

Личностные регуляторы построения образа будущего на разных этапах профессионализации

М.В. Сапоровская¹✉, С.И. Конжин², Е.В. Тихомирова¹,
А.Г. Самохвалова¹

¹Костромской государственной университет, Кострома, Российская Федерация

²Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Российская Федерация

✉ mv_saporovskaya@ksu.edu.ru

Резюме

Актуальность. В современном быстро меняющемся мире крайне важно сохранение собственной траектории по отношению к жизненным целям, образу будущего на разных этапах профессионализации. В связи с этим, актуальным представляется определить личностные регуляторы, позволяющие осознанно и целенаправленно влиять на достижение ожидаемого будущего, и их изменение в процессе профессионализации.

Цель. Изучение образа будущего, его характеристик (полноты, четкости, временной перспективы), функций и личностных регуляторов (саморегуляции, совладающего поведения и смысложизненных ориентаций) на разных этапах профессионализации.

Выборку составили 184 человека — мужчины и женщины от 16 до 40 лет ($M = 23,2$; $SD = 7,43$). Сформированы три эмпирические группы: респонденты на этапе профессионального самоопределения (в возрасте 16–17 лет); респонденты на этапе получения профессионального образования (18–25 лет); респонденты, занимающиеся профессиональной деятельностью (26–40 лет).

Методы. В исследовании использовались количественные методики: базовый опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения — ССПМ»; «Опросник временной перспективы» Ф. Зимбардо (ZTPИ) в адаптации А. Сырцовой; «Тест смысложизненных ориентаций» (СЖО) в адаптации Д.А. Леонтьева; методика «WCQ — Опросник способов совладания» в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой. Качественные методики: модифицированная авторами методика «Незаконченные предложения» и метафорические ассоциативные карты «Roads» Г. Салпетер, к которым было разработано авторское полустандартизированное интервью.

Результаты. Установлены значимые различия во влиянии саморегуляции, совладающего поведения и смысложизненных ориентаций на временную перспективу будущего на разных этапах профессионализации. Контент-анализ позволил описать структуру, четкость и полноту образа будущего. Регрессионный анализ показал, что «Локус контроля-Я», копинг-стратегия «Планирование



решения проблемы» и регуляторно-когнитивная компетенция «Планирование» вносят наибольший вклад в регуляцию образа будущего. Направленность на будущее, актуальность планирования образа будущего имеет определённые различия и специфику на разных этапах профессионализации.

Выводы. Локус контроля, стратегии совладающего поведения и регуляторные компетенции могут рассматриваться в качестве личностных регуляторов построения образа будущего на разных этапах профессионализации.

Ключевые слова: образ будущего, профессионализация, саморегуляция, совладающее поведение, смысложизненные ориентации.

Финансирование. Исследование проводится при финансовой поддержке ГЗ, проект № FZEW-2023-0003, «Социализация, идентичность и жизненные стратегии молодежи в условиях “новых войн”».

Для цитирования: Сапоровская М.В., Конжин С.И., Тихомирова Е.В., Самохвалова А.Г. Личностные регуляторы построения образа будущего на разных этапах профессионализации // Теоретическая и экспериментальная психология. 2023. № 4 (16). С. 122–142. <https://doi.org/10.11621/TEP-23-32>

PSYCHOLOGY OF WORK AND ORGANIZATIONAL PSYCHOLOGY

Research Article

<https://doi.org/10.11621/TEP-23-32>

Personal regulators for building the image of the future at different stages of professionalization

Maria V. Saporovskaya¹ ✉, Sergei I. Konzhin², Elena V. Tikhomirova¹,
Anna G. Samokhvalova¹

¹ Kostroma State University, Kostroma, Russian Federation

² St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russian Federation

✉ mv_saporovskaya@ksu.edu.ru

Abstract

Background. In today's rapidly changing world, it is extremely important to maintain one's own trajectory in relation to life goals, the image of the future at different stages of professionalization. In this regard, it is relevant to determine personal regulators that allow for conscious and purposeful influencing the achievement of the expected future and their change in the process of professionalization.

Objective. The study had its purpose to investigate the image of the future, its characteristics (completeness, clarity, time perspective), functions and personal regulators (self-regulation, coping behavior and life orientations) at different stages of professionalization.

Sample. The study involved 184 people — men and women from 16 to 40 years old ($M = 23.2$; $SD = 7.43$) who gave informed consent to participate in it. The respondents were divided into three empirical groups: respondents at the stage of professional self-determination (aged 16–17); respondents at the stage of obtaining professional education (aged 18–25); respondents engaged in professional activities (aged 26–40).

Methods. The study implemented quantitative methods: a basic questionnaire by V.I. Morosanova “Style of self-regulation of behavior — SSPM”, 2015; “Time Perspective Questionnaire” (F. Zimbardo, 1997) adapted by A. Syrtsova, 2007; “Test of Life-Meaning Orientations” (Crumbaugh, Maholick, 1964) adapted by D.A. Leontiev, 2000; methodology “WCQ — Ways of Coping Questionnaire” (R. Lazarus and S. Folkman, 1985) adapted by T.L. Kryukova, E.V. Kuftyak, M.S. Zamyshlyeva, 2004. And qualitative methods: the method “Unfinished Sentences” (Sachs, Levy, 1950) modified by the authors and metaphorical associative maps “Roads” (G. Salpeter, 2014) for which the author’s semi-standardized interview was developed (S.I. Konzhin, M.V. Saporovskaya, 2021).

Results. The study revealed significant differences in the influence of self-regulation, coping behavior and life-meaning orientations on the time perspective of the future at different stages of professionalization. Content-analysis allowed to establish the structure, clarity, and completeness of the image of the future. Regression analysis indicated that “Locus of control-Self”, the coping strategy “Planning to solve a problem” and the regulatory-cognitive competence “Planning” make the greatest contribution to the regulation of the Future image of the respondents. Focus on the Future, the relevance of planning the Future image have certain differences and specifics at the different stages of professionalization.

Conclusions. Locus of control, strategies of coping behavior and regulatory competencies can be considered as personal regulators of creating an image of the future at different stages of professionalization.

Keywords: image of the future, professionalization, self-regulation, coping behavior, life-meaning orientations.

Funding. The study is funded by the GO, Project № FZEW-2023-0003, «Socialization, identity and life strategies of young people in the conditions of “new wars”».

For citation: Saporovskaya, M.V., Konzhin, S.I., Tikhomirova, E.V., Samokhvalova, A.G. (2023). Personal regulators for building the image of the future at different stages of professionalization. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya (Theoretical and experimental psychology)*, 4 (16), 122–142. <https://doi.org/10.11621/TEP-23-32>

Введение

В противоречивом и стрессогенном контексте жизни («новые войны», экстремизм, социально-этническое отчуждение, социально-экономическая нестабильность) особую актуальность приобретает поиск механизмов и возможностей для построения успешных жизненных траекторий как важнейшего ресурса индивидуальной устойчивости и эффективного ответа личности на вызовы и угрозы современности (Rogov et al., 2019). Определение собственных возможностей, роли и места в социальной системе, системе координат индивидуальной жизни, соотнесение себя с формами социальной жизни, в которых предстоит существовать и

действовать, позволяет человеку обрести точку опоры, повысить уровень психологической безопасности и реализовать субъектные интенции, что приобретает особую значимость в нестабильные периоды социогенеза (Абульханова-Славская, 1991).

Под жизненной траекторией понимается прохождение последовательности социально заданных событий и ролей в разных сферах жизни человека, группы — в семье, карьере, образовании, общественной жизни — и соотношение этих продвижений (Giele, Elder, 2001), а также персонифицированный механизм решения задач развития. Сложная стремительно меняющаяся реальность дает повод говорить об особых тенденциях построения жизненных траекторий субъектом, к которым можно отнести дестандартизацию, нелинейность, разнообразие траекторий развития; сдвиг возрастных тенденций решения задач развития; цикличность; гипертрофированную ориентацию на осознанность, успешность, персонификацию; дезориентацию личности в разрезе стратегического видения; ценностно-смысловую диффузию и т.д.

Наиболее чувствительным к изменяющейся реальности компонентом жизненной траектории является образ будущего как интеграционное единство субъективно-объективного видения, индивидуально-социального ожидания, при котором формируется непротиворечивое (относительно целостное) представление как личности о своем месте и роли в социуме, так и социума о его перспективах, планах и прогнозах развития (Гаврилюк, Мехришвили, Скок, 2016). Будущее — сложный феномен, рассмотрение которого требует выхода за рамки актуальной ситуации и учета различных перспектив: краткосрочной, среднесрочной и долгосрочной, отнесенных одновременно и к объективным характеристикам времени, и к семантическому полю каждого отдельного субъекта. Представляя будущее, личность находится в пространстве возможного, недетерминированного, не необходимого, но и не случайного, связанного с логикой развития предшествующих событий (Леонтьев, 2022). Даже в относительно стабильные исторические периоды видение будущего сопряжено с трудностями прогноза и наполнения смыслом представлений о вероятном, но не обязательном. В период интенсивных социальных трансформаций опыт прошлого и настоящего отличается стихийностью, структурной сложностью, часто не поддается осмыслению, является трудно выразимым и, следовательно, не может выступать логической основой для планирования будущего, что затрудняет данный процесс в еще большей степени.

В то же время, концепция собственного будущего значима для личности, ее жизнеспособности. Согласно С.В. Горбатову, она представляет собой основу для самореализации личности, отражает стремление человека к развитию своих способностей, талантов и достижению поставленных целей. Автор выделяет не только познавательную, эмоциональную и оценочную составляющую в представлении о будущем, но и адаптивный компонент, который помогает адекватно реагировать на изменения. Концепция собственного будущего позволяет чело-

веку планировать и строить свою жизнь в соответствии с задуманными целями, осознавая свои возможности и потенциал (Горбатов, 2000).

Соответственно, образ будущего выступает как процесс создания будущего, являющийся когнитивной составляющей планирования. Планирование подразумевает и набор необходимых условий для достижения желаемого будущего. Оно включает в себя последовательность шагов, направленных на достижение определенных целей. Концепция будущего формируется на основе личных представлений о будущем, жизненных целей и ценностей. Она отражает индивидуальный способ временной и событийной организации жизненного пути, выполняет адаптивную функцию, позволяя эффективно приспосабливаться к жизненным обстоятельствам и выстраивать активность с ориентацией на представления о собственном будущем.

В.И. Моросанова, продолжая идеи О.А. Конопкиной, утверждает, что развитие осознанной саморегуляции является одним из важнейших критериев становления субъектности. Согласно исследованиям, ориентация на будущее и высокая степень саморегуляции являются универсальными ресурсами, которые формируют позитивное и осознанное отношение к профессиональному и личностному самоопределению и позволяют человеку индивидуально создавать набор моделей поведения для решения проблемы самоопределения (Моросанова, 2014).

К таким ресурсам, регулирующим действия человека в трудных жизненных ситуациях, может относиться копинг, или совладающее поведение. Р. Лазарус и Ф. Коэн смогли определить основные задачи совладания, часть из которых обеспечивает, в том числе, реализацию жизненных планов, сохранение представлений о себе, своей Я-концепции (Крюкова, 2010):

- 1) минимизация негативных воздействий обстоятельств и усиление возможностей восстановления активности, деятельности;
- 2) терпение, приспособление или регулирование, преобразование жизненных ситуаций;
- 3) поддержание позитивного, положительного образа «Я», уверенности в своих силах.

Адаптивный элемент образа будущего может быть реализован только через деятельность самого субъекта жизни. Постановка целей вместе с мотивацией изменить будущее посредством настоящих усилий гарантирует формирование смысловых ориентаций. Д.А. Леонтьев с опорой на идеи В. Франкла, Д. Крамбо, Л. Махолика определяет смысловые ориентации как систему осмысленных и избирательных связей, отражающих направленность личности, наличие жизненных целей, осмысленность выборов и оценок, удовлетворенность результатами действий, а также способность брать ответственность за них (Леонтьев, 2003). В контексте образа будущего они выступают как когнитивные ориентации и отвечают за смысловую наполненность жизни человека, соединяя в себе представления из прошлого и настоящего (цели жизни и результаты жизни), обуславливая тем самым представления о будущем (Crumbaugh, Maholick, 1964).

Следовательно, понятие образа будущего формируется в рамках представлений индивида о своем будущем, его жизненных целей и системы ценностей. Оно отражает временной и конечный способ организации жизненного пути индивида, имеет адаптивную функцию и позволяет человеку активно адаптироваться к жизненным обстоятельствам и строить жизнедеятельность, ориентируясь на свое представление о будущем. При этом представление человека о будущем и его жизненный стиль самоорганизации определяются не только личностными характеристиками, но и динамикой индивидуального и возрастного развития, а также процессом профессионализации. Выбор профессии, вопросы самоопределения, а также реализация в рамках профессии — это важная стратегия развития личности на долгие годы вперед (Пряжников, 1996).

Таким образом, ориентация на будущее, временная перспектива, образ будущего рассматриваются как значимые корреляты личностно-профессиональной зрелости, принятия карьерных решений, построения эффективных когнитивных схем планирования и достижения профессиональной идентичности (Marko, Savickas, 1998; Jung Park, Rie, 2015). При этом вне фокуса внимания остается вопрос о том, как сам образ будущего изменяется на разных этапах профессионализации личности и что выступает личностным регулятором его построения. Данное исследование фокусируется на проблеме исследования факторов регуляторного спектра, влияющих на построение жизненных траекторий субъекта, а также персонифицированных процессов, связанных с выбором эффективных вариантов жизненного пути на разных этапах профессионализации как важной сферы индивидуального развития. Процесс профессиональной социализации, на наш взгляд, является значимым ресурсом для построения более полного, конкретизированного, целостного образа будущего. В процессе профессионализации человек приобщается к профессиональным ценностям, включает их в свой внутренний мир, формирует профессиональное сознание (Ангеловский, 2011), приобретает возможность активно участвовать в социально-преобразующей деятельности, выступать актором собственных и социальных изменений. В результате приобретенный личностный опыт выступает базисом для проектирования будущего даже в условиях социальной неопределенности.

Выборка

В исследовании приняли участие 184 человека: мужчины и женщины от 16 до 40 лет ($M = 23,2$, $SD = 7,43$). Все респонденты были разделены на три группы по этапам профессионализации:

1 группа. Люди, находящиеся на стадии профессионального самоопределения — 16–17 лет (старший подростковый возраст). Эту группу составили 52 человека (возраст $M = 16,2$; $SD = 0,4$): 26 девушек ($M = 16,1$; $SD = 0,38$) и 26 юношей ($M = 16,25$; $SD = 0,45$), учащиеся 10–11-х классов г. Костромы.

2 группа. Люди, получающие профессиональное образование — 18–25 лет (возраст ранней зрелости). Сюда вошли 73 человека (возраст $M = 20,18$;

SD = 1,75): 40 женщин (M = 20,26; SD = 1,91) и 33 мужчины (M = 20,07; SD = 1,53), студенты различных направлений подготовки (уровень бакалавриата) Костромского государственного университета, а также студенты профессиональных техникумов и колледжей города.

3 группа. Люди, занимающиеся профессиональной деятельностью — 59 человек 26–40 лет (возраст средней зрелости) — M = 32,26; SD = 1,91. Группу составили 30 женщин (M = 33,72; SD = 3,89) и 29 мужчин (M = 31,88; SD = 2,64), сотрудники ювелирных предприятий г. Костромы (значимая региональная отрасль, которая существенно пострадала в период пандемии COVID-19).

Методы

Базовый опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения — ССПМ», (Моросанова, Бондаренко, 2015); «Опросник временной перспективы» Ф. Зимбардо (ZTPI) в адаптации А. Сырцовой с соавторами (Сырцова, Соколова, Митина, 2007); «Тест смысложизненных ориентаций» (СЖО) (Crumbaugh, Maholick, 1964) в адаптации Д.А. Леонтьева (Леонтьев, 2000); методика «WCQ — Опросник способов совладания» Р. Лазаруса и С. Фолкман в адаптации Т.Л. Крюковой с соавторами (Крюкова, 2007). Для осмысления полученных результатов, понимания того, как изучаемые переменные сопряжены с конкретным образом человека в будущем, были применены качественные методы — модифицированная авторами методика «Незаконченные предложения» (Sachs J.M., Levy S., 1950) и метафорические ассоциативные карты «Roads» Г. Салпетер, к которым было разработано авторское полустандартизированное интервью (Конжин, 2021).

Математическая обработка данных исследования проводилась при помощи программы IBM SPSS Statistics 26.0. Для анализа были использованы следующие статистические методы: прямой регрессионный анализ с помощью пошагового метода, F-критерий Фишера, коэффициент ранговой корреляции Спирмена, дескриптивная статистика.

Категория «сформированность образа будущего» рассматривалась через его глубину (количество сфер будущего, в которых себя видит человек), оценочную характеристику (оценка, выражающая эмоциональную составляющую), опору на собственные ресурсы в его достижении (локус-контроль).

Результаты

В первую очередь были исследованы особенности и характеристики личностных регуляторов образа будущего.

Методика ССПМ позволила измерить уровень развития осознанной саморегуляции в каждой из групп. Анализ полученных данных показал, что в 1-й группе низкие значения общего уровня саморегуляции составляют 12,5% от общего числа респондентов, средние — 62,5% и высокие — 25%. Во 2-й группе значения общего уровня СР примерно в равной пропорции среди испытуемых: низкий уровень — 33,33%, средний — 36,36%, высокий — 30,3%. В 3-й группе средние и вы-

сокие значения находятся примерно в одинаковом соотношении: 44,82% и 51,72%, и при этом крайне мало респондентов с низким общим уровнем саморегуляции (3,44%).

Далее анализировались характеристики совладающего поведения респондентов как показателя развития регуляции. По полученным результатам можно говорить, что все копинг-стратегии, кроме «Избегания», выражены на среднем уровне — это говорит о возможности разностороннего решения стрессовых ситуаций. Показатели по шкале «Избегание» находятся на низком уровне в каждой группе профессионализации и по выборке в целом. «Избегание» является наименее выраженным способом копинга, не интенсивно применяемым для выхода из стрессовой ситуации.

Результаты «Теста смысложизненных ориентаций» позволяют получить информацию о степени переживания субъектом осмысленности собственной жизни как интегральном показателе адаптации и психологического благополучия. Показатели шкал во всех группах (как и общие результаты по выборке) лежат в рамках средних значений методики и отражают тенденцию к росту с каждым этапом профессионализации: в 1-й группе — $M = 95,08$, $SD = 22,95$; во 2-й группе — $M = 97,27$, $SD = 13,51$; в 3-й группе — $M = 109,15$, $SD = 17,45$.

На следующем этапе исследования изучались характеристики образа будущего (полнота, четкость, временная перспектива) у респондентов выделенных групп.

Для изучения временной перспективы и ориентации на модус «Будущее» была использована методика «Опросник временной перспективы» Ф. Зимбардо, где шкала «Будущее» характеризуется «наличием целей, планов и направленностью поведения на реализацию этих планов и целей» (Сырцова, Соколова, Митина, 2007, с. 125).

В 1-й группе общие значения соответствуют средним, 70,8% респондентов имеют средние показатели ориентации на будущее, 29,2% — высокие. Во 2-й группе превалирует средний уровень ориентации на будущее: 60,6% имеют средний уровень выраженности показателя, а 39,4% — высокий. В 3-й группе общий уровень соответствует высокой направленности на модус «Будущее», средний уровень отмечен у 37% респондентов, высокий — у 63%. Усредненный по выборке показатель относится к средним, но близок к высоким значениям.

Следующим шагом исследования стало выявление особенностей влияния личностных переменных на параметр временной перспективы — ориентации на собственное будущее. Регрессионный анализ проводился по всей выборке в целом. Это связано с ограничениями выделенных групп: отсутствие нормального распределения в отдельных шкалах, их неоднородность в каждой из групп.

Полученные результаты показывают, что показатели «Локуса контроля-Я» (смысложизненные ориентации) ($R^2 = 0,24$, $\beta = 0,49$, $p \leq 0,001$), выраженность «Планирования решения проблемы» (стратегия совладания) ($R^2 = 0,21$, $\beta = 0,45$, $p \leq 0,001$) и высокий уровень развития регуляторного «Планирования» (саморе-

гуляция) ($R^2 = 0,02$, $\beta = 0,03$, $p \leq 0,001$) позитивно предсказывают шкалу «Будущее» (ЗТРИ).

Для изучения особенностей связи временной перспективы «Будущее» с факторами, полученными путем регрессионного анализа в каждой группе профессиоанализации, был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Так, в 1-й группе все факторы, предсказывающие «Будущее» (по регрессионному анализу), имеют положительную умеренную — среднюю корреляционную связь с модусом «Будущее»: «Планирование» ($r = 0,45$; $p \leq 0,02$); «Планирование решения проблемы» ($r = 0,59$; $p \leq 0,01$); «Локус контроля-Я» ($r = 0,65$; $p \leq 0,01$).

Во 2-й группе мы можем увидеть, что со шкалой «Будущее» имеют значимую положительную связь только два фактора: «Планирование» ($r = 0,453$; $p \leq 0,01$) и «Локус контроля-Я» ($r = 0,34$; $p \leq 0,01$).

На последнем этапе исследования нами было проведено изучение четкости и полноты (количество сфер) образа будущего среди респондентов с помощью качественных методов. Сначала был проведен контент-анализ ответов респондентов на вопросы интервью (табл. 1). Ответы были сопоставлены с помощью критерия Фишера последовательно — 1-я со 2-й группой; 1-я с 3-й группой; 2-я с 3-й группой.

Таблица 1. Результаты контент-анализа ответов респондентов о сферах своей жизни в будущем (категория *Конкретность будущего*)

Неоконченные предложения	1 группа	2 группа	3 группа
Если я думаю о своей семье в будущем... (сфера семейных отношений)	представляю дружной — 16,67%, представляю радостной, счастливой, веселой — 29,17%	представляю дружной — 27,27%, представляю радостной, счастливой, веселой — 24,24%, представление конкретных членов семьи (мужа, детей и т.д.) — 18,18%, представляю такой же, как и сейчас — 12,12%	представляю дружной — 29,63%, положительная эмоциональная оценка — 37,04%, представление конкретных членов семьи — 11,11%, представляю большой дом — 11,11%
Свое свободное время в будущем я хотел бы посвятить...	близким людям (семье, друзьям) — 37,5%, хобби — 37,5%, путешествия — 20,83%, самопознание и саморазвитие — 16,67%	близким людям — 39,39%, хобби — 18,18%, себе — 21,21%, работе — 15,15%	близким людям — 51,58%, самопознание и саморазвитие — 14,81%, себе — 11,11%
Когда я думаю о своем будущем...	отрицательный эмоциональный компонент — 33,33%, когнитивный компонент — 41,67%	отрицательный эмоциональный компонент — 33,33%, положительный эмоциональный компонент — 15,15%, когнитивный компонент — 39,39%	положительный эмоциональный компонент — 15,15%, когнитивный компонент — 39,39%, время размышлений о будущем «это длится недолго» — 7,41%

В будущем мои друзья...	будут рядом (33,33%), изменятся (12,5%), их станет меньше, отсеются (12,5%)	будут рядом (42,42%), будут счастливы, добьются успеха (18,18%)	будут рядом (40,74%), их станет меньше, отсеются (11,11%)
Если меня спросить, кем я буду через 5-7 лет...	затрудняюсь ответить — 54,17%; стану работником, специалистом в профессии — 12,5%	затрудняюсь ответить — 42,42%, стану работником, специалистом в профессии — 18,18%, стану успешным человеком — 9,09%	затрудняюсь ответить — 18,52%, буду счастливым человеком — 11,11%, хорошим работником — 18,52%, стану успешным человеком — 18,52%, останусь тем же человеком — 14,81%

Table 1. Content analysis of respondents' answers about their life domains in the future (category Specificity of the Future)

Unfinished questions	1 st group	2 nd group	3 rd group
If I think about my family in the future... (sphere of family relations)	I imagine it will be friendly — 16.67%, joyful, happy, cheerful — 29.17%	I imagine it will be friendly — 27.27%, joyful, happy, cheerful — 24.24%, I imagine my husband, children, etc. (specific family members) — 18.18%, I imagine the same as now — 12, 12%	Positive emotional assessment — 37.04%, I imagine it will be friendly — 29.63%, specific family members — 11.11%, a big house — 11.11%
In the future I would like to devote my free time...	To close people (family, friends) — 37.5%, hobbies — 37.5%, travel — 20.83%, self-knowledge and self-development — 16.67%	To close people — 39.39%, hobbies — 18.18%, myself — 21.21%, work — 15.15%	close people — 51.58%, self-knowledge and self-development — 14.81%, self — 11.11%
When I think about my future...	negative emotional component — 33.33%, cognitive component — 41.67%	negative emotional component — 33.33%, positive emotional component — 15.15%, cognitive component — 39.39%	positive emotional component — 15.15%, cognitive component — 39.39%, time of thinking about the future "it doesn't take much time" — 7.41%
In the future my friends...	will be around (33.33%), will change (12.5%), there will be few of them, they will drop out (12.5%)	will be around (42.42%), will be happy, will achieve success (18.18%)	will be around (40.74%), there will be few of them, they will drop out (11.11%)
If you ask me who I will be in 5-7 years...	difficult to answer — 54.17%; I will become an employee, a professional in my specialty — 12.5%	difficult to answer — 42.42%, I will become an employee, a professional in my specialty — 18.18%, I will become a successful person — 9.09%	difficult to answer — 18.52%, I will be a happy person — 11.11%, a good employee — 18.52%, I will become a successful person — 18.52%, I will remain the same person — 14.81%

Преимущественно во всех группах представлена ориентация на семью, ее создание и развитие отношений в ней. 2-я группа имеет значимые различия по сравнению с 1-й группой по ответам *не представляю* ($\varphi = 1,85$; $p \leq 0,03$), *представляю такой же, как и сейчас* ($\varphi = 2,65$; $p \leq 0,001$), *представляю большой дом* ($\varphi = 1,85$; $p \leq 0,03$). Для 1-й группы по сравнению со 2-й характерными ответами стали *представляю большой дом* ($\varphi = 2,18$; $p \leq 0,01$), *представляю спокойную, тихую жизнь* ($\varphi = 2,18$; $p \leq 0,01$). Распространенными ответами для 3-ей группы по сравнению с 1-й выступают: *представляю достижения ребенка* ($\varphi = 1,96$; $p \leq 0,02$), *не представляю* ($\varphi = 1,96$; $p \leq 0,02$). А у 1-й — *представляю спокойную, тихую жизнь* ($\varphi = 2,08$; $p \leq 0,01$), *представляю благополучие родительской семьи* ($\varphi = 2,08$; $p \leq 0,01$). Были выявлены значимые различия в ответах 2 и 3-й групп: *представляю достижения ребенка* ($\varphi = 2,12$; $p \leq 0,01$), *представляю большой дом* ($\varphi = 2,62$; $p \leq 0,01$) — характерны в 3-й группе, а 2-й свойственны ответы *представляю такой же, как и сейчас* ($\varphi = 2,74$; $p \leq 0,001$), *представляю большой — количественная оценка* ($\varphi = 1,91$; $p \leq 0,02$). Во 2-й группе более выражены, чем в 1-ой, такие сферы жизни, которым человек хотел бы посвятить время, как *хобби* ($\varphi = 1,64$; $p \leq 0,05$), *путешествия* ($\varphi = 3,53$; $p \leq 0,001$), *самопознание и саморазвитие* ($\varphi = 3,13$; $p \leq 0,001$). Сравнительный анализ 3 и 1-й групп выявил различие по ответу *хобби* ($\varphi = 3,32$; $p \leq 0,001$). Сравнение 2 и 3-й групп по критерию Фишера выявил различия в ответах *путешествия* ($\varphi = 2,12$; $p \leq 0,01$), *самопознание и саморазвитие* ($\varphi = 3,04$; $p \leq 0,001$), характерных для 2-й группы; для 3-й группы характерны два ответа: *хобби* ($\varphi = 1,9$; $p \leq 0,02$), *работа* ($\varphi = 3,08$; $p \leq 0,001$).

Сравнение ответов на вопрос «*Когда я думаю о своем будущем*», показало значимые различия при сопоставлении 3 и 1-й групп: категория *отрицательный эмоциональный компонент* ($\varphi = 3$; $p \leq 0,001$) более свойственен 1-й группе, а ответ «*это длится недолго*» ($\varphi = 1,96$; $p \leq 0,02$) преобладает в 3-й группе. Анализ ответов 2-й и 3-й групп выявил те же различия в этих же категориях — *отрицательный эмоциональный компонент* ($\varphi = 3,25$; $p \leq 0,001$), «*это длится недолго*» ($\varphi = 2,12$; $p \leq 0,01$).

Сравнение 2-й и 1-й групп относительно дружеских отношений позволило выделить категорию, более характерную для 1-й группы: в будущем мои друзья *отсеются, их станет меньше* ($\varphi = 2,7$; $p \leq 0,001$). Сравнение 3-й и 1-й групп показало, что 3-й группе не свойственен ответ «в будущем друзья *изменяются*» ($\varphi = 2,58$; $p \leq 0,001$). А сравнение со 2-й группой позволило выделить ответ «в будущем мои друзья *отсеются*» как нехарактерный данной группе ($\varphi = 2,62$; $p \leq 0,001$).

Полнота представлений о себе и сферах жизни человека в будущем представлена в ответах на вопрос «*Если меня спросить, кем я буду через 5–7 лет...*» С помощью критерия Фишера были выделены ответы, характерные для 2-й группы при сравнении с 1-й: *буду заниматься вопросами семьи* ($\varphi = 1,85$; $p \leq 0,03$), *стану успешным человеком* ($\varphi = 2,27$; $p \leq 0,01$). Сравнение 1-й и 3-й групп позволило выявить ответы, как характерные для 1-й группы (*затрудняюсь ответить* ($\varphi = 2,72$; $p \leq 0,001$), *стану работником, специалистом в профессии* ($\varphi = 2,58$; $p \leq 0,001$), так

и для 3-й (буду счастливым человеком ($\varphi = 2,42$; $p \leq 0,001$), хорошим работником ($\varphi = 3,17$; $p \leq 0,001$), останусь тем же человеком ($\varphi = 2,82$; $p \leq 0,001$), стану успешным человеком ($\varphi = 3,17$; $p \leq 0,001$)). Сравнение 2-й и 3-й групп также позволило выявить ответы, характерные для 2-й группы (затрудняюсь ответить ($\varphi = 1,8$; $p \leq 0,03$), буду заниматься вопросами семьи ($\varphi = 1,9$; $p \leq 0,02$)), и для 3-й (буду счастливым человеком ($\varphi = 2,62$; $p \leq 0,001$), хорошим работником ($\varphi = 2,08$; $p \leq 0,01$)), останусь тем же человеком ($\varphi = 1,7$; $p \leq 0,04$)).

Далее с целью изучения образов будущего в эмпирических группах для уточнения и соотнесения с данными других методик были использованы метафорические ассоциативные карты — 67 проективных карт G. Salpeter (Г. Салпетер) «Roads» («Дороги»), из которых нужно было выбрать ту, которая «отражает жизненный путь». После выбора карты задавались вопросы в форме полустандартизированного интервью:

1. Сами ли Вы выбрали эту дорогу либо было что-то или кто-то, повлиявшее на ваш выбор?
2. Конечно эта дорога или нет?
3. Хотели бы Вы ее поменять? При каком условии?
4. На сколько лет Вы представляете свой путь?
5. К чему эта дорога ведет? Что Вы представляете впереди на этой дороге?

Полученные результаты были обработаны с помощью контент-анализа, а также был использован F-критерий Фишера для изучения различий в категориях (табл. 2 и 3). Полученные данные позволили сопоставить полноту образа будущего, его четкость и общую ориентацию на модус будущего в разных группах профессионализации.

Таблица 2. Значимые различия образов/сфер будущего при сравнении между группами (F-критерий Фишера)

Образы, сферы будущего	Доля ответивших в 1 группе	Доля ответивших во 2 группе	Доля ответивших в 3 группе	Значение F-критерия и его значимость при сравнении 1 и 2 группы	Значение F-критерия и его значимость при сравнении 1 и 3 группы
Сдача ЕГЭ и поступление в вуз	45,83%	0%	0%	$\varphi = 5,54$ $p \leq 0,001$	$\varphi = 5,3$ $p \leq 0,001$
Получение образования, окончание вуза	45,83%	15,15%	0%	$\varphi = 2,57$ $p \leq 0,001$	$\varphi = 5,3$ $p \leq 0,001$
Благополучие родительской семьи	16,67%	0%	0%	$\varphi = 3,13$ $p \leq 0,001$	$\varphi = 2,99$ $p \leq 0,001$
Сфера дружеских отношений	16,67%	0%	3,70%	$\varphi = 3,13$ $p \leq 0,001$	$\varphi = 1,61$ $p \leq 0,05$

Table 2. Significant differences in images/domains of the future between 3 groups (according to Fisher's F-test)

Images, domains of the future	Quantity of respondents in group 1	Quantity of respondents in group 2	Quantity of respondents in group 3	F-test value and its significance when comparing groups 1 and 2	F-test value and its significance when comparing groups 1 and 3
Passing the Unified State Exam and entering a university	45,83%	0%	0%	$\varphi = 5,54$ $p \leq 0,001$	$\varphi = 5,3$ $p \leq 0,001$
Getting an education, graduating from a university	45,83%	15,15%	0%	$\varphi = 2,57$ $p \leq 0,001$	$\varphi = 5,3$ $p \leq 0,001$
Well-being of the parent family	16,67%	0%	0%	$\varphi = 3,13$ $p \leq 0,001$	$\varphi = 2,99$ $p \leq 0,001$
Sphere of friendly relations	16,67%	0%	3,70%	$\varphi = 3,13$ $p \leq 0,001$	$\varphi = 1,61$ $p \leq 0,05$

Таблица 3. Значимые различия образов/сфер будущего при сравнении 3-й группы с 1-й и 2-й (F-критерий Фишера)

Образы, сферы будущего	Доля ответов в 1 группе	Доля ответов во 2 группе	Доля ответов в 3 группе	F-критерий и его значимость сравнение 1 и 3 группы	F-критерий и его значимость сравнение 2 и 3 группы
Материальное положение, финансовая обеспеченность	0%	0%	14,81%	$\varphi = 2,82$; $p \leq 0,001$	$\varphi = 3,04$; $p \leq 0,001$
Благополучие и успехи детей	0%	3,03%	14,81%	$\varphi = 2,82$; $p \leq 0,001$	$\varphi = 1,7$; $p \leq 0,04$

Table 3. Significant differences in images/domains of the future when comparing the 3rd group with the 1st and 2nd one (according to Fisher's F-test)

Images, domains of the future	Quantity of respondents in group 1	Quantity of respondents in group 2	Quantity of respondents in group 3	F-test value and its significance when comparing groups 1 and 3	F-test value and its significance when comparing groups 2 and 3
Financial situation, financial security	0%	0%	14,81%	$\varphi = 2,82$; $p \leq 0,001$	$\varphi = 3,04$; $p \leq 0,001$
Children's well-being and success	0%	3,03%	14,81%	$\varphi = 2,82$; $p \leq 0,001$	$\varphi = 1,7$; $p \leq 0,04$

Обсуждение

Выявленные различия в уровне осознанной саморегуляции в трех эмпирических группах можно объяснить тем, что механизмы саморегуляции с возрастом совершенствуются и происходит их планомерный рост (Моросанова, 2022). Но, с другой стороны, переход на новую стадию может вызывать и ряд трудностей, что на время может препятствовать росту, и это отражено в результатах 2-й группы. Именно на этапе ранней взрослости происходит резкое изменение места учебы, а зачастую изменения касаются и места жительства, обязанностей, ответственности.

Отсутствие значимых различий в совладающем поведении респондентов всех эмпирических групп и его выраженность в средних значениях (т.е. используется иногда, в зависимости от ситуации) свидетельствует, с одной стороны, о вариативности, гибкости совладающего поведения, а с другой стороны, — об отсутствии его стилевой специфики. Низкие значения копинга *Избегание* указывают на субъективную значимость трудных жизненных ситуаций, ориентацию респондентов на активное совладание, преобразование ситуаций, при высокой степени стрессовой нагрузки (копинг *Избегание* позволяет человеку либо не встречаться со стрессором, либо дает возможность «взять паузу», отдохнуть, восстановить силы).

Умеренная степень переживания осмысленности собственной жизни как интегральный показатель адаптации и психологического благополучия в целом по выборке указывает на наличие целей в будущем, понимание жизненной перспективы, интерес к жизни, удовлетворенность жизнью, представления о себе как об активной и сильной личности, самостоятельно принимающей решения и контролирующей свою жизнь. Но при этом респонденты, скорее, реалисты, не «проектеры», умеющие ценить настоящее как время собственной жизни. Несмотря на то, что, с точки зрения возрастной закономерности, данные паттерны в более взрослой группе должны значимо отличаться, таких отличий не выявлено. Это может объясняться именно выраженностью средних (т.е. невысоких) значений по шкалам методики СЖО.

Временная перспектива в данном исследовании была включена в триаду характеристик образа будущего наряду с полнотой и четкостью. Полученные результаты показали больший процент респондентов, имеющих высокие показатели ориентации на будущее в 3-й эмпирической группе. Это может указывать на то, что опыт активной профессиональной деятельности, решение иных экзистенциальных задач делают будущее более понятным, четко очерченным и, в определенной степени, прогнозируемым. В то время как в 1-й группе будущее еще недостаточно понятно, определено, что может вызывать тревогу и беспокойство. При этом респонденты всех групп ориентированы на свое будущее, имеют планы и цели, что может свидетельствовать о продолжающемся смыслообразовании, связанным с будущим.

Изучение влияния личностных переменных на параметр временной перспективы — ориентации на собственное будущее продемонстрировало важность внутреннего локуса контроля, направленного на веру человека в свои возможности контролировать жизнь в настоящем и будущем. Предикционную значимость имеет проблемно-сфокусированное планирование при конструировании образа будущего, что отражает шкала копинг-поведения «Планирование решения проблемы». Данная стратегия может носить не только характер решения проблем в близлежащей перспективе, но и прогностический характер.

При осмыслении корреляционных связей временной перспективы «Будущее» с факторами, полученными путем регрессионного анализа в каждой группе профессионализации, стала очевидной следующая тенденция: сила связей и их количество от 1-й к 3-й группе уменьшается или исчезает. В 3-й группе не было выявлено ни одной значимой связи со шкалами, влияющими на модус «Будущее».

Безусловно, на основании срезовых данных нельзя делать заключение о динамических аспектах изменения, требуются лонгитюдные исследования одной выборки на разных этапах профессионализации. Однако, утрата корреляционных связей регуляторных переменных с представлением человека о своем будущем в период активной профессиональной деятельности дает основания говорить о том, что в более старшем возрасте адаптивный компонент систем регуляции менее востребован, внешние условия жизни представляют для человека меньшую неопределенность, а следовательно, менее опасны и способны влиять на построение образа будущего и его воплощение. Несомненно, человек не перестает пользоваться и опираться на те или иные личностные регуляторы, но они более значимы на ранних этапах жизни и профессионализации, когда ситуация носит относительно неопределенный характер. В период взрослости человек начинает активно реализовывать желаемые цели, получать определенные результаты, от которых он отталкивается в построении собственной жизненной траектории.

Исходя из данных феноменологического анализа, а также сравнений выделенных категорий контент-анализа, из описаний и ответов респондентов на интервью с помощью критерия Фишера, мы получили ряд результатов:

1. Респонденты, находящиеся на стадии профессионального самоопределения (1-я группа), ориентированы на модус «Будущее», думают о нем, строят определенные планы и цели. При этом нет четкости образов, их глубина присутствует только в сферах, касающихся непосредственно вопросов профессионального самоопределения (сдача экзаменов и поступление в университет). Важным параметром, отличающим данную группу от других, является ситуация неопределенности, возникающая как реакция на сложность самоопределения и страх того, что задуманный план на собственное будущее не будет соответствовать ожиданиям.
2. Респонденты 2-й группы преобразуют чувство неопределенности в более конкретные формы, т.е. данное препятствие получает четкие очертания. Возникают ответы о себе и своих негативных чертах как о возможных причинах

неудач и неосуществления планов. Акцент смещается на семейную и профессиональную сферы. Четкость представлений проявляется в установлении временных рамок для достижения целей, просматривается готовность к корректировке собственных планов.

3. Люди, занимающиеся профессиональной деятельностью (3-я группа), имеют общую тенденцию к положительному восприятию собственного будущего, а также его близости. Возможные препятствия в будущем касаются как собственных ограничений, так и внешних причин. Самой широко представленной сферой является семейная, она включает множество подкатегорий (отношения с детьми, их успехи, материальное положение семьи др.), а также имеет направленность не только на самого человека, но и на цели членов семьи. Важной отличительной чертой этой группы является то, что респонденты видят в своей жизни закономерности, повторяющиеся ситуации. Например, ситуация выбора уже не вызывает неопределенности и опасности как на более ранних стадиях.

Выводы

В данном исследовании есть ряд ограничений, связанных с неравномерностью распределения выборки по полу. Однако уже на данном этапе мы можем сделать следующие обобщения:

1. Образ будущего является когнитивной составляющей планирования и представляет собой динамическую основу самореализации личности. При этом индивидуальный образ будущего зависит от ряда факторов, оказывающих влияние на его формирование и изменение в онтогенезе.
2. Наиболее сформирован образ будущего на этапе профессиональной деятельности, ключевым показателем чего является четкость образа (наибольшая проработанности сфер будущего, в которые человек включен).
3. На трех этапах профессионализации люди ориентированы на будущее (модус будущего), что выражается в наличии целей и планов на будущее, затрагивает когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты личности. При этом цели и планы специфичны для каждого ее этапа, в период активной профессиональной деятельности могут быть ориентированы как на кратковременную, так и на долговременную перспективу. Актуальным становится планирование с учетом разных вариантов событий и путей достижения цели.

Практические рекомендации

Представленные результаты теоретического и эмпирического исследования образа будущего и его функций, помогли выделить факторы, влияющие на образ будущего, сопряженные с его формированием: саморегуляция, копинг-стратегии, смысложизненные ориентации. Понимание основных факторов-предикторов, влияющих на построение образа будущего в разный период времени, этап профессионализации, может позволить специалисту выстроить определенную траекторию работы. Эта работа может происходить как на уровне индивидуального, так

и группового консультирования, тренингов. Консультирование, диагностика факторов может осуществляться психологом в образовательных учреждениях (в случае старшеклассников и студентов) и в частной практике. Работа как отдельно с факторами, так и с самим образом будущего, представлением себя в нем, планами дает единый, всесторонний подход к решению проблем, связанных с самоопределением, ситуацией неопределенности и формированием своей траектории жизни. Для специалистов-практиков важно понимание особой значимости в построении будущего периода студенчества — первые профессиональные ориентиры уже сформированы, появляется возможность создания основы для осознанного планирования жизненного пути, что возможно через актуализацию механизмов саморегуляции состояний и мыслительной деятельности. Для более полного погружения в планирование жизни рекомендуется последовательно изучать себя, свои ресурсы и возможности, представления о жизни, ее вариантах, исследовать свой образ Я через понимание ценностей, потребностей, постепенно осуществляя переход к когнитивному, а затем деятельностному моделированию жизненного сценария. Осознание вариантов жизненного пути предполагает тонкое отделение реального, идеального и социального образов себя, ожиданий по отношению к себе, а затем поиск возможностей для достижения гармоничного пересечения трех координат самости в краткосрочной, среднесрочной и долгосрочной перспективах.

Из опыта работы психологической службы КГУ, мы приходим к выводу, что для работы со студенческой молодежью целесообразно использовать арт-терапевтические техники, позволяющие преодолеть когнитивные барьеры и более полно и естественно выражать и отражать чувства и мысли, на индивидуальном и групповом уровнях, применять техники нарративного подхода. Находит активное применение в нашей практике работы со студентами нарративное интервью Д.П. Макадамс (по Барский, Грицук, 2008), рефлексивная направленность которого позволяет студентам осознать себя в континууме времени как прошлого, так настоящего и будущего, определить свои сильные и слабые стороны, эффективные паттерны реагирования на стресс, переосмыслить в позитивном ключе жизненный опыт. Такая структуризация позволяет создать прочную основу для понимания возможных вариантов своей будущей жизни, наметить точки роста. Важная задача в период студенческой жизни — научиться эффективно управлять своими образами, преодолевая когнитивное слияние и переходя к стратегии принятия и последовательности. Формирование структурированного эмоционально позитивного образа будущего будет служить важным ресурсом для сохранения и поддержания устойчивости и жизнестойкости в современном мире, характеризующемся высокой неопределенностью перспектив.

Литература

Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991.

Ангеловский А.А. Профессионализация личности. Социальные агенты первичной и вторичной профессионализации // Сибирский педагогический журнал. 2011. № 7. С. 70–80.

Барский Ф.И., Грицук А.Г. Интервью о жизненной истории» Д. Макадамса как метод исследования нарративной идентичности // Психологическая диагностика. 2008. № 5. С. 3–48.

Гаврилюк В.В., Мехришвили Л.Л., Скок Н.И. Образ будущего в оценках нового поколения россиян. Тюмень: Тюменский индустриальный университет, 2016.

Горбатов С.В. Концепция собственного будущего как фактор регуляции поведения несовершеннолетних: автореферат дисс. ... канд. психол. наук. Санкт-Петербург, 2000.

Конжин С.И. Образ будущего и его личностные факторы на разных этапах профессионализации // Выпускная квалификационная работа (науч. рук. М.В. Сапоровская). Кострома, 2021.

Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: монография. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010.

Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога / Под ред. А.Г. Лидерса. 2007. № 3 май-июнь 2007. С. 93–112.

Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2003.

Леонтьев Д.А. К психологии возможного: антропологический, детерминистский, аксиологический и экзистенциальный контексты // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2022. Т. 12, № 2. С. 111–121.

Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентации (СЖО). 2-е изд. М.: Смысл, 2000.

Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция произвольной активности человека как психологический ресурс достижения целей // Теоретическая и экспериментальная психология. 2014. Т. 7, № 4. С. 62–78.

Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Диагностика саморегуляции человека. М.: Когито-Центр, 2015.

Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. Институт практической психологии. М.: НПО; МОДЭК, 1996.

Сырцова А., Соколова Е.Т., Митина О.В. Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо // Психологический журнал. 2008. Т. 29, № 3. С. 101–109.

Crumbaugh, J.S., Maholick, L. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 200–207. <https://doi.org/10.1002/1097-4679>

Giele, J.Z., Elder, G.H. (2001). Methods of Life Course Research: Qualitative and Quantitative Approaches. *Contemporary Sociology*, 5 (30), 540–541. <https://doi.org/10.2307/3089377>

Jung, H., Park, I.J., Rie, J. (2015). Future time perspective and career decisions: The moderating effects of affect spin. *Journal of Vocational Behavior*, 89, 46–55. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.04.010>

Marko, K.W., & Savickas, M.L. (1998). Effectiveness of a career time perspective intervention. *Journal of Vocational Behavior*, 52 (1), 106–119. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1996.1566>

Rogov, E., Azhiev, A., Gadarbosheva, Z., & Rogova, E. (2019). The peculiarities of professionalization of students-teachers with different levels of psychological stability.

In SHS Web of Conferences, 70, 07004. France: EDP Sciences. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20197007004>

Sachs, J.M., Levy, S. (1950). The sentence completion test. In L. Bellak (Ed.), (pp. 357–397). Projective psychology. N.Y.: Knopf.

References

- Abul'khanova-Slavskaya, K.A. (1991). Life strategy. Moscow: Mysl'. (In Russ.).
- Angelovsky, A.A. (2011). Professionalization of the individual. Social agents of primary and secondary professionalization. *Sibirskii pedagogicheskii zhurnal (Siberian Pedagogical Journal)*, 7, 70–80.
- Barsky, F.I., Gritsuk, A.G. (2008). Interview about life history by D. McAdams as a method for studying narrative identity. *Psychological Diagnostics*, 5, 3–48.
- Crumbaugh, J.S, Maholick, L. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 200–207. <https://doi.org/10.1002/1097-4679>
- Gavrilyuk, V.V., Mekhrishvili, L.L., Skok, N.I. (2016). The image of the future in the assessments of the new generation of Russians: monograph. Tyumen: Tyumen Industrial University. (In Russ.).
- Giele, J.Z., Elder, G.H. (2001). Methods of Life Course Research: Qualitative and Quantitative Approaches. *Contemporary Sociology*, 30 (5), 540–541. <https://doi.org/10.2307/3089377>
- Gorbatov, S.V. (2000). Kontseptsiya sobstvennogo budushchego kak faktor regulyatsii povedeniya nesovershennoletnikh: avtoreferat diss. ... kand. psikhol. nauk. (The concept of one's own future as a factor regulating the behavior of minors: dissertation). Ph.D. (Psychology). Sankt-Peterburg. (In Russ.).
- Jung, H., Park, I.J., Rie, J. (2015). Future time perspective and career decisions: The moderating effects of affect spin. *Journal of Vocational Behavior*, 89, 46–55. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.04.010>
- Konzhin, S.I. (2021). The image of the future and its personal factors at different stages of professionalization. Graduate qualification work (Supervisor M.V. Saporovskaya). Kostroma.
- Kryukova, T.L., Kuftyak, E.V. (2007). Questionnaire of ways of coping (adaptation of the WCQ methodology). *Journal of practical psychologist*, 3, 93–112.
- Kryukova, T.L. (2010). Psychology of coping behavior in different periods of life: monograph. Kostroma: Kostroma State University named after Nekrasov, N.A. (In Russ.).
- Leont'ev, D.A. (2003). Psychology of meaning: nature, structure and dynamics of meaning reality. Moscow: Smysl. (In Russ.).
- Leont'ev, D.A. (2022). On the psychology of the possible: anthropological, deterministic, axiological and existential contexts. *Vestnik Sankt-Petersburgskogo universiteta. Psikhologiya (Bulletin of St. Petersburg University. Psychology)*, 12 (2), 111–121. (In Russ.).
- Leontiev, D.A. (2000). Test of life-meaning orientation (SLO). 2nd ed. M.: Smysl.

Marko, K.W., & Savickas, M.L. (1998). Effectiveness of a career time perspective intervention. *Journal of Vocational Behavior*, 52 (1), 106–119. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1996.1566>

Morosanova, V.I. (2014). Conscious self-regulation of a person's voluntary activity as a psychological resource for achieving goals. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya (Theoretical and experimental psychology)*, 7 (4), 62–78. (In Russ.)

Morosanova, V.I., Bondarenko, I.N. (2015). Diagnosis of human self-regulation. M.: Cogito-Center.

Pryazhnikov, N.S. (1996). Professional and personal self-determination. Saint Petersburg: Institute of Practical Psychology. (In Russ.).

Rogov, E., Azhiev, A., Gadarbosheva, Z., & Rogova, E. (2019). The peculiarities of professionalization of students-teachers with different levels of psychological stability. In SHS Web of Conferences, 70, 07004. France: EDP Sciences. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20197007004>

Syrtsova, A., Sokolova, E.T., Mitina, O.V. (2007). Methodology of F. Zimbardo in terms of time perspective. *Psikhologicheskaya diagnostika (Psychological diagnostics)*, 1, 85–106. (In Russ.).

Syrtsova, A., Sokolova, E.T., Mitina, O.V. (2008). Adaptation of the F. Zimbardo Time Perspective Personality Questionnaire. *Psychological Journal*, 3 (29), 101–109.

Sachs, J.M., Levy, S. (1950). The sentence completion test. In L. Bellak (Ed.), (pp. 357–397). Projective psychology. N.Y.: Knopf.

Поступила: 15.07.2023

Получена после доработки: 08.09.2023

Принята в печать: 29.11.2023

Received: 15.07.2023

Revised: 08.09.2023

Accepted: 29.11.2023

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Мария Вячеславовна Сапоровская — доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой общей и социальной психологии Института педагогики и психологии Костромского государственного университета, mv_saporovskaya@ksu.edu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0852-1949>

Сергей Ильич Конжин — аспирант кафедры психологии личности факультета психологии Санкт-петербургского государственного университета, russiangehalt@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-3118-823X>

Елена Викторовна Тихомирова — кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии института педагогики и психологии, заместитель директора Института педагогики и психологии по научно-исследовательской деятельности Костромского государственного университета, tichomirowa82@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3844-4622>

Анна Геннадьевна Самохвалова — доктор психологических наук, профессор, директор института педагогики и психологии Костромского государственного университета, a_samohvalova@ksu.edu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4401-053X>

ABOUT THE AUTHORS

Maria V. Saporovskaya — Dr. Sci. (Psychology), Professor, Head of the Department of General and Social Psychology, Kostroma State University, mv_saporovskaya@ksu.edu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0852-1949>

Sergei I. Konzhin — Postgraduate student at the Department of Personality Psychology at the Faculty of Psychology, St. Petersburg State University, russiangestalt@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-3118-823X>

Elena V. Tikhomirova — Cand. Sci. (Psychology), Associate Professor at the Department of General and Social Psychology, Kostroma State University, tichomirowa82@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3844-4622>

Anna G. Samokhvalova — Dr. Sci. (Psychology), Professor, Director of the Institute of Pedagogy and Psychology, Kostroma State University, a_samohvalova@ksu.edu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4401-053X>