

Людмила Балецька,

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології
Мукачівського державного університету, м. Мукачево

КОГНІТИВНА ГНУЧКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ: ДІАГНОСТИЧНА РЕПРЕЗЕНТАТИВНІСТЬ

В статті розглянуто особливості поняття «когнітивна гнучкість» в сучасній психології; проаналізовано застосування діагностичних методик дослідження когнітивної гнучкості особистості в різний віковий період; вказано різницю в значенні пізнавальної гнучкості як в цілому в житті так і в окремих ситуативних випадках; охарактеризовано вміння застосовувати рухомий інтелект у повсякденному житті; виокремлено наукову дискусію навколо гіпотези «психічних тренувань», що сприяють розвитку когнітивної гнучкості у похилому віці.

***Ключові слова:** когнітивна гнучкість, інтелектуальний потенціал, зміна психологічної установки, когнітивне перемикання, рухомий інтелект.*

Постановка проблеми у загальному вигляді. Вибіркове використання знань, для задоволення потреби розуміння і прийняття рішень в певній ситуації, приводить до дослідження когнітивної гнучкості особистості через вивчення її адаптивних здатностей. Потенціал для максимально адаптивного збору знань залежить також від, що здатна демонструвати людина.

Проблема когнітивної гнучкості в психології завжди цікавила дослідників з різних сфер науки. Однак, особливо актуальною ця тематика виявилась для психологів-експериментаторів, що вивчали можливості людського мозку. Ряд сучасних авторів зазначають: когнітивна гнучкість пов'язана не стільки з мисленнєвими процесами, скільки зі здатністю людини справлятися з труднощами в різних ситуаціях. Це особлива здібність людини до швидкої зміни своїх думок в залежності від ситуації до ситуації, при цьому з незначним фокусом на внутрішніх стресогенних факторах [1; 2].

Психотерапевти зауважують, пізнавальна гнучкість – це не явище яке само по собі дано, це певна життєва позиція яка демонструє розуміння та прийняття позиції «інакший». Практичним психологам та консультантам для

ефективної роботи рекомендують враховувати фактори та рівні когнітивної організації, а також когнітивної адаптації в роботі з клієнтом. Наявність різноманітного репертуару способів мислення на певну концептуальну тему чи ситуацію свідчить про високий рівень когнітивної гнучкості. Використання множинних уявлень важливе на різних рівнях розвитку особистості.

Геронтопсихологами доведено, що рівень когнітивної гнучкості корелює з різноплановою довговічністю, зайнятим стилем життя, зниженим ризиком деменції [3]. Проте пояснення таких співвідношень не зовсім чітке. Одна гіпотеза полягає в тому, що розвинена пізнавальна сфера є результатом множини стимулюючих зусиль, що здійснювались на розум та тіло протягом довгого часу (гіпотеза «психічних тренувань») [4]. Критики даного підходу справедливо зауважують, що ці докази є лишень свідченням причинно-наслідкового зв'язку: люди похилого віку з відносно кращою пізнавальною гнучкістю самі протягом всього життя шукають та підтримують більш широкий діапазон різнопланових дій. Іншими словами, саме когнітивна пластичність стимулює їх до пошуку різного роду пізнавальних тренувань. Таким чином складність підбору діагностичного інструментарію дуже часто залежить ще й від того як дослідники пояснюють даний феномен.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми на які опирається автор. В своїх напрацюваннях, Ж. Піаже презентує людину як активну, динамічну і творчу особистість з притаманними їй ментальними структурами – схемами, що опрацьовують та організують отриману інформацію. З віком, ці схеми перетворюються в більш складні когнітивні структури. Інтелектуальний розвиток проходить чотири етапи, починаючи з раннього дитинства до 12-15 років і далі [3].

Наступне розуміння гнучкості тісно переплітається з розумінням особливостей мислення дорослих людей. За ствердженням дослідника В. Шейко протягом дитинства та підліткового періоду людина набуває складніших внутрішніх структур розуміння світу. В цей період формуються

потужні інструменти формального операційного мислення, що є ключовим досягненням.

В ранній дорослості інтелектуальні здібності використовуються, щоб досягти успіху і визначитись з подальшим стилем життя. М. Вартицький назвав це періодом досягнень. Людина застосовує інтелектуальний потенціал, навички вирішення проблем, прийняття рішень у процесі досягнення цілей і виконання життєвого плану [5].

Особистість, яка успішно справляється з цим, досягає певного рівня розвитку незалежності і переходить на іншу стадію застосування когнітивних здібностей – період, що включає в себе соціальну відповідальність. В середньому віці (зрілості) за В. Шейко [1] людина застосовує когнітивні здібності для вирішення проблем інших людей: у сім'ї, суспільстві, на роботі тощо. Він стверджує, що ядром когнітивного розвитку дорослого віку є не підвищення можливостей чи зміни в когнітивних структурах, а гнучке використання інтелекту на різних етапах життя.

Даним питанням займався німецький психолог В. Келлер. Автор пропонує принцип ізоморфізму: існує взаємно однозначна відповідність між структурою і динамікою зовнішнього спостережуваного світу, корою головного мозку і суб'єктивною реальністю. Загальне передує особистісному, властивості системи визначають властивості її елементів, а не навпаки.

У дослідженнях Я. Пономарьова, Ю. Кулюткіна, Г. Сухобської виокремлено компоненти творчого мислення, які є показниками гнучкості мислення: а) уміння бачити проблему в звичних умовах; б) уміння відмовитися від неправильної гіпотези; в) уміння знайти нові зв'язки і відношення між об'єктами; г) уміння утворювати нові способи дії або творчо використовувати старі [5; 6].

Індивідуальні особливості, пов'язані з характером прийняття рішень, виявляються як «гнучкість-інертність» розумових дій. Параметр «гнучкість-інертність» відображає зміну колишніх способів дії, заміну старих гіпотез і

планів, якщо вони перестають відповідати умовам діяльності, які реально змінилися.

У сучасній вітчизняній психологічній літературі, поняття гнучкості розглядають також у двох аспектах: як особистісну характеристику (інтелектуальна гнучкість) і як особливість розумової діяльності (гнучкість мислення). Найповнішим є визначення, яке ввела у вітчизняну психологію Н. Менчинська: гнучкість мислення виявляється у доцільному варіюванні способів дій, у легкості перебудови вже наявних знань, у легкості переходу від однієї дії до іншої, подоланні інерції попередньої дії, у формуванні зворотних зв'язків, у свободі перебудови в створюваних відповідно образів, і висунутих гіпотез відповідно до умов завдання [2].

Умови завдання та їх складність вимагають від індивіда постійного пошуку альтернативних відповідей. Результати, отримані внаслідок досліджень Н. Менчинської дозволяють розглядати гнучкість не лише як уміння переходити від однієї дії до іншої діяльності, а й можливість побачити все потенційно застосування когнітивної гнучкості особистості. Відповідно до цього, авторвиокремила такі вияви гнучкості мислення:

розгляд завдання як проблеми при якій доцільне варіювання способів дій;

умови визначають легкість перебудови знань або навичок та їхніх систем відповідно до запропонованих змін;

здатність до переключення, або легкість переходу від одного способу дії до іншого.

Психологічну сутність гнучкості розглядають також в ракурсі вивчення творчого мислення. Дослідники зазначають, що гнучкість є необхідним компонентом творчої складової. Однак, вона вивчається ними в структурній єдності з іншими рисами креативності.

Наукові роботи, що торкаються сфери інтелекту, присвячені вивченню розвитку когнітивної гнучкості у дітей 3-5 років. Однак було доведено, що когнітивна гнучкість є більш широким поняттям, і дослідження можуть стосуватися людей різного віку в різних ситуаціях. Таким чином, емпіричні

дані отримані на основі різних за складністю завдань дають підстави вважати основним об'єктом не стільки когнітивні здібності, скільки розвиток інтелектуального потенціалу особистості особистості.

Метою статті є теоретичний аналіз особливостей діагностики когнітивної гнучкості особистості через призму наукового та методологічного бачення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Когнітивна гнучкість (cognitive flexibility) – розумова здатність переключатися з однієї думки на іншу, а також обмірковувати кілька речей одночасно [7]. Загальноприйнятого визначення цього поняття не існує, але дослідники сходяться в тому, що когнітивна гнучкість є компонентом виконавчої системи. Об'єктами досліджень у цьому напрямку, зазвичай, були діти шкільного віку, хоча індивідуальні відмінності виявляються впродовж всього життя людини. Ряд вчених визначають когнітивну гнучкість як умінням швидко міркувати, бачити суть, знаходити рішення проблем, генерувати нові проекти та ідеї.

Теоретичне осмислення сутності, характерних рис, умов і чинників формування когнітивної гнучкості почалося відносно недавно. Проте, на даному етапі розробленості наукової тематики, існує ряд діагностичних методик, що дозволяють визначити рівень розвитку когнітивної гнучкості. Це такі методики як: Вісконсинський тест сортування карток (Wisconsin Card Sorting Test); задача «А-не-В» для визначення ступеня когнітивної гнучкості в дитячому віці (Multiple Classification Card Sorting Task); тест сортування карток зі змінами виміру (Dimensional Change Card Sorting Task, DCCS) тест Струпа та ін.

Разом з тим, психотерапевти-консультанти відмічають наявність когнітивної гнучкості через вміння клієнта приймати кроскультурні відмінності інших людей. Також, це вміння розвивати потенційно наявні здібності що до цього часу рідко застосовувались в повсякденному житті.

Розглядаючи когнітивну гнучкість через аспект методологічного дослідження, варто звернути увагу на складні експерименти в психології. Як ми

вже зазначали, психологи досліджували інтелектуальне вміння переключатись між завданнями за допомогою лабораторного експерименту з використанням функціональної магнітно-резонансної томографії. Отримані результати показали, що в задачах на когнітивну гнучкість активізуються певні зони мозку. Отримані дані дослідження, що включали різновікових людей, показали як відбувається розвиток і зміна когнітивної гнучкості в мозкових структурах. В наслідок цього було зроблено ряд важливих висновків: 1) когнітивна гнучкість впливає як на освітню активність, так і на повсякденне життя; 2) когнітивна гнучкість – це здатність людини перемикатися між стилями мислення і одночасно думати про кілька речей, а це, в свою чергу, безпосередньо впливає на успішність у навчанні.

Виокремлюючи головне, більшість сучасних науковців прийшли до єдиного розуміння феномену когнітивної гнучкості – це вміння особистості перемикати мисленнєві процеси, незалежно від того, чи викликане воно спеціальною зміною правил або необхідністю у перегляді колишніх установок, думок в умовах нової ситуації. Також, інтелектуальну гнучкість розглядають під кутом здатності одночасного обдумування безлічі сторін явища чи складної ситуації. Разом з тим, синонімічними термінами вважається ряд понять: пізнавальна гнучкість, розумова гнучкість, зміна психологічної установки, когнітивне перемикання, перемикання завдань, перемикання уваги [1; 5]

Функції мислення інтелектуально розвиненої людини включають в себе такі аспекти когнітивної здатності: гальмування, пам'ять, емоційна стабільність, планування та організація [2]. Когнітивна гнучкість пов'язана з деякими з цих здібностей, включаючи гальмування, планування і робочу пам'ять. Таким чином, якщо людина здатна пригальмувати малозначущі параметри стимулу, щоб сфокусуватися на більш важливих параметрах (наприклад, не звертати увагу на колір об'єкта, а сконцентруватися на його формі), то така людина вважається більш когнітивно-гнучкою. У цьому сенсі вона краще проявляє себе в плануванні, організації і застосуванні окремих стратегій пам'яті.

З огляду на вищесказане, розглянемо діагностичні інструменти більш детально. Як зауважують дослідники, когнітивна гнучкість також є компонентом множинної класифікації. У завданнях на множинну класифікацію учасники (в основному, діти, які розвивають або вже розвинули це вміння) повинні класифікувати об'єкт за кількома параметрами відразу – тобто, показуючи гнучкість мислення. Щоб бути когнітивно-гнучкими, вони повинні подолати центрування – схильність до фокусування лише на одному аспекті ситуації або об'єкта. Наприклад, маленькі діти іноді можуть звертати увагу лише на один параметр об'єкта (колір), і не здатні врахувати відразу два (колір і форму). Таким чином, дослідники припускають, що якщо мислення людини центроване, то вона буде менш когнітивно-гнучкою. Однак, когнітивна гнучкість пов'язана з іншими когнітивними здібностями, такими як рухомий інтелект, швидкість читання і розуміння прочитаного [7].

Вісконсинський тест сортування карток (Wisconsin Card Sorting Test) вперше був запропонований Е. Бергом і Д. Грантом в 1948 році. ВТСК – нейропсихологічний тест на перемикання між завданнями (зміну психологічної установки, set-shifting), тобто здатність демонструвати гнучкість в умовах зміни підкріплення.

Цікавою методикою дослідження когнітивної гнучкості є вирішення задачі «А-не-В», що пропонується застосовувати з метою визначення ступеня когнітивної гнучкості в дитячому віці (Multiple Classification Card Sorting Task). Ця методика заключається в тому, що дитині показують, предмет (іграшку) захований в місці А (наприклад, під коробкою) недалеко від дитини, після чого просять знайти цей предмет – що дитина з легкістю робить. Так повторюється кілька разів, після чого предмет кладуть не в місце А, а в місце В, яке також знаходиться в межах досяжності дитини. Як правило, діти до 1 року продовжують шукати предмет в місці А. Діти старше 1 року здатні розумово переключитися на те, що предмет захований в місці В. Дослідники згодні, що даний тест дозволяє ефективно визначати ступінь когнітивної гнучкості в дитячому віці [5].

Тест Струпа був запропонований американцем Д. Рідлі в 1935 році. Даний тест заснований на відмінностях зорового і логічного сприйняття кольору (протиставляється реальний колір і його назва). З тих пір Струп-тест став «золотим стандартом» для психологів. Суть цього тесту в наступному: пропонуються поєднання назв основних кольорів, де значення слова і колір шрифту частково співпадають, а частково – ні. Потрібно швидко читати про себе слова і називати вголос колір шрифту. Тобто: написано червоним «синій», а сказати треба червоний.

Під час діагностики тестом сортування карток зі змінами виміру (Dimensional Change Card Sorting Task, DCCS) дітей спочатку просять упорядкувати картки по деякому критерію (наприклад, за кольором), а потім просять змінити їх стратегію і впорядкувати картки за іншим критерієм (наприклад, за формою). Як правило, трирічні діти здатні виконати першу частину завдання, але не справляються з другою. Однак, дослідження показують, п'ятирічні діти вже здатні змінити принцип сортування і пройти тест повністю.

Висновки дослідження перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Хоча когнітивну гнучкість важко виміряти, дослідники сходяться на думці, що цей компонент характеризує якісну сторону функцій високорівневої когнітивної системи. Саме когнітивна гнучкість здатна керувати ходом думок людини, пригальмовувати «сторонні шуми» задля досягнення головної цілі, утримувати в пам'яті велику кількість потрібних об'єктів, приводити емоційну сферу в стабільність, планувати та організовувати. Якщо в дитячому віці когнітивну гнучкість розглядають більше у зв'язку з освітніми здібностями людини, то в дорослому – швидше у вмінні широко дивитись на світ. Отже, когнітивна гнучкість – здатність до гармонійного поєднання операцій конвергентного і дивергентного. Таким чином, якщо людина здатна придушити (загальмувати) малозначущі параметри стимулу, щоб сфокусуватися на більш важливих параметрах (наприклад, не звертати увагу на колір об'єкта, а сконцентруватися на його формі), то така людина вважається більш когнітивно-

гнучкою. Перспективи досліджень за даним напрямом вбачаються в ідентифікації і подальшому теоретичному й практичному осмисленні факторів, які впливають на розвиток когнітивної гнучкості.

Список використаної літератури

1. Галажинский, Э. В. Ригидность как общесистемное свойство человека и самореализация личности // Человек в психологии: ориентиры исследования в новом столетии: Материалы межвузовской научной конференции / Э. В. Галажинский. – Караганда, 2011. Режим доступа: <http://flogiston.ru/articles/general/galazhinsky>
2. Гузь, Н. В. Особливості ставлення молодших школярів до навчання / Н. В. Гузь, В. В. Гузь // Наука і освіта. – 2014. – № 6. – С. 35 – 41. Режим доступа: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2014_6_9
3. Horn, J.; Masunaga, H. A merging theory of expertise and intelligence. In: Ericsson, K.A.; Charness, N.; Feltovich, P.J.; Hoffman, R.R., editors. / The Cambridge handbook of expertise and expert performance.// Cambridge University Press; New York. – 2006. – P. 587–611.
4. Salthouse, T. A. Mental exercise and mental aging: Evaluating the validity of the «use it or lose it» hypothesis / T.A. Salthouse // Perspectives on Psychological Science. – 2006. – P. 68–87
5. Іванова, В. В. Особливості розвитку творчого мислення у перехідний період від дошкільного до молодшого шкільного віку: автореф. дис.. на здобуття ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Вікова та педагогічна психологія» / В. В. Іванова. – К., 2011. – 19 с. – укр.
6. Андреева, Г. М. Психология социального познания: учеб.пособие для студентов вузов / Г. М. Андреева. – 3-е изд., перераб и доп. – М. : Аспект Пресс, – 2009. – 303 с.
7. Циринг, Д. А. Личностная беспомощность: психологическое содержание и подходы к коррекции / Д. А. Циринг // Будущее клинической психологии: материалы Междунар. Научн.-практ. конф., 3 апр. 2009 г. – Пермь : ПГУ, 2009. – Вып. 3. – С. 228–234.
8. Skinner, E. A. Engagement as an organizational construct in the dynamics of motivational development / E. A. Skinner, T. A. Kindermann, J. P. Connell // Handbook of motivation in school. – 2014. – P. 223–245.

Рецензент – кандидат психологічних наук, доцент Корнієнко І. О.

Стаття надійшла до редакції 12.05.2016

Балецкая Л. М. Когнитивная гибкость личности: диагностическая репрезентативность

В статье рассмотрены особенности понятия «когнитивная гибкость» в современной психологии; проанализировано применения диагностических методик исследования когнитивной гибкости личности в разный возрастной

период; указано разницу в значении познавательной гибкости как в целом в жизни, так и в отдельных ситуативных случаях; охарактеризовано умение применять подвижной интеллект в повседневной жизни; выделена научная дискуссия вокруг гипотезы «психических упражнений», что способствуют развитию когнитивной гибкости в пожилом возрасте.

Ключевые слова: когнитивная гибкость, интеллектуальный потенциал, изменение психологической установки, когнитивное переключения, подвижной интеллект.

Baletska L. Cognitive flexibility of personality: diagnostic representativeness

Relevance of scientific problems. The peculiarities of the concept of «cognitive flexibility» in modern psychology are considered in the given article. It is shown, that the cognitive flexibility is concerned not so much with the mental processes, but rather with the ability of the human to cope with difficulties in different situations. It is a special human ability to change thoughts according to the situation with a minor focus on inner stressogenic factors. The use of multiple conceptions is important on the different levels of personality development.

Cognitive flexibility is a mental ability to switch from one thought to another, and also to think about several concepts simultaneously. It is noted that a generally accepted definition of this concept does not exist. However, researchers agree that cognitive flexibility is a component of executive functioning. The objects of research in this direction were primarily school-aged children, although individual differences are apparent across a lifespan. A number of researchers define cognitive flexibility as the ability to think quickly, to see the sense, to find out the solution to the problems, to generate new projects and ideas.

Results and conclusions. Several research sources indicate that the level of cognitive flexibility correlates with versatile longevity, busy lifestyle, reduced risk of dementia. In the context of scientific data, a scientific discussion was singled out over the hypothesis of «mental trainings» that help to develop cognitive flexibility in the elderly.

The application of diagnostic methods of research of cognitive flexibility of personality at different age periods was analyzed. Thereby all diagnostic tools could be divided into several levels: 1) diagnostics that measures the rates of educational activity; 2) methods for measuring the ability of a personality to switch between the styles of thinking and simultaneously think about multiple concepts; 3) questionnaires, that fix the emotional and dispositional plasticity of human psychics, which then directly influence the successful application of cognitive flexibility in everyday life.

The article described how important intelligence is plastic in everyday life. Focus only on one problem leads to rigidity intelligence. Cognitive flexibility to direct the flow of ideas man, brakes "background noise" to achieve the main objective, keeps in memory a large amount of an item leads to the emotional sphere stability, helps in planning and organization.

Keywords: cognitive flexibility, intellectual capacity, substantive complexity, cognitive switching, plastic intelligence.