого боку, типів людей в залежності від особливостей організації їхньої когнітивної сфери. В сучасній зарубіжній та вітчизняній літературі спостерігається біля двадцяти різноманітних когнітивних стилей, які поділяють на основні та додаткові.

Питання 2. Види когнітивних стилів і їхнє співвідношення між собою.

Перш за все зупинимося на розгляданні тих когнітивних стилей, які складають основу феноменології стильового підходу. **Існують наступні когнітивні стилі:**

1. Полезалежність/полenezалежність
2. Імпульсивність/рефлексивність
3. Когнітивна простота/ складність
4. Вузький/широкий діапазон еквівалентності
5. Вузькість/широта категорії
6. Ригідний/гнучкий пізнавальний контроль
7. Толерантність до нереалістичного досвіду
8. Фокусуючий/скануючий контроль
9. Конкретна/абстрактна концептуалізація
10. Зглажування/загострення

Основні когнітивні стилі. Полезалежність/полenezалежність.

Популярність ідей Генрі Уіткіна останні десятиліття була досить великою, при цьому кількість досліджень полезалежності/полenezалежності (ПЗ/ПНЗ) нараховувало багато тисяч. Великий інтерес має аналіз еволюції уявлень про природу цього когнітивного стилю.

Г. Уіткіна цікавили особливості поведінки в полі, зокрема такі ефекти

як «фігура - фон» та «частина - ціле». Вперше цей стильовий параметр був описаний Уїткіном у зв'язку з вивченням індивідуальних відмінностей в просторовій орієнтації, коли людині потрібно було провести деякі маніпуляції з об'єктом під впливом просторового контексту. Пізніше були описані індивідуальні відмінності перцептивної діяльності при розв'язанні задачі на виявлення простої деталі в складному геометричному зображенні.

Під час експериментів з'ясувалось що одні люди опираються на зовнішнє видиме поле, важко переборюють його вплив, їм потрібно багато часу, щоб побачити потрібну деталь в складному зображенні (це явище отримало назву полезалежність). Інші люди, навпаки, здатні контролювати вплив зорового враження опираючись на деякі внутрішні критерії (зокрема власний проприоцептивний досвід), легко переборюють вплив видимого поля, швидко знаходять деталь в складному зображенні (це явище отримало назву полenezалежності).

Методики діагностики полезалежності/полenezалежності.

1. Методика «Стрижень - рамка», яка є різновидом тестів просторової орієнтації. Випробовуваний, який знаходиться в повністю затемненій кімнаті, бачить перед собою рамку яка світиться, і стрижень в цій рамці, що також світиться. Експериментатор знаходиться в іншій кімнаті і за певною програмою змінює положення рамки і стрижня. Випробовуваний повинен привести стрижень у вертикальні положення по відношенню до поверхні землі. З'ясувалося, що випробовувані розрізняються за способом просторової орієнтації при оцінці ступеня вертикальності стрижня. Одні використовують зорові враження, орієнтуючись на положення рамки (ці випробовувані роблять більше помилок, оскільки сама рамка відхиляється від вертикалі). Інші спираються на проприоцептивні враження, орієнтуючись на положення власного тіла (ці випробовувані з більшою точністю приводили стрижень у вертикальне положення). Показник ПЗ/ПНЗ: величина відхилень стрижня від істинної вертикалі при приведенні його у вертикальне положення протягом серії вимірів (чим менше цей показник, тим в більшій мірі виражений

поленезалежний стиль).

2. Методика «Регулювання положення тіла», також відноситься до тестів просторової орієнтації. Випробовуваний сидить на стільці в маленькій освітленій кімнаті. В трьох серіях з шести стіни кімнати і стілець нахилені в одну сторону, в трьох інших - в протилежні сторони (початкове відхилення стін кімнати складає 35° , стільця - 22°). Стіни кімнати залишаються похилими, при цьому випробовуваний повинен привести стілець у вертикальне, згідно з його суб'єктивним уявленням, положення (тобто поставити його перпендикулярно поверхні землі). Одні випробовувані при виконанні цього завдання покладалися на відчуття власного тіла (і тоді їх дії були більш точними), тоді як інші - на образ нахилених стін кімнати (і тоді вони гірше справлялися з вирівнюванням положення стільця). Показник ПЗ/ПНЗ: величина помилки в ступені відхилення стільця від істинної вертикалі. Первинними оцінками були середні абсолютні помилки в ступені відхилення від істинної вертикалі, потім первинні оцінки по кожній серії переводилися в стандартні оцінки. Позитивний індекс (сума результатів по двом серіям) відображає полезалежний стиль, негативний - поленезалежний.

3. Методика «Включені фігури», представляє різновид перцептивних тестів. Дана методика існує в різних модифікаціях, в будь-яких з них задача випробовуваного - знайти просту фігуру усередині складної геометричної фігури. Швидке і правильне виявлення простої фігури (деталі) характеризує поленезалежність, повільне і помилкове - полезалежність. Таким чином, оцінюється ступінь, в якому індивідуальна перцепція знаходиться під впливом видимого поля. Вже в перших дослідженнях було засвідчене, що показники виконання методик «Стрижень - рамка», «Регулювання положення тіла» і «Включені фігури» на рівні кореляційного аналізу виявилися тісно зв'язаними між собою. На цій підставі Уїткін визнав можливим визначити ПЗ/ПНЗ як «структуруючу здатність в сприйнятті». Згодом з'ясувалося, що при факторизації результатів виконання тестів просторової орієнтації і перцептивного тесту, діагностуючого ПЗ/ПНЗ, утворюється єдиний чинник

разом з субтестами «Кубики», «Складання фігур» і «Деталі, яких не вистачає» шкали Векслера. Ці дані, як вважав Уїткіна, свідчили про існування загального когнітивного стилю, який отримав назву аналітичний підхід до поля (або аналітичні здібності).

Г. Уїткін, було достатньо зрозумілим: всі вказані психологічні вимірювання (включаючи ПЗ/ПНЗ) в тій чи іншій мірі характеризували «здатність долати складноорганізований контекст». Відповідно, якщо індивідуум знаходить здатність розділяти поле на елементи, організовувати і структурувати ситуацію, то він демонструє артикулюючий підхід до поля. Якщо, навпаки, індивідуум слідує полю як даному без яких-небудь серйозних спроб його реорганізації - значить він використовує глобальний підхід до поля. Продовження досліджень з використанням методики «Включені фігури» показало, що артикулюючий когнітивний стиль у сфері інтелектуальної діяльності пов'язаний з диференціацією образу фізичного «Я», розвинутим відчуттям особистої ідентичності і сформованістю спеціалізованих захистів і контролів. Факти, отримані в області вивчення цих чотирьох психологічних сфер, дозволили Г. Уїткіну говорити про існування ще більш широкого вимірювання - рівня психологічної диференціації, характеризуючого ступінь артикулююче (ясності, розчленованості, виразності) досвіду суб'єкта. Нарешті, в більш пізніх роботах Г. Уїткін зробив акцент на характері спрямованості суб'єкта: або на зовнішні чинники (тенденція бути полезалежним), або на внутрішні чинники (тенденція бути полenezалежним). Саме в рамках цієї дихотомії - схильності орієнтуватися на полт, або на самого себе - і стало використовуватися поняття «когнітивний стиль». Таким чином, ПЗ/ПНЗ у вузькому значенні слова - це здатність вичленяти просту деталь в складній фігурі, тоді як в широкому значенні слова - це показник рівня психологічної диференціації (і відповідно характеру пізнавальної спрямованості суб'єкта). З часом нагромаджувалися емпіричні дані, які говорили про те, що показники ПЗ/ПНЗ мають відношення до набагато ширшого спектру проявів інтелектуальної і особової

активності, ніж це спочатку припускалось. При вивченні зв'язків ПЗ/ПНЗ з константністю сприйняття початкова гіпотеза Г. Уїткіна про те, що ПНЗ особи повинні в більшій мірі знаходити аконстантність сприйняття через свою схильність сприймати об'єкт аналітично, незалежно від контексту (в даному випадку - відстані, що змінюється), не підтвердилась. Ясність в це питання внесли дослідження з використанням штучної інструкції. Так, якщо людині наперед пояснювалися відмінності між реальним і видимим розміром об'єкту в умовах зміни відстані, а потім їх заохочували давати оцінку розміру об'єкту, який сприймається, в термінах величини ретинального образу то виявлявся значущий кореляційний зв'язок між точністю перцептивної оцінки і результатами по методиці «Включені фігури».

Зокрема, наголошується перевага ПНЗ учнів в умовах, коли текст вимагає переструктурування і реорганізації. Якщо як допомога для засвоєння тексту пропонуються питання типу умовиводів, у ПНЗ учнів показники розуміння тексту поліпшуються, тоді як у ПЗ - погіршуються. Труднощі ПЗ учнів пояснюються тією обставиною що умовивідні питання вимагають діяти понад буквального змісту тексту, здійснювати гіпотетико-дедуктивний підхід до його смислової перебудови, до чого особи з даним когнітивним стилем не схильні.

Особливий інтерес представляє зв'язок даного стилевого параметра з характеристиками навчання. За даними низки досліджень незалежні від поля люди включаються в процес навчання швидше як його активні учасники, ніж як глядачі. Тому наприклад, в ефективності навчання ПНЗ осіб ведучу роль грає внутрішня мотивація. Навчання ж ПЗ осіб виявляється більш успішним в ситуації зовнішнього негативного підкріплення. В цілому академічна успішність вище у ПНЗ учнів (школярів і студентів). У них легше відбувається генералізація і перенесення знань, яскравіше виражена здатність вибирати більш раціональні стратегії запам'ятовування і відтворення матеріалу.

Найобширніші дані були отримані в результаті вивчення

співвідношення показників ПЗ/ПНЗ з особливостями міжособистісних відносин.

Отже, ПЗ особи які в цілому в більшій мірі покладаються на зовнішні чинники (в ситуації спілкування - на інших людей), виявляються внаслідок цього більш соціально орієнтованими. Так, вони більш чутливі до соціальних дій, уважні до соціальних джерел інформації, делікатні по відношенню до інших людей, схильні тримати більш коротку фізичну дистанцію в умовах реального спілкування. Залежні від поля люди чекають від оточуючих підтримки і допомоги. Їм легше відповідати на питання і чути у відповідь схвальні вигуку або одержуючи оцінку своїх відповідей. Для них характерна схильність до колективних форм діяльності, присутність інших людей інтенсифікує їх діяльність. У результаті, такі люди стають міжособистісно орієнтованими, ПЗ люди одержують більше інформації в процесі спілкування, легше ладнають з іншими людьми, легше вирішують конфліктні ситуації, рідше виказують негативне відношення до оточуючих. Ці люди схильні змінювати свої погляди у напрямі позиції авторитетів. Вони краще впізнають тих, з ким до цього бачилися лише короткочасно; віддають перевагу заняттям, які припускають контакт з людьми; популярні усередині їх групи.

Імпульсивність/рефлексивність. Даний когнітивний стиль, відповідно до первинних припущень Дж. Кагана, характеризує індивідуальні відмінності в схильності ухвалювати рішення швидко або повільно. Найбільш яскраво ця стильова властивість проявляє себе в умовах невизначеності, коли вимагається здійснити правильний вибір з деякої безлічі альтернатив. Імпульсивні випробовувані схильні швидко реагувати в ситуації множинного вибору, при цьому гіпотези висуваються без аналізу всіх можливих альтернатив. Для рефлексивних випробовуваних характерний сповільнений темп реагування в подібній ситуації, гіпотези перевіряються і багато разів уточнюються, рішення ухвалюється на основі ретельного попереднього аналізу ознак альтернативних об'єктів.

Методики діагностики імпульсивності/рефлексивності.

1. Методика «Порівняння схожих малюнків». Випробовуваному пред'являється 2 тренувальних, потім 12 основних листів, на кожному з яких зверху знаходиться зображення знайомого предмету (фігура-еталон), а внизу розташовуються в два ряди 8 майже ідентичних зображень цього ж предмету, серед яких тільки одне повністю ідентичне фігурі-еталону. Випробовуваний повинен знайти і вказати зображення, повністю ідентичне фігурі-еталону. Показники імпульсивності/рефлексивності: 1) латентний час першої відповіді (сума); 2) загальна кількість помилок. Рефлексивні індивідууми знаходяться вище за медіану часу відповіді і нижче за медіану кількості помилок, тоді як імпульсивні індивідууми - нижче медіани часу відповіді і вище за медіану кількості помилок.

В середньому приблизно 2/3 виборки це рефлексивні та імпульсивні випробовувані, 1/3 - це дві особливі категорії випробовуваних, отримали назву швидких/точних і повільних/неточних. У всіх дослідженнях з використанням цієї методики повідомляється про вагомий негативний кореляційний зв'язок між показниками часу першої відповіді і кількістю помилок. Діти з віком стають більш рефлексивними, причому негативна кореляція між швидкістю і точністю з віком збільшується.

2. Методика порівняння об'єктів на основі дотикового і зорового порівняння. Випробовуваний одержує в руку - без зорового контакту - дерев'яну фігуру, яку він без обмеження часу вивчає, торкаючись її пальцями. Потім випробовуваному зорово пред'являється дошка з п'ятьма подібними фігурами. Зразки, що пред'являються, - це частково геометричні об'єкти, частково - знайомі предмети. З цих фігур тільки одна ідентична тій, з якою випробовуваний тактильно познайомився. Саме цю фігуру він повинен знайти серед зразків. Показники імпульсивності/рефлексивності: 1) час, необхідний для тактильного вивчення основної фігури; 2) латентний час першої відповіді; 3) кількість помилок. Звичайно в інтерпретації цього когнітивного стилю на перший план виходять індивідуальні відмінності в

когнітивному темпі. Проте, як справедливо відзначив В. Колга, при аналізі даного стильового параметра доцільно розрізняти його змістові (точність) і динамічні (швидкість) аспекти. Більш того, останнім часом все частіше висловлюється думка, що саме компонент «помилки» є критичним в осмисленні природи цього когнітивного стилю.

Огляд досліджень даного стильового параметра, представлений в роботі Б. Мессера, свідчить що в області скануючої поведінки рефлексивність припускає більш систематичний збір інформації в умовах роботи з методикою Кагана. Зокрема, судячи з характеру глазороухової активності рефлексивні випробовувані затрачують більше часу на загальний розгляд всіх малюнків, у них більша кількість поглядів на окремі малюнки, вони частіше фіксують погляд на однакових ознаках малюнків, порівнюючи їх між собою. Рефлексивні особи не тільки витрачають більше часу, оцінюючи свої гіпотези, але також збирають більше інформації до моменту своєї відповіді. Для полюса рефлексивності характерні наступні особливості інтелектуальній діяльності (відповідно протилежні особливості характеризують полюс імпульсивності): використання більш продуктивних стратегій рішення задач; полenezалежність; високі показники учбової успішності, у тому числі відсутність труднощів в читанні. Характерно, що тенденція затримувати відповідь в ситуації невизначеного вибору проявляє себе і в особливостях рухової активності: рефлексивні діти більш успішні в довільному уповільненні своїх моторних дій (при інструкції виконувати яке-небудь рухове завдання якомога повільніше). Крім того, рефлексивні діти, порівняно з імпульсними, володіють більш зрілим рівнем мови, яку вони успішно використовують в цілях саморегуляції у тому числі і для контролю своїх моторних дій. Ці факти, на думку Б. Мессера, говорять про те, що для рефлексивних дітей характерна велика вираженість вербального контролю за своєю поведінкою. В цілому результати вивчення цього когнітивного стилю вказують на те, що імпульсивність/рефлексивність виступає як непряма міра співвідношення орієнтовної, контрольної і

старанної фаз в структурі інтелектуальної діяльності. При цьому основна відмінність між полюсами імпульсивності і рефлексивності полягає в об'ємі тієї інформації, яку індивідуум збирає до ухвалення рішення: імпульсивні особи ухвалюють рішення на недостатній інформаційній основі.

Когнітивна простота/ складність. Людина розуміє, інтерпретує, оцінює і прогнозує дійсність на основі певним чином організованого суб'єктивного досвіду, який представлений у вигляді системи особових конструктів. Конструкт - це біполярна суб'єктивна шкала, що реалізовує одночасно дві функції: узагальнення (встановлення схожості) і протиставлення (встановлення відмінності) в умовах оцінки тих або інших об'єктів (перш за все інших людей і самого себе). Прикладом можуть служити конструкти «добродушний - злісний», «розумний - дурний», «небезпечний - безпечний» і т.ін. При аналізі особливостей організації суб'єктивної системи конструктів Келлі надавав особливу увагу такій якості, як системність конструктів. Конструкти не є ізольованими утвореннями, вони певним чином взаємозв'язані і взаємозалежні. Таким чином, принципово важливим є та обставина, що про міру когнітивної складності суб'єктивного оцінюваного простору слід судити як на основі ступеня диференційне™ конструктивної системи (кількості наявних незалежних конструктів), так і на основі ступеня її інтегрованості (характеру зв'язків між конструктами).

Методики діагностики когнітивної простоти/складності. Як засоби діагностики даного стильового параметра використовуються різні модифікації розробленого Д. Келлі методу репертуарних ґрат, що дозволяє судити про різні аспекти організації конструктивної системи конкретної особистості. Найбільші труднощі у вивченні когнітивної простоти/складності пов'язані з проблемою операціоналізації цього когнітивного стилю. Як правило, на перший план виходить таке вимірювання простоти/складності, як ступінь диференційне конструктів («когнітивна диференційна»), запропоноване Д. Бієрі. Когнітивна диференційність визначається як здатність конструювати соціальне оточення на основі безлічі

незалежних (що розрізняються) вимірювань. При цьому передбачається, що когнітивна складність співвідноситься з наявністю у суб'єкта високо диференційних когнітивних структур, а когнітивна простота - з наявністю слабо диференційованих когнітивних структур. По мірі збільшення кількості існуючої в наявності інформації когнітивно прості випробовувані характеризувались тенденцією покращувати свої прогнози про іншу людину більшою мірою, ніж когнітивно складні. При пред'явленні додаткової інформації, яка має відношення до оцінювання іншої людини, когнітивно прості випробовувані в найменшій мірі змінювали ту оцінку цієї людини, яка у них склалася до пред'явлення додаткової інформації, тоді як когнітивно складні або усилювали свої первинні оцінки, або змінювали їх на протилежні. В умовах послідовного пред'явлення суперечливої інформації (спочатку групі випробовуваних пред'являлася позитивна інформація про людину, потім про нього ж - негативна) когнітивно прості випробовувані знайшли ефект новизни, тобто продемонстрували значні зміни в своїх думках на зразок інтеграції інформації, в той час як когнітивно складні виявилися схильними дотримуватись амбівалентної оцінки цієї людини. Люди з низькою когнітивною складністю знаходять більше спільного між собою та іншими людьми (у вигляді високого показника ідентифікації) і відповідно більш позитивно їх оцінюють. У свою чергу, когнітивна складність позитивно пов'язана з екстраверсією як особистісною межею, що припускає успішність спілкування.

Вузький/широкий діапазон еквівалентності. Даний когнітивний стиль характеризує індивідуальні відмінності в особливостях орієнтації на риси схожості або риси відмінності об'єктів. Зокрема, в експериментах на вільну класифікацію об'єктів було виявлено, що деякі випробовувані розділяють об'єкти на багато груп, що мають малий об'єм (вузький діапазон еквівалентності), інші випробовувані утворюють мало груп, що мають великий об'єм (широкий діапазон еквівалентності). На думку Р. Гарднера, вузький діапазон еквівалентності припускає більш деталізовану

категоризацію вражень, що дозволяє говорити про використання цими випробовуваними більш точних стандартів в оцінці відмінностей об'єктів. Згодом Гарднер запропонував пояснювати характерний для даного індивідуума діапазон еквівалентності як прояв понятійної диференціації: чим більше груп об'єктів виділяється в умовах їх категоризації, тим вище понятійна диференціація. Таким чином, суть цього когнітивного стилю в тому, багато або мало категорій представлено в індивідуальному понятійному досвіді. В роботах вітчизняних авторів цей стильовий параметр інтерпритується як «аналітичність» (схильність орієнтуватись на виявлення відмінностей у ряді об'єктів) і «синтетичність» (схильність орієнтуватись на виявлення схожості у ряді об'єктів).

Методики діагностики вузькості/широти діапазону еквівалентності

1. Методика «Вільне сортування об'єктів». Випробовуваному пропонується розкласти 75 реальних предметів на групи найбільш зручним, логічним і природним, з його точки зору, способом. Підкреслюється, що завдання не має єдино правильного рішення і що кожний розкладає групи по своєму. Показники вузькості/широти діапазону еквівалентності: 1) кількість виділених груп; 2) кількість об'єктів в найбільшій за об'ємом групі; 3) кількість груп, що складаються з одного об'єкту.
2. Методика «Константність розміру». Випробовуваному пред'являється об'єкт еталон - круг діаметром 39,7 см, - з яким слід порівняти 23 додаткові круги діаметром від 29,7 до 39,7 см, які показували з меншої відстані. До основного експерименту випробовуваному пояснюють різницю між уявним (видимим) розміром об'єкту і його реальним розміром в умовах відстані, що змінюється. За інструкцією випробовуваний повинен порівняти круги, що пред'являються, з кругом еталоном в термінах ретинального (видимого) розміру.

На думку Гарднера, можливість ефективного ретинального образу пов'язана з аналітичним відношенням випробовуваного до власного перцептивному досвіду (як ми пам'ятаємо, подібної ж позиції дотримувався

Р. Уїткін). Показник вузькості/широти діапазону еквівалентності: величина діаметра обраного кола як індикатор оцінки точності в порівнянні суб'єктивного образу із стандартом в термінах ретинального розміру. Чим менше цей показник, тим більше точність ретинального образу (отже чим більш точнішими аналітичними критеріями володіє випробуваний в оцінці своїх перцептивних вражень і тим вже діапазон еквівалентності). Судячи з відсутності в літературі посилань на дану методику, в подальших дослідженнях діапазону еквівалентності вона практично не застосовувалася. В роботах Р. Гарднера і його співавторів наголошується, що вузький діапазон еквівалентності співвідноситься з наступними особливостями інтелектуальної діяльності: близькістю вільних асоціацій до слова-стимулу; тенденцією наближати свої оцінки до деякої середньої величини; перевагою простих, симетричних фігур в тесті Баррона-Уелша а також схильністю пропонувати одноманітні відповіді при виконанні тесту «Способи використання предмету» Гілфорда, тобто низьким рівнем креативності. Відмінності в особливостях категоризації, що виявляються на двох стильових полюсах (вузький або широкий діапазон еквивалентности), полягають, на думку авторів вказаних досліджень, не стільки в здатності бачити відмінності скільки в чутливості до відмінностей. Характерно, що представники різних полюсів звертають увагу на відмінності різного типу. Так, «аналітики» спираються в основному на явні фізичні властивості об'єктів, тоді як «синтетика» - на їх приховані додаткові значення; 63 % «аналітиків» виділяють групи за матеріалом («всі предмети паперові»), серед «синтетиків» такий тип категоризації відсутній; групи, включаючи повністю ідентичні об'єкти, виділяють 100% «аналітиків» і лише 11 % «синтетиків»; групи що складаються з одного об'єкта, утворюють 88 % «аналітиків» і лише 11 % «синтетиків».

Додаткові когнітивні стилі

Вузькість/широта категорії. Даний когнітивний стиль до певної міри близький по значенню когнітивному стилю «вузький/широкий діапазон

еквівалентності», хоча це далеко не тотожні стильові проявлення. Діапазон еквівалентності характеризує ступінь суб'єктивної диференціації різних об'єктів на основі безлічі понятійних категорій («великі», «мають неправильну форму», «червоного кольору» і т. ін.). Таким чином, вузькі категоризатори схильні специфікувати свої враження і обмежувати область застосування певної категорії, тоді як широкі категоризатори, навпаки, схильні підводити під одну категорію велике число підтверджуючих її прикладів.

Ригідний/гнучкий пізнавальний контроль. Цей когнітивний стиль характеризує ступінь суб'єктивної труднощі в зміні способів переробки інформації в ситуації когнітивного конфлікту. Ригідний контроль говорить про труднощі в переході від вербальних функцій до сенсорно-перцептивних через низький ступінь їх автоматизації, тоді як гнучкий - про відносну легкість такого переходу через високий ступінь їх автоматизації.

Толерантність до нереалістичного досвіду. Даний когнітивний стиль знаходить себе в ситуаціях, для яких характерна невизначеність, двозначність. Толерантність до нереалістичного досвіду припускає можливість ухвалення вражень, не відповідних або навіть що суперечать існуючим у людини уявленням, які він оцінює як правильні і очевидні. Толерантні особи оцінюють досвід по фактичним характеристикам і мало схильні формулювати його в термінах «звичайного», «очікуваного», «відомого». Нетолерантні особи опираються пізнавальному досвіду, в якому початкові дані суперечать їх наявному знанню.

Фокусуючий/скануючий контроль. Цей когнітивний стиль характеризує індивідуальні особливості розподілу уваги, які виявляються в ступені широти обхвату різних аспектів відображення ситуації, а також в ступені обліку її релевантних і нерелевантних ознак. Спочатку він отримав назву «фокусуючого контролю», оскільки на перший план виходила здатність випробовуваного концентрувати увагу на деяких об'єктивно заданих характеристиках стимулу. Проте згодом від цього терміна довелося

відмовитися, бо ефекти концентрації уваги ґрунтувалися на постійному скануванні (перегляді) поля. Відповідно, одні випробовувані оперативно розподіляють увагу на безліч аспектів ситуації, виділяючи при цьому її об'єктивні деталі (полюс широкого, або скануючого, контролю). Увага інших випробовуваних, навпаки, є поверхневою і фрагментарною, при цьому воно фіксує певні характеристики ситуації (полюс вузького, або фокусуємого, контролю). На думку Ч. Носала, цей когнітивний стиль має вид процедури перегляду сприйманого поля, який реалізується в двох основних формах: 1) перегляд відповідно до деякого заданого критерію; 2) перегляд в умовах невизначеного критерію. Саме ці дві форми сканування знайшли своє віддзеркалення в методиках діагностики даного когнітивного стилю.

Конкретна/абстрактна концептуалізація. О. Харві, Д. Хаит і Г. Шродер проаналізували індивідуальні особливості понятійної сфери, пов'язані з відмінностями в ступені її конкретності/абстрактності. В основі конкретності/абстрактності лежать такі психологічні процеси, як диференціація і інтеграція понять. Полюс «конкретної концептуалізації» характеризується незначною диференціацією і недостатньою інтеграцією понять. Для «конкретних індивідуумів» типові наступні психологічні якості: схильність до чорно-білого мислення, залежність від статусу і авторитету, нетерпимість до невизначеності, стереотипність рішень, ситуативний характер поведінки, менша здатність мислити в термінах гіпотетичних ситуацій і т. ін., Навпаки, полюс «абстрактної концептуалізації» припускає як високу диференціацію, так і високу інтеграцію понять. Відповідно, для «абстрактних індивідуумів» характерна свобода від безпосередніх властивостей ситуації, орієнтація на внутрішній досвід в поясненні фізичного і соціального світу, схильність до ризику, незалежність, гнучкість, креативність і т.ін. В ході онтогенетичного розвитку відбувається збільшення абстрактності індивідуальної понятійної системи, що обумовлюється зростанням числа альтернативних схем для сприйняття і аналізу одного і того ж об'єкту, відходом від стандартних оцінок за рахунок

здібності, що збільшується, до внутрішніх перетворень і комбінацій понять.

Зглажування/заострення. Індивідуальні відмінності, зафіксовані в цьому когнітивному стилі, мають відношення до особливостей зберігання в пам'яті матеріалу, що запам'ятовується. У «сглажувателів» збереження матеріалу в пам'яті супроводиться його спрощенням, втратою деталей, випаданням тих або інших фрагментів. Навпаки, в пам'яті «загострювачей» відбувається виділення, підкреслення специфічних деталей матеріалу, що запам'ятовується. Згодом спеціально підкреслювалося, що даний стильовий параметр з'являється в умовах сприйняття і запам'ятовування послідовності стимулів, характеризуючи, таким чином, чутливість випробовуваних до поступово наростаючих відмінностей у ряді сприйманих дій.

Поняття життєвого стилю в психології. Характеристики всіх рівнів індивідуальності проявляються в тому способі взаємодії зі світом, який виробляється у людей і, подібно решті особливостей, також має варіанти. Для позначення цього способу в диференційній психології використовують поняття «стиль».

Одну з перших вказівок на важливість стилю людської поведінки приписують І.В.Гете, який вважав його проявом вищих властивостей індивідуальності. А в психології поняття життєвого стилю стало використовуватися вперше Альфредом Адлером, який мав на увазі під ним унікальне з'єднання рис, способів поведінки і звичок, що визначають неповторну картину існування людини. А.Адлер використовував для ілюстрації поняття "життєвий стиль" такий образ. "Якщо ми порівняємо сосну, що росте в долині, з сосною, яка зміцнилася на вершині гори, ми побачимо, що вони ростуть по-різному. Це дерева одного і того ж вигляду, але їх життєві стилі різні. Стиль життя дерева - це його індивідуальність, яка виражається і формується в певному оточенні.

Розпізнається стиль тоді, коли ми бачимо, що у кожного дерева є своя модель життєвої поведінки, а не просто одні механічні реакції на оточення". Стиль життя присутній завжди, але виявляється лише при зіткненні людини з

життєвими проблемами. Це обумовлено тим, що формується він в дитинстві під впливом труднощів, що переживаються, і ґрунтуються на прагненні до мети, остаточно закріплюючись до 4-5 років. А доросле життя людини, на думку А. Адлера, лише фіксує і зберігає стиль життя, і тому дає можливість передбачати людську поведінку. Дуже важливим в контексті індивідуальної психології є порядок народження дітей в сім'ї. Знаючи місце людини у ряді його братів і сестер, можна визначити і його стиль: наприклад, з погляду А. Адлера, було очевидним, що старші діти завжди переживають ревності по відношенню до молодших і тому вимушені самостверджуватися спочатку в сім'ї, а потім - і у великому соціумі (в сучасній психології, втім, вирішальне значення порядку народження є суперечливим).

Як же складається життєвий стиль? Розвиваючи свою ідею про початкове переживання людиною своєї неповноцінності, А. Адлер міркував, що це переживання стає нестерпним і спонукає людину до дій, що виправляють ситуацію. В результаті у нього з'являється мета, якої він і досягає доступними йому способами, компенсуючи початковий дефект, недолік або просто низький рівень здібностей. Отже, поняття стилю відповідає системному принципу еквівісальності, згідно якому в складних системах існують різні шляхи, що приводять до одного і того ж результату (фіналу).

Таким чином, стиль життя включає психологічні якості, розташовані на трьох рівнях індивідуальності: це індивідна характеристика (дефект), духовно-світоглядна (мета) і засіб, завдяки якому ця мета досягається. Стиль стійкий і проявляється в розв'язанні людиною основних життєвих задач, серед яких автор виділяв роботу, дружбу і любов і які здійснюються, роблячи взаємний вплив один на одного; саме постійність стилю і визначає постійність особи. І, хоча стиль кожної людини неповторний, Адлер все ж таки запропонував класифікацію установок, що лежать в основі найпоширеніших стилів і що характеризуються двома якостями - соціальним інтересом і ступенем активності. Нормальним А. Адлер вважав такий спосіб

життя, при якому людина настільки добре адаптована, що, «хоче він того чи ні, суспільство отримує певну вигоду з його діяльності. Крім того, з психологічної точки зору, у нього достатньо енергії і сміливості, щоб відкрито зустрічати проблеми і труднощі, які трапляються в його житті.

Для формування життєвого стилю важливі такі якості, як здатність встановлювати правильну дистанцію по відношенню до людей, спосіб підтримки, який властивий людині, сміливість і боязливість, віра у припущення, яка на думку Адлера, часто заважає людині приймати свої життєві задачі і тому некорисна. Стиль життя піддається корекції, яка в основному полягає в пробудженні відчуття спільності з іншими і одночасно - особистої незалежності.

Таблиця 1

Типи життєвого стилю за А.Адлером

		Соціальний інтерес	
		-	+
Активність	+	« Керуючий тип» Самовпевнені, наполегливі люди, поведінка яких не передбачає турботи за людьми. Важлива установка перевершення над світом. Основні життєві задачі вирішують в асоціальній мірі.	«Соціально- корисний тип» Втілювання особистісної зрілості; усвідомлюють необхідність співробітництва, особистої мужності та готовності діяти для інших. Зацікавлені в благополуччі інших.
	-	«Тип, який бере» Відносяться до світу паразитично, в основному вирішують свої задачі за рахунок інших, прагнучи отримати як умога більше. Низька активність не дозволяє їм бути асоціальними.	Типу з такими характеристиками не існує: неможливо мати високий соціальний інтерес та низьку активність.
		«Уникаючий тип» Не володіють позитивними цілями, основною стратегією поведінки є уникання. Переважає соціально-безкорисна поведінка та низька продуктивність життя.	

Поняття стилю використовувалося і Г.Оллпортом, який зробив спробу розвести базові особові риси і риси інструментальні, що використовуються як засіб досягнення мети. В сучасній психології стильові характеристики виділяються у всіх галузях науки і довели свою високу

евристичність при описі особливостей взаємодії людини з предметами, суб'єктами і просто способу розв'язання ним життєвих або розумових задач. Тому стильові характеристики згодом почали розглядати як індивідуальний спосіб взаємодії з світом в цілому.

Самоактуалізація та Я-концепція як основа життєвого стилю. Я-концепція як основа життєвого стилю. Оскільки початковим моментом для вироблення життєвого стилю є уявлення людини про себе, необхідно стисло розглянути індивідуальну варіативність самосвідомості. Сукупність уявлень індивіда про себе, яка включає в себе також і переконання, оцінки і тенденції поведінки, називається Я-концепцією. Інакше кажучи, Я-концепція - система найзагальніших установок суб'єкта на самого себе. Я-концепція визначає міру успішності людини в різних сферах дійсності і області його вразливості, виконуючи три ролі: по-перше, сприяє досягненню внутрішньої узгодженості особи; по-друге, визначає інтерпретацію досвіду людини і, по-третє, є джерелом очікувань. Таким чином, Я-концепція виступає регулятором практично всіх особових і характерологічних процесів. Я-концепція за своїм походженням, в основному фенотипічне утворення, яка підкріплюється генетично рівнем тривожності і властивостями нервової системи. Самооцінка, найважливіша складова самосвідомості, може бути обчислена по оригінальній формулі У.Джеймса: самооцінка = успіх/притязання. Вона змінюється з віком, накопичуючи такі вимірювання, як диференційність (подробиця окремих уявлень про себе), висоту (вона може бути середньою, високою і низкою), адекватність (вона повинна відповідати особистим об'єктивним досягненням). Самооцінка складається в дитинстві під впливом зовнішніх оцінок, які інтеріоризуючись, перетворюються на самовідношення. Це можливо тільки починаючи з певного рівня інтелектуального розвитку (діти-олігофрени, у яких немає смислового узагальнення, стійкої самооцінки так і не придбавають). За даними досліджень, присвячених диференційованій самооцінці, знайдено, що, якщо порівнювати самозвіти різних вікових категорій (наприклад, семикласників, старшокласників і дорослих людей

близько 30 років) по п'яти параметрах самооцінки (фізичним якостям, успішності, інтелектуальному розвитку, міжособистісному спілкуванню і відповідальності), з віком індивідуальні варіації посилюються. Тоді як дитина раннього віку оцінює себе однаково по всіх якостях, респонденти старшого віку краще знають свої сильні і слабкі сторони. Це пов'язано з розширенням особистого досвіду і, як наслідок, із збільшенням когнітивної складності особи, тобто здібності оцінювати різні сторони свого Я. Недиференційованість самооцінки свідчить про соціальну і особову нерозвиненість.

Для успішності діяльності необхідно, щоб людина оцінювала себе трохи вище за реальні досягнення. Занижена (нижче за об'єктивні досягнення) самооцінка свідчить про депресивність, схильності особи до невротизації. Численні дослідження показали, що самооцінка напряду пов'язана з шкільними успіхами, тоді як інтелектуальні здібності - лише опосередковано. Тобто не дуже здібний, але упевнений учень краще вчиться, ніж його обдарований товариш, який сумнівається в собі. Негативна Я-концепція породжує надмірні психологічні захисти, обмежуючи круг діяльності і спілкування людини. Прийняти себе - основа самоактуалізації особи. Для людини, що має професію соціального змісту, необхідне поглиблене знання себе, і негативна Я-концепція є професійним протипоказанням. У чоловіків частіше наголошується більш позитивна (а також, можливо, більш інтегрована) Я-концепція, ніж у жінок. Можна відзначити також об'єднання задач альтруїстичного і прагматичного змісту в самосвідомості чоловіків і розведення цих сторін самоактуалізації у жінок.

Підвищення самооцінки можливо при умові наявності приватних досягнень в одній з діяльностей, за умови, що людина не боїться бути знехтуваним у разі неуспіху, при упевненості в доброзичливому відношенні до нього і відсутності порівняння з іншими людьми (тобто наявності безоціночного до нього відношення). Неадекватно завищена самооцінка також може бути джерелом життєвих труднощів для її володаря: занижена

критичність до себе приводить до інфантильності, безвідповідальності, невмінню планувати свою діяльність, прогнозувати її наслідки і будувати конструктивні відносини з іншими людьми.

Самооцінка тісно пов'язана з рівнем домагань - тією метою і задачами, які людина сама може здійснити. Рівень домагань розрізняється по висоті динамічності. Якщо людина не впоралась із задачею, вона за логікою адаптивної поведінки, повинна знизити свої домагання.

Стиль життя і самоактуалізація.

Якого б стилю життя не дотримувалася людина, частіше всього її життєдіяльність в цілому може оцінюватися або як пристосовна, адаптивна, або як та, що розвивається, змінює світ навколо і усередині себе. Цим двом напрямом, частіше відомим як маніпулювання або самоактуалізація, відповідають різні етичні і філософські системи, різні погляди на розвиток особи, реалізуючі або гомеостатичну, або негомеостатичну модель. І якщо зовнішню успішність людського життя можна оцінити за його об'єктивними досягненнями, то внутрішня задоволеність може виражатися опосередковано, через переживання людиною свідомості свого життя і самоактуалізації в ньому. Гуманістичні теорії підкреслюють, що крім задоволення біологічних потреб, що забезпечують гомеостаз людини як організму, існує гостра необхідність реалізації духовних потреб (наприклад, в значенні життя, самореалізації), фрустрація яких приводить до появи неврозів певного роду, властивих тільки людській особі, - так званих ноогенних неврозів.

Згідно А.Маслоу, тільки задовольняючи потребу в самореалізації, людина може стати здоровою істотою. Таким чином, по мірі вираження (та задоволення) вищих потреб також існує значна варіативність. Існують діагностичні, стандартизовані процедури вимірювання деяких з вищих потреб. Так, Дж.Крамбо і Л.Махолік запропонували розглядати здатність мати в житті мету як особливу психологічну якість, що складається з 5 складових. Це:

- 1) якість життя, загальна задоволеність суб'єкта власним життям;

- 2) наявність упевненості в значенні життя;
- 3) перешкоди буття: відношення до смерті і особового вибору;
- 4) відповіді на питання буття: можливість знайти рішення екзистенціальних проблем;
- 5) майбутнє життя і відповідальність.

При валідації вітчизняної версії тесту були виділені чинники, які становлять переживання свідомості власного життя, які дещо відрізняються від описаних раніше і можуть бути розглянуті як специфічні для російського менталітету. Серед них виявлені:

- 1) наявність мети (покликання, значення);
- 2) «вірність помилковому шляху» - здатність виконувати зобов'язання навіть за наявності внутрішнього протесту;
- 3) інтерес і емоційна насиченість;
- 4) задоволеність самореалізацією;
- 5) переживання відчуття авторства («Я - господар свого життя»);
- 6) керованість життя - упевненість в принциповій можливості здійснення життєвого вибору.

Ці складові - надійні діагностичні ознаки для визначення «екзистенційного вакууму», навіть якщо вони застосовуються, в звичайній клінічній бесіді, а не в тесті. Реалізація вищих потреб - це чинник душевного здоров'я і благополуччя людини, тому не дивно, що показники свідомості буття корелюють з такими рисами і якостями особи, як невротизм, психотизм, інтернальність і емоційна стійкість.

Звичайно ж піднімаючи питання свідомості людського буття, необхідно згадати потребу в самоактуалізації. Це теж вища потреба, яка володіє високою варіативністю. **Поняття самоактуалізації** розроблялося в межах екзистенційно-гуманістичного підходу і означає прагнення і здатність людини стати тим, ким вона повинна стати, тобто відкрити своє покликання і реалізувати таланти і здібності. Якщо пошук значення життя припускає обов'язково наявність якого-небудь об'єкту за межами простору особи

(значення - в чомусь або комусь), то самоактуалізація - це розгортання потенціалу особи з самого себе, з внутрішніх суперечностей і намірів. Оскільки спочатку модель особи (яку згодом протиставили людині-маніпулятору), яка самоактуалізується, була «списана» з осіб деяких конкретних яскравих психологів (серед яких були Курт Левін, Макс Вертгеймер і інші видатні вчені), то і складові цієї якості, або властивості, теж є емпіричними. Самоактуалізація - це процес, тому людині яка реалізувалась до кінця не існує.

Отже, чим самоактуалізована людина відрізняється від невротика, маніпулятивної особи або просто людини, що не знайшла власного шляху? Можна виділити дві основні ознаки (і 12 другорядних), які діагностуються за допомогою російськомовної версії Самоактуалізаційного тесту (Personal Orientation Inventory - POI) Е.Шострома, адаптованого Л.Я.Гозманом і М.В.Латінською. Перш за все, це компетентність в часі (здатність жити теперішнім часом, але при цьому переживати спадкоємність і взаємообумовленість минулого, майбутнього і поточного моменту). Для людини, далекої від самоактуалізації, характерна прихильність до якого-небудь дискретного відрізка свого буття при байдужості до інших. Одна базова характеристика - це суб'єктивний час. Друга базова характеристика особи, яка самоактуалізується, - це так звана внутрішня підтримка (незалежність поведінки і цінностей суб'єкта від дії зовні, «полонезалежність» в здійсненні вчинків).

Ці якості включають окремі ознаки, які можуть бути згруповані в наступні 12 класів.

1. Ціннісні орієнтації, властиві особі, яка самоактуалізується, відмінні від побутових і включають творчість, любов, мораль.
2. Гнучкість поведінки як здатність йти від стереотипів, швидко і адекватно реагувати на зміну ситуації.
3. Сензетивність до себе визначає, в якому ступені людина усвідомлює і визначає свої потреби і відчуття.

4. Спонтанність як здатність виражати свої відчуття безпосередньо.
5. Самоповага як здатність суб'єкта цінувати свої достоїнства, позитивні сторони характеру і цінувати себе за них.
6. Самоухвалення як здатність приймати себе таким, як є, без оцінок і навіть іноді - всупереч ним.
7. Уявлення про природу людини у особи, яка самоактуалізується, оптимістичні, а внутрішні суперечності переборні.
8. Синергія як здатність сприймати мир і людей цілісно, без розділення на протилежності.
9. Ухвалення агресії як здатність приймати своє роздратування, гнів природними проявами людської природи.
10. Контактність як здібність до встановлення емоційно-насичених, тісних відносин з людьми.
11. Пізнавальні потреби не угасають з віком, визначають кругозір, цікавість і направляють творчість.
12. Креативність як творча спрямованість особи, здатність і бажання розвиватися.

Переживання свідомості буття, самоактуалізації, звичайно ж, може викликатися рішенням різних життєвих задач.

Стилі пізнавального ставлення до світу (епістемологічні стилі): емпіризм, раціоналізм та метафоризм. Епістемологічні стилі - це індивідуально-своєрідні форми пізнавального відношення до навколишнього світу і до самого себе як суб'єкту пізнавальної діяльності. Дж. Рос відзначав, що у кожної людини існує певний суб'єктивний простір, в рамках якого вона осмислює події і який може бути описаний трьома вимірюваннями (полюси цих вимірювань фактично характеризують властивий даній особі стиль пізнавального відношення до того, що відбувається навколо):

- 1) ступінь концептуалізації (події переживаються як диференційовані на частини, знання швидко оформлюються в слова, думки обґрунтовані - події переживаються як недиференційоване ціле, домінують інтуїтивні

припущення);

2) ступінь теоретизування (абстрактний підхід, опора на систему ідей - спостереження, опора на комплекс фактів);

3) ступінь екстенсивності (обхват безлічі фактів, ідей, багатоманітні інтереси - аналіз невеликого числа фактів, ідей, концентровані інтереси). Дж. Ройс виказав припущення, що індивідуальні уявлення про світ є функція «психоепістемологічного профілю» особи. Зокрема, існує три базові способи мислення, на основі яких будуються «образи світу», що розрізняються: емпіризм, раціоналізм і метафоризм.

1. Емпіризм - це стиль пізнання, який характеризує особу, чий погляд на дійсність детермінований перцепцією і конкретно-образним досвідом. Емпірик схилений підтверджувати свої переконання за рахунок постановки питань про факти, ретельності вимірювань, надійності спостережень.

2. Раціоналізм - це стиль пізнання, який виражається в побудові широких понятійних схем («теорій»). Адекватність власних переконань оцінюється на основі логічних висновків і обґрунтувань, при цьому критерієм надійності індивідуального образу світу є його логічна стійкість.

3. Метафоризм - це стиль пізнання, що відрізняє людину з прагненням до різноманітності вражень, комбінуванню віддалених областей знань. Характерна тенденція до символізації і глобальності розуміння того, що відбувається. Перевірка надійності індивідуального образу світу здійснюється в термінах інтуїції.

Характерно, що на думку Дж. Ройса, наявність епістемологічних стилів (емпіричного, раціоналістичного і метафоричного) приводить до появи бар'єрів між людиною і реальністю, оскільки при цьому обмежуються її уявлення про дійсний світ і з'являються специфічні суб'єктивні критерії оцінки істинності того, що відбувається.

Питання 3. Стили розв'язання проблемних ситуацій. Поняття копінг-стратегій. Стили міжособистісної взаємодії. Суб'єктна орієнтація та предметна орієнтація

Життєвий стиль не тільки формується у важких ситуаціях, він в них і проявляє себе. Існують різні способи подолання життєвих складнощів (в психології їх називають coping strategies від англійського «смітті» долати). Психологічне подолання це індивідуальний спосіб взаємодії із ситуацією відповідно до її логікою, значущістю в житті людини і його психологічними можливостями. У широкому сенсі слова «coping» включає всі види взаємодії суб'єкта із завданнями зовнішнього чи внутрішнього характеру спроби оволодіти або пом'якшити, звикнути або відхилитися від вимог проблемної ситуації. Частково це поняття перетинається з поняттям психологічних захистів, однак воно ширше, бо включає не тільки ментальну, але й фактичну реальність.

Але, наскільки б не різнилися між собою індивідуальні форми психологічного подолання, вони тяжіють до двох полюсів: 1) вирішення проблеми (об'єкт-орієнтоване подолання), 2) зміна власних установок стосовно ситуації (емоційно-орієнтоване подолання). Класифікації подолання досить розлого. До першого типу відносять реальне вирішення проблеми, «випрямлення» ситуації, пошук додаткової інформації, звернення до соціальної підтримки. Другий тип включає відкидання проблеми, навмисний відмова від пошуку інформації (подібно до страуса, заривати голову в пісок), пониження самооцінки і на цій підставі відмова від боротьби («це мені не по силам»), емоційну експресію (гнів, розпач, скорбота). Деякі автори виділяють особливо три способи емоційно-орієнтованого психологічного подолання: 1) самозвинувачення (blamed self), що виражається в критиці, жалях, повчаннях і повчаннях самому собі; 2) уникнення (avoidance), при якому людина продовжує вести себе, як якщо б нічого не відбулося; 3) бажане тлумачення (wishful thinking) примарні надії, коли людина сподівається на диво.

Можна виділити також п'ять сфер життєдіяльності людини, «підживлюють» його дії у важкий період: 1) пізнання і уявлення, 2) почуття, 3) відносини з людьми, 4) духовність і 5) радості фізичного буття. Критеріями ефективності подолання є, по-перше, об'єктивне вирішення проблемної ситуації і, по-друге, відновлення психічного благополуччя людини: зниження тривожності, ослаблення психосоматичної симптоматики. Надійним показником ефективності «coping» вважається і ослаблення почуття уразливості до стресів, зникнення страху перед дійсністю. В даний час отримані деякі дані про середню ефективності різних форм coping. Найбільш дієвим таки є об'єктивне вирішення проблеми, засноване на активній, інструментальній життєвої позиції людини. Найменш ефективними, на думку ряду авторів, є уникнення і самозвинувачення у всіх варіантах, заниження своїх можливостей і пр. Досить дієвим представляється реальне перетворення ситуації чи, принаймні, її перетлумачення. Взагалі вираження почуттів прийнято вважати хорошим способом подолання стресу; виняток становить лише відкритий прояв агресивності в силу своєї асоціальної спрямованості, але і стримування гніву, як показують дані психосоматичних досліджень, являє собою фактор ризику для психологічного благополуччя людини .

Психологічне подолання, є змінною, залежною, принаймні, від двох факторів особистості суб'єкта (за кордоном прийнято говорити про особистісні ресурсах coping) і реальної ситуації. Деякі автори виділяють в якості третього чинника очікувану соціальну підтримку, і це зрозуміло: в залежності від міцності психологічного «тилу» людина може надходити рішуче або, навпаки, уникати зіткнення з реальністю. Очевидно, що опірність суб'єкта обставинам може істотно змінюватися в залежності від того, наскільки загрозливою і керованою представляється йому ситуація і як він оцінює свої можливості, тобто знову ж від його Я-концепції. Існує залежність психологічного подолання від статі, віку та соціального середовища людини. Жінки, випробовуючи пригніченість, прагнуть думати

про можливі причини свого стану. Зверненість до причин, прагнення «ретельно обміркувати», що супроводжується з гаким фокусуванням на проблемі, проте, збільшує уразливість жінок до депресії. І в цілому для жінок у важких ситуаціях більш характерно пасивне пристосування і самозміну, а також надія і очікування. Чоловікам, навпаки, більш притаманне інструментальне ставлення до світу, прагнення його переробити, змінити по своєму образу і подобі. Вони схильні відгородитися від депресивних станів, концентруючись на діяльності, залучаючись до фізичну активність, щоб вивести себе з негативних переживань. Маскулінні та фемінні способи реагування на стрес швидше за все є результатом соціалізації, дії стереотипів, розпорядчих чоловікам бути активними і успішними, а жінкам чутливими і співпереживати .

Що ж стосується вікових закономірностей, то вони пов'язані з реальною можливістю контролювати ситуацію. Тому активне психологічне подолання характерно для людей молодого та зрілого віку, а пасивне для дітей і старих, залежність яких від світу вище в силу того, що вони або ще не набули, або вже втратили частину життєвих сил. Примітно, що виявлений позитивний зв'язок між соціальною компетентністю у дітей та їх стійкістю до стресів: якщо дитина вміє попросити дорослого про допомогу, негативних переживань у нього менше.

Висновки. Стиль людини - це стійкий цілісний паттерн індивідуальних проявів, що виражається в перевазі конкретної форми взаємодії суб'єкта з фізичної та соціальної середовищем. Структура стилю являє собою певний тип зв'язків між різними параметрами індивідуальності, з одного боку, і між цими параметрами і ситуативними змінними - з іншого.

Саме словосполучення "стиль людини" має на увазі існування якогось єдиного контуру, що об'єднує всю різноманітність і багатоваріативність стильових проявів у цілісну структурно-функціональну модель. Наявність структури передбачає виділення в моделі стійких, наскрізних характеристик,

що дозволяють проаналізувати стильові ознаки, що опинився в полі зору дослідника. Функціональність моделі створює можливості для формування різних способів організації поведінки та діяльності на основі кінцевого набору вихідних параметрів.

Завдання:

на 31.03 (Пс-22), на 07.04 (Пс-21-23)

1.) Уважно прочитати та проаналізувати матеріал лекції.

2.) Скласти міні-словник основних термінів лекції:

5 термінів – 2 бали;

10 термінів – 4 бали;

15 термінів – 6 балів.

Додаткові 2 бали (за бажанням)

3.) Пройти самостійно методику Р.Гарнера на виявлення аналітико-синтетичних здібностей. Представити та проаналізувати результати (які результати ви отримали і що це означає?)

Методика

https://studme.org/202406/psihologiya/metodika_vyyavleniya_analitiko_sinteticheskikh_sposobnostey_test_gardnera#356

Завдання на 14.04 (ПС-22), 21.04 (ПС-21, ПС-23) – 6 балів

Розробити шість тестових завдань за темою лекцій.

Приклад:

1. Питання....

А)

Б)

В) правильну відповідь позначити

Г)

План розробки та критерії оцінювання на період карантину презентацій
за заздалегідь обраними темами:

12-15 слайдів; **35 балів**

1. Диференціально-психологічна характеристика прояву особистості або групи. – **4 б.**
2. Варіанти, різновиди, підходи до індивідуальних і групових проявів. – **6 б.**
3. Скласти анкету, спрямовану на виявлення ти чи інших особливостей, за обраною темою – 12 запитань. – **12 б.**
4. Скласти п'ять тестових завдань за темою презентації (5 запитань, 3-4 варіанти відповідей, правильну позначити). – **10 б.**
5. Перелік використаних джерел. – **3 б.**
6. Підготувати презентації:

Тема: "Індивідуальні особливості ставлення до здоров'я і хвороби"

ПС-21 – Котеліна, Хабібулла (07.04)

ПС-23 – Безбородова, Белущенко (07.04)

ПС-22 – Дерій, Глушко (31.03)

Тема: "Індивідуальні особливості стилів постанови та вирішення проблем"

ПС-23 – Вовк, Пузікова (14.04)

ПС-21 – **Определите, кто** (14.04)

ПС-22 – Трохименко, Лук'янова (21.04)

PS: Всі, хто зробив та захистив презентацію до карантину, отримують додаткові 5 балів.