

ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ

# ПСИХОЛОГИЯ XXI ВЕКА: АКТУАЛЬНЫЕ ВЫЗОВЫ И ДОСТИЖЕНИЯ

Сборник статей участников международной  
научной конференции молодых ученых

22-24 апреля 2019

*Под научной редакцией А.В. Шаболтас*



Санкт-Петербург  
2020

УДК 159.9; 316,6  
ББК 88.3; 88.5  
П86

*Рекомендовано Научной комиссией в области психологических наук  
Санкт-Петербургского государственного университета*

**Экспертный совет:** Бурина Е. А., Кулиева А. К., Маневский Ф. С.,  
Медников С. В., Савеньшева С. С., Стрижицкая О. Ю., Тромбчиньски П. К.,  
Щербаква О. В.

**Редакционная коллегия:** Абабков В. А., Бурина Е. А., Бызова В. М.,  
Василенко В. Е., Верещагина Л. А., Горбунов И. А., Горюнова Л. Н.,  
Грандилевская И. В., Гуриева С. Д., Данилова М. В., Еремина Д. А.,  
Манукян В. Р., Медников С. В., Михайлова Н. Ф., Петраш М. Д.,  
Савеньшева С. С., Стрижицкая О. Ю., Тромбчиньски П. К., Трошихина Е. Г.,  
Щукин А. В., Энгельгардт Е. Е., Яковлева М. В.

**П86 Психология XXI века: актуальные вызовы и достижения.** Сборник  
статей участников международной научной конференции молодых ученых /  
Под ред. А. В. Шаболтас. СПб.: Скифия-принт, 2020. — 592 с.

ISBN 978-5-98620-429-1

В материалы международной научно-практической конференции «Психология XXI века: актуальные вызовы и достижения» вошли статьи участников конференции, описывающие дизайн планируемых и результаты проведенных исследований. Научная проблематика конференции включает в себя такие области психологической науки, как социальная и организационная психология, психология в соматической клинике, клиническая психология и психология личности. Участие в конференции принимали студенты бакалавриата, специалитета и магистратуры, а также аспиранты, в соавторстве с научным руководителем. Сборник адресован студентам, преподавателям, исследователям и практикам.

УДК 159.9; 316,6  
ББК 88.3; 88.5  
П86

*Конференция организована при поддержке  
Общественной организации «Санкт-Петербургское психологическое общество»  
(коллективный член Общероссийской общественной организации «Российское  
психологическое общество»)*

ISBN 978-5-98620-429-1

© Авторы статей, 2020

## **ВОЗМОЖНЫЕ Я ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНО ОДАРЕННЫХ ПОДРОСТКОВ**

### **POSSIBLE SELVES OF INTELLECTUALLY GIFTED ADOLESCENTS**

*Данилова Виктория Юрьевна*  
*Danilova Victoria*

*Аванесян Марина Олеговна*  
*Avanesyan Marina*

*Санкт-Петербургский государственный университет, Российская Федерация,  
199034, Санкт-Петербург, Университетская наб., 7–9.*  
*St. Petersburg State University, 7–9, Universitetskaya nab., St. Petersburg, 199034,  
Russian Federation.*

#### **Аннотация**

В статье рассмотрен феномен возможных Я, компонентов Я-концепции, отражающих ожидания и опасения человека относительно его будущего. Считается, что возможные Я влияют на психологическое благополучие и поведение человека, однако в литературе представлено мало исследований о содержательных характеристиках возможных Я и того, как именно они представлены в психическом мире человека. Поэтому был выбран качественный метод исследования – полуструктурированное интервью, посвященное изучению Возможных Я (на основе методики К.Хукер, адаптированной на русский язык В.Ю.Костенко и М.М.Гришутиной). Выборку исследования составили интеллектуально одаренные подростки (N=21), участники городской программы развития в Санкт-Петербурге. Выделены основные темы Возможных Я одаренных подростков. Предложена типология Возможных Я, созданная на основании формы их изложения, включающая четыре категории: личностные качества, события, целостные образы и эмоциональные состояния. Также получены качественные различия в описании позитивных и негативных возможных Я. Показано, что позитивные Возможные Я чаще формулируются в виде целостных образов и личностных качеств, а негативные – в виде событий и эмоциональных состояний. В ходе корреляционного анализа выявлено, что описание негативного Я в виде целостного образа связано со снижением способности человека думать о позитивном Я и воплощать его. Созданная типология, акцентирующая внимание на вопросе «Как?» вместо традиционного «Что?», является дополнением теоретических представлений о Возможных Я. Полученные результаты имеют также прикладное значение при работе с одаренными подростками. Для более широкого использования полученных результатов требуются дополнительные исследования.

## Abstract

The paper discusses the results of a qualitative analysis of a semi-structured interview devoted to the study of Possible Selves (K. Hooker questionnaire, adapted into Russian by V. Yu. Kostenko and M.M.Grushutina). The sample of the study is presented by 21 intellectually gifted adolescents, participants of a development program in St. Petersburg. The main themes of the adolescents' Possible Selves are highlighted. An original typology of Possible Selves is presented. Based on the form of their presentation, it includes four categories: personal qualities, events, holistic images and emotional states. Also obtained qualitative differences in the description of positive and negative possible selves. It is shown that positive Possible Selves more often express themselves in the form of complete images and personal qualities, whereas negative - in the form of events and emotional states. In the course of the correlation analysis it was revealed that the description of negative Selves in the form of an extensive image reduces a person's ability to think about a positive Self and embody it. The created typology, which focuses on the question "How?" Instead of the traditional "What?", adds to the theoretical knowledge of Possible Selves. The results obtained also have practical significance when working with gifted adolescents. For more extensive use of the results further research is required.

**Ключевые слова:** Возможное Я, желаемое Я, избегаемое Я, Я-концепция, Образ Я, подростки.

**Keywords:** Possible self, desired self, avoided self, self-concept, self-schema, adolescents.

## Введение

В настоящее время в психологии личности существует огромное количество терминов, относящихся, так или иначе, к Я, так называемые Self-terms. Порожденные разными концепциями, они зачастую трудно соотносятся друг с другом, что, безусловно, усложняет структурирование данной области знаний.

Наиболее широким является понятие Я-концепции, которое выступает как «собирательный термин для обозначения всей совокупности представлений человека о себе» [1, с.184]. Я-концепция является более или менее осознанным и словесно фиксируемым представлением человека о себе, сложным в процессе социального взаимодействия из отдельных образов Я.

Однако человек определяется не только представлениями о себе в настоящем времени, но также и представлениями о своем возможном будущем. Эта идея раскрывается в концепции Возможных Я, появившейся в 80-е годы 20-го века в теории Хейзел Маркус [6]. Она предлагает расширенный взгляд на Я-концепцию, исходя из предположения, что имеющееся знание личности о себе находится под существенным влиянием потенциальных представлений о себе.

Для объяснения такого влияния в Я-концепцию вводится компонент Возможных Я (Possible selves).

Возможные Я определяются как «когнитивные репрезентации целей, стремлений, мотивов, надежд, опасений и страхов индивида, которые являются частью его Я-концепции» [3,802]. В отличие от идеального Я, широко известного в психологии, возможные Я включают в себя не только позитивные элементы, но и негативные, связанные со страхами и опасениями.

От общих представлений человека о своем будущем Возможные Я отличаются активной ролью личности в представляемой возможности: «Через отбор и конструирование возможных Я человек предстает в качестве активного создателя своего собственного развития» [6, 955]. Это не просто ответ на вопрос «*Чего я хочу/боюсь?*», а именно «*Кем я хочу/боюсь быть?*». Переживание личностной значимости Возможных Я позволяет сравнивать реальные и желаемые представления о себе, создавая между ними напряжение. Это напряжение придает Возможным Я огромный мотивационный потенциал [3]. Известно, что Возможные Я связаны с саморегуляцией личности. Саморегуляция представляет собой процесс совладания с несоответствием реального Я и предъявляемых к себе стандартов (self-standarts) [5]. Эти стандарты по своей сути и есть Возможные Я, играющие центральную роль в процессе саморегулирования.

Различают позитивные (желаемые) Возможные Я и негативные (нежелаемые, избегаемые) [6]. Помимо параметра «позитив-негатив» Возможные Я можно различать по параметру «хочу-должен». Если первый параметр говорит скорее об эмоциональной направленности, то второй включает в себя опору на ценности, ответ на вопрос, откуда появилось данное Возможное Я и на чем оно основано – на желаниях, надеждах и стремлениях, или на чувстве долга и ответственности [5].

Тема Возможных Я является весьма актуальной для человека 21-го века. Высокая степень свободы современного человека заставляет его все чаще задавать вопрос: «Кем я хочу быть?». Тем не менее, в настоящий момент сведений о структуре и механизмах работы Возможных Я остается недостаточно. В большинстве исследований на эту тему делается акцент на содержании Возможных Я и их количестве, но меньше внимания уделяется форме их изложения и степени их проработанности. Нам представляется более важным изучение формы и качественных характеристик Возможных Я, чем подсчет их количества и их отнесение к той или иной жизненной теме. Таким образом, актуальность данного исследования заключается в необходимости дополнения теоретических представлений о форме существования Возможных Я и их взаимосвязи с другими компонентами личности.

На данный момент существующие исследования Возможных Я подростков чаще фокусируются на их академической успеваемости [7]. На наш взгляд,

необходимо более широкое рассмотрение Возможных Я данной возрастной категории.

Целью данного исследования было проведение качественного анализа Возможных Я одаренных подростков, сопоставление позитивных и негативных Возможных Я и создание типологии Возможных Я. Гипотеза исследования - позитивные и негативные Возможные Я отличаются по форме своего изложения.

### **Задачи:**

1. Определить форму существования Возможных Я и создать типологию
2. Выявить различия между позитивными и негативными Возможными Я
3. Выявить особенности Возможных Я как мотивационных структур

### **Методы исследования**

Выборку исследования составили подростки в возрасте 16-18 лет (N=21 чел., 10 ж., 11 м.) участники городской программы развития интеллектуально-одаренных подростков Санкт-Петербурга, реализуемой АНО «Одаренная молодежь» с 2016-го года. Участники данной программы прошли двухэтапный отбор, включающий тесты на интеллект и креативность, и были отобраны как интеллектуально-одаренные комиссией психологов АНО «Одаренная молодежь».

Выбор такой специфичной выборки обусловлен, в первую очередь, прикладным значением данного исследования для психолого-педагогического персонала, работающего с одаренными детьми и подростками. Известно, что одаренным детям бывают свойственны психологические проблемы в общении и такие качества, как перфекционизм, высокая критичность, эмоциональная неустойчивость и заниженная самооценка [2]. Самоотношение интеллектуально одаренных подростков чаще имеет конфликтный характер. Порой им необходимо осваивать специальные приемы саморегуляции и управления своим эмоциональным состоянием.

Вместе с тем, современные исследования показывают, что психологические проблемы, встречающиеся у одаренных детей и подростков, не являются уникальными, и свойственны в той или иной мере другим детям той же возрастной категории [4]. Возможно, некоторые психологические особенности у одаренных подростков проявляются более ярко, что делает изучение данной группы перспективным для обще-возрастной генеральной совокупности.

Для изучения Возможных Я нами была выбрана методика К.Хукер, адаптированная на русский язык В.Ю.Костенко и М.М.Гришугиной [4]. Методика представляет собой способ измерения качественных и количественных характеристик Возможных Я. Четыре открытых вопроса предлагают респонденту сформулировать свои желаемые и избегаемые

Возможные Я и выбрать из них наиболее значимые. После этого выбранное желаемое Возможное Я предлагается оценить с точки зрения (1) личной способности воплотить его в жизнь, (2) вероятности его воплощения, (3) того, насколько часто человек думает о данном Возможном Я и (4) важности данного Возможного Я для респондента. Для избегаемых Возможных Я предлагается оценить (1) личную способность противостоять его воплощению, (2) вероятность его воплощения, (3) того, как часто данная избегаемая возможность выступает предметом размышлений и (4) того, насколько важно человеку предотвратить воплощение данной избегаемой возможности.

Для получения более достоверных результатов при работе с подростками было решено проводить данную методику в формате полуструктурированного исследовательского интервью. Кроме того, к методике К. Хукер нами были добавлены вопросы о степени детализации Возможного Я и об его возможных источниках – насколько подробно его себе представляет участник исследования? Когда впервые появилось такое Возможное Я?

Помимо качественного анализа результатов интервью в исследовании применяется корреляционный анализ, используется ранговый коэффициент корреляции Спирмена.

### Результаты исследования

Качественный анализ интервью выявлены основные темы Возможных Я, произведена категоризация Возможных желаемых и избегаемых Я по форме их изложения (табл. 1 и табл. 2).

*Таблица 1. Темы желаемых возможных Я с указанием частоты упоминания и иллюстрациями*

<b>Тема</b>	<b>Частота</b>	<b>Иллюстрация</b>
<b>Карьера, профессия</b>	13	«Успешная модель»
<b>Учеба, поступление</b>	10	«Сдам ЕГЭ», «Поступлю на биофак»
<b>Саморазвитие</b>	9	«Видеть хорошее в плохом»
<b>Творчество</b>	8	«Играть на гитаре», «Рисовать комиксы»

<b>Общение, друзья</b>	7	«Поубавить отзывчивость», «Завести больше друзей»
<b>Приключения</b>	5	«Одинокий пират с попугаями»
<b>Семья</b>	5	«Женатый с детьми»

Таблица 2. Темы избегаемых возможных Я с указанием частоты упоминания и иллюстрациями

<b>Тема</b>	<b>Частота</b>	<b>Иллюстрация</b>
<b>Одиночество</b>	10	«Полная изоляция», «Одинокий в душе», «Никого не найду», «Страх, что нет человека по моим запросам»
<b>Провал</b>	7	«Меня отчислят», «Проблемы с законом»
<b>Обыденность</b>	7	«<обычная семья>Пьющий муж», «Скучная жизнь, идеи тухнут», «Типичный взрослый»
<b>Неприязнь к себе</b>	6	«Мудак, рационально-безэмоциональный», «Наркоман», «Безвольный»
<b>Нереализованность</b>	6	«Остановка в развитии», «Так и не реализовал свои проекты»
<b>Смерть</b>	4	«Обидно рано умирать, сначала дела доделать надо...»

Список тем негативных Возможных Я по частоте упоминания возглавляет тема одиночества, которая по-разному представляется разным подросткам – для кого-то это страх полной изоляции, а кто-то боится быть одиноким среди людей. Так или иначе, проблема одиночества актуальна для половины участников. Также упоминается страх провала и неприязнь к себе, страх остаться нереализованным, обыденность, связанная в первую очередь с социальными факторами. Тема смерти также фигурирует, и в основном связана со страхом личной смерти раньше времени, соприкасается с темой нереализованности.

Такой тематический репертуар Возможных Я подтверждает результаты предыдущих исследований [27]. Он связан с актуальными проблемами и

социальными ситуациями подросткового возраста – процессом выбора профессионального пути, ориентацией на общение и контакт со сверстниками, формирование личностной идентичности. Избегаемое Я чаще затрагивает более экзистенциальные и обобщенные темы.

Помимо анализа тематического содержания полученных Возможных Я нами была проведена их категоризация по форме изложения. В итоге было обнаружено 4 вида описания Возможных Я:

### **1. События**

Возможное Я описывается в виде события, которое является лично значимым, частично или полностью зависит от внешних обстоятельств, и при этом полностью определяет само Я в будущем. *Например, поступление в университет или сборы в армию.*

### **2. Личностные качества**

В данном случае Возможное Я выражается в виде некоторой психологической характеристики, которую опрашиваемый хочет в себе развить, либо, наоборот, избежать. *Например, стать более уверенным в себе.*

### **3. Эмоциональные состояния**

Возможное Я описывается как бы туманно, передавая эмоции будущего Я. *Например: «хочу быть счастливым».*

### **4. Целостные образы**

В данную категорию входят обширные обобщенные описания, иногда размытые, а иногда детальные, но тем не менее, как бы вырисовывающие картину будущего. *Например: образ семейной жизни.*

При рассмотрении выделенных категорий в позитивных и негативных Возможных Я было обнаружено, что наиболее частая форма описания как позитивных, так и негативных Возможных Я – это целостные образы. Кроме того, желаемые Я чаще описываются в виде личностных качеств, а избегаемые – в виде событий и эмоциональных состояний.

Ниже представлена частота встречаемости разных категорий Возможных Я (табл. 3).

Таблица 3. Частота встречаемости разных видов желаемых и избегаемых Возможных Я.

Желаемые Я	Избегаемые Я
События – 3	<b>События – 12</b>
<b>Образы – 18</b>	<b>Образы – 12</b>
<b>Качества – 8</b>	Качества – 3
Эмоции – 1	<b>Эмоции – 8</b>
Примеры: «Творец в широком смысле слова» (Образ) «Уверенный в себе, за словом в карман не лезет» (Качество)	Примеры: «Заберут в армию» (Событие) «Печаль, безнадёга» (Эмоции)

Используя количественные показатели методики К.Хукер, мы сравнили позитивные и негативные Возможные Я по таким параметрам как детальность представления, вероятность воплощения, способность воплотить, важность и частота мыслей о Возможном Я. В результате сравнения мы получили следующие данные:

1. У 9 интервьюируемых (43%) подробность представления негативного Я выше, чем позитивного, у 9 других – наоборот, позитивное Возможное Я представлено более детально. Трое испытуемых одинаково оценили детальность представления желаемых и избегаемых Я.
2. 13 интервьюируемых (62%) оценили вероятность избегания негативного Я выше, чем вероятность воплощения позитивного.
3. Для 11 испытуемых (52%) важнее избежать негативного, чем реализовать позитивное Возможное Я, для 9 других оба Я одинаково важны.
4. 13 испытуемых (62%) чаще думают о позитивном Возможном Я, чем о негативном, двое, наоборот, чаще задумываются о негативном Я, 6 других одинаково оценили частоту мыслей о позитивных и негативных Я.

Ответы интервьюируемых на вопрос о предпринятых шагах для воплощения/предотвращения Возможного Я были проранжированы и переведены в числовые значения следующим образом: ничего не предпринято – 0, мысли о реализации намеченного – 1, действия в направлении намеченного – 2.

Затем был проведен корреляционный анализ выделенных категорий с количественными показателями Возможных Я. Корреляционному анализу подверглись следующие параметры:

- Наличие тех или иных категорий (события, качества, эмоции, образы) в позитивных и негативных Возможных Я
- Ранговая оценка предпринятых шагов (0, 1, 2)
- Оценка детальности, вероятности, способности воплотить, важности и частоты мыслей (по 7-и бальной шкале).

В результате корреляционного анализа были получены следующие корреляционные связи:

1. Представление негативных Я в виде целостных образов отрицательно коррелирует со способностью воплотить позитивные Я ( $r=-0,585$ ,  $p<0,01$ )
2. Оценка способности воплотить желаемое Я положительно коррелирует с его важностью ( $r=0,457$ ,  $p<0,05$ ) и предпринятыми шагами для его воплощения ( $r=0,506$ ,  $p<0,05$ )

### **Обсуждение результатов и выводы**

Возможные Я имеют различные формы существования в целом и, образуют уникальные конфигурации у каждого человека. На основании полученных в ходе исследования данных можно сделать следующие выводы:

1. Позитивные Возможные Я чаще высказываются в виде целостных образов и личностных качеств, а негативные – в форме событий и эмоциональных состояний. Можно предположить, что в процессе конструирования позитивных Я человек сконцентрирован на себе, ориентируется на свои цели и мечты, в то время как негативные Возможные Я представляются ему воздействием внешнего мира, неподконтрольными ему событиями, вызывающими сильные эмоции. Для проверки выдвинутого предположения необходимы дополнительные исследования и теоретический анализ, например, с использованием концепции локуса контроля.
2. Детализация нежелательных Я, важность и вероятность их избегания оценивается выше, чем аналогичные параметры желаемых Я. Такой результат может говорить о том, что у испытуемых преобладает мотивация избегания неудач над мотивацией достижения успеха. При этом, большинство испытуемых чаще думают о желаемых Я. Для того, чтобы разобраться в причинах такого противоречия необходимы дополнительные исследования мотивационного потенциала Возможных Я.

3. Описание негативного Я в виде обширного образа снижает способность человека думать о позитивном Я и воплощать его. Вероятно, такая форма представления негативного Я вызывает сильные отрицательные эмоции, с которыми человеку трудно совладать, и привязывает его к негативному мышлению о себе в будущем.

Полученные результаты требуют проверки на более обширной и разнообразной выборке. Также интересно изучить взаимосвязь полученных данных и выявленных категорий Возможных Я с другими свойствами личности, такими как самооценка, экзистенциальная исполненность, локус контроля.

### Заключение

В ходе данного исследования получены сведения, свидетельствующие о различиях между позитивными и негативными Возможными Я. Использование качественного метода позволило нам создать типологию Возможных Я, основанную на новом понимании их смысла. Вместо традиционного фокусирования на тематическом содержании Возможных Я, на первый план выдвигается вопрос об их форме.

В то время как темы и содержание Возможных Я в большей степени формируются социальной средой и зачастую оказываются стереотипными, похожими у людей одной возрастной категории, форма их изложения (событие, качество, образ или эмоциональное состояние) в полной мере отражает то, как их личностно переживает каждый человек и каким образом они присутствуют в его психическом мире. Можно предположить, что форма определяет смысл и мотивационный потенциал Возможного Я. Иными словами, на наш взгляд в представлении и описании Возможного Я гораздо важнее вопрос «*Как?*», чем вопрос «*Что?*». Такой вывод соответствует экзистенциальному подходу.

Полученные данные также имеют прикладное значение. Созданную типологию Возможных Я и с обнаруженные связи можно использовать в консультативной и терапевтической практике. Работая с содержанием Возможных Я, переводя их из неконструктивных форм в более конструктивные, можно добиться положительных результатов при решении проблем самооценки, мотивации, и целеполагания. Учитывая мотивационный потенциал Возможных Я, можно предположить, что круг проблем, в которых этот конструкт может оказаться полезным, в действительности гораздо шире.

*Список литературы:*

1. Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А. Социальная психология личности, М., 2009.
2. Богоявленская Д.Б., Богоявленская М.Е. Психология одаренности: понятие, виды, проблемы. М., 2005.
3. Василевская Е.Ю., Молчанова О.Н., Возможные Я: обзор зарубежных исследований // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2016. – Т. 13. – №4. – С. 801–815.
4. Костенко В.Ю., Гришутина М.М. Невозможное Я: предварительное исследование в контексте теории Хейзел Маркус // Пензенский психологический вестник. – 2018. – №1 (10)
5. Batory A., Bąk W., Oleś P. K., Puchalska-Wasył, M. The dialogical self: Research and applications // Psychology of Language and Communication. – 2010. – Т.14(1). – С.45-59.
6. Markus H., Nurius P. Possible selves // American Psychologist – 1986. – Т.41. – №9. – С. 954-969.
7. Oyserman D., Bybee D., Terry K., Hary-Jonson T. Possible selves as roadmaps // Journal of Research in Personality . – 2004. – №38. – С.130–149