

## КОГНИТИВНАЯ ПЛАСТИЧНОСТЬ ЛИЧНОСТИ В СТРУКТУРЕ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ У СТУДЕНТОВ ВУЗА: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РИСКИ И УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ

Татьяна Викторовна Белых

доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры социальной психологии образования и развития ФГБОУ ВО «СГУ им. Н.Г. Чернышевского»

[tvbelih@mail.ru](mailto:tvbelih@mail.ru)

**Аннотация.** В статье анализируются результаты эмпирического исследования взаимосвязи разноуровневых показателей в структуре интегральной индивидуальности: когнитивной пластичности, характеристик интеллектуальной деятельности, ранних дезадаптивных когнитивных схем, типа и направленности реакции на фрустрацию у студентов вуза. У студентов с высоким уровнем когнитивной пластичности, психологические риски развития дезадаптации связаны с возможной актуализацией таких дисфункциональных поведенческих схем как: эмоциональная депривированность, покинутость/нестабильность. Развитие когнитивной пластичности связано с созданием психолого-педагогических условий для метакогнитивной оценки студентами знаний о задаче и возможных стратегиях ее решения, которые должны быть актуализированы в конкретной ситуации, а также профилактики когнитивных искажений, возникающих как результат сформированной поведенческой ригидности.

**Ключевые слова:** когнитивная пластичность, ранняя дезадаптивная схема, реакция на фрустрацию, интегральная индивидуальность

## COGNITIVE PLASTICITY OF A PERSON IN THE STRUCTURE OF INTEGRATED INDIVIDUALITY IN UNIVERSITY STUDENTS: PSYCHOLOGICAL RISKS AND DEVELOPMENT CONDITIONS

T. V. Belykh

doctor of psychology, professor, professor of the Department of Social Psychology of Education and Development, Saratov State University

**Abstract.** The article analyzes the results of an empirical study of the relationship of multi-level indicators in the structure of integral individuality: cognitive plasticity, characteristics of intellectual activity, early maladaptive cognitive schemes, the type and direction of reaction to frustration among university students. In students with a high level of cognitive plasticity, the psychological risks of maladaptation development are associated with the possible actualization of such dysfunctional behavioral patterns as emotional deprivation and abandonment/instability.

The development of cognitive plasticity is associated with the creation of psychological and pedagogical conditions for students' metacognitive assessment of knowledge about the task and possible strategies for solving it, which should be updated in a particular situation, as well as the prevention of cognitive distortions that arise as a result of the formed behavioral rigidity.

**Keywords:** cognitive plasticity, early maladaptive schema, reaction to frustration, integral individuality

Способность успешно справляться с трудными жизненными ситуациями, сохраняя психологическое здоровье и оптимально реализуя себя в различных

видах деятельности формируется у человека в процессе межличностного взаимодействия с самого раннего детства и как правило, связано со сформированностью пластичных поведенческих форм реагирования на жизненные ситуации. Этот процесс неразрывно связан со становлением и развитием индивидуальности человека, которая представляет собой многоуровневую и саморазвивающуюся систему [1]. Саморазвивающейся эта система является как минимум по трем причинам: первая связана с тем, что в процессе формирования и развития человек не только усваивает, но и трансформирует собственную смысловую организацию, изменение которой влечет за собой динамическое преобразование всей системы разноуровневых индивидуальных свойств, во вторых, огромный пласт психической жизни человека организуется бессознательной сферой, доступ к которой ограничен как психологическими защитными механизмами (с целью снижения влияния травмирующего опыта), так и отсутствием навыков целенаправленного осознания и осмысления оснований оценок ситуаций, решений, намерений и т.д. В-третьих, саморазвитие индивидуальности может осуществляться за счет целеполагания, планирования деятельности и рефлексии собственных достижений, что приводит к трансформации всей совокупности устоявшихся связей в структуре целостной индивидуальности.

Реализуя интегративный подход, предложенный еще В.С. Мерлиным к изучению индивидуальности человека, представляется возможным исследовать наличие связи между такими разноуровневыми характеристиками личности в структуре индивидуальности как когнитивная пластичность, пластичность/ригидность поведения, особенности реагирования в ситуации межличностного взаимодействия и сформированность ранних дезадаптивных поведенческих схем. Наличие и характер указанных связей способен раскрыть вклад когнитивной организации личности и влияния усвоенного социального опыта в проявление склонности к адаптивному или дезадаптивному способу самореализации личности.

В структуре интегральной индивидуальности личности выделяют разные психологические свойства: психодинамические, первичные и вторичные свойства индивида, представления, систему отношений, социальные установки и др. В нашем исследовании мы изучали многоуровневую структуру свойств, а именно, когнитивную пластичность, характеристики интеллектуальной деятельности (гибкость мышления, интеллектуальную лабильность) во взаимосвязи со сформированными ранними дезадаптивными схемами, типом поведения (ригидным/пластичным), реакцией на фрустрацию, которые в их взаимосвязи могут свидетельствовать о нарушении или сохранности процессов адаптации и высоком или низком уровне психологической уязвимости личности.

Таким образом в структуре интегральной индивидуальности были изучены три уровня: индивидуальный, представленный характеристиками когнитивной сферы личности; личностный: наличие/отсутствие ранних дезадаптивных схем; социально-психологический: тип и направленность реакции на фрустрацию.

Для диагностики указанных характеристик были использованы следующие методы исследования:

- Томский опросник ригидности Г. В. Залевского;
- Схемный опросник Дж. Янга (YSQ S3R);
- Методика словесно-цветовой интерференции (Тест Дж. Струпа),
- Методика «Гибкость мышления» А. С. Лачинса,
- Методика «Интеллектуальная лабильность» В.Т. Козлова
- Методика С. Розенцвейга «Реакции на фрустрацию»

На первом этапе была исследована связь между низким уровнем когнитивной пластичности, поведенческой ригидностью и типом ранних дезадаптивных схем. Эмпирическую базу исследования составили студенты 1-го курса факультета «Психологии» СГУ им. Чернышевского в количестве 74 человек.

На данной выборке, у студентов с низким уровнем когнитивной пластичности по методике Дж. Струпа, были выявлены значимые положительные корреляции разных типов поведенческой ригидности со

сформированными в раннем детстве дисфункциональными когнитивными схемами, относящимися к таким категориям как: «Разобщенность и отвержение», «Направленность на других», «Сверхбдительность и подавление».

Наличие общей ригидности, которая проявляется в склонности к персеверациям (стереотипиям) имеет значимые корреляционные связи со всеми выявленными и перечисленными выше категориями ранних дезадаптивных схем.

Выраженность актуальной ригидности, проявляющейся в неспособности личности в проблемной ситуации изменить мнение, отношение, установку, мотивы, модус переживания коррелирует с дезадаптивными поведенческими схемами, относящимися к категории «Разобщенность и отвержение», а именно с социальной отчужденностью; дефективностью/стыдливостью; неуспешностью.

Ригидность как состояние, которое проявляется в наличии фиксированного поведения только в состоянии стресса (дистресса) коррелирует с двумя из всех выявленных дезадаптивных схем, а именно, с покинутостью/нестабильностью; негативизмом/пессимизмом, относящихся соответственно, к категориям «Разобщенность и отвержение» и «Сверхбдительность и подавление».

Понятие «ранняя дезадаптивная схема» (РДС), введенная Дж. Янгом описывается через трудно поддающиеся изменениям представления, которые имеются у человека относительно окружающего мира [2]. Сформированные в раннем детстве схемы восприятия влияют на всю совокупность психических явлений: от эмоциональных состояний до стратегий межличностного взаимодействия, определяя степень адаптированности/дезадаптации личности.

Как указывают Арнтц А., Якоб Г., РДС являются ригидными, самоподдерживающимися механизмами, которые заставляют человека отражать только соответствующую схемам информацию, воспринимаются им как фактическое, достоверное знание о себе и об окружающем мире. Они ограничивают его поведение, то есть нарушают нормальную социальную адаптацию. РДС в большинстве случаев не осознаются и не проявляются, пока не происходит какое-либо «пусковое» событие, которое активизирует ту или

иную схему. Они могут «запускаться» как релевантными событиями, так и настроением человека, и часто это сопровождается высоким уровнем аффекта и низким уровнем критичности к своему состоянию [3].

С возрастом РДС становятся все более сложными и могут оказывать влияние на более широкие сферы жизни [2].

Таким образом, на первом этапе исследования были выявлены прямые корреляционные связи между разными типами поведенческой ригидности и наличием ранних дезадаптивных схем у студентов с низкой выраженностью когнитивной пластичности.

На втором этапе, изучалось наличие или отсутствие связи между высокой когнитивной пластичностью и типом дезадаптивных поведенческих схем.

В исследовании приняли участие студенты первого курса факультета психологии СГУ в количестве 43 человек, у которых была выявлена высокая степень когнитивной пластичности. Когнитивная пластичность - это способность человека адаптировать стратегии когнитивной обработки к новым и неожиданным условиям окружающей среды [4]. Когнитивная пластичность приобретает с опытом, она развивается в процессе обучения или накопления жизненного опыта, когнитивная гибкость также предполагает адаптацию стратегий когнитивной обработки.

Было обнаружено, что студенты, имеющие высокие показатели переключаемости с одного типа когнитивной задачи на другую (при проведении экспериментальной процедуры по методике Дж. Струпа), то есть проявляющие когнитивную пластичность при обработке информации отличались наличием как минимум двух дезадаптивных схем, а именно: эмоциональной депривированности, а также покинутости/нестабильности, которые относятся к категории «Разобщенность и отвержение».

То есть, респонденты, имеющие высокую выраженность когнитивной пластичности, могут иметь имплицитные убеждения о собственной эмоциональной отчужденности от других людей, дистанцированности от них, нестабильности тех межличностных отношений, в которые они включены. Что

может вносить существенный вклад в формирование дезадаптивного способа самореализации.

На третьем этапе изучались связи между характеристиками интеллектуальной деятельности (гибкость мышления, интеллектуальная лабильность), когнитивной пластичностью, типом и направленностью реакции на фрустрацию. В исследовании приняли участие 74 студента факультета психологии СГУ.

Было выявлено, что чем более пластичным, гибким является мышление респондента, тем более быстрым и легким происходит переход от одной деятельности к другой адаптивно ситуации, принимаемые решения могут основываться на принятии личной ответственности за результат. Об этом свидетельствуют прямая отрицательная корреляция между гибкостью мышления и общей ригидностью и положительная с интропунитивной реакцией на фрустрацию. Чем ниже уровень когнитивной лабильности (большое количество ошибок по методике Лачинса), тем выше количество экстрапунитивных реакций в ситуации фрустрации. Положительные корреляции обнаружены также между ригидностью мышления и количеством препятственно-доминантных реакций на ситуацию фрустрации. Такие результаты могут свидетельствовать о том, что чем выше уровень ригидности мышления, тем больше респонденты в ситуации фрустрации склонны фиксировать внимание на препятствии, а не на поиске способов разрешения проблемы, а также склонны искать причины собственных неудач во вне.

Таким образом, наличие ригидности как свойства личности и различные ее типы имеют линейные положительные корреляционные связи с дисфункциональными когнитивными схемами личности, определяющими при возникновении стрессовых ситуаций возможность проявления дезадаптивных стратегий совладания. В свою очередь, наличие когнитивной пластичности может сопровождаться глубинными убеждениями, основанными на эмоциональной депривированности и ощущении отчужденности от близкого социального окружения, что может стать одной из причин, дезадаптивных

реакций в стрессовых ситуациях у лиц, обладающих высоким уровнем креативности и творческих достижений в учебной и профессиональной деятельности. Интеллектуальная лабильность и гибкость мышления позволяют личности в условиях фрустрации потребностей проявлять способность к метакогнитивной оценки проблемных условий и легче справляться с интерпретацией ситуационных изменений в окружающей среде, проявляя способность к осознанию меры собственного влияния и ответственности за происходящие события.

Таким образом можно сделать вывод о том, что у студентов с высоким уровнем когнитивной пластичности, психологические риски развития дезадаптации связаны с возможной актуализацией таких дисфункциональных поведенческих схем как: эмоциональная депривированность; покинутость/нестабильность. Развитие когнитивной пластичности может достигаться за счет создания психолого-педагогических условий для фасилитации способности к метакогнитивной оценки студентами знаний о проблемной ситуации и возможных стратегиях ее решения, а также профилактики когнитивных искажений, возникающих как результат сформированной общей, актуальной и ситуативной поведенческой ригидности.

#### **Библиографический список**

1. Мерлин В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. М.: Педагогика, 1986. 256 с.
2. Холмогорова А. Б. Схема-терапия Дж. Янга – один из наиболее эффективных методов помощи пациентам с пограничным расстройством личности // Консультативная психология и психотерапия. 2004. № 2. С. 78-87.
3. Арнтц А., Якоб Г. Практическое руководство по схема-терапии. Методы работы с дисфункциональными режимами при личностных расстройствах / Перевод с англ. Е. Плотниковой; под научной редакцией А.В. Черникова. М.: Научный мир, 2016. 320 с.
4. Canas J. J. Cognitive flexibility [Электронный ресурс] // University of Granada 2015 P. 296 – 300.