

Ясин М.И.¹, Колпачников В.В.¹ Категория «открытость опыту» в психологическом консультировании и психодиагностике

Yasin M.I.¹, Kolpachnikov V.V.¹ The category of “openness to experience” in psychological counseling and psychodiagnostics

¹ Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Россия

В статье произведен сравнительный анализ конструктов открытости опыту в академической и практической психологии. Целью работы является описание сходных черт и различий двух конструктов, описание областей их пересечения. В результате теоретического анализа установлено, что в практической консультативной психологии открытость опыту рассматривается как способность осознавать и признавать разнообразный, и даже противоречивый опыт, умение интегрировать представления в ситуациях противоречия и как основа здорового функционирования личности. В академической психологии, во многом опирающейся на тестовую психодиагностику, открытость опыту связывают со способностью выдерживать ситуацию неопределенности и/или двойственности, способностью интегрировать новые и противоречивые сведения, минимизацией предубеждений и стереотипов, творческим процессом и когнитивной гибкостью. В работе показано сходство конструктов в академической и практической психологии, а в качестве отличий показаны разные способы получения знаний. Проведенное сопоставление понимания и исследований открытости опыту в практической психологии и психодиагностическом тестировании иллюстрирует возможность их продуктивного взаимодополнения и взаимодействия как для более полного исследования психологических феноменов, так и для повышения обоснованности и эффективности психологической практики.

Ключевые слова: открытость опыту, психологическое консультирование, когнитивная закрытость, толерантность к неопределенности, нетерпимость к двойственности, потребность в когнитивной структуре

Введение

В современной психологии обозначилось расхождение двух направлений – академической исследовательской психологии и практической консультативной – и эти два русла реки никак не могут обрести целостность [Василюк, 1992]. Даже словарь двух психологий во многом отличается: теоретику удивительно смотреть на разнообразие и противоречивость психотерапевтических «мифов» практических школ. Для психолога-консультанта, психолога-психотерапевта, оказываются сухими, неинформативными и никак не применимыми на практике термины, конструкты и цифры теоретической психологии.

Это расхождение и необходимость воссоединения «двух психологий» для совершенствования практической психологической помощи и научной психологии, отмечалось неоднократно [Василюк, 1992; Исурина, 2017; Петровский, Андреева, 2018]. Однако этот поиск единства продолжается: сравнительно недавно возникло понятие «доказательной психологической психотерапии», в которой пытаются обосновать критерии и методы оценки эффективности психологической помощи [McCrae., Costa, 1989; Liszewska, Urbańska, 2019; Sijbrandij et al., 2020], а открытые исследовательской психологией тенденции могут быть осознанно и управляемо использованы в психологическом консультировании и психотерапии [Hayes, 1989]. Преодоление разрыва между научной и практической психологией должно привести к большей теоретической непротиворечивости и практической эффективности.

Проблема исследования

Рассматривая вопрос об эффективности психологической терапии с точки зрения человекоцентрированного подхода, мы отмечаем, что К. Роджерс связывал с положительными, позитивными изменениями в жизни клиента такой процесс, как открытость опыту. Открытость опыту может служить ключом к пониманию механизмов терапии, а также быть хорошим прогностическим признаком.

Мы обратили внимание, что в практической психологии многие авторы упоминают схожие, по сути, процессы, то есть многие практики наблюдают открытость опыту, и данное понятие выходит за рамки только человекоцентрированного подхода, может быть сквозным для многих школ практической психологии. Также мы отметили, что в исследовательской психологии, во многом опирающейся на психодиагностику, есть ряд исследований с измерением «открытости опыту», но способы операционализации здесь отличаются.

В рамках данной работы мы проводим сравнительный анализ конструктов открытости опыту

Ясин М.И., Колпачников В.В. Категория «открытость опыту» в психологическом... психодиагностическом тестировании и открытости опыту практической психологии, ставим целью описать области их пересечения, сходные черты и различия, намечаем некоторые возможные направления для дальнейшего научного поиска.

Мы видим целесообразным сопоставление двух пониманий «открытости опыту» для того, чтобы возможно было в психологическом консультировании увереннее опираться на данные психологических исследований, сама терапия могла иметь доказательность в виде валидных измерительных методов.

Процедура и методика исследования

Понятие «открытости опыту» в психологическом консультировании

Понятие открытости опыту было введено в консультативную психологию К. Роджерсом. Открытость опыту К. Роджерс рассматривал как нормальное функционирование здоровой личности [Роджерс, 2017: 125-126], а блокирование или отрицание опыта – как то, что сопровождается психологическими проблемами. В описании «седьмой стадии психотерапии» К. Роджерс подробно раскрывает умение открыто принимать опыт, как «базовое доверие к своим внутренним процессам» [Роджерс, 2017: 108], ощущение потока, осмысленности, осознанности, свободного взаимодействия с другими и ответственности за свою жизнь [Роджерс, 2017: 111]. Психологическую помощь он рассматривал как процесс увеличения этой открытости: в процессе психотерапии «можно помочь им (клиентам) измениться в сторону большей открытости опыту» [Роджерс, 2017: 160]. Именно признание разнообразного, порой противоречивого опыта и возможности выбора или интеграции представлений в ситуациях противоречия, по К. Роджерсу, характеризует полноценно функционирующую личность. Задача психолога – помочь человеку увидеть «различные аспекты своего опыта, столкнуться с глубокими противоречиями» [Роджерс, 2017: 75] и, в конечном счете, признать, осознать и принять эту информацию о себе. При этом К. Роджерс подчеркивает, что психотерапия – это творческий процесс, осуществляемый самим клиентом при поддержке психотерапевта, то есть процесс принятия опыта – это творческий поиск [Роджерс, 2017: 226-228]. При этом работа самого терапевта требует полноценного проявления открытости опыту для принятия клиента и проявления конгруэнтности – обязательных условий успешного психотерапевтического процесса [Колпачников, 2014].

Ряд направлений психологической психотерапии описывает явления, близкие к открытости опыту, приведем здесь в качестве примеров некоторые такие описания. Близкие к роджерсианским взгляды мы находим в практической психологии у многих психологов.

Ясин М.И., Колпачников В.В. Категория «открытость опыту» в психологическом...
Ф. Перлз рассматривает психологическую терапию как «творческую интеграцию опыта», постоянное овладение новым опытом и включение этого опыта в «гештальт», как целостное проживание [Перлз, 2015: 11]. У невротической личности при встрече с реальностью огромное количество энергии уходит на сопротивление и отрицание, человек закрывается от новизны привычными моделями мышления и поведения, прячется за общепринятые установки. При нормальном функционировании личности человек способен проживать новизну, эта новизна может быть неожиданной и ранящей, она может разрушать некоторые сложившиеся схемы, но творческая интеграция позволяет принять и включить новый опыт в представления о себе и своей жизни [Перлз, 2015: 32-34].

В своем авторском психотерапевтическом направлении «логотерапия» В. Франкл также акцентирует внимание на значении для гармоничной жизни принятия опыта. Любой неприятный опыт, ошибка, болезнь и страдание – есть урок и возможность. Задача терапевта помочь человеку увидеть этот урок, пользу, содержащуюся в любой жизненной ситуации, и включить ее в систему собственных смыслов, то есть понять и принять этот опыт, интегрировать его в систему собственной жизни. В противоположность этому, избегание опыта непродуктивно. Так, В. Франкл разработал оригинальную методику работы с фобиями. Он писал: «бегство от страха методом избегания ситуации, вызывающей страх» ведёт к раскручиванию страха по спирали. Метод парадоксальной интенции опирается на то, что избавиться от страха можно, максимально полно встретившись с ним [Франкл, 2018: 41]. Проживание страха как опыта оказывается человеку по силам, в отличие от психологического заикливания на постоянном избегании страха.

Психотерапия И. Ялома выстроена на дихотомии человеческой потребности в безопасности и нескольких базовых «предельных экзистенциальных напряжений». Столкновение с ними и вызываемый ими внутренний конфликт рассматриваются как неизбежные. Поиск безопасности вызывает выстраивание системы психологических защит, но те, в свою очередь, «неизменно ограничивают рост и возможности опыта» [Ялом, 2008: 35]. К примеру, состояние свободы нередко вызывает ужас, так как свобода страшна «отсутствием внешней структуры» и «вступает в конфликт с нашей потребностью в почве и структуре» [Ялом, 2008: 32]. Но, желая приобрести свободу, мы должны уметь действовать в ситуациях бесструктурной неопределенности. То есть нормальное функционирование личности основано на том, насколько человек может продвинуться в сторону «небезопасного» и встретиться с «экзистенциальной проблемой».

Проживание опыта и открытость опыту, рассматриваемые как основа нормального психологического функционирования, и противопоставляемые им избегание и отрицание опыта, впервые четко были обозначены в период активного развития «психологии третьей волны», иначе называемой гуманистической психологией. Позже идеи открытости опыту были более детально и структурированно представлены в работах психологов, развивавших идеи когнитивно-поведенческой психотерапии.

В «Когнитивной терапии» Дж. Бек основное внимание уделено глубинным убеждениям и автоматическим мыслям. Глубинные убеждения – это жесткие предустановки, которые организуют восприятие опыта в определенном, однозначно заданном ключе. Автоматические мысли – наработанные и закреплённые стереотипы мышления, которые включаются без осознания. Если глубинные убеждения и автоматические мысли имеют негативный оттенок, это приводит к формированию психологических проблем у человека. Когнитивная терапия направлена на помощь клиенту в осознании проблемной зоны и лежащих за ней установок и мыслей. Затем осуществляется ограничение проблемной зоны и поиск или формирования другого, позитивного, или нейтрального опыта. Если говорить кратко, в понимании когнитивной терапии проблемой является стереотип, а терапией – переход к более богатому и разнообразному реальному опыту жизни. Нормально функционирующая личность воспринимает опыт во всем многообразии, а не сталкивается постоянно с собственным стереотипом [Бек, 2006].

Согласно теории автора рационально-эмотивной терапии А. Элиса, психическое здоровье обязательно включает такие психологические качества, как терпимость к другим людям и к себе, принятие неопределенности, гибкость. С другой стороны, негибкие установки, абсолютистские иррациональные идеи и попытки отрицать опыт или избегать его – признаки невроза. Терпимость предполагает, что человек может спокойно относиться к отличным от его точкам зрения, поведению и образу жизни других людей. Он способен пережить собственную ошибку и простить ошибку другому. В этих умениях отчетливо прослеживается открытость опыту, так как даже неприятный опыт не исключается, но может быть интегрирован в картину жизни. Принятие неопределенности трактуется как способность столкнуться с неожиданным, непредвиденным и неуправляемым, при этом не испугаться, но принять этот опыт как захватывающее приключение [Эллис, 2002: 172-175]. Гибкость предполагает способность принять «бесконечное разнообразие людей, идей и вещей в окружающем мире» [Эллис, 2002: 174].

Ясин М.И., Колпачников В.В. Категория «открытость опыту» в психологическом... «Диалектическая поведенческая терапия» М. Линехан построена на положении о том, что «западный» способ мышления, построенный на оппозициях и однозначности, в реальных жизненных ситуациях может приводить к сложности интеграции жизненного опыта [Dimeff, Linehan, 2001]. Опыт, осознаваемый в дуальных категориях, сопровождается конфликтом и нервным напряжением, которое автор так и называет «диалектическим напряжением». Психотерапевтический метод М. Линехан состоит в том, чтобы, подводя клиента к этим конфликтующим оппозициям, помогать ему избавляться от ригидных конструкций, стереотипов мышления, тупиковой однозначности поведения, и раскрывать в нем более спонтанные и гибкие паттерны мышления и поведения. [Linehan, 1993]

В «Терапии принятия и ответственности» (Acceptance Commitment Therapy, АСТ) ключевым является понятие психологической гибкости. Один из основоположников этого терапевтического подхода, Р. Хэррис, определяет психологическую гибкость как совокупность процессов когнитивного разделения, принятия, контакта с настоящим, позиции наблюдателя, следования ценностям. Он призывает проживать опыт полностью, независимо от того, оказывается ли он принятым или нет. Источником психологических проблем этот автор считает попытки избежать некоторых эмоций, мыслей и чувств, а терапию рассматривает как «развитие способности принимать нежелательные субъективные переживания» [Harris, 2006]. В концепции Р. Хэрриса мы так же видим призыв к более полному принятию опыта и интеграции его, вне зависимости от «знака», в структуру теперь более полного опыта личности.

Психологи-практики описывают явления, принадлежащие к полю «открытости опыту» как желательные для полноценного, здорового функционирования человека и успешного психотерапевтического процесса, а отрицание или избегание опыта как признак психологической дисфункции. Открытость опыту связывается с контактом с реальностью, терпимостью к неопределенности и оппозициям, способностью к интеграции и творчеством. Избегание опыта ассоциируется со стереотипизацией, ригидностью, невозможностью принять другого человека и другой опыт, невротичностью и страхами. В практической психологии открытость опыту чаще рассматривается как процесс, а как качество – скорее вторично, как некоторая склонность воспринимать опыт тем или иным способом.

Понятие «открытости опыту» в психодиагностическом тестировании

Р.Р. МакКрай и А.Р. Сутин отмечают, что открытость опыту – понятие, которому наиболее сложно дать точное толкование: определения встречаются довольно пространные,

Ясин М.И., Колпачников В.В. Категория «открытость опыту» в психологическом... концептуализация вызывает много споров. Однако они же отмечают рост количества определений и публикаций на эту тему, так как есть представление, что указанный конструкт может помочь объяснить широкий ряд эмпирических данных. [McCrae, Sutin, 2009]. Одноименная роджерсианской категория «открытость опыту» была введена в состав «большой пятерки», предложенной психологами Р. МакКрае и П. Коста для того, чтобы обобщить и укрупнить наиболее часто встречающиеся в психологии измерения. У нас есть основания утверждать, что конструкт Р. МакКрае и П. Коста под тем же названием появился независимо, так как авторы ни разу не ссылаются на К. Роджерса, но ссылаются на работы академической линии психологии, которую мы имели возможность проследить [Ясин, 2020].

Открытость опыту Р. МакКрае и П. Коста описывают как черту, характеризующую стремление к необычным идеям, разнообразию, новому опыту, творчеству, независимости. Она противопоставляется таким чертам, как: консервативность и предпочтение готовых отработанных процедур, упорство, а порой – догматизм и замкнутость. [McCrae, Costa, 1989].

Проблемное поле открытости опыту на сегодняшний день достаточно хорошо исследовано в академической психологии, и включает ряд близких по смыслу конструктов, таких как: когнитивная закрытость и избегание когнитивной закрытости, толерантность к неопределенности и избегание неопределенности, нетерпимость к двойственности, потребность в когнитивной структуре [Ясин, 2020]. Сходство описываемых явлений можно проследить как по их определениям, так и в результате сравнительных количественных измерений.

Исторически осмысление проблемы в академическом ключе восходит к работе Э. Френкель-Брунsvик, в которой автор рассматривала терпимость к неопределенности как познавательную составляющую амбивалентных эмоций и признак внутреннего конфликта [Frenkel-Brunswick, 1949]. Соответственно, интолерантность означает отрицание амбивалентности. Согласно определению Р. Халльмана, толерантность к неопределенности – это «способность человека принимать конфликт и напряжение, которые возникают в ситуации двойственности, противостоять несвязности и противоречивости информации, принимать неизвестное, не чувствовать себя неуютно перед неопределенностью» [Hallman, 1967]. Т.В. Корнилова сопоставляет толерантность к неопределенности с интолерантностью к неопределенности. Толерантность к неопределенности можно обозначить как «тенденцию воспринимать неопределенные ситуации как желательные», а интолерантность – как «тенденцию воспринимать их как источник угрозы» [Корнилова, 2010].

На русский язык термин «Intolerance of uncertainty» переводится несколькими способами, как «избегание неопределенности», «непереносимость неопределенности», «нетерпимость к неопределенности». «Непереносимость неопределённости» сосредотачивается на эффекте, производимом на индивида неопределённой информацией, в то время как «стремление к когнитивной закрытости» отмечает индивидуальные предпочтения в отношении неопределённости.

Когнитивная закрытость – это часть когнитивного процесса, которая направлена на отсеечение лишней, противоречивой и мешающей информации, целью которой является получение однозначного вывода или принятие единственно верного решения. По определению А. Круглянки, это процесс, помогающий получить однозначный ответ и избежать двусмысленности [Kruglanski, Webster, 1996]. А. Круглянки подчеркивает роль мотивационной активности субъекта при поиске или избегании информации, то есть переносит акцент с ситуационных составляющих на субъектность самого человека [Kruglanski, 1989].

«Непереносимость неопределённости» однонаправленна и лишь отмечает большую или меньшую непереносимость, однако «стремление к когнитивной закрытости» может иметь положительный и отрицательный эффект в зависимости от ситуации, отмечается в работе Н. Розен и соавторов [Rosen et al., 2013].

Потребность в когнитивной структуре определяется как предпочтение использовать когнитивное структурирование для достижения определенности. По мнению Й. Бар-Тал, люди склонны создавать когнитивные структуры и упорядочивать данные при избегании неопределенности. Людям свойственно переструктурировать, исказить или частично воспринимать информацию, чтобы достичь комфортного для себя уровня когнитивной структурированности [Bar-Tal, 1994]. Данная модель позволяет связать стремление к упорядоченности и конкретные механизмы ее достижения, к которым относятся стереотипизация, категоричность, эвристики, частичная обработка сообщения [Bar-Tal, 2002]. Несколько лет спустя Й. Бар-Тал и А. Гуиноте ввели понятие «способность достигать когнитивной структуры», под которой понимается степень, в которой люди могут использовать процессы обработки информации в соответствии с их уровнем потребности в когнитивной структуре [Bar-Tal, 2002].

Эмпирически проверенная модель, описывающая сочетание потребности в когнитивной структуре и способности достигать когнитивной структуры, показала, что эти два фактора работают отдельно, но их эффекты накладываются. На пересечении этих направляющих решаются такие вопросы, как: способность решать противоречия методом избегания информации или примирения противоположностей, а также индивидуальная склонность к обобщениям и стереотипизации [Bar-Tal, 2002]. Описанные конструкты в академической психологии измеряются при помощи тестов, сравнивая результаты которых также можно судить об общности изучаемого явления, представленного с несколько различных сторон при определении и измерении.

В настоящий момент уже известно, что толерантность к неопределенности значимо позитивно связана с показателями открытости к опыту и экстраверсии в «большой пятерке», что показано в мета-анализе, произведенном М.В. Злобиной. Автор также указывает, что открытость к опыту и экстраверсия совместно предсказывали толерантность к неопределенности [Злобина, 2019]. Определения когнитивной закрытости и интолерантности к неопределенности схожи, также похожи многие вопросы внутри соответствующих тестов, считают Х. Биренбаум и коллеги [Berenbaum et al., 2008]. А многие параметры когнитивной закрытости тесно связаны положительными корреляционными связями с избеганием неопределенности [Berenbaum et al., 2008]. Согласно исследованию Т.В. Корниловой, толерантность к неопределенности, измеренная различными тестами, имеет значительные позитивные корреляции между собой и значительную отрицательную корреляцию со шкалой интолерантности к неопределенности [Колпачников, 2014]. Понятия открытости опыту из «большой пятерки», когнитивной закрытости и избегания когнитивной закрытости, толерантности к неопределенности и избегания неопределенности, нетерпимости к двойственности, потребности в когнитивной структуре принадлежат к единому полю, описываемому с разных сторон общее явление.

Сопоставление понятий

Попытки сопоставить сходство двух конструктов открытости опыту – пришедших из академической и практической психологии – предпринимаются, однако эти упоминания носят сугубо сопроводительный характер. Толерантность к неопределенности Т.Б. Корнилова сравнивает с описанием «психологически разумных» людей в динамических подходах психотерапии. Согласно описаниям, они «способны переносить неопределенность, присущую терапевтическому процессу, способны к пониманию многовариантности перспектив» [Корнилова, 2010: 77]. Отмечая по большей части проблемную сторону вопроса, С. Хэйз и

Ясин М.И., Колпачников В.В. Категория «открытость опыту» в психологическом... коллеги показали, что закрытость опыту есть целостный и сложный феномен, который можно выявить при помощи психологических измерений, с одной стороны, а с другой, закрытость опыту в психотерапии затрудняет процесс работы за счет того, что препятствует любым изменениям [Hayes et al., 1996]. Эта же рабочая группа несколькими годами позднее предложила практический инструмент для определения закрытости опыту, который рекомендуют использовать в психотерапевтической и клинической практике [McCurry, 2004]. Избегание опыта или блокирование опыта приводят к таким проблемам, как скука, одиночество, беспокойство, депрессия, алкогольная или наркотическая зависимость [Hayes, 1998]. В противоположность этому, принятие сложного жизненного опыта, его положительная переоценка и принятие ответственности являются не просто частью совладающего поведения, но приводят к личностному росту и позитивному приросту ресурсов. Как показывает современная психологическая практика, этот процесс может быть не просто зафиксирован, но строго операционализирован и измерен.

Сопоставление представлений об открытости опыту в психологических исследованиях и психологическом консультировании обобщены нами в таблице 1.

Таблица 1

Сходства и отличия понятий «открытости опыту» в практической психологии и психодиагностике

Сходства
<p>Открытость опыту связывается с:</p> <ul style="list-style-type: none"> - открытостью разнообразию реального опыта; - минимизацией предубеждений и стереотипов; - способностью выдерживать ситуацию неопределенности и/или двойственности; - способностью интегрировать новые и противоречивые сведения; - творческим процессом; - когнитивной гибкостью. <p>Закрытость опыту связывается с:</p> <ul style="list-style-type: none"> - внутренним конфликтом и отрицательными эмоциями; - повышенной невротичностью, тревогой; - ригидностью и стереотипами, как психологической защитой.
Отличия

Психодиагностическое тестирование	Практическая консультативная психология
<ul style="list-style-type: none"> - создание теоретического конструкта, операционализация и измерения; - основаны на данных исследований больших выборок (предпочтительно рандомных); - детализированное описание, при котором два смежных конструкта различаются нюансами; - дедуктивная исследовательская стратегия; - открытость рассматривается как личностная черта и как ситуационно-зависимое качество. 	<ul style="list-style-type: none"> - метод наблюдения и обобщения данных психологом-консультантом; - на материале психотерапевтических сессий; - описательное представление, которое описывает целостный феномен; - индуктивная исследовательская стратегия; - открытость опыту рассматривается и как процесс, и как черта, способствующая психологической адаптивности.

Конструкт «открытость опыту» и в исследовательской психологии, и в практической психологии рассматривается как гарант качественного контакта с реальностью, а закрытость опыту – как основа стереотипов (в психодиагностическом тестировании), и основа вытеснения и иных защитных механизмов (в практической психологии). Сходство так же обнаруживается в связи открытости опыту с возможностью изменений и принятием нового, а закрытости – с ригидностью и стагнацией. И в академической, и в практической психологии основой закрытости считают информационный конфликт, который вызывает неприятные эмоции, что и приводит к избеганию опыта. А открытость опыту, в свою очередь, связывается с терпимостью к неопределенности и оппозициям, способностью к интеграции и творчеством.

Отличия же определяются методологией получения этих знаний. Для академической психологии характерно создание теоретического конструкта, затем операционализация его через эксперимент или разработку психологического опросника, а затем – измерения. При изучении открытости опыту с помощью опросников анализ производится на данных больших выборок, предпочтительно рандомных. Проблемное поле открытости опыту содержит ряд весьма схожих понятий, которые, однако немного различаются в определениях, высвечивают разные грани одного явления. Такой план исследований соответствует дедуктивной стратегии – «от общего к частному». В ряде исследований открытость опыту рассматривается, как личностная черта, в других же – как ситуационно-зависимое качество. Открытость опыту не рассматривается как «хорошее или плохое» качество, для ряда процессов закрытость опыту

Ясин М.И., Колпачников В.В. Категория «открытость опыту» в психологическом... является ценной и необходимой чертой.

Для практической психологии свойственен другой подход к получению знания – прежде всего, это наблюдения, производимые психологом в ходе консультативной работы, и их обобщение. Основой служит материал психотерапевтических сессий. При этом ценные результаты могут быть получены даже в ходе работы с одним клиентом, обобщения наблюдений ряда случаев являются ценными, но не обязательными. Данные представляются описательно, представляется целостный феномен и все подмеченные стороны явления. Это соответствует индуктивной исследовательской стратегии – «от частного к общему». При этом открытость опыту рассматривается прагматически: как черта, способствующая психологической адаптивности и изменениям в ходе психотерапевтического процесса.

На наш взгляд, исследования открытости опыту и в исследовательской, и в практической психологии, имеют ряд существенных сходных черт, подтверждающих их объективную идентичность, но описанную разными способами. При этом, в практической психологии акцент сделан на процессуальную сторону открытости опыту, а в исследовательской – открытость рассматривается как психологическая черта.

Так как в практической психологии и психодиагностическом тестировании исследования открытости опыту велись достаточно автономно, для нас представляет интерес простроить всю последовательность: от теоретических описаний открытости опыту, через некоторые критерии оценки открытости опыту консультантами, к строго формализованным средствам измерения – психодиагностическим шкалам.

Частично эта работа выполнена: нами исследованы качественные критерии, по которым психологи-консультанты определяют открытость опыту в экспериментальной ситуации [Ясин et al., 2022]. Предстоит определить, соотносятся ли, и если да, то насколько точно соответствуют, эти экспертные оценки психологов результатам психологических измерений.

Заключение

Современная консультативная психология движется в направлении большей доказательности и обоснованности своих методов. Объединение академической исследовательской психологии и консультативной психологической практики закономерно ведет к объединению и уточнению понятийного аппарата.

Представления об открытости опыту и ее роли в психологии личности на протяжении длительного времени развивались относительно автономно в практической психологии и психодиагностике. Несмотря на совпадение терминов, они имеют разные происхождение и историю, некоторые акценты в понимании явления.

В своем анализе и сопоставлении нам удалось показать, что конструкты «открытости опыту» и в исследовательской психологии, и в психологическом консультировании весьма схожи и описывают общий ряд явлений. Открытость опыту рассматривают как способность воспринимать события или информацию и успешно интегрировать их в структуру представлений о своем жизненном опыте и мире. Открытость опыту связывают со способностью выдерживать ситуацию неопределенности и/или двойственности, способность интегрировать новые и противоречивые сведения, минимизацией предубеждений и стереотипов, творческим процессом и когнитивной гибкостью. Закрытость опыту, как противоположное качество, связывают с таким рядом явлений как: внутренний конфликт и вызванные им отрицательные эмоции, повышение невротичности, тревога, психологические защиты, ригидность и стереотипы.

Специфика консультативной психологии состоит в том, что открытость опыту чаще рассматривается как процесс, и только вторично – как черта и склонность.

Дальнейшие исследования проблемного поля открытости опыту могут быть построены в форме изучения эффективности психологической консультативной работы и личностных изменений в зависимости от измеряемой открытости опыту, исследования факторов воздействия на уровень открытости опыту с целью дальнейшего использования этих знаний в психотерапевтической работе.

Проведенное нами сопоставление понимания и исследований открытости опыту в практической и академической психологии иллюстрирует возможность их продуктивного взаимодополнения и взаимодействия как для более полного исследования психологических феноменов, так и для повышения обоснованности и эффективности психологической практики.

Литература

Бек Дж.С. Когнитивная терапия: полное руководство: Пер. с англ. - М.: ООО И.Д.

Ясин М.И., Колпачников В.В. Категория «открытость опыту» в психологическом...
Вильямс. 2006. 400 с.

Василюк Ф.Е. От психологической практики к психотехнической теории // Московский психотерапевтический журнал. 1992. № 1 (1). С. 15-32.

Злобина М.В. Взаимосвязь толерантности и интолерантности к неопределенности и черт большой пятерки // Reflexio. 2019. Т. 12. № 1. С. 91-114. DOI: 10.25205/2658-4506-2019-12-1-91-114.

Исурина Г.Л. Психотерапия и психологическое консультирование как виды клинико-психологического вмешательства // Медицинская психология в России. 2017. Т. 9. № 3 (44). С. 4. [Электронный ресурс]. – URL: <http://mprj.ru> (дата обращения: 12.04.2020).

Колпачников В.В. Психотехническая система клиентоцентрированной психотерапии // Консультативная психология и психотерапия. 2014. № 3. С. 80-92.

Корнилова Т.В. Новый опросник толерантности-интолерантности к неопределенности // Психологический журнал. 2010. № 1 (31). С. 74-86.

Перлз Ф. Теория гештальт-терапии. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2015. 320 с.

Петровский В.А., Андреева А.И. Критерии ценности научного факта: опыт персонологической наукометрии // Мир психологии. 2018. № 3 (95). С. 224-232.

Роджерс К. Становление личности: взгляд на психотерапию, М.: ИОИ 2017. 240 с.

Франкл В. Теория и терапия неврозов. Введение в логотерапию и экзистенциальный анализ. – М.: Альпина нон-фикшн, 2018. 344 с.

Эллис А. Гуманистическая психотерапия: Рационально-эмоциональный подход / Пер. с англ. - М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. 272 с.

Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. – М.: Римис, 2008. 608 с.

Ясин М.И., Колпачников В.В. Категория «открытость опыту» в психологическом...

Ясин М.И., Гайнова А.С., Жданова П.Р., Игнатьева Я.В., Колпачников В.В. Оценка психологами открытости опыту в ходе консультативной беседы // Мир психологии. 2022. № 1 (108). С. 52-62.

Ясин М. Концепция когнитивной закрытости: история и смежные понятия // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. №1. С.174-182.

Bar-Tal Y. The effect on mundane decision-making in the need and ability to achieve cognitive structure // European Journal of Personality. 1994. Vol. 8(1). P. 45-58. DOI: 10.1002/per.2410080105.

Bar-Tal Y., Guinote A. Who exhibits more stereotyping thinking? The effect of need and ability to achieve cognitive structure on stereotyping // European Journal of personality. 2002. Vol. 16. P. 313-331. DOI: 10.1002/per.453.

Berenbaum H., Bredemeier K., Thompson R. Intolerance of uncertainty: Exploring its dimensionality and associations with need for cognitive closure, psychopathology, and personality // Journal of Anxiety Disorders, 2008. Vol. 22, P. 117–125.

Dimeff L. Linehan M.M. Dialectical Behavior Therapy in a Nutshell // The California Psychologist. 2001. Vol. 34(3). P. 10-13.

Frenkel-Brunswik E., Intolerance of ambiguity as an emotional and perceptual personality variable // Personality. 1949. Vol. 18 (1). P. 108–143.

Hallman R.J. The Necessary and Sufficient Conditions of Creativity // Creativity: Its Educational Implications / Eds. J.C. Gowan et al. N.Y.: Wiley, 1967.

Harris R. Embracing your demons: an overview of acceptance and commitment therapy // Psychotherapy in Australia: journal. 2006. Vol. 12 (4). P. 3-8.

Hayes S. C. Dissemination research now // The Behavior Therapist. 1998. Vol. 21. P. 166-169.

Hayes S. C., Wilson K. G., Strosahl K., Gifford E. V., Follette V. M., Strosahl K. Experiential

Ясин М.И., Колпачников В.В. Категория «открытость опыту» в психологическом...
Avoidance and Behavioral Disorders: A Functional Dimensional Approach to Diagnosis and
Treatment // Journal of Consulting and Clinical Psychology. 1996. Vol. 64. P. 1152-1168. DOI:
10.1037/0022-006X.64.6.1152.

Kruglanski A.W. Lay epistemics and human knowledge: Cognitive and motivational bases. New
York: Springer, 1989. 282 p.

Kruglanski A.W., Webster D.M. Motivated closing of the mind: “seizing” and “freezing” //
Psychological Review. 1996. Vol. 103. P. 263-283.

Linehan M.M. Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder, 1993. – New-
York: The Guilford Press. 579 p.

Liszewska, N., Urbańska, L. Cognitive-behavioral therapy for patients with PTSD after experiences
of intimate partner violence — review of therapy programs // Psychoterapia. 2019. Vol. 188(1). P. 19-
28.

Lopez F. J. C., Valdivia S. Towards Alternative Criteria for the Validation of Psychological
Treatments // International Journal of Psychology and Psychological Therapy. 2007. Vol. 7 (3). P.
347-363.

McCrae R. R., Costa, P. T. Jr The structure of interpersonal traits: Wiggins's circumplex and the Five-
Factor Model // Journal of Personality and Social Psychology. 1989. Vol. 56. P. 586–595.

McCrae R. R., Sutin A. R. Openness to experience. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), Handbook
of individual differences in social behavior. The Guilford Press. 2009. pp. 257–273.

Mccurry S. M., Hayes S. C., Strosahl K., Karekla M. Measuring experiential avoidance: A
preliminary test of a working model // The Psychological record. 2004. Vol. 54(4). P. 553-578.

Petrovsky A.V., Petrovsky V.A. The categorical system of psychology. An experience of constructing
a theory of theories in psychology // Psychology. Journal of the Higher School of Economics. 2018.
Vol. № 4(15). P. 626-644.

Rosen N.O., Ivanova E., Knäuper B., Differentiating intolerance of uncertainty from three related but
distinct constructs // Anxiety, Stress & Coping An International Journal. 2013. Vol. 27(1). P. 1-19.

Ясин М.И., Колпачников В.В. Категория «открытость опыту» в психологическом...
DOI: 10.1080/10615806.2013.815743.

Sijbrandij, M., Horn, R., Esliker, R., (...), de Jong, J., Ager, A. The effect of psychological first aid training on knowledge and understanding about psychosocial support principles: A cluster-randomized controlled trial // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2020. Vol. 17(2). P. 484.

Поступила в редакцию: 17 октября 2021 г. Дата публикации: 31 октября 2022 г.

Сведения об авторах

Ясин Мирослав Иванович. Аспирант школы психологии, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ), ул. Мясницкая, 20, 101000 Москва, Россия.

E-mail: nadsaw@yandex.ru

Колпачников Вениамин Валентинович. Кандидат психологических наук, доцент Департамент психологии, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ), ул. Мясницкая, 20, 101000 Москва, Россия.

E-mail: vkolpachnikov@hse.ru

Ссылка для цитирования

Ясин М.И., Колпачников В.В. Категория «открытость опыту» в психологическом консультировании и психодиагностике. Психологические исследования. 2022. Т. 15, № 85. С. 1. URL: <https://psystudy.ru>

Адрес статьи: <https://doi.org/10.54359/ps.v15i85.1230>

Ясин М.И.¹, Колпачников В.В.¹ Категория «открытость опыту» в психологическом консультировании и психодиагностике

Yasin M.I.¹, Kolpachnikov V.V.¹ The category of “openness to experience” in psychological counseling and psychodiagnostics

¹ National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia

The current article is aimed to compare the constructs of openness to the experience within academic psychology and practical psychology. Specifically, similarities and differences between the two constructs, as well as the areas of their intersection are described. Within practical psychology the openness to experience is defined as the ability to recognize and acknowledge diverse and even contradictory experience; the ability to integrate ideas in situations of contradiction; and the basis for healthy mental functioning. Within academic psychology the openness to experience is associated with the ability to withstand a situation of uncertainty and / or duality; the ability to integrate new and conflicting information; the ability to reduce the effect of biases and stereotypes; the creative process and cognitive flexibility. In academic psychology, openness to experience represents one of the Big Five personality traits. There are similarities identified between the constructs, whereas the differences between them relate to the way of obtaining knowledge. Comparative analysis of openness to experience constructs in academic and practical psychology aims to contribute to the interactive complementarity of the two. This will perhaps allow for more extensive investigation of the phenomena as well as for higher measures of psychological practice validity and effectiveness.

Keywords: openness to experience, psychological counseling, cognitive closure, tolerance for uncertainty, ambiguity intolerance, the need for cognitive structure

References

Bek J.S., Kognitivnaya terapiya: polnoe rukovodstvo: Per. s angl. [Cognitive Therapy: A Complete Guide] - Moscow: OOO I.D. Vil'yams. 2006. 400 p. (in Russian)

Ellis A. Gumanisticheskaya psikhoterapiya: Ratsional'no-emotsional'nyi podkhod / Per. s angl [Humanistic Psychotherapy: A Rationally Emotional Approach]. – Moscow: Izd-vo EKSMO-Press, 2002. 272 p. (in Russian)

Frankl V. Teoriya i terapiya nevrozov. Vvedenie v logoterapiyu i ekzistentsial'nyi analiz [On the Theory and Therapy of Mental Disorders. An Introduction to Logotherapy and Existential Analysis.]. – Moscow: Al'pina non-fikshn, 2018. 344 p. (in Russian)

Isurina G.L. Psikhoterapiya i psikhologicheskoe konsul'tirovanie kak vidy kliniko-psikhologicheskogo vmeshatel'stva [Psychotherapy and psychological counselling as clinical and psychological intervention]. Meditsinskaya psikhologiya v Rossii [Medical psychology in Russia]. 2017. T. 9. № 3 (44). P. 4. [Electronic resource]. - URL: <http://mprj.ru> (accessed date: 04/12/2020). (in Russian)

Kolpachnikov V.V. Psikhotekhnicheskaya sistema klientotsentrirovannoi psikhoterapii [Psychotechnical system of the client-centered psychotherapy]. Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]. 2014. № 3. P. 80-92. (in Russian)

Kornilova T.V. Novyi oprosnik tolerantnosti-intolerantnosti k neopredelennosti [Tolerance-intolerance of ambiguity new questionnaire]. Psikhologicheskii zhurnal [Psychological journal]. 2010. № 1(31). P. 74-86. (in Russian)

Perlz F. Teoriya geshtal't-terapii [Gestalt therapy theory]. – Moscow: Institut obshchegumani-tranykh issledovaniy, 2015. 320 p. (in Russian)

Petrovskii V.A., Andreeva A.I. Kriterii tsennosti nauchnogo fakta: opyt personologicheskoi naukometrii [Criteria of value of scientific fact: experience of personological scientometry]. Mir psikhologii [World of psychology]. 2018. № 3 (95). P. 224-232. (in Russian)

Rodzhers K., Stanovlenie lichnosti: vzglyad na psikhoterapiyu [On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy.], Moscow: IOI 2017. 240 p. (in Russian)

Vasilyuk F.E. Ot psikhologicheskoi praktiki k psikhotekhnicheskoi teorii [From psychological practice to psychotechnical theory]. Moskovskii psikhoterapevticheskii zhurnal [Moscow Psychotherapeutic Journal]. 1992. № 1 (1). P. 15-32. (in Russian)

Yalom I. Ekzistentsial'naya psikhoterapiya [Existential psychotherapy.]. – Moscow: Rimis, 2008. 608 p. (in Russian)

Yasin M.I., Gajnova A.S., Zhdanova P.R., Ignateva Ya.V., Kolpachnikov V.V. Ocenka psihologami otkrytosti opytu v hode konsultativnoj besedy [Psychologist's assessment of openness to experience during a counseling conversation] // Mir psikhologii [World of psychology] 2022. № 1 (108). P. 52-62.

(in Russian)

Yasin M. Kontsepsiya kognitivnoi zakrytosti: istoriya i smezhnye ponyatiya [Cognitive closure concept: history and relevant notions]. Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika [Vestnik of kostroma state university. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics]. 2020. №1. P.174-182. (in Russian)

Zlobina M.V. Vzaimosvyaz' tolerantnosti i intolerantnosti k neopredelennosti i chert bol'shoi pyaterki [The relationship between tolerance and intolerance of ambiguity and big five personality traits]. Reflexio. 2019. T. 12. № 1. P. 91-114. DOI: 10.25205/2658-4506-2019-12-1-91-114 (in Russian)

Bar-Tal Y. The effect on mundane decision-making in the need and ability to achieve cognitive structure. European Journal of Personality. 1994. Vol. 8(1). P. 45-58. DOI: 10.1002/per.2410080105

Bar-Tal Y., Guinote A. Who exhibits more stereotyping thinking? The effect of need and ability to achieve cognitive structure on stereotyping // European Journal of personality. 2002. Vol. 16. P. 313-331. DOI: 10.1002/per.453

Berenbaum H., Bredemeier K., Thompson R. Intolerance of uncertainty: Exploring its dimensionality and associations with need for cognitive closure, psychopathology, and personality. Journal of Anxiety Disorders, 2008. Vol. 22, P. 117–125.

Dimeff L. Linehan M.M. Dialectical Behavior Therapy in a Nutshell // The California Physiologist. 2001. Vol. 34(3). P. 10-13.

Frenkel-Brunswik E., Intolerance of ambiguity as an emotional and perceptual personality variable. Personality. 1949. Vol. 18 (1). P. 108–143.

Hallman R.J. The Necessary and Sufficient Conditions of Creativity // Creativity: Its Educational Implications / Eds. J.C. Gowanet al. N.Y.: Wiley, 1967.

Harris R. Embracing your demons: an overview of acceptance and commitment therapy. Psychotherapy in Australia: journal. 2006. Vol. 12 (4). P. 3-8.

Hayes S.C. Dissemination research now. *The Behavior Therapist*. 1998. Vol. 21. P. 166-169.

Hayes S.C., Wilson K.G., Strosahl K., Gifford E.V., Follette V.M., Strosahl K. Experiential Avoidance and Behavioral Disorders: A Functional Dimensional Approach to Diagnosis and Treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1996. Vol. 64. P. 1152-1168. DOI: 10.1037/0022-006X.64.6.1152

Kruglanski A.W. *Lay epistemics and human knowledge: Cognitive and motivational bases*. New York: Springer, 1989. 282 p.

Kruglanski A.W., Webster D.M. Motivated closing of the mind: “seizing” and “freezing”. *Psychological Review*. 1996. Vol. 103. P. 263-283.

Linehan M.M. *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*, 1993. – New-York: The Guilford Press. 579 p.

Liszewska, N., Urbańska, L. Cognitive-behavioral therapy for patients with PTSD after experiences of intimate partner violence — review of therapy programs. *Psychoterapia*. 2019. Vol. 188(1). P. 19-28.

Lopez F.J.C., Valdivia S. Towards Alternative Criteria for the Validation of Psychological Treatments. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 2007. Vol. 7 (3). P. 347-363.

McCrae R.R., Costa P.T.Jr. The structure of interpersonal traits: Wiggins's circumplex and the Five-Factor Model. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. Vol. 56. P. 586–595.

McCrae R.R., Sutin A.R. Openness to experience. In M.R. Leary & R.H. Hoyle (Eds.), *Hand-book of individual differences in social behavior*. The Guilford Press. 2009. pp. 257–273.

McCurry S.M., Hayes S.C., Strosahl K., Karekla M. Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The Psychological record*. 2004. Vol. 54(4). P. 553-578.

Petrovsky A.V., Petrovsky V.A. The categorical system of psychology. An experience of constructing a theory of theories in psychology. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*. 2018. Vol. № 4(15). P. 626-644.

Rosen N.O., Ivanova E., Knäuper B., Differentiating intolerance of uncertainty from three related but distinct constructs. *Anxiety, Stress & Coping An International Journal*. 2013. Vol. 27(1). P. 1-19. DOI: 10.1080/10615806.2013.815743

Sijbrandij, M., Horn, R., Esliker, R., (...), de Jong, J., Ager, A. The effect of psychological first aid training on knowledge and understanding about psychosocial support principles: A cluster-randomized controlled trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. Vol. 17(2). P. 484.

Information about authors

Yasin M.I. Graduate student in Doctoral School of Psychology, Faculty of Social Sciences, National Research University Higher School of Economics, ul. Myasnitskaya, 20, 101000 Moscow, Russia.

E-mail: nadsaw@yandex.ru

Kolpachnikov V.V. PhD (Psychology), Associate Professor, Faculty of Social Sciences, Centre for Fundamental and Consulting Personology, National Research University Higher School of Economics, ul. Myasnitskaya, 20, 101000 Moscow, Russia.

E-mail: vkolpachnikov@hse.ru

To cite this article

Yasin M.I., Kolpachnikov V.V. The category of “openness to experience” in psychological counseling and psychodiagnostics. *Psikhologicheskie Issledovaniya*, 2022, Vol. 15, No. 85, p. 1. <https://psystudy.ru>