

ОПРОСНИК АДАПТИВНОГО ИНТЕЛЛЕКТА:

оценка психологической гибкости
в условиях неопределенности

Данный опросник разработан на основе гипотезы **кандидата психологических наук Валерия Викторовича Гута и научных исследований команды Института Адаптивного Интеллекта**. В центре внимания — понятие адаптивного интеллекта как способности человека осознанно, устойчиво и эффективно взаимодействовать с внешними и внутренними изменениями.

Цель опросника

— зафиксировать ключевые параметры психологической адаптивности: стратегии совладания, жизнестойкость, установки на развитие, мотивационные профили и механизмы восприятия среды. Особое внимание уделено способности личности справляться с неопределенностью, делать выбор под давлением и сохранять внутреннюю целостность в нестабильных контекстах.

Методологическая основа включает адаптированные и валидированные элементы следующих направлений:

- Модель жизнестойкости (S. Maddi, адаптация Д. А. Леонтьева).
- Подход к исследованию совладающего поведения (R. Lazarus, S. Folkman).
- Теория локуса контроля (J. Rotter).
- Исследования по мотивации и социальной вовлеченности (McClelland, Atkinson).
- Концепция избирательного внимания и восприятия изменений в сложной среде (Daniel Simons и др.).

Опросник представляет собой композитную авторскую модель, в которой используются принципы количественной и качественной психодиагностики. Его результаты могут быть использованы для оценки личностной зрелости, лидерского потенциала, устойчивости к стрессу и эффективности в условиях перемен.

Разработка теста велась с 2021 года и основана на многолетней практике работы с руководителями, специалистами помогающих профессий и участниками образовательных программ в сфере адаптивного мышления.

Составил: Елена Загвозкина, аналитик
06.05.2025

Результаты исследования AQ

Содержание

[Исходные данные](#)

[Основные понятия](#)

[Почему в сравнении используется медиана, а не среднее значение](#)

[Портрет опрошенной аудитории](#)

[Усреднённый портрет респондента](#)

[Гендерные различия](#)

[Возраст](#)

[Доход](#)

[Образование](#)

[Выводы по шкалам AQ-компонентов](#)

[Рекомендации для дальнейших исследований AQ](#)

Исходные данные



[Опросник](#)



[Результаты](#)



[Дашборд](#)

Исследование адаптивного интеллекта (AQ) проводилось в январе–апреле 2025 года с целью выявить закономерности между социодемографическими характеристиками и выраженностью компонентов AQ. В отчёте представлены сводные выводы на основе 9624 анкет. Анализ проводился по медианным значениям, с учётом ключевых факторов: пол, возраст, доход, образование.

Основные понятия

1. Жизнестойкость характеризуется способностью человека находить смыслы даже в самых сложных и неприятных ситуациях. Эта черта, как отметил Сальваторе Мадди в своих исследованиях 1970-х годов, помогает людям превращать кризисы в ситуации развития и совершать настоящие прорывы [Maddi 2006].

2. Аффiliation представляет собой способность человека взаимодействовать с другими людьми таким образом, чтобы извлекать пользу из совместной деятельности. Аффiliation, как составляющая AQ, начинается тогда, когда мы в связях с другими людьми видим дополнительную ценность.

3. Скорость реагирования — составляющая AQ, которая определяет способность оперативно реагировать на изменения.

4. Любопытство, как стремление исследовать окружающий мир, сохранять интерес к новым знаниям и опыту.

5. Индифферентная наблюдательность. Этот компонент подразумевает умение наблюдать за окружающей средой и собственными реакциями на нее, не давая оценок.

6. Общественное признание — способность проявлять интерес к другим людям, не ожидая при этом ничего взамен.

7. Избыточность подразумевает междисциплинарное мышление и умение находить взаимосвязи между разными сферами жизни. Это помогает человеку получать больше информации и знаний, которые могут пригодиться в непредсказуемых ситуациях.

8. Самодостаточность заключается в способности полагаться на свои внутренние ресурсы и опоры. Несмотря на важность взаимодействия, эта составляющая AQ позволяет обходиться без поддержки других людей, при этом не испытывая одиночества и связанной с ним тревоги, чувства отчужденности.

9. Интернальность подразумевает осознание своей ответственности за происходящие в жизни события (локус контроля). Этот компонент адаптивного интеллекта помогает человеку перестать винить внешние обстоятельства и сосредоточиться на том, что находится под его контролем.

10. Целостность — это отсутствие внутренних конфликтов и согласованность ценностей и мотивов. Целостный человек может жить независимо от других людей и при этом активно с ними взаимодействовать.

Второй блок опросника направлен на оценку влияния **внешней среды, текущих задач и фокусов внимания**, а также выявление **высокорисковых способов реагирования**.

Он измеряется по шкале от 0 до 100, где:

- **0–24** — низкий уровень опасности/потребности в адаптивности
- **25–49** — средний уровень
- **50–74** — повышенный
- **75–100** — острый уровень

Эта шкала **не измеряет AQ напрямую**, но служит важным индикатором **контекста**, в котором проявляется адаптивный интеллект. Например, значение **65 баллов** говорит о повышенной необходимости применять стратегии AQ.

Для оценки потенциальной угрозы можно использовать **коэффициент среды**: **коэффициент = балл среды / 100**

Таким образом, при высоком AQ (например, 80,75) и уровне среды 65 можно рассчитать **зону риска понижения эффективности AQ**:
 $80,75 \times 0,65 = 52,48$

Это **не означает прямого снижения AQ**, но указывает на вероятность того, что в условиях повышенного внешнего давления адаптивный потенциал **может проявляться не в полной мере**.

Важно: это не корреляция, а индикатор зоны риска, влияющий на адаптивное поведение в конкретной среде.

Почему в сравнении используется медиана, а не среднее значение

Для анализа результатов теста в сравнении между группами (по полу, возрасту, доходу и др.) используется **медианное значение**, а не среднее арифметическое. Это обусловлено следующими причинами:

- **Медиана устойчивее к выбросам.** Психологические ответы часто имеют смещённые или несимметричные распределения. В таких случаях медиана лучше отражает «типичное» значение, не искажаясь за счёт крайних оценок.
- **Медиана уместна при порядковой шкале.** В тесте используется шкала типа Лайкерта (от «совершенно неверно» до «совершенно верно»), где разница между баллами не обязательно равнозначна. Среднее в этом случае может вводить в заблуждение, а медиана сохраняет смысл сравнения.
- **Медиану проще интерпретировать.** Она показывает значение, которое разделяет выборку пополам — половина респондентов выше этого значения, половина ниже. Это делает её особенно полезной для сравнительного анализа между социальными группами.

Портрет опрошенной аудитории

Опрос проводился в начале 2025 года и охватил **9624 респондента**, из которых **87,53 % — женщины**, **12,47 % — мужчины**. Существенный перевес в сторону женской аудитории может ограничивать достоверность гендерных сравнений по компонентам AQ.

Возрастной охват представлен всеми категориями, при этом основная доля участников — в возрасте **от 31 до 50 лет**.

78,67 % опрошенных имеют высшее образование, что может влиять на обобщаемость выводов и создавать смещение в интерпретации взаимосвязей между уровнем образования и компонентами AQ.

Большинство респондентов указывают доход до 200 тыс. рублей в месяц, а **география охвата** включает как регионы России, так и страны ближнего зарубежья, обеспечивая широту охвата, но не равномерное представительство.

Пол	Кол-во %	
Жен	8424	87,53 %
Муж	1200	12,47 %
Всего	9624	100,00 %

Пол Возраст	Жен Кол-во %		Муж Кол-во %		Всего Кол-во %	
18–23	491	5,83 %	157	13,08 %	648	6,73 %
24–30	944	11,21 %	197	16,42 %	1141	11,86 %
31–40	3203	38,02 %	507	42,25 %	3710	38,55 %
41–50	2677	31,78 %	247	20,58 %	2924	30,38 %
41–55	1	0,01 %			1	0,01 %
51–60	955	11,34 %	66	5,50 %	1021	10,61 %
61–70	134	1,59 %	19	1,58 %	153	1,59 %
71–80	19	0,23 %	7	0,58 %	26	0,27 %
Всего	8424	100,00 %	1200	100,00 %	9624	100,00 %

Доход (в месяц)	Кол-во %	
От 30 до 60 тыс.	2358	24,50 %
От 60 до 100 тыс.	2138	22,22 %
До 30 тыс.	2051	21,31 %
От 100 до 200 тыс.	1730	17,98 %
От 200 до 300 тыс.	644	6,69 %
От 400 до 1 млн.	300	3,12 %
От 300 до 400тыс.	280	2,91 %
Свыше 1 млн.	122	1,27 %
Выше 200тыс.	1	0,01 %
Всего	9624	100,00 %

Область проживания	Кол-во %	
Москва	1291	13,41 %
Россия	319	3,31 %
Санкт-Петербург	312	3,24 %
Свердловская	190	1,97 %
Казахстан	186	1,93 %
Московская	162	1,68 %
Дагестан	140	1,45 %
Город	137	1,42 %
Татарстан	137	1,42 %
Московская область	127	1,32 %
Всего	9624	100,00 %

Усреднённый портрет респондента

Наиболее представленная в выборке группа — это **женщины в возрасте от 31 до 50 лет, имеющие высшее образование и средний доход до 300 тыс. рублей в месяц**. Именно эта категория формирует основную долю данных, поэтому большинство выводов будет наиболее релевантно именно для неё.

Компонентный профиль (медианные значения):

	Жен.
Медиана Адаптивный интеллект	59,75
Медиана Жизнестойкость	6
Медиана Аффилиация	6,50
Медиана Индифферентная наблюдательность	6,00
Медиана Скорость реагирования	5,50
Медиана Любопытство	7
Медиана Общественное признание	6,00
Медиана Избыточность	5,50
Медиана Самодостаточность	6,50
Медиана Интернальность	6,50
Медиана Целостность	6,00
Медиана Шкала стресс-факторов внешней среды	45

- **Самодостаточность — 6,5**

Указывает на хорошо развитую способность полагаться на внутренние ресурсы и сохранять устойчивость без внешней поддержки. Такие респонденты, как правило, чувствуют себя уверенно в одиночку и не испытывают тревоги в отсутствии социального подтверждения.

- **Интернальность — 6,5**

Подразумевает внутренний локус контроля — уверенность в том, что именно человек сам влияет на ход своей жизни. Это компонент ответственности и зрелого мышления: фокус на том, что находится под контролем, а не на внешних обстоятельствах.

- **Избыточность — 5,5**

Отражает междисциплинарное мышление и гибкость мышления, показатель на фоне других ниже. Значение выше среднего говорит о способности выстраивать связи между разными областями опыта, что особенно важно в нестабильных и быстро меняющихся условиях.

- **Индифферентная наблюдательность — 6,0**

Указывает на способность отслеживать происходящее без излишней эмоциональной вовлечённости и без оценочного суждения. Такой респондент может сохранять ясность мышления в сложных ситуациях, не поддаваясь автоматическим реакциям.

- **Аффилиация — 6,5**

Отражает стремление к продуктивному взаимодействию с другими людьми. Это значение говорит о наличии социального ресурса: респондент склонен видеть в сотрудничестве не угрозу, а дополнительную ценность.

- **Общественное признание — 6,0**

Этот компонент связан с открытостью к людям и готовностью проявлять интерес к другим без ожидания выгоды. Средний уровень говорит о здоровом балансе между социальной активностью и личными границами.

- **Любопытство — 7**

Является индикатором открытости новому, стремления к обучению и исследованию. Повышенное значение говорит о том, что респондент склонен искать информацию, пробовать новое и не боится неопределённости.

- **Жизнестойкость — 6**

Этот компонент отражает способность сохранять смысл и внутреннюю мотивацию в трудных ситуациях.

Значение на среднем уровне говорит о том, что человек способен преодолевать трудности, но может нуждаться в поддержке или ресурсах в периоды длительной нестабильности.

- **Скорость реагирования — 5,5**

Указывает на умеренную готовность адаптироваться и действовать при смене внешних условий. Не слишком высокая, но стабильная скорость, характерная для людей, предпочитающих осознанные, обдуманые действия.

- **Целостность — 6**

Отражает согласованность внутренних ценностей, мотивов и поведения. Высокий показатель целостности указывает на внутреннюю честность, умение действовать в соответствии с собой, не подстраиваясь излишне под внешние ожидания.

Стресс-факторы среды — 45 балла

Это значение относится к зоне **средней потребности в адаптивности**.

Это означает, что респондент чаще всего сталкивается с умеренной нагрузкой среды: нестабильностью, многозадачностью или необходимостью принимать решения в условиях неопределенности.

Если рассматривать этот балл как коэффициент среды (0,45), то даже высокий уровень AQ может в реальности проявляться с ограничениями, особенно в ситуации эмоционального или информационного перегруза.

Таким образом, эта группа респондентов представляет собой типичный пример взрослого человека, обладающего развитым внутренним потенциалом и устойчивыми компонентами AQ, при этом находящегося в условиях, требующих регулярного применения адаптивных стратегий в ответ на вызовы среды.

Пол	Кол-во %	
Жен	4650	100,00 %
Всего	4650	100,00 %

Образование	Кол-во %	
Высшее	4650	100,00 %
Всего	4650	100,00 %

Пол Возраст	Жен Кол-во %	Всего Кол-во %
31–40	2591 55,72 %	2591 55,72 %
41–50	2059 44,28 %	2059 44,28 %
Всего	4650 100,00 %	4650 100,00 %

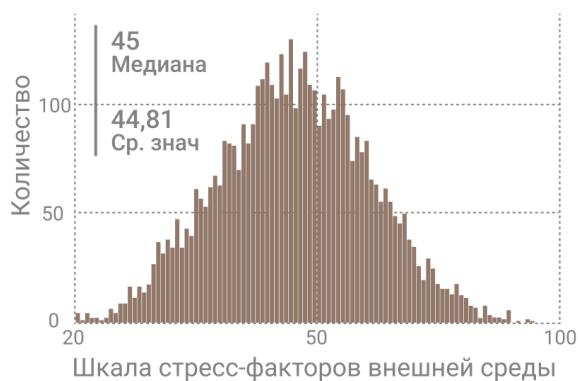
Доход (в месяц)	Кол-во %	
От 30 до 60 тыс.	1227	26,39 %
От 60 до 100 тыс.	1213	26,09 %
От 100 до 200 тыс.	1005	21,61 %
До 30 тыс.	834	17,94 %
От 200 до 300тыс.	371	7,98 %
Всего	4650	100,00 %

Область проживания	Кол-во %	
Москва	619	13,31 %
Санкт-Петербург	155	3,33 %
Россия	147	3,16 %
Свердловская	106	2,28 %
Московская	94	2,02 %
Казахстан	88	1,89 %
Татарстан	75	1,61 %
Московская область	70	1,51 %
Краснодар	67	1,44 %
Краснодарский край	64	1,38 %
Всего	4650	100,00 %

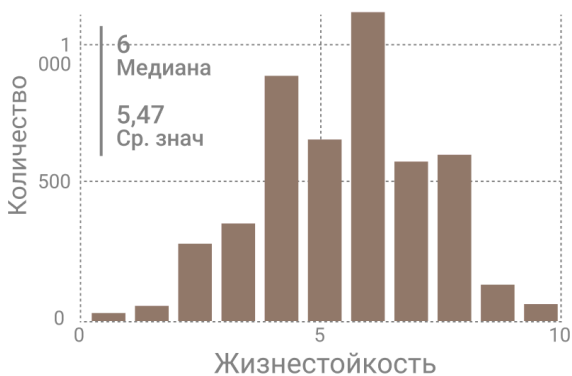
Количество по Адаптивный интеллект



Количество по Шкала стресс-факторов внешней среды



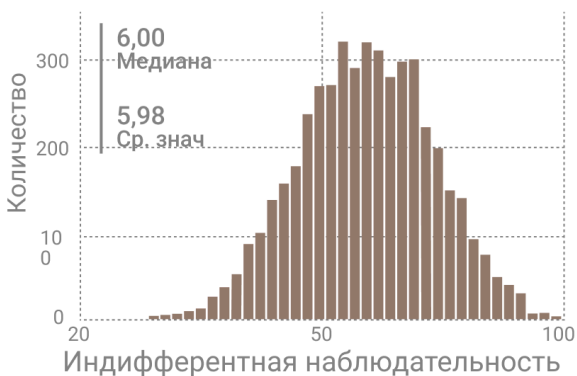
Количество по Жизнестойкость



Количество по Аффiliation



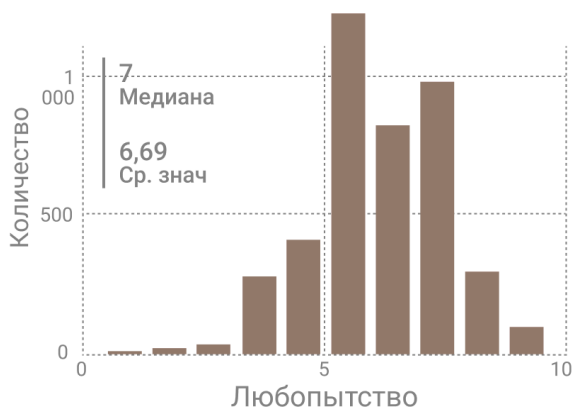
Количество по Индифферентная наблюдательность



Количество по Скорость реагирования



Количество по Любопытство



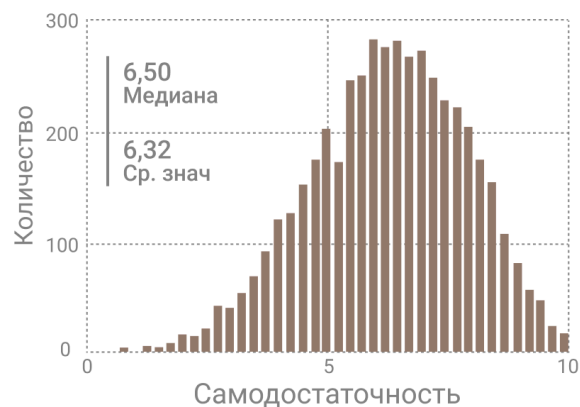
Количество по Общественное признание



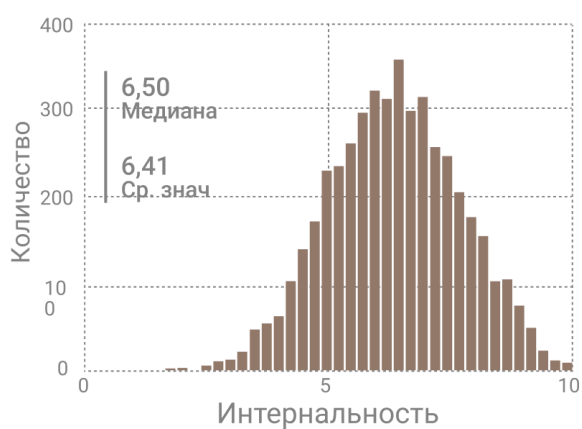
Количество по Избыточность



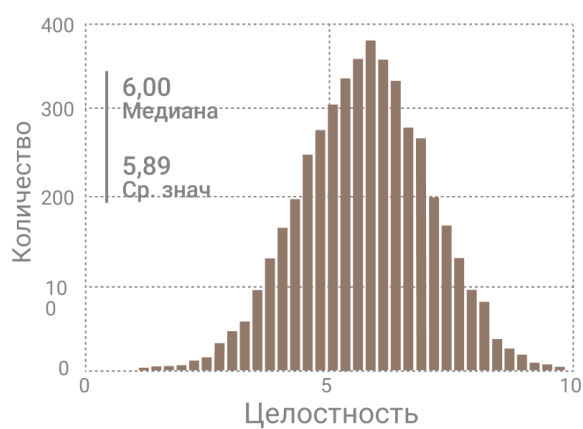
Количество по Самодостаточность



Количество по Интернальность



Количество по Целостность



Гендерные различия

Пол	Кол-во %	
Жен	8424	87,53 %
Муж	1200	12,47 %
Всего	9624	100,00 %

Мужчины — 12,47 % опрошенных:

Пол	Кол-во %		Пол Возраст	Муж Кол-во %	Всего Кол-во %
Муж	1200	100,00 %	18–23	157 13,08 %	157 13,08 %
Всего	1200	100,00 %	24–30	197 16,42 %	197 16,42 %
Образование	Кол-во %		31–40	507 42,25 %	507 42,25 %
Высшее	840	70,00 %	41–50	247 20,58 %	247 20,58 %
Среднее профессиональное	198	16,50 %	51–60	66 5,50 %	66 5,50 %
Среднее	162	13,50 %	61–70	19 1,58 %	19 1,58 %
Всего	1200	100,00 %	71–80	7 0,58 %	7 0,58 %
			Всего	1200 100,00 %	1200 100,00 %

Доход (в месяц)	Кол-во %		Область проживания	Кол-во %	
От 100 до 200 тыс.	296	24,67 %	Москва	195	16,25 %
От 60 до 100 тыс.	237	19,75 %	Санкт-Петербург	38	3,17 %
До 30 тыс.	151	12,58 %	Россия	37	3,08 %
От 30 до 60 тыс.	150	12,50 %	Самарская	23	1,92 %
От 200 до 300 тыс.	136	11,33 %	Татарстан	22	1,83 %
От 400 до 1 млн.	98	8,17 %	Дагестан	21	1,75 %
От 300 до 400 тыс.	76	6,33 %	Самара	20	1,67 %
Свыше 1 млн.	56	4,76 %	Московская область	19	1,58 %
От 30 до 60 тыс.	1200	100,00 %	Волгоград	17	1,42 %
			Новосибирск	16	1,33 %
			Всего	1200	100,00 %

Женщины — 87,53 % опрошенных

Пол	Кол-во %	
Жен	8424	100,00 %
Всего	8424	100,00 %

Образование	Кол-во %	
Высшее	6731	79,90 %
Среднее профессиональное	1194	14,17 %
Среднее	499	5,92 %
Всего	8424	100,00 %

Пол Возраст	Жен Кол-во %	Всего Кол-во %
18–23	491 5,83 %	491 5,83 %
24–30	944 11,21 %	944 11,21 %
31–40	3203 38,02 %	3203 38,02 %
41–50	2677 31,78 %	2677 31,78 %
41–55	1 0,01 %	1 0,01 %
51–60	955 11,34 %	955 11,34 %
61–70	134 1,59 %	134 1,59 %
71–80	19 0,23 %	19 0,23 %
Всего	8424 100,00 %	8424 100,00 %

Доход (в месяц)	Кол-во %	
От 30 до 60 тыс.	2208	26,21 %
От 60 до 100 тыс.	1901	22,57 %
До 30 тыс.	1900	22,55 %
От 100 до 200 тыс.	1434	17,02 %
От 200 до 300 тыс.	508	6,03 %
От 300 до 400 тыс.	204	2,42 %
От 400 до 1 млн.	202	2,40 %
Свыше 1 млн.	66	0,78 %
Выше 200 тыс.	1	0,01 %
Всего	8424	100,00 %

Область проживания	Кол-во %	
Москва	1096	13,01 %
Россия	282	3,35 %
Санкт-Петербург	274	3,25 %
Свердловская	176	2,09 %
Казахстан	171	2,03 %
Московская	147	1,75 %
Город	123	1,46 %
Дагестан	119	1,41 %
Татарстан	115	1,37 %
Краснодарский край	111	1,32 %
Всего	8424	100,00 %

	Жен.	Муж.
Медиана Адаптивный интеллект	60,00	64,50
Медиана Жизнестойкость	6	6
Медиана Аффiliation	6,50	6,50
Медиана Индифферентная наблюдательность	6,00	6,25
Медиана Скорость реагирования	5,50	6,25
Медиана Любопытство	7	7
Медиана Общественное признание	6,00	6,75
Медиана Избыточность	5,50	5,75
Медиана Самодостаточность	6,50	7,00
Медиана Интернальность	6,50	6,75
Медиана Целостность	6,00	6,50
Медиана Шкала стресс-факторов внешней среды	44	42

Мужчины демонстрируют **более высокий уровень адаптивного интеллекта** — в среднем *64,5 против 60 у женщин* — по большинству компонентов, за исключением **Любопытства, Жизнестойкости и Аффилиации**, где различия минимальны или в пользу женщин.

При этом важно учитывать, что **доля мужчин в выборке значительно ниже**, что может снижать статистическую надёжность гендерных сравнений.

Для проверки мы сравнили **сегмент мужчин, совпадающий по возрасту, уровню дохода и образованию** с наиболее представленной группой женщин. **Выводы подтвердились:** различия в пользу мужчин сохраняются даже при одинаковом социально-экономическом фоне.

	Жен.	Муж.
Медиана Адаптивный интеллект	59,75	63,75
Медиана Жизнестойкость	6	6
Медиана Аффилиация	6,50	6,25
Медиана Индифферентная наблюдательность	6,00	6,25
Медиана Скорость реагирования	5,50	6,00
Медиана Любопытство	7	7
Медиана Общественное признание	6,00	6,75
Медиана Избыточность	5,50	5,75
Медиана Самодостаточность	6,50	6,75
Медиана Интернальность	6,50	6,50
Медиана Целостность	6,00	6,50
Медиана Шкала стресс-факторов внешней среды	45	43

Также стоит отметить, что **женщины чаще оказываются в среде с более высокой концентрацией стресс-факторов**, что свидетельствует о **повышенной потребности в адаптивности**. Согласно методике оценки, это **может увеличивать нагрузку на адаптивный потенциал** и потенциально **снижать его реализацию в повседневной жизни**.

Важно понимать, что это **не означает, что уровень AQ у женщин ниже из-за стресса**, но **указывает на зону возможного риска**, в которой даже высокий AQ может проявляться менее эффективно.

Возраст

Для анализа возраста возьмем наиболее встречающийся портрет опрошенной аудитории и сравним внутри него возраст.

Для того чтобы данные были более полными и достоверными, возьмем диапазон от 18 до 60 лет, т. к. опрошенных от 61 до 80 лет сильно меньше, чем основных сегментов, и данные по этому возрасту могут быть недостоверными, поэтому исключены из анализа.

Пол Возраст	Жен Кол-во %		Всего Кол-во %	
18–23	211	3,34 %	211	3,34 %
24–30	696	11,03 %	696	11,03 %
31–40	2591	41,07 %	2591	41,07 %
41–50	2059	32,64 %	2059	32,64 %
51–60	643	10,19 %	643	10,19 %
61–70	94	1,49 %	94	1,49 %
71–80	14	0,22 %	14	0,22 %
Всего	6308	100,00 %	6308	100,00 %

	Жен.				
	18–23	24–30	31–40	41–50	51–60
Медиана Адаптивный интеллект	60,00	60,50	59,50	60,25	61,25
Медиана Жизнестойкость	5	6	6	6	6
Медиана Аффiliation	6,50	6,50	6,50	6,50	6,50
Медиана Индифферентная наблюдательность	5,75	5,75	6,00	6,00	6,00
Медиана Скорость реагирования	5,50	5,50	5,50	5,50	5,50
Медиана Любопытство	7	7	7	7	7
Медиана Общественное признание	6,00	6,00	6,00	6,25	6,25
Медиана Избыточность	5,75	5,75	5,50	5,50	5,75
Медиана Самодостаточность	6,50	6,25	6,25	6,50	6,50
Медиана Интернальность	6,50	6,75	6,50	6,25	6,25
Медиана Целостность	5,75	6,00	5,75	6,00	6,00
Медиана Шкала стресс-факторов внешней среды	45	47	46	44	39

Выводы:

- Адаптивный интеллект растёт с возрастом (60 в 18 лет, против 61,25 в 60)
- Индифферентная наблюдательность с возрастом растёт (5,75 против 6)

- Растёт общественное признание с возрастом (6 против 6,25)
- Интернальность падает с возрастом (6,5 против 6,25)
- Уровень стресса с возрастом падает (45 в 18 лет, против 39 в 60)

Индифферентная наблюдательность — этот компонент подразумевает умение наблюдать за окружающей средой и собственными реакциями на нее, не давая оценок.

Интернальность подразумевает осознание своей ответственности за происходящие в жизни события (локус контроля). Этот компонент адаптивного интеллекта помогает человеку перестать винить внешние обстоятельства и сосредоточиться на том, что находится под его контролем.

Некоторые показатели (Аффилиация, Скорость реагирования, Избыточность, Самодостаточность, Интернальность, Целостность) до 61 года не меняются либо колеблются незначительно.

Если сравнивать сегмент женщин и мужчин по возрасту, то можно сделать аналогичные выводы, как и по основному сегменту опрошенных.

	Жен.					Муж.				
	18-23	24-30	31-40	41-50	51-60	18-23	24-30	31-40	41-50	51-60
Медиана Адаптивный интеллект	60,00	60,50	59,50	60,25	61,25	64,50	64,75	63,25	64,25	63,50
Медиана Жизнестойкость	5	6	6	6	6	7	7	6	6	7
Медиана Аффилиация	6,50	6,50	6,50	6,50	6,50	6,50	6,50	6,25	6,50	6,50
Медиана Индифферентная наблюдательность	5,75	5,75	6,00	6,00	6,00	6,25	6,00	6,25	6,13	6,50
Медиана Скорость реагирования	5,50	5,50	5,50	5,50	5,50	6,25	6,25	6,00	6,25	5,75
Медиана Любопытство	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
Медиана Общественное признание	6,00	6,00	6,00	6,25	6,25	6,63	6,75	6,75	6,75	7,00
Медиана Избыточность	5,75	5,75	5,50	5,50	5,75	6,25	5,50	5,50	6,00	6,25
Медиана Самодостаточность	6,50	6,25	6,25	6,50	6,50	6,75	6,75	6,75	6,75	6,75
Медиана Интернальность	6,50	6,75	6,50	6,25	6,25	7,00	6,75	6,50	6,50	6,25
Медиана Целостность	5,75	6,00	5,75	6,00	6,00	6,25	6,00	6,50	6,50	6,25
Медиана Шкала стресс-факторов внешней среды	45	47	46	44	39	41	46	44	42	40

Доход

Структура выборки по уровню дохода

Доход (в месяц)	Кол-во %	
От 30 до 60 тыс.	2358	24,50 %
От 60 до 100 тыс.	2138	22,22 %
До 30 тыс.	2051	21,31 %
От 100 до 200 тыс.	1730	17,98 %
От 200 до 300 тыс.	644	6,69 %
От 400 до 1 млн.	300	3,12 %
От 300 до 400 тыс.	280	2,91 %
Свыше 1 млн.	122	1,27 %
Всего	9623	100,00 %

В исследовании представлены участники с широким диапазоном ежемесячного дохода, однако **основной массив выборки сосредоточен в сегменте от 30 до 100 тыс. рублей в месяц:**

- **24,5 %** — доход от 30 до 60 тыс.
- **22,2 %** — доход от 60 до 100 тыс.
- **21,3 %** — доход до 30 тыс.

Таким образом, **почти 70 % выборки** составляют респонденты с доходом **до 100 тыс. рублей**, что отражает усреднённую экономическую реальность в РФ и формирует основную базу для анализа AQ в условиях ограниченных ресурсов.

- Группа с доходом **от 100 до 200 тыс.** составляет **18 %**, а **от 200 до 300 тыс.** — около **6,7 %**.
- **Высокий доход (свыше 300 тыс.)** имеют менее **8 % участников**:
 - от 300 до 400 тыс. — 2,9 %
 - от 400 тыс. до 1 млн — 3,1 %
 - свыше 1 млн — 1,3 %

Основные выводы по компонентам AQ и стресс-факторам будут наиболее достоверны для респондентов с доходом до 100 тыс. Выводы по высокодоходным группам (300 тыс. и выше) следует интерпретировать с осторожностью из-за относительно небольшого количества респондентов в этих сегментах.

Зависимость компонентов AQ от дохода

	До 30 тыс.	От 30 тыс. до 60 тыс.	От 60 тыс. до 100 тыс.	От 100 тыс. до 200 тыс.	От 200 тыс. до 300 тыс.	От 300 тыс. до 400 тыс.	Свыше 1 млн.	От 400 тыс. до 1 млн.
Медиана Адаптивный интеллект	55,75	58,00	61,00	63,75	66,00	66,88	67,38	69,50
Медиана Жизнестойкость	5	5	6	6	7	6	7	7
Медиана Аффiliation	6,00	6,25	6,50	6,75	6,75	7,00	7,00	7,00
Медиана Индифферентная наблюдательность	5,55	5,75	6,00	6,25	6,50	6,50	6,38	6,75
Медиана Скорость реагирования	5,00	5,25	5,75	6,00	6,25	6,25	6,50	6,50
Медиана Любопытство	6	6	7	7	7	7	7	7
Медиана Общественное признание	5,50	6,00	6,25	6,50	6,75	7,00	7,25	7,25
Медиана Избыточность	5,00	5,25	5,50	6,00	6,50	6,50	6,63	6,75
Медиана Самодостаточность	6,00	6,25	6,50	6,75	7,25	7,13	7,25	7,25
Медиана Интернальность	6,00	6,00	6,50	6,75	7,00	7,00	6,75	7,25
Медиана Целостность	5,50	5,75	6,00	6,25	6,50	6,25	6,50	6,50
Медиана Шкала стресс-факторов внешней среды	47	45	43	42	40	41	43	40

Данные демонстрируют **устойчивую положительную зависимость между уровнем дохода и компонентами адаптивного интеллекта (AQ)**. По мере роста дохода медианные значения всех ключевых компонентов повышаются. Ниже — подробные наблюдения по каждой группе и компоненту.

Общая тенденция:

- Уровень **AQ последовательно возрастает** от группы с доходом **до 30 тыс.** (медиана AQ — 55,75) до группы **400 тыс. — 1 млн** (медиана AQ — 69,5).
- Почти все **когнитивные, социальные и личностные компоненты AQ** растут вместе с доходом.
- **Стресс-факторы среды** (восприятие внешней нагрузки) **снижаются** по мере роста дохода: с **47** (низкий доход) до **40** (высокий доход).

Ключевые компоненты:

- **Самодостаточность**

Растёт от 6,0 до 7,25: материальная обеспеченность связана с более выраженной способностью опираться на внутренние ресурсы.

- **Интернальность**

Повышается от 6,0 до 7,25: более обеспеченные респонденты чаще считают себя ответственными за происходящее в жизни, а не зависящими от внешних обстоятельств.

- **Избыточность**

От 5,25 до 7,75: рост дохода сопровождается большей гибкостью мышления, способностью связывать разные области знаний.

- **Адаптивный интеллект (суммарный показатель)**

Стабильно растёт от 55,75 до 69,5, что указывает на значительное влияние дохода на уровень адаптивности.

- **Общественное признание и аффилиация**

Эти социальные компоненты также увеличиваются (до 7,25 и 7,0 соответственно), что может отражать уверенность в социальных взаимодействиях у людей с более высоким доходом.

- **Скорость реагирования и любопытство**

Повышаются умеренно, но стабильно. Любопытство — от 6 до 8, что указывает на большую открытость к новому при высоком уровне дохода.

- **Шкала стресс-факторов внешней среды**

Уменьшается с 47 (низкий доход) до 40–41 (высокий доход), что подтверждает: финансовая устойчивость **снижает субъективную нагрузку внешней среды** и потенциальные угрозы для реализации AQ.

Вывод:

Доход оказывает значительное влияние на **все компоненты AQ**.

Люди с более высоким уровнем дохода демонстрируют:

- Более высокую внутреннюю устойчивость (самодостаточность, интернальность)
- Более выраженное когнитивное разнообразие (избыточность)
- Более уверенное поведение в социуме (аффилиация, признание)
- Меньшую воспринимаемую нагрузку от среды (снижение стресс-факторов)

Это подтверждает, что **доход — важный ресурс**, усиливающий проявление адаптивного потенциала и снижающий вероятность его блокировки за счёт внешнего давления.

Образование

Образование	Кол-во %	
Высшее	7570	78,67 %
Среднее профессиональное	1392	14,47 %
Среднее	661	6,87 %
Всего	9623	100,00 %

Структура выборки по уровню образования

В исследовании приняли участие 9623 респондента с различным уровнем образования. **Преобладающая доля участников — люди с высшим образованием**, что может оказывать влияние на общий профиль адаптивного интеллекта (AQ) в выборке.

Распределение:

- **Высшее образование — 78,67 % (7570 человек)**
Это наиболее представленный сегмент. Его доминирование формирует основную статистическую базу для анализа AQ, но может ограничивать возможность экстраполяции результатов на менее образованные группы.
- **Среднее профессиональное образование — 14,47 % (1392 человека)**
Представлено в меньшей степени, но даёт возможность оценить различия в AQ между уровнями подготовки.
- **Среднее образование — 6,87 % (661 человек)**
Наименее представленная группа. Выводы по ней требуют осторожности из-за малой выборки.

Зависимость компонентов AQ от уровня образования

	Высшее	Среднее	Среднее профессиональное
Медиана Адаптивный интеллект	61,25	58,25	58,25
Медиана Жизнестойкость	6	6	6
Медиана Аффилиация	6,50	6,00	6,25
Медиана Индифферентная наблюдательность	6	5,75	5,75
Медиана Скорость реагирования	5,75	5,50	5,25
Медиана Любопытство	7	6	6
Медиана Общественное признание	6,25	6,00	5,88
Медиана Избыточность	5,75	5,25	5,00
Медиана Самодостаточность	6,50	6,25	6,25
Медиана Интернальность	6,50	6,00	6,00
Медиана Целостность	6,00	5,75	5,75
Медиана Шкала стресс-факторов внешней среды	44	46	43

Анализ показывает, что **уровень образования влияет на выраженность большинства компонентов адаптивного интеллекта (AQ).**

Респонденты с высшим образованием демонстрируют более высокие показатели по большинству компонентов AQ по сравнению с теми, у кого среднее или среднее профессиональное образование.

Основные различия по компонентам:

- **Адаптивный интеллект**

(суммарный показатель):

- Высшее образование — 61,25
- Среднее и среднее профессиональное — по 58,25

Разница в 3 балла указывает на более выраженный адаптивный потенциал у респондентов с высшим образованием.

- **Самодостаточность**

- Высшее — 6,5
- Среднее — 6,0
- Среднее профессиональное — 6,25

Способность опираться на внутренние опоры чаще формируется у людей с более высоким уровнем образования.

- **Интернальность**

(ответственность за происходящее):

- Высшее — 6,5
- Среднее — 6,0
- Среднее профессиональное — 6,25

Люди с высшим образованием чаще чувствуют контроль над своей жизнью.

- **Избыточность**

(гибкость мышления, междисциплинарность):

- Высшее — 5,75
- Среднее — 5,25
- Среднее профессиональное — 5,5

Уровень образования связан с широтой и гибкостью мышления, необходимой для адаптации.

- **Индифферентная наблюдательность**

(наблюдение без оценки):

- Высшее — 6,0
- Среднее — 5,75
- Среднее профессиональное — 5,75

Разница невелика, но тенденция сохраняется.

- **Целостность**

(внутренняя согласованность):

- Высшее — 6,0
- Среднее профессиональное — по 5,75

Указывает на более стабильные внутренние ориентиры у более образованных респондентов.

- **Аффилиация и общественное признание**

(социальные компоненты):

- Различия по этим компонентам невелики, но в среднем выше у респондентов с высшим образованием:
 - Аффилиация — 6,5 против 6,0–6,25
 - Общественное признание — 6,25 против 6,0 и 5,88

- **Любопытство и жизнестойкость**

- Медианы на уровне 7 и 6 соответственно во всех группах — здесь уровень образования оказывает минимальное влияние.

Стресс-факторы среды:

- **Среднее образование** — медиана 46
- **Среднее профессиональное** — 43
- **Высшее** — 44

Различия незначительны, но могут указывать на более высокое восприятие внешней нестабильности у менее образованных респондентов.

Вывод:

- **Выборка явно смещена в сторону более образованных респондентов**, что может быть связано с самим форматом теста и привлечённой аудиторией.
- Важно учитывать этот дисбаланс при интерпретации зависимости компонентов AQ от уровня образования: различия между группами действительно есть, но основная база анализа — это профиль людей с высшим образованием.
- **Уровень образования положительно связан с компонентами AQ**, особенно в сфере **внутренней устойчивости (самодостаточность, интернальность)** и **когнитивной гибкости (избыточность)**.
- **Социальные компоненты AQ** также немного выше у людей с высшим образованием, но выражены менее резко.
- **Стресс-факторы среды слабо коррелируют с образованием**, но есть тенденция к более высокому восприятию нагрузки среди респондентов с базовым уровнем образования.

Выводы по шкалам AQ-компонентов

Таблица 1. Тенденции AQ-компонентов по факторам выборки

Компонент AQ	Пол	Возраст	Доход	Образование
Жизнестойкость	Выше у мужчин	Растёт с возрастом	Чёткий рост с доходом	Немного ниже при среднем
Аффилиация	Выше у женщин	Умеренный рост с возрастом	Максимальна при доходе > 300 тыс.	Почти не зависит от образования
Скорость реагирования	Выше у мужчин	Максимальна до 40 лет, далее стабильна	Растёт с доходом	Незначительно выше у высшего образования
Индифферентная наблюдательность	Без выраженных различий	Растёт с возрастом	Растёт с доходом	Немного выше у высшего образования
Целостность	Выше у мужчин	Растёт с возрастом	Растёт с доходом	Чуть выше у высшего образования
Избыточность	Выше у мужчин	Растёт с возрастом	Сильно растёт с доходом	Заметно выше у высшего образования
Самодостаточность	Выше у мужчин	Растёт с возрастом	Чёткий рост с доходом	Выше у высшего образования
Интернальность	Выше у мужчин	Растёт с возрастом	Сильно растёт с доходом	Выше у высшего образования
Общественное признание	Умеренно выше у мужчин	Стабильно, небольшой рост	Растёт с доходом	Чуть выше у высшего образования
Любопытство	Немного выше у мужчин	Стабильно высокое	Немного выше при высоком доходе	Незначительная зависимость
Шкала стресс-факторов	Выше у женщин	Снижается с возрастом	Снижается с доходом	Ниже при среднем образовании

Жизнестойкость

Способность извлекать смысл даже из сложных ситуаций.

- Выше у мужчин, растёт с возрастом и доходом.
- Стабильна во всех группах образования, но чуть ниже у людей со средним уровнем.

Аффилиация

Готовность взаимодействовать с другими и видеть в связях ценность.

- Максимальна у респондентов с высоким доходом (300 тыс. и выше).
- Почти не зависит от образования, умеренно растёт с возрастом.
- Женщины демонстрируют немного более высокие значения.

Скорость реагирования

Гибкость в действиях, способность быстро адаптироваться.

- Растёт с доходом и у мужчин выше.
- Выше у молодых (до 40 лет), после — стабилизируется.
- Незначительно выше у людей с высшим образованием.

Индифферентная наблюдательность

Умение наблюдать без оценки, с внутренним спокойствием.

- Повышается с возрастом и доходом.
- Женщины и мужчины демонстрируют схожие значения.
- Чуть выше у людей с высшим образованием.

Целостность

Согласованность внутренних ценностей и поведения.

- С возрастом растёт.
- Выше у мужчин и у высокодоходных групп.
- Чуть выше у респондентов с высшим образованием.

Избыточность

Гибкость мышления, умение связывать разные сферы знаний.

- Сильно растёт с доходом, особенно после 200 тыс.
- Мужчины показывают немного более высокие значения.
- Заметно выше у респондентов с высшим образованием.

Самодостаточность

Способность опираться на внутренние ресурсы.

- Стабильно растёт с возрастом и доходом.
- Мужчины — выше, чем женщины.
- Связана с уровнем образования — наивысшие значения у тех, у кого высшее.

Интернальность

Ответственность за свою жизнь, внутренний локус контроля.

- Сильно зависит от дохода — растёт до уровня 7,25.
- У мужчин выше, чем у женщин.
- Прямая связь с уровнем образования.

Общественное признание

Открытость к другим людям без ожидания выгоды.

- Повышается с доходом, особенно после 100 тыс.
- Мужчины показывают чуть более высокие значения.
- Чуть выше у высшего образования.

Любопытство

Интерес к новому, готовность к исследованию.

- На стабильно высоком уровне у всех групп.
- Немного выше у мужчин и у высокодоходных респондентов.
- Незначительно варьируется в зависимости от образования.

Шкала стресс-факторов среды

Показывает степень внешнего давления и потребности в адаптивности.

- Наиболее высокая у людей с низким доходом и средним образованием.
- Ниже всего:
 - у мужчин,
 - у респондентов старшего возраста,
 - у участников с доходом от 300 тыс. и выше.