

эффективно решать задачи, связанные со становлением собственной личности.

### Литература

1. Каменева Г.Н, Радоев М. К вопросу изучения застенчивости в контексте межкультурной адаптации студентов // Вестн. РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2016. № 3. С. 70–79.

2. Галигузова Л. Н. Психологический анализ феномена застенчивости // Вопросы психологии. 2000. № 5. С. 28–38.

3. Дубровина И. В. Формирование личности в переходный период: От подросткового к юношескому возрасту. М. : Педагогика, 1987. 184 с.

4. Куницына В. Н., Казаринова Н. В., Погорыша В. М. Межличностное общение. СПб. : Питер, 2001. 544 с.

5. Зимбардо Ф. Застенчивость (что это такое и как с ней справиться). СПб. : Питер Пресс, 1996. 256 с.

6. Прихожан А. Психология неудачника. Тренинг уверенности в себе. СПб. : Питер, 2000. 104 с.

УДК 159.9.072.422

**Елена Владимировна Шаймарданова,**  
ассистент  
Института психологии и педагогики  
Тюменского государственного университета

## **ВНУТРЕННИЙ ДИАЛОГ И ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ИСПОЛНЕННОСТЬ В КОНТЕКСТЕ ЖИЗНЕННОЙ УСПЕШНОСТИ**

Данная работа представляет собой количественное исследование взаимосвязи между особенностями внутреннего диалога и экзистенциальной исполненностью. Теоретическую базу исследования составили идеи персонального экзистенциального анализа А. Лэнгле, исследования внутреннего диалога Г.М. Кучинского, концепция диалогического «Я» Х. Херманса.

Обнаружено, что конфликтный характер взаимодействия во внутреннем диалоге выступает предиктором низкой экзистенциальной исполненности, связан с неспособностью успешно обходиться с условиями бытия и тревогой, в то время как внутренняя диалоговая активность не связана с экзистенциальной исполненностью.

**Ключевые слова:** внутренний диалог, экзистенциальная исполненность, субъективное благополучие, экзистенциальный анализ, диалогическое «Я».

**Elena Shaimardanova,**

assistant

Institute of Psychology and Pedagogy

Tyumen State University

## **INTERNAL DIALOGUE AND EXISTENTIAL FULFILLMENT IN THE CONTEXT OF PERSONAL SUCCESS**

Submitted study is aimed to explore relationship between an internal dialogue's features and an existential fulfillment. The theoretical base of research is Personal existential analysis by A. Langley, G. M. Kuchinsky ideas and Dialogical self theory by H. Hermans.

It is found that the conflicting internal dialogues act as a predictor of low existential fulfillment, associated with inability to successfully manage with conditions of being and anxiety, while the internal conversation frequency is not associated with existential fulfillment.

**Keywords:** internal dialogue, subjective well-being, existential fulfillment, existential analysis, dialogical self.

С середины XX века по настоящее время активно появляются исследования внутреннего диалога (далее ВД) в связи с проблемами психологии общения, психологии мышления и психологии личности (Г. М. Кучинский [1], А. В. Визгина [2], А. В. Россохин [3], М. Leiman [4], К. Osatuke, W. B Stiles [5], Х. Херманс [6; 7]).

Подходы к пониманию ВД можно представить как континуум, один полюс которого — узкое, лингвистическое понимание (обмен репликами между голосами), а другой — широкое понимание диало-

га, выработанное в экзистенциальной философии (взаимодействие между позициями диалога как между равноправными свободными субъектами). В данном исследовании мы опираемся на идеи персонального экзистенциального анализа А. Лэнгле [8; 9], исследования Г.М. Кучинского, теорию диалогического «Я» Х. Херманса.

Для понимания личностных ресурсов, обеспечивающих успешность, представляется существенным вопрос о том, какие особенности организации ВД ассоциированы с субъективным благополучием, а какие, наоборот, с патологизацией. Дополнительные возможности для понимания отношений между ВД и личной успешностью, на наш взгляд, предоставляет концепция А. Лэнгле. В персональном экзистенциальном анализе жизненная успешность и качество жизни описывается с помощью концепта «экзистенциальная исполненность» (далее ЭИ) — согласие в отношении 4 данностей бытия: условий существования; ценностей; своего «Я»; будущего и смыслов [8; 9]. Эти условия называются фундаментальными мотивациями — силами, приводящими в движение поведение человека.

Представленное исследование посвящено оценке взаимосвязи между внутренней диалоговой активностью (вовлеченность субъекта в ВД и их частота), конфликтностью внутренних диалогов (склонность переживать противоречия между позициями) и экзистенциальной исполненностью.

Данные собраны онлайн, объем выборки составил 90 человек (69 % женщин и 31 % мужчин, средний возраст — 29,5 лет). Для оценки исследуемых параметров использованы методики: Шкала внутренней диалоговой активности П. Олеса [10], Тест экзистенциальных мотиваций [11], Опросник субъективного отчуждения С. Мадди, Шкала депрессии А. Бэка, Шкала тревожности Ч. Спилбергера.

Конфликтность ВД обнаруживает значимую отрицательную корреляцию со всеми шкалами Теста экзистенциальных мотиваций ( $r$  от  $-0,4$  до  $-0,6$ ;  $p < 0,01$ ), в особенности со шкалой, отражающей способность принять и выдержать условия бытия («Фундаментальное доверие») ( $r = -0,60$ ;  $p < 0,01$ ) и субшкалой «Защищенность», ( $r = -0,62$ ;  $p < 0,01$ ); выступает предиктором низкого уровня ЭИ ( $R^2 = 0,256$ ;  $p < 0,01$ ;  $\beta = -0,514$ ). Конфликтность ВД также связана с нарушениями и дефицитами фундаментальных мотиваций — де-

прессией ( $r = 0,60$ ;  $p < 0,01$ ), тревожностью ( $r = 0,58$ ;  $p < 0,01$ ), субъективным отчуждением ( $r = 0,38$ ;  $p < 0,01$ ). Внутренняя диалоговая активность не связана с ЭИ ( $r = -0,13$ ;  $p > 0,05$ ).

Подобные результаты можно объяснить тем, что конфликтный ВД актуализируется в ситуациях жизненных неудач, сопровождающихся переживанием «я не могу быть здесь», а также более характерен для людей с высоким уровнем тревожности, испытывающих переживание незащищенности.

Таким образом, конфликтность внутреннего диалога связана с неспособностью успешно справляться с условиями бытия и тревогой, может выступать предиктором низкой экзистенциальной исполненности.

### Литература

1. *Кучинский Г. М.* Психология внутреннего диалога. Минск: «Университетское», 1988. 208 с.
2. *Визгина А. В.* Роль внутреннего диалога в самосознании личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1987. 20 с.
3. *Россохин А. В.* Рефлексия и внутренний диалог в измененных состояниях сознания: Интерсознание в психоанализе. М. : «Когито-Центр», 2010. 304 с.
4. *Leiman M.* Dialogical sequence analysis in studying psychotherapeutic discourse // International Journal for Dialogical Science. 2012. № 6 (1). P. 123–147.
5. *Osatuke K., Stiles W. B.* Numbers in assimilation research // Theory & Psychology. 2011. № 21(2). P. 200–219.
6. *Hermans H. J. M.* Dialogical Self in a Complex World: The Need for Bridging Theories // Europe's Journal of Psychology. 2015. № 11 (1). P. 1–4.
7. *Hermans H. J. M.* Self as a society of I-positions: a dialogical approach to counseling // Journal of Humanistic Counseling. 2014. № 53(2). P. 134–159.
8. *Лэнгле А., Уколова Е. М., Шумский В. Б.* Современный экзистенциальный анализ: история, теория, практика исследования. М. : Логос, 2014. 556 с.
9. *Лэнгле А.* Персональный экзистенциальный анализ // Психология индивидуальности: новые модели и концепции / под ред. Е. Б. Старовойтенко, В. Д. Шадрикова. М. : МПСИ, 2009. С. 356–382.
10. *Астрецов Д. А, Леонтьев Д. А.* Психодиагностические особенности «Шкалы внутренней диалоговой активности» П. Олеса // Вестн. Моск. ун-та. Серия 14 (психология). 2015. № 4. С. 67–81.

11. Шумский В. Б., Уколова Е. М., Осин Е. Н., Лупандина Я. Д. Диагностика экзистенциальной исполненности: оригинальная русскоязычная версия теста экзистенциальных мотиваций // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2016. № 4 (13). С. 763–788.

УДК 159.9.072

**Ксения Романовна Ширяева,**  
студентка 2-го курса магистратуры  
Института педагогики, психологии и социологии  
Сибирского федерального университета

## **КРЕАТИВНОСТЬ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ОСНОВА УСПЕШНОСТИ**

Статья обозревает истоки возможной связи креативности и эмоционального интеллекта в психологической структуре личности, их значимости для адаптивности и достижения успехов в современном социуме. Также авторы раскрывают основные понятия исследования, приведят рекомендации и обосновывают дальнейшие направления постановки и проверки гипотез.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, креативность, факторы успешности, творческая личность, продолжающееся исследование.

**Kseniya Shiryaeva,**  
2-year master student  
Institute of Pedagogy, Psychology and Sociology  
Siberian Federal University

## **CREATIVITY AND EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A BASIS FOR SUCCESS**

The text reviews the sources of the possible connection between creativity and emotional intelligence in the psychological structure of the personality, their importance for adaptability and the achievement of success in modern