Тема 5. Структура особистості, риси та типології: Велика п’ятірка та інші моделі

План лекції

5.1. Структура особистості та диспозиційний підхід до рис

5.2. П’ятифакторна модель особистості та модель HEXACO

5.3. Ситуативність, типології особистості та вимірювання рис опитувальниками

Література: [6, 7, 13]

5.1. Структура особистості та диспозиційний підхід до рис

Структура особистості: підходи до визначення. Під структурою особистості розуміють сукупність відносно стійких підсистем (складників) і зв’язків між ними, що забезпечує цілісність і функціонування особистості. Різні теорії виділяють різні структурні одиниці. Психодинамічні – Воно, Я, Над-Я; соціально-когнітивні – когнітивно-афективні одиниці та плани саморегуляції; гуманістичні – Я-концепцію й організмічні потреби; диспозиційні – риси; мотиваційні – потреби й цінності. У вітчизняних підручниках поширене подання структури через спрямованість, здібності, темперамент, характер і самосвідомість, а також емоційно-вольову сферу, яка пронизує всі підструктури [6; 7]. У сучасних міжнародних моделях добре обґрунтованим є розрізнення трьох рівнів: базових диспозиційних рис, характерних адаптацій (цілей, цінностей, стратегій копінгу, схем) та наративної ідентичності. Усі ці підходи мають різну пояснювальну силу, тому цілісний аналіз особистості вимагає їх поєднання, а не вибору «єдино правильної» структури.

Поняття риси. Риса – відносно стійка індивідуальна схильність по-різному думати, відчувати й діяти, яка виявляється в різних ситуаціях і протягом тривалого часу. Риси розглядають як безперервні виміри (від

низького до високого рівня), а не як категорії «має/не має»; за більшістю з них розподіл у популяції наближається до нормального, тож більшість людей посідають проміжні позиції, а крайні значення зустрічаються рідко. Риса є описовим поняттям: вона узагальнює типові прояви («екстравертованість» означає, що людина зазвичай часто спілкується, активна, енергійна), але сама по собі не пояснює, чому вони виникають. Пояснення шукають у біологічних механізмах, навчанні, мотивах і ситуаціях. Диспозиційний підхід стверджує, що відмінності між людьми можна адекватно описати невеликою кількістю таких вимірів, і що вони мають практичне значення для прогнозування життєвих результатів.

Внесок Г. Олпорта. Г. Олпорт розглядав риси як реальні нейропсихічні структури, що зумовлюють узгодженість поведінки. Він розрізняв кардинальні риси (одна домінувальна риса, навколо якої організоване життя; трапляється рідко), центральні (5–10 основних характеристик, що описують людину) та вторинні (залежні від ситуації переваги й настанови). Також він розрізняв загальні риси (спільні для багатьох людей, придатні для порівняння) і особисті диспозиції (унікальні для індивіда, що відображає ідіографічний підхід). Разом з Г. Олбертом (1936) він проаналізував словники англійської мови й виокремив близько 18 тисяч слів, що описують людей, серед яких близько 4,5 тисячі позначали відносно стійкі риси. Це заклало основу лексичного підходу.

Лексична гіпотеза та факторний аналіз. Лексична гіпотеза стверджує, що найважливіші індивідуальні відмінності закріплюються в мові природним шляхом, і чим вагоміша відмінність для людей, тим більше слів вона має й тим більш універсальною є в різних мовах. Користуючись цією ідеєю, дослідники складали списки прикметників, просили людей оцінювати себе чи інших і аналізували кореляції між оцінками за допомогою факторного аналізу – статистичної процедури, яка зводить багато взаємопов’язаних змінних до кількох латентних чинників. Рішення щодо кількості та інтерпретації чинників

потребує теоретичних і статистичних критеріїв, тому різні дослідники отримували різні моделі.

Модель Р. Кеттела. Р. Кеттел скоротив величезний список слів до кількох десятків груп, а на їх основі та за допомогою даних із різних джерел (життєві записи, самозвіти й об'єктивні тести) виокремив 16 первинних чинників, які покладено в основу опитувальника 16PF. Вони включають, наприклад, теплоту, розумову здатність, емоційну стійкість, домінантність, жвавість, дотримання правил, соціальну сміливість, чутливість, пильність, абстрактність, приватність, тривожність, відкритість до змін, самодостатність, перфекціонізм і напруженість. Кеттел розрізняв поверхневі риси (набір корельованих проявів) та ґрунтові риси (глибинні чинники, що зумовлюють поверхневі прояви) і описав чинники другого порядку, які узагальнюють первинні.

Модель Г. Айзенка. Г. Айзенк розробив ієрархічну модель, в якій на нижньому рівні перебувають конкретні реакції, вище – звичні реакції, потім риси та на вершині – типи, або суперчинники: екстраверсія (соціальність, активність, пошук стимуляції), нейротизм (емоційна нестабільність, схильність до тривоги) та психотизм (імпульсивність, агресивність, холодність, схильність до нонконформізму). Особливість теорії – біологічне пояснення: екстраверсію пов'язували з рівнем збудження ретикулярної системи (інтроверти сильніше реагують на стимуляцію, тому уникають її надлишку), нейротизм – з реактивністю лімбічної системи (емоційна лабільність). Сучасні моделі рис уточнюють ці механізми, проте Айзенк першим послідовно поєднав психометричний і біологічний підходи [13].

Критерії хорошої моделі рис. Модель рис має відповідати вимогам: охоплювати основні відмінності (повнота); бути відтворюваною в різних вибірках, мовах і методах (стабільність структури); мати достатню надійність; бути пов'язаною з життєвими результатами; мати біологічні та розвиткові основи; бути зручною для використання. На ці критерії спирається дискусія навколо п'ятифакторної моделі, до якої дійшло більшість дослідників.

Рівні опису: від широких чинників до нюансів. Сучасні моделі рис мають ієрархічну структуру: широкі чинники (домени), більш вузькі аспекти й фасети та ще менші одиниці – «нюанси», тобто особливості окремих тверджень, які не зводяться до загального чинника. Дослідники дискутують, наскільки доцільно обмежуватися невеликою кількістю широких чинників («велика п’ятірка» чи «велика трійка») або описувати особистість детальніше. Широкі чинники надійніші й стабільніші, а вузькі риси краще передбачають конкретні результати; вибір рівня залежить від мети (скринінг чи глибокий аналіз).

Нормативна інтерпретація. Результат за шкалою рис інтерпретують у порівнянні з нормою: сирий бал перетворюють на стандартні бали (z-бали, Т-бали, перцентилі) з урахуванням віку, статі й культури. Бал, що відхиляється на одне стандартне відхилення від середнього, ще не вказує на «проблему»; значущими вважають відхилення, які поєднуються зі скаргами, порушенням функціонування та даними з інших джерел. Профілі інтерпретують не за окремими шкалами, а комплексно: наприклад, високий нейротизм поєднується з високою сумлінністю як «тривожна відповідальність», що може бути ресурсом у діяльності, але підвищує ризик перевантаження [13].

5.2. П’ятифакторна модель особистості та модель HEXACO

Велика п’ятірка. П’ятифакторна модель (Велика п’ятірка) постала внаслідок зближення результатів лексичних досліджень і досліджень на основі опитувальників: незалежні групи дослідників отримали схожу структуру з п’яти широких чинників. Огляди 1980–1990-х років показали її відтворюваність у різних вибірках і методах, а подальші дослідження підтвердили значну міжкультурну поширеність (хоча не повну універсальність). Чинники такі: екстраверсія (соціальність, активність, енергійність, упевненість, позитивні емоції); поступливість (довіра, співчутливість, готовність співпрацювати, поступливість у конфліктах); сумлінність (організованість, відповідальність, працьовитість, самодисципліна); нейротизм, або негативна емоційність

(тривожність, депресивність, емоційна нестійкість, чутливість до стресу); відкритість досвіду (допитливість, уява, естетична чутливість, готовність до нового). Модель часто позначають абревіатурою OCEAN за початковими літерами англійських назв п’яти чинників.

Ієрархічна будова. Кожен чинник має більш вузькі аспекти (фасети). У сучасному опитувальнику Big Five Inventory-2 (BFI-2) кожен із п’яти чинників (екстраверсія, поступливість, сумлінність, негативна емоційність і відкритість) поділено на три фасети, разом п’ятнадцять: наприклад, до сумлінності належать організованість, продуктивність і відповідальність, до негативної емоційності – тривожність, депресивність та емоційна мінливість. Така ієрархія збагачує опис і підвищує прогностичну силу: фасети можуть по-різному пов’язуватися з життєвими результатами, а чинник у цілому – лише з їх сукупністю. Відомий також опитувальник NEO-PI-R із шістьма фасетами на кожен чинник (тридцять фасет).

Прогностичне значення. Риси Великої п’ятірки пов’язані з широким колом життєвих результатів: сумлінність – із успішністю навчання й праці, здоров’ям і довголіттям; нейротизм – з ризиком тривожних і депресивних розладів та сприйняттям стресу; екстраверсія – з соціальною активністю й позитивними емоціями; поступливість – з якістю стосунків; відкритість – з творчою діяльністю й навчанням упродовж життя. Ці зв’язки зазвичай помірні за величиною й не дають змоги впевнено прогнозувати поведінку окремої людини, але є корисними на рівні популяцій та для орієнтовного оцінювання ризиків і ресурсів [13].

Модель HEXACO. Шестифакторна модель HEXACO доповнює п’ять чинників шостим – «чесністю-скромністю» (щирість, справедливість, уникання жадібності, скромність) і по-іншому визначає поступливість (прощення, лагідність, гнучкість, терплячість) і емоційність (страх, тривожність, залежність, сентиментальність). Шостий чинник краще передбачає етичну поведінку, нечесність, маніпулятивність; тому модель популярна у вивченні

«темної» сторони особистості та організаційної поведінки. Різні моделі не суперечать одна одній, а по-різному членують один і той самий простір відмінностей; вибір залежить від мети дослідження й характеру вибірки.

Стабільність і зміни рис. Метааналіз лонгітюдних досліджень, опублікованих після 2005 року, показує, що рангова стабільність рис (збереження положення людини відносно інших) зростає на ранніх етапах життя й досягає плато в молодому віці, після 25 років вона помітно не зростає та ніколи не стає абсолютною. Одночасно середній рівень рис змінюється: зміни в бік більшої зрілості виявляються найбільш послідовно для емоційної стабільності (нейротизм у середньому знижується), загальні кумулятивні зміни за життя виявилися дещо меншими, ніж вважали раніше; вужчі (фасетні) показники менш стабільні, ніж широкі чинники. Ці тенденції відповідають так званому принципу зрілості: з віком люди в середньому стають емоційно стабільнішими, відповідальнішими й поступливішими. Крім вікових змін, є індивідуальні траєкторії, які залежать від життєвих подій, ролей (шлюб, батьківство, праця) і стану здоров’я [13].

Зміна рис через втручання. Систематичний огляд і метааналіз 207 досліджень, переважно клінічних втручань, показав, що в середньому за 24 тижні відбувалися помітні зміни рис ($d = 0{,}37$): найбільше зростала емоційна стабільність, далі екстраверсія; зміни зберігалися на подальших етапах спостереження, мало залежали від виду терапії, а найбільші зміни спостерігали в осіб із тривожними розладами. Це має практичне значення: риси є відносно стійкими, але не незмінними, тому психологічна допомога може впливати на диспозиційний профіль, особливо коли спрямована на зміну звичних моделей мислення, емоційного реагування і поведінки.

Спадковість і середовище. Метааналіз досліджень спадковості особистості свідчить, що генетичні відмінності пояснюють приблизно 40 % дисперсії рис, решту – чинники середовища, переважно індивідуальні (не спільні для членів однієї родини). Це означає, що риси значною мірою біологічно зумовлені, але в

жодному разі не «вроджені» в сенсі незмінності, а виховання у сім'ї пояснює відносно невелику частку відмінностей між людьми. Біологічне підґрунтя рис пов'язують з роботою нейромедіаторних систем (дофамінергічна – з екстраверсією й пошуком нового, серотонінергічна – з нейротизмом і самоконтролем), структурою та функціональною активністю мозку, хоча внесок окремих генів малий, а зв'язок «ген – риса» опосередкований багатьма змінними.

Міжкультурна відтворюваність. Структуру Великої п'ятірки відтворено в багатьох країнах і мовах, але повної універсальності не доведено: чинник відкритості часто відтворюється гірше, ніж інші, а в окремих культурах виявляли додаткові чинники, пов'язані з місцевими цінностями (соціальна гармонія, релігійність). Тому адаптація опитувальників вимагає не лише перекладу, а й перевірки факторної структури та норм на місцевій вибірці. В українському контексті це означає потребу в локальних нормах та перевірці інваріантності шкал, зокрема в умовах війни та переміщення, коли змінюється самозвіт.

Профіль Великої п'ятірки: ілюстрація. Особа з високим нейротизмом, нижчою за середню екстраверсією і високою сумлінністю зазвичай відчуває сильну тривогу в ситуаціях оцінювання, прагне контролю й відповідальності, може уникати надлишкових соціальних контактів. Така комбінація пояснює вразливість до стресу, але й здатність до ретельної роботи. Психолог використовує профіль для формулювання гіпотез: що може бути ресурсом (сумлінність), що – ризиком (тривожне передбачення невдач), які форми допомоги доцільні (тренування навичок регуляції емоцій, поступове нарощування соціальної активності). Ці гіпотези перевіряють бесідою та іншими методами, а профіль не використовують як «вирок» [13].

Типові помилки в тлумаченні п'ятифакторних профілів. Високий нейротизм не є діагнозом: це схильність до сильніших негативних емоцій, яка поєднується з пильністю до загрози. Низька згідливість не дорівнює «поганому

характеру»: вона може бути корисною у переговорах, критичній оцінці та захисті власних меж. Висока екстраверсія не завжди перевага, бо пов'язана також з ризикованою поведінкою та імпульсивністю. Низька відкритість досвіду часто поєднується з практичністю й надійністю. Надмірна сумлінність може проявлятися як перфекціонізм. Отже, кожна риса має адаптивні й дезадаптивні прояви залежно від вираженості та ситуації, а оцінювати слід профіль загалом.

Профіль рис і стиль допомоги: робочі гіпотези. Знання про риси людини допомагає підбирати форму взаємодії, але ці припущення є гіпотезами, а не правилами. Для людини з високим нейротизмом корисні передбачуваність, чіткий порядок роботи, поступовість і навчання технік заспокоєння. Для низької екстраверсії – повага до потреби в тиші, поступове введення групових форм. При низькій відкритості – конкретні приклади й знайомі, зрозумілі вправи. При низькій сумлінності – зовнішня структура: нагадування, короткі кроки, проміжні контрольні точки. При низькій згідливості – підкреслення автономії та практичної користі, уникнення суперечок про владу. Ефективність такої адаптації перевіряють за відгуками людини та результатами роботи. Водночас систематичний огляд втручань показує, що риси можуть помірно змінюватися під впливом цілеспрямованої роботи, тому профіль слід розглядати як відправну точку, а не як остаточний «вирок».

5.3. Ситуативність, типології особистості та вимірювання рис опитувальниками

Суперечка про ситуативність. Книга В. Мішела (1968) поставила під сумнів уявлення про високу крос-ситуативну узгодженість рис: кореляції між проявами тієї самої риси в різних ситуаціях зазвичай не перевищували 0,30. Дискусія «особистість чи ситуація» тривала десятиліття й закінчилася компромісом – інтеракціонізмом: поведінка є функцією взаємодії особистості й ситуації. Сьогодні вважають, що риси передбачають усереднену поведінку в

багатьох ситуаціях (за достатньо тривалий час), але не окремий вчинок у конкретній ситуації; водночас індивіди відрізняються й за стабільністю своїх реакцій у ситуаціях («профілі якщо – то»). Сучасні дослідження показують також, що одна людина виявляє значну внутрішню варіативність поведінки: кожен день екстраверт буває більш чи менш товариським, але в середньому він більш товариський, ніж інтроверт. Тому риса може розглядатися як щільність розподілу станів.

Риса й стан. Стан – тимчасовий внутрішній режим функціонування (тривога перед іспитом, радісний підйом, втома), риса – типовий рівень у довгостроковому періоді. Прикладом розмежування є тривожність як стан (ситуативна напруга, що зростає в загрозливій ситуації) та як риса (схильність сприймати широке коло ситуацій як загрозливі). Для практики важливо розрізняти: підвищена ситуативна тривога після події зазвичай знижується після зміни обставин, а риса – потребує тривалішої роботи. Оцінювання у кризових умовах мусить враховувати цю різницю та повторювати вимірювання в часі [13].

Типології особистості. Типологія розподіляє людей на якісно різні категорії (типи). Класичні приклади: чотири темпераменти; типи за Юнгом; типологія Кречмера; тип А і тип Б. Типи привабливі простотою, проте психометричні дані здебільшого свідчать про безперервність більшості психологічних вимірів: розподіл балів зазвичай унімодальний, без чітких «розривів», а розподіл на типи за середнім значенням призводить до втрати інформації. Критичний огляд типологічного опитувальника Майєрс–Бріггс показав низьку тест-ретестову надійність категорій (значна частка людей отримує інший тип під час повторного обстеження), безперервний розподіл балів та обмежену прогностичну цінність, хоча окремі шкали корелюють із відповідними рисами Великої п’ятірки. З іншого боку, великі масиви даних дають змогу шукати типи статистичними методами: в аналізі кількох великих вибірок виявлено чотири відтворювані профілі («середній», «замкнений»,

«егоцентричний» і «рольова модель»), що підтверджує окремі інтуїтивні типології, але потребує подальшої перевірки та не відміняє безперервності вимірів.

Критерії побудови типології. Типологія є обґрунтованою, якщо: категорії виділено на основі даних (кластерного аналізу, латентних класів), типи відтворюються в незалежних вибірках, вони чітко відрізняються за зовнішніми критеріями, а розподіл балів має «розриви» між групами. У практичній діагностиці категорії корисні для комунікації (наприклад, у разі клінічних діагнозів), але їх слід доповнювати вимірами вираженості. Для практичного психолога вислів «ви – інтроверт» корисніший у формі «ваш рівень екстраверсії нижчий за середній у порівнянні з популяцією».

Вимірювання рис опитувальниками та обмеження самозвіту. Основний метод вимірювання рис – опитувальники самозвіту (BFI-2, NEO-PI-R, HEXACO-PI-R, 16PF, EPQ): вони стандартизовані, швидкі, мають норми й доведену надійність та валідність. Їхні обмеження: соціальна бажаність і цілеспрямоване прикрашання, особливо під час відбору; установка на відповідь (згода з усіма твердженнями, схильність до крайніх чи середніх відповідей); неуважні та випадкові відповіді; обмежене самопізнання; вплив поточного стану на самооцінки; культурні відмінності в тлумаченні тверджень та відповідях. Щоб зменшити вплив цих обмежень, застосовують контрольні шкали, змішані формулювання тверджень, попередження про перевірку, а також збирають дані від інших осіб (оцінки близьких людей) та поведінкові індикатори, які поліпшують прогнозування [13].

Практичні висновки для клінічної, реабілітаційної та екстремальної психології. По-перше, профіль рис допомагає передбачити вразливість та ресурси: високий нейротизм пов’язаний з підвищеним ризиком тривожних і депресивних розладів та тяжчим переживанням стресу, а висока сумлінність – з кращим дотриманням лікування й реабілітаційних програм [13]. По-друге, риси не є діагнозом: їх оцінюють як частину цілісної картини поряд з історією життя,

станом, контекстом і ресурсами. По-третє, у ситуаціях відбору та оцінювання самозвітні опитувальники легко піддаються викривленню, тому їх використовують лише як частину оцінювання з кількох джерел і не приймають жодного рішення на основі одного тесту. Українські дослідження, зокрема, розглядають емоційну експресивність у зв'язку з моделлю рис, що демонструє тенденцію інтегрувати міжнародні моделі рис у вітчизняну науку.

Альтернативні підходи до вимірювання. Крім самозвіту, особистісні риси оцінюють за допомогою оцінок знайомими людьми, поведінкових завдань, спостережень, даних щоденникових досліджень (багаторазове вимірювання в реальному житті) та цифрових слідів (використання смартфона, соціальні мережі). Комбінування джерел знижує вплив викривлень окремого методу: самооцінка краще відображає внутрішні стани (тривожність), а оцінки інших – добре помітні в поведінці характеристики (екстраверсія, сумлінність).

Етичне й практичне використання. При використанні тестів рис психолог дотримується правил: застосовує лише валідні й адаптовані методики; пояснює мету й обмеження результатів; не використовує дані для дискримінації; зберігає конфіденційність; перевіряє, чи відповідає норма обстежуваній групі; не ухвалює рішень (відбір, діагноз) на основі лише одного тесту. Вимоги особливо важливі там, де наслідки обстеження суттєві: у відборі до складних професій, експертних оцінках, оцінці придатності [13].

Риси в екстремальних професіях: можливості й обмеження. У підготовці рятувальників, військових, фахівців екстреної допомоги профілі рис цікавлять як чинник стресостійкості, командної взаємодії та ризику вигорання. Дослідження показують помірні зв'язки рис із професійними результатами, тому профіль не слід вважати вирішальним аргументом у кадровому рішенні. Обґрунтоване використання передбачає: валідні методики з нормами для відповідної групи; поєднання кількох джерел даних (інтерв'ю, спостереження, оцінки колег); прозорість мети й правил для обстежуваних; захист даних та

право оскаржити висновок. Особливо важливо не ставити «ярлик» людині на підставі одного опитувальника.

Приклад інтерпретації для консультування. Студентка 20 років скаржиться на постійну тривогу перед іспитами та перевтому. За опитувальником рис у неї високі показники сумлінності та нейротизму, середні – екстраверсії, вищі за середні – згідливості. Психолог формулює гіпотезу: високі стандарти та самокритика поєднуються з чутливістю до загрози, а турбота про інших ускладнює відмову від зайвих доручень. Рекомендації: навчання прийомів регуляції тривоги; перегляд стандартів (достатньо добре замість ідеального); тренування відмови та встановлення меж; планування відновлення. Профіль використовується як відправна точка для розмови, а не як остаточний висновок.

Ключові поняття теми: *структура особистості; підструктури; риса; безперервні виміри; кардинальні, центральні, вторинні риси; загальні риси й особисті диспозиції; лексична гіпотеза; факторний аналіз; 16 первинних чинників Р. Кеттела; ієрархічна модель Г. Айзенка (екстраверсія, нейротизм, психотизм); Велика п'ятірка (екстраверсія, поступливість, сумлінність, нейротизм, відкритість досвіду); фасети; HEXACO і чесність-скромність; рангова стабільність і середні зміни рис; принцип зрілості; спадковість рис; ситуаціонізм та інтеракціонізм; профілі «якщо – то»; риса і стан; типології та їхні критерії; самозвіт, соціальна бажаність, установка на відповідь.*

Питання для самоперевірки

1. Які існують підходи до структури особистості та що таке риса?

2. Який внесок у диспозиційний підхід зробили Г. Олпорт, Р. Кеттел і Г. Айзенк?

3. У чому полягають лексична гіпотеза та роль факторного аналізу у створенні моделей рис?

4. Які чинники входять до Великої п’ятірки, як вони структуровані й що відомо про їх прогностичне значення?

5. Чим модель HEXACO відрізняється від Великої п’ятірки?

6. Що відомо про стабільність і зміни рис упродовж життя, роль спадковості й середовища та вплив психологічних втручань?

7. У чому полягала суперечка про ситуативність, як розрізняють рису й стан, і які обмеження мають типології та самозвітні опитувальники?