

**В. В. СЕЛИВАНОВ, Н. В. ГРИШИНА**

xvlase@gmail.com

Бакалавриат

## ОСОБЕННОСТИ СОБЫТИЙНОЙ НАПОЛНЕННОСТИ ОБРАЗА БУДУЩЕГО

Целью проведённого исследования являлось изучение событийной наполненности образа будущего и личностных особенностей человека. Участники исследования — 173 респондента (48 мужчин, 125 женщин в возрасте от 18 до 35 лет). Методы, используемые в первой части исследования — «Шкала толерантности к неопределённости МакЛейна» (адаптация Е. Н. Осина), «Семантический дифференциал времени» (Л. И. Вассерман), методика «Изучение привлекательности времени» (М. Н. Гинзбург), «Тест жизнестойкости С. Мадди» (адаптация Е. Н. Осина, Е. И. Рассказовой), «Шкала базисных установок Н. Янов-Бульман» (адаптация М. А. Падун, А. В. Котельниковой); во второй части — «Новый опросник толерантности к неопределённости» Т. В. Корниловой, «Шкала тревоги Ч. Д. Спилбергера» (адаптация Ю. Л. Ханина), «Опросник самоорганизации деятельности» (адаптация Е. Ю. Мандриковой), авторский опросник. Результаты: событийная наполненность образа будущего определяется личностными особенностями человека (базисными установками, жизнестойкостью, толерантностью к неопределённости и личностной тревожностью).

*Ключевые слова:* событийная наполненность, образ будущего, неопределённость, личностные особенности.

### CHARACTERISTICS OF THE EVENTFULNESS OF THE REPRESENTATION OF ONE'S FUTURE

For the aim of studying the eventfulness of the representation of one's future and personal traits 173 respondents (48 men, 125 women, respondents aged from 18 to 35 years) were assessed. Measures of 1<sup>st</sup> study — MacLein Scale of Tolerance to Uncertainty (adapted by E. N. Osin), The Semantic Differential of Time (L. I. Vasserman), Questionnaire of Emotional Attitude to One's Future by M. N. Ginzburg, Hardiness Survey by S. Maddi (adapted by E. N. Osin, E. I. Rasskazova), World Assumption Scale by N. Janoff-Bulman (adapted by M. A. Padun and A. V. Kotelnikova); 2<sup>nd</sup> study — New Questionnaire for Tolerance to Uncertainty (T. V. Kornilova), State-Trait Anxiety Inventory by C. D. Spielberger (adapted by Y. L. Khanin), Time Structure Questionnaire (adapted by E. Y. Mandrikova), Author's Check-list. Results: the eventfulness of one's future determined by world assumptions, hardiness, the tolerance to uncertainty and personal anxiety.

*Keywords:* eventfulness, representation of one's future, uncertainty, personal traits.

### СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ

Жизнедеятельность человека во многом связана с понятием времени, которое является одной из базовых характеристик человеческого опыта и связующим компонентом структур окружающей реальности. Представления о времени, в частности, образ будущего — неотъемлемая часть жизненного сценария человека, одной из функций которого является образование субъективного плана развития человека. Изучение образа будущего приобретает особую актуальность в условиях современной реальности, ключевой особенностью которой становится неопределённость, затрагивающая все аспекты человеческого существования.

Предметом внимания в нашем исследовании стала событийная наполненность образа будущего. Под *событийной наполненностью* понимается качественная и количественная характеристика, отличающая переживаемое субъективное время от физического времени и отражающая особенности наполнения событиями определенного периода времени.

При всей очевидной значимости этой характеристики образа будущего изучение его событийной наполненности так и не стало предметом специального внимания в психологических исследованиях, её описание, как правило, лишь косвенно отражается в работах, посвященных образу будущего.

Исследования, в которых упоминаются событийная наполненность или синонимичные понятия, имеют, по крайней мере, один недостаток, заключающийся в получении результатов лишь на основании психодиагностических методов, поэтому важным становится включение в исследование качественных результатов, которые демонстрируют содержание событийной наполненности образа будущего.

Е. В. Листвина отмечает, что «в разной событийной наполненности идентичности раскрывается неоднородность ее темпоральных характеристик, способность сгущаться, растягиваться, ускоряться

или замедляться, от чего зависит её содержательное наполнение» [Листвина, Тельнова, 2011, с. 2]. То же самое в своей работе подтверждают Е. М. Вечканова и Ю. Ю. Неяскина: «Для одних людей характерно большее количество событий своей жизни относить к прошлому, для других — к настоящему, а для кого-то все события жизни локализованы в плоскости будущего» [Вечканова, Неяскина, 2012, с. 2].

О различиях событийной наполненности пишет также Е. Ю. Коржова, считая, что «событийная наполненность внутренней картины жизнедеятельности различается по содержанию и «весу» событий в соответствии со сферами жизнедеятельности» [Коржова, 2016, с. 9], что также отражает индивидуальные особенности событийного наполнения образа будущего.

Группа американских психологов К. Л. Шмидт (K. L. Schmidt), Ф. А. Джонсон (F. Y. Attah Johnson), Дж. С. Аллен (J. S. Allen), занимающихся близкой проблематикой, пришла к выводу, что событийное наполнение как стратегия создания содержательной жизни является важным компонентом положительного образа будущего [Schmidt et al., 2000].

Бельгийские психологи показали, что чувства, возникающие при размышлениях о своём будущем, частично зависят от того, насколько воображаемые события могут быть помещены в автобиографический контекст [Lehner, Argembeau, 2016]. Широко распространенное убеждение о том, что ближайшее будущее описывается человеком от первого лица, а отдалённое — от третьего, было подтверждено американскими исследователями. Важно отметить лингвистические особенности выборки исследования, так как респонденты являлись носителями английского языка [Macrae, 2015].

М. Бал (M. Bal) и К. ван ден Бос (K. van den Bos) обнаружили, что личные события ближайшего будущего, как правило, описываются более ярко, чем те, которые локализованы в далеком будущем. Результаты трёх экспериментов показали, что это зависит от того, насколько человеку знакомо место, в котором, по его мнению, произойдёт событие будущего [Bal, van den Bos, 2012].

Группа психологов из Италии, Франции и Великобритании обнаружила, что будущие события значительно отличаются друг от друга в зависимости от того, описываются ли они в ответ на внешние, предоставленные экспериментатором вербальные сигналы или же самогенерируются. Результаты их исследования показали: будущие события, вызванные самогенерируемыми репликами, содержат меньше специфичных для события деталей по сравнению с будущими событиями, вызванными вербальными сигналами экспериментатора [Neroni, 2016].

На основании анализа тематических статей и психодиагностических методик нами предложена компонентная структура событийной наполненности образа будущего (рис. 1).

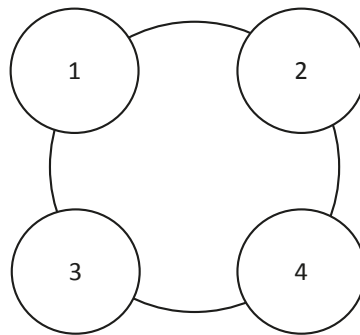


Рис. 1. Компоненты событийной наполненности образа будущего:  
1 — содержание событий, 2 — величина времени, 3 — структура времени, 4 — планомерность.

Под *содержанием событий* подразумевается качественная характеристика, которая отражает то, какими конкретными событиями человек наполняет образ своего будущего. *Величина времени* демонстрирует уровень наполненности образа будущего смыслом, переживаниями и свободой. *Структура времени* отражает субъективную ясность и упорядоченность представлений об образе будущего, а также показывает его структурированность и подконтрольность событий. *Планомерность* указывает на уровень вовлеченности человека в подробное каждодневное планирование в соответствии с определенными принципами.

**Теоретическая цель исследования:** разработка понятия «событийная наполненность» как значимого параметра образа будущего человека.

**Эмпирическая цель:** исследование событийной наполненности образа будущего в связи с личностными характеристиками.

**Задачи исследования:**

- 1) провести теоретического анализ понятий «образ будущего», «событийная наполненность» и «неопределенность»;
- 2) операционализировать понятие «событийная наполненность» образа будущего и характеристики образа будущего;
- 3) описать взаимосвязи компонентов событийной наполненности, характеристики образа будущего и личностных особенностей.
- 4) определить факторы, оказывающие влияние на событийную наполненность образа будущего.

**Основная гипотеза:** событийная наполненность образа будущего определяется личностными особенностями человека.

**Частные гипотезы:**

1. В содержательной структуре образа будущего преобладают события, субъективно оцениваемые человеком как неопределённые.
2. Стабильные характеристики личности оказывают влияние на лабильный компонент образа будущего — событийную наполненность.
3. Особенности эмоционального отношения человека к своему будущему связаны с его отношением к неопределённости (компонентам толерантности к неопределённости).

**Объект исследования:** образ будущего.

**Предмет исследования:** событийная наполненность образа будущего.

#### ВЫБОРКА УЧАСТНИКОВ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Процедура исследования включала три этапа, на каждом из которых решались конкретные задачи исследования. Пилотажное исследование подразумевало предварительное изучение содержания событийной наполненности и связи событий с категориями и периодами будущего.

Первый этап исследования включал психодиагностическое описание характеристик образа будущего и эмоционального отношения к нему, а также изучение личностных характеристик в связи с компонентами событийной наполненности.

Среди особенностей второго этапа исследования можно отметить рассмотрение толерантности к неопределённости в широком понимании благодаря использованию психодиагностической методики, интегрирующей несколько шкал из других методик, которые направлены на измерение уровня толерантности к неопределённости. На данном этапе было включено психодиагностическое описание личностных характеристик, а также продолжение изучения содержательной стороны событийной наполненности.

В соответствии с целями каждого этапа исследования количественный состав выборки представлен следующим образом:

- в пилотажном качественном исследовании приняли участие 29 респондентов (10 мужчин, 19 женщин) в возрасте от 18 до 65 лет (средний возраст — 28 лет);
- в первой части исследования приняли участие 103 респондента (28 мужчин, 75 женщин) в возрасте от 18 до 35 лет (средний возраст — 22 года);
- во второй части исследования приняли участие 70 респондентов (20 мужчин, 50 женщин) в возрасте от 18 до 28 лет (средний возраст — 22 года).

Таким образом, в основном исследовании приняли участие 173 респондента (48 мужчин, 125 женщин, средний возраст — 22 года). Общий количественный состав выборки составляет 202 респондента (58 мужчин, 144 женщины).

### МЕТОДЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Для решения поставленных задач на каждом этапе исследования был использован отдельный набор методик. В пилотажном качественном исследовании использовался авторский опросник «Событийная наполненность образа будущего». В первой части исследования использовались следующие методики: опросник «Семантический дифференциал времени» Л. И. Вассермана, методика «Изучение привлекательности времени» М. Р. Гинзбурга (модификация В. Р. Манукян), «Шкала толерантности к неопределённости Д. МакЛейна (адаптация Е. Г. Луковицкой, модификация Е. Н. Осина), «Тест жизнестойкости С. Мадди» (адаптация Е. Н. Осина, Е. И. Рассказовой), «Шкала базисных убеждений Р. Янов-Бульман» (адаптация М. А. Падун, А. В. Котельниковой).

Во второй части исследования использовались следующие методики: «Новый опросник толерантности к неопределённости» Т. В. Корниловой, «Шкала тревоги Ч. Д. Спилбергер» (адаптация Ю. Л. Ханина), «Опросник самоорганизации деятельности» М. Д. Бонда, П. Е. Мадрека (адаптация Е. Ю. Мандриковой), модифицированный авторский опросник «Событийная наполненность образа будущего».

В процессе обработки данных был использован пакет программ IBM SPSS Statistics 22 и Microsoft Office Excel 2010. Применялись следующие методы обработки статистических данных: описательные статистики; корреляционный анализ (критерий  $r$  Пирсона, Спирмана); регрессионный анализ; дисперсионный анализ (ANOVA); кластерный анализ.

В процессе обработки качественных данных, полученных с помощью авторского опросника «Событийная наполненность образа будущего», осуществлялась классификация событий на основе типологии Е. И. Головахи и А. А. Кроника. С помощью пакета программ Microsoft Office Excel 2010 вычислялось количество событий каждой категории, а также их процентное соотношение.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Были проанализированы и классифицированы 1010 событий по категориям, предложенным Е. И. Головаха и А. А. Кроником, на основании проведённых ими исследований: здоровье; семья, быт; работа, образование, общественная деятельность; досуг, общение, хобби; изменения в обществе; мысли, ценности, чувства [Головаха, Кроник, 2008]. Для иллюстрации содержания неопределённых событий были отобраны те события, которые интерпретировались респондентами как наиболее неопределённые. На диаграмме представлены процентные соотношения событий, которые относятся к различным категориям (в соответствии с рис. 2).

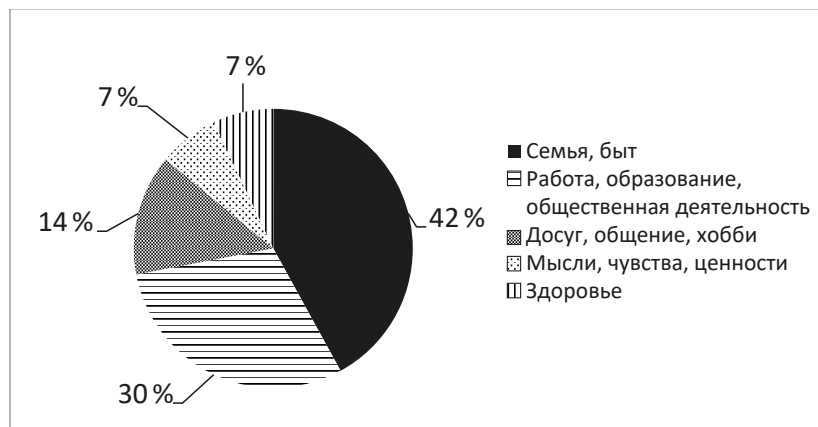


Рис. 2. Соотношение событий, относящихся к различным категориям, %

Благодаря тому, что респонденты указывали неопределённость событий, становится также возможной демонстрация соотношения неопределённых и определённых событий (в соответствии с рис. 3).

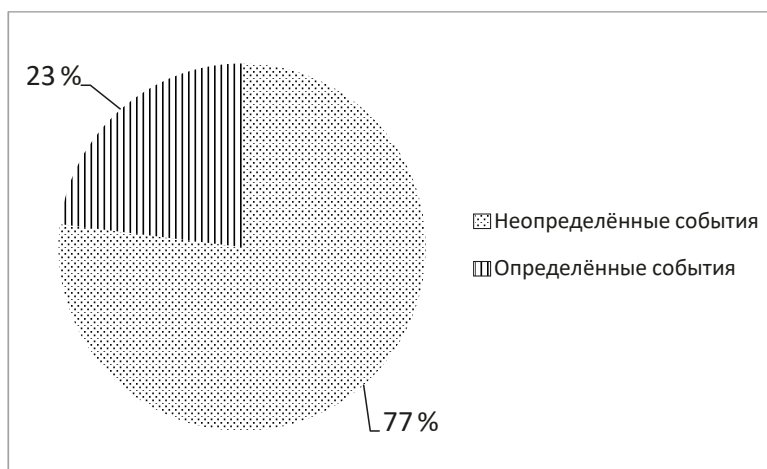


Рис. 3. Соотношение неопределённых и определённых событий, %

Для изучения причинно-следственных связей компонентов событийной наполненности образа будущего с личностными характеристиками был проведён регрессионный анализ. К каждому компоненту, за исключением компонента «Содержание событий» по причине его исследования методом контент-анализа, был применён регрессионный анализ.

Регрессионный анализ показал, что предикторами показателей «Величина времени» ( $R = 0,724$ ) являются следующие шкалы — «Эмоциональное отношение к будущему», «Образ Я» и «Удача». Коэффициент множественной детерминации достаточно высок ( $R^2 = 0,510$ ), регрессионная модель объясняет более 51 % дисперсии зависимой переменной, следовательно, результаты предсказания могут быть приняты во внимание. Шкалы «Эмоциональное отношение к будущему» ( $\beta = 0,510$ ) и «Образ Я» ( $\beta = 0,346$ ) вносят положительный вклад в регрессионную модель, при этом вклад шкалы «Удача» ( $\beta = -0,230$ ) отрицательный. Статистически достоверные ( $p < 0,01$ ) стандартные коэффициенты регрессии позволяют интерпретировать относительную степень влияния прогностических переменных.

При регрессионном анализе в отношении шкалы «Структура времени» ( $R = 0,581$ ) были выявлены следующие предикторы: «Эмоциональное отношение к будущему» и «Жизнестойкость». Значение  $R^2$  составляет 0,324 и показывает, что 32,4 % дисперсии переменной обусловлено влиянием предикторов. Статистически достоверные ( $p < 0,01$ ) стандартные коэффициенты регрессии позволяют интерпретировать относительную степень влияния прогностических переменных. Шкалы «Эмоциональное отношение к будущему» ( $\beta = 0,345$ ), «Жизнестойкость» ( $\beta = 0,274$ ) вносят положительный вклад в регрессионную модель.

Регрессионный анализ показал, что предикторами показателей шкалы «Планомерность» ( $R = 0,399$ ) являются шкалы «Толерантность к неопределённости» и «Тревога». Значение  $R^2$  составляет 0,134 и показывает, что только 13,4 % дисперсии переменной обусловлено влиянием предикторов. Статистически достоверные ( $p < 0,01$ ) стандартные коэффициенты регрессии позволяют интерпретировать относительную степень влияния прогностических переменных. Шкалы «Толерантность к неопределённости» ( $\beta = -0,365$ ) и «Тревога» ( $\beta = -0,258$ ) вносят отрицательный вклад в регрессионную модель. По результатам корреляционного анализа также была выявлена отрицательная корреляция  $r$  между шкалой «Планомерность» и шкалой «Толерантность к неопределённости» ( $r = -0,309$ ,  $p < 0,01$ ).

Для изучения взаимосвязи компонентов толерантности к неопределённости и эмоционального отношения к будущему был проведён корреляционный анализ. Использование параметрических методов анализа при статистической обработке результатов обусловлено нормальным распределением большей части показателей.

По результатам анализа были выявлены положительные корреляции шкалы «Эмоциональное отношение к будущему» со всеми компонентами толерантности к неопределённости: «отношением к новизне» ( $r = 0,240, p < 0,05$ ), «отношением к сложным задачам» ( $r = 0,314, p < 0,01$ ), «предпочтением неопределённости» ( $r = 0,379, p < 0,01$ ), «отношением к неопределённым ситуациям» ( $r = 0,449, p < 0,01$ ) и непосредственно со шкалой «толерантность к неопределённости» ( $r = 0,334, p < 0,01$ ).

#### ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Большая часть неопределённых событий будущего относится к двум категориям «семья, быт» (42 %) и «работа, образование, общественная деятельность» (30 %). Для понимания содержания категорий стоит привести отдельные примеры, которые относятся к категориям. Так, в категорию «работа, образование, общественная деятельность» включатся «поступление в магистратуру», «смена работы»; в категорию «семья, быт» включаются различные события, например, «переезд в другую страну», «рождение ребёнка». К категории «досуг, общение, хобби» относятся «поездка в Европу», «встреча с однокурсницами», к категории «здоровье» — «пластическая операция», «смерть», к категории «мысли, ценности, чувства» — «нахождение гармонии с собой», «влюблённость».

Большая часть событий (77 %) носит неопределённый характер, и лишь 23 % — определённый, что ещё раз отсылает к неопределённости образа будущего как его важной характеристики.

Показатель «Величина времени» отражает уровень наполненности будущего времени смыслом, переживаниями и свободой. Поэтому то, какие эмоции и чувства (переживания) испытывает личность по отношению к будущему, обуславливает смысловую наполненность и свободу. Образ «Я» как характеристика, отражающая представления личности о себе как о человеке, который достоин уважения и любви также может обуславливать то, как человек субъективно воспринимает величину своего будущего времени. При этом убеждения человека о его удаче оказывают отрицательное влияние на осмысленность будущего времени. Возможно, это объясняется тем, что полагаясь на свою удачу, человек склонен в меньшей мере осмысливать своё будущее.

«Структура времени», отражая уровень ясности и упорядоченности представлений о будущем времени, также показывает уровень структурированности и подконтрольности событий будущего. Положительное влияние эмоционального отношения к будущему указывает на важность участия эмоций и чувств в представлениях человека о структуре собственного образа будущего. Жизнестойкость, или способность препятствовать возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях благодаря совладанию с возникающим стрессом, влияет на представления о структуре будущего времени и подконтрольности событий будущего. Можно предположить, что умение справляться со стрессами помогает осознавать человеку его способность контролировать события собственного будущего.

Показатель «Планомерность» отражает степень вовлеченности в подробное каждодневное планирование в соответствии с определенными принципами. Таким образом, принятие неопределённости и личностная тревожность препятствуют планированию, которое относится к процессам конструирования образа будущего. Испытывая тревогу в обширном спектре ситуаций, человек сталкивается со сложностями в планировании своей деятельности, а принятие неопределённости допускает отсутствие необходимости планировать своё ближайшее будущее.

Компоненты толерантности к неопределённости отражают её различные аспекты, отраженные в названиях соответствующих шкал. Наличие положительных корреляционных связей демонстрирует, что высокие значения шкалы «Эмоционального отношения к будущему» соответствуют высоким значениям показателей толерантности к неопределённости. Высокие значения в первом случае отражают положительное отношение к будущему, т. е. чем выше уровень принятия неопределённости, тем позитивнее отношение к будущему.

#### ВЫВОДЫ

В ходе проведённого исследования был выполнен теоретический анализ основных понятий исследования — «образ будущего» и «событийная наполненность», а также понятия «неопределённость»

как важнейшей характеристики будущего. Анализ эволюции представлений об этих понятиях и проведенных исследований в философии и психологии позволил подробно описать специфику и противоречия их содержания. Было операционализировано понятие «событийная наполненность», предложена компонентная структура и рассмотрено возможное взаимодействие феномена с другими психическими явлениями.

В соответствии с поставленными эмпирическими задачами были обобщены полученные результаты, что позволило сделать следующие выводы:

1. В образе своего будущего ближайшее будущее связывается человеком со своими планами, а отдаленное — с жизненными целями. Тем самым переход отдаленного будущего в ближайшее связан с трансформацией жизненных целей в жизненные планы.

2. Качественный анализ содержательного компонента событийной наполненности образа будущего показал, что неопределённые события чаще всего относятся к двум категориям «семья, быт» и «работа, образование, общественная деятельность», при этом большая часть событий носит неопределённый характер, что говорит о неопределённости образа будущего как о его важной характеристике.

3. На уровень наполненности будущего смыслом, переживаниями и свободой оказывает положительное влияние то, какие эмоции и чувства испытывает человек по отношению к будущему и представления о себе как о человеке, который достоин уважения и любви. При этом убеждения человека о его удаче оказывают отрицательное влияние на осмысленность будущего времени. Возможно, это обусловлено тем, что полагаясь на свою удачу, человек склонен в меньшей мере осмысливать своё будущее.

4. Уровень ясности и упорядоченности представлений о будущем, структурированности и подконтрольности событий будущего положительно обусловлен тем, какие эмоции и чувства человек испытывает по отношению к будущему и его умением совладать со стрессом и внутренним напряжением.

5. Тревога, возникающая в широком спектре ситуаций, затрудняет подробное ежедневное планирование человеком своей деятельности в соответствии с определенными принципами, а принятие неопределённости допускает отсутствие необходимости планировать своё ближайшее будущее.

6. Чем выше уровень принятия неопределённости, тем позитивнее отношение к будущему.

7. Выраженность негативного или позитивного отношения к будущему обусловлена удовлетворенностью от оценивания своего будущего и степенью самоконтроля над происходящими событиями.

## ЛИТЕРАТУРА

- Вечканова Е. М. Событийная наполненность временной перспективы личности при блокировке модусов временного континуума // Теория и практика современных гуманитарных и естественных наук. Вып. 1: в 3 ч. Ч. 2. 2012. С. 28–35.
- Головаха Е. И., Кроник А. А. Психологическое время личности. 2-е изд., испр. и доп. М.: Смысл, 2008.
- Коржова Е. Ю. Психологическая диагностика феноменов взаимодействия человека с жизненными ситуациями // Практикум по психологии жизненных ситуаций / под ред. Е. Ю. Коржовой. СПб: Фирма «Стикс», 2016. С. 8–20.
- Листвина Е. В., Тельнова Н. А. Временные модусы социальной идентичности // Изв. Саратов. ун-та. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2011. Т. 11, № 4. С. 17–20.
- Arnold K. M., McDermott K. B., Szpunar K. K. Imagining the Near and Far Future: The Role of Location Familiarity // Mem. Cognit. 2011. Vol. 39, N 6. P. 954–967.
- Bal M., van den Bos K. Blaming for a Better Future // Personal. Soc. Psychol. Bull. 2012. Vol. 38, N 7. P. 835–844.
- Lehner E., Argembeau A. D. The role of personal goals in autonoetic experience when imagining future events // Conscious. Cogn. 2016. Vol. 42. P. 267–276.
- Macrae C. N. Mitchell, K. A. Tait, D. L. McNamara, M. Golubickis, P. P. P. Topalidis, B. M. Christian. Turning I into me: Imagining your Future Self // Conscious. Cogn. 2015. Vol. 37. P. 20–213.
- Neroni M. A., Gamboz N., Vito S. de, Brandimonte M. A. Effects of Self-Generated Versus Experimenter-Provided Cues on the Representation of Future Events // Q. J. Exp. Psychol. 2016. Vol. 69, N 9. P. 1799–1811.
- Schmidt K. L., Johnson F. Y. A., Allen J. S. Cross-Cultural Analysis of Eventfulness in the Lives of People with Schizophrenia // Schizophr. Bull. 2000. Vol. 26. N 4. P. 825–834.