

РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ  
МОСКОВСКИЙ ПСИХОЛОГО-СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

---

# МИР ПСИХОЛОГИИ

*Научно-методический журнал*

№ 3 (87)

Июль — сентябрь



Москва  
2016

Зарегистрирован Федеральной службой по надзору  
в сфере связи, информационных технологий  
и массовых коммуникаций  
(Роскомнадзором)

Свидетельство ПИ № ФС77-62454 от 27 июля 2015 г.

*Журнал входит в перечень ведущих рецензируемых научных журналов  
и изданий, рекомендованных ВАК при Минобрнауки России*

**Главный редактор**

*Э. В. Сайко*

**Заместитель главного редактора**

*С. К. Бондырева*

**Члены редакционной коллегии:**

*Ш. А. Амонашвили, О. С. Анисимов, А. Г. Асмолов, А. А. Деркач,  
Ю. П. Зинченко, В. А. Пономаренко, В. М. Розин,  
В. В. Рубцов, В. М. Тиктинский-Шкловский,  
С. Д. Максименко (Украина, Киев),  
Michael Cole (Майкл Коул) (USA, San Diego La Jolla),  
Serena Veggetti (Серена Веджетти) (Italy, Roma),  
Gerhard Witzlack (Герхард Витцлак) (Bundesrepublik Deutschland,  
Berlin)*

В. Ю. Костенко, Д. А. Леонтьев

## Взгляд на себя со стороны: роль рефлексии и самодетерминации в развитии личности<sup>1</sup>

Статья освещает результаты эмпирического исследования уровня личностного развития в его связи с особенностями рефлексии и самодетерминации личности. В качестве методов исследования применялись Тест неоконченных предложений Вашингтонского университета, Дифференциальный тест рефлексии, Тест-опросник личностной зрелости Ю. З. Гильбуха, Тест самодетерминации, Русскоязычный опросник каузальных ориентаций, Дифференциальный опросник переживания одиночества. В ходе двух этапов исследования с участием респондентов в возрасте от 14 до 25 лет ( $N = 426$ ) были выявлены положительные связи уровня личностной зрелости с такими позитивными феноменами, как системная рефлексия, самодетерминация, внутренняя (автономная) каузальная ориентация. В то же время неконструктивные формы рефлексии, внешняя и безличная каузальная ориентация, оказываются не связанными с личностным развитием. Единственным значимым предиктором развития личности в краткосрочной перспективе (13 мес.), а также медиатором связи открытости опыту с уровнем развития личности, по данным исследования, оказывается системная рефлексия как способность и склонность к взгляду на себя со стороны, осознанию себя в контексте ситуации и осуществляемой деятельности.

**Ключевые слова:** развитие личности, рефлексия, личностная зрелость, развитие эго, самодетерминация.

Всякая теория личности имеет своим пределом личность зрелую, требования к которой продиктованы и ядром теории, и господствующими в обществе идеями, и конкуренцией со стороны других теорий. Многочисленные попытки психологического определения личностной зрелости, начиная с работ К. Г. Юнга и Г. Олпорта 1930-х гг., не привели пока к построению убедительной и признанной теории. Тем не менее можно говорить о достаточно широком консенсусе в отношении описательных характеристик зрелой личности. *Зрелая личность — это человек, который демонстрирует высокий уровень адаптации без проявления конформизма, глубокие и прочные отношения с другими людьми в отсутствие психологической зависимости от этих отношений, богатство внутренней жизни, высокий уровень самосознания* и т. д. Ключевыми и дискуссионными остаются вопросы: *почему* (для чего) и *как* (какими путями) личность достигает своих вершин?

В данной статье представлены попытки эмпирического исследования личностной зрелости с учетом некоторых ограничений предыдущих исследований. Нами была поставлена цель — *выявить существенные корреляты и значимые предикторы личностного развития*. При этом контекст исследования задан по меньшей мере двумя теоретическими проблемами.

Первая из них касается *операционализации конструкта личностной зрелости*. Большинство подходов, выстроивших портрет зрелой личности, представляли процесс вызревания как последовательный, стадийный. Однако до эмпирического уровня была доведена лишь малая часть теорий. Современная наука позволила преодолеть некоторые ограничения, связанные с диагностикой этих сложнейших процессов, а ориентация на измерение дифференциальных конструктов открыла возможности более точного понимания имеющихся взаимосвязей. Наиболее успешной попыткой создать *уровневую* теорию развития личности и соответствующий ей валидный и надежный измерительный инструмент можно считать подход Дж. Левинджер [8; 21], используемый в данном исследовании.

<sup>1</sup> Работа выполнена при поддержке гранта РГНФ, проект № 14-36-01035 «Роль внутреннего диалога и саморефлексии в личностной саморегуляции, самоотношении и саморазвитии».

Вторая проблема касается *споров потенциализма и экзистенциализма* [4]. Потенциализм (К. Гольдштейн, А. Маслоу, К. Роджерс) утверждает идею изначально заложенных в организме врожденных потенций, которые самостоятельно разворачиваются при наличии способствующих условий. Этому противостоит экзистенциализм (Р. Мэй, В. Франкл), для которого *возможности развития многовариантны* и его пути определяются *выборами самого субъекта*. Данное исследование ставит задачу рассмотреть эту дилемму на эмпирическом уровне.

Несмотря на склонность авторов теории развития эго к целостному, холистическому пониманию этого конструкта, уровень развития эго оказывается связанным с развитием более частных механизмов. Одним из таких механизмов, по мнению многих авторов, является механизм *рефлексии* [27; 28]. В то же время рефлексия сама по себе не является целостным феноменом. Некоторые формы рефлексии, такие как руминация, скорее выступают как факторы, препятствующие дальнейшему развитию [25]. В качестве возможного решения этой проблемы была предложена *дифференциальная модель рефлексии* [5; 10]. Модель различает несколько возможных фокусов направленности сознания: одну конструктивную (системную рефлексю) и две непродуктивных (квазирефлексию и интроспекцию) формы рефлексии, благодаря чему становится возможным более глубокое и адекватное изучение этого феномена. Системная рефлексия в данной модели отражает *способность самодистанцироваться* в различных ситуациях, *анализировать собственное состояние и поведение других людей с различных точек зрения*. Квазирефлексию отличает уход фокуса сознания от актуальной ситуации, отражение несущественных деталей, а также тенденция к частым размышлениям в условном залоге («что было бы, если...»). Третий компонент модели, самокопание (интроспекция), отражает уже упомянутую склонность к руминации — повышенному вниманию к собственным негативным переживаниям и возможным нежелательным последствиям собственных действий.

Еще одна группа возможных предикторов уровня личностной зрелости вытекает из положений теории самодетерминации [15; 30]. В частности, с более высокими уровнями развития связана автономная каузальная ориентация — нахождение источников активности в собственных выборах и решениях, в противовес внешним давлениям и амотивации — размытой причинности [7].

**Цели и гипотезы исследования.** Опираясь на дифференциальную модель рефлексии и теорию развития личности Дж. Левинджер [21], мы ставим своей целью определить, *как личностная структура, механизмы самодетерминации и рефлексии связаны с личностной зрелостью* и какие факторы могут выступить в качестве предикторов личностной зрелости в период юношества. Для достижения поставленных целей мы выдвигаем, в частности, следующие исследовательские **гипотезы**: 1) уровень личностной зрелости будет положительно связан с *уровнем самодетерминации* и автономной каузальной ориентацией; 2) личностная зрелость будет положительно связана с системной рефлексией и отрицательно — с квазирефлексией и интроспекцией; 3) системная рефлексия и открытость опыту (параметр «Большой пятерки» личностных черт) окажутся значимыми предикторами уровня личностной зрелости.

### *Исследование 1*

#### *Связь личностной зрелости и параметров самодетерминации личности*

##### **Выборка и процедура исследования**

В исследовании приняло участие 167 человек, студентов факультетов медиакоммуникаций, экономики и психологии московского вуза в возрасте от 18 до 23 лет ( $M = 21.2$ ). Доля участников мужского пола составила 28 %. Про-

цедура исследования предполагала заполнение бумажных версий опросников в условиях учебных аудиторий, а также онлайн-формы опросников для части выборки. Участие в исследовании было добровольным и не предполагало вознаграждения.

### **Инструменты**

Для диагностики *личностной зрелости* использовался *Тест-опросник личностной зрелости Ю. З. Гильбуха* [14]. Методика содержит 33 пункта с выбором одного из семи номинативных ответов по каждому пункту (например, «В отношении доверия к людям я придерживаюсь того принципа, что...», «Мое отношение к миру в целом состоит в том, что...»). Эта методика в свое время не прошла полной психометрической апробации, однако использовалась в некоторых исследованиях. Предварительный психометрический анализ [3] продемонстрировал, что для исследовательских задач целесообразно использовать в качестве измеряемой переменной только общий показатель личностной зрелости.

Для диагностики параметров *самодетерминации* использовался *Тест самодетерминации Е. Н. Осина* [26] — модификация *Шкалы самодетерминации К. Шелдона* [29]. К оценке предлагается 12 пар утверждений (например, «Обычно я свободно делаю то, что я хочу — Я часто занимаюсь делами, которые выбрал не я», «Чаше всего я делаю то, чего хочу я сам — Чаше всего я делаю то, чего от меня хотят другие люди»), для каждой из которых представлена пятибалльная шкала по форме семантического дифференциала. Методика предполагает подсчет общего балла и значений по двум субшкалам — автономии в процессах принятия решения и самовыражения как способности выбрать и достичь желаемого.

Кроме того, для дифференцированного измерения феномена самодетерминации в исследовании также использовался *Русскоязычный опросник каузальных ориентаций* [2]. Методика состоит из 26 пунктов (например, «Вы собираетесь купить себе новый костюм. Самым главным критерием при выборе для Вас будет...», «Впереди Вас без очереди влезает человек. В ответ Вы...»), каждый из которых предлагает оценить по семибалльной шкале три суждения, описывающие возможные реакции на определенную ситуацию. Вычисляются баллы по трем шкалам: 1) шкале внутренней (автономной) каузальной ориентации, связанной с чувством самодетерминации и компетентности в ситуации выбора; 2) шкале внешней каузальной ориентации, измеряющей склонность к принятию решений, основанных не на внутренних потребностях, а на внешних импульсах и критериях; 3) шкале безличной каузальной ориентации, измеряющей склонность личности проявлять автоматическое, шаблонное поведение в ситуации выбора.

Для диагностики *рефлексии* в исследовании использовался *Дифференциальный тест рефлексии (ДТР)* [10], состоящий из 30 пунктов, измеряющих три ортогональных показателя: системную рефлекссию (как способность к самодистанцированию), квазирефлексию (как форму рефлексии, направленную на объект, не имеющий отношения к актуальной жизненной ситуации) и интроспекцию (как склонность к самокопанию, руминации). Пункты (например, «Я обычно задумываюсь о причинах того, что со мной происходит», «Мне легко увлечься посторонними мыслями») оцениваются по четырехбалльной шкале.

### **Результаты и обсуждение**

**Описательная статистика.** В таблице 1 приведены показатели средних значений, стандартных отклонений и надежности по каждой шкале для всей выборки и для юношей и девушек отдельно.

Описательные статистики переменных исследования 1 (N = 167)

Показатели	Девушки		Юноши		Все участники		
	М	SD	М	SD	М	SD	Альфа Кронбаха
1. Личностная зрелость	22.99	17.62	24.33	16.34	23.36	17.23	0.69
2. Самодетерминация — общий показатель	42.50	9.09	45.00	9.18	43.19	9.15	0.85
3. Самодетерминация — автономия	15.36	3.69	15.87	3.30	15.50	3.58	0.83
4. Самодетерминация — самовыражение	9.71	3.07	10.63	3.21	9.96	3.13	0.88
5. Внутренняя каузальная ориентация	143.48	20.29	139.63	28.02	142.42	22.66	0.80
6. Внешняя каузальная ориентация	98.17	24.44	92.07	27.87	96.49	25.49	0.79
7. Безличная каузальная ориентация	92.65	23.26	79.89	25.09	89.14	24.38	0.81
8. ДТР — системная рефлексия	38.56	5.55	37.57	6.70	38.29	5.88	0.78
9. ДТР — квазирефлексия	26.52	5.70	24.80	5.43	23.87	6.01	0.83
10. ДТР — интроспекция	24.77	5.92	21.52	5.69	26.05	5.67	0.83

**Корреляционный анализ.** Полученные в исследовании 1 результаты корреляционного анализа (табл. 2) частично подтверждают выдвинутые гипотезы. Показатели личностной зрелости оказываются статистически значимо связанными со всеми показателями самодетерминации, а среди каузальных ориентаций значимая связь обнаружена для показателя внутренней каузальной ориентации ( $r = 0.36, p < .001$ ). Отрицательные значимые связи с параметрами внешней и безличной каузальной ориентаций обнаружены не были.

Данные свидетельствуют в пользу независимости внешней и безличной мотивации от процессов личностной зрелости. Это согласуется и с данными современных исследований, в которых *автономная (внутренняя) каузальная ориентация* оказывается *положительно связанной с самооценкой, уровнем развития эго, самоактуализацией*. При этом внешняя и безличная каузальные ориентации демонстрируют положительные связи с негативными личностными процессами (тревожность, самоунижение, склонность к депрессии) и практически не демонстрируют отрицательные связи с позитивными процессами [32].

Показатели рефлексии и личностной зрелости оказались связанными: системная рефлексия обнаруживает значимую положительную связь ( $r = .29, p < .001$ ), в то время как интроспекция обнаруживает значимую отрицательную связь ( $r = -.32, p < .001$ ) с личностной зрелостью. Квазирефлексия оказывается не связанной с личностной зрелостью в данной выборке. Результаты позволяют выдвинуть дальнейшие гипотезы для более подробного изучения отношений между личностной зрелостью и рефлексией, а также связи личностной зрелости с базовыми чертами личности.

Результаты корреляционного анализа исследования 1

Показатели	r								
	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Личностная зрелость	.442**	.394**	.467**	.360**	-.100	-.131	.290**	-.059	-.324**
2. Самодетерминация — общий показатель	—	.795**	.818**	.294**	-.045	-.277**	.133	-.315**	-.501**
3. Самодетерминация — автономия		—	.587**	.287**	.027	-.122	.124	-.215**	-.400**
4. Самодетерминация — самовыражение			—	.231**	-.052	-.223**	.108	-.315**	-.385**
5. Внутренняя каузальная ориентация				—	.523**	.273**	.311**	.020	-.151
6. Внешняя каузальная ориентация					—	.665**	.014	.152*	.156*
7. Безличная каузальная ориентация						—	-.049	.239**	.385**
8. ДТР — системная рефлексия							—	.240**	.006
9. ДТР — квази-рефлексия								—	.334**
10. ДТР — интроспекция									—

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .001$ .

### Исследование 2

#### Дисперсионный, путевой и регрессионный анализ параметров личностной зрелости и рефлексии

##### Выборка и процедура исследования

К исследованию были привлечены участники развивающей подмосковной Летней школы для студентов и школьников, организованной журналом «Русский репортер». Участники школы проходили тщательный отбор. Возраст респондентов варьировал от 14 до 25 лет ( $M = 20.03$ ,  $SD = 3.92$ ), а общий размер выборки составил 259 человек, в том числе 67 % участников женского пола. Респонденты заполняли печатные версии опросников в условиях учебных аудиторий. Участие в исследовании было добровольным, в качестве вознаграждения респонденты получали памятный значок участника исследования. Авторы благодарят Г. Тарасевича и С. Скарлош за неоценимую помощь в организации исследования, А. Фемина — за содействие в сборе данных, Д. А. Астрецова и Е. Н. Осина — за ценную помощь в первичной обработке данных.

## Инструменты

Для диагностики *личностной зрелости* использовалась русская версия *Методики неоконченных предложений Вашингтонского университета (НПВУ)* [6; 18]. Инструмент содержит 36 неоконченных предложений (например, «Быть вместе с другими людьми...», «Когда люди беспомощны...»), которые предлагается закончить в форме открытого ответа. В данном исследовании использовалась сокращенная версия методики из первых 18 пунктов [22]. Методика предполагает диагностику восьми последовательных стадий развития личности: стадии импульсивной, самозащиты, конформизма, самосознания, совестливости, индивидуалистической, автономной и интегрированной. Кодировщик анализирует ответы в соответствии с руководством и присваивает протоколу тот или иной уровень развития эго (от *E2* до *E9*). Кодирование результатов производилось в групповом обсуждении 3—4 экспертами, имеющими опыт работы с методикой.

Для диагностики *особенностей рефлексивного самоотношения* во втором исследовании также применялся *Дифференциальный тест рефлексии (ДТР)*. Кроме того, использовалась русскоязычная адаптация *Шкалы внутренней диалоговой активности П. Олеся (ШВД)* [1]. Методика состоит из 26 пунктов, измеряющих три аспекта внутреннего диалога. Пункты шкалы внутреннего диалога (например, «Иногда я веду дискуссию со своим подлинным Я») измеряют общую склонность индивида к ведению внутренних диалогов. Две другие шкалы измеряют конструктивную и неконструктивную форму внутреннего диалога. Шкала внутреннего мира (например, «Иногда, готовясь к разговору с кем-то, я заранее репетирую его в уме») отражает тенденцию к конструированию мысленных миров, а также возможных сценариев взаимодействия с другими людьми. Шкалу внутреннего конфликта составляют пункты, так или иначе связанные с внутренними противоречиями, негативными и деструктивными внутренними диалогами (например, «Диалоги, которые я веду в мыслях, мучают меня»).

В исследовании также применялся *Дифференциальный опросник переживания одиночества (ДОПО)* [13]. 24 пункта краткой версии методики сгруппированы в три шкалы, для оценки каждого пункта предлагаются четыре варианта ответа. Шкала общего одиночества отражает степень актуального ощущения одиночества, нехватки близкого общения с другими людьми (например, «Я чувствую себя одиноким», «Люди вокруг меня, но не со мной»). Шкала зависимости от общения измеряет степень неприятия одиночества, неспособности оставаться одному (например, «Когда рядом со мной никого нет, я испытываю скуку»). Пункты шкалы позитивного одиночества измеряют способность человека находить ресурс в уединении, творчески использовать его для самопознания и саморазвития (например, «Я люблю оставаться наедине с самим собой»).

Для изучения *личностных черт* применялся *опросник BFQ-2-R* [12; 31]. Методика измеряет пять базовых черт (экстраверсия, открытость опыту, совестливость, нейротизм, доброжелательность), а также фактор социальной желательности. Пункты методики (например, «Мне нравится быть среди людей», «Я человек не очень амбициозный») предлагается оценить по пятибалльной шкале.

## Результаты и обсуждение

**Описательная статистика.** Данные описательной статистики показателей, измеренных в исследовании 2, приведены в табл. 3.

Описательные статистики переменных исследования 2 (N = 259)

Шкала	Девушки		Юноши		Все участники		
	М	SD	М	SD	М	SD	Альфа Кронбаха
1. ДТР — системная рефлексия	40.31	5.27	39.78	6.38	40.25	5.42	0.78
2. ДТР — квазирефлексия	28.97	5.27	26.56	5.69	28.67	5.38	0.83
3. ДТР — интроспекция	26.47	5.55	24.42	4.76	26.22	5.49	0.83
4. ШВД — внутренний диалог	3.47	.92	3.04	.98	3.41	.94	0.94
5. ШВД — внутренний мир	3.75	.75	3.51	.84	3.72	.77	0.92
6. ШВД — внутренний конфликт	2.66	.93	2.22	.75	2.60	.92	0.90
7. ДОПО — общее одиночество	2.20	.82	2.32	.72	2.22	.81	0.87
8. ДОПО — зависимость от общения	2.37	.86	2.60	.97	2.40	.88	0.86
9. ДОПО — позитивное одиночество	3.86	.60	3.65	.72	3.83	.62	0.81
10. Большая пятерка — экстраверсия	3.51	.61	3.43	.63	3.50	.61	0.88
11. Большая пятерка — нейротизм	2.67	.76	3.14	.79	2.73	.79	0.91
12. Большая пятерка — открытость опыту	4.19	.47	4.00	.44	4.16	.47	0.86
13. Большая пятерка — совестливость	3.29	.66	3.37	.60	3.29	.66	0.87
14. Большая пятерка — доброжелательность	3.93	.50	3.83	.48	3.91	.50	0.87
15. Большая пятерка — социальная желательность	2.47	.55	2.42	.56	2.46	.55	0.81

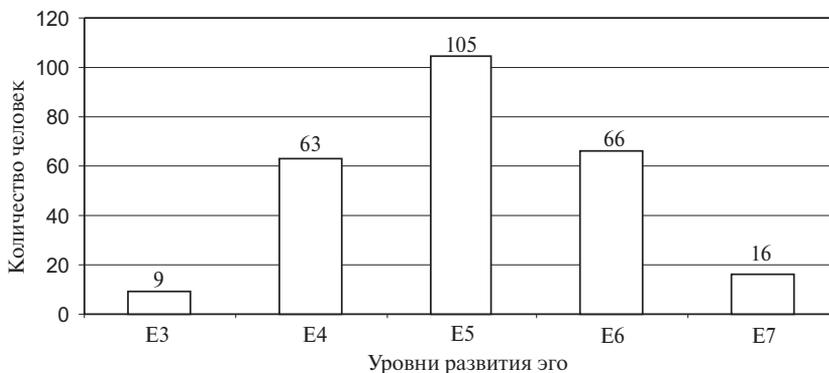


Рис. 1. Результаты кодирования стадии развития эго (N = 259) по методике НПВУ: E3 — стадия самозащиты; E4 — конформизма; E5 — самосознания; E6 — совестливости; E7 — индивидуалистическая

На рисунке 1 изображены результаты кодирования протоколов по методике НПВУ. Для данной группы респондентов стадия *E5* оказалась модальной, что является нормой для выборки городского населения [17]. Количество респондентов уровня *E3* (самозащиты) оказалось небольшим, и они были исключены из дальнейшего анализа.

**Дисперсионный анализ.** Проверка различий средних значений методом ANOVA осуществлялась с помощью программного обеспечения SPSS 22.0. В качестве фактора выступил уровень развития эго от стадии *E4* (конформизма) до *E7* (индивидуалистической). Полученные данные продемонстрировали значимые отличия в средних для переменных системной рефлексии [ $F(3,246) = 9.76, p < .000$ ], конструктивного внутреннего диалога [ $F(3,242) = 2.55, p = .05$ ], позитивного одиночества [ $F(3,244) = 3.10, p = .028$ ] и открытости опыту [ $F(3,246) = 4.22, p = .006$ ].

Результаты дисперсионного анализа подтверждают влияние конструктивных и позитивных механизмов на развитие личности, в то время как неконструктивные феномены оказываются не связанными с личностной зрелостью. Помимо уже отмеченного на предыдущем этапе влияния системной рефлексии, подтвержденного и во второй серии исследования, отчетливо проявляют себя позитивное одиночество и конструктивный внутренний диалог. В отличие от негативного переживания общего одиночества и зависимости от общения, позитивное одиночество отражает склонность личности использовать уединение в качестве ресурса для самопознания и саморазвития. В то же время среди особенностей внутреннего диалога только фактор *внутреннего мира*, отражающий конструктивную направленность внутренних диалогов, проявляет себя как связанный с уровнем развития эго.

**Путевой анализ.** Полученные в ходе двух серий исследования данные позволили обобщить результаты в виде структурной модели. В основу модели были положены данные: 1) о различиях средних значений для параметров рефлексии в зависимости от уровня развития эго; 2) о связи рефлексивных процессов с личностной зрелостью и 3) о связи личностной зрелости с открытостью опыту. Кроме того, были учтены результаты корреляционного анализа переменных исследования 2, в ходе которого обнаружилось; 4) отрицательные связи параметров квазирефлексии и интроспекции с эмоциональной устойчивостью, а также 5) положительная связь системной рефлексии с открытостью опыту.

Устойчивая путевая модель, полученная с помощью программного обеспечения Mplus 7.3, представлена на рис. 2. Статистики согласия модели с данными оказались удовлетворительными ( $\chi^2 = 270.44; df = 14; RMSEA = .073$ ; 90 %-ный доверительный интервал для  $RMSEA = .022-.124, CFI = .97$ ). Кроме того, была проверена гипотеза о *медиаторной роли системной рефлексии* по отношению к связи открытости опыту и уровня личностной зрелости (уровня развития эго). Непрямые эффекты оказались статистически значимыми ( $p < .001$ ).

Полученная путевая модель демонстрирует две возможные траектории рефлексивных процессов в их связи с личностной зрелостью. Системная рефлексия опосредует прямую связь открытости опыту с уровнем развития эго. Другие же, неконструктивные, формы рефлексии оказываются не связанными с уровнем развития личности и обнаруживают на себе влияние нейротизма. Можно предположить, что нейротизм оказывает негативное влияние на направленность рефлексивных процессов, сдвигая их с предмета интенциональной активности на самого себя, что приводит к уходу с траекто-

рии личностного развития на стагнирующие траектории. Любопытно при этом роль квазирефлексии. По данным первого исследования, она оказалась не связанной с личностной зрелостью, здесь же мы видим, что она амбивалентна: с одной стороны, она связана с открытостью опыту и, по-видимому, с расширением жизненных отношений, что является одним из аспектов зрелости [11]. С другой стороны, она отрицательно связана с самодетерминацией и положительно — с безличной причинностью (см. табл. 2). По-видимому, для человека с доминированием квазирефлексии мир, с одной стороны, широк и разнообразен, с другой — неструктурирован и неконтролируем.

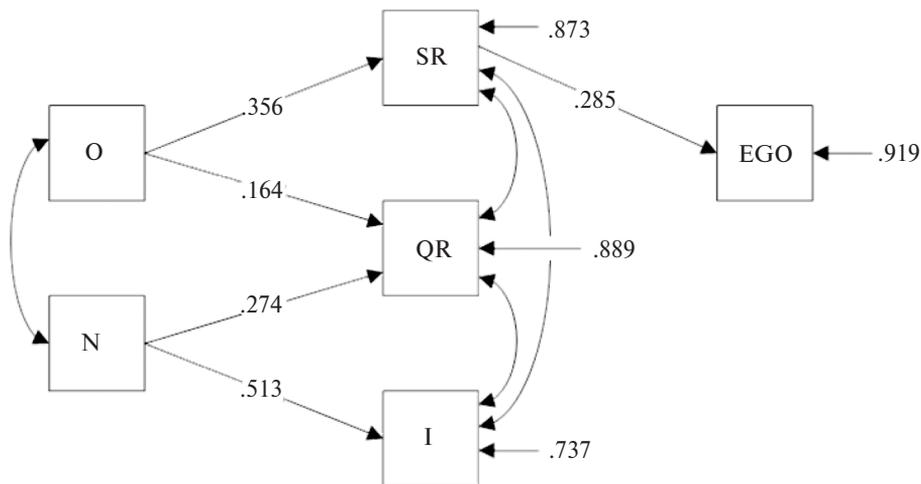


Рис. 2. Путевая модель связей личностных черт, рефлексии и уровня развития эго  
( $N = 259$ ,  $\chi^2 = 270.44$ ;  $df = 14$ ;  $RMSEA = .073$ ;  $CFI = .97$ );

$O$  — открытость опыту;  $N$  — нейротизм;  $SR$  — системная рефлексия;  $QR$  — квазирефлексия;  $I$  — интроспекция (самокопание);  $EGO$  — уровень развития эго

**Регрессионный анализ.** В дополнение к собранным данным мы провели отсроченное исследование, выборку которого составила часть респондентов, оставивших адрес своей электронной почты в анкетных данных. Посредством рассылки электронных писем респондентам было предложено ответить на вопросы методики НПВУ в онлайн-форме в удобное для них время. Отсроченная серия проводилась спустя 1 год и 1 месяц после завершения основной серии исследования 2. Количество респондентов, откликнувшихся на приглашение к исследованию и ответивших на вопросы, составило 67 человек.

Регрессионный анализ продемонстрировал удовлетворительное качество предсказания [ $F(2,65) = 9.234$ ,  $p < .001$ ,  $R^2 = .22$ ]. Единственным значимым предиктором уровня развития эго для исследованного периода в данной выборке оказалась системная рефлексия ( $\beta = .23$ ,  $p = .034$ ).

Полученные данные частично подтверждают выдвинутые гипотезы. Системная рефлексия сопровождает и, вероятно, поддерживает личностные изменения. В то же время ожидаемое влияние такой *черты личности*, как открытость опыту, на развитие личности не нашло подтверждения в третьей серии исследования. Опираясь на данные второй серии исследования, можно предположить, что в более долгосрочной перспективе открытость опыту все же проявит себя в качестве значимого предиктора.

## Заключение

В соответствии с данными нашего исследования позитивные и конструктивные параметры рефлексии и самодетерминации оказываются положительно связанными с личностным развитием и поддерживают его. В качестве таких механизмов в данном случае выступили системная рефлексия, самодетерминация личности, внутренняя (автономная) каузальная ориентация, позитивное одиночество и конструктивный внутренний диалог. В то же самое время механизмы личностной зрелости оказались независимы от внешней и безличной каузальной ориентации, непродуктивных форм рефлексии — квазирефлексии и интроспекции, негативного внутреннего диалога, чувства общего одиночества и зависимости от общения. Полученные данные согласуются с общими положениями позитивной психологии, в исследованиях которой демонстрируется, что позитивные процессы зачастую выступают позитивными предикторами развития, в то время как негативные процессы негативными предикторами развития не оказываются, оставаясь не связанными с феноменами оптимального функционирования личности [9].

Открытость опыту как личностная диспозиция, по всей видимости, требует механизма, который осмысляет и конструктивно преобразовывает этот опыт, направляя ее в сторону все большего усложнения личности на пути ее зрелости. Таким медиатором, по данным нашего исследования, выступила *системная рефлексия — способность и склонность к взгляду на себя со стороны, осознанию себя в контексте ситуации и осуществляемой деятельности*. Среди множества измеренных нами параметров именно она оказалась и единственным устойчивым предиктором уровня личностной зрелости в среднесрочной временной перспективе. Такие результаты свидетельствуют в пользу предположения о *ведущей роли процессов самосознания и самопознания в развитии личности в период юношества и старше* [27; 29] и подчеркивают роль открытости опыту в качестве личностной черты, поддерживающей личностные изменения [16; 19; 20] и повышение роли самодетерминации в них.

В то же время подтверждается и отмеченное многими исследователями воздействие на личность неконструктивных форм рефлексии, таких как руминация [23; 24]. Данные путевого анализа демонстрируют, что неконструктивные формы рефлексии (квазирефлексия и интроспекция) испытывают влияние эмоциональной нестабильности и оказываются по меньшей мере независимыми от личностного развития.

К ограничениям данного исследования необходимо отнести состав выборки. Как уже было отмечено, уровень *E5* (самосознания) оказался модальным, по нашим данным, что свидетельствует о высоком общем уровне личностной зрелости в исследуемой группе. В связи с этим выявленные связи между уровнем развития эго и системной рефлексией могут оказаться менее яркими в более широкой популяции. Кроме того, только полномасштабное лонгитюдное исследование может выявить, насколько устойчивы эти связи во времени и действительно ли системная рефлексия является надежным предиктором уровня развития личности.

The paper presents the results of empirical research of the level of personality development and its links to variables of personality reflection and self-determination. Methods: Washington University sentence completion test, Differential test of self-reflection, Yu. Z. Gilbukh's Questionnaire of personality maturity, Self-determination test, the Russian version of Causality orientations scale, Multidimensional Inventory of loneliness experience. In two studies with participants aged 14 to 25 years (N = 426), the positive associations between the level of personality maturity and systemic reflection, self-determination, autonomous causal orientation have been revealed. At the same time, non-constructive forms of reflectio-

ding to the research results, systemic reflection as ability and tendency to view oneself from outside and to understand the context of a situation and activity was both the only significant predictor of personality maturity on the short term scale (13 months), and a mediator between the openness to experience trait and the level of personality maturity.

**Keywords:** personality development, self-reflection, personality maturity, ego development, self-determination.

## Литература

1. Астрецов, Д. А. Психодиагностические возможности «Шкалы внутренней диалоговой активности» П. Олесья / Д. А. Астрецов, Д. А. Леонтьев // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. — 2015. — № 4. — С. 66–82.

*Astrecov, D. A. Psihodiagnosticheskie vozmozhnosti «Shkaly vnutrennej dialogovoj aktivnosti» P. Olesja / D. A. Astrecov, D. A. Leont'ev // Vestn. Mosk. un-ta. Ser. 14, Psihologija. — 2015. — № 4. — S. 66–82.*

2. Дергачева, О. Е. Русскоязычная адаптация опросника каузальных ориентаций / О. Е. Дергачева, Л. Я. Дорфман, Д. А. Леонтьев // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. — 2008. — № 3. — С. 91–106.

*Dergacheva, O. E. Russkojazychnaja adaptacija oprosnika kauzal'nyh orientacij / O. E. Dergacheva, L. Ja. Dorfman, D. A. Leont'ev // Vestn. Mosk. un-ta. Ser. 14, Psihologija. — 2008. — № 3. — S. 91–106.*

3. Костенко, В. Ю. Проблема психометрической проверки методик с выбором номинативного варианта ответа : (на примере опросника личностной зрелости Ю. З. Гильбуха) / В. Ю. Костенко // Современная психодиагностика России : Преодоление кризиса : сб. матер. 3-й Всерос. конф. по психологической диагностике : в 2 т. / под ред. Н. А. Батурина. — Челябинск, 2015. — Т. 1. — С. 149–154.

*Kostenko, V. Ju. Problema psihometricheskoj proverki metodik s vyborom nominativnogo varianta otveta : (na primere oprosnika lichnostnoj zrelosti Ju. Z. Gil'buha) / V. Ju. Kostenko // Sovremennaja psihodiagnostika Rossii : Preodolenie krizisa : sb. mater. 3-j Vseros. konf. po psihologicheskoj diagnostike : v 2 t. / pod red. N. A. Baturina. — Cheljabinsk, 2015. — T. 1. — S. 149–154.*

4. Леонтьев, Д. А. Что такое экзистенциальная психология? / Д. А. Леонтьев // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Шур. — М., 1997. — С. 40–54.

*Leont'ev, D. A. Chto takoe jekzistencial'naja psihologija? / D. A. Leont'ev // Psihologija s chelovecheskim licom: gumanisticheskaja perspektiva v postsovetskoj psihologii / pod red. D. A. Leont'eva, V. G. Shhur. — M., 1997. — S. 40–54.*

5. Леонтьев, Д. А. Рефлексия как предпосылка самодетерминации / Д. А. Леонтьев // Психология человека в современном мире : матер. Всерос. юбил. науч. конф., посвящ. 120-летию со дня рожд. С. Л. Рубинштейна, 15–16 окт. 2009 г. / под ред. А. Л. Журавлева. — М., 2009. — С. 40–49.

*Leont'ev, D. A. Refleksija kak predposylka samodeterminacii / D. A. Leont'ev // Psihologija cheloveka v sovremennom mire : mater. Vseros. jubil. nauch. konf., posvjashh. 120-letiju so dnja rozhd. S. L. Rubinshtejna, 15–16 okt. 2009 g. / pod red. A. L. Zhuravleva. — M., 2009. — S. 40–49.*

6. Леонтьев, Д. А. Аprobация методики незаконченных предложений Вашингтонского университета / Д. А. Леонтьев, Н. А. Михайлова, Е. И. Рассказова // Психол. диагностика. — 2010. — № 2. — С. 6–35.

*Leont'ev, D. A. Aprobacija metodiki nezakonchennyh predlozhenij Vashingtonskogo universiteta / D. A. Leont'ev, N. A. Mihajlova, E. I. Rasskazova // Psihol. diagnostika. — 2010. — № 2. — S. 6–35.*

7. Леонтьев, Д. А. Личностная автономия как составляющая личностного потенциала / Д. А. Леонтьев, О. Е. Дергачева // Личностный потенциал : Структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. — М., 2011. — С. 210–240.

*Leont'ev, D. A. Lichnostnaja avtonomija kak sostavlajushhaja lichnostnogo potenciala / D. A. Leont'ev, O. E. Dergacheva // Lichnostnyj potencial : Struktura i diagnostika / pod red. D. A. Leont'eva. — M., 2011. — S. 210–240.*

8. Леонтьев, Д. А. Подход через развитие эго : Уровневая теория Дж. Левинджер / Д. А. Леонтьев // Личностный потенциал : Структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. — М., 2011. — С. 59–75.

*Leont'ev, D. A. Podhod cherez razvitie jego : Urovnevaja teorija Dzh. Levindzher / D. A. Leont'ev // Lichnostnyj potencial : Struktura i diagnostika / pod red. D. A. Leont'eva. — M., 2011. — S. 59–75.*

9. Леонтьев, Д. А. Позитивная психология — повестка для нового столетия / Д. А. Леонтьев // Психология : журн. Выssh. shk. ekonomiki. — 2012. — Т. 9, № 4. — С. 36–58.

*Leont'ev, D. A. Pozitivnaja psihologija — povestka dlja novogo stoletija / D. A. Leont'ev // Psihologija : zhurn. Vyssh. shk. jekonomiki. — 2012. — T. 9, № 4. — S. 36–58.*

10. Леонтьев, Д. А. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: От объяснительной модели к дифференциальной диагностике / Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин // Психология : журн. Высш. шк. экономики. — 2014. — Т. 11, № 4. — С. 110–135.

*Leont'ev, D. A. Refleksija «horoshaja» i «durnaja» : Ot ob'jasnitel'noj modeli k differencial'noj diagnostike / D. A. Leont'ev, E. N. Osin // Psihologija : zhurn. Vyssh. shk. jekonomiki. — 2014. — Т. 11, № 4. — С. 110–135.*

11. *Олпорт, Г. Становление личности : избр. тр. / Г. Олпорт ; под ред. Д. А. Леонтьева. — М., 2002.*

*Olport, G. Stanovlenie lichnosti : izbr. tr. / G. Olport ; pod red. D. A. Leont'eva. — M., 2002.*

12. Операционализация пятифакторной модели личностных черт на российской выборке / Е. Н. Осин [и др.] // Психол. диагностика. — 2015. — № 3. — С. 80–104.

*Operacionalizacija pjatifaktornoj modeli lichnostnyh chert na rossijskoj vyborke / E. N. Osin [i dr.] // Psihol. diagnostika. — 2015. — № 3. — С. 80–104.*

13. Осин, Е. Н. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Психология : журн. Высш. шк. экономики. — 2013. — Т. 10, № 1. — С. 55–81.

*Osin, E. N. Differencial'nyj oprosnik perezhivanija odinochestva: struktura i svojstva / E. N. Osin, D. A. Leont'ev // Psihologija : zhurn. Vyssh. shk. jekonomiki. — 2013. — Т. 10, № 1. — С. 55–81.*

14. Тест-опросник личностной зрелости / под ред. Ю. З. Гильбуха. — Киев : Психодиагностика и дифференцированное обучение, 1994.

*Test-oprosnik lichnostnoj zrelosti / pod red. Ju. Z. Gil'buha. — Kiev : Psihodiagnostika i differencirovannoe obuchenie, 1994.*

15. *Deci, E. L. Handbook of Self-determination Research / E. L. Deci, R. M. Ryan. — N. Y. : University of Rochester Press, 2002.*

16. *Gilmore, J. M. A Critical Review of the Validity of Ego Development Theory and Its Measurement / J. M. Gilmore, K. Durkin // J. of Personality Assessment. — 2001. — Vol. 77, № 3. — P. 541–567.*

17. *Holt, R. R. Loevinger's measure of ego development : Reliability and national norms for male and female short forms / R. R. Holt // J. of Personality and Social Psychology. — 1980. — Vol. 39, № 5. — P. 909–920.*

18. *Hy, L. X. Measuring Ego Development / L. X. Hy, J. Loevinger. — L. : Erlbaum Associates, 1996.*

19. *Kurtz, J. E. Matters of conscience and conscientiousness: the place of ego development in the Five-factor model / J. E. Kurtz, S. B. Tiegreen // J. of Personality Assessment. — 2005. — Vol. 85, № 3. — P. 312–317.*

20. *Lilgendahl, J. P. Does Ego Development Increase During Midlife? The Effects of Openness and Accommodative Processing of Difficult Events / J. P. Lilgendahl, R. Helson, O. P. John // J. Pers. — 2013. — Vol. 81, № 4. — P. 403–416.*

21. *Loevinger, J. The meaning and measurement of ego development / J. Loevinger // American Psychologist. — 1966. — Vol. 21, № 3. — P. 195–206.*

22. *Loevinger, J. Revision of the Sentence Completion Test for ego development / J. Loevinger // J. of Personality and Social Psychology. — 1985. — Vol. 48, № 2. — P. 420–427.*

23. *Manners, J. Processes Involved in Adult Ego Development : A Conceptual Framework / J. Manners, K. Durkin // Developmental Review. — 2000. — Vol. 20, № 4. — P. 475–513.*

24. *Mor, N. Self-focused attention and negative affect : A meta-analysis / N. Mor, J. Winquist // Psychological Bulletin. — 2002. — Vol. 128, № 4. — P. 638–662.*

25. *Nolen-Hoeksema, S. Rethinking Rumination / S. Nolen-Hoeksema, B. E. Wisco, S. Lyubomirsky // Perspectives on Psychological Science. — 2008. — Vol. 3, № 5. — P. 400–424.*

26. *Osin, E. N. Self-determination and Well-being. Poster presented at the 2010 Self-Determination Theory Conference / E. N. Osin, I. Boniwell. — Ghent, Belgium, 2010.*

27. *Personality Development : Theoretical, Empirical, and Clinical Investigations of Loevinger's Conception of Ego Development / ed. by P. M. Westenberg [et al.]. — Mahwah, NJ : Erlbaum, 1998.*

28. *Pfaffenberger, A. H. The Postconventional Personality : Assessing, Researching, and Theorizing Higher Development / A. H. Pfaffenberger, P. W. Marko, A. Combs. — Albany : State University of New York Press, 2011.*

29. *Sheldon, K. M. What Makes for a Good Day? Competence and Autonomy in the Day and in the Person / K. M. Sheldon, R. Ryan, H. T. Reis // Personality and Social Psychology Bulletin. — 1996. — Vol. 22, № 12. — P. 1270–1279.*

30. *Sheldon, K. M. Getting older, getting better? Personal strivings and psychological maturity across the life span / K. M. Sheldon, T. Kasser // Developmental Psychology. — 2001. — Vol. 37, № 4. — P. 491–501.*

31. *The «big five questionnaire» : A new questionnaire to assess the five factor model / G. V. Caprara [et al.] // Personality and Individual Differences. — 1993. — Vol. 15, № 3. — P. 281–288.*

32. *The Oxford Handbook of Human Motivation / ed. by R. M. Ryan. — N. Y. : Oxford University Press, 2012.*