

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«Уральский федеральный университет
имени первого Президента России Б. Н. Ельцина»

Институт Уральский гуманитарный институт

Кафедра/департамент Кафедра общей и социальной психологии

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

СВЯЗЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И ЛИЧНОСТНЫХ
ОСОБЕННОСТЕЙ В КОНТЕКСТЕ ПОНИМАНИЯ ЧЕЛОВЕКА КАК
ОТКРЫТОЙ САМОРАЗВИВАЮЩЕЙСЯ СИСТЕМЫ

Руководитель/Научный руководитель:

Л.В. Оконечникова

Ф.И.О.

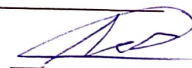


подпись

Должность, ученая степень, ученое звание: канд. психол. наук, доцент

Нормоконтролер: А.Н. Литовченко

Ф.И.О.

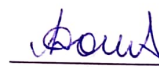


подпись

Студент группы УГИМ-220039

А.А. Долгошеина

Ф.И.О.



подпись

Екатеринбург
2024

РЕФЕРАТ

Отчет 87 с., 2 рис., 103 источн., 1 прил.

Ключевые слова: психологическое благополучие, открытая психологическая система, ригидность, флексибельность, локус контроля, когнитивная закрытость, самореализация.

Объект ВКР – психологическое благополучие студентов.

Цель работы – изучение взаимосвязи психологического благополучия и степени открытости психологической системы человека, показателями которой являются: ригидность, флексибельность, когнитивная закрытость, локус контроля.

Методы исследования: теоретический анализ и синтез, статистическая обработка эмпирических данных, описательная статистика, корреляционный анализ.

Результатом работы стало выявление корреляционных значимых связей в рамках эмпирического исследования между психологическим благополучием и когнитивной флексибельностью, локусом контроля, личностной ригидностью и когнитивной закрытостью.

Область применения полученных результатов – индивидуальное и групповое психологическое консультирование с целью повышения психологического благополучия студентов, а также тренинги по развитию личностных особенностей, связанных с психологическим благополучием.

Значимость работы – обнаруженные корреляционные связи психологического благополучия и личностных особенностей человека (ригидности, флексибельности, локуса контроля, когнитивной закрытости) позволяют говорить о возможности воздействия на показатели психологического благополучия через коррекцию показателей личностных особенностей, ведь показатели являются взаимосвязанными, а также о возможности прогнозирования изменений показателей психологического благополучия при трансформации личностных особенностей.

СОДЕРЖАНИЕ

РЕФЕРАТ.....	2
ВВЕДЕНИЕ.....	4
1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ОТКРЫТОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СИСТЕМ И ЕЕ СВЯЗИ С БЛАГОПОЛУЧИЕМ.....	9
1.1 Основные подходы к понятию психологического благополучия.....	9
1.2 Человек, как открытая саморазвивающаяся система.....	14
1.3 Континуум «ригидность – флексибельность», как показатель открытости психологической системы человека.....	24
1.4 Локус контроля, как показатель открытости психологической системы человека.....	34
2 ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СВЯЗИ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ, КАК ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОТКРЫТОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СИСТЕМ, С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ БЛАГОПОЛУЧИЕМ СТУДЕНТОВ.....	40
2.1 Характеристика выборки и методик.....	40
2.2 Результаты исследования.....	44
2.3 Анализ корреляционных связей психологического благополучия и показателей психологической открытости человека и их интерпретация....	50
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	70
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	73
ПРИЛОЖЕНИЕ А.....	85

ВВЕДЕНИЕ

Проблема психологического благополучия является фундаментальной для целого ряда гуманитарных и естественно-научных дисциплин.

К понятию психологического благополучия обращалось большое количество зарубежных и отечественных авторов, разработавших целый комплекс различных подходов к проблеме психологического благополучия. Так, Н. Брэдберн определял психологическое благополучие через соотношение позитивного и негативного аффектов; Э. Динер ввел понятие «субъективного благополучия» и определил структуру данного феномена; Р. Райан предложил рассматривать данный феномен в рамках двух подходов – гедонистического благополучия (гедонии, связанной с пассивным состоянием удовольствия) и эвдемонического благополучия (эвдемонии, процветания, позитивного функционирования); К. Рифф рассматривала психологическое благополучие, как интегративный показатель, отражающий направленность основных составляющих, связанных с позитивным функционированием человека. По определению Рифф, понятие психологического благополучия включает в себя оценку человеком своей самореализации, основывающуюся на осознании потенциальных возможностей. К. Рифф выделила шесть факторов психологического благополучия.

Целый ряд исследований посвящены изучению взаимосвязи психологического благополучия с различными личностными особенностями. Так, Е.Н. Панина изучала связь благополучия и суверенности психологического пространства; С.А. Водяха рассматривал в своих работах взаимосвязь психологического благополучия и такими аспектами творческого мышления, как гибкость и оригинальность; Т.С. Пилишвили и А.И. Савушкина исследовали связь психологического благополучия с ценностно-смысловой сферой личности; А.Г. Самохвалова, Е.В. Тихомирова разработали структурно-функциональную модель психологического благополучия, в рамках которой выделили ряд функций психологического благополучия; Г.С.

Тлеубай изучала влияние стилей мышления на психологическое благополучие, подчеркивая, что открытость новому опыту коррелирует с более позитивным видением своего личностного роста и своего психологического благополучия. Несмотря на высокую разработанность проблемы психологического благополучия в отечественной и зарубежной литературе, в науке до сих пор не существует комплексного исследования о взаимосвязи психологического благополучия и психологической открытости.

Мы предлагаем рассматривать психологическую открытость в рамках Теории психологических систем В.Е. Ключко. Согласно данной теории, человек является открытой саморазвивающейся системой. Психика человека, как системное явление, стремится с одной стороны к сохранению своей целостности, с другой стороны к избирательному взаимодействию с внешней средой, в результате которого психика интегрирует новый опыт во «внутренний мир человека», и система становится более усложненной (процесс становления системы). Более сложные системы имеют более высокий потенциал становления. Таким образом, самореализация становится неотъемлемым свойством человека, как открытой системы.

Понятие самореализации личности в рамках системного подхода рассматривал Э.В. Галажинский, определяя ее как переход возможности в действительность, основание устойчивости человека, как сложной системы. Одной из главных детерминант процесса самореализации человека, согласно подходу, является открытость психологической системы человека. Целый ряд отечественных авторов исследовал связь открытости человека как системы с такими психологическими феноменами, как жизненное самоопределение (Е.П. Федорова), особенности профессиональной ориентации (В.Г. Залевский), творческое мышление (О.В. Макаренко), готовность к изменению образа жизни (Ю.В. Ключко), субъективный контроль О.А. Бокова и др.

Одними из главных показателей степени открытости психологической системы человека является личностная «ригидность – флексибельность», а также когнитивная закрытость и локус контроля.

Проблеме ригидности как личностного свойства посвящены работы таких авторов, как Г.В. Залевский, Э.В. Галажинский, И.О. Гилева, И.А. Тепленева, О.Б. Шептенко и др. Г.В. Залевский – автор общей теории ригидности и теории фиксированных форм поведения – определяет ригидность как неспособность воспринимать и интегрировать новый опыт во внутренний мир человека. Ригидность, как устойчивая черта личности, ограничивает каналы выхода во внешнюю среду и сильно сужает возможности самореализации человека, которые раскрываются во взаимодействии со средой.

К конструкту «флексibilität» в своих работах обращались: Р. Спиро, Дж. Дженг; Г.В. Залевский, М.А. Холодная, В.А. Петровский; Х. Гави, О. Макаренко, В.М. Бызова и Е.И. Перикова. Когнитивная флексibilität определяется как склонность к вариативности восприятия нестандартной ситуации и способность находить альтернативные решения проблем. Таким образом, флексibilität обуславливает более гибкое взаимодействие со средой и возможность интеграции внешних факторов и внутреннего мира человека.

Стремление к когнитивной закрытости исследовали такие авторы, как Д. Вебстер, А. Круглянский. Они определяют когнитивную закрытость, как стремление к однозначности и поиску единственно верного решения. Закрытости противопоставляется открытость как способность воспринимать противоречивую информацию и интегрировать ее в личный опыт человека, что мы можем рассматривать как процесс самодетерминации психологической системы человека.

Итак, не смотря на достаточную разработанность проблемы открытости-закрытости психологической системы человека, в современной науке остается неизученной связь психологического благополучия, как субъективной оценки степени своей самореализации, и показателями открытости психологической системы человека (ригидность, флексibilität, когнитивная закрытость и локус контроля).

Объект исследования – психологическое благополучие студентов.

Предмет исследования – связь психологического благополучия студентов с личностными особенностями, которые являются показателями открытости психологической системы (ригидность, флексибельность, когнитивная закрытость, локус контроля).

Гипотезы исследования:

1. Существует связь между психологическим благополучием и личностной ригидностью.
2. Существует связь между психологическим благополучием и когнитивной флексибельностью.
3. Существует взаимосвязь между психологическим благополучием и когнитивной закрытостью.
4. Существует взаимосвязь между психологическим благополучием и локусом контроля.

Цель исследования – изучение взаимосвязи психологического благополучия и степени открытости психологической системы человека, показателями которой являются: ригидность, флексибельность, когнитивная закрытость, локус контроля.

Для достижения этой цели поставлены следующие **задачи**:

1. Исследовать теоретические и эмпирические данные об открытости психологической системы и психологическом благополучии.
2. Отобрать методики для эмпирического исследования психологического благополучия и открытости психологической системы.
3. Обработать и интерпретировать полученные результаты.

Для эмпирического исследования были выбраны следующие методики:

1. Для исследования уровня психологического благополучия будет использоваться Шкала психологического благополучия К. Рифф, PWB (адаптация Н.Н. Лепешинского (2007)) [1].
2. Для определения уровня такого показателя открытости психологической системы, как ригидность, будет использован Томский

опросник ригидности (Г.В. Залевский) 1987 г. [2].

3. Для определения уровня такого показателя открытости психологической системы, как гибкость, будет использоваться Опросник когнитивной гибкости (Cognitive Flexibility Inventory, CFI) (Дж. Деннис, Дж. ВандерВал, С.С. Кургиян, Е.Ю. Осаволук) 2010 [3].

4. Для определения уровня такого показателя открытости психологической системы, как когнитивная закрытость, будет использоваться Стремление к когнитивной закрытости, NFCS (Д. Вебстер, А. Круглянский, адаптация М.И. Ясин, О. Е. Хухлаев) 1994, 2023 [4].

5. Для определения уровня такого показателя открытости психологической системы, как локус контроля, будет использоваться Шкала локуса контроля Роттера (адаптация А.Г. Шмелева), 1988 г. [5].

Выборка исследования составила 131 студент-психолог 2 курса обучения, 7% мужчины, 93% женщины.

Работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованной литературы.

1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ОТКРЫТОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СИСТЕМ И ЕЕ СВЯЗИ С БЛАГОПОЛУЧИЕМ

1.1 Основные подходы к понятию психологического благополучия

Понятие «психологическое благополучие» появляется в науке, когда объектом психологии становится философская категория счастья, и начинается ряд эмпирических исследований, нуждающихся в теоретических разработках данной проблемы.

Одним из первых, кто обратился к проблеме психологического благополучия, был американский психолог Н. Бредберн. Он определял благополучие через соотношение позитивного и негативного аффектов, на основании которого человек делает вывод о субъективном ощущении счастья. При этом проведя ряд исследований Н. Бредберн обнаружил, что шкалы позитивного и негативного аффектов практически не коррелируют друг с другом, таким образом, доказав их независимость.

Альтернативный взгляд на проблему предложил американский психолог Э. Динер, который ввел понятие субъективное благополучие. Исследователь отошел от классических представлений о благополучии, как позитивном аффекте или удовлетворенности жизнью, представляющей набор стандартных критериев «хорошей жизни». Э. Динер предложил рассматривать понятие благополучия через призму субъективного восприятия человека.

Э. Динер выделил три свойства субъективного благополучия. Во-первых, оно субъективно, то есть «it resides within the experience of the individual» [6, с. 543]. Во-вторых, оно включает в себя позитивные показатели, которые являются не просто отсутствием негативных факторов, влияющих на психику, но «it is true of most measures of mental health» [6, с. 543]. В-третьих, оно включает глобальную оценку удовлетворенности всеми сторонами жизни. Концепция Э. Динера основывается на более ранних работах американских

исследователей Эндрю и Уитни, которые выделяли в структуре благополучия такие компоненты, как когнитивная оценка удовлетворенности жизнью, позитивный и негативный аффект.

Американский психолог Р. Райан предложил объединить две традиции в изучении психологического благополучия. Он рассматривал два подхода: гедонистический (от греческого *hedone* – «наслаждение», «удовольствие») и эвдемонистический (от греческого *eudaimonia* – «счастье, блаженство»). Сторонники гедонистического подхода (в т.ч. Динер) считают, что «*well-being consists of subjective happiness and concerns the experience of pleasure versus displeasure broadly construed to include all judgments about the good/bad elements of life*» [7, с. 144]. С эвдемонистической точки зрения понятие счастья нельзя приравнять к благополучию; ведь эвдемония возникает только, если «*people's life activities are most congruent or meshing with deeply held values and are holistically or fully engaged*» [7, с. 144].

Еще один подход к пониманию психологического благополучия предложила американская исследовательница К. Рифф. Исследовательница определяет психологическое благополучие, как «базовый субъективный конструкт, отражающий восприятие и оценку человеком своей самореализации с точки зрения пика потенциальных возможностей» [8, с. 49]. Данное определение психологического благополучия мы берем за основу нашего исследования.

Рассматривая психологическое благополучие, как рост и самореализацию, К. Рифф подчеркивает, что оно «*is profoundly influenced by the surrounding contexts of people's lives, and as such, that the opportunities for self-realization are not equally distributed*» [9, с. 14]. Интегрировав несколько теоретических концепций, а именно, взгляд на благополучие, как на соотношение двух аффектов и как на удовлетворенность жизнью, а также представления и самоактуализации А. Маслоу, и полноценно функционирующей личности Р. Роджерса (см. рисунок 1), К. Рифф выделила шестифакторную модель психологического благополучия.

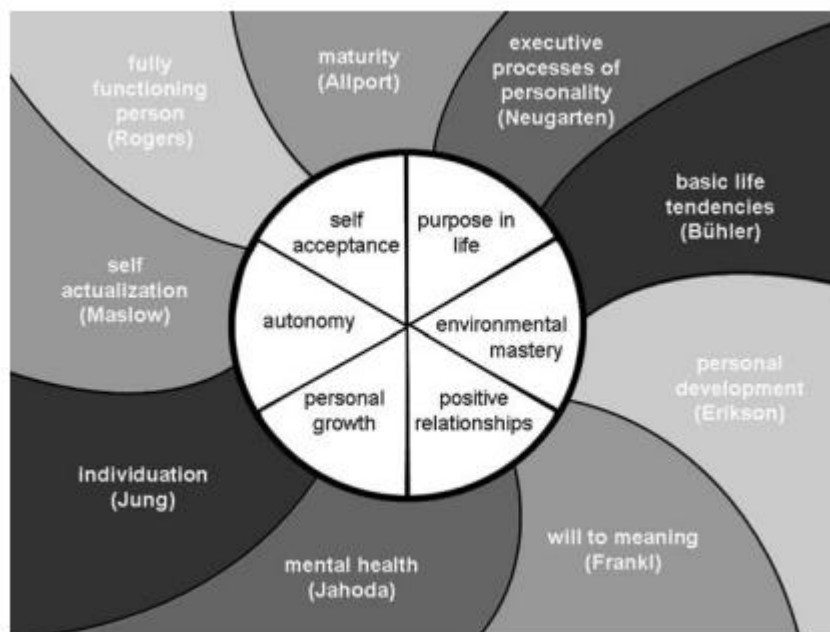


Рисунок 1 – Основные аспекты шестифакторной модели К. Рифф и их теоретические основы

В качестве факторов психологического благополучия К. Рифф выделяет:

1. Самопринятие (Self-Acceptance) – устойчивая долгосрочная самооценка, осознание своих сильных и слабых сторон, положительная оценка своего прошлого.

2. Положительные отношения с другими (Positive Relations with Others) – доверительные открытые отношения с другими людьми.

3. Личностный рост (Personal Growth) – наиболее близкое к «эвдемонии» понятие, динамичная часть позитивного функционирования, непрерывный процесс развития человеческого потенциала.

4. Цель в жизни (Purpose in Life) – чувство направленности и целеустремленности, стремление к творческой деятельности и эмоциональной интеграции в дальнейшей жизни.

5. Управление окружением (Environmental Mastery) – овладение окружающей средой, а также поиск или создание окружения, соответствующего личным потребностям и способностям человека.

6. Автономия (Autonomy) – самоопределение, независимость, внутренняя регуляция поведения. Рифф подчеркивает, что

самоактуализирующиеся личности демонстрируют «autonomous functioning and a «resistance to enculturation» (Maslow)», при этом «has an internal locus of evaluation» [9, с. 23].

Таким образом, К. Рифф, как представительница скорее эвдемонического подхода, говорила о синонимичности понятий «психологическое благополучие» и «самореализация». Шестифакторная модель психологического благополучия имеет теоретические основания в работах таких исследователей, как К. Роджерс, А. Маслоу, Э. Эриксон и др.

В отечественной психологии многие исследователи также обращались к проблеме благополучия, дифференцируя такие понятия, как «психологическое», «субъективное» и «эмоциональное» благополучие.

Российский психолог Л.В. Куликов предлагал рассматривать благополучие, как интегративный показатель, включающий в себя несколько видов благополучия: социальное (удовлетворенность своим социальным статусом), физическое (телесный комфорт, здоровье), духовное (осознание и переживание смыслов), психологическое (слаженность психических процессов, гармония личности, ощущение целостности) [10, с. 132]. Исследователь отмечал опосредованность влияния внешних факторов на переживание благополучия, т.к. субъективное восприятия зависит от специфики всех личностных сфер человека. В структуре самого благополучия Куликов выделял эмоциональный (аффекты, обусловленные оценкой субъектом успешности во всех сферах активности) и когнитивный компоненты (наличие четкой картины мира и понимание жизненной ситуации).

Еще один отечественный психолог Р.М. Шамионов изучал феномен субъективного благополучия, определяя его, как «понятие, выражающее собственное отношение человека к своей личности, жизни и процессам, имеющим важное для нее значение с точки зрения усвоенных нормативных представлений о «благополучной» внешней и внутренней среде и характеризующееся переживанием удовлетворенности» [11, с. 11].

Субъективное благополучие (ощущение удовлетворенности или неудовлетворенности) в данном подходе является результатом оценки связей между внутренним миром человека (внутренними инстанциями) и внешними объектами или объективными результатами поведения человека (внешними инстанциями). При этом Шамионов подчеркивает активность субъективного благополучия, которое не только является результатом взаимодействия окружающего и внутреннего мира, но и одним из факторов, влияющих на внешнюю активность человека. Таким образом, Шамионов подчеркивает значимую роль в оценке человеком удовлетворенности жизнью усвоенных нормативно-ценностных установок и представлений о «благополучности» внешней и внутренней среды, активно влияющих на поведение человека.

В рамках изучения психологического благополучия подростков отечественная исследовательница О.А. Идобаева вводит понятие «эмоциональное благополучие», отмечая, что «основным индикатором психологического благополучия подростка является его эмоциональное благополучие (низкий уровень тревожности, депрессивности), которое выступает показателем того, насколько объективные условия социальной ситуации развития вступают в противоречие с ценностями и интересами подростка» [12, с. 134].

Еще одни отечественные исследовательницы А.Г. Самохвалова, Е.В. Тихомирова разработали структурно-функциональную модель психологического благополучия, в рамках которой выделили ряд функций психологического благополучия (в т.ч. «адаптивную» – включение в новые для субъекта ситуации и «защитную» – предотвращение нарушения внутренней устойчивости личности) [8].

В рамках вышеперечисленных подходов проводились различные прикладные исследования психологического благополучия у студентов.

Психолог Г.С. Тлеубай изучала связь психологического благополучия (в рамках подхода К. Рифф) и стиля мышления студентов. Исследовательница выявила значимую положительную корреляционную связь между знаковым

мышлением и личностным ростом, подчеркивая, что «личности, которые склонны применять знаковое мышление легко преобразуют информации с помощью умозаключений, открыты новому опыту и реализуя свой потенциал они в более позитивном ключе видят возможности своего личностного роста»; а также значимую отрицательную корреляцию между креативным мышлением и психологическим благополучием, отмечая: «креативность как стиль мышления мало способствует целостному видению своего образа благополучия, и больше нацелен на реализацию потенциала без опоры на рефлексия» [13, с. 265].

Еще один отечественный психолог С.А. Водяха изучал взаимосвязь креативности и психологического благополучия, отмечая, что «гибкость и оригинальность являются значимыми предикторами удовлетворенности жизнью» [14, с. 95]. В своих исследованиях Водяха выявил значимые различия между группами креативных и некреативных студентов по такому показателю жизнестойкости, как контроль, что объяснял способностью креативных студентов воспринимать трудные ситуации, как потенциал для развития.

Таким образом, психологическое благополучие, как субъективная оценка человеком своей самореализации, зависит не только от ценностных установок и представлений о нормальном уровне жизни, но и от личностных черт, характеризующих степень открытости человека новому опыту и окружающему миру, а также влияющих на степень согласованности внешнего и внутреннего мира человека.

1.2 Человек, как открытая саморазвивающаяся система

Понятие системы универсально, и в той или иной степени рассматривается в рамках любой науки. Какую бы систему мы не рассматривали – она будет обладать общими свойствами и характеристиками. Американские исследователи А.Д. Холл и Р.Э. Фаген определяют системы, как «a set of objects together with relationships between the objects and between

their attributes» [15, p.18]. Объекты – это составные элементы системы, а атрибуты – отличительные свойства каждого элемента системы. Любая система представляет собой не просто сумму нескольких компонентов, но и структурные и функциональные связи между ними, таким образом, система всегда больше, чем сумма ее частей.

Важной составляющей системы является граница – то, что отделяет данную структуру от окружающей среды. Граница носит защитную функцию для наполнения системы. Степень отграничения системы и среды характеризует систему, как открытую или закрытую. Отечественный психолог А.В. Черников отмечает, что «системы считаются открытыми, когда между ними и средой происходит обмен (ввод, вывод), или закрытыми, когда такого обмена не происходит» [16, с. 16].

При этом для сохранения своей целостности система должна балансировать между абсолютной открытостью и закрытостью. Как пишет А.В. Черников, «для удовлетворительного функционирования системы необходимо, чтобы разграничительные линии обозначались ясно и четко, но при этом были подвижны. В этом случае они способствуют сохранению внутренней стабильности, и вместе с тем система обладает той открытостью, которая необходима для ее адаптации и развития в соответствии с изменениями внутри и вне системы» [16, с. 16]. Если граница слишком жесткая и непроницаемая – система перестает взаимодействовать с окружающей средой, если граница слишком слабая и нечеткая – система теряет свою целостность, и ее структурно-функциональное наполнение становится хаотичным. Без контакта со средой система перестает меняться и, как следствие, развиваться; однако если такой контакт становится чрезмерным – система теряет свою идентичность, начинает разрушаться.

Человека, как сложный субъект, состоящий из различных структурно-функциональных механизмов, также можно рассматривать как систему. Впервые, в рамках психологии личности, данный подход предложил американский психолог, один из основоположников психологии личности, Г.

Оллпорт. Он определял личность, как «динамическую организацию психофизических систем индивида, которая обуславливает характерное для него поведение и мышление» [17, с. 236]. Подчеркивая, что все живые системы – открытые, исследователь выделяет четыре свойства, характерных для таких систем:

- взаимообмен веществом или энергией с окружающей средой;
- стремление к поддержанию гомеостатического состояния (целостности, устойчивости);
- увеличение упорядоченности со временем, благодаря усложнению отдельных подструктур или системы в целом;
- экстенсивный контакт с окружающей средой.

Г. Оллпорт подчеркивает, что на контрасте с альтернативными теориями личности, которые рассматривают только первые два критерия, необходимо рассматривать личность как динамическую структуру, не просто стремящуюся к гомеостазу, а принимающую более сложные, но организованные формы в результате взаимообмена с окружением. При этом личность «при всех своих развернутых взаимодействиях с миром, остается отдельной единицей» [17, с. 459].

Таким образом, Г. Оллпорт одним из первых начал рассматривать человека как открытую целостную функционирующую структуру, описав особенности и механизмы функционирования открытых живых систем как таковых.

В отечественной психологии методологическую основу изучения человека, как системы, заложил В.Е. Ключко – автор теории психологических систем (ТТС). Ключко описывает человека, как «открытую самоорганизующуюся систему» [18, с. 27]. Взаимодействие системы со средой является стандартным процессом, отражающим несколько универсальных особенностей любой открытой системы.

Стремление к сохранению целостности, как имманентное свойство

открытой системы, порождает способность отделять внутреннее (присущее системе) от внешнего. Это стремление проявляется в поиске во внешнем мире, опознанию и присвоению системой тех объектов, явлений, ценностей, которые будет поддерживать ее целостность. В результате такого избирательного взаимодействия психологическая система приобретает более сложные формы, вступающие в дальнейший избирательный контакт со средой. Таким образом, система всегда остается «незавершенной» и для сохранения целостности стремится к дальнейшему избирательному взаимодействию. В этом В.Е. Ключко видит механизм самодетерминации системы, в рамках которого человек «получает возможность воздействовать на самого себя и реализовывать свои возможности» [18, с. 102]. Таким образом, система усложняется и расширяется посредством избирательного взаимодействия с окружающей средой.

В рамках теории психологических систем самореализация и самодетерминация являются необходимым условием жизни, имманентно присущим человеку свойством. В рамках этих процессов формируется многомерный мир человека – «особое пространство, усложняющееся по мере обретения им новых координат» [18, с. 104]. В этом пространстве преодолевается противопоставление «внешнего» и «внутреннего», и «освоенные» части окружающей среды становятся «внутренними» элементами психологической системы, порождая новые ее конфигурации, которым «соответствует совершенно другой круг “внешнего”» [18, с. 109]. На основании чего в качестве главной функции психики В.Е. Ключко называет системообразующую, т.е. поддержание целостности психологической системы, как саморазвивающегося механизма. Таким образом, процесс самореализации открытой психологической системы заключается в расширении и усложнении многомерного мира человека посредством избирательной интеракции с внешней средой и интеграции приобретенных новообразований. Процесс самореализации не имеет конечной точки, с развитием системы увеличивается ее потенциал взаимодействия с миром.

Процесс саморазвития (самореализации) личности изучался в рамках различных подходов большим количеством исследователей. Наиболее часто к данной проблеме обращались психологи экзистенциального (гуманистического) направления.

Так, одним из наиболее ярких представителей гуманистического направления, внесший большой вклад в изучение самореализации, является американский психолог А. Маслоу. Изучая структуру мотивации, исследователь выделял низшие (физиологические потребности, потребность в безопасности) и высшие потребности (социальные, престижные, духовные), относя к последним самоактуализацию. Все базовые потребности выстраиваются в определенную иерархию от наиболее доминирующих к наименее, при этом автор подчеркивает, что «высшее может проявиться лишь на основе низшего, но, в конечном счете, упрочившись, может стать относительно независимым от низшего» [19, с. 114].

Под самоактуализацией А. Маслоу понимает «внутреннее развитие того, что уже есть в организме, или, точнее, того, что представляет собой организм» [19, с. 120], с одной стороны подчеркивая имманентный, присущий каждому человеку в целом, характер данного явления, с другой отмечая, что самоактуализация – предельно индивидуальный процесс. В своей работе «Мотивация и личность» А. Маслоу перечисляет свойства самоактуализированных личностей, среди которых называет автономность и креативность. Автономность в данном случае понимается, как выраженная индивидуальность, независимость от окружения, а креативность, как творческое начало во взаимодействии со средой, оригинальность, изобретательность. Данные характеристики отражают уникальность психологической системы человека, открыто контактирующего с миром.

Схожий подход описывает американский психолог К. Роджерс, подчеркивая, что самоактуализация (стремление к росту) является неотъемлемой частью человеческой жизни, активирующейся во взаимодействии с внешним миром. Исследователь понимает

самоактуализацию, как «тенденцию проявлять и задействовать все возможности организма до такой степени, чтобы они усиливали организм или Я» [20, с. 9]. Именно самоактуализация, по мнению К. Роджерса, является главным источником становления личности человека.

Говоря об открытости человека миру, К. Роджерс отмечает не только «движение в направлении обретения все более сложного и разнообразного опыта», но и преодоление границ и «творческую адаптацию личности к постоянно изменяющемуся, обновляющемуся миру» [20, с. 208]. Таким образом, становление личности в процессе самоактуализации (как неотъемлемого свойства человеческой психики) заключается в активном творческом взаимодействии с окружающей средой, результатом которой становится усложнение структуры личности.

Отечественный психолог В.Е. Галажинский также занимался исследованием феномена самоактуализации (самореализации) с точки зрения теории психологических систем. Он рассматривал данное понятие, как «форму проявления самоорганизации человека, рассматриваемого в качестве открытой психологической системы» [21]. Исследователь подчеркивает, что самореализация – надындивидуальный процесс, который разворачивается в процессе взаимодействия с другими людьми и миром в целом.

Говоря о факторах процесса самоорганизации системы, В.Е. Галажинский выделяет причинные и не причинные детерминанты: «первые инициируют процесс самореализации, а вторые динамизируют его и придают ему направленность и избирательность» [21]. Причинная детерминанта заключается в имманентности свойства открытых систем самоорганизовываться. Не причинная же детерминанта внеситуативна и связана со степенью открытости или закрытости психологической системы, он «обуславливает направленность самореализации и ее избирательный характер и обеспечивается психологическими новообразованиями» [21]. В частности, среди не причинных детерминант самореализации В.Е. Галажинский выделяет континуум «ригидность – гибкость», а также локус контроля.

Таким образом, несмотря на то, что процесс самореализации является неотъемлемым качеством психологической структуры, на него оказывает влияние большое количество факторов, среди которых первостепенное значение имеют показатели открытости психологической системы человека.

Одним из таких показателей можно считать когнитивную закрытость. К проблеме когнитивной закрытости обращались в своих работах исследователи Д. Вебстер и А. Круглянки. Они определяли данное понятие, как «процесс, помогающий получить однозначный ответ и избежать двусмысленности» [22, с. 178]. Когнитивная закрытость позволяет сделать однозначные выводы и отсеять противоречивую информацию. Противоположное же свойство – когнитивная открытость – направлено на восприятие разнообразных сведений и их интеграцию, умение находить компромиссы. Таким образом, оба процесса необходимы как инструмент регулирования взаимодействия со средой: когнитивная закрытость позволяет делать контакты со средой избирательными, в следствие чего психологическая система остается целостной, а когнитивная открытость позволяет интегрировать новую информацию и опыт в многомерный мир человека.

В отечественной и зарубежной науке существует ряд исследований, которые изучают взаимосвязь когнитивной закрытости и личностных особенностей.

Так, отечественный психолог М.И. Ясин изучал связь когнитивной закрытости и установок в межличностном общении [23]. В ходе эмпирического исследования автор выявил следующие закономерности:

- «решительность» как аспект когнитивной закрытости находится в оппозиции по отношению к другим показателям этого явления;
- люди с ярко выраженной решительностью, склонностью к планированию и порядку, а также когнитивной открытости не фиксируются на негативных эмоциях при общении (обнаружены значимые корреляции);

- чем меньше когнитивная закрытость, тем менее негативно испытуемые оценивают свой опыт общения.

Отечественная исследовательница К.А. Антонова изучала связь между стремлением к когнитивной закрытости и адаптивными стратегиями [24]. Автором была выявлена значимая корреляционная связь между когнитивной закрытостью и такими стратегиями, как «пассивное подчинение условиям среды», «пассивное выжидание изменений среды».

Таким образом, когнитивная закрытость с одной стороны обуславливает естественный механизм сохранения целостности системы, с другой стороны при сильной выраженности ограничивает взаимодействие психологической системы со средой и процесс самореализации.

Итак, человек, как живой организм, является открытой системой, для которой характерно с одной стороны стремление к поддержанию внутреннего порядка и целостности, с другой стороны стремление к усложнению и развитию своей психологической структуры посредством контакта с окружающей средой. В рамках такого взаимодействия психологическая система человека приобретает новообразования, интериоризуя феномены или ценности внешнего мира во внутренний мир человека. Обновленная и упорядоченная таким образом психологическая система способна на новые способы взаимообмена с окружением.

Данный процесс описывает сущность понятия самореализации личности. При этом, важной особенностью самореализации как процесса, является ее индивидуальность. Каждая личность актуализирует и развивает уникальные, присущие ей черты и диспозиции: источник развития системы находится внутри самой системы. Таким образом, мы можем выделить ряд детерминант, влияющих на ход самоактуализации. Одной из таких детерминант выступает степень открытости психологической системы, включающая в себя целый комплекс показателей. К таким показателям можно отнести: личностную ригидность, когнитивную флексибельность,

когнитивную закрытость и локализацию субъективного контроля. Когнитивная закрытость отражает стремление личности к однозначности и разрешению ситуации неопределенности. Такие же особенности, как ригидность, флексибельность и локус контроля подлежат отдельному рассмотрению.

1.3 Континуум «ригидность – флексибельность», как показатель открытости психологической системы человека

Самореализация человека является результатом системной детерминации. Следовательно, можно выделить ряд общесистемных черт, характеризующих степень открытости психологической системы человека и одновременно – степень ее устойчивости во время изменений, обеспечивающих ее развитие. Такие психологи, как Э.В. Галажинский, В.Г. Залевский, О.А. Бокова, Ю.В. Клочко, М.А. Алимова, Е.П. Федорова и др., отмечали, что одними из основных показателей открытости психологической системы являются ригидность и флексибельность. При этом вышеперечисленные исследователи подчеркивали, что оба понятия образуют дихотомическую целостность, образуя континуум «ригидность – флексибельность». Далее в нашей работе мы будем рассматривать эти понятия, как две части единого биполярного показателя открытости психологической системы человека.

Теоретическую базу в исследованиях психологической ригидности как личностного свойства заложил отечественный психолог Г.В. Залевский – автор теории фиксированных форм поведения (ФФП). По ФФП автор понимает «широкий спектр повторяющихся или не изменяющихся форм поведения человека или группы людей в ситуациях, которые объективно требуют их прекращения или изменения; при этом уровень осознания, понимания и принятия необходимости этого изменения может быть различным» [25, с. 38]. Под ФФП может пониматься широкий спектр

поведенческих паттернов или стереотипов мышления. На ФФП оказывает влияние, прожитый человеком, опыт в виде:

- мыслей, представлений, убеждений, ценностей;
- эмоциональных переживаний, чувств;
- навыков, умений, двигательных паттернов.

Однако, не любое привычное или шаблонное действие можно назвать фиксированной формой поведения. Так, приобретенный по тем или иным причинам, поведенческий стереотип может рассматриваться лишь как потенциальное фиксированное поведение. Превращение стереотипа в ФФП зависит от того, насколько он адекватен требованиям окружающей среды. Г.В. Залевский отмечает: «Да, ФФП – это и привычка, и стереотип, но только в том случае, <...> когда ситуация требует их прекращения или изменения, поскольку они могут принести вред самому человеку, как индивидуальной системе» [25, с. 38]. Таким образом, лишь неадекватные ситуации формы поведения можно рассматривать как фиксированными.

Существует несколько моделей ФФП, отражающих причины их формирования и механизм действия. Рассмотрим некоторые из них.

Нейродинамическая модель ФФП (В. Мерлин, В. Русалов). Главным фактором, влияющим на формирование ФФП, в рамках данной концепции, является сниженная активность нервных процессов (речь об астенизации, патологиях и проч.). Однако, Г.В. Залевский отмечает, что корреляции «между особенностями нервных процессов и психологическими/личностными особенностями человека» [26, с. 16] непрямы.

Энергетическая модель ФФП (В. Бехтерев, Д. Узнадзе, А. Ухтомский). В рамках данной концепции, любые стереотипные и шаблонные действия объясняются из общего принципа экономии энергии. ФФП являются примером установки на наименьшее действие, позволяющей не тратить излишки энергии, когда это не требуется, однако в ситуациях необходимости изменений – являются препятствием на пути к новообразованиям

психологической системы.

Филогенетическая модель ФФП (Лоренц, Тинберген). Сторонники данной концепции подчеркивают, что ФФП проявляют животные в целом, причем «чем ниже на филогенетической лестнице находятся живые существа, тем вероятнее проявление ими таких форм поведения» [26, с. 16]. Основной фиксированной формой поведения у животных называется инстинкт.

Онтогенетическая модель ФФП (Вернер). Сторонники данного подхода отмечают, что степень гибкости и изменчивости реакций организма связана с онтогенетическим развитием. В частности, с такими характеристиками, как возраст, пол, образование, интеллект, аффективность и проч.

ФФП как «нарушение личностно-средовой взаимосвязи» (И.Сеченов, Бернар, Кэннон, Павлов). Исследователи, в рамках данного подхода, описывают поведение человека через гармонию взаимодействия внутренней и внешней среды. При этом, когда речь идет о ФФП – происходит нарушение равновесия вследствие детерминации поведения внутренними состояниями, неадекватными объективным требованиям окружающей среды.

Стрессогенная модель ФФП (Левитов, Уолперт). В рамках данной модели причины ФФП связываются с сильным и длительным воздействием стрессоров на организм. Одной из диспозиций ФФП здесь является личностная ригидность.

Системная модель ФФП. В рамках данной модель ФФП рассматриваются как не только индивидуальный, но и групповой феномен, способный проявиться на уровне малых или больших групп. ФФП могут выражаться в закрытости социокультурных систем, этнических стереотипах, устаревших традициях и проч.

Диспозиционная модель ФФП (Оллпорт, Кеттел, Залевский). Как отмечает Оллпорт, «черта личности является движущим или определяющим элементом поведения» [27, с. 192]. Связь между показателем континуума «ригидность – флексибельность», как личностной чертой, и степенью ФФП доказывается и в работах Г.В. Залевского.

Акциональная структурно-уровневая модель ФФП (Жане, Роговин, Залевский и др). Данная модель является интегрирующим подходом к понятию ФФП. Личность, в рамках данной концепции, имеет структурно-уровневую организацию, а личностная ригидность обуславливает специфику ФФП человека.

Г.В. Залевский рассматривает феномен ригидности с позиции двух последних моделей. Под психической ригидностью исследователь понимает «относительную неспособность личности в случае требований объективной ситуации изменить элемент или всю программу поведения» [25, с. 39]. С одной стороны, ригидность можно рассматривать, как отдельную черту, периодически проявляющуюся в различных жизненных ситуациях, с другой – можно говорить о «ригидном типе личности».

Рассматривая личностную ригидность в рамках структурно-уровневого подхода, Г.В. Залевский говорит о двух типах нарушений отношений между акциональными уровнями:

1. Уровень средств (низший уровень) срачивается и подавляет высший (уровень целей);
2. Высший уровень (уровень целей) «опускается» и подменяет уровень средств.

В первом случае, личность прибегает к средствам, неадекватным цели (сама цель остается адекватной). Таким образом, фиксированные формы поведения, как средство, оказываются не подходящими для достижения цели. Во втором случае, цель становится самоцелью или срачивается со средством, результатом чего, становится упрощение структуры до установки «одна цель – одно средство» (зависимости, сверхценные идеи и проч).

Проведя ряд экспериментов, Г.В. Залевский выделяет два типа действия среди испытуемых: ригидное и флексибельное. «В случае флексибельного действия испытуемые полностью объективируют ситуацию» [26, с. 182], т.е. дают ей адекватную оценку (объективация на уровне вопроса «Что такое?»), разделяют средство и поставленную цель и выбирают из ряда различных

вариантов средство адекватное цели. Таким образом, на всех уровнях объективации средства и цель остаются отдельными и соразмерными друг другу. Еще более точную дифференциацию типов флексибильного поведения дал американский психолог А. Лачинз, выделивший два типа гибкого поведения [28, с. 3]:

- флексибильно-пластичное (при возникновении задач, требующих нового типа решения, найденным способом решаются и последующие задачи);
- флексибельно-эластичное (возвращение к старому способу решения задач, после нахождения альтернативного способа справиться с нестандартной задачей).

«При ригидном же действии, хотя объективация и происходит, она является как бы неполной, остается лишь на уровне вопроса» [26, с. 182]. Цель и средства при ригидном поведении не дифференцируются, для решения новых задач применяются шаблонные действия. По причине сращивания средства и цели поведение остается неизменным, не смотря на необходимость его коррекции. Таким образом, причиной ригидного действия является нарушение акциональной уровневой структуры, в которой начинает доминировать либо неадекватная цель, либо неадекватное средство. Такое действие В. Залевский рассматривает как индикатор снижения личностного уровня.

Ригидный тип личности Г.В. Залевский делит на стенический и астенический в зависимости от того, к какому типу ригидного действия личность прибегает (неадекватная цель или неадекватное средство). Для стенического типа характерны: активное следование привычным формам поведения, сопротивление новым требованиям среды, выраженность аффекта, ригидность целей, экстравертированность, неадекватно завышенная самооценка. Для астенического типа свойственно: сниженная аффективность, пассивное следование привычным формам поведения, тревожность, ригидность средств, интровертированность, неадекватно заниженная

самооценка, сопротивление новому.

Помимо ригидного и флексибильного, Г.В. Залевский выделяет промежуточные или «выбивающиеся» типы личности:

- гипоригидные (испытуемые с данным типом поведения не могли справиться с новой для них задачей, однако находили альтернативные способы решения последующим задачам);
- модификаторы (испытуемые не отказывались полностью от привычного способа решения, а лишь несколько модифицировали его);
- субъективисты (испытуемые данного типа решали задачу привычным способом, однако ошибочно получали правильный ответ, будучи уверенными, что решение верно).

Также, анализируя исследования американского психолога Дж. Рефиш, Г.В. Залевский перечисляет черты, характерные для каждого полюса континуума «ригидность – флексибильность». Для ригидной личности характерно:

- повышенный самоконтроль, скованность, социальная интровертированность, медлительность в принятии решений узость интересов.
- рутинность, нетерпимость к изменениям или неопределенности, формальность, не адаптивность.
- подчиненность авторитетам, авторитарность, предвзятость, зависимость.
- навязчивые персеверативные тенденции.
- тревога, беспокойство, подавленность, навязчивые сомнения, чувство неполноценности, недоверчивость.

Для флексибильной личности характерно:

- экстравертированность, социальная открытость, внимание к людям, спонтанность, разговорчивость, оригинальность, независимость;

- адаптивность, толерантность к изменениям, беспорядку или неопределенности;
- самоутверждение, требовательность, откровенность;
- надежность, подвижность, эмоциональная развитость.

Таким образом, в рамках теории Г.В. Залевского фиксированные формы поведения проявляются лишь тогда, когда шаблонное действие становится неадекватным требованиям окружающей среды. Интегративным показателем ФФП в структуре личности является континуум «ригидность – флексибильность», в рамках которого ригидность понимается, как неспособность коррекции поведения или мышления в целом или их отдельных элементов при объективной необходимости их изменения. Флексибильность же понимается как свойство противоположное ригидности, то есть возможность применять несколько альтернативных средств для достижения одной и той же цели, менять установки, если этого требует окружающая реальность.

В рамках теории психологических систем понятие ригидность рассматривал психолог Э.В. Галажинский, отмечая, что «сущность ригидности как общесистемного свойства заключается в том, что она является собой интегральный, наиболее общий показатель степени открытости психологической системы» [29]. С одной стороны, высокая ригидность препятствует контакту с окружающей средой, а соответственно, психологическая структура не приобретает новые формы, поведение становится стереотипным и человек не самореализуется. С другой стороны, заниженные показатели ригидности, гипертоткрытость и избыточная интеграция внешних паттернов и ценностей могут дестабилизировать систему, снизив способность выстраивать приоритеты между бесконечно открывающимися возможностями.

Исследователь рассматривает ригидность не просто как личностную черту, характеризующую деятельность человека, ригидность как

общесистемное свойство также влияет на когнитивные установки, восприятие и другие психические процессы. Э.В. Галажинский отмечает, что ригидность «может блокировать и сам вывод в сознание определенных жизненных обстоятельств, которые связаны с неудачами реализации в них стереотипов, сложившихся в других обстоятельствах, а кроме того, блокировать в сознании и те обстоятельства, которые связаны с открывающимися возможностями выхода за пределы требований ситуации» [29]. Таким образом, ригидность не просто блокирует процесс формирования новых поведенческих форм в нестандартных ситуациях, но и ограничивает восприятие потенциальных возможностей для самореализации, такая блокада сознания лишает человека перспектив взаимодействия со средой и приобретения нового опыта.

Процесс «распознавания» и интеграции внутрь системы внешних по отношению к ней феноменов и смыслов происходит благодаря ценностно-смысловой наполненности внутреннего мира человека, что является составляющей его опыта. Э.В. Галажинский подчеркивает, что «ригидность на самом деле указывает на соотношение смысла и ценности того, что включает в себя наличная ситуация с имеющимся опытом поведения в аналогичных ситуациях, встречавшихся в прошлом» [29]. В фиксированной форме поведения отражается не только усвоенный поведенческий паттерн, а целый комплекс смыслов, ценностей, оценок, установок, сформировавшихся под влиянием прожитой ситуации. Этот набор выработанных принципов автор называет «психологической реальностью» человека. Психологическая реальность, отражающаяся в ригидном поведении, оказывается «застывшей», «окаменевшей».

Один из полюсов континуума «ригидность – гибкость» изучали американские психологи Р. Спиро и Дж. Дженг. Исследователи рассматривали понятие когнитивной гибкости в ситуации обучения, описывая гибкость, как «this includes the ability to represent knowledge from different conceptual and case perspectives and then, when the knowledge must later be used, the ability to construct from those different conceptual and case

representations a knowledge ensemble tailored to the needs of the understanding or problem-solving situation at hand» [30]. Авторы подчеркивают, что «монолитные», заранее определенные истины не способны объяснить сложность отдельных случаев, которые на практике всегда вариативны и неструктурированы. Так, в плохо структурированных неизученных областях уже имеющиеся знания необходимо использовать альтернативными, нестандартными способами. Сложные области знания требуют множественных и вариативных представлений, позволяющих на основании уже заложенных знаний творчески переосмыслить поставленную проблему.

Таким образом, фиксированные формы поведения являются результатом неадекватной оценки актуальной ситуации (под влиянием «окаменевшей» психологической реальности) и воспроизведение шаблонных поведенческих паттернов, препятствующих процессу самореализации.

В рамках вышеперечисленных подходов проводилось множество исследований взаимосвязи континуума «ригидность – гибкость» с различными демографическими и личностными чертами.

Так, изучая возрастно-половые характеристики ригидных личностей Г.В. Залевский обнаружил, что «утверждение о большей в целом ригидности мужчин или женщин» [31, с. 22] неправомерным, в возрастном плане, более ригидными оказались люди пожилого возраста.

Отечественный психолог Е.П. Федорова изучила связь жизненного самоопределения человека и континуума «ригидность – гибкость». Под жизненным самоопределением исследовательница понимает «процесс свойственный человеку как открытой системе в его пространственно-временной организации; перманентно воспроизводимое противоречие между образом жизни и той картиной мира, которая складывается у человека в каждый момент времени, является источником движения («развертывания») этой системы» [32]. Проведя эмпирическое исследование и факторный анализ полученных данных, исследовательница выявила, что фактор «ригидность-гибкость» является основополагающим в системе предикторов

самоопределения человека, содержательно и динамически определяя успешность жизненного самоопределения личности.

К проблеме ригидности обращался еще один отечественный психолог М.А. Алимова. Она провела исследование взаимосвязи личностной ригидности и особенностью становления профессиональных установок. Исследовательница выявила значимые корреляционные связи между рядом факторов личностной ригидности и типами профессиональных установок. М.А. Алимова отмечает, что «чем выше у респондентов уровень выраженности симптомокомплекса ригидности (СКР), тем чаще он склонен демонстрировать скрытно - отрицательный тип профессиональной установки на восприятие ученика; наличие высоких показателей таких шкал ригидности как актуальная ригидность (АР) и установочная ригидность (УР) отмечается у испытуемых, для которых характерен функциональный тип профессиональной установки; а сочетание высоких показателей по шкалам актуальная ригидность (АР) и сенситивная ригидность (СР), свойственно испытуемым с доминирующим ситуативным типом профессиональной установки» [33]. Таким образом, на формирование положительного типа профессиональной установки влияют такие показатели, как СКР и АР; а на формирование отрицательного образа – СР, РСО, СКР, АР. При этом высокие показатели ригидности обеспечивают устойчивость профессиональных установок, а умеренная ригидность – их динамике.

Взаимосвязь ригидности с субъективным качеством жизни и смысложизненными ориентациями изучала В.А. Непомнящая [34]. Исследовательница отмечает, что уровень развития многомерного мира человека, как открытой системы, отражают такие черты, как личностная ригидность и смысложизненные ориентации, являющиеся детерминантами субъективного качества жизни человека. Проведя эмпирическое исследование Непомнящая выявила, что средний и высокий уровень ригидности как состояния коррелирует со средним и низким субъективным качеством жизни, а также ее осмысленностью.

Связь личностной ригидности с работой защитных механизмов психики изучали такие исследователи, как А. Лачинз, А.Ф. Лазурский, К. Роджерс. Психологи отмечают, что «причиной ригидности поведения могут быть напряжения, связанные с тревогой, страхом, фрустрацией, шоком, катастрофическими ситуациями» [35, с. 25]. Так, А. Лачинз анализируя результаты своих эмпирических исследований отмечает, что показатели ригидности значительно увеличиваются при решении испытуемыми задач под воздействием социальной атмосферы, провоцирующей тревогу. А отечественная исследовательница Е.А. Рождественская выявила, что у испытуемых с субдепрессивными и астеническими проявлениями усиливается ригидность в эмоциональной сфере.

Отечественный психолог О.В. Макаренко исследовал специфику проявления континуума «ригидность – флексибельность» у школьников в ситуации необходимости решения нестандартных задач [36]. По результатам проведенного исследования, автор отмечает, что школьники с завышенным показателем установочной ригидности (УР) с трудом меняют привычный способ решения задачи на альтернативный, даже если они предрасположены к творческому решению. Школьники с низкими показателями установочной ригидности легко находили нестандартные методы решения новых задач. Также Макаренко отмечает, что развитие флексибельности у школьников возможно через решение непривычных задач.

Итак, континуум «ригидность – флексибельность» как показатель открытости психологической системы, обуславливает не только степень адаптивности к окружающей среде, выражающейся в нестандартности, не шаблонности действия, но и в степени гибкости установок. Для ригидного типа личности характерны: стереотипное поведение и установки, неадекватные требованиям актуальной ситуации. Для флексибельного типа характерны: поиск альтернативных способов деятельности и вариативность установок.

1.4 Локус контроля как показатель открытости психологической системы человека

Еще одним показателем открытости психологической системы человека, в рамках системного подхода, такие исследователи, как Э.В. Галажинский, О.А. Бокова, Ю.В. Клочко и др., выделяют внутренний контроль личности.

Впервые о локусе субъективного контроля заговорил американский психолог Дж. Роттер. Он описывал данное понятие, как «устойчивое свойство индивидуума, формируемое в ходе социализации» [37, с. 333–334]. Эта личностная черта характеризует склонность человека приписывать причинность своих успехов или неудач внутренним или внешним факторам. Исследователь выделяет два типа локализации внутреннего контроля: интернальный и экстернальный.

Под экстернальность (внешним локусом контроля) Роттер понимает тенденцию личности приписывать результаты своей деятельности внешним факторам. Человека с данным типом внутреннего контроля приписывает свои успехи или неудачи внешним силам: обстоятельствам, судьбе, другим людям, окружающей среде и т.д.

Под интернальностью (внутренним локусом контроля) исследователь понимает склонность личности объяснять результаты своей деятельности внутренними факторам. Такой человек рассматривает происходящие с ним события зависят от его уровня личностной активности, способностей, навыков, личностных свойств, целеустремленности, компетенций.

Дж. Роттер считал, что внутренний контроль формируется как личностная черта в процессе социализации (социального обучения) ребенка. По мере развития ребенка (от младенчества до детства), определенный тип поведения усваивается им в результате той или иной формы подкрепления. Как отмечает исследователь, «this reinforcement increases the child's expectancy that a particular behavior will produce the desired reinforcement. Once this

expectancy is established, the removal of reinforcement will cause the expectancy of such a relationship between behavior and reinforcement to fade» [38, с. 325]. Таким образом, иногда подкрепление может зависеть от поведения ребенка, а иногда – нет. Следовательно, по мере взросления одни дети будут чаще сталкиваться с обстоятельствами, в которых их поведение непосредственно влияет на результат, а у других подкрепление будет являться следствием внешних обстоятельств. Таким образом, специфика индивидуального опыта каждого человека формирует его представления о том, где находится локус контроля поведения: внутри или снаружи.

Дж. Роттер, как представитель бихевиорального направления, рассматривает механизм формирования локуса контроля, как устойчивая личностной черты, под влиянием внешних стимулов (определенных условий). Однако на сегодняшний день все чаще исследователи рассматривают локус контроля скорее, как динамическая черта, которая может меняться и смещаться в тех или иных обстоятельствах. Так, например, отечественная исследовательница О.И. Крушельницкая отмечает, что локализация контроля – «важнейший фактор развития личности, <который> может претерпевать изменения под влиянием различных внешних и внутренних факторов» [39, с. 2].

Еще один отечественный психолог С.Г. Колесов также отмечает, что человек не всегда однозначно определяет экстернальные и интернальные причины результатов поведения. В таком случае человек видит целый комплекс причин: как внутренних, так и внешних. Такой локус контроля исследователь называет «амбернальным». Для людей с данным типом субъективного контроля «свойственна выраженная противоречивость между личностными характеристиками и проявлением их в рамках поведения» [40, с. 276]. «Амбернальное» поведение сочетает в себе черты интернальности и экстернальности, усиливающиеся или ослабевающие в зависимости от актуальной ситуации и требований окружающей среды.

В рамках теории психологических систем, локус контроля, как

показатель открытости психологической системы человека, рассматривал Э.В. Галажинский. Говоря о самоактуализации, исследователь отмечает, что важной детерминантой данного процесса является мотивация деятельности. Он разделяет два типа мотивации – внешний и внутренний – подчеркивая, что первая сопровождается экстернальным локусом контроля, а вторая – интернальным. По словам психолога, личность, которая отталкивается от внешней причинности, «подвержена частым затруднениям в ходе самореализации, которые в силу <экстернальности> не осознаются, и человек не делает попытку скорректировать свою тактику» [41, с. 15]. Помимо этого, экстернальность может провоцировать проявление защитных механизмов личности и стереотипное поведение. Таким образом, экстернальный локус каузальности усложняет или корректирует процесс самореализации человека.

С позиций системного подхода рассматривает локус контроля и отечественная исследовательница О.А. Бокова. Психолог отмечает, что «интернальный субъективный контроль, детерминируя внутреннюю активность человека, способствует усложнению его системной организации и открытости» [42, с. 42]. В своем исследовании Бокова приходит к выводам о схожести в описании флексибельных и интернальных типов личности. Исследовательница полагает, что субъективный контроль является регуляторным свойством, основанием для развития остальных свойств личности и одновременно – результатом осмысления места личности в окружающем мире. В рамках этого осмысления внешняя среда противопоставляется внутреннему миру человека и принимается как источник развития психологической системы (самореализации личности). Таким образом, интернальный и экстернальный субъективный контроль обуславливает внутреннюю или внешнюю направленность человека по отношению к актуальным для него событиям.

Проведя эмпирическое исследование о взаимосвязи континуума «ригидность – флексибельность» и субъективным локусом контроля, как показателями открытости системы, О.А. Бокова выявила значимые

корреляции между высокими показателями личностной ригидности и экстернальностью внутреннего контроля.

В отечественно и зарубежной науке проведено большое количество эмпирических исследований, посвященных связи локуса субъективного контроля с другими личностными особенностями или процессами.

Так, психолог Н.Д. Бадмаева изучала связь самоактуализации и локуса контроля среди студентов-психологов. Исследовательница выявила, что у 60% студентов, имеющих средний и высокий показатели степени самореализации, ярко выраженный интернальный локус контроля. Н.Д. Бадмаева объясняет эту связь тем, что «студенческое самоуправление представляет возможность силами самих студентов решать жизненно важные проблемы управления делами образовательного учреждения как в учебной, так и во внеучебной сферах, что, несомненно, способствует процессу самоактуализации» [43, с. 115]. А поскольку, для людей с интернальным локусом характерна внутренняя активность, они оказываются способны реализовать свой потенциал в данных условиях.

Связь психологического благополучия и локуса контроля у педагогов изучала еще одна отечественная исследовательница Т.Г. Краснова [44]. Для диагностики уровня психологического благополучия автор использовала опросник Шкала психологического благополучия К. Рифф. Статистический анализ данных показал, что существует частичная взаимосвязь уровня психологического благополучия и локуса контроля: чем выше благополучие, тем сильнее доминирует внутренний локус контроля.

Еще один отечественный исследователь Е.А. Бондаренко изучал взаимосвязь локуса контроля и творческих способностей личности в юношеском возрасте [45]. В исследовании был использован опросник креативности Джонсона, в модификации Е. Туник и Шкала локуса контроля Роттера. По результатам эмпирического исследования было выявлено, что у 62% студентов с экстернальным локусом контроля доминирует высокий уровень творческих способностей. Также была обнаружена высокая

корреляционная связь между уверенностью в себе и локусом контроля (чем ниже локус контроля, тем выше неуверенность в себе).

Связь смысложизненных ориентаций и локуса контроля у людей пожилого возраста изучала еще одна отечественная исследовательница Т. Попова. В рамках эмпирического исследования была выявлена значимая корреляция между уровнем интернальности и показателями смысложизненных ориентаций, «характеризующими самоконтроль личности, осмысление и понимание личности ответственности за собственную жизнь» [46, с. 56]. Также была выявлена связь между интернальностью и такими показателями, как «эмоциональная насыщенность», «осмысленность жизни», «удовлетворенность самореализацией» в возрасте 75–80 лет. Таким образом, субъективная оценка пожилыми людьми значимости различных аспектов собственной жизни делает ее более осмысленной, что может стать ресурсом для благополучной старости.

Изучению влияния локуса контроля на самоотношение людей среднего возраста посвящена работа О.Е. Тарасова [47]. В исследовании были использованы следующие методики: Индекс жизненной удовлетворённости Н.В. Паниной, Исследование уровня субъективного контроля (УСК), Тест-опросник самоотношения В.В. Столина, С.Р. Пантелеева. Среди значимых результатов исследования можно выделить следующие: люди с ярко выраженной интернальностью имеют высокий уровень удовлетворенности жизнью (89%), а также самооценки. Люди с выраженной экстернальностью даже при высоком уровне самооценки имеют более низкие показатели удовлетворенности жизнью. Корреляционный анализ позволил выявить положительную связь интернальности и высокой самооценки.

Таким образом, локализация субъективного контроля, как показатель открытости психологической системы человека, обуславливает активность деятельности личности в рамках взаимодействия с окружающей средой даже в новых для человека условиях. Люди с интернальным локусом контроля имеют более высокую самооценку, показатель самоактуализации и творческих

способностей. Люди с экстернальным локусом контроля ведут себя более закрыто и ригидно.

Итак, проанализировав теоретические источники и эмпирические исследования, посвященные связи психологического благополучия и личностных особенностей, мы можем сделать следующие выводы:

1. В отечественной и зарубежной науке принято разделять такие понятия, как психологическое, субъективное благополучие и уровень удовлетворенности жизнью. Также существует два подхода к пониманию психологического благополучия: гедонистический и эвдемонический. В рамках второго подхода психологическое благополучие определяется К. Рифф, как «базовый субъективный конструкт, отражающий восприятие и оценку человеком своей самореализации с точки зрения пика потенциальных возможностей» [8].

2. В рамках системного подхода В.Е. Ключко и других авторов человек рассматривается как открытая саморазвивающаяся система. Имманентным свойством открытой психологической системы человека является самореализация (самодетерминация), которая возникает в процессе избирательного взаимодействия с окружающей средой.

3. Процесс самореализации детерминирован личностными особенностями, характеризующими степень открытости психологической системы. Среди таких них выделяют: континуум «ригидность – флексибельность», локус контроля, когнитивную закрытость.

4. Когнитивная закрытость – это «процесс, помогающий получить однозначный ответ и избежать двусмысленности» [22]. С одной стороны, когнитивная закрытость делает процесс взаимодействия с окружающей средой более избирательным, с другой стороны может затруднить процесс интеграции нового опыта в психологическую систему человека.

5. В рамках теории Г.В. Залевского о фиксированных формах поведения ригидность определяется как «неспособность личности в случае требований объективной ситуации изменить элемент или всю программу поведения» [25].

Флексибельность же понимается, как вариативность восприятия сложной ситуации и способность находить альтернативные решения для возникающих проблем. Ригидность и флексибельность являются понятиями взаимоисключающими и образуют два полюса континуума, характеризующего степень открытости психологической системы человека.

6. Локус контроля определяется, как «устойчивое свойство индивидуума, формирующееся в ходе социализации» [37]. Интернальный (внутренний) и экстернальный (внешний) локус контроля обуславливают внутреннюю или внешнюю направленность человека по отношению к актуальным для него событиям, таким образом характеризуя степень открытости его психологической системы.

Резюмируя все выше сказанное, мы обращаемся к нашим гипотезам о наличии связи между уровнем психологического благополучия и показателями открытости психологической системы человека (личностная ригидность, когнитивная флексибельность, когнитивная закрытость и локус контроля). Во второй главе мы представляем результаты проведенного исследования, в основе которого лежали данные гипотезы.

2 ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СВЯЗИ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ, КАК ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОТКРЫТОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СИСТЕМ, С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ БЛАГОПОЛУЧИЕМ СТУДЕНТОВ

2.1 Характеристика выборки и методик

Выборку исследования составило 131 студент 2 курса бакалавриата по направлению «Психология» в возрасте от 18 до 22 лет. 7% выборки составили мужчины, а 93% – женщины.

Для оценки уровня психологического благополучия нами была выбрана методика валидная, надежная и подходящая для данного исследования, а именно Шкала психологического благополучия К. Рифф 1989 (адаптация Н.Н. Лепешинского, 2007).

Методика представляет собой адаптированный на русском языке в 2007 году Н.Н. Лепешинским вариант англоязычной методики The scales of psychological well-being, разработанный К. Рифф. Методика состоит из 84 вопросов, в которых используется шкала Лайкерта (от 1 до 6 баллов).

Валидизация опросника проводилась на русском языке на белорусской выборке. Факторная структура опросника является устойчивой и воспроизводится на отечественной выборке, что свидетельствует об адекватности русскоязычного варианта опросника шкалы психологического благополучия оригиналу. Коэффициенты корреляции между одноименными шкалами английского и русского вариантов методики достаточно высокие — от 0,748 до 0,942 при $p < 0,01$. Следовательно, можно говорить об эквиваленте русскоязычной адаптации и оригинального опросника.

Для проверки надежности «Шкал психологического благополучия» оценивались надежность-согласованность отдельных пунктов, внутренняя согласованность каждой шкалы и опросника в целом, а также устойчивость к перетестированию (ретестовая надежность). Проверка надежности методики

проводилась на выборке 575 человек. Значение коэффициента α Кронбаха оказалось достаточно высоким как для опросника в целом, так и для каждой шкалы в отдельности. Значения коэффициентов надежности-согласованности по отдельным пунктам (R) значимы на уровне 0,01 и находятся в диапазоне от 0,192 до 0,656, что в целом является приемлемым и подтверждает ранее полученные результаты.

Опросник имеет 6 субшкал и одну обобщающую шкалу: положительные отношения с другими; автономия; управление окружением; личностный рост; цель в жизни; самопринятие; общий уровень психологического благополучия.

Для диагностики степени личностной ригидности нами был выбран Томский опросник ригидности (ТОР) Г.В. Залевского 1987 г., как методика валидная, надежная и подходящая для данного исследования. Опросник состоит из 150 вопросов, в которых используется шкала Лайкерта (0 баллов, 1, 3, 4 балла).

Эмпирическая однородность шкал подтверждена дисперсионным анализом данных группы здорового контроля ($F = 21,08$; $p < 0,01$). Показатель стабильности теста достаточно высок – 0,87. ТОР демонстрирует на достоверном уровне более высокую согласованность внутри каждой отдельной шкалы ($p < 0,01$).

Конвергентная валидность была высчитана как коэффициент корреляции шкалы симптомокомплекс ригидности (адаптация опросников Brengelman и Rubenovitz) с остальными шкалами ТОР. Было выявлено, что между шкалами СКР и шкалой «аффективная ригидность» ММРІ существует высокая связь со шкалами ТОР ($p < 0,05$; $p < 0,01$). Внешняя валидность доказывается статистически высоко достоверными различиями между показателями шкал, полученными на выборке 219 здоровых человек, и показателями 521 нервно-психически (пограничные состояния, шизофрения) больного ($p < 0,001$).

Опросник имеет 6 субшкал и две контрольные шкалы: Шкала «симптомокомплекс ригидности» (склонность проявлять ФФП); Шкала

«актуальная ригидность» (ригидность в узком смысле); Шкала «сенситивной ригидности» (эмоциональная реакция на необходимость что-либо менять); Шкала «установочной ригидности» (ригидность установок); Шкала «ригидности как состояния» (склонность к ригидному поведению в состоянии дистресса); Шкала «преморбидной ригидности» (ригидность в детском возрасте); Контрольные шкалы.

Для измерения уровня флексибельности личности нами была выбрана валидная, надежная и подходящая для данного исследования, а именно опросник когнитивной флексибельности Dennis и VanderWal (2010 г.) в адаптации Освалюка и Кургиняна (2018 г.). Опросник состоит из 20 вопросов, представленных шкалой Лайкерта (от 1 до 7 баллов).

Шкалы измерения русскоязычной версии опросника отмечены высокими значениями показателя внутренней согласованности ($\alpha = 0.83–0.86$). При этом, несмотря на умеренные значения ретестовой надежности шкал (r Спирмена = $0.52–0.71$), структура опросника, полученная на русскоязычной выборке, продемонстрировала свою устойчивость. Данная версия опросника обладает умеренно высокими показателями содержательной, конструктивной и критериальной валидности.

Опросник имеет три шкалы: шкала когнитивной флексибельности, шкала «Альтернативы» (отражает возможность давать несколько альтернативных объяснений и предлагать варианты решения), шкала «Контроль» (отражает степень восприятия трудных ситуаций, как контролируемых).

Для диагностики степени когнитивной закрытости личности нами был выбран Опросник Стремление к когнитивной закрытости Webster, Kruglanski (1994 г.) в адаптации М. Ясина и О. Хухлаева (2023 г.), как методика валидная, надежная и подходящая для данного исследования. Опросник состоит из 47 вопросов, ответы на которые представлены шкалой Лайкерта (от 1 до 6) баллов.

Шкалы теста имеют высокую дискриминативность. Показатели омега

Мак-Доналда и альфа Кронбаха для всех шкал и общего балла в русской версии можно считать достаточными, адекватно отражающими оригинальную, англоязычную модель. Ретестовая надежность в нашем исследовании в целом отвечает уровню стабильности для шкал похожего типа.

Конвергентная валидность проверялась путем сопоставления теста на стремление к когнитивной закрытости и шкалы «Интолерантность 1» (фактор 2) опросника «Толерантность/интолерантность к неопределенности» Т.В. Корниловой (Корнилова, 2010). Проверка показывает как позитивные корреляции ряда шкал, так и разницу между результатами измерения двумя опросниками.

Опросник состоит из 5 шкал и 1 контрольной шкалы: стремление к порядку, стремление к предсказуемости, решительность, избегание двойственности, стремление к закрытости.

Для измерения локализации контроля была использована Шкала локуса контроля Роттера (1966 г.) в адаптации А. Шмелева (1988 г.). Опросник состоит из 29 пунктов, представленных дихотомической шкалой. При проверке согласованности теста коэффициент ранговой корреляции Спирмена $r = 0,76$ ($p < 0,01$) оказался достаточно высоким. Коэффициент надежности для всех подгрупп имеет значение от 0,82 до 0,91, что говорит о высокой гомогенности шкалы.

Результаты подсчета коэффициента ранговой корреляции Спирмена показали наличие сильной связи между мнениями экспертов и значениями шкалы ОСЛК, причем эта связь высоко достоверна, так как для двух независимых групп получены практически одинаковые результаты. Критериальная валидность также была подтверждена. Конструктивная валидность (проверялась путем корреляции с опросником 16PF Кэттелла) также подтвердилась.

Методика состоит из двух шкал: интернальность (внутренний контроль) и экстернальность (внешний контроль).

2.2 Результаты исследования

Рассмотрим результаты исследования уровня психологического благополучия опрошенных студентов (Таблица 1).

Таблица 1 – Результаты диагностики уровня психологического благополучия по методике Шкала психологического благополучия К. Рифф

Уровни психологического благополучия \ Шкалы	Положительные отношения с другими	Автономия	Управление окружением	Личностный рост	Цель	Самопринятие	Общий уровень
Низкий уровень	18%	21%	28%	5%	18%	22%	18%
Средний уровень	71%	46%	63%	58%	71%	57%	65%
Высокий уровень	11%	33%	9%	37%	11%	21%	18%

По всем шкалам преобладает средний уровень выраженности признака, что естественно для крупных выборок.

По шкале «положительные отношения с другими» низкие показатели были у 24 (18%) студентов, средние – у 93 (71%) опрошенных, высокие – у 10 (8%) человек. Для проверки на нормальность распределения мы использовали критерий Колмогорова–Смирнова (для выборки в 131 человек распределение считается нормальным при следующих показателях: 0,119 $p < 0,05$; 0,142 $p < 0,01$). Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,146. Распределение ненормальное.

По шкале «автономия» низкие показатели были у 28 (21%) студентов, средние – у 60 (46%) опрошенных, высокие – у 43 (33%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,117. Распределение нормальное. По данной шкале средний уровень выраженности признака оказывается наименьшим, что может быть объяснено спецификой выборки, которую составили студенты 2-го курса обучения. С одной стороны, многие студенты ведут самостоятельный

образ жизни, автономный от семьи, с другой – многие студенты еще находятся в зависимости (в т.ч. финансовой) от родителей (что может отразиться на низком, либо высоком показателе по данной шкале).

По шкале «управление окружением» низкие показатели были у 36 (28%) студентов, средние – у 83 (63%) опрошенных, высокие – у 12 (9%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,094. Распределение нормальное. По данной шкале показатель высокой выраженности признака самый наименьший (9%) среди других шкал. Это может быть связано с особенностями выборки – студенты 2-го курса обучения (средний возраст студентов выборки 19-20 лет), а именно студенты находятся в ситуации вынужденного подчинения учебным и дисциплинарным правилам ВУЗа, что может повлиять на оценку ими своих способностей к управлению окружением.

По шкале «личностный рост» низкие показатели были у 7 (5%) студентов, средние – у 76 (58%) опрошенных, высокие – у 48 (37%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,177. Распределение ненормальное. На контрасте с другими шкалами, низкий уровень признака по шкале «личностный рост» оказался слабо выраженным у респондентов (5%), в высокий уровень – более ярко выражен (по сравнению с выраженностью признаков по другим шкалам). Это может быть объяснено спецификой выборки, которую составляли студенты-психологи, для которых характерно стремление к саморазвитию и личностному росту.

По шкале «цель» низкие показатели были у 24 (18%) студентов, средние – у 93 (71%) опрошенных, высокие – у 14 (11%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,117. Распределение нормальное.

По шкале «самопринятие» низкие показатели были у 29 (22%) студентов, средние – у 75 (57%) опрошенных, высокие – у 27 (21%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,147. Распределение ненормальное.

По шкале «общий уровень психологического благополучия» низкие показатели были у 23 (18%) студентов, средние – у 85 (65%) опрошенных,

высокие – у 23 (18%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,046. Распределение нормальное.

Далее представляем результаты оценки уровня личностной ригидности среди студентов (Таблица 2).

Таблица 2 – Результаты диагностики уровня личностной ригидности по методике Томский опросник ригидности Г. Залевского

Уровни ригидности \ Шкалы	Симптомокомплекс ригидности	Актуальная ригидность	Сенситивная ригидность	Установочная ригидность	Ригидность как состояние	Преморбидная ригидность
Низкий уровень	0%	11%	10%	10%	5%	4%
Средний уровень	50%	69%	45%	82%	23%	60%
Высокий уровень	50%	20%	42%	8%	41%	35%
Очень высокий уровень	0%	0%	3%	0%	31%	1%

По некоторым шкалам у выборки отсутствуют показатели очень высокого уровня ригидности (а именно по шкалам «Симптомокомплекс ригидности», «Актуальная ригидность» и «Установочная ригидность»), это может быть связано с особенностью выборки – студентов-психологов 2-го курса обучения, среди которых преобладает молодежь (а как было рассмотрено в параграфе 1.2. молодые люди менее склонны к ригидному поведению [31]), а также профессиональным направлением подготовки, ведь флексибельность и гибкость – одни из важнейших профессиональных качеств будущего психолога.

По шкале «симптомокомплекс ригидности» низкие и очень высокие показатели выявлены не были, средний уровень показали 66 (50%) студентов, высокий уровень – 65 (50%) опрошенных. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,056. Распределение нормальное.

По шкале «актуальная ригидность» очень высоких показателей выявлено не было, низкие показатели продемонстрировали 14 (11%) студентов, средние показатели – 91 (69%) опрошенных, высокие – 26 (20%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,160. Распределение ненормальное.

По шкале «сенситивной ригидности» низкие баллы были у 13 (10%) студентов, средние – у 59 (45%) опрошенных, высокие – у 55 (42%) человек, а очень высокие – у 4 (3%) выборки. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,129. Распределение ненормальное.

По шкале «установочная ригидность» очень высоких показателей не выявлено, низкие показатели были у 13 (10%) студентов, средние – у 107 (82%) опрошенных, высокие – у 11 (8%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,200. Распределение ненормальное.

По шкале «ригидность как состояние» низкие баллы были у 6 (5%) студентов, средние – у 30 (23%) опрошенных, высокие – у 54 (41%) человек, а очень высокие – у 41 (31%) выборки. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,167. Распределение ненормальное. По данной шкале самый большой процент очень высокого уровня выраженности (31%), по сравнению с другими шкалами. Это может быть связано с тем, что в кризисных ситуациях даже не ригидная личность может быть склонна к шаблонному поведению, ведь в состоянии острого стресса сложно проявлять флексибильное поведение.

По шкале «преморбидной ригидности» низкие баллы были у 5 (4%) студентов, средние – у 79 (60%) опрошенных, высокие – у 46 (35%) человек, а очень высокие – у 1 (1%) человека. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,148. Распределение ненормальное.

Далее рассмотрим результаты измерения уровня когнитивной флексибильности студентов (Таблица 3).

Таблица 3 – Результаты диагностики уровня флексibilityности по методике Опросник когнитивной флекibilityности J.Dennis, J. VanderWal

Уровни флексibilityности \ Шкалы	Когнитивная флексibilityность	Альтернативы	Контроль
Низкий уровень	32%	25%	25%
Средний уровень	65%	66%	71%
Высокий уровень	3%	8%	4%

Низкие показатели по общей шкале когнитивной флексibilityности присутствовали у 42 (32%) опрошенных, средние – у 85 (65%) опрошенных, а высокие – лишь у 4 (3%) студентов выборки. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,093. Распределение нормальное.

По шкале «альтернативы» низкие показатели были у 33 (25%) студентов, средние – у 87 (66%) опрошенных, высокие – у 11 (8%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,167. Распределение ненормальное.

Низкие показатели по шкале «контроль» показали 33 (25%) опрошенных, средние показатели – 93 (71%), а высокие – 5 (4%) студентов выборки. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,116. Распределение нормальное.

Обратимся к результатам исследования уровня когнитивной закрытости у студентов (Таблица 4).

Таблица 4 – Результаты диагностики уровня когнитивной закрытости по методике Стремление к когнитивной закрытости D. Webster, A. Kruglanski

Уровни когнитивной закрытости \ Шкалы	Стремление к порядку	Стремление к предсказуемости	Решительность	Избегание двойственности	Стремление к закрытости
Низкий уровень	25%	27%	27%	26%	32%
Средний уровень	52%	50%	48%	51%	47%
Высокий уровень	23%	24%	24%	23%	21%

Низкие показатели по шкале «стремление к порядку» продемонстрировали 33 (25%) опрошенных, средние – 68 (52%) опрошенных, а высокие – лишь 30 (23%) студентов выборки. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,145. Распределение ненормальное.

По шкале «стремление к предсказуемости» низкие показатели были у 35 (27%) студентов, средние – у 65 (50%) опрошенных, высокие – у 31 (24%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,140. Распределение ненормальное.

По шкале «решительность» низкие показатели продемонстрировали 36 (27%) студентов, средние показатели – 63 (48%) опрошенных, высокие – 32 (24%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,194. Распределение ненормальное.

По шкале «избегание двойственности» низкие баллы были у 34 (26%) студентов, средние – у 67 (51%) опрошенных, высокие – у 30 (23%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,145. Распределение ненормальное.

По шкале «стремление к закрытости мышления» низкие показатели были у 42 (32%) студентов, средние – у 62 (47%) опрошенных, высокие – у 27 (21%) человек. Критерий Колмогорова–Смирнова равен 0,156. Распределение ненормальное.

Далее обратимся к результатам исследования выраженности

интернальности или экстернальности у студентов (Таблица 5).

Таблица 5 – Результаты диагностики локуса контроля по методике Шкала локуса контроля Дж. Роттера

Локус контроля	Экстернальность	Интернальность
	37%	63%

У 48 (37%) студентов была ярче выражена экстернальность (внешний локус контроля), у 83 (63%) студентов – интернальность (внутренний локус контроля). Это может быть объяснено тем, что студенты-психологи склонны опираться на внутренние факторы, при объяснении происходящих событий или своего поведения, что является одной из особенностей профессиональных навыков будущих психологов. Критерий Колмогорова–Смирнова в обоих случаях равен 0,220. Распределение ненормальное.

Анализ описательной статистики показал, что большинство данные распределены ненормально, следовательно, для их статистической обработки необходимо использовать непараметрические методы. Для корреляционного анализа мы будем использовать коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

2.3 Анализ корреляционных связей психологического благополучия и показателей психологической открытости человека и их интерпретация

Проверка гипотезы о существовании взаимосвязи между уровнем психологического благополучия и таких показателей открытости психологической системы студентов, как ригидность, флексибельность, когнитивная закрытость, локус контроля, проводилась посредством коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

По результатам анализа выявлены прямые и обратные корреляционные связи между показателями некоторых шкал таких методик, как Шкала психологического благополучия К. Рифф и Томский опросник ригидности Г.В. Залевского (Таблица 6).

Таблица 6 – Корреляционный анализ Спирмена между шкалами двух методик: Шкала психологического благополучия К. Рифф и Томский опросник ригидности Г. Залевский

Шкалы Томского опросника ригидности Шкалы опросника психологического благополучия	Симптомокомплекс ригидности	Актуальная ригидность	Сенситивная ригидность	Установочная ригидность	Ригидность как состояние	Преморбидная ригидность
Положительные отношения с другими	0,025	-0,107	-0,089	0,066	-0,135	0,023
Автономия	-0,077	-0,207*	-0,251**	-0,108	-0,281**	-0,076
Управление окружением	-0,112	-0,232**	-0,339**	0,027	-0,358**	-0,110
Личностный рост	-0,215*	-0,305**	-0,314**	-0,185	-0,304**	-0,232**
Цель	-0,055	-0,184*	-0,218*	-0,045	-0,268**	-0,119
Самопринятие	-0,215*	-0,311**	-0,374**	-0,044	-0,344**	-0,101
Общий уровень	-0,186*	-0,311**	-0,330**	-0,010	-0,380**	-0,105

Примечание:

* $p < 0,05$; критическое значение = 0,172

** $p < 0,01$, критическое значение = 0,225

Шкала «Общий уровень психологического благополучия» значимо отрицательно коррелирует с такими показателями ригидности, как «Симптомокомплекс ригидности» ($r = -0,186$), «Актуальная ригидность» ($r = -0,311$), «Сенсетивная ригидность» ($r = -0,330$), «Ригидность как состояние» ($r = -0,380$).

= -0,380). Отрицательная связь ригидности и психологического благополучия обусловлена закрытостью психологической системы ригидной личности, вследствие чего процесс самореализации (положительная оценка которого является показателем психологического благополучия) нарушается, человек перестает активно контактировать с внешним миром с целью развития своей психологической системы. Данные результаты косвенно подтверждают связь ригидности и благополучия (субъективного благополучия и удовлетворенности жизни), выявленной в исследовании Н.В. Король и Д.О. Гордецкой, которые отмечали, что «психическая ригидность является негативным фактором психологического здоровья и благополучия» [48, с. 34]. Ригидность как состояние в ситуации стресса, страха или болезни, может снижать самоощущение наполненности и осмысленности своего бытия.

Также нами были выявлены значимые обратные корреляции между шкалой «Автономия» и шкалами «Актуальная ригидность» ($r = -0,207$), «Сенситивная ригидность» ($r = -0,251$), «Ригидность как состояние» ($r = -0,281$). Отрицательный характер корреляции между шкалой «Автономность» и шкалами ригидности может быть объяснена следующими рассуждениями. Для автономной, успешно самоактуализирующейся личности характерно “resistance to enculturation” (как писал А. Маслоу) [19], самостоятельное и независимое поведение, которое регулируется исходя из лично выстроенных человеком критериев. В то время, как личности с высокой «актуальной» ригидностью характерна закрытость при попадании в новые условия и склонность действовать по усвоенным ранее шаблонам, такой человек не способен самостоятельно выстраивать новые стратегии поведения в изменившихся жизненных обстоятельствах. Особенно ярко выраженной отрицательная корреляция автономности с «сенситивной» ригидностью и «ригидностью как состояние». В первом случае ригидный человек испытывает выраженную негативную реакцию на изменившиеся условия и требования окружающей среды, во втором – человек склонен к усилению ригидности в состоянии дистресса или болезни, что может мешать ему самостоятельно

искать альтернативные модели поведения в новых условиях.

Также ярко выраженными оказались обратные корреляционные связи между шкалой «Управление окружением» и шкалами «Актуальная ригидность» ($r = -0,232$), «Сенситивная ригидность» ($r = -0,339$), «Ригидность как состояние» ($r = -0,358$). Для людей с высокими показателями по шкале «управление окружением» характерны эффективное использование открывающихся перспектив, легкий поиск или создание условий для самоактуализации. А как отмечает Э.В. Галажинский, ригидность показывает «степень открытости системы в мир – навстречу изменениям, обеспечивающим прирост возможностей – детерминант последующего самодвижения» [29]. Таким образом, ригидная личность склонна «игнорировать» открывающиеся возможности. Контакты ригидной личности с внешним миром ограничены, а, следовательно, такая личность не способна к активному управлению окружающей средой. Личность с высокими показателями «сенситивной» ригидности не способна к эффективному управлению внешним миром, поскольку ей характерен страх нового и непривычного, ведь чем активнее взаимодействие с окружением, тем чаще личность сталкивается с новыми для нее феноменами. Как отмечает ряд исследователей (А. Лачинз, А. Лазурский, К. Роджерс) [35] ригидность имеет сильную связь с защитными механизмами. В состоянии дистресса, болезни или страха управленческие и контролирующие возможности личности снижаются, вместе с тем возрастает ригидность поведения.

Также ярко выраженные отрицательные корреляционные связи между шкалой «Личностный рост» и шкалами «Симптомокомплекс ригидности» ($r = -0,215$), «Актуальная ригидность» ($r = -0,305$), «Сенситивная ригидность» ($r = -0,314$), «Ригидность как состояние» ($r = -0,304$) и «Преморбидная ригидность» ($r = -0,232$). К. Рифф определяет понятие личностный рост, как «part of positive functioning is thus dynamic, involving a continual process of developing one's potential» [9, с. 24]. Данное понятие наиболее близко понятию «самоактуализации», в процессе личностного роста человек реализует свой

потенциал и меняется, расширяя свой жизненный опыт. Для ригидной личности характерна закрытость по отношению к внешнему миру, шаблонность поведения и ограниченное избирательное взаимодействие с окружающей средой. Такой человек не склонен к изменению своих действий, а его психологическая система развивается медленными темпами. Взаимосвязь личностного роста и «сенситивной» ригидности объясняется тем, что человек, негативно реагирующий на вызовы и изменения окружающей среды, реже реализует свой потенциал в полной мере и не стремится к приобретению нового опыта. Человек, склонный к ригидности действий при дистрессе, редко рассматривает стрессоры как вызовы и не способен к интеграции пережитых событий во внутренний опыт, приобретая новые навыки. Шкала «преморбидная ригидность» показывает, испытывал ли человек в школьном возрасте трудности в ситуациях, требующих перемен. Поскольку личностный рост – процесс, развернутый во времени, ригидность, как черта личности, блокирует процесс самореализации еще с юношеского возраста. У личности, у которой была склонность к ригидному поведению с самого юношества, процесс личностного роста будет затруднен.

Также нами были выявлены значимые обратные корреляции между шкалой «Цель в жизни» и шкалами «Актуальная ригидность» ($r = -0,184$), «Сенситивная ригидность» ($r = -0,218$), «Ригидность как состояние» ($r = -0,268$). Эти результаты косвенно подтверждают итоги исследования связи мотивации и личностной ригидности Г. Епанчинцевой и Т. Козловской, в рамках которого были сделаны следующие выводы: «при высоких значениях мотива достижения успеха, а именно высокой целеустремленности и настойчивости в выполнении деятельности будут иметь место высокие значения пластичности поведения личности» [49, с. 103]. Таким образом, ригидная личность имеет низкие показатели целеустремленности в жизни и слабо выраженное чувство направленности, а как следствие – слабую мотивацию к активному взаимодействию с миром и невыраженную самореализацию. Склонность негативно эмоционально реагировать на изменения и их неприятие ведут к

ограничению потенциальных возможностей, которые человек использует, а следовательно, сниженной мотивации к самореализации. Особенно сильная отрицательная корреляция возникает между шкалами «цель в жизни» и «ригидность как состояние», так как повышение ригидности в дистрессовых ситуациях способствует снижению целенаправленности и мотивации к самореализации.

Между показателями шкалы «Самопринятие» и шкалами «Симптокомплекс ригидности» ($-0,186$), «Актуальная ригидность» ($r = -0,311$), «Сенситивная ригидность» ($r = 0,330$), «Ригидность как состояние» ($r = -0,380$) также существует значимая отрицательная корреляция. Данные результаты частично совпадают с результатами исследования взаимосвязи между показателями симптокомплекса качеств личности А.В. Коваленко [50]. В рамках данной работы автором установлены значимые корреляционные связи между такими психодинамическими свойствами, как самоотношение, самопринятие и ригидность. Также результаты частично совпадают с исследованием Т.Ю. Осиповой и Т.М. Костиной, в рамках которого были выявлены отрицательные корреляционные связи актуальной ригидности и коммуникативной компетентности (шкала «самооценка») [55]. Самопринятие характеризуется признанием своих как положительных, так и отрицательных сторон, а также активным самопознанием, личность с ярко выраженной ригидностью скорее не склонна к активной саморефлексии, в силу ригидных установок и представлений о самом себе. В силу ярко выраженных негативных эмоциональных реакций на требования изменений со стороны окружающей среды, самопринятие в подобных ситуациях у ригидной личности будет снижено. Даже если в обычных условиях человек положительно оценивает себя, при условии ярко выраженной ригидности в ситуации острого стресса, уровень его самопринятия будет снижаться из-за повышенной тревоги или утомления.

Обобщая результаты корреляционного анализа двух методик, можно отметить, что психологическое благополучие и личностная ригидность имеют

значимую отрицательную связь, что объясняется сниженным потенциалом к самореализации у ригидных людей с относительно закрытой психологической системой. При этом наиболее высокие показатели отрицательной корреляции со всеми шкалами опросника психологического благополучия К. Рифф показали такие шкалы ТОР Г.В. Залевского, как «Актуальная ригидность», «Сенситивная ригидность» и «Ригидность как состояние». Это может быть объяснено тем, что эмоциональное неприятие новых ситуаций, в которых необходимы изменения, а также повышение ригидности в стрессовых ситуациях, блокирует восприятие трудных обстоятельств, как потенциальной ситуации развития, а, следовательно, снижает субъективное ощущение самоактуализации. Наибольшее количество отрицательных корреляционных связей со шкалами Томского опросника ригидности демонстрирует шкала «Личностный рост», это связано с синонимичностью этого понятия с термином «самореализация». Единственной шкалой, с которой не было установлено корреляционных связей показателей психологического благополучия – «Установочная ригидность», которая заключается в выраженности установок на неприятие необходимости изменить себя.

Далее рассмотрим результаты корреляционного анализа по следующим методикам: Шкала психологического благополучия К. Рифф и Опросник когнитивной гибкости J. Dennis, J. Vander Wal (Таблица 7).

Таблица 7 – Корреляционный анализ Спирмена между шкалами двух методик: Шкала психологического благополучия К. Рифф и Опросник когнитивной гибкости J. Dennis, J. Vander Wal

Шкалы опросника когнитивной гибкости	Шкалы опросника психологического благополучия		
	Когнитивная гибкость	Альтернативы	Контроль
Положительные отношения с другими	0,266**	0,246**	0,220*
Автономия	0,383**	0,253**	0,372**

Шкалы опросника когнитивной флексibilityности Шкалы опросника психологического благополучия	Когнитивная флексibilityность	Альтернативы	Контроль
Управление окружением	0,330**	0,178*	0,408**
Личностный рост	0,401**	0,282**	0,399**
Цель	0,329**	0,236**	0,324**
Самопринятие	0,371**	0,188*	0,457**
Общий уровень	0,434**	0,268**	0,480**

Примечание:

* $p < 0,05$; критическое значение = 0,172

** $p < 0,01$, критическое значение = 0,225

Все шкалы опросников с той или иной степенью выраженности значимо положительно коррелируют. Если рассматривать флексibilityность, как один из предикторов креативности (что косвенно подтверждается исследованием Т.Ю. Осиповой и Т.М. Костиной) [55], данные результаты косвенно подтверждают выводы исследования психолога С.А. Водяха, который утверждал, что «гибкость неизменно повышает уровень благополучия» и доказал наличие значимых корреляционных связей психологического благополучия и креативности у творческих студентов [14, с. 96]. Это объясняется большей гибкостью флексibilityных людей, которые при попадании в нестандартную ситуацию способны находить поведенческие или установочные альтернативы, а следовательно, процесс их самореализации проходит эффективно.

Нам удалось обнаружить значимую положительную корреляционную связь между шкалой «Общий уровень психологического благополучия» и шкалами «Когнитивная флексibilityность» ($r = 0,434$), «Альтернативы» ($r = 0,268$) и «Контроль» ($r = 0,480$). Шкала «альтернативы» указывает на способность личности давать альтернативные объяснения жизненным ситуациям и предлагать несколько способов реагирования, что позволяет

воспринимать нестандартные обстоятельства, как ситуацию развития и эффективно адаптироваться в новых условиях. Данное объяснение подтверждается исследованием связи адаптационного процесса с личностными характеристиками Т. Куликовой и С. Филипповой, в рамках которого было выявлено, что «адаптационный процесс успешнее протекает у лиц, характеризующихся когнитивной и поведенческой гибкостью, не имеющих выраженных РДС», то есть склонности проявлять шаблонное поведение в схожих ситуациях [51, с. 15]. Шкала «Контроль» отражает склонность человека воспринимать трудные ситуации как контролируемые, и как следствие – видеть в них потенциал для возможного развития, использовать их как условия для самореализации.

Значимые положительные корреляции были выявлены между шкалой «Автономность» и шкалами «Когнитивная флексибельность» ($r = 0,383$), «Альтернативы» ($r = 0,253$) и «Контроль» ($r = 0,372$). Это может быть связано с тем, что флексибельной, креативной личности характерна вариабильность восприятия и поведения, такой личности проще найти альтернативы, отклоняющиеся от общественного мнения, а также опираться на себя. Корреляция между «контролем» и «автономией» может быть связан со склонностью воспринимать обстоятельства как контролируемые, ведь человек, способный управлять окружением не склонен чувствовать зависимость от него или находиться в подчиненном положении по отношению к внешнему миру.

Значимый уровень положительной корреляционной связи также был обнаружен между шкалой «Управление окружением» и шкалами «Когнитивная флексибельность» ($r = 0,330$), «Альтернативы» ($r = 0,178$) и «Контроль» ($r = 0,408$). Флексибельность, как способность адаптироваться к меняющимся обстоятельствам посредством поиска новых способов решения проблем, позволяет видеть и эффективно использовать открывающиеся человеку возможности, а также самостоятельно формировать условия для самореализации.

Показатель «Личностный рост» также имеет значимую положительную корреляцию со шкалами «Когнитивная гибкость» ($r = 0,401$), «Альтернативы» ($r = 0,282$) и «Контроль» ($r = 0,399$). Гибкая личность открыта новому опыту и готова интегрировать его в свой многомерный внутренний мир, создавая перспективы личностного роста. Видение широкого спектра альтернатив для развития и действия обуславливает эффективность реализации внутреннего потенциала, ведь вариативность способов и путей самореализации увеличивается. Восприятие же обстоятельств как контролируемых позволяет человеку делать выбор в пользу более выгодных условий для личностного роста.

Также нами были выявлены значимые положительные корреляции между шкалой «Цель в жизни» и шкалами «Когнитивная гибкость» ($r = 0,324$), «Альтернативы» ($r = 0,236$) и «Контроль» ($r = 0,324$). Направленность и наличие целей характеризуют мотивационную сферу личности, а как отмечает Э. Галажинский, «важной детерминантой самореализации является мотивация» [41, с. 15]. Личность, имеющая большие цели и намерения в жизни, будет стремиться к поиску возможностей для их реализации, а высокий уровень гибкости способствует открытию большего количества перспектив в ситуациях необходимости изменений. Благодаря склонности предлагать альтернативные объяснения или способы совладания с ситуацией, гибкая личность не отказывается от целей, а наоборот использует сложившиеся обстоятельства для эффективной ее реализации.

Значимый уровень положительной корреляционной связи также был обнаружен между шкалой «Самопринятие» и шкалами «Когнитивная гибкость» ($r = 0,434$), «Альтернативы» ($r = 0,268$) и «Контроль» ($r = 0,480$). Эти результаты косвенно подтверждаются исследованием взаимосвязи компонентов самореализации и самоактуализации О.Л. Пантелеевой, в котором была выявлена положительная корреляционная связь между шкалами «Самооценка и уровень притязаний» и «Креативность» [52, с. 20]. Гибкость проявляется не только в поиске альтернативных решений,

но и в относительно спокойном отношении к трудностям и собственным недостаткам, которые могут рассматриваться личностью как потенциал к развитию. Таким образом, флексибельная личность склонна принимать свои недостатки и пережитый опыт и рассматривать их как причину или почву для самореализации. Склонность рассматривать обстоятельства как контролируемые позволяет рассматривать трудности или негативные стороны личности как преодолимые.

Таким образом, флексибельность, как один из предикторов креативности, выражающийся в пластичности и способности корректировать убеждения и формировать альтернативные способы реагирования, характеризует психологическую систему человека, как наиболее открытую к взаимодействию с окружающей средой, в результате чего самореализация проходит более эффективно.

Далее рассмотрим результаты корреляционного анализа по следующим методикам: Шкала психологического благополучия К. Рифф и Шкалы локуса контроля Дж. Роттера (Таблица 8).

Таблица 8 – Корреляционный анализ Спирмена между шкалами двух методик: Шкала психологического благополучия К. Рифф и Шкала локуса контроля Дж. Роттера

Шкалы опросника психологического благополучия	Шкалы методики Локус контроля	
	Экстернальность	Интернальность
Положительные отношения с другими	0,02	-0,009
Автономия	-0,105	0,116
Управление окружением	-0,190*	0,200*
Личностный рост	-0,05	0,061
Цель	-0,174*	0,185*
Самопринятие	-0,089	0,099
Общий уровень	-0,122	0,132

Примечание:

* $p < 0,05$; критическое значение = 0,172

** $p < 0,01$, критическое значение = 0,225

Значимые корреляции с выраженностью интернальности были выявлены только у шкал «Управление окружением» ($r = 0,200$) и «Цель» ($r = 0,185$). Человек с выраженной интернальностью склонен рассматривать причинность происходящих с ним событий внутри, а не вовне себя, вследствие чего он принимает активное участие в управлении окружающей средой; человек же с ярко выраженной экстернальностью склонен воспринимать «причины, детерминирующие поведение человека, как находящиеся вне его» [41, с.15], и как следствие, эффективное управление ими становится невозможным. Помимо этого, человек с выраженным внутренним локусом контроля имеет четкие цели и жизнь, а также направленность деятельности на их реализацию. Человек же с внешним локусом контроля склонен воспринимать внешние обстоятельства, как непреодолимые, довлеющие над ним, из-за чего его деятельность становится менее направленной.

Отсутствие значимых корреляций между локусом контроля и общим уровнем психологического благополучия противоречат результатам исследования взаимосвязи локуса контроля и благополучия педагогов Т.Г. Красновой [44]. Это может быть связано с недостаточной выборкой в исследовании Т.Г. Красновой (50 человек), а также использованием различных методик для определения локуса контроля (в исследовании Т. Красновой используется Опросник «Уровень субъективного контроля»). Еще одной причиной может быть различие в выборках по профессиональному признаку: степень самореализации и психологического благополучия преподавателей зависит от их профессиональной удовлетворенности, в отличие от студентов. Однако в нашем исследовании мы не рассматривали связь профессиональной удовлетворенностью личностей склонных к интернальности с психологическим благополучием, эта проблема требует дополнительного изучения. Также полученные результаты противоречат результатам исследования самоактуализации студентов Н.Д. Бадмаевой [43], которая выявила значимые корреляционные связи между интернальностью студентов и их уровнем самоактуализации (по методике САТ Шострома). Данные

различия могут быть связаны с низкой выборкой (50 человек) и использованием в исследовании методики по определению локуса контроля, альтернативной нашей (Опросник «Уровень субъективного контроля»), в котором акцент делается на субъективный контроль в отдельных сферах жизни, в отличие от методики Роттера, где локус контроля рассматривается как устойчивая черта личности.

Отсутствие значимых корреляций между шкалой «Автономия» и уровнем локуса контроля косвенно противоречат результатам исследования взаимосвязи локуса контроля и способности к самоуправлению Е. Плотниковой [53]. В работе была выявлена высокая значимая корреляция между автономией личности и интернальностью ее локуса контроля. Данные расхождения могут быть объяснены недостаточностью выборки (60 человек).

Отсутствие значимых корреляционных связей между локусом контроля и «Самопринятием» (которое, в том числе, выражается в положительной самооценке) частично противоречит результатам исследования влияния локуса контроля на самоотношение людей среднего возраста О.Е. Тарасовой [47], в рамках которого было установлено наличие положительной связи между интернальностью и высокой самооценкой. Это может быть объяснено маленькой выборкой исследования Тарасовой (33 человека), а также тем, что в обоих исследованиях использовались различные методики по определению локуса контроля: в работе О.Е. Тарасовой используется методика уровня субъективного контроля (УСК) 1993, в то время как в нашем исследовании шкала локуса контроля Дж. Роттера.

Таким образом, в силу отсутствия значимых корреляций между уровнем психологического благополучия и локусом контроля, мы можем утверждать, что степень психологического благополучия в меньшей степени связана с таким показателем открытости системы, как локус контроля. Значимую корреляционную связь имеют такие аспекты благополучия, как управление окружением и цель в жизни. В первом случае, неспособность воспринимать внешние обстоятельства, как подконтрольные, связана с внешней

локализацией контроля, вследствие чего человек смотрит на окружение как неуправляемое. Во втором случае, связь объясняется сниженной направленностью на реализацию цели личности с внешним локусом.

Далее рассмотрим результаты корреляционного анализа по следующим методикам: Шкала психологического благополучия К. Рифф и Стремление к когнитивной закрытости D. Webster, A. Kruglanski (Таблица 9).

Таблица 9 – Корреляционный анализ Спирмена между шкалами двух методик: Шкала психологического благополучия К. Рифф и Стремление к когнитивной закрытости D. Webster, A. Kruglanski

Шкалы опросника когнитивной закрытости Шкалы опросника психологического благополучия	Стремление к порядку	Стремление к предсказуемости	Решительность	Избегание двойственности	Стремление к закрытости
Положительные отношения с другими	0,215*	0,127	0,138	-0,018	-0,192*
Автономия	0,120	0,018	0,434**	-0,132	-0,277**
Управление окружением	-0,239**	0,068	0,355**	-0,157	-0,131
Личностный рост	-0,039	-0,186*	0,229**	-0,173*	-0,261**
Цель	0,115	0,003	0,287**	-0,087	-0,226*
Самопринятие	0,051	-0,094	0,341**	-0,201**	-0,148
Общий уровень	0,158	-0,022	0,396**	-0,170	-0,248**

Примечание:

* $p < 0,05$; критическое значение = 0,172

** $p < 0,01$, критическое значение = 0,225

Общий уровень психологического благополучия имеет значимые корреляции с такими шкалами, как «Решительность» ($r = 0,396$) и «Стремление к когнитивной закрытости» ($r = -0,248$). Когнитивная закрытость, как «способность воспринимать новые разнообразные сведения, возможно, противоречивые, умение интегрировать противоположные точки зрения и

находить компромиссы» [22, с. 178]. Личность, склонная к когнитивной закрытости, стремится к предсказуемости и шаблонности, она замыкается в нестандартных ситуациях и не способна использовать открывающиеся возможности для самореализации. Для решительной личности характерно быстрое принятие решений и уверенность в них, такой человек не затруднен в выборе, он быстро адаптируется в меняющихся обстоятельствах, что способствует самореализации даже в трудных ситуациях.

Нами были выявлены значимые корреляции между шкалой «Положительные отношения с другими» и шкалами «Стремление к порядку» ($r = 0,215$), «Стремление к закрытости» ($r = -0,192$). Это может быть связано с тем, что личность с выраженной когнитивной закрытостью склонна к неизменности когнитивных установок и взглядов, такому человеку будет сложно вступать в открытые доверительные отношения с другими и искать компромиссы для их поддержания. Связь «положительных отношений с другими» и «стремления к порядку» частично подтверждается в исследовании М.И. Ясина. В работе, посвященной когнитивной закрытости и установкам в межличностном общении, исследователь выявил значимую отрицательную корреляцию между уровнем негативного опыта в общении и стремлением к порядку, отмечая что «люди, склонные к соблюдению порядков и планированию, решительности и более высокой когнитивной открытости – не склонны фиксироваться на неприятных эмоциях при общении» [23, с. 46], и как следствие склонны оценивать свои отношения с другими людьми скорее позитивно.

Также мы обнаружили значимую корреляционную связь между показателем «Автономия» и шкалами «Решительность» ($r = 0,434$) и «Стремление к когнитивной закрытости» ($r = -0,277$). Это можно объяснить тем, что обе черты – автономия и решительность – позволяют личности быстро находить выходы из кризисных ситуаций, в которых ранее усвоенные поведенческие шаблоны становятся неактуальными. Когнитивная же закрытость способствует сохранению «консервации» когда-либо сделанных

выводов, не дает почвы для коррекции установок, именно поэтому данный показатель отрицательно коррелирует с «автономией», при которой человек способен к активной саморегуляции и произвольному пересмотру своих ценностей.

Корреляционные значимые связи были выявлены между шкалой «Управление окружением» и шкалами «Стремление к порядку» ($r = -0,239$) и «Решительность» ($r = 0,355$). Для личности с ярко выраженным стремлением к порядку характерна структуризация окружающего пространства, что может восприниматься как часть процесса управления окружением. Такая личность склонна контролировать внешнюю деятельность. При этом такая черта, как решительность, свидетельствует об умении быстро и уверенно принимать решения, что также является качеством, подкрепляющим ощущение контроля над окружающим пространством. Данные результаты частично совпадают с итогами исследования взаимосвязи адаптивных стратегий поведения и потребности в когнитивном закрытии подростков и юношей К.А. Антоновой. В рамках данной работы исследовательницей была выявлена положительная корреляционная связь когнитивной закрытости и таким адаптивным стратегиям, как пассивное подчинение условиям окружающей среды и пассивное выжидание внешних изменений [24].

Также мы обнаружили значимую корреляционную связь между показателем «Личностный рост» и шкалами «Стремление к предсказуемости» ($r = -0,186$), «Решительность» ($r = 0,229$), «Избегание двойственности» ($r = -0,173$) и «Стремление к когнитивной закрытости» ($r = -0,261$). Высокий показатель личностного роста положительно коррелирует лишь с решительностью, что объясняется легким совладанием с неоднозначной ситуацией благодаря решительным действиям, подобная модель поведения является примером преобразования непривычных обстоятельств в почву для самореализации. При этом «личностный рост» отрицательно коррелирует с «стремлением к предсказуемости» и «избеганием двойственности», ведь данные черты характеризуют психологическую систему человека как

закрытую. Если у человека это черты ярко выражены, он будет испытывать дискомфорт в нестандартных ситуациях и стремиться к однозначности. Таким образом, когнитивная закрытость может ограничивать комплексное видение проблемы и возможных путей решения, а следовательно, и личностный рост в силу неспособности личности эффективно использовать сложившиеся обстоятельства для реализации своего потенциала.

Помимо этого, нами были выявлены значимые корреляции между шкалой «Цель в жизни» и шкалами «Решительность» ($r = 0,287$), «Стремление к закрытости» ($r = -0,226$). Целеустремлённость, как один из аспектов процесса самореализации, предполагает выход за границы актуального состояния психологической системы человека, то есть преодоление внутренних и внешних препятствий на пути к цели. Стремление к закрытости предполагает сохранение психологической внутренней структуры в ее стандартном виде, следовательно, самореализация становится затрудненной. Решительность же наоборот является свойством, позволяющим личности быстро преодолеть неблагоприятные условия, мешающие достижению цели.

Корреляционные значимые связи были выявлены между шкалой «Самопринятие» и шкалами «Решительность» ($r = 0,341$) и «Избегание двойственности» ($r = -0,201$). Избегание двойственности – шкала, характеризующая человека, как категоричную личность, не принимающую двойственности или неоднозначности, которая не способна видеть потенциал для развития даже в негативных чертах или обстоятельствах. Такая личность не склонна к принятию собственных неудач или плохих качеств.

Таким образом, психологическое благополучие, как субъективная оценка личностью самореализации, имеет обратную связь с уровнем когнитивной закрытости, который является показателем гомеостатичности психологической системы человека. Компоненты психологического благополучия имеют положительную корреляционную связь только с таким аспектом когнитивной закрытости, как решительность.

Итак, значимые корреляционные связи с общим уровнем психологического благополучия имеют такие личностные особенности, как ригидность (шкалы «симптомокомплекс ригидности», «актуальная ригидность», «сенситивная ригидность», «ригидность как состояние»), флексибельность (шкалы «когнитивная флексибельность», «альтернативы» и «контроль»), когнитивная закрытость (шкалы «стремление к закрытости мышления» и «решительность») (см. рисунок 2).

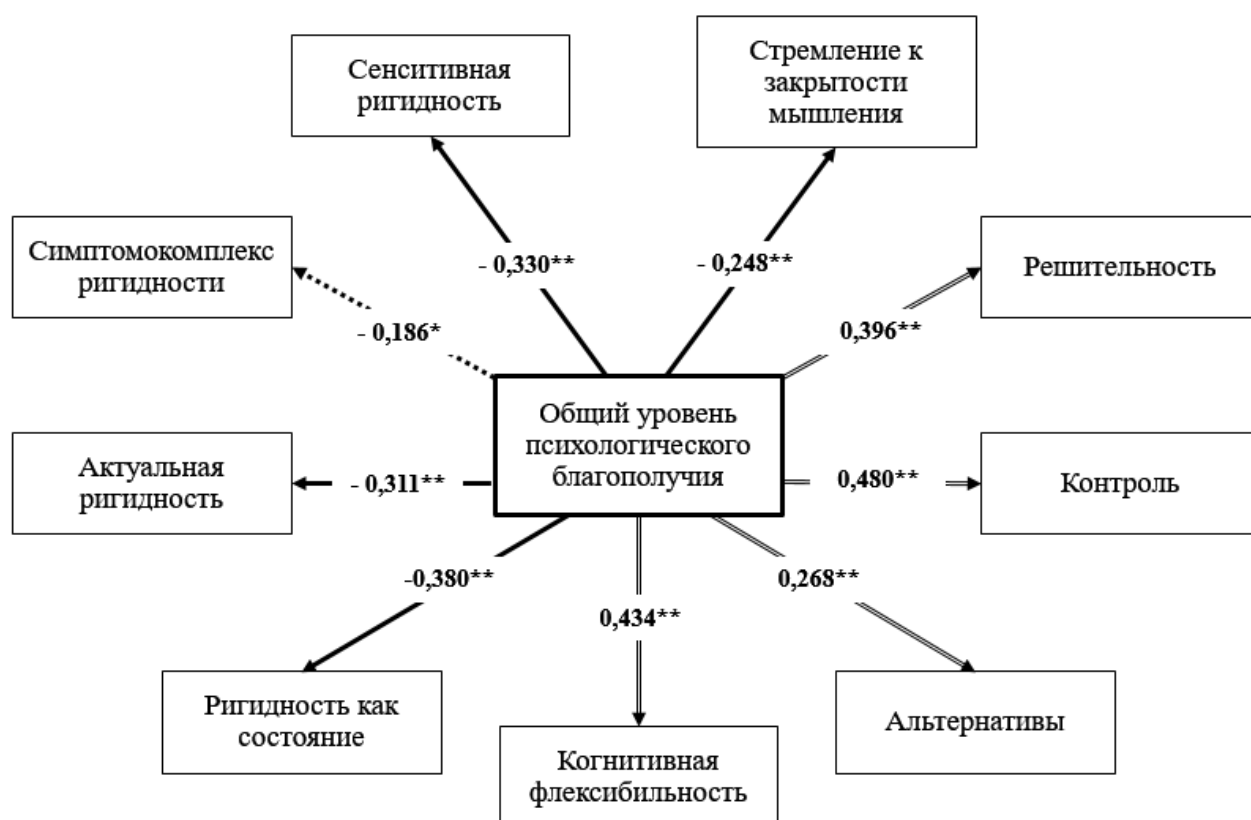


Рисунок 2 – Корреляционная плеяда общего уровня психологического благополучия с личностными особенностями.

Итак, по результатам корреляционного анализа эмпирических данных можно сделать следующие выводы:

1. Общий показатель степени психологического благополучия значимо отрицательно коррелирует с общим показателем ригидности (симптомокомплекс ригидности ($r = -0,186$) и актуальная ригидность ($r = -0,311$)). Это связано с тем, что более ригидные личности склонны к

фиксированным формам поведения, что делает психологическую систему менее открытой к интеграции нового опыта и формированию психологических новообразований, вследствие чего процесс самореализации становится более длительным (что негативно влияет на психологическое благополучие человека). Особенно выражена корреляция между всеми шкалами психологического благополучия и такими шкалами, как «сенситивная ригидность» и «ригидность как состояние». Это объясняется тем, что люди, испытывающие негативные эмоции и демонстрирующие более ригидные поступки в ситуациях, где необходимо скорректировать поведение или установки, хуже адаптируются к новому окружению и не воспринимают подобные ситуации как потенциал для развития, вследствие чего затрудняется процесс их самореализации. Таким образом, гипотеза о наличии связи между уровнем психологического благополучия и личностной ригидности подтвердилась.

2. Все показатели когнитивной флексибельности значимо положительно коррелируют со всеми шкалами опросника психологического благополучия. Это объясняется тем, что флексибельная личность способна находить альтернативные способы решения возникающих проблем и активнее взаимодействовать с окружающей средой, интегрируя новый опыт в психологическую систему, благодаря чему происходит процесс самореализации. Таким образом, гипотеза о наличии связи между уровнем психологического благополучия и когнитивной флексибельностью подтвердилась.

3. Значимую положительную корреляцию удалось выявить у таких показателей психологического благополучия с интернальностью (внутренним локусом контроля), как «управление окружением» ($r = 0,200$) и «цель в жизни» ($r = 0,185$). Это объясняется тем, что личность с интернальным локусом контроля более активно взаимодействует с миром, поскольку воспринимает события, с ней происходящие, как результат собственных действий, и как следствие – обладает более развитым навыком управления окружением, а

также большей целеустремленностью. Значимой корреляционной связи с другими показателями психологического благополучия, а также с общим показателем обнаружить не удалось. Это может быть объяснено тем, что локус контроля, как устойчивая черта личности, имеет связь с теми аспектами психологического благополучия, которые характеризуют именно степень активности взаимодействия с окружающим миром (управление окружением и цель в жизни). Таким образом, гипотеза о наличии связи между уровнем психологического благополучия и локусом контроля подтвердилась лишь частично.

4. Общий уровень психологического благополучия отрицательно коррелирует с показателем «стремление к когнитивной закрытости» (-0,248) и положительно коррелирует с «решительностью». Личность, склонная к когнитивной закрытости не способна эффективно интегрировать новый опыт и самореализовываться, а такая черта, как решительность, наоборот помогает быстрее адаптироваться в нестандартных ситуациях и использовать их как потенциал для личностного роста. Именно «решительность» является единственной шкалой, имеющей положительные значимые корреляции практически со всеми аспектами психологического благополучия. А наиболее яркие отрицательные корреляции со шкалами «стремление к предсказуемости», «избегание двойственности» и «стремление к когнитивной закрытости» имеет именно показатель «личностный рост» (понятие, наиболее синонимичное самореализации). Таким образом, гипотеза о наличии связи между уровнем психологического благополучия и когнитивной закрытостью подтвердилась.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав теорию и сделав литературный обзор, можно отметить, что полноценного исследования связи психологического благополучия и личностных особенностей, в рамках системного подхода.

В результате анализа литературы было взято рабочее понятие психологического благополучия К. Рифф, как «базовый субъективный конструкт, отражающий восприятие и оценку человеком своей самореализации с точки зрения пика потенциальных возможностей» [8]. Были проанализированы различные подходы к понятию благополучия: гедонистический и эвдемонический, рассмотрены понятия, синонимичные психологическому благополучию – субъективное благополучия и уровень удовлетворенности жизнью. Сделан обзор эмпирических исследований, посвященных связи психологического благополучия и личностных особенностей.

В качестве теоретической основы нашего исследования был выбран системный подход В. Ключко (который был развит Э.В. Галажинским), согласно которому человек понимается как открытая саморазвивающаяся система. В рамках данного подхода мы охарактеризовали понятие самореализации (самодетерминации), как неотъемлемого свойства открытой психологической системы. Также мы рассмотрели понятие самореализации с точки зрения различных подходов, проанализировав идеи таких авторов, как К. Роджерс, А. Маслоу, Г. Оллпорт.

Проанализировав литературу, мы определили и дали характеристику следующим показателям открытости психологической системы человека: ригидность, гибкость, когнитивная закрытость, локус контроля. В рамках теории фиксированных форм поведения Г.В. Залевского, которая была взята нами в качестве теоретической основы, были рассмотрены понятия ригидности и гибкости как два полюса одного континуума. Также мы проанализировали понятие когнитивной закрытости в рамках подхода Д.

Вебстер и понятие локус контроля, сформулированное Дж. Роттером. Также мы изучили многочисленные эмпирические исследования о связи каждого показателя открытости системы с личностными особенностями.

Во второй части данной работы было проведено исследование взаимосвязи психологического благополучия и показателей открытости психологической системы человека. В данном исследовании принял участие 131 студент-психолог 2 курса обучения. Корреляционный анализ данных проводился с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена, поскольку большинство данных имели ненормальное распределение.

В результате были выявлены отрицательные корреляционные связи между различными показателями личностной ригидности и психологического благополучия. Общий показатель психологического благополучия коррелировал с такими шкалами, как «симптомокомплекс ригидности» ($r = -0,186$), «актуальная ригидность» ($r = -0,311$), «сенситивная ригидность» ($r = -0,330$), «ригидность как состояние» ($r = -0,380$). Наиболее значимыми оказались отрицательные корреляции между всеми показателями психологического благополучия и такими составляющими личностной ригидности, как «актуальная ригидность» (собственно ригидность), «сенситивная ригидность» (негативная реакция в ситуации необходимости изменений) и «ригидность как состояние» (склонность к более ригидному поведению в ситуации дистресса). Таким образом, гипотеза о наличии связи между психологическим благополучием и личностной ригидностью подтвердилась.

Также были выявлены положительные корреляционные связи между всеми показателями психологического благополучия и когнитивной флексибельности. Особенно ярко выраженными оказались связи всех шкал психологического благополучия с общим уровнем когнитивной флексибельности и контролем. Гипотеза о наличии связи между психологическим благополучием и когнитивной флексибельностью подтвердилась.

Помимо этого, были выявлены значимые корреляционные связи общего уровня психологического благополучия и такими шкалами опросника когнитивной закрытости, как «решительность» ($r = 0,396$) и «стремление к когнитивной закрытости» ($r = -0,248$). Большинство показателей психологического благополучия положительно коррелируют со шкалой «решительность» и отрицательно коррелируют с общим уровнем когнитивной закрытости. Таким образом, гипотеза о наличии связи между психологическим благополучием и когнитивной закрытостью подтвердилась.

Результаты корреляционного анализа между шкалами психологического благополучия и уровнем локализации показали положительные корреляции между интернальностью (выражен внутренний локус контроля) и такими показателями «цель в жизни» ($r = 0,185$) и «управление окружением» ($r = 0,200$). Таким образом, гипотеза о наличии связи между психологическим благополучием и локусом контроля подтвердилась лишь частично.

Резюмируя данные корреляционного анализа, можно отметить, что психологическое благополучие, как субъективное ощущение самореализации, положительно коррелирует флексibilityностью (способностью находить альтернативные решения проблемы) и интернальным локусом контроля, отрицательно коррелирует с личностной ригидностью и когнитивной закрытостью.

Таким образом, большинство, выдвинутых нами, гипотез оказалось подтвержденным.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Жуковская Л.В. Трошихина Е.Г. Шкала психологического благополучия К. Рифф // Психологический журнал. 2011. Т. 32, № 2. С. 82–93.
2. Залевский Г.В. Психическая ригидность в норме и патологии. Томск : Изд-во Томск. ун-та, 1993. 272 с.
3. Освалюк Е.Ю. Кургинян С.С. Опросник когнитивной флексибельности (CFI): адаптация на русскоязычной выборке // Психологический журнал. 2018. Т. 39, № 2. С. 105–119.
4. Ясин М.И. Хухлаев О.Е. Русскоязычная адаптация опросника Д. Вебстер и В. Круглянки «Стремление к когнитивной закрытости» // Психология. Журнал ВШЭ. 2023. Т. 20, № 2. С. 282–299.
5. Елисеев О.П. Практикум по психологии личности. СПб.: Питер, 2001. 560 с.
6. Diener E. Subjective Well-Being // Psychological Bulletin. 1984. Vol. 95. No. 3. P. 542–575.
7. Ryan R.M., Frederick C. On Energy, Personality, and Health: Subjective Vitality as a Dynamic Reflection of Well-Being // Journal of Personality. 1997. Vol. 65. No. 3. P. 529–565.
8. Самохвалова А.Г. Структурно-функциональная модель психологического благополучия современных студентов // Российский психологический журнал. 2021. №3. С. 47–63.
9. Ryff C. D., Singer B. H. Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. // Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being. No. 9(1). P. 13–39.
10. Карапетян Л. Исследование благополучия в отечественной психологии // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В. П. Астафьева. 2017. № 2 (40). С.132–137.
11. Шамионов Р. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Саратов: «Научная книга», 2008. 296 с.

12. Идобаева О. А. Психолого-педагогическая модель формирования психологического благополучия личности: Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук; 2013. URL: <https://www.dissercat.com/content/psikhologo-pedagogicheskaya-model-formirovaniya-psikhologicheskogo-blagopoluchiya-lichnosti?ysclid=1w4vyhnnda766877062> (дата обращения: 12.04.2024).

13. Тлеубай Г. Исследование взаимосвязи стилей мышления на психологическое благополучие студентов // Научные исследования молодых ученых: сборник статей XVIII Международной научно-практической конференции. Пенза. 2022. С. 262–265.

14. Водяха С. Креативность студентов как предиктор психологического благополучия и жизнестойкости // Педагогическое образование в России. 2005. № 3. С. 94–99.

15. Hall, A. D., & Fagen, R. E. Definition of system. General Systems // the Yearbook of the Society for Advancement of General Systems Theory. 1956. No 1(1). P. 18–28.

16. Черников А.В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики. М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. 208 с.

17. Оллпорт Г. Становление личности: избранные труды. Мск: Смысл, 2002. 462 с.

18. Ключко В.Е. Самоорганизация в психологических системах: проблема становления ментального пространства личности (введение в транспективный анализ). Томск: Томский государственный университет, 2005. 174 с.

19. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Евразия, 1999. 478 с.

20. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. Мск: Прогресс; Универс, 1994. 480 с.

21. Галажинский Э.В. Системная детерминация самореализации личности: Автореферат диссертации на соискание степени доктора

психологических наук; Барнаул: БГПУ, 2002. URL: <https://www.dissercat.com/content/sistemnaya-determinatsiya-samorealizatsii-lichnosti> (дата обращения: 20.04.2024).

22. Ясин М.И. Концепция когнитивной закрытости: история и смежные понятия // Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. №1. С. 174–181.

23. Ясин М.И. Когнитивная закрытость и установки в межличностных отношениях // Психолог. 2017. № 5. С. 46–54.

24. Антонова К.А. Взаимосвязь адаптивных стратегий поведения и потребности в когнитивном закрытии подростков и юношей // Амурский научный вестник. 2020. №3. С. 4–9.

25. Залевский Г.В. Фиксированные формы поведения на уровне индивидуальных и групповых систем // Сибирский психологический журнал, 2000. С. 36–42.

26. Залевский Г.В. Личность и фиксированные формы поведения. Томск: Томский государственный университет, 2004. 346 с.

27. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. Основные положения, исследования и применение. Санкт-Петербург: Питер, 2008. 607 с.

28. Мерсиянова А.П. Флексибельность личности - новое «старое» понятие в психологии и цель современного образования // Вестник КАСУ №1, 2006. № 1. С. 147–157.

29. Галажинский, Э.В. Ригидность как общесистемное свойство человека и самореализация личности // Человек в психологии: ориентиры исследований в новом столетии». Караганда, 2001. URL: <http://flogiston.ru/articles/general/galazhinsky> (дата обращения: 12.04.2024).

30. Spiro R. Cognitive Flexibility, Constructivism, and Hypertext: Random Access Instruction for Advanced Knowledge Acquisition in Ill-Structured Domains. Educational Technology. Vol. 31, No. 5. 1991. P. 24–33.

31. Залевский Г.В. Возрастно-половые характеристики психологической ригидности // Сибирский психологический журнал. 1998. Вып. 8/9. С. 15–22.

32. Федорова Е.П. Жизненное самоопределение людей с выраженными

различиями в показателях континуума "ригидность – гибкость":
Автореферат диссертации на соискание степени кандидата
психологических наук; 2002. URL:
<https://www.dissercat.com/content/zhiznennoe-samoopredelenie-lyudei-s-vyrazhennymi-razlichiyami-v-pokazatelyakh-kontinuuma-rig> (дата
обращения: 12.04.2024).

33. Алимова М.А. Проявление личностной ригидности в динамике становления профессиональных установок: Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук; 2002. URL: <https://www.dissercat.com/content/proyavlenie-lichnostnoi-rigidnosti-v-dinamike-stanovleniya-professionalnykh-ustanovok> (дата обращения: 12.04.2024).

34. Непомнящая В.А. Особенности становления личности в молодости на этапе изменения социальной ситуации развития: Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук; 2005. URL: <https://www.dissercat.com/content/osobennosti-stanovleniya-lichnosti-v-molodosti-na-etape-izmeneniya-sotsialnoi-situatsii-razv> (дата обращения: 12.04.2024).

35. Китаева А.А. Практические исследования психической ригидности в структуре личностей с нормой и патологией // Психологические науки. 2013. №1. С. 23–27.

36. Макаренко О.В. Возможности развивающего эксперимента в изменении когнитивного стиля «ригидность – гибкость» в полюс гибкости через решение нестандартных физических задач // Сибирский психологический журнал. 2001. №14–15. С. 54–58.

37. Словарь психолога-практика: словник. Мн.: Харвест, 2005. – 976 с.

38. Rotter J.B. Generalized expectancies for internals versus external control of reinforcement // Psychology Monographs. 1955. V. 80. P. 325–379.

39. Крушельницкая О.И. Третьякова А.Н. Локус контроля учащихся среднего профессионального образования // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2016. №2 с. 32–45.

40. Колесов С.Г. Локус контроля над поведением людей // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2012. № 6. с. 276–278.

41. Ключко В.Е. Галажинский Э.В. Самореализация личности: системный взгляд. Томск: Изд-во Томского государственного университета. 1999. 154 с.

42. Бокова О.А. Теоретические основы изучения личностной ригидности как показателя открытости психологической системы // Мир науки, культуры, образования. № 4(47). 2014. С. 40–43.

43. Бадмаева Н.Д. Проблема самоактуализации студентов // Приоритетные научные направления: от теории к практике. 2016. С. 111–115.

44. Краснова Т.Г. Взаимосвязь психологического благополучия и локус контроля личности педагогов // Межотраслевое сотрудничество на пути к реформированию национальной системы образования: сборник докладов Международной научно-практической конференции. Санкт-Петербург, 2019. С. 63–69.

45. Бондаренко Е.А. Связь локуса контроля личности и творческих способностей в юношеском возрасте // Форум молодых ученых. 2016. № 4(4). С. 175–179.

46. Попова Т.А. Смыслжизненные ориентации и локус контроля личности как ресурсы благополучия старения // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. 2019. С. 49–58.

47. Тарасова Е.О. Борисова Н.М. Влияние локуса контроля на самоотношение людей среднего возраста // Вестник Самарского государственного технического университета. Серия: Психолого-педагогические науки. 2007. С. 93–99.

48. Король Н.В. Гордецкая Д.О. Взаимосвязь удовлетворенности

жизнью и личностных особенностей женщин в период ранней взрослости // *Universum: психология и образование*. 2023. № 10 (112). С. 32–36.

49. Епанчинцева Г.А. Козловская Г.Н. Взаимосвязь мотивации достижения успеха и ригидности личности // *Вестник Оренбургского государственного университета*. 2020. №.4 (227). С. 95–104.

50. Коваленко А.В. Формальные характеристики поведения, как психофизиологическая основа системы субъектной регуляции деятельности // *Казанский педагогический журнал*. 2012. № 4. С. 124–130.

51. Куликова Т.И. Филиппова С. А. Исследование адаптационного потенциала в разных возрастных группах студентов в период пандемии // *Российский психологический журнал*. Т. 19. № 1. 2022. С. 6–18.

52. Пантелеева О.Л. Взаимосвязь компонентов самореализации и самоактуализации студентов // *Акмеология*. 2019. С. 15–21.

53. Плотникова Е.С. Взаимосвязь локуса контроля на способности к самоуправлению // *Серия «ВЕСТНИКА СВФУ»*. 2020. № 1 (17). С. 42–46.

54. Денисова Е.Г. Ермаков П.Н. Абакумова И.В. Эмоционально-личностные и метакогнитивные предикторы психологического благополучия студентов в современных условиях // *Психологическая наука и образование*. 2022. Том 27. № 5. С. 85–96.

55. Осипова Т.Ю., Костина Т.М. О взаимосвязях коммуникативной компетентности и коммуникативной флексибельности с коммуникативной креативностью // *Психолог*. 2017. № 2. С. 90–125. URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=22598 (дата обращения: 12.04.2024).

56. Батулин Н.А. Башкатов С.А. Гафарова Н.В. Теоретическая модель личностного благополучия // *Психология. Психофизиология*.

2013. Т. 6. № 4. С. 4–14.

57. Боровицына Т.О. Особенности психологического благополучия студентов различных профилей подготовки // Мир науки. Педагогика и психологи. 2020. Т. 8. № 4. С. 1–10.

58. Вершинина Л.В. Особенности автономного поведения детей дошкольного возраста // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2002. Вып. 3 (31). С. 51–54.

59. Водяха С.А. Предикторы психологического благополучия студентов // Педагогическое образование в России. 2013. № 1. С. 70–74.

60. Воронина А.В. Проблема психического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыт структурно-уровневого анализа // Сибирский психологический журнал. 2005. № 21. С. 142–147.

61. Гараева Л.Ф. Взаимосвязь мотивации, самоотношения и локуса контроля у старшеклассников // Теория и практика современной науки. 2017. № 5 (23). С. 1155–1157.

62. Григоренко Е.Ю. Психологическое благополучие студентов и определяющие его факторы // Проблемы развития территории. 2009. Вып. 2 (48). С. 98–105.

63. Давудова А.Р. Далгатов М.М. Магомедханова У.Ш. Личностные ценности студентов с интернальным и экстернальным локусом контроля // Мир науки, культуры, образования. 2016. № 4 (59). С. 147–151.

64. Дорофеева И.В. Калинина Н.В. Влияние «когнитивной закрытости» на принятие решений // Всероссийская конференция молодых исследователей «Социально-гуманитарные проблемы образования и профессиональной самореализации «Социальный инженер-2018». 2018. С. 76–80.

65. Залевский Г.В. Филогенетические основания фиксированных форм поведения // Сибирский психологический журнал. 1999. Вып. 11. С. 55–58.

66. Здор Е.Ю. Особенности интернальности локуса контроля студентов-психологов // Национальная ассоциация ученых. 2017. № 4 (31). С. 37–39.

67. Зобнина Т.В. Кислякова Л.П. Особенности самоотношения у

студентов с интернальным и экстернальным локусом контроля // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. № 1. С. 65–70.

68. Козлова Н.В. Развитие теории фиксированных форм поведения // Сибирский психологический журнал. 2011. № 27. С. 11–17.

69. Кужильная А.В. Факторы субъективного благополучия личности // Психологические науки. Евразийский Союз Ученых (ЕСУ). 2015. № 3 (12). С. 80–82.

70. Кулакова, А. М. Специфика субъективного благополучия студентов: профильный и гендерный аспекты // Молодой ученый. 2020. № 49 (339). С. 522–525.

71. Левицкая Т.Е., Богомаз С.А. Исследование когнитивных стилей «ригидность-гибкость» и «импульсивность-рефлексивность» у школьников // Сибирский психологический журнал. 1999. Вып. 11. С. 89–95.

72. Лукьянов О.В. Смысл психической ригидности и психологический возраст // Сибирский психологический журнал. Вып. 11. 1999. С. 63–68.

73. Луцик М.Ю. Дронго А.В. Взаимосвязь психологического благополучия и когнитивной сферы // Научное отражение. 2021. № 1 (23). С. 55–58.

74. Маслакова Д. Б. Руснак А. И. Гревцова А. Ю. Студенческое счастье в рамках психологического исследования: проблема измерения // Парадигма-ДВ. Материалы Регионального конкурса научных работ в сфере психолого-педагогической профилактики негативных явлений среди молодежи: сборник научных статей. 2019. С. 82–93.

75. Минахметова А.З. Взаимосвязь критического мышления и психологического благополучия студентов // Казанский педагогический журнал. 2022. № 5. С. 185–191.

76. Михайлова И.В. Жаркова Ю.П. Особенности

самоактуализации и локуса контроля у студентов с разным уровнем прокрастинации // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2021. № 3. С. 24–38.

77. Орлова Д.Г. Оценка психометрического качества и модификация опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2016. Т. 26. Вып. 3. С. 53–62.

78. Орлова Д.Г. Психологическое и субъективное благополучие: определение, структура, исследования (обзор современных источников) // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия №1. Психологические и педагогические науки. 2015. № 1. С. 28–36.

79. Освалюк Е.Ю. Кургинян С.С. Когнитивная флексибельность личности: теория, измерение, практика // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2018. Т. 15, № 1. С. 128–144.

80. Осин Е.Н. Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. № 1 (155). С. 117–142.

81. Павлоцкая Я.И. Психологическое благополучие и социально-психологические характеристики личности. Волгоград: Изд-во Волгоградского института управления – РАНХиГС, 2016. 168 с.

82. Пилишвили Т.С. Савушкина А.И. Данилова А.Л. Психологическое благополучие и ценностно-смысловая сфера личности студентов-психологов // Образование и наука. 2021. № 23 (4). С. 126–156.

83. Плотникова Е.С. Маслова Т.М. Самоактуализация и самореализация: сходство, различие и взаимосвязь явлений // Вестник ТвГУ. Серия "Педагогика и психология". 2018. Вып. 2. С. 22–32.

84. Протасов В.В. Протасова И.Н. Проблема взаимосвязи психической ригидности и когнитивного стиля // Фиксированные формы поведения в

образовании, науке и культуре. Бийск. 2000. С. 106–112.

85. Рагулина М.В. Феномен эмоционального благополучия личности: содержание, диагностика, консультирование. Хабаровск: Изд-во ТОГУ, 2017. 115 с.

86. Рождественская Е.А. Тревожность и ригидность в структуре личности больных невротическими и невротоподобными расстройствами // Журнал невропатологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 1987. Том 87, Вып. 7. С. 1095–1098.

87. Самохвалова А.Г. Шипова Н.С. Тихомирова Е.В. Методика оценки психологического благополучия студентов: верификация и валидизация // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2022. Т. 28, № 1. С. 76–83.

88. Семенова Л.Э., Серебрякова Т.А. Психологическое благополучие студентов-психологов с разными личностными ресурсами профессионально значимых характеристик // Вестник Мининского университета. 2018. Т. 6, № 3. С. 1–22.

89. Смирнова С.В. Павлова Е.В. Соотношение ригидности и креативности у студентов-первокурсников // Сибирский психологический журнал. 2002. № 16-17. С. 127–128.

90. Сорокина И.С. Куртова А.А. Солодовник Е.М. Определение взаимосвязи уверенности в себе и локуса контроля личности студентов // Вопросы педагогики. 2020. № 6-1. С.286–289.

91. Спицына К.Р. Захарова Н.Л. Психологическое благополучие работников виртуальной организации в зависимости от их социально-демографических характеристик // Человеческий капитал. 2022. № 2 (158). С. 166–175.

92. Тихомирова М.А. Бордовская Н.В. Кошкина Е.А. Профессионально-личностные детерминанты психологического благополучия педагогов // Образование и саморазвитие. 2022. Т. 17. №

2. С. 188–202.

93. Холодкова О.Г. Кабанченко Е.А. Жизнестойкость и психологическое благополучие // Вестник Алтайского государственного педагогического университета. 2016. № 3 (28). С. 80–83.

94. Черткова Ю.Д. Зырянова Н.М. Взаимосвязь базисных убеждений с диспозиционными чертами личности, локусом контроля и удовлетворенностью жизнью // Социальные и гуманитарные науки: теория и практика. 2019. Т. 1, № 3. С. 775–790.

95. Шершнева К.С. Сидоров Н.С. Лукин-Григорьев В.В. Теория психологических систем В.Е. Ключко как базис неклассической психологии и альтернативы ее практического применения // История российской психологии в лицах. 2018. № 4. С. 114–118.

96. Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. New measures of well-being: Flourishing and Positive and Negative Feelings. Social Indicators Research Series 39. 2009. P.247–266.

97. Kruglanski, A. W. The psychology of closed mindedness. Political Psychology. 2004. Vol. 27(3). P. 506–509.

98. Kruglanski, A. W. Webster D. M. Motivated closing of the mind: “seizing” and “freezing”. Psychological Review. 1996. Vol. 103. P. 263–283.

99. Layard R. Measuring Subjective Well-Being: How Should Human Happiness and Life Satisfaction Be Measured. 2017. Vol. 327. P. 534–535.

100. Ryan R. M., Deci E. L. On happiness and human potentials: a Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. Annual Review of Psychology. 2015. Vol. 52. P. 141–166.

101. Ryff C.D., Keyes C. L.M. The Structure of Psychological Well-Being Revisited. Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 69. No. 4. P. 719–727.

102. Webster D. M. Kruglanski A. W. Cognitive and social consequences of the need for cognitive closure. European Review of Social Psychology. 1998. Vol. 8. P. 133–173.

103. Webster D. M. Kruglanski A. W. Individual differences in need for cognitive closure. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1994. Vol. 67(6). P. 1049–1062.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

(справочное)

СВОДНАЯ ТАБЛИЦА РЕЗУЛЬТАТОВ КОРРЕЛЯЦИОННОГО АНАЛИЗА

		Психологическое благополучие						
		Положительные отношения с другими	Автономия	Управление окружением	Личностный рост	Цель в жизни	Самопринятие	Общий уровень психологического благополучия
Личностная ригидность	Симптомокомплекс ригидности	0,025	-0,077	-0,112	-0,215*	-0,055	-0,215*	-0,186*
	Актуальная ригидность	-0,107	-0,207*	-0,232**	-0,305**	-0,184*	-0,311**	-0,311**
	Сенситивная ригидность	-0,089	-0,251**	-0,339**	-0,314**	-0,218*	-0,374**	-0,330**
	Установочная ригидность	0,066	-0,108	0,027	-0,185	-0,045	-0,440	-0,010
	Ригидность как состояние	-0,135	-0,281**	-0,358**	-0,304**	-0,268**	-0,344**	-0,380**
	Преморбидная ригидность	0,023	-0,076	-0,110	-0,232**	-0,119	-0,101	-0,105
Когнитивная флексибильность	Когнитивная флексибильность	0,266**	0,383**	0,330**	0,401**	0,329**	0,371**	0,434**
	Альтернативы	0,246**	0,253**	0,178*	0,282**	0,236**	0,188*	0,268**
	Контроль	0,220*	0,372**	0,408**	0,399**	0,324**	0,457**	0,480**
Когнитивная закрытость	Стремление к порядку	0,215*	0,120	0,239**	-0,039	0,115	0,051	0,158
	Стремление к предсказуемости	0,127	0,018	0,068	-0,186*	0,003	-0,094	-0,022
	Решительность	0,138	0,434**	0,355**	0,229*	0,287**	0,341**	0,396**
	Избегание двойственности	-0,018	-0,132	-0,157	-0,173*	-0,087	-0,201*	-0,17
	Стремление к закрытости мышления	-0,192*	-0,277**	-0,131	-0,261**	-0,226*	-0,148	-0,248**

		Психологическое благополучие						
		Положительные отношения с другими	Автономия	Управление окружением	Личностный рост	Цель в жизни	Самопринятие	Общий уровень психологического благополучия
Локус контроля	Экстернальность	0,020	-0,105	-0,190*	-0,050	-0,174*	-0,089	-0,122
	Интернальность	-0,009	0,116	0,200*	0,061	0,185*	0,099	0,132

Примечание:

* $p < 0,05$; критическое значение = 0,172

** $p < 0,01$, критическое значение = 0,225