

УДК 159.955

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2026.1.15>

Рудковська О. В.

аспірант кафедри педагогічної та вікової психології

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

e-mail: rudok1@ukr.net

ORCID ID: 0009-0009-1554-9438

ResearcherID: PНО-1760-2026

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ КОГНІТИВНОЇ ТА ОСОБИСТІСНОЇ ГНУЧКОСТІ В ПСИХОДІАГНОСТИЧНОМУ ВИМІРІ

Стаття присвячена теоретичному аналізу та емпіричному дослідженню психологічної гнучкості як багатоаспектного конструкту, що об'єднує когнітивну та особистісну складові. У роботі розмежовано поняття когнітивної гнучкості як виконавчої функції мозку та особистісної (поведінкової) флексибільності як здатності до адаптації в складних життєвих ситуаціях. Проаналізовано психодіагностичний інструментарій, представлений когнітивними пробами (тест Струпа, Вісконсинський тест сортування карток) та опитувальниками-самозвітами (CFI, Опитувальник світоглядної пластичності).

Представлено результати пілотного дослідження за участю 58 магістрантів. Емпірично перевірено гіпотезу про можливу невідповідність між об'єктивними показниками когнітивної гнучкості та суб'єктивною оцінкою власної гнучкості. Результати засвідчили, що високий рівень регуляторних функцій мозку не завжди гарантує гнучку поведінку в умовах невизначеності. Виявлено категорію осіб, у яких гнучкість мислення блокується під впливом психо-емоційного напруження, низького відчуття безпеки та домінування імпліцитних упереджень. Зроблено висновок про необхідність комплексного підходу до діагностики, що поєднує задачний принцип із самозвітами, для отримання цілісного профілю психологічної гнучкості особистості.

Ключові слова: психологічна гнучкість, когнітивна гнучкість, особистісна флексибільність, психодіагностика, когнітивні проби, самозвіти, Вісконсинський тест сортування карток, адаптація.

Постановка проблеми. Здатність індивіда ефективно реагувати на непередбачувані загрози, швидко перемикатися між різними режимами діяльності та корегувати власні ціннісні установки стає критичною детермінантою як індивідуального виживання, так і соціальної резильєнтності в цілому. У цьому контексті концепт психологічної гнучкості висувається на перший план як інтегральна характеристика, що забезпечує успішну адаптацію до динамічно мінливого середовища.

Психологічна гнучкість, як складна багатокомпонентна конструкція, охоплює не лише когнітивні процеси, а й особистісні механізми. На когнітивному рівні вона тісно пов'язана з виконавчими функціями головного мозку, зокрема з когнітивною гнучкістю (КГ), яка є найважливішою психофізіологічною здатністю, що

дозволяє оперативно змінювати стратегії поведінки та гальмувати нерелевантні реакції. Нейронний субстрат КГ локалізований переважно у префронтальній корі, що підкреслює її зв'язок з вищою нервовою діяльністю.

Попри значну кількість досліджень КГ у нейропсихології, залишається недостатньо вивченим питання комплексної взаємодії когнітивного та особистісного рівнів психологічної гнучкості в умовах хронічного травматичного стресу. Розуміння цієї взаємодії є ключовим для розробки ефективних програм психологічної підтримки та підвищення соціальної компетентності, особливо серед молоді та осіб, які безпосередньо залучені до відновлювальних процесів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У психології існують різні психологічні інструменти, до яких звертаються психологи для вимірювання гнучкості мислення. Але через відсутність загальноприйнятого операціонального визначення даного конструкта вибір методів залежить від мети і задач дослідження. Психологічна гнучкість – це здатність людини ефективно адаптуватися до змінних обставин, залишаючись відкритою до досвіду та діючи відповідно до власних цінностей навіть у складних ситуаціях. Існують різні методи дослідження психологічної гнучкості.

Вибір методу вимірювання когнітивної гнучкості залежить від цілей і задач дослідження. У психодіагностиці виділяють дві групи методик вимірювання КГ: когнітивні проби і самозвіти. Перша група методик побудована на задачному принципі, коли рівень КГ визначається кількістю і швидкістю розв'язання пропонувананих задач, які передбачають наявність «когнітивного конфлікту». Індивід працює у штучно створених умовах, де є задача, яку треба швидко вирішити, враховуючи зміну умов її виконання. І рівень КГ у даному випадку залежить від регуляторної функції мозку і визначається через конструкт «перемикання», який пояснює здібність індивіда швидко орієнтуватися при розв'язанні пропонувананих задач. Особливий інтерес до когнітивного рівня прояву гнучкості мислення виявляють дослідники інтелектуальних здібностей, креативності, особливостей організації когнітивної сфери.

Існує низка методик, які можна віднести до когнітивних проб. Серед них: тест Струпа (Stroop Color and Word Test), описаний у працях З. Голдена та К. Голдена [9], який ґрунтується на відмінностях між зоровим і логічним сприйняттям кольорів, протиставляючи реальний колір і його назву; Вісконсинський тест сортування карток (Wisconsin Card Sorting Test), який дозволяє через аналіз мисленевих функцій оцінити здібність індивіда до виділення абстрактних категорій, концентрації й перемикання уваги в умовах зміни підкріплення [9, с. 489–495]. Тест на асоціацію слів (Word Associations Test), надійність якого для вивчення індивідуальних відмінностей досліджували Т. Фіцпатрік, Д. Плейфут, А. Рей та М. Райт [8], який діагностує особливості мислення, емоцій, пам'яті та підсвідомих асоціацій людини [8]. У клінічній практиці для моніторингу когнітивних функцій використовується Адденбрукська когнітивна шкала (Addenbrooke's Cognitive

Examination (ACE), або її оновлена версія ACE-R / ACE-III), процедури адаптації якої детально проаналізували Н. Мірза, М. Панагіоті, М. Вахід та В. Вахід [10], яка застосовується переважно в неврології, психіатрії [10]. Питання інтелектуальної лабільності як біологічно детермінованого процесу досліджувала Х. Софієва [4].

До когнітивних проб, за допомогою яких вимірюється гнучкість мислення, відносять тест інтелектуальної лабільності (автор методики Козлова В.Т., модифікація С.Н. Костромін), який вимірює здатність блискавичного перемикавання уваги, а також швидкого переходу від вирішення одного завдання до іншого без допущення помилки. Інтелектуальна лабільність залежить від нейрофізіологічних особливостей будови кори головного мозку. Це біологічний детермінований процес, на який навчання і практика ніяк не впливають [4].

У 2000-х роках психологи помітили, що традиційні методики оцінки когнітивної гнучкості (наприклад, нейропсихологічні тести на перемикавання завдань або «Wisconsin Card Sorting Test») більше відображають виконавчі функції мозку, але не суб'єктивне відчуття людиною власної гнучкості у повсякденному житті. Це створило потребу у самозвітному опитувальнику, який би оцінював когнітивну флексибільність у когнітивно-поведінковому ключі, тобто як здатність бачити ситуації з різних перспектив, створювати альтернативні пояснення подій, знаходити варіативні шляхи поведінки.

Відповіддю на потребу в оцінці суб'єктивного відчуття гнучкості стала робота Дж. Денніса та Дж. Вандер Вала [7], які розробили Опитувальник когнітивної гнучкості (CFI). Автори підтвердили надійність інструменту, виділивши шкали «Альтернативи» та «Контроль» [7, с. 241–253]. Адаптація Опитувальника прийняття та дії (AAQ-II) на українській вибірці, здійснена А. Широкою та М. Миколайчук [5], дозволяє визначати рівень психологічної ригідності.

Дослідники вважають, що для практичних цілей самозвіт є найбільш зручним інструментом у порівнянні з когнітивними пробами, оскільки він менш трудомісткий і зручний у використанні. Опитувальник когнітивної флексибільності (CFI) став класичним інструментом, який активно використовується дослідниками для діагностики психологічної гнучкості у багатьох закордонних дослідженнях.

У своїй роботі автори описали створення, факторну структуру та психометричні властивості CFI. Вони підтвердили надійність та валідність інструменту, виділивши дві основні шкали: а) альтернативи (Alternatives) – здатність бачити кілька способів інтерпретації ситуацій і вирішення проблем; б) контроль (Control) – сприйняття власної здатності впливати на ситуацію [7, с. 241–253].

Опитувальник когнітивного злиття (Cognitive Fusion Questionnaire, CFQ) є методом для оцінки рівня когнітивного злиття в індивіда. Когнітивне злиття виступає однією з основних концепцій Терапії Прийняття та Відповідальності (ACT). Воно описує процес, у якому людина сприймає свої внутрішні переживання – думки, емоції, відчуття тощо – як абсолютну істину, що визначає її поведінку і наступні емоційні реакції. Адаптація даного інструменту була здійснена

А. Широкою та М. Миколайчук на українській вибірці і дозволяє визначити рівень гнучкості/негнучкості (ригідності) [5, с. 101–112].

Доктор. Р. Рогге у співавторстві з доктором К. Вілсоном та Дж. Рольффсом розробили Багатомірну інвентаризацію психологічної гнучкості (Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI)). Автори створили першу шкалу для всебічної оцінки 6 ключових вимірів гнучкості і 6 ключових вимірів негнучкості [11; 12, с. 458–482].

Наступна методика – Опитувальник світоглядної пластичності особистості, створений українською дослідницею К. М. Грузиною [2, с. 21]. Дана методика вимірює п'ять шкал: Світоглядна пластичність (соціальна гнучкість), Світоглядна критичність, Світоглядний ідеалізм, Світоглядний песимізм, Світоглядна принциповість.

В останні роки увагу дослідників привернуло питання прояву когнітивної гнучкості. У багатьох роботах зазначається, що когнітивна гнучкість як властивість мислення не завжди проявляється у складних життєвих ситуаціях, коли людина знаходиться під впливом стресу, страху та несприятливих умов. Безумовно, людям необхідно мати певні здібності, щоб справлятися з труднощами, з якими вони можуть зіткнутися. Когнітивна гнучкість входить у сферу таких здібностей. У дослідженні Ш. Аслана та Ф. Турка [6] розмежовуються поняття «когнітивна гнучкість» і «психологічна гнучкість». Когнітивна гнучкість – це здатність людини усвідомлювати і позитивно сприймати різні варіанти подій, змінювати свої початкові думки, і приймати рішення або діяти відповідно до обраної альтернативи. Психологічна гнучкість включає в себе прийняття своїх почуттів, думок і минулого досвіду, життя в теперішньому моменті. Підвищення рівня психологічної гнучкості – головна мета терапії прийняття та відповідальності (АСТ). Представники даного напрямку пояснюють когнітивну гнучкість з погляду когнітивно-поведінкової терапії, а психологічну гнучкість розглядають з погляду терапії прийняття та відповідальності. Отже, когнітивна і психологічна гнучкість розглядаються з погляду їх подібних та різних аспектів [6].

На важливості розмежування КГ та особистісної флексибільності як ресурсу адаптації наголошує О. Діса [3]. У дослідженні О. Діси пропонується розглядати окремо поняття когнітивної гнучкості і особистісної флексибільності. Зазначається, що когнітивна гнучкість більше пов'язана з мисленням та обробкою інформації, це здатність людини швидко й ефективно перемикається між різними думками, концептами або стратегіями мислення. Особистісна (поведінкова) флексибільність більше відноситься до особистісної сфери і загальної адаптації. Вона допомагає людині адаптуватися до змін, швидко реагувати на нові обставини та змінювати свою поведінку, стратегії залежно від ситуації. В особистісному контексті поведінкова флексибільність вважається важливою характеристикою для ефективного функціонування в соціальному, професійному та особистому житті. У сучасному світі, зокрема в умовах криз, війн, швидких технологічних змін

поведінкова флексибільність стає особливо цінною рисою – як в особистому, так і в професійному житті [3, с. 34–43].

Таким чином, розглянувши різні погляди і методи діагностики психологічної гнучкості, можна дійти висновку, що є два підходи до її діагностики. Перший полягає у вимірюванні рівня когнітивної гнучкості як регуляторної функції мозку, другий – у діагностиці стану психологічної гнучкості у складних ситуаціях, тобто як вона проявляється у складних умовах життя.

Проаналізувавши питання щодо методів досліджування когнітивної гнучкості (далі КГ), ми провели пілотне дослідження з метою співставлення результатів, отриманих за різними методиками вимірювання КГ.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити рівень узгодженості результатів різних психодіагностичних методик для вимірювання когнітивної гнучкості.

Гіпотеза дослідження полягала у припущенні про те, що може існувати невідповідність між показниками когнітивної гнучкості, отриманими в процесі виконання когнітивних проб і рівнем особистісної гнучкості, яка вимірювалась через суб'єктивні оцінки за допомогою опитувальників (самозвітів).

Результати дослідження. Для проведення дослідження було використано Віконсінський тест сортування карток (автори Е. Берг і Д. Грант), опитувальник когнітивної флексибільності CFI (автори Дж. Денніс і Дж. Вандер Вал [7]) і опитувальник світоглядної пластичності (автор К. Грузинова [2]). У дослідженні взяли участь 58 осіб віком від 22 до 25 років, які навчаються в магістратурі у закладах вищої освіти на денній формі навчання.

Результати діагностики за Віконсінським тестом сортування карток дозволили розподілити досліджуваних за рівнем КГ (рис. 1). Отже, високий рівень когнітивної гнучкості як регуляторної функції мозку, продемонстрували 12 осіб (20,8%). Вищий за середній рівень показали 40 осіб (69,8%) і середній рівень – 6 осіб (9,4%). Низького рівня КГ у групі досліджуваних не виявлено. Це пояснюється тим, що в цілому когнітивна гнучкість добре функціонує у будь-якої інтелектуально розвиненої людини. У нашому дослідженні брали участь здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти, які мають достатньо високий рівень пізнавальних здібностей і навчальних навичок, тому показники доволі високі.

До середнього рівня гнучкості мислення було віднесено лише 6 осіб (9,4%), результати яких були нижчі за 98,4 балів. Отже, більшість досліджуваних виявили достатньо високі здібності переключатися між задачами в умовах зміни підкріплення.

За опитувальником когнітивної флексибільності ми отримали дещо інші результати. Високий рівень виявили 10 осіб (17%); вищий за середній – 32 особи (55%); середній – 16 осіб (28%).

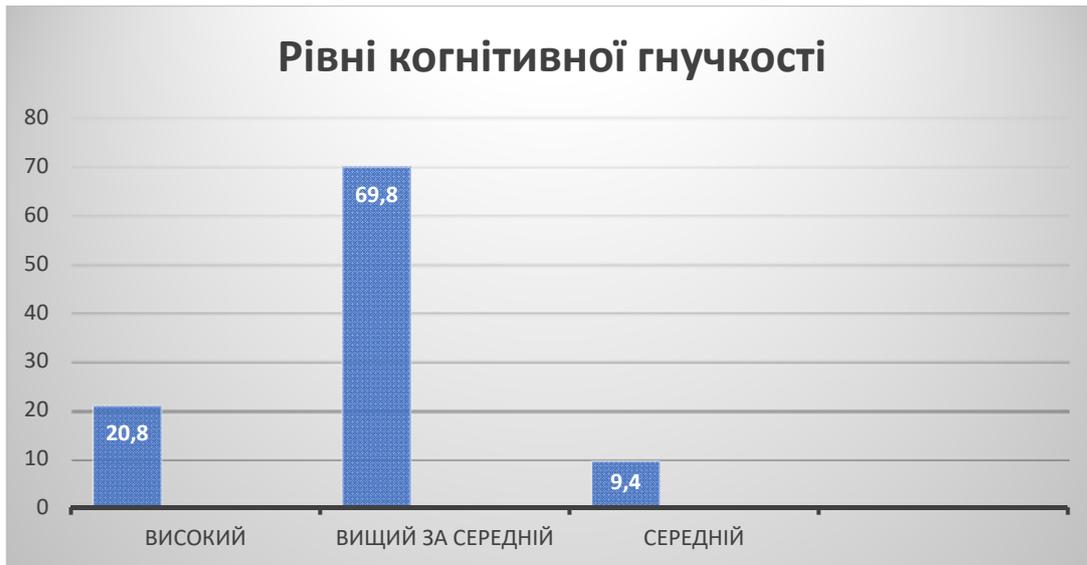


Рис. 1. Розподіл досліджуваних (у %) за рівнем когнітивної гнучкості за Віконсінським тестом сортування карток



Рис. 2. Розподіл досліджуваних (у %) за рівнем когнітивної (особистісної) флексибільності за опитувальником когнітивної флексибільності СГІ

За опитувальником світоглядної пластичності високий рівень виявлено у 21 особи (36%), середній – у 23 осіб (39,6%), рівень нижчий за середній продемонстрували 14 осіб (24,4%).

Отже, результати діагностики та розподіл даних за рівнями прояву особистісної флексибільності (ОФ) та світоглядної пластичності (СП) дозволили переконатися, що не всі учасники дослідження можуть демонструвати гнучкість мислення на достатньо високому рівні в умовах непередбачуваних і складних обставинах. У той же час показники за Віконсінським тестом набагато вищі.

Далі ми проаналізували результати кожної групи досліджуваних з метою співставлення результатів застосованих тестів, а саме: як співвідносяться результати



Рис. 3. Розподіл досліджуваних (у %) за показником власне світоглядної пластичності за опитувальником світоглядної пластичності

когнітивних проб з показниками, отриманими за суб'єктивними оцінками досліджуваних про власну гнучкість мислення.

У групі осіб з високим рівнем КГ за Вісконсінським тестом з 12 осіб (20,8%) 3 особи мали високий рівень особистісної флексибільності; 4 особи мали рівень вищий за середній; 4 особи мали середній рівень. Отже, в цілому 9 осіб (15% від загальної чисельності вибірки) при високому рівні когнітивної гнучкості як виконавчої функції мозку, мали недостатньо високі показники особистісної флексибільності.

Аналіз групи досліджуваних з високим результатом за опитувальником когнітивної флексибільності CFI (10 осіб – 17%) показав, що переважна кількість досліджуваних має високий рівень КГ за Вісконсінським тестом. Лише 3 особи мали рівень вищий за середній. Це підтверджує висновки досліджень про те, що реалізація особистісної флексибільності пов'язана з регуляторною функцією мозку. Практично всі учасники дослідження, які мають високий рівень особистісної флексибільності, мають достатньо високий рівень когнітивної гнучкості.

Аналіз співставлення показників за двома тестами у групах з рівнем вищим за середній і з середнім рівнем за показниками особистісної флексибільності не виявив помітних розходжень. Практично усі досліджувані виявили відповідність між рівнем когнітивної гнучкості з рівнем особистісної флексибільності (значної різниці у балах не спостерігалось).

Аналіз і співставлення результатів тестування за різними методиками дозволив дійти висновку: в залежності від ситуації і пропонованих задач, когнітивна гнучкість може по різному виявлятися. Можна висунути припущення, що не завжди високий рівень когнітивної гнучкості як виконавчої функції мозку гарантує ефективну та гнучку поведінку у ситуаціях, які характеризуються невизна-

ченістю. Є категорія осіб, які добре виявляють гнучкість у вирішенні інтелектуальних задач і тестів, але у складних життєвих ситуаціях їх гнучкість мислення блокується. Спостереження за тим, як люди поводять себе у складних ситуаціях, показують, що це досить поширене явище. Серед причин, чому так відбувається, можна виділити:

1. Психоемоційне напруження і перевантаження. Когнітивна гнучкість вимагає енергетичних і ментальних ресурсів, тому у стані втоми, перевантаження або інформаційного шуму вона може «вимикатися». У таких умовах людина діє за інерцією, навіть якщо зазвичай мислить гнучко.

Знижене почуття психологічної безпеки породжує високу тривожність і відчуття постійної загрози. У такому випадку ситуації невизначеності сприймаються як загроза. Імпліцитне сприйняття невизначеності як небезпеки (а не як можливості) може заважати гнучкому мисленню. Як наслідок – постійне прагнення до контролю, уникання відкритих задач, прагнення до звичних дій.

2. Домінування імпліцитних уявлень і переконань. Неусвідомлені переконання можуть «перекривати» гнучке мислення, особливо коли ситуація викликає тривогу або загрожує самооцінці. Людина може автоматично повертатися до звичних схем, навіть якщо знає, що вони неефективні.

3. Соціальні обмеження. Навіть якщо індивід має високий рівень когнітивної гнучкості, середовище (наприклад, авторитарна структура, страх покарання за помилки) може пригнічувати прояв альтернативного мислення. Людина може сумніватися у своїх ідеях або боятися осуду, навіть якщо має здатність бачити альтернативи.

Разом з тим ми не виключаємо варіант, коли на рівні виконання інтелектуальних задач когнітивна гнучкість може мати рівень нижчий, ніж показники особистісної флексибільності. Ми впевнені, що при розширенні вибірки можна виділити і таку групу досліджуваних, яка також представляє для нас інтерес і потребує детального вивчення.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Спираючись на теоретичні погляди щодо розвитку і прояву психологічної гнучкості, ми дійшли висновку, що психологічна гнучкість може проявлятися на двох рівнях: на когнітивному і особистісному. Тому вимірювати психологічну гнучкість необхідно двома видами психологічного інструментарію: для вимірювання когнітивної гнучкості як виконавчої функції мозку, як правило, застосовують когнітивні проби; для вимірювання особистісної флексибільності застосовують опитувальники. До когнітивних проб відносять безпосередньо тести, спрямовані на діагностику швидкості перемикавання між задачами, в умовах зміни задач. За допомогою опитувальників діагностується особистісна флексибільність, яка вимірюється через суб'єктивні звіти досліджуваних стосовно їхньої поведінки у складних життєвих обставинах і ситуаціях невизначеності. Гнучкість (як інтелектуальна властивість) у поєднанні з особистісною гнучкістю утворює важливу особистісну

конструкцію, що зумовлює адекватність та ефективність діяльності особистості у складних непередбачуваних ситуаціях. Отже, поняття психологічної гнучкості поєднує в собі когнітивну і особистісну складову.

Таким чином, проведений теоретичний аналіз та емпіричне дослідження дозволили дійти висновку про те, що дослідження когнітивної гнучкості залежить від контексту розуміння даного феномену і психодіагностичного інструментарію, який застосовується. Прояв особистісної гнучкості залежить від багатьох психологічних і соціальних чинників, які можуть як посилювати її, так і блокувати.

Перспективи подальших досліджень полягають у теоретичному та експериментальному дослідженні особистісної гнучкості та психосоціальних чинників, які сприяють її розвитку.

Список використаних джерел і літератури

1. Балецька Л. М., Попович Д. М. Особливості когнітивної гнучкості особистості. *Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія «Педагогіка та психологія»*. 2016. № 1(3). С. 167–170.
2. Грузинова К. М. Опитувальник світоглядної пластичності особистості: теоретичне обґрунтування, розроблення та емпірична апробація. *Психологія особистості*. 2022. Вип. 42. С. 21. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.21>
3. Дуса О. В. Специфіка дослідження когнітивної гнучкості як важливого психологічного ресурсу особистості. *Вісник Львівського університету. Серія Психологічні науки*. 2025. № 25. С. 34–43. DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2025.25.4>
4. Софієва Х. Психологічні критерії оцінки професійної придатності рятувальників Служби Порятунку Особливого Ризику МНС Азербайджанської Республіки : дис. ... д-ра філос. : 053 / Нац. ун-т цивільного захисту України. Харків, 2021.
5. Широка А. О., Миколайчук М. І. Адаптація україномовної версії опитувальника прийняття та дії (AAQ-II) на нормативній та субклінічній групах досліджуваних. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. 2021. № 3. С. 101–112. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-3-14>
6. Aslan Ş., Turk F. Bilişsel Esneklik ve Psikolojik Esneklik Kavramlarının Karşılaştırılması. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 2022. Vol. 14, No. 1. P. 119–130. DOI: <https://doi.org/10.18863/pgy.917360>
7. Dennis J. P., Vander Wal J. S. The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive therapy and research*. 2010. Vol. 34, No. 3. P. 241–253. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4>
8. Fitzpatrick T., Playfoot D., Wray A., Wright M. J. Establishing the Reliability of Word Association Data for Investigating Individual and Group Differences. *Applied Linguistics*. 2015. Vol. 36, Issue 1. P. 23–50. DOI: <https://doi.org/10.1093/applin/amt020>
9. Golden Z., Golden C. J. Patterns of performance on the Stroop Color and Word Test in children with learning, attentional, and psychiatric disabilities. *Psychology in the Schools*. 2002. Vol. 39, No. 5. P. 489–495. DOI: <https://doi.org/10.1002/pits.10053>
10. Mirza N., Panagioti M., Waheed M. W., Waheed W. Reporting of the translation and cultural adaptation procedures of the Addenbrooke's Cognitive Examination version III (ACE-III) and its predecessors: a systematic review. *BMC Medical Research Methodology*. 2017. Vol. 17, No. 1. Art. 141. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12874-017-0413-6>

11. Rogge R. D., Lin Y. Y. Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI). *Handbook of Assessment in Mindfulness Research* / eds. O. N. Medvedev et al. Cham : Springer, 2024. DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-030-77644-2_114-1
12. Rolffs J. L., Rogge R. D., Wilson K. G. Disentangling components of flexibility via the hexaflex model development and validation of the Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI). *Assessment*. 2018. Vol. 25, No. 4. P. 458–482. DOI: <https://doi.org/10.1177/1073191116645905>

References

1. Baletska, L. M., & Popovych, D. M. (2016). Osoblyvosti kohnityvnoi hnuchkosti osobystosti [Features of personality cognitive flexibility]. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series "Pedagogy and Psychology"*, 1(3), 167–170 [in Ukrainian].
2. Hruzynova, K. M. (2022). Opytuvalnyk svitohliadnoi plastychnosti osobystosti: teoretychne obhruntuvannia, rozroblennia ta empyrychna aprobatsiia [Worldview plasticity questionnaire: Theoretical substantiation, development and empirical approbation]. *Personality Psychology*, (42), 21. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.21> [in Ukrainian].
3. Dysa, O. V. (2025). Spetsyfika doslidzhennia kohnityvnoi hnuchkosti yak vazhlyvoho psykholohichnoho resursu osobystosti [Specificity of cognitive flexibility research as an important psychological resource of the individual]. *Visnyk of the Lviv University. Series Psychological Sciences*, (25), 34–43. DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2025.25.4> [in Ukrainian].
4. Sofieva, Kh. (2021). *Psykholohichni kryterii otsinky profesiinoi prydatnosti riaduvanykh Sluzhby Poriatunku Osoblyvoho Ryzyku MNS Azerbaidzhanskoï Respubliky* [Psychological criteria for assessing the professional suitability of rescuers of the Special Risk Rescue Service of the Ministry of Emergency Situations of the Republic of Azerbaijan] (Doctoral dissertation). National University of Civil Defence of Ukraine, Kharkiv. [in Ukrainian].
5. Shyroka, A. O., & Mykolaichuk, M. I. (2021). Adaptatsiia ukrainomovnoi versii opyтуvalnyka pryiniattia ta dii (AAQ-II) na normatyvni ta subklinichni hrupakh doslidzhuvanykh [Adaptation of the Ukrainian version of the Acceptance and Action Questionnaire (AAQ-II) on normative and subclinical groups of subjects]. *Scientific Bulletin of Kherson State University. Series Psychological Sciences*, (3), 101–112. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-3-14> [in Ukrainian].
6. Aslan, Ş., & Turk, F. (2022). Bilişsel Esneklik ve Psikolojik Esneklik Kavramlarının Karşılaştırılması [Comparison of cognitive flexibility and psychological flexibility concepts]. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(1), 119–130. <https://doi.org/10.18863/pgy.917360> [in Turkish].
7. Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research*, 34(3), 241–253. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4> [in English].
8. Fitzpatrick, T., Playfoot, D., Wray, A., & Wright, M. J. (2015). Establishing the reliability of word association data for investigating individual and group differences. *Applied Linguistics*, 36(1), 23–50. <https://doi.org/10.1093/applin/amt020> [in English].
9. Golden, Z., & Golden, C. J. (2002). Patterns of performance on the Stroop Color and Word Test in children with learning, attentional, and psychiatric disabilities. *Psychology in the Schools*, 39(5), 489–495. <https://doi.org/10.1002/pits.10053> [in English].
10. Mirza, N., Panagioti, M., Waheed, M. W., & Waheed, W. (2017). Reporting of the translation and cultural adaptation procedures of the Addenbrooke's Cognitive Examination version III (ACE-III) and its predecessors: a systematic review. *BMC Medical Research Methodology*, 17(1), 141. <https://doi.org/10.1186/s12874-017-0413-6> [in English].
11. Rogge, R. D., & Lin, Y. Y. (2024). Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI). In O. N. Medvedev, C. U. Krägeloh, R. J. Siegert, & N. N. Singh (Eds.), *Handbook of Assess-*

ment in *Mindfulness Research*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-77644-2_114-1 [in English].

12. Rolffs, J. L., Rogge, R. D., & Wilson, K. G. (2018). Disentangling components of flexibility via the hexaflex model development and validation of the Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI). *Assessment*, 25(4), 458–482. <https://doi.org/10.1177/1073191116645905> [in English].

Rudkovska O. V.

Postgraduate Student at the Department of Developmental and Educational Psychology
Oles Honchar Dnipro National University

PECULIARITIES OF COGNITIVE AND PERSONAL FLEXIBILITY MANIFESTATION IN THE PSYCHODIAGNOSTIC DIMENSION

The article provides a theoretical analysis and empirical study of psychological flexibility as a multifaceted construct that integrates cognitive and personal components. The study distinguishes between the concepts of cognitive flexibility as an executive brain function and personal (behavioural) flexibility as the ability to adapt in complex life situations.

The psychodiagnostics tools are analysed, including cognitive tasks (Stroop's test, and Wisconsin Card Sorting Test) and self-report questionnaires (Cognitive Flexibility Inventory (CFI), Worldview Plasticity Questionnaire).

The results of a pilot study involving 58 master's students are presented. The hypothesis regarding a potential discrepancy between objective cognitive flexibility indicators and subjective assessments of one's own flexibility was empirically tested. The results demonstrated that high levels of brain regulatory functions do not always guarantee flexible behaviour in conditions of uncertainty.

A category of individuals was identified whose thinking flexibility is blocked by psycho-emotional tension, a low sense of security, and the dominance of implicit biases. It is concluded that a comprehensive diagnostic approach is necessary, combining task-based principles with self-reports to obtain a holistic profile of an individual's psychological flexibility.

Key words: psychological flexibility, cognitive flexibility, personal flexibility, psychodiagnostics, cognitive tasks, self-reports, Wisconsin Card Sorting Test, adaptation.

Дата першого надходження статті до видання: 05.12.2025

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 14.01.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 18.03.2026



Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY)