

**КАЗАНСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ ОБРАЗОВАНИЯ
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ПСИХОЛОГИЯ СОСТОЯНИЙ ЧЕЛОВЕКА:
АКТУАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ПРОБЛЕМЫ**

**Сборник материалов
IV Всероссийской научной конференции
с международным участием**

Казань, 8–10 ноября 2023 г.



**КАЗАНЬ
2023**

УДК 159.9
ББК 88.2
П86

*Печатается по рекомендации Ученого совета
Института психологии и образования
Казанского (Приволжского) федерального университета*

Ответственный редактор

кандидат психологических наук, доцент **А.В. Чернов**

Научный редактор

доктор психологических наук, профессор **А.О. Прохоров**

Редакционная коллегия:

доктор психологических наук, профессор **А.О. Прохоров**;

доктор психологических наук, профессор **Б.С. Алишев**;

кандидат психологических наук, доцент **А.В. Чернов**;

кандидат психологических наук, доцент **М.Г. Юсупов**

П86 Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы [Электронный ресурс]: сборник материалов IV Всероссийской научной конференции с международным участием (Казань, 8–10 ноября 2023 г.) / ред. кол.: А.О. Прохоров, Б.С. Алишев, А.В. Чернов, М.Г. Юсупов. – Электронные текстовые данные (1 файл: 1,40 Мб). – Казань: Издательство Казанского университета, 2023. – 770 с. – Системные требования: Adobe Acrobat Reader. – URL: <https://kpfu.ru/psychology/struktura/kafedry/kafedra-obschej-psihologii/elektronnye-uchebnye-i-metodicheskie-materialy>. – Загл. с титул. экрана.

ISBN 978-5-00130-746-4

Сборник включает в себя статьи участников IV Всероссийской научной конференции с международным участием «Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы». Тематика представленных работ охватывает различные аспекты психических состояний человека, а также связанные с этим вопросы психологии личности, возрастной, педагогической, клинической, социальной психологии и др. Материалы, представленные в сборнике, могут быть полезны для аспирантов, научных работников, учителей и преподавателей вузов, а также для всех, кто интересуется проблемами психологии состояний человека.

**УДК 159.9
ББК 88.2**

ISBN 978-5-00130-746-4

© Издательство Казанского университета, 2023

А.А. Тимофеева, Ю.Ю. Данилова и др. // Сост. Е.Л. Кудрявцева– Schöneiche bei Berlin: Elena Plaksina Verlag, 2015. – 126 с.

Поддъякова О.С. Практикум по нейропсихологии. Учебное пособие. / О.С. Поддъякова, М.В. Чельшева. – Москва: МГМСУ, 2014. – 61 с.

Эльконин Д.Б. Развитие речи в дошкольном возрасте. / Д.Б. Эльконин. – М.: Издательство АПН РСФСР, 1958. – 115 с.

PEDAGOGICAL ASPECTS OF MENTAL STATES OF BILINGUAL CHILDREN OF PRIMARY SCHOOL AGE

Abramova N.V.

Moscow State Linguistic University (Moscow)

Abstract. The article deals with applied issues of mental states of bilingual children of primary school age. The study of mental states and individual differences of pupils is described in stages, its results are analyzed, recommendations are given to the teaching staff and parents, in order to carry out organized joint pedagogical activities taking into account individual differences and mental states of bilingual children of primary school age.

Keywords: bilingual children, diagnostics, neuropsychological approach, mental development, primary school age.

ВОЗМОЖНЫЕ Я КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ОБРАЗА БУДУЩЕГО

Аванесян М.О.

Санкт-Петербургский государственный университет (г. Санкт-Петербург)

marina.avan@gmail.com

Аннотация. Возможные Я как теоретический конструкт отражают вероятностный и избирательный характер воплощения тех или иных альтернатив будущего. Описаны результаты нескольких исследований о взаимосвязи возможных Я и временной перспективы личности. Методики: интервью на основе анкеты К. Хукер о желательных и нежелательных возможных Я, опросник Ф. Зимбардо (ZTRI). Показано, что возможные Я различаются у людей в зависимости от возрастных задач и актуальной жизненной ситуации (на примере подростков и взрослых, проходящих переподготовку). Выявлено, что чем выше склонность связывать воплощение желательных Я с конкретным временем, тем менее выражена ориентация на будущее. Те, кто ориентирован на будущее более склонен выбирать неопределенные интервалы воплощения желаемых Я.

Ключевые слова: возможные Я, временная перспектива будущего, мотивационный объект.

Отношение к будущему способствует тому, каким образом произойдет трансформация намерений в творческое и эффективное действие (М. Абреу и соавт., 2004). Психологическое будущее связано с мотивацией человека, по сути, образуя его первичное «мотивационное пространство». Однако только предвосхищения отдаленного будущего недостаточно для построения протяженной мотивационной перспективы: необходима способность связать настоящее с будущим, в котором находится достигаемая цель, «заполнить временную дистанцию между ними» (Абреу, 2004, с. 573). Говоря о заполненности временной дистанции, психологи используют понятие «мотивационные объекты» (Ж. Нюттен), «целевые объекты» (К. Левин). Мотивационные объекты, согласно Ж. Нютттену, могут иметь совершенно различную природу, в том числе ими для человека могут быть различные аспекты его Я: черты характера, развитие тех или иных навыков или способностей. Однако, что определяет мотивационную силу таких объектов? В поисках «мостов» между представлением о будущем и его мотивационной силой Х. Маркус и П. Ньюриус разработали понятие возможных Я (Markus, Nurius, 1986). Во-первых, в отличие от привычных надежд и страхов, Возможные Я – это не просто представления о самих себе в будущем, они включают определенную степень переживания ситуации «изнутри» через активное действие и вовлеченность. Во-вторых, возможные Я носят персонализированный характер, поскольку связаны с условиями жизни конкретного человека и его личным жизненным опытом. В-третьих, посредством отбора и создания возможных Я человек предстает в качестве активного созидателя своего собственного развития, ведь из всего разнообразия возможностей человек в определенный момент времени может выбрать лишь одну. Последняя идея поддерживается в экзистенциальной психологии (Франкл В., Мэй Р. и др.), «психологии возможного» (см. Знаков В.В., Леонтьев Д.А.), когда подчеркивается свобода воли и способность человека к самодетерминации. «Возможное принадлежит иной модальности, чем действительное, поэтому по определению включает в себя неполную или необязательную реализуемость» (Эпштейн, 2001). Таким образом, будущие возможные Я располагаются в перспективе будущего в качестве мотивационных объектов, которые с разной степенью вероятности быть воплощены в жизнь. Кроме перечисленных особенностей, возможные Я изначально делятся авторами концепции на желательные (desired) и нежелательные (avoided, feared). Данное деление согласуется с концепцией временной перспективы будущего Carstensen и Lang (1996). Со-

гласно их точке зрения, человек склонен рассматривать свое будущее либо как предоставляющее новые возможности, либо, наоборот, содержащее ограничения и препятствия («Фокусирование на возможностях» и «Фокусирование на ограничениях»).

Задачей наших эмпирических исследований было выяснение того, каким образом возможные Я представлены во временной перспективе личности. Выборка исследования представлена двумя возрастными категориями – подростками (21 чел., 16–17 лет), взрослыми (112 чел., $M = 32 \pm 3,9$). В качестве методик исследования была выбрана методика К.Хукер, адаптированная на русский язык В.Ю. Костенко и М.М. Гришутинной (2016), в которой участнику предлагалось сформулировать три своих желательных и нежелательных Возможных Я. Затем участников просили определить, когда названные ими возможные Я могут воплотиться в их жизни. Затем их ответы распределялись по трем категориям: а) определенное (конкретное) время (через 1 месяц, ... 1 год и т.д.), б) «открытый интервал» (при котором испытуемый называет время, не поддающееся конкретному измерению (например, всегда, часто), например, «не лениться (всегда)»), в) неопределенный интервал, при котором респондент не мог назвать конкретного времени реализации возможного Я. Для исследования временной перспективы использовался опросник Ф. Зимбардо («Временная ориентация») в адаптации А. Сырцовой, Е. Соколовой и О. Митиной (2008), который выявляет 5 типов временной ориентации: негативное прошлое, позитивное прошлое, гедонистическое настоящее, фаталистическое настоящее, будущее.

Результаты

1. Существующие исследования показывают, что, несмотря на изначально акцентируемый индивидуализированный характер возможных Я, они довольно однообразно представлены на довольно большом объеме выборки. Чаще всего ученые стремятся классифицировать их в соответствии с теми областями жизни, к которым они относятся (Markus, Nurius, 1986; Молчанова, Назмутдинова, 2019). Глубинные интервью также показывают довольно ограниченный спектр возможных Я. Исследования, проведенные нами на группе подростков ($N = 21$), взрослых ($N = 59$), студентов переподготовки ($N = 53$) показывают, что содержание возможных Я привязано к тем задачам, которые являются актуальными либо в соответствии с возрастными задачами, либо текущими жизненными задачами. Для подростков желательные Я представлены темами «карьера, профессия», «учеба, поступление», «саморазвитие», «творчество», «общение, друзья», «приключения», «семья»; нежелательные Я «одиночество», «провал», «обыденность», «неприятность к себе», «нереализованность», «смерть». Для сту-

дентов переподготовки и зрелых взрослых лидировали темы «профессиональная деятельность», «достижения, успех», «родительская ответственность», «отношения с партнером», «положительные черты “Я”», «обучение», «хобби», «отношения в социуме», а темы избегаемых Я – «профессиональная деятельность», «не успех», «отрицательные черты “Я”», «обучение», «здоровье». Таким образом, несмотря на стереотипный характер, возможные Я обладают яркой эмоциональной окрашенностью, связанной с высокой социальной значимостью и ожиданием. Среди образов, которые называются участниками независимо от возраста, часто встречаются «хрестоматийные», например, «счастливая мать» (ж., 36 лет), «гармоничная личность» (ж., 24), «скучная жизнь, идеи тухнут» (м., 17 лет), «типичный взрослый» (м., 17 лет), «сопьюсь» (м., 31 год), «депрессивная, ведомая, домохозяйка» (ж., 37), «дворник» (м., 32). При сравнении выборок взрослых у тех, кто проходит переподготовку чаще называются желательные возможные Я, связанные с профессиональной сферой, чем вторая выборка взрослых (15 % vs 30 %).

2. Несмотря на то, что природа «возможных Я» носит множественный характер, результаты исследований показали, что несколько возможных Я могут относиться к целостному образу Я человека в его разных аспектах, либо не быть связанными между собой. Чаще всего разрозненность проявляется в том, что воплощение возможных Я относится к разному времени (через полгода, через год). В интервью было выявлено, что объединение или согласование разных Я происходит через черты личности или состояния. В первом случае человек предполагает, что изменение его личности (изменение черты) приведет к изменению во всех остальных областях жизни; во втором случае – объединение через состояние, например, «быть гармоничным» или «счастливым» в разных областях жизни или «быть ленивым, уставшим, сомневающимся», что скажется в упадке во всех областях жизни.

3. Желательные возможные Я почти в два раза чаще, чем нежелательные Я относились участниками к конкретному времени в будущем. Нежелательные Я чаще относятся к неопределенному временному интервалу, то есть «случатся когда-нибудь в будущем». Однако при анализе взаимосвязи между временной ориентацией на будущее и категорией времени, которую указывали участники, были получены неочевидные результаты. Парадоксальным образом, чем выше склонность связывать воплощение желательных Я к конкретным срокам, тем менее выражена ориентация на будущее ($r = -,273, p < 0,05$). Более того, те, кто ориентирован на будущее, чуть более склонен выбирать неопределенные интервалы воплощения желаемых Я ($r = ,25, p = 0,05$). В отношении нежелатель-

ных возможных Я заметна другая закономерность: конкретные сроки их воплощения чаще указывают люди, менее склонные к фаталистическому восприятию настоящего ($r = -,274$, $p < 0,05$), т.е. имеющие более высокое чувство контроля над собственной жизнью. Фаталисты ждут не конкретных нежелательных событий (которые, при должной подготовке можно избежать), а чаще указывают неопределенный временной интервал для нежелательных возможных Я ($r = ,257$; $p < 0,05$), то есть в целом воспринимают будущее как трудно прогнозируемое.

Обсуждая полученные результаты, отметим, что содержание желательных и нежелательных возможных Я различается у людей разных возрастов. Несмотря на предполагаемый индивидуальный характер, возможные Я носят стереотипный характер, что не снижает, а наоборот, увеличивает их эмоциональную значимость. Участники имеют достаточно обобщенное представление о том, когда возможные Я воплотятся. Действительно, человеку сложно точно ответить на вопрос, когда он станет «гармоничным», «счастливым», «более уверенным в себе», «богатым», «счастливой матерью» или «известным в определенных кругах человеком». Однако, несмотря на достаточно размытый содержательный и временной характер, возможные Я являются неотъемлемой частью Я-концепции, заполняя зону ближайшего и отдаленного будущего человека.

Благодарность. Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФ, в рамках научного проекта № 22-28-00871.

Литература

Абреу М. Мотивация в будущее: когнитивно-динамический подход Ж. Нюттена к поведению человека / М. Абреу, М. Пайшау, В. Ленс // Мотивация, действие и перспектива будущего. – М.: Смысл, 2004. – С. 562–599.

Молчанова О.Н. Возможные «Я» как предикторы профессионального самоопределения старших подростков / О.Н. Молчанова, Р.Х. Назмутдинова // Психология обучения. – 2019. – № 3. – С. 52–63.

Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Ж. Нюттен / Под ред. Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2004. – 608 с.

Lang F.R. Time counts: Future time perspective, goals, and social relationships / F.R. Lang, L.L. Carstensen // Psychology and Aging. – Vol. 17. – Pp. 125–139.

Markus H. Possible selves / H. Markus, P. Nurius // American Psychologist. – 1986. – Vol. 41. – №. 9. – Pp. 954–969.

POSSIBLE SELVES AS A COMPONENT OF THE PERSONAL FUTURE

Avanesyan M.O.

St. Petersburg State University (St. Petersburg)

Abstract. Possible selves as a theoretical construct reflect the probabilistic and selective nature of the realization of certain life alternatives. The results of several studies on the correlations between possible selves and the time perspective of the individual are described. Methods: interview based on K. Hooker's questionnaire about desirable and undesirable possible selves, F. Zimbardo's questionnaire (ZTPI). It has been shown that possible selves differ in people depending on age-related tasks and the current life situation (using the example of adolescents and adults undergoing re-training). It was revealed that the higher the tendency to associate the realization of desired selves with a specific time, the less pronounced the orientation towards the future. Those who are future-oriented are more inclined to choose indefinite intervals for the realization of their desired selves.

Keywords: possible selves, future time perspective, motivational object.

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ С РАЗЛИЧНЫМ СТАЖЕМ РАБОТЫ

Агаджанова Э.Р.

ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный университет» (г. Ульяновск)
emilia73.90@mail.ru

Аннотация. В данной статье рассматривается вопрос эмоционального выгорания педагогов дополнительного образования. Проанализированы теоретические подходы к проблеме эмоционального выгорания, основные фазы, последствия для специалиста. Приведены результаты эмпирического исследования уровня эмоционального выгорания педагогов дополнительного образования с различным стажем работы. Предложены рекомендации по профилактике эмоционального выгорания которое может привести к снижению профессиональной мотивации.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, дополнительное образование, педагог, профилактика стресса.

Профессиональная деятельность педагога, независимо от направленности и конкретной предметной области относится к группе профессий с повышенной моральной ответственностью за здоровье и жизнь учащихся. В период профес-