

НАУКОВІ КОНЦЕПЦІЇ ДОСЛІДЖЕННЯ КОГНІТИВНОЇ ГНУЧКОСТІ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ

SCIENTIFIC CONCEPTS OF COGNITIVE FLEXIBILITY RESEARCH: THEORETICAL ANALYSIS

Стаття присвячена комплексному аналізу поняття когнітивної гнучкості як ключової навички виживання та адаптації в умовах невизначеності, особливо актуальної у кризових ситуаціях і для осіб, що переживають значні життєві зміни (наприклад, переселенців). Акцентується увага на тому, що здатність до швидкого переключення, ефективного реагування на зовнішні чинники й ухвалення рішень є життєво важливою, тоді як ригідність мислення призводить до погіршення психологічного стану та розвитку тривожних розладів.

Проведено ґрунтовний огляд поглядів на поняття «когнітивна гнучкість» в історичному аспекті, починаючи з кінця XIX століття. Детально розглянуто класичні дослідження А. Лачінса та його «ефект настанови» (Einstellung effect), що виявив схильність до шаблонних рішень навіть за наявності простіших альтернатив. Висвітлено подальші експериментальні дослідження В. Скотта та внесок психології освіти, зокрема теорію когнітивної флексибільності R. Spiro та J. Jehng, що розуміє її як спонтанну реструктуризацію знань у відповідь на зміни зовнішнього середовища.

Наголошується на зростанні важливості когнітивної гнучкості у XXI столітті, що підтверджується її включенням до списку ключових навичок на економічних форумах у Давосі. Це зумовлено надмірним обсягом інформації, її постійним оновленням, ризиками ментального вигорання та потребою в безперервному навчанні.

Розглянуто протилежне поняття – когнітивну ригідність, яка характеризується шаблонною поведінкою, труднощами у зміні стратегій і неспроможністю адаптуватися. Водночас згадано про позитивні аспекти ригідності (стійкість, сумлінність) та її зв'язок з акцентуаціями характеру та психологічним захистом.

У статті представлено різні підходи до розуміння когнітивної гнучкості: як властивості когнітивної системи, риси особистості («відкритість до досвіду») або здатності до творчості. Описано методи її вимірювання, як-от тест Струпа та Вісконсинський тест сортування карток.

Українські та зарубіжні науковці досліджують когнітивну гнучкість у взаємозв'язку зі стресостійкістю, адаптивністю, рішучістю, креативністю, фізичною активністю, а також у контексті професійної підготовки (особливо педагогів) і подолання професійних стереотипів. Підкреслено її міждисциплінарний характер і важливість для професійного й особистісного становлення.

Дослідниками підкреслено, що когнітивна гнучкість є життєво важливою властивістю мислення, що розвивається протягом усього життя та тісно пов'язана з дозріванням префронтальної кори. Зазначається замала кількість досліджень щодо вікових особливостей її прояву, що є перспективним напрямом для подальшого вивчення.

Ключові слова: когнітивна гнучкість, психологічна гнучкість, гнучкість мислення,

ефект настанови, флексибільність, креативність, ригідність, рухомий інтелект.

This article is dedicated to a comprehensive analysis of cognitive flexibility as a key skill for survival and adaptation in conditions of uncertainty. This is particularly relevant in crisis situations and for individuals experiencing significant life changes (e.g., displaced persons). The article emphasizes that the ability to switch quickly, react effectively to external factors, and make decisions is vital, whereas cognitive rigidity can lead to a decline in psychological well-being and the development of anxiety disorders.

A thorough review of historical perspectives on "cognitive flexibility" is provided, starting from the late 19th century. The classic studies of A. Luchins and his "Einstellung effect" are discussed in detail, revealing the tendency to stick to familiar solutions even when simpler alternatives exist. The article highlights subsequent experimental research by W. Scott and the contribution of educational psychology, particularly R. Spiro and J. Jehng's theory of cognitive flexibility, which defines it as the spontaneous restructuring of knowledge in response to changes in the external environment. The increasing importance of cognitive flexibility in the 21st century is underscored, as confirmed by its inclusion in the list of key skills at the Davos economic forums. This is driven by the overwhelming volume of information, its constant renewal, the risks of mental burnout, and the need for continuous learning.

The contrasting concept of cognitive rigidity is also examined, characterized by stereotypical behavior, difficulty in changing strategies, and an inability to adapt. At the same time, the article mentions the positive aspects of rigidity (resilience, conscientiousness) and its connection to character accentuations and psychological defense mechanisms.

The article presents various approaches to understanding cognitive flexibility: as a property of the cognitive system, a personality trait ("openness to experience"), or a capacity for creativity. Methods for its measurement, such as the Stroop test and the Wisconsin Card Sorting Test, are described.

Ukrainian and foreign researchers are exploring cognitive flexibility in relation to stress resistance, adaptability, decisiveness, creativity, and physical activity, as well as in the context of professional training (especially for educators) and overcoming professional stereotypes. Its interdisciplinary nature and importance for professional and personal development are highlighted.

Researchers emphasize that cognitive flexibility is a vital property of thinking that develops throughout life and is closely linked to the maturation of the prefrontal cortex. The article notes the insufficient number of studies on its age-related manifestations, identifying this as a promising direction for future research.

Key words: cognitive flexibility, psychological flexibility, flexibility of thinking, Einstellung effect, flexibility, creativity, rigidity, fluid intelligence.

УДК 159.955

DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.76.20>

Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Рудковська О.В.

аспірантка кафедри педагогічної та вікової психології

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

Вступ. Кризові ситуації, раптові зміни, адаптація до нових умов життєдіяльності завжди пов'язані з невизначеністю. У таких ситуаціях люди по-різному ухвалюють рішення, від якого може залежати все подальше життя. Психологічна робота з переселенцями показує, що деякі люди, незважаючи на складні умови, у яких вони опинилися, усе ж таки успішно адаптуються: починають з нуля і за три роки будують бізнес, знаходять нову роботу, переїжджують в інші регіони. Але не всі так можуть. Окрема категорія людей, які опинилися у складних умовах, тривалий час не можуть переключитися на нову реальність, ухвалити конкретне рішення, знайти роботу, що не тільки негативно впливає на матеріальне становище, але й значно погіршує їхній психологічний стан. У результаті відбувається заглиблення в минуле, у власні проблеми й невдачі, що призводить до тривожних розладів, депресій, значного погіршення психічного здоров'я.

Безумовно, на поведінку людини в ситуаціях невизначеності впливає безліч чинників, але, на наш погляд, психологічна гнучкість – це ключова навичка, яка допомагає не тільки вчасно переключатися, добре адаптуватися, навчатися, але й вижити в екстремальній і небезпечній ситуації. Когнітивна гнучкість лежить в основі ефективного реагування на зовнішні чинники (їх охоплення, оцінювання, зіставлення) і віднайдення правильного варіанту дій у ситуації невизначеності, коли ніхто, окрім тебе, не може ухвалити рішення.

Мета статті полягає у проведенні теоретичного аналізу наукових поглядів на поняття «когнітивна гнучкість», виокремленні різних стратегій дослідження цього феномену.

Виклад основного матеріалу. За останнє десятиліття увага науковців до дослідження когнітивної гнучкості значно посилилася. У світі, де інформація змінюється щогодини, а її обсяги невпинно зростають, когнітивна гнучкість стає однією із ключових навичок виживання, самореалізації та успішного функціонування особистості. Вона допомагає не тільки адаптуватися до нових викликів, а й бути активним учасником змін. Не дивно, що на економічних форумах у Давосі (2016, 2020, 2025 рр.) когнітивна гнучкість третій рік поспіль стоїть у списку важливих навичок XXI століття. Сучасна людина живе в умовах великої кількості інформації, тому важливість когнітивної гнучкості (далі – КГ) зростає з кількох ключових причин:

- людина щодня стикається з надлишком даних – інтернет, соціальні мережі, медіа, робочі повідомлення. КГ дозволяє відрізнити головне від другорядного, аналізувати джерела інформації, швидко змінювати погляд у разі появи нових аргументів чи доказів;

- інформаційне середовище постійно оновлюється: те, що було актуальним учора, нині вже застаріло. Гнучке мислення допомагає швидко перебудовувати знання, змінювати стратегії дій і залишатися ефективним у мінливому світі;

- в умовах інформаційного шуму зростає ризик ментального вигорання. Люди з розвинутою когнітивною гнучкістю краще справляються з невизначеністю, стресом і можуть регулювати власні пізнавальні процеси;

- сучасне суспільство вимагає постійного навчання. Когнітивна гнучкість дозволяє легко змінювати стилі навчання, швидко освоювати нові навички й інтегрувати різномірну інформацію в єдину систему знань.

Перші наукові праці стосовно гнучкості мислення були опубліковані наприкінці XIX століття [26]. У середині XX століття психологи почали активно досліджувати феномен гнучкості. Це відбулося після публікації наукової роботи А. Лачінса [23], у якій він розкрив особливості вирішення пізнавальних завдань через ефект налаштування – «ефект настанови» (Einstellung effect), або «ефект фіксації функцій» (functional fixedness). А. Лачінс провів експериментально-психологічне дослідження, яке стало класичним прикладом у вивченні когнітивної ригідності та проблемного мислення [24]. Методика, яку використовував А. Лачінс, – це серія завдань на переливання, яка стала класичним інструментом у дослідженнях когнітивної гнучкості, мислення, навчання та ригідності. Учасникам пропонували серії завдань, де потрібно було налити визначену кількість води за допомогою трьох глечиків з різними об'ємами. Після низки завдань, що вирішувалися за допомогою того самого алгоритму, учасникам давали завдання, яке могло бути розв'язане простішим способом. У результаті більшість учасників продовжували використовувати стару, складнішу стратегію, навіть коли існувало простіше рішення. Саме це явище і називали *ефектом настанови* – схильність дотримуватися набутих способів вирішення, незважаючи на зміну умов.

Отримані А. Лачінсом результати досліджень і його наукові висновки мали велике теоретичне і практичне значення. По-перше, вони підтверджували наявність когнітивної настанови, яка може заважати гнучкому мисленню; по-друге, це вплинуло на розроблення уявлень про когнітивну ригідність, навчання, евристики, психологію мислення. Нині це наукове відкриття застосовується в нейропсихології, дослідженнях мислення, навчанні та штучному інтелекті.

Надалі психолого-експериментальні дослідження когнітивної гнучкості були проведені В. Скоттом у 1962 р. Вони спрямовувалися на з'ясування того, як гнучкість пізнавальних здібностей забезпечує розв'язання множинних «когнітивно складних» завдань [27].

Вагомий внесок у дослідження когнітивної гнучкості зробила психологія освіти. Науковцями R. Spiro і J. Jehng була розроблена теорія когнітивної флексибільності як основа сучасного життя індивіда та його навчання. Під когнітивною флексибільністю автори розуміють здатність людини до спонтанної реструктуризації власних знань,

яка здебільшого проявляється як пристосувальна (адаптивна) реакція на суттєві зміни, що відбуваються в зовнішньому середовищі [28; 29].

Питання когнітивної гнучкості досить часто досліджуються українськими науковцями у взаємозв'язку з різними психологічними процесами, віком, освітою, когнітивними стилями, рішимістю, креативністю, стресостійкістю, фізичною активністю тощо. Особливе місце належить роботам, присвяченим дослідженню психічної ригідності.

Д. Шаріпова вважає ригідність характеристикою поведінки й особистості загалом. Вона може проявлятися в різних сферах: когнітивній, перцептивній, емоційній, мотиваційній. Ця риса є формально-змістовим аспектом індивідуальності й може бути притаманною як психічно здоровій особистості, так і патологічній. Водночас дослідниця акцентує увагу на тому, що часто недооцінюється сам факт ригідної поведінки. Основний прояв ригідності полягає в невмінні чи неспроможності особистості адаптувати або скоригувати заплановані дії, побудувати «програму власної діяльності відповідно до вимог ситуації» [16, с. 375].

С. Аносенкова та З. Кіреєва підкреслюють, що ригідність часто сприймають як перешкоду для своєчасного переходу до нової діяльності, адже людина з такою рисою використовує шаблонні моделі поведінки, які не завжди відповідають актуальній ситуації. Вона некритично наслідує знайомі способи дій та часто має труднощі зі зміною вибраної стратегії, навіть якщо вона виявляється неконструктивною. Натомість флексибільність є проявом здатності особистості адаптувати як окремі елементи, так і всю програму поведінки до змін зовнішніх обставин. Така властивість відображає психічне здоров'я, уміння об'єктивно оцінювати себе та, за потреби, цілком переналаштовуватися на виконання нових завдань [2].

У своїх дослідженнях Л. П'янківська [6] робить теоретичний аналіз досліджень із проблеми психічної ригідності. На думку авторки, ригідність має не тільки негативні характеристики, а й позитивні: стійкість перед труднощами, вірність, сумлінність, прагнення до досконалості, надійність і самоконтроль. Психічна ригідність характерна для педантичного, психастеничного, епілептоїдного, сенситивного і астеноневротичного типів акцентуацій характеру особистості. Зазначається, що ригідність пов'язана з фобіями та фрустрацією. Цікавим є висновок про те, що психологічний захист є першопричиною ригідності та сприяє її формуванню.

Пов'язуючи психічну ригідність зі стереотипністю мислення, І. Ніколаєва відмічає, що ригідна особистість характеризується проявами шаблонної поведінки й пізнавальними настановами [9]. Під час дослідження когнітивної гнучкості в осіб середньої дорослості І. Ніколаєва аналізує фізіологічні механізми когнітивної гнучкості й за результатами діагностики констатує, що ригідний когнітивний пізнавальний контроль свідчить про

трудність переходу від вербальних функцій до сенсорно-перцептивних у зв'язку з низьким ступенем їхньої автоматизації [8].

Л. Балецька розглядає когнітивну гнучкість як рухомий інтелект і наводить ключові чинники його розвитку. У роботі авторка аналізує особливості прояву когнітивної гнучкості крізь призму наукового й методологічного бачення, виходячи з такого розуміння когнітивної гнучкості: це вміння особистості перемикає мисленнєві процеси, незалежно від того, спричинене воно спеціальною зміною правил чи необхідністю в перегляді колишніх настанов, думок в умовах нової ситуації. Когнітивна гнучкість пов'язана із процесами гальмування, планування і робочої пам'яті. Пригальмовуючи малозначущі параметри стимулу, людина фокусується на більш важливих параметрах, що дозволяє їй краще проявляти себе в новій ситуації через застосування стратегій, здійснення вибору, планування, організації, ухвалення рішення [3]. Також авторка схарактеризувала окремі методи вимірювання когнітивної гнучкості: тест Струпа й Вісконсинський тест сортування карток (Wisconsin Card Sorting Test).

Н. Михальчук разом із колегами встановили, що флексибільність, на відміну від ригідності, позитивно впливає на перебіг освітнього процесу, оскільки сприяє засвоєнню нових знань. Гнучкі пізнавальні настанови й особливості когнітивної сфери людини дають змогу ефективно взаємодіяти в освітньому середовищі, що стає важливим фундаментом для успішного навчання і «продуктивного засвоєння необхідної інформації» [1, с. 4].

Б. Савчук, Р. Котенко та М. Пантук, застосовують компетентнісний підхід і зазначають, що когнітивна гнучкість має міждисциплінарний характер, визначають її як «складний багаторівневий суспільний феномен, який охоплює різні сфери суспільного життя, зокрема має надвелике значення для професійного й особистісного становлення майбутніх фахівців у сфері освіти» [14]. Автори розглядають підходи й можливості використання когнітивної теорії гнучкості в системі професійної освіти України, пропонують формувати когнітивну компетентність через безперервну освіту й саморозвиток особистості.

І. Мазоха акцентує увагу на тому, що флексибільність проявляється у здатності суб'єкта змінювати свої пізнавальні настанови у відповідь на зміну умов завдання, зовнішнього середовища або життєвих обставин. Ця якість дозволяє особистості радикально перебудовувати наявну концептуальну модель світу, зокрема в ситуаціях, коли нова інформація спричиняє когнітивний дисонанс. Авторка зазначає, що перешкодами для адаптивності є шаблонне мислення, неспроможність знаходити нестандартні рішення, а також стереотипність накопиченого досвіду – властивості, характерні для ригідного типу мислення і мовлення з його схильністю до стереотипів [6].

О. Санніков ґрунтовно досліджує флексибільність у системі властивостей особистості професі-

онала і включає її в основні характеристики рішимості. Рішимість автор визначає як інтегральну характеристику особистості, від якої залежить здатність сміливо та незалежно ухвалювати зрілі рішення, вибірково використовувати водночас особистісні ресурси [15]. Автор зіставляє показники розсудливості та флексibilityності за рівнем їхньої вираженості та зазначає, що флексibilityність у процесі ухвалення рішень не тільки реалізує функцію енергетичного джерела рішимості, але й забезпечує оптимізацію часу ухвалення рішень, підвищує її продуктивність завдяки активації когнітивних характеристик особистості. У роботі показано, що навіть середній рівень флексibilityності дає можливість особистості розмірковувати без поспіху, у зручному для неї темпі, обдумувати варіанти вирішення проблеми та їх реалізації. А також флексibilityність виконує функцію охорони, захисту компонентів рішимості за зміни умов вибору [15].

В. Пісоцький і А. Горянська досліджували психологічні особливості флексibilityності майбутніх педагогів і провели теоретичний аналіз поняття флексibilityності – ригідності і пов'язаних з ними процесів розвитку особистості. За результатами дослідження виявлено значущі кореляційні опосередковані зв'язки флексibilityності з особистісними властивостями майбутніх педагогів: адаптивністю, бажанням до саморозвитку та самоактуалізацією. Автори звертають увагу на важливість розвитку когнітивної гнучкості у процесі професійної підготовки майбутніх педагогів і пропонують вважати когнітивну гнучкість однією з важливих рис особистості [10].

Питання навчання впродовж життя розвивала Н. Курмишева. Дослідниця наголошує на тому, що когнітивна гнучкість визначає якість пізнавальних процесів, концентрує увагу на досягненні поставленої мети. Тому для педагогічних працівників необхідною умовою розвитку когнітивної гнучкості є організація навчання впродовж життя, що є основою їхнього професійного зростання [5].

У монографії Г. Батраченка й А. Плошинської досліджуються когнітивні чинники фізичної активності особистості. У роботі обґрунтовуються концептуальні засади дослідження когнітивних чинників фізичної активності особистості, а також, за результатами емпіричного дослідження, розкривається психологічний зміст когнітивних чинників рухової активності: особистісних конструктів, імпліцитних концепцій і наративів фізичної активності [4].

У дослідженні Д. Мілютіної і К. Березняк когнітивна гнучкість виступає фактором стресостійкості. Вибір стратегії подолання стресу багато в чому залежить від когнітивної гнучкості. Якщо людина оцінює проблему раціонально, то вона її всебічно аналізує і шукає альтернативні шляхи виходу. За допомогою як діагностичного інструменту для вимірювання КГ тесту Струпа (Д. Рідлі) авторами встановлено прямі кореляційні зв'язки когнітивної

гнучкості з адаптивністю до стресу. Це свідчить про те, що особи з високим рівнем когнітивної гнучкості зазвичай швидше за інших оцінюють стрес-фактори і знаходять шляхи пристосування до ситуацій у формі адаптивних поведінкових стратегій [7].

У дисертаційному дослідженні А. Прядко «Психологічні особливості подолання професійних стереотипів вихователів в умовах реформування дошкільної освіти» авторка звертається до когнітивної ригідності як до чинника, який закріплює старі стереотипи й заважає ефективно реагувати на зміни й реформи освіти. Доведено, що когнітивна гнучкість є психологічним чинником подолання професійних стереотипів вихователів дошкільних установ [11; 12].

У науковій статті К. Hohl і S. Dolcos здійснено мініогляд основних концептуальних підходів до оцінювання когнітивної гнучкості та зазначено, що попри визнання широкого кола корисного впливу когнітивної гнучкості, вона ще не досить вивчена. Дана стаття є частиною теми дослідження «Нові таланти в нейробіології людини: когнітивна нейронаука 2023». Дослідниками аналізуються різноманітні інструменти вимірювання когнітивної гнучкості. Наприклад, один тип вимірювання складається з нейропсихологічних завдань, які оцінюють безпосередньо перемикання в когнітивних функціях і поведінку у відповідь на зміну умов навколишнього середовища. Інший тип вимірювань складається з анкет самозвіттів, які оцінюють зміни в думках і поведінці [25] або здатність генерувати альтернативи [18]. З одного боку, усі ці інструменти свідчать про єдину базову конструкцію когнітивної гнучкості, з іншого – є дані, які показують незначний або відсутній зв'язок між ними [21]. Автори зауважують, що когнітивна гнучкість – складне для визначення поняття через низку чинників, зокрема й відсутність єдиних операційних визначень і взаємозамінне вживання термінів [19].

Підходи, де когнітивну гнучкість уважають властивістю когнітивної системи, а не здатністю, розглядають гнучкість як властивість досліджуваних процесів (наприклад, гнучка мова, гнучкі емоції) або як властивість когнітивної системи загалом (наприклад, когнітивний контроль) [20]. Підходи, що розглядають когнітивну гнучкість як рису особистості, концептуалізують гнучкість як частину «відкритості до досвіду», визначають її як усвідомлення численних альтернатив у будь-якій ситуації, бажання бути гнучким і здатності бути гнучким [17]. Трапляються визначення, які розглядають КГ як важливу здатність до творчості, тобто здатність змінювати свою думку та створювати щось нове [22].

Як уже зазначалося, протилежністю до когнітивної гнучкості виступає когнітивна ригідність, яка розглядається як недолік або порушення когнітивної гнучкості, що проявляється в неспроможності змінювати власні переконання та поведінку. Когнітивна ригідність призводить до низької ефективності діяльності, уповільнює досягнення цілей і створює почуття або стан, за якого людина відчу-

ває себе ніби «застряглою» у ситуації, що унеможливорює (або ускладнює) пошук виходу з неї.

Мислення вважається фундаментальним психічним процесом і явищем, яке відрізняє людей від інших живих істот і впливає на наше життя. Спираючись на соціальну когнітивну теорію, китайські дослідники з Університету Циндао запропонували логічну основу «мислення – поведінка – вихід» для вивчення впливу когнітивної гнучкості на продуктивність на нових підприємствах. Автори підкреслюють важливість когнітивної гнучкості у процесі реалізації інноваційних стратегій і підвищення продуктивності роботи працівників [30].

Висновки. Отже, теоретичний аналіз наукових досліджень дозволив дійти висновку: когнітивна гнучкість є важливою властивістю мислення, яка допомагає адаптуватися до змін, вирішувати складні завдання та долати життєві виклики. Розвиток когнітивної гнучкості проходить кілька важливих етапів протягом життя людини, від дитинства до старості. Цей розвиток тісно пов'язаний із дозріванням префронтальної кори й іншими нейронними системами. Досліджень стосовно вікового розвитку когнітивної гнучкості небагато, але є окремі наукові розвідки, які відображують прояв когнітивної гнучкості на різних вікових етапах.

У подальших дослідженнях планується здійснити науковий пошук з метою проведення аналізу публікацій, які стосуються вікових особливостей прояву когнітивної гнучкості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Актуальні проблеми психології розвитку і самоствердження особистості в навчальному середовищі : колективна монографія / Н. Михальчук та ін. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друк. «Рута»», 2020. 200 с.
2. Аносенкова С., Кіреєва З. Репрезентації часу держслужбовців та їх зв'язок із видами ригідності. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Психологія». 2019. № 8. С. 22–26.
3. Балецька Л., Попович Д. Особливості когнітивної гнучкості особистості. *Науковий вісник Мукачівського державного університету*. Серія «Педагогіка та психологія». 2016. № 1 (3). С. 167–170.
4. Батраченко І., Плошинська А. Когнітивна психологія фізичної активності особистості : монографія. Дніпро : видавець Біла К.О., 2023. 228 с.
5. Курмишева Н. Організація навчання впродовж життя як необхідна умова розвитку когнітивної гнучкості педагога. *Імідж сучасного педагога*. 2019. № 5. С. 35–38. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/isp_2019_5_9.
6. Мазоха І. Комунікативна компетентність та флексибільність особистості як основа професіоналізму психолога. *Сучасна психологія: проблеми та перспективи* : збірник наукових праць за матеріалами III Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Ізмаїл, 26 листопада 2021 р. Ізмаїл : ПВБ ІДГУ, 2021. С. 41–45.
7. Мілютіна Д., Березяк К. Психологічні особливості когнітивної гнучкості та стресостійкості курсантів.

Особистість в екстремальних умовах : матеріали X Всеукраїнської науково-практичної конференції, 21 травня 2021 р., м. Львів. Львів, 2021. С. 126.

8. Николаєва І. Особливості прояву ригідності у держслужбовців. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. Серія «Психологія». 2011. № 48. С. 151–154.

9. Николаєва І. Особливості когнітивної гнучкості в осіб у віці середньої дорослості. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2020. Вип. 236. С. 102–104.

10. Пісоцький В., Горянська А. Дослідження психологічних особливостей флексибільності – ригідності майбутніх педагогів. *Габітус*. 2023. Вип. 51. С. 173–178.

11. Прядко А. Психологічні особливості подолання професійних стереотипів вихователів в умовах реформування дошкільної освіти : дис. ... докт. філос. : 053. Київ, 2021. 234 с.

12. Прядко А. Чинники впливу на процеси формування професійних стереотипів у вихователів. *Креативний простір* : електронний науковий журнал. 2021. № 1. С. 7–8. URL: <https://www.newroute.org.ua/wpcontent/uploads/2021/01/%E2%84%96-1.pdf>.

13. П'янківська Л. Теоретичний аналіз проблеми психічної ригідності особистості. *Технології розвитку інтелекту*. 2020. № 2 (27). С. 10–20 (приблизно). DOI: 10.31108/3.2020.4.2.1.

14. Савчук Б., Котенко Р., Пантюк М. Науково-теоретичні засади когнітивної гнучкості як базової компетентності. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2021. Вип. 38. Т. 3. С. 133–137.

15. Санніков О., Полянцева О. Флексибільність і розсудливість у системі властивостей особистості професіонала. *Вісник післядипломної освіти* : збірник наукових праць. Серія «Соціальні та поведінкові науки». 2022. Вип. 22 (51). С. 100–120.

16. Шаріпова Д. Проблема психічної ригідності в наукових дослідженнях. *Вісник Національного університету оборони України*. 2014. № 6 (43). С. 374–378.

17. Chung S.H., Su Y.F., Su S.W. The impact of cognitive flexibility on resistance to organizational change. *Soc. Behav. Pers.* 2012. № 40. P. 735–745.

18. Dennis J.P., Vander Wal J.S. The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cogn. Ther. Res.* 2010. № 34. P. 241–253.

19. Hohl K., Dolcos S. Measuring cognitive flexibility: A brief review of neuropsychological, self-report, and neuroscientific approaches. *Front Hum Neurosci.* 2024. № 18. P. 1331960. DOI: 10.3389/fnhum.2024.1331960.

20. Ionescu T. The variability-stability-flexibility pattern: A possible key to understanding the flexibility of the human mind. *Rev. Gen. Psychol.* 2017. № 21. P. 123–131.

21. Johnco C., Wuthrich V.M., Rapee R.M. Reliability and validity of two self-report measures of cognitive flexibility. *Psychol. Assessm.* 2014. № 26. P. 1381–1387.

22. Kleibeuker S.W., De Dreu C.K., Crone E.A. The development of creative cognition across adolescence: Distinct trajectories for insight and divergent thinking. *Dev. Sci.* 2013. № 16. P. 2–12.

23. Luchins A.S. Mechanization in problem solving – The effect of Einstellung. *Psychological Monographs*. 1942. № 54. P. 1–95.

24. Luchins A.S., Luchins E.H. Rigidity of behavior: A variational approach to the effect of Einstellung. Eugene, OR : University of Oregon Books, 1959. URL: <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1470655>.

25. Martin M.M., Rubin R.B. A new measure of cognitive flexibility. *Psychol. Rep.* 1995. № 76. P. 623–626.

26. Martins J.T., Gonçalves J. Cognitive flexibility and the work context: Integrative literature review. *Psicologia: teoria e prática*. 2022. № 24. P. 1–18.

27. Miyake A., Friedman N.P., Emerson M.J., Witzki A.H., Howerter A., Wager T.D. The Unity and Diversity of Executive Functions and Their Contributions to Complex “Frontal Lobe” Tasks: A Latent Variable Analysis. *Cognitive Psychology*. 2000. № 41 (1). P. 49–100. DOI: 10.1006/cogp.1999.0734.

28. Spiro R.J., Jehng J.C. Cognitive flexibility and hypertext: Theory and technology for the nonlinear and

multidimensional traversal of complex subject matter. *Cognition, education, and multimedia: Exploring ideas in high technology* / D. Nix, R. Spiro (Eds.). Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum Associates, 1990. P. 163–205.

29. Spiro R.J., Feltovich P.J., Jacobson M., Coulson R.L. Cognitive Flexibility, Constructivism, And Hypertext: Advanced Knowledge Acquisition in Ill-Structured Domains. *Educational Technology*. 1992. № 31 (5). P. 24–33.

30. Wang Q., Shi R., Zhang K., Han C., Gao Y. The impact of entrepreneurs' cognitive flexibility on the business performance of New Ventures: an empirical study based on Chinese New Ventures. *Current Psychology*. 2023. Vol. 42. P. 24668–24681. DOI: 10.1007/s12144-022-03532-x.

Стаття надійшла в редакцію: 11.08.2025

Стаття прийнята: 25.08.2025

Опубліковано: 23.10.2025