Тема 16. Дослідження особистості та перспективи розвитку психології особистості

План лекції

16.1. Методологічні та етичні основи дослідження особистості

16.2. Методи дослідження особистості

16.3. Психологічний портрет і сучасні тенденції дослідження особистості

Література: [3, 13]

16.1. Методологічні та етичні основи дослідження особистості

Особливості дослідження особистості. Особистість – складний, динамічний і багаторівневий об’єкт, який неможливо «виміряти» одним методом. Її вивчають у різних вимірах: риси, мотиви, цінності, Я-концепція, захисні та копінг-стратегії, життєва історія. Д. Мак-Адамс і Дж. Палс запропонували інтегративну схему, яка поєднує три рівні опису: диспозиційні риси, характерні адаптації (цілі, цінності, стратегії, ролі) і наративну ідентичність у культурному контексті. Така багаторівневість визначає вимоги до методології: для повної картини потрібні різні методи й джерела даних.

Принципи дослідження. До базових принципів належать: об’єктивність (опора на факти й критичне ставлення до власних припущень); системність і комплексність (вивчення особистості як цілого, кількома методами); розвиток (урахування динаміки й віку); єдність свідомості й діяльності (аналіз не лише слів, а й поведінки); контекстність (врахування культури, ситуації, ролей); етичність (безпека та права учасників). Дотримання принципів зменшує ризик поспішних висновків та суб’єктивних інтерпретацій [3; 13].

Добір методів. Метод добирають відповідно до мети (опис, діагностика, прогноз, супровід), предмета дослідження (риси, стани, мотиви), вибірки (вік, культура, мова, освіта), умов (час, наявність довіри, ризики) та наявності

психометрично обґрунтованих інструментів із нормами для відповідної групи. Корисний принцип «батареї методів»: поєднання самозвіту, спостереження, інформації від третіх осіб і, за потреби, об’єктивних показників. Додатково враховують стан людини (втома, стрес, горе): ті ж самі результати можуть мати інший зміст у кризовому періоді.

Надійність. Надійність – стабільність результатів вимірювання: ретестова (повторне обстеження), внутрішня узгодженість (узгодженість пунктів шкали, часто оцінюють коефіцієнтом альфа), міжекспертна (узгодженість оцінок різних експертів). Низька надійність означає, що результат значною мірою випадковий. Для індивідуальних висновків потрібна вища надійність, ніж для групових порівнянь; тому в практиці вибирають методики, надійність яких підтверджена у відповідній популяції [13].

Валідність. Валідність – міра, в якій методика вимірює те, що має вимірювати, і чи обґрунтовані висновки, які на її основі роблять. Розрізняють змістову (повнота та релевантність пунктів), критеріальну (зв’язок із зовнішнім критерієм, наприклад, поведінкою чи діагнозом), конструктну (відповідність теоретичній моделі: збіжна й розбіжна валідність, факторна структура) і інкрементальну (чи додає методика інформацію порівняно з іншими). Приклад: добре відомий опитувальник типів MBTI має обмежену валідність, оскільки поділ людей на дихотомічні типи не підтверджується розподілом оцінок, а повторне обстеження часто дає інший тип.

Розмір ефекту та практичне значення. Статистична значущість не дорівнює практичній. У дослідженнях особистості та соціальної психології типові зв’язки між змінними є невеликими або помірними; запропоновано розглядати кореляцію близько 0,10 як малий, 0,20 як середній і 0,30 і більше як великий за практичним значенням ефект, оскільки навіть невеликі ефекти, накопичуючись, мають значення в реальному житті. Це застерігає як від переоцінки «статистично значущих» результатів, так і від відкидання скромних зв’язків; але прогноз для окремої людини залишається ймовірнісним.

Норми, інтерпретація та межі висновків. Результати інтерпретують відносно норм, отриманих на репрезентативній вибірці; користувач повинен розуміти, з якою групою порівнюють людину. Нормативні дані можуть застарівати і відрізнятися в різних культурах. Висновок по одному показнику неможливий: інтерпретують профіль у контексті анамнезу, спостережень і запиту. Окремо вказують обмеження: ситуація обстеження, можлива соціальна бажаність, невідповідність норм, вплив стану.

Етичні вимоги до дослідження. Дослідник і практик забезпечують: добровільну інформовану згоду (мета, процедура, ризики, права, право припинити участь), конфіденційність і захист персональних даних, мінімізацію шкоди та ризиків (особливо для вразливих груп, дітей, людей у кризі), чесне інформування про результати, незалежність і компетентність, схвалення етичного комітету за потреби. Академічна доброчесність охоплює відсутність плагіату, фабрикації та фальсифікації даних, коректне посилання на джерела, чесний розподіл авторства. Для психолога-практика порушення цих вимог несе не лише академічні, а й професійні та правові наслідки.

Дослідження вразливих груп. Особливі вимоги стосуються участі людей, які зазнали втрат, насильства, поранень, вимушеного переміщення: дослідження не повинне повторно травмувати, процедура має бути гнучкою (можна зробити паузу, відмовитися відповідати), необхідний доступ до підтримки після обстеження. Не слід збирати дані лише «заради цікавості», якщо немає чіткої мети та користі для учасників чи спільноти. Для дітей потрібні згода дорослих та згода (асент) самої дитини.

Етапи емпіричного дослідження. Типова послідовність така: (1) формулювання проблеми й огляд літератури; (2) визначення мети, завдань і гіпотез; (3) вибір дизайну (поперечне, лонгітюдне, експериментальне, кореляційне, якісне дослідження); (4) складання вибірки й оцінка її репрезентативності; (5) добір методик із перевіреними психометричними властивостями; (6) отримання етичного схвалення й згоди учасників; (7) збір

даних; (8) аналіз; (9) інтерпретація й обговорення обмежень; (10) оформлення результатів. Дотримання цих етапів знижує ризик випадкових і систематичних помилок.

Типові помилки інтерпретації зв'язків. Кореляція не означає причинності: зв'язок може пояснюватися третім чинником, зворотним впливом або збігом. Якщо в дослідженні виявлено, що в людей із вищою самооцінкою нижча тривожність, цей факт не доводить, що підвищення самооцінки зменшить тривожність. Інші поширені помилки: узагальнення результатів на групи, відмінні від вибірки; ігнорування малого розміру вибірки; вибіркове цитування лише підтверджувальних даних; ототожнення статистичної значущості з важливістю; багаторазове тестування гіпотез без поправок. Перевірка цих пунктів входить до критичного читання наукових статей.

Відкрита наука й попередня реєстрація. Масштабні проєкти з відтворення та мультилабораторні реплікації показали, що частина відомих результатів не підтверджується, і стимулювали практики прозорості: попередню реєстрацію гіпотез і плану аналізу, відкритий доступ до матеріалів і даних, повідомлення про всі виконані аналізи, збільшення вибірок. Для студента це означає звичку до чіткого планування, фіксації змін у дослідженні та чесного опису обмежень.

Репрезентативність вибірок. Багато даних про особистість отримано на студентах із західних країн, що не дає підстав автоматично поширювати висновки на інші групи. Дослідник вказує характеристики вибірки (вік, стать, освіта, регіон, особливості досвіду), аналізує, наскільки результати можуть відрізнятися в інших умовах, за можливості залучає різноманітніші групи. Для практичного психолога це означає перевіряти, чи наявні норми методики відповідають віковій, культурній та професійній групі клієнта, і з обережністю тлумачити результати, якщо відповідність не підтверджена.

Упередженість дослідника й обстежуваного. На результат впливають очікування дослідника (ефект експериментатора), бажання респондента справити враження (соціальна бажаність), втома, непорозуміння інструкцій,

мотиви участі. Для зменшення упереджень використовують стандартизовані інструкції, «сліпі» процедури, шкали правдивості, анонімність, різні методи збору даних та пояснення мети в нейтральній формі. У практичній діагностиці корисно спостерігати за ставленням людини до обстеження та врахувати його в інтерпретації.

16.2. Методи дослідження особистості

Опитувальники. Опитувальники самозвіту – найпоширеніший метод: вони швидкі, стандартизовані й дають змогу порівнювати результати з нормами. Сучасні інструменти оцінки рис (наприклад, BFI-2) мають ієрархічну структуру з широкими чинниками й фасетами та доведену надійність і валідність у різних вибірках. Опитувальники цінностей (портретний опитувальник Шварца), самооцінки (шкала Розенберга), копінгу, резильєнтності, емоційної регуляції застосовують залежно від мети. Обмеження: соціальна бажаність, неточне самопізнання, стилі відповідей, залежність від розуміння пунктів та культури.

Проєктивні методики. Проєктивні методики (Роршаха, тематичний апперцепційний тест, малюнкові тести, незавершені речення) ґрунтуються на припущенні, що, інтерпретуючи неоднозначний матеріал, людина виявляє власні потреби, конфлікти й захисти. Вони застосовуються для якісного дослідження, зокрема там, де людині складно говорити прямо (діти, травма). Основна критика стосується невисокої надійності оцінювання та сумнівної валідності у разі формальних висновків; тому їх використовують обережно, як допоміжні, поєднуючи з іншими методами та кваліфікованою інтерпретацією.

Біографічний і наративний підходи. Біографічне інтерв’ю та аналіз життєвої історії дають змогу побачити особистість у розвитку, зрозуміти значення подій та вибір людини. У наративному підході досліджують структуру розповіді (теми агентності й спільності, послідовності зростання й руйнування, цілісність), що зв’язано з благополуччям та ідентичністю.

Недоліки: суб'єктивність, залежність від пам'яті та контексту розповіді, складність кількісного порівняння; переваги – глибина й відображення смислу.

Спостереження. Спостереження – цілеспрямоване вивчення поведінки в природних або створених умовах. Воно дає інформацію про реальні вчинки (взаємодія, реакції на труднощі), яких може не бути в самозвіті. Може бути включеним і невключеним, структурованим (з протоколом і категоріями) і вільним. Вимоги: чітке визначення спостережуваних одиниць, кілька незалежних спостерігачів, узгодженість оцінок, облік впливу присутності спостерігача.

Експертні оцінки та оцінки третіх осіб. Оцінки знайомих людей (близьких, колег, викладачів) доповнюють самозвіт і нерідко краще прогнозують певні поведінкові результати. Експертні оцінки застосовують у професійному відборі та оцінюванні. Недоліки: упередження (ефект ореолу, поблажливість), різна інформованість оцінювача, потреба в етичному оформленні, щоб не завдати шкоди людині.

Цифрові сліди поведінки. Інтернет-активність (вподобання, публікації, лексика), дані смартфонів та пристроїв, які носять на тілі, дають нові можливості для вивчення особистості. Дослідження показують, що алгоритми здатні оцінювати риси людини за текстами її публікацій у соціальних мережах із помірною точністю. Дані сенсорів смартфонів (використання застосунків, дзвінки, мобільність) також дають змогу прогнозувати особистісні риси, хоч і з помірною точністю. Ці методи мають і ризики: втручання у приватність, дискримінація, маніпуляція, невидимі упередження алгоритмів, непрозорі способи збирання даних.

Психометричні та клінічні інтерв'ю. Структуровані інтерв'ю (клінічні та біографічні) поєднують гнучкість бесіди з уніфікацією питань. Вони дають змогу уточнювати зміст відповідей, оцінювати мотивацію й критичність, формувати контакт. Результати залежать від компетентності інтерв'юера та відсутності навідних запитань.

Пошук і використання наукових джерел. Для підготовки до практики й дослідження психолог навчається знаходити достовірну інформацію: користуватися електронним архівом університету, фондами та реферативними базами Національної бібліотеки України імені В. І. Вернадського, виданнями Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, а для клінічних питань – настановами на засадах доказової медицини, розміщеними на ресурсі Міністерства охорони здоров'я України. Під час роботи з іншомовними джерелами перевіряють авторство, видавця, наявність рецензування, дату та контекст дослідження, а також уникають «хижацьких» видань.

Триангуляція методів. Жоден метод не дає повної картини: опитувальник відображає уявлення людини про себе, спостереження – поведінку в конкретних умовах, інтерв'ю – особистий зміст і історію, оцінки третіх осіб – репутацію, тест досягнень – актуальні можливості. Узгодженість результатів різних методів підвищує довіру до висновку, розбіжності ж стають предметом аналізу: можливо, людина не розуміє власної поведінки, змінює її залежно від ситуації або свідомо подає себе у кращому світлі. Тому в діагностичній практиці рекомендують поєднувати щонайменше два–три джерела інформації.

Приклад добору методів. Завдання: оцінити готовність студента-психолога до роботи в команді екстреної допомоги. Можна поєднати: опитувальник рис та копінгу (самозвіт), структуроване інтерв'ю щодо досвіду стресових ситуацій, ситуаційну вправу в тренінгу (спостереження за взаємодією та прийняттям рішень), відгук куратора практики. На основі цього складають профіль сильних сторін та зон розвитку, а не «вердикт придатності». Результати обговорюють зі студентом, щоб узгодити план розвитку.

Робота зі звітами про дослідження. Під час читання наукової статті доцільно відповісти на запитання: яка мета? Хто учасники і як їх залучали? Які методи використано, чи є дані про їх надійність і валідність? Які результати й наскільки великі ефекти? Чи є обмеження й альтернативні пояснення? Чи можна застосувати результати до української вибірки? Якщо відповіді

неочевидні, висновки статті подають як припущення, а не як факт. Цей прийом допомагає розвивати критичне мислення.

16.3. Психологічний портрет і сучасні тенденції дослідження особистості

Психологічний портрет: поняття та структура. Психологічний портрет – цілісний опис індивідуальних особливостей особистості, побудований на підставі різних джерел даних. Його складники: загальні відомості та запит; джерела й методи; характеристика когнітивної та емоційної сфери; мотиваційно-ціннісна сфера й спрямованість; Я-концепція, самооцінка й ідентичність; стосунки й соціальна взаємодія; стресостійкість, копінг і ресурси; ризики й обмеження; рекомендації. Портрет – не діагноз і не «вирок», а робоча гіпотеза, що допомагає планувати допомогу та розвиток.

Вимоги до висновку. Висновок має бути зрозумілим для адресата, відповідати на поставлене запитання, спиратися на дані, містити обґрунтування та вказувати на межі валідності. Слід розрізняти спостереження, інтерпретації та рекомендації, уникати ярликів («невротик», «психопат»), стереотипних і категоричних формулювань («ніколи», «завжди»), не виходити за межі компетентності. Рекомендації мають бути практичними, спрямованими на ресурси й посильні кроки, з урахуванням бажань людини.

Приклад фрагмента висновку. Для студента 20 років з акцентуйованими рисами та високим рівнем тривоги можна сформулювати: «За результатами опитувальника рис визначено високий рівень нейротизму та нижчу за середню екстраверсію; в бесіді виявлено тенденцію до самокритики та уникання оцінювальних ситуацій; ресурсами є сумлінність, інтерес до навчання, підтримка друзів. Рекомендовано розвивати навички регуляції тривоги, поступово розширювати досвід публічних виступів, залучати супервізора». У прикладі відокремлено дані, інтерпретацію та рекомендації й зазначено ресурси.

Інтеграція підходів. Сучасна наука про особистість прагне поєднувати знання з різних традицій: риси описують стабільні відмінності, когнітивно-афективні моделі пояснюють динаміку в ситуаціях, соціально-когнітивні й екзистенційні підходи – цілі, цінності та смисли, психодинамічні й наративні – внутрішні конфлікти та історію. Інтегративна схема Мак-Адамса і Палса спирається на ідею, що жоден окремий рівень не є достатнім [13]. Така інтеграція відповідає практиці допомоги, де потрібно враховувати риси, обставини, цінності й життєву історію.

Нейронаука й генетика поведінки. Поведінкова генетика та молекулярні дослідження показують значущий внесок спадковості в індивідуальні відмінності і те, що окремі гени мають дуже малі ефекти: ознаки є полігенними, а середовище впливає по-різному залежно від генотипу. Нейронаука особистості досліджує мозкові системи, пов’язані з мотивацією, емоціями та саморегуляцією, і пропонує нові способи вимірювання. Водночас її результати поки що не дають змоги застосовувати нейровізуалізацію для індивідуальної діагностики особистості, і їх слід інтерпретувати обережно.

Міжкультурні дослідження. Існування значних відмінностей між культурами вимагає перевіряти, чи придатні методики та теорії до інших груп. Зростання кількості досліджень у різних країнах дає змогу уточнювати універсальне та специфічне; водночас досі значна частина даних походить зі «західних» вибірок, що обмежує узагальнення. Для україномовних спеціалістів це означає потребу в адаптації та стандартизації інструментів на українських вибірках і публікації результатів.

Проблема відтворюваності. Масштабний проєкт з відтворення результатів психологічних досліджень показав, що значно менша частка ефектів відтворилась у повторних дослідженнях, ніж у вихідних, а їхні розміри були меншими. Аналогічно, мультилабораторна реплікація ефекту «виснаження его» не підтвердила початкових висновків. Відповіддю наукової спільноти стали попередня реєстрація досліджень, відкриті дані, великі вибірки та відкритість

до негативних результатів. Для студента це приклад того, що наука самокоригується, і привід критично ставитися до «сенсаційних» висновків.

Цифрова особистість і штучний інтелект. Цифрове середовище створює «цифрову ідентичність»: сукупність профілів, публікацій, слідів активності. Алгоритми й великі мовні моделі можуть робити висновки про риси особистості за текстами в соціальних мережах; результати показують помірну точність, але одночасно викликають занепокоєння щодо приватності та маніпуляції, якщо їх використовують для персоналізованого впливу. Дослідники також вивчають, чи можна надійно виміряти «особистість» самих мовних моделей та регулювати її: проте відносна стабільність профілів відповідей не означає наявності справжніх рис чи переживань. Психолог повинен розуміти можливості й обмеження таких інструментів, не делегувати їм діагностику і не передавати чутливі дані стороннім сервісам без згоди та гарантій захисту.

Дослідження особистості в умовах війни. Війна створює унікальні умови для вивчення стійкості, копінгу, моральної травми та ідентичності, але вимагає особливої етичної чутливості. Українські дослідники адаптують та стандартизують інструменти (наприклад, шкалу симптомів моральної травми), вивчають копінг-поведінку військових та цивільних і розлади адаптації. Основні принципи: безпека учасників, можливість відмови, конфіденційність, відсутність додаткового навантаження, використання результатів для допомоги, співпраця з практиками.

Професійна ідентичність і особистісний розвиток майбутнього психолога. Особистість психолога є одним із головних інструментів допомоги: якість терапевтичних стосунків, зокрема емпатія, помірно, але надійно пов’язана з результатами. Тому професійний розвиток охоплює знання, навички, супервізію й особистий розвиток (самопізнання, рефлексію, власну терапію, піклування про себе). Професійна ідентичність формується в процесі навчання й практики та включає ціннісні орієнтації (повага до гідності,

чесність, відповідальність), розуміння меж компетентності та готовність навчатися впродовж життя.

Підсумок теми. Дослідження особистості потребує чітких методологічних принципів, добору методів відповідно до мети, перевірки надійності й валідності та дотримання етичних вимог. Наскрізні ідеї: особистість – результат взаємодії біологічних, соціальних і особистих чинників; вона є стабільною та водночас змінюваною; її вивчення потребує кількох методів і поваги до людини. Ці знання створюють основу для професійної роботи в клінічній, реабілітаційній та екстремальній психології.

Структура студентської наукової роботи. Курсова або кваліфікаційна робота з особистості зазвичай включає: вступ (актуальність, мета, завдання, об’єкт і предмет, методи); теоретичний розділ (аналіз сучасних джерел, визначення понять, огляд підходів); емпіричний розділ (вибірка, методики, процедура, результати, обговорення); висновки з практичними рекомендаціями; список використаних джерел. Особлива увага приділяється відповідності методів меті та етичним вимогам, чесному описові обмежень і правильному оформленню джерел за чинним стандартом.

Етичні ризики застосування алгоритмів в оцінюванні особистості. Автоматизований аналіз текстів та поведінки в мережі може давати ймовірнісні оцінки рис, але має обмеження: упередженість навчальних даних, непрозорість моделей, відсутність інформованої згоди, ризик використання для маніпуляції та дискримінації. Тому будь-яке застосування таких методів у психологічній практиці потребує прозорої мети, мінімізації даних, захисту конфіденційності, можливості для людини дізнатися про оцінку та оскаржити її, а також перевірки валідності для конкретної групи.

Особистісний розвиток майбутнього фахівця: план дій. Для студента корисно скласти план на навчальний рік: визначити сильні сторони й зони розвитку; обрати два–три напрями (наприклад, регуляція емоцій, спілкування в групі, критичне мислення); добрати практики (участь у тренінгах,

супервізійних групах, волонтерських проєктах під керівництвом); запланувати перевірку прогресу (самооцінка, відгук наставника). Такий план стає практичним кроком від теоретичного знання до особистісного та професійного розвитку.

Ключові поняття теми: *методологічні принципи; добір методів; надійність; валідність (змістова, критеріальна, конструктна); розмір ефекту; норми; етичні вимоги; інформована згода; конфіденційність; академічна доброчесність; опитувальники; соціальна бажаність; проєктивні методики; біографічний і наративний підхід; спостереження; експертні оцінки; цифрові сліди; психологічний портрет; висновок і рекомендації; інтегративний підхід; генетика поведінки; відтворюваність; цифрова особистість; штучний інтелект; дослідження в умовах війни; професійна ідентичність психолога.*

Питання для самоперевірки

1. Які принципи покладено в основу дослідження особистості і як добирають методи?
2. Що таке надійність і валідність та які їхні види?
3. Чому важливо розрізняти статистичну значущість і розмір ефекту?
4. Які етичні вимоги до дослідження та практики психолога, що таке академічна доброчесність?
5. У чому переваги й обмеження опитувальників, проєктивних, наративних методів, спостереження та цифрових слідів?
6. Яка структура психологічного портрета і висновку та які вимоги до них?
7. Які сучасні тенденції у вивченні особистості (інтеграція, відтворюваність, штучний інтелект) і яке значення має професійна ідентичність психолога?