**Шкала «Психологической разумности»**

Описание методики

Шкала «Психологической разумности» (сокр. ШПР, англ. Psychological mindedness) - личностный опросник, измеряющий степень доступности для человека его внутреннего мира, опыта и переживаний. Разработана и опубликована в 1990 году Конте, на русском языке валидизирована М.А. Новиковой и Т.В. Корниловой в 2013 году.

Теоретические основы

Одной из характеристик, отражающих степень доступности человеку его внутреннего опыта, содержание переживаний, насколько они ему интересны, в какой степени он эмоционально включен в построение образа Я, является психологическая разумность. Это название закрепилось и за опросником, измеряющим указанное общее свойство, представляемое, однако, рядом шкал. Термин появился изначально в клинической психологии и психиатрии (Менингерская клиника) и рассматривался в качестве важной предпосылки удачного прохождения пациентами психотерапии (преимущественно – в психодинамическом подходе). В литературе встречаются разные определения данного понятия. По мнению Аппельбаума, психологическая разумность – это способность человека видеть связь между своими мыслями, чувствами и действиями. В таком определении прослеживается ориентация на важность прояснения того, что клиент думает и чувствует по какому-либо вопросу и какие действия он в связи с этим предпринимает. Другие определения подчеркивают в психологической разумности предрасположенность к рефлексии мотивации поведения, мыслей и чувств – своих и других людей. Интегрирующим можно считать определение, соединяющее понимание психологической разумности как диспозиции и как способности: психологическая разумность выражает заинтересованность человека в рефлексии психических процессов, их значение для поведения, интенциональность по отношению как к аффективной, так и интеллектуальной сферам.

Риск познания себя – одна из характеристик становления самосознания человека. Ранее было показано, что личностная готовность к риску вкачестве измеряемой переменной входит вместе с толерантностью к неопределённости в общую латентную переменную принятия неопределенности и риска. Поскольку человек в предположениях о своих психологических свойствах мыслит о многом интуитивно, следует также предполагать регулятивную роль выраженности интуитивного стиля субъекта – его доверия интуиции – в построении самопонимания. Другой аспект самосознавания фиксируется переменными психологической рациональности и рефлексивности. Включенность в психологическую разумность ориентировки на эмоциональные составляющие своего внутреннего опыта позволяет предполагать и связи шкал психологической раумности с эмоциональным интеллектом, а также широко понятым личностным интеллектом.

Самопонимание и самоотношение связаны не только с когнитивным аспектом образа Я, но и с экзистенциальным его переживанием. И то и другое может быть в разной степени отрефлексировано. Построение «модели себя» включается современными авторами в специальную способность – личностный интеллект. При этом учитывается, что способности личности к самоанализу, самонаблюдению и самопониманию охватываются конструктом психологической разумности. Американскими авторами, создавшими опросник психологической разумности, описывалась его пятифакторная структура. В опроснике этот конструкт представлен пятью субшкалами, среди которых выделяется и шкала, связанная с открытостью новому:

1. Вера в пользу обсуждения собственных проблем с другими людьми.
2. Субъективная доступность сферы чувств.
3. Желание обсуждать свои проблемы с окружающими.
4. Интерес к интерпретации мотивации собственного поведения и поведения окружающих.
5. Открытость новому опыту (изменениям).

В современных исследованиях, которые пытаются выделить такие типы интеллекта, как эмоциональный, социальный, экзистенциальный, практический, личностный, шкалы психологической разумности используются для валидизации показателей самосознания личности. Авторы, вводящие понятие личностного интеллекта, включают в него четыре сферы:

1. способность опознавать «личностную» информацию с помощью интроспекции и самонаблюдения, а также наблюдения за другими
2. способность формировать точные «модели личности»
3. руководствоваться при выборе информацией о личности там, где это необходимо
4. систематизировать цели, планы и жизненную историю для получения хороших результатов.

Они показали, что личностный интеллект достаточно независим от факторов [Большой Пятерки](http://psylab.info/%D0%91%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D1%88%D0%B0%D1%8F_%D0%BF%D1%8F%D1%82%D1%91%D1%80%D0%BA%D0%B0), но коррелирует с психологической разумностью, а именно – со шкалами

1. вера в пользу обсуждения своих проблем (r = .34)
2. стремление к пониманию себя и окружающих (r = .27)
3. открытость новым идеям и внутренние ресурсы для изменения (r = .27, все при p < .01).

Теоретически предполагалось наличие концептуальных связей психологической разумности с такими психологическими конструктами, как алекситимия, [эмоциональный интеллект](http://psylab.info/%D0%AD%D0%BC%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%B8%D0%BD%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82), самосознание и осознанность. Важный момент сходства между осознанностью и психологической разумностью заключается в том, что в обоих случаях речь идет о прямом и безоценочном восприятии (в случае психологической разумности – собственной сферы чувств). И в ряде работ действительно было продемонстрировано наличие положительных связей с ними шкал психологической разумности. Однако пока неоднозначны интерпретационные основания этих связей. Так, алекситимия, согласно определению Мура и Файна, проявляется в низком уровне дифференциации и вербализации аффектов, которые не выполняют адекватно сигнальную функцию (не способствуют эффективной коммуникации). Было продемонстрировано, что психологическая разумность является свойством, до определенного предела противоположным алекситимии. Нельзя, тем не менее, говорить о том, что это прямо противоположные свойства: алекситимия, в отличие от психологической разумности, включает в себя также показатель сложности в вербальном выражении эмоций.

Основной аспект, связывающий эмоциональный интеллект и психологическую разумность, – способность отслеживать чувства и эмоции. Связь эмоционального интеллекта, самосознания и осознанности с психологической разумностью изучалась в работе Никлицека и Денолле. Были продемонстрированы значимые положительные корреляции шкалы заинтересованности с рефлексией (как компонентом осознанности), личными самосознанием и вниманием к чувствам (как компонентом эмоционального интеллекта). Шкала доступности внутреннего опыта (второй компонент психологической разумности) положительно коррелировала со шкалами эмоционального интеллекта и отрицательно – со всеми шкалами алекситимии. Конте с соавторами показали положительную связь психологической разумности с такими личностными характеристиками, как социальность, настойчивость, автономность, и отрицательную – с пассивностью, депрессивностью и конфликтностью. Продемонстрирована также связь шкал психологической разумности с личностными качествами, представленными Большой пятеркой. Психологичекая разумность отрицательно связана с нейротизмом и положительно – с экстраверсией. Люди, характеризующиеся высокими показателями нейротизма, в общем описываются как склонные к тревоге, сомнениям, пессимизму и неуверенности, в то время как психологическая разумность положительно связана со здоровыми способами эмоционального реагирования, как это было показано на примере ее связи со [Шкалой психологического благополучия](http://psylab.info/index.php?title=%D0%A8%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D0%B3%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D1%83%D1%87%D0%B8%D1%8F&action=edit&redlink=1) на выборке студентов университета. Наконец, в определении психологической разумности присутствует пункт «открытости новым идеям». Открытость новому опыту интерпретируется как свойство, связанное с воображением, любознательностью, широтой взглядов и интеллектом. Эти качества оказываются очень желательными для пациентов психотерапии.

Многие исследователи считают, что психологическая разумность является когнитивно окрашенной личностной переменной. В исследовании Бейтела с коллегами рассматривалась связь психологической разумности с такими переменными интеллектуально-личностного потенциала, как принятие неопределенности, локус контроля и магическое мышление. Связь психологической разумности и толерантности к неопределенности рассматривалась зарубежными авторами в контексте клиентского опыта при прохождении психотерапии. Верман предположил, что высокие показатели психологической разумности приводят к более хорошим результатам психотерапии, поскольку клиенты готовы к высокому уровню неопределенности, неизбежно возникающему в терапевтическом процессе. Согласно Фогелю, клиенты с высоким уровнем психологической разумности – «хозяева неопределенности», поскольку они открыты восприятию множественных перспектив. Психологические процессы самосознавания характеризуются высокой степенью субъективной неопределенности; субъект может делать лишь определенные выводы об их протекании. Предполагается, что люди, заинтересованные в своей внутренней жизни, должны быть толерантны к неопределенности, связанной с течением этих внутренних психологических процессов. Кроме того, те, кто характеризуется высокой психологической разумностью, обладают хорошими способностями к интеграции опыта, ведущей к инсайтам, которые, в свою очередь, рассматриваются как необходимые для позитивных изменений, происходящих в процессе психотерапии. Для подобных инсайтов (в терапии или обыденной жизни) субъекты должны быть открыты множественной, неоднозначной информации.

Отрицательная связь психологической разумности и магического мышления говорит о том, что субъекты с высокой психологической разумностью пользуются моделями атрибуции, соответствующими в большой степени научным моделям. Этого они добиваются благодаря вере в пользу от обсуждения своих проблем, до ступности сферы чувств, заинтересованности в основаниях своего поведения и поступков окружающих, открытости изменениям. Представляется перспективной разработка направления, в котором рассматриваются связи шкал психологической разумности с толерантностью/интолерантностью к неопределенности, поскольку раскрытие диалогичности самосознания (Я по отношению к разным представлениям о себе, разным позициям и нарративам) связано с доступностью внутреннего опыта и открытостью к неопределенности и изменениям не только вовне, но и в себе самом.

История создания

Первым инструментом измерения психологической разумности принято считать Шкалу психологической разумности [Калифорнийского личностного опросника](http://psylab.info/%D0%9A%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%BA), состоящую из 22 пунктов. Основным спорным моментом, связанным с ее применением, является тот факт, что она в значительно большей степени отражает сконцентрированность субъекта на психологических процессах других людей, нежели на своих собственных.

Еще одна методика измерения психологической разумности – процедура выявления психологической разумности при помощи стандартизованного интервью, которое записывается на видео. С ее помощью оценивается способность субъекта идентифицировать компоненты взаимодействия между пациентом и терапевтом. Данная методика отражается невысокими показателями внутренней согласованности и ретестовой надежности.

Основным инструментом, используемым на сегодняшний день, является Шкала психологической разумности (ШПР), состоящая из 45 пунктов, созданная Конте с соавторами в 1990 г.. Она прошла валидизацию на выборке как пациентов психиатрических клиник, так и здоровых людей.

Валидизация

**Англоязычной версии**

Исходная выборка при повторной апробации опросника шкалы психологической разумности Шилла и соавторов, взявшими за основу работу Конте с соавторами, включила 397 студентов, из них 246 женщин, 144 мужчины. Средний возраст – 19 лет. Опросник включает 45 пунктов, в каждом из которых испытуемый должен оценить степень своего согласия с высказыванием о себе в четырехкатегориальном ответе (полностью не согласен – не согласен – согласен – полностью согласен), что при обработке данных переводилось в 4-балльную шкалу. Эксплораторный факторный анализ позволил выделить 13 главных компонент. Затем авторы осуществили проверку двухфакторного решения, но в результате содержательного анализа пришли к выводу, что двуфхакторная структура не является удовлетворительной (так как содержательно факторы не отличаются друг от друга: просто в один из них попали положительные пункты, в другой – отрицательные). Они перешли к проверке пятифакторной структуры, предложенной в исследовании Конте с соавторами, проводившими его на выборке пациентов с психиатрическим диагнозом. Из 45 исходных пунктов нагрузки на выявленные пять факторов получил 21 пункт шкалы. 16 (из 21) пунктов имели нагрузки на полученные факторы и в исследовании Конте и соавторов.

**Русскоязычной версии**

**Материал и методы**

Испытуемыми были 396 студентов-третьекурсников факультета психологии МГУ имени М.В Ломоносова: 69 мужчин и 327 женщин. Средний возраст – 19.4 года, (Med= 19, SD = 1.4). Выбор испытуемых был связан, во-первых, с доступностью контингента, во-вторых, с нашими ожиданиями относительно того, что испытуемые-психологи проявят более дифференцированные особенности психологической разумности в силу своей профессионализации. Все испытуемые тестировались в своих студенческих группах и индивидуально в два-три этапа по следующим психодиагностическим методикам:

1. Опросник Шкала психологической разумности (в переводе М.А. Новиковой). Предполагается, что понятие психологической разумности включает в себя как самопонимание, так и заинтересованность в мотивации и поведении окружающих. Следуя логике коллег, мы также начинали процедуру факторизации опросника с того, что инвертировали значение «сырого» балла (заменяли на обратное ему) для пунктов с отрицательной формулировкой.
2. [Тест эмоционального интеллекта Люсина](http://psylab.info/%D0%A2%D0%B5%D1%81%D1%82_%D1%8D%D0%BC%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D0%B8%D0%BD%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B0_%D0%9B%D1%8E%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B0). Этот опросник включает 6 субшкал и 2 результирующие шкалы: межличностный интеллект и внутриличностный интеллект. Общие показатели МЭИ и ВЭИ получаются путём суммирования соответствующих субшкал.
3. [Опросник «Личностные факторы принятия решений»](http://psylab.info/index.php?title=%D0%9E%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%C2%AB%D0%9B%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D1%84%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%BE%D1%80%D1%8B_%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B8%D1%8F_%D1%80%D0%B5%D1%88%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B9%C2%BB&action=edit&redlink=1) – ЛФР-21. Как показали предыдущие исследования, шкала готовности к риску этого опросника манифестирует латентную переменную Принятия неопределенности и риска, а шкала рациональности – латентную переменную Интолерантности к неопределенности.
4. [Новый опросник толерантности к неопределенности](http://psylab.info/%D0%9D%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8_%D0%BA_%D0%BD%D0%B5%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8) – НТН в модификации Т.В. Корниловой. Опросник является наиболее надежным из имеющихся на русском языке средств измерения свойств толерантности к неопределенности – ТН, интолерантности к неопределенности – ИТН, а также включает шкалу межличностной интолерантности к неопределенности – МИТН.
5. Шкала Интуитивный стиль из [опросника Рациональный – Опытный С. Эпстайна](http://psylab.info/%D0%9E%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D0%B8%D0%BD%D1%82%D1%83%D0%B8%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BB%D1%8F_%D0%AD%D0%BF%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%B9%D0%BD%D0%B0) в апробации Корниловой и Корнилова. Опросник включает 20 пунктов и позволяет измерять два проявления интуиции – интуитивный стиль и применение интуиции.
6. [Шкала общей самоэффективности](http://psylab.info/%D0%A8%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0_%D0%BE%D0%B1%D1%89%D0%B5%D0%B9_%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D1%8D%D1%84%D1%84%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8) (ОСЭ) Шварцера–Иерусалема–Ромека. 10-пунктный опросник с 4-балльной шкалой согласия/несогласия. Отражает уровень самоэффективности субъекта как уверенности в достаточности прилагаемых усилий для достижения поставленных целей.
7. [Опросник рефлексивности Карпова](http://psylab.info/%D0%9E%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D1%80%D0%B5%D1%84%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8_%D0%9A%D0%B0%D1%80%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D0%B0) (Р-27), состоящий из 27 пунктов с 7-балльной шкалой согласия/несогласия. Рефлексивность понимается в нем как склонность и способность субъекта к сознательному самоанализу.
8. Прямая самооценка интеллекта (СОИ). Согласно инструкции, испытуемому необходимо оценить свой интеллект в баллах IQ одним числом. Для облегчения выполнения задания испытуемым предъявляется график нормального распределения баллов IQ на студенческой выборке (M = 100, σ = 15).

**Факторная структура**

Полученная факторная структура оказалась сходной с результатами Шилла и коллег – всего было выделено 15 факторов с собственными значениями, превышающими единицу. Анализ собственных значений факторов и графика-осыпи показал, что в данном случае уместнее также перейти к пятифакторной структуре, которая была принята Конте с коллегами и Шиллом. К данным была применена факторизация главных осей и вращение Промакс с нормализаций Кайзера. Выделенные пять факторов в сумме объяснили 21.4% дисперсии. Они получили следующие названия:

Заинтересованность в сфере субъективных переживаний. α = 0.62.

Субъективная доступность сферы переживаний для понимания и анализа. α = 0.69.

Польза обсуждения собственных переживаний с другими людьми. α = 0.65.

Желание и готовность обсуждать свои проблемы с окружающими. α = 0.58.

Открытость изменениям, даже если они сопряжены с риском. α =0.56.

Полученная для русскоязычной выборки факторная структура имеет пять шкал, как и для англоязычных, однако в шкалах присутствуют некоторые отличия:

1. Так, Шилл первым фактором выделяет **Пользу от обсуждения собственных проблем с другими**, в то время как в нашем факторном решении это стало третьим фактором. Входящие в шкалу у Шилла пункты: 4, 10, 16, 22, 28, 31, 34; в нашей апробации нагрузку по данному фактору имеютпункты 4, 10, 16, 28, 34, 40; таким образом, пять пунктов совпадают.
2. Второй фактор, выделенный Шиллом, – **Доступность сферы чувств** (пункты 5, 11, 23, 35), в нашей версии Субъективная доступность сферы переживаний для понимания и анализа также является вторым фактором (пункты 5, 11, 17, 23, 35, 41). В русскоязычной версии в данный фактор входит на два пункта больше, чем в англоязычной, остальные четыре пункта совпадают.
3. Третий фактор по Шиллу – **Желание обсуждать свои проблемы с другими** (пункты 25, 37, 41); в русскоязычной версии Желание и готовность обсуждать свои проблемы с окружающими (пункты 7, 13, 18, 25, 37, 38) с окружающими выступил четвертым фактором.
4. Четвертый фактор в факторной структуре Шилла – **Заинтересованность в значении и мотивации собственного поведения и поведения окружающих** (пункты 2, 16, 32). В нашей версии он имеет немного иное смысловое наполнение и носит название Заинтересованность в сфере субъективных переживаний (пункты 2, 8, 9, 26, 29, 32, 44). Данный фактор выступает первым для факторного решения в русскоязычной версии.
5. Наконец, по пятому фактору наблюдается совпадение: в версии Шилла – это **Открытость изменениям** (пункты 6, 24, 27, 30); в нашей мы расширяем формулировку: **Открытость изменениям, *даже если они сопряжены с риском*** (пункты 6, 24, 30, 36, 45).

**Гендерные различия**

На основании однофакторного дисперсионного анализа гендерные различия были обнаружены для двух из пяти выделенных шкал: для первой шкалы – Заинтересованность в сфере субъективных переживаний (женщины оценивают себя выше, F=5.19, p<.05) и для четвертой шкалы – Желание и готовность обсуждать свои проблемы с окружающими (более высокие показатели у мужчин, F=7.03, p<.01). По общему показателю психологической разумности, подсчитываемому как сумма баллов по всем пяти шкалам, значимых различий между мужчинами и женщинами обнаружено не было.

Большинство исследователей сходятся в том, что женщины демонстрируют значимо более высокие показатели психологической разумности, чем мужчины. Шилл, в частности, обнаружил гендерные различия, помимо общего показателя, по шкале заинтересованности в значении и мотивации собственного поведения и поведения окружающих и шкале пользы от обсуждения собственных проблем с другими. В нашей работе по шкале заинтересованности в сфере субъективных переживаний женщины также оценивают себя выше, в то время как мужчины в большей степени готовы обсуждать свои проблемы с окружающими. Но отсутствует значимое различие между мужчинами и женщинами по интегральному показателю психологической разумности. В целом установленные интеркорреляции шкал опросника психологической разумности дают непротиворечивую картину: людям, которые открыты новому опыту и изменениям, более доступна для анализа сфера переживаний, но они понимают ее важность и готовы обсуждать переживания с другими людьми, поскольку убеждены в пользе этого. Тот факт, что открытость изменениям значимо положительно коррелирует как с толерантностью к неопределенности, так и с готовностью к риску и обеими шкалами интуитивного стиля, свидетельствует в пользу конвергентной валидности личностных измерений, за которыми стоит латентная переменная Принятие неопределенности и риска. Эта шкала отрицательно связана с рациональностью и рефлексивностью, что проясняет фокусирование последних свойств в отношении такой интегративной направленности, как разумность в узком смысле, связываемой с дискурсивным анализом и рассудочностью.

**Связи шкал опросника с другими личностными переменными**

1. Заинтересованность в сфере субъективных переживаний – положительно коррелирует со шкалами доступность сферы чувств, желание обсуждать свои проблемы с другими и открытость изменениям. При этом открытость изменениям положительно связана со шкалами заинтересованность в сфере субъективных переживаний, доступностью сферы чувств, желанием и готовностью обсуждать свои проблемы с окружающими, а желание обсуждать свои проблемы с другими в свою очередь – с доступностью сферы чувств и открытостью изменениям.
2. Из связей шкалы психологической разумности с другими личностными переменными в первую очередь следует отметить положительные связи четырех шкал психологической разумности с толерантностью к неопределенности. Открытость изменениям в сфере переживаний и психологической разумности в целом выше у тех людей, кто принимает неопределенность. При этом оказывается, что стремление к ясности, отражаемое шкалой интолерантности к неопределённости, не связано со шкалой психологической разумности. В то же время неприятие неопределенности в сфере межличностных отношений (повышение индекса межличностной интолерантности к неопределённости) не характеризует людей с открытостью изменениям (ρ=–.23) и тех, кто готов обсуждать свои проблемы с другими; напротив, оно свойственно тем, кто не склонен обсуждать эмоциональные проблемы с другими людьми (ρ=–.22).
3. Важными выглядят установленные связи шкалы Открытость изменениям с другими личностными свойствами, поскольку именно эта шкала, предположительно, репрезентирует «психологическую разумность» в широком смысле. Открытость изменениям значимо положительно коррелирует с готовностью к риску, что наряду с указанными выше связями свидетельствует в пользу конвергентной валидности свойств «готовности к риску» и «открытости изменениям». Закономерной выглядит и значимая положительная корреляция открытости изменениям с интуитивным стилем. Дополнительную характеристику (связи с личностным Я) дают положительные связи открытости изменениям c самооценкой интеллекта. Именно лица, уверенные в интеллектуальной состоятельности, оказываются открытыми изменениям и принятию риска.
4. Значимы положительные корреляции открытости изменениям со шкалами межличностного эмоционального интеллекта и внутриличностного эмоционального интеллекта, а также двух – заинтересованность в сфере субъективных переживаний и доступность сферы чувств с межличностным эмоциональным интеллектом, предполагающим понимание эмоциональной сферы другого человека. Доступность сферы чувств положительно связана как с межличностным, так и с внутриличностным эмоциональным интеллектом, что соответствует интерпретации этого первого фактора шкалы психологической разумности как субъективная доступность сферы переживаний для понимания и анализа: лица с высокими показателями эмоционального интеллекта не испытывают сложностей в идентификации собственных эмоций.
5. Для всех шкал психологической разумности установлены положительные корреляции с показателями интуитивного стиля и применения интуиции.
6. Значимые положительные корреляции доступности сферы чувств с толерантности к неопределённости, самоэффективностью и СОИ позволяют описать характер задаваемого этой шкалой модуса ориентировки в сфере чувств и переживаний: лица, у которых не затруднен доступ к сфере своих эмоций и переживаний, отличаются склонностью к принятию неопределенности и высокой оценкой своих возможностей в интеллектуальной сфере и при целеобразовании/целедостижении.
7. Желание и готовность обсуждать свои проблемы положительно связана с толерантностью к неопределённости, умением применять интуицию и самоэффективностью и отрицательно – с межличностной интолерантностью к неопределённости, как и доступность сферы чувств. При этом, в отличие от доступности сферы чувств, она отрицательно связана с рефлексивностью (ρ=.25 при р<.01). Таким образом, лица, имеющие высокие показатели по этой шкале, также не испытывают затруднений в применении интуиции, как и лица с высокими показателями по доступности сферы чувств, но, в отличие от последних, не нацелены на рефлексивный анализ, однако склонны к прояснению межличностных отношений.
8. Заинтересованность в сфере субъективных переживаний, с одной стороны, сходна по связям с демонстрируемыми для желанием и готовностью обсуждать свои проблемы с окружающими: это положительные связи с толерантностью к неопределённости, шкалами интуитивного стиля, самоэффективности и рефлексивности. Отличие заключается в том, что первая шкала связана с рефлексивностью положительно (ρ=.23 при p<.01), а четвертая – отрицательно (ρ=–.25 при p<.01). Таким образом, понимание важности сферы переживаний предполагает склонность к сознательному самоанализу, в то время как желание и готовность обсуждать свои переживания – нет. Желание и готовность обсуждать свои проблемы с окружающими, в отличие от заинтересованности в сфере субъективных переживаний, не предполагает высоких показателей межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта.

На связь психологической разумности и эмоционального интеллекта указывали в своих работах и Майер, и Карузо – авторы [одной из моделей](http://psylab.info/%D0%A2%D0%B5%D1%81%D1%82_%D1%8D%D0%BC%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D0%B8%D0%BD%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B0_%D0%9C%D0%B5%D0%B9%D0%B5%D1%80%D0%B0_-_%D0%A1%D1%8D%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%8F_-_%D0%9A%D0%B0%D1%80%D1%83%D0%B7%D0%BE) эмоционального интеллекта. Они пришли к пониманию недостаточности шкал эмоционального интеллекта для описания ориентировки человека в мире других людей и невозможности ограничиваться их индексами безотносительно к «Я-моделям» (раскрывающим человеку то, каким нужно представлять себя для достижения своих целей). В приводимых ими трех исследованиях именно шкала понимания других и общий фактор личностного интеллекта положительно связаны со шкалами опросника Шилл. В наших данных также важными выступили связи интенциональной направленности на сферу переживаний (шкалы Важности сферы человеческих переживаний, Субъективной доступности внутренних переживаний и Открытости изменениям) с межличностным эмоциональным интеллектом, что сближает представления о психологической разумности в широком смысле с личностным интеллектом.

Установленные нами связи шкал эмоционального интеллекта с высотой показателей открытости изменениям, даже если они сопряжены с риском, также свидетельствуют в пользу сопряженности процессов понимания эмоций (своих и других людей), идентификации эмоциональных состояний и управления их экспрессией с широко понятой разумностью, предполагающей и принятие неопределенности в сочетании с уверенностью в своих возможностях ставить и достигать цели.

На основании проведенного факторного анализа для данных по русскоязычной версии опросника психологической разумности была установлена его пятифакторная структура, аналогичная той, о которой сообщалась в литературе. Это можно считать кросс-культурной валидизацией Шкалы психологической разумности. Сходство выборок (студенты-психологи) обеспечило выдвижение двух факторов: заинтересованность в сфере субъективных переживаний и вера в пользу от обсуждения личных проблем с окружающими. Фактор открытости изменениям, даже если они сопряжены с риском в обоих вариантах шел пятым. В более поздних работах утверждалось, что психологическая разумность имеет только два основных измерения – заинтересованность в собственной сфере чувств и их доступности для анализа. Мы в своем исследовании, однако, соглашаемся с Шиллом и коллегами, считая пятифакторное решение более удовлетворительным по психометрическим показателям и содержательным основаниям шкал.

Мы продемонстрировали также роль других процессов, связующих понимание других и себя с принятием неопределенности. Открытость изменениям в сфере переживаний и психологическая разумность в целом выше у тех людей, кто принимает неопределенность. При этом стремление к ясности, отражаемое шкалой интолерантности к неопределенности, не связано со шкалами ШПР. Положительные связи высоты самооценки интеллекта и самоэффективности уже обсуждались нами. Готовность личности строить представление о себе в отрыве от однозначных критериев предполагает диалогичность самосо знания и конструктивную внутреннюю активность человека по построению самопонимания и самоотношения.

Внутренняя структура

Опросник состоит из 45 пунктов, ответы на которые формируются по 4-балльной шкале Ликкерта. Пункты формируются в 4 шкалы, не имеющие общих пунктов.

Интерпретация

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вариант ответа** | **В прямых значениях** | **В обратных значениях** |
| Полностью не согласен | 0 баллов | 3 балла |
| Не согласен | 1 балл | 2 балла |
| Согласен | 2 балла | 1 балл |
| Полностью согласен | 3 балла | 0 баллов |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Шкала** | **В прямых значениях** | **В обратных значениях** |
| 1. Заинтересованность в сфере переживаний | 2, 8, 9, 26, 29, 32, 44 |  |
| 1. Доступность переживаний | 11, 23, 41 | 5, 17, 35 |
| 1. Польза от обсуждения переживаний | 4, 16, 28, 34 | 10, 40 |
| 1. Желание и готовность обсуждать переживания |  | 7, 13, 18, 25, 37, 38 |
| 1. Открытость новому опыту | 6, 30, 36, 45 | 24 |

Практическая значимость

Опросник, измеряющий личностную характертистику в поле гуманистических воззрений может быть использован в практической психологии - в профотборе к профессиям «человек-человек», в психологическом консультровании и психотерапии гуманистического толка, а также в социально-психологических научных исследованиях.

Стимульный материал

Инструкция

Пожалуйста, прочитайте каждое утверждение и отметьте степень своего согласия с ним в соответствующей колонке.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Утверждение** | **Полностью не согласен** | **Не согласен** | **Согласен** | **Полностью согласен** |
| 1. Мне бы хотелось рассказать о моих личных проблемах, если бы я думал, что это бы помогло мне или члену моей семьи. |  |  |  |  |
| 2. Мне всегда любопытны причины, по которым люди ведут себя определенным образом. |  |  |  |  |
| 3. Я думаю, что у большинства психически больных людей что-то физически нарушено в мозге. |  |  |  |  |
| 4. Если я говорю с другом, когда у меня есть проблема, мне становится намного лучше. |  |  |  |  |
| 5. Часто я не знаю, что я чувствую. |  |  |  |  |
| 6. Мне хочется изменить старые привычки или попробовать новые способы выполнения действий. |  |  |  |  |
| 7. Есть определенные проблемы, которые я не смог бы обсуждать вне круга моих ближайших родственников. |  |  |  |  |
| 8. Я часто обнаруживаю, что думаю о том, что именно заставило меня поступить определенным образом. |  |  |  |  |
| 9. Эмоциональные проблемы иногда могут сделать физически больным/больной. |  |  |  |  |
| 10. Когда у Вас проблемы, разговоры о них с другими людьми усугубляют Ваше состояние. |  |  |  |  |
| 11. Обычно, если я чувствую эмоцию, я могу ее идентифицировать. |  |  |  |  |
| 12. Если бы друг дал мне совет о том, как сделать что-либо лучше, я бы попытался ему последовать. |  |  |  |  |
| 13. Меня раздражает тот, кто хочет знать о моих личных проблемах, будь это врач или кто-либо другой. |  |  |  |  |
| 14. Я нахожу, что, если у меня однажды появляется привычка, то ее трудно изменить, даже если я знаю, что есть другой способ выполнения действий, который может быть лучше. |  |  |  |  |
| 15. Я думаю, что у психических больных людей часто есть проблемы, идущие из детства. |  |  |  |  |
| 16. Выпускание пара в разговоре с кем-либо о собственных проблемах часто приводит к значительному улучшению Вашего состояния. |  |  |  |  |
| 17. Люди иногда говорят, что я веду себя так, как если бы я испытывал какую-то эмоцию (к примеру, гнев), в то время как я о ней не догадываюсь. |  |  |  |  |
| 18. Меня раздражает, когда люди дают мне советы о том, как изменить мои способы действий. |  |  |  |  |
| 19. Мне было бы несложно разговаривать о личных проблемах с такими людьми, как врач или священник. |  |  |  |  |
| 20. Если мой хороший друг неожиданно начал бы меня оскорблять, моей первой реакцией могла бы быть попытка понять, почему он так разозлился. |  |  |  |  |
| 21. Я думаю, что когда у человека появляются безумные мысли, это часто происходит потому, что он очень тревожится и расстроен. |  |  |  |  |
| 22. Я никогда не обнаруживал, что разговор с другими людьми о моих заботах сильно помогает. |  |  |  |  |
| 23. Часто, даже если я знаю, что я чувствую эмоцию, я не знаю, что это за эмоция. |  |  |  |  |
| 24. Мне нравится делать вещи так, как я делал их в прошлом. Мне не нравится пытаться сильно изменить собственное поведение. |  |  |  |  |
| 25. Есть какие-то вещи в моей жизни, которые я бы не стал обсуждать ни с кем. |  |  |  |  |
| 26. Понимание глубинных причин того или иного собственного поведения является важным. |  |  |  |  |
| 27. Если бы кто-то на работе предложил другой способ выполнения дел, который мог бы быть лучше, я бы его попробовал. |  |  |  |  |
| 28. Я нахожу, что когда я говорю с кем-либо о своих проблемах, я обнаруживаю пути их решения, о которых до этого не думал. |  |  |  |  |
| 29. Я чувствителен к изменениям в собственных чувствах. |  |  |  |  |
| 30. Когда я учусь новому способу чего-либо, мне нравится пробовать и смотреть, будет ли этот способ работать лучше, чем тот, с которым я пользовался до того. |  |  |  |  |
| 31. Важно быть открытым и честным, когда ты говоришь о своих проблемах с тем, кому ты доверяешь. |  |  |  |  |
| 32. Мне на самом деле нравится вникать в суть других людей. |  |  |  |  |
| 33. Я думаю, что у большинства психически больных людей была какая-то травма головы. |  |  |  |  |
| 34. Разговор о проблемах с кем-либо другим помогает лучше понять эти проблемы. |  |  |  |  |
| 35. Обычно я нахожусь в контакте со своими чувствами. |  |  |  |  |
| 36. Мне нравится пробовать новое, даже если это предполагает риск. |  |  |  |  |
| 37. Мне было бы очень тяжело обсуждать горестные или постыдные аспекты моей личной жизни с людьми, даже если я им доверяю. |  |  |  |  |
| 38. Если бы я неожиданно потерял/потеряла терпение в общении с кем-либо, не зная, что стало тому причиной, моим первым желанием было бы забыть об этом. |  |  |  |  |
| 39. Я думаю, что окружение человека (семья и т.д.) скорее не имеет отношения к тому, появятся ли у него в будущем психические проблемы. |  |  |  |  |
| 40. Когда есть проблемы, разговор о них с кем-либо только приводит в еще большее замешательство. |  |  |  |  |
| 41. Я часто не хочу слишком глубоко погружаться в то, что я чувствую. |  |  |  |  |
| 42. Мне не нравится делать что-либо, если есть вероятность того, что ничего не получится. |  |  |  |  |
| 43. Я думаю, что, сколько бы усилий не прикладывалось, никогда не удастся понять, что задевает других людей. |  |  |  |  |
| 44. Я думаю, что то, что происходит в глубине души человека важно для определения того, заболеет ли этот человек психически. |  |  |  |  |
| 45. Страх стыда или неудачи не отвращает меня от попыток пробовать что-то новое. |  |  |  |  |