

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
Государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования Республики Крым
«КРЫМСКИЙ ИНЖЕНЕРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ФЕВЗИ ЯКУБОВА»

На правах рукописи



ЛИТВИНЕНКО Игорь Геннадьевич

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗА БУДУЩЕГО
ИНТЕРНЕТ-АКТИВНОЙ МОЛОДЕЖИ**

Специальность

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии
(психологические науки)

ДИССЕРТАЦИЯ

на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Научный руководитель:

доктор психологических наук, профессор
Лучинкина Анжелика Ильинична

Симферополь-2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

	стр.
ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ ОБРАЗА БУДУЩЕГО ЛИЧНОСТИ	11
1.1. Проблемное поле понятия «образ будущего»	11
1.2. Время как суть образа будущего: психологическое время и временная перспектива	34
1.3. Маркеры будущего в представлениях личности.....	45
Выводы по Главе 1	71
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОБРА- ЗА БУДУЩЕГО ЛИЧНОСТИ ИНТЕРНЕТ-АКТИВНОЙ МОЛОДЕЖИ	74
2.1. Этапы, методы, методики и методические проблемы иссле- дования цифровых, когнитивных, инструментальных и эмоциональ- ных особенностей образа будущего интернет-активной молодежи	74
2.2. Эмпирическое исследование цифровых, когнитивных, ин- струментальных и эмоциональных особенностей образа будущего ин- тернет-активной молодежи	83
2.3. Реализация программы психологического сопровождения личности с пограничным и дезадаптивным типом образа будущего	122
Выводы по Главе 2	135
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	141
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	144

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Современный этап общественного развития характеризуется усилением роли молодежи в социальных, политических, экономических процессах. Молодежь является группой, наиболее интенсивно включенной в цифровые коммуникации, поэтому ее социализация и личностное становление в значительной мере происходят в интернет-пространстве.

Высокая интенсивность онлайн-взаимодействия сопровождается усвоением специфических норм, ценностей и поведенческих сценариев цифрового пространства. В этих условиях трансформируется субъективное переживание времени: ослабляется значимость линейности жизненного пути, усиливается установка на множественность и обратимость возможных сценариев. Указанные изменения являются новообразованием виртуальной среды, расширяют пространство выбора, но одновременно могут затруднять долгосрочное целеполагание и формирование целостного, реалистичного и позитивного образа будущего, особенно у молодежи.

Цифровая среда, с одной стороны, предоставляет новые ресурсы самореализации, доступа к информации и построения социальных связей; с другой – повышает риск фрагментации жизненных планов, ситуативности решений и рассогласования между актуальными действиями и долгосрочными целями, что может привести к искажению образа будущего и, как следствие, к личностным девиациям. Это актуализирует необходимость изучения психологических особенностей образа будущего интернет-активной молодежи.

Таким образом, исследование представлений интернет-активной молодежи о будущем позволит уточнить механизмы формирования образа будущего в условиях цифровизации, выявить факторы риска и ресурсы его конструктивного развития, а также использовать полученные результаты в практике образовательной и социальной политики.

Степень научной разработанности проблемы исследования. Среди многочисленных подходов к исследованию категории «будущее» выделим два взаимодополняющих направления: социально-философское и психологическое.

Работы исследователей в области социально-философского направления определяют образ будущего как инструмент коллективного целеполагания и общественно-политической мобилизации (Н.М. Великая [2021], Н.Н. Козлова [2021], О.Г. Овчарова [2021], С.В. Рассадин [2021]). Отечественные исследователи отмечают динамику массовых образов желаемого и необходимого будущего и их связь с идентичностью и гражданским участием (Г.В. Тартыгашева [2023], А.А. Хохлов [2023], И.С. Шушпанова [2021]). При этом, несмотря на активность философского дискурса, влияние интернет-активности молодежи на формирование индивидуального образа будущего остается за пределами эмпирических исследований.

В контексте психологических исследований образа будущего личности немаловажным вопросом является определение его структуры. В работах К.Н. Белогай [2019], Н.А. Бугровой [2019], Е.Б. Быковой [2003], Д.П. Заводчикова [2024], Е.В. Лебедевой [2024], А.В. Михальского [2014, 2016], А.А. Стрельцовой [2015], А.А. Шарова [2024] отражаются имеющиеся подходы к рассмотрению структуры образа будущего личности. Однако предлагаемые авторами концепции не отражают структуру образа будущего интернет-активной личности и относятся к подростковому возрасту, что сужает поле исследования.

Отдельные компоненты образа будущего молодежи – возрастные, гендерные и статусные различия, связь с субъективным благополучием, ценностями и согласованностью жизненных планов – рассмотрены в работах А.Д. Андреевой [2022], О.Ю. Горчаковой [2024], С.В. Духновского [2022, 2023], Е.Ю. Коржовой [2024], А.В. Ларионовой [2024], Н.Д. Скосыревой [2022], И.А. Филенко [2024], Н.П. Шиловой [2022, 2023, 2024]. В отдельных исследованиях отмечается эпизодический всплеск интереса к воображению будущего и

«непрерывности будущего Я» (Е.К. Hong [2024], С. Sedikides [2024], Y. Zhang [2024]). Тем не менее, интеграция когнитивно-временных и эмоциональных механизмов с характеристиками интернет-активности в исследованиях авторов встречается эпизодически и требует теоретико-методологического развития.

Учеными исследуется роль образа будущего в регуляции поведения, определении жизненного смысла и влияния позитивного будущего на текущую активность личности, влиянии жизненных ценностей и смыслов на образ будущего (Н.М. Великая [2023], Н.Н. Козлова [2021], О.Г. Овчарова [2021], С.В. Рассадин [2021], Г.В. Тартыгашева [2023], А.А. Хохлов [2023], И.С. Шушпанова [2021]). В то же время остается малоизученным механизм формирования и предикторов образа будущего интернет-активной молодежи.

Научная проблема исследования заключается в выявлении психологических предикторов, определяющих содержание, эмоциональную окраску и временную перспективу образа будущего у интернет-активной молодежи для разработки адекватных стратегий психологического сопровождения молодых людей.

Цель исследования – выявить и описать психологические особенности образа будущего интернет-активной молодежи.

Объект исследования – образ будущего интернет-активной молодежи.

Предмет исследования – психологические особенности образа будущего интернет-активной молодежи.

Гипотезы исследования.

1. Образ будущего интернет-активных молодых людей может быть представлен цифровой, когнитивной, эмоциональной и инструментальной составляющими, содержание которых может быть обусловлено определенными характеристиками.

2. В зависимости от выраженности и сочетания цифровых, когнитивных, эмоциональных маркеров образа будущего могут быть выделены конструктивный и неконструктивный типы образа будущего личности интернет-активной

молодежи.

3. Может быть построена и апробирована программа психологического сопровождения личности, ориентированная на психологические особенности образа будущего и позволяющая своевременно обеспечить психологическую помощь молодым людям.

Задачи исследования:

1. Определить теоретико-методологические подходы к исследованию образа будущего личности.

2. Теоретически обосновать и эмпирически определить психологические предикторы образа будущего интернет-активной молодежи.

3. Теоретически выявить и эмпирически определить типологию образа будущего интернет-активной молодежи.

4. Разработать и апробировать программу психологического сопровождения молодежи с неконструктивным типом образа будущего.

Теоретико-методологическую основу исследования составили: субъектно-деятельностный подход к изучению личности (К.А. Абульханова-Славская, С.Л. Рубинштейн); теория интернет-социализации личности (А.И. Лучинкина, Г.У. Солдатова); концепция временной перспективы (К.А. Абульханова, Р.А. Ахмеров, Т.Н. Березина, Е.И. Головаха, Ф. Зимбардо, А.А. Кроник, К. Левин, Д.А. Леонтьев); концепция образа будущего личности (В.Н. Петрова), адаптивный и преадаптивный подход к развитию личности (И.В. Абакумова, А.Г. Асмолов, М.В. Годунов).

Методы исследования: теоретический анализ, констатирующий эксперимент. В качестве эмпирических методов исследования использовались: свободное сочинение на тему: «Каким я вижу свое будущее...» – для исследования когнитивных установок личности по поводу будущего; психодиагностический набор методик для изучения предикторов образа будущего интернет-активной молодежи, включающий методику «Личность в виртуальном пространстве» (А.И. Лучинкина) – для оценки виртуальности, вовлеченности и мотивов пре-

бывания в виртуальном пространстве; методику «Методика изучения образа возможного будущего» (В.Н. Петрова) – для диагностики образа возможного будущего личности; методику «Опросник временной перспективы Зимбардо» (Ф. Зимбардо и А. Гонсалес, адаптация А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой, О.В. Митиной) – для исследования отношения личности к временному континууму; методику «Самоактуализационный тест» (Э. Шостром, адаптация Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская) – для исследования компетентности во времени личности; краткую версию опросника «Тест эмоционального интеллекта» (Д.В. Люсин, А.А. Панкратова, Д.С. Корниенко) – для диагностики эмоционального интеллекта личности; методику «Шкала эмоциональных схем Лихи» (Р. Лихи, адаптация Н.А. Сироты, Д.В. Московченко, В.М. Ялтонского, Я.А. Кочеткова и А.В. Ялтонской) – для исследования восприятия и реакции личности на собственные эмоции.

Эмпирическая база исследования. В исследовании приняли участие 374 респондента в возрасте от 17 до 25 лет, являющиеся интернет-пользователями, из них: обучающиеся Крымского инженерно-педагогического университета имени Февзи Якубова (358 респондентов); случайно выбранные пользователи сети Интернет, являющиеся студентами иных образовательных организаций (16 респондентов).

Достоверность и обоснованность полученных результатов исследования обеспечивалась всесторонним теоретическим анализом проблемы, внутренней согласованностью методологических подходов, использованием надежных и валидных психодиагностических методик, адекватных целям и задачам исследования, достаточным объемом и репрезентативностью выборки, а также применением корректных методов статистической обработки эмпирических данных.

Основные научные результаты, полученные лично автором, и их научная новизна. Расширено понятие об образе будущего интернет-активной молодежи. Определены особенности представлений о будущем интернет-

активной молодежи с различным уровнем виртуальности и вовлеченности в интернет-пространство. Выявлена взаимосвязь между мотивами использования сети Интернет, образом возможного будущего личности, отношением личности к временному континууму, компетентностью во времени личности, эмоциональным интеллектом личности, выраженностью эмоциональных схем, уровнем виртуальности и вовлеченности интернет-активной молодежи в цифровом пространстве. Выявлены когнитивные установки по поводу будущего, формирующиеся при взаимодействии интернет-активной молодежи с цифровым пространством сети Интернет. Предложена типология образа будущего, основанная на особенностях образа будущего интернет-активной молодежи. Разработана программа психологического сопровождения для лиц с пограничным и дезадаптивным типом образа будущего.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что полученные результаты проведенного исследования дали возможность определить психологические особенности образа будущего интернет-активной молодежи, а именно выделить предикторы образа будущего, которые свойственны интернет-пользователям с различным уровнем виртуальности и вовлеченности в сети Интернет.

Практическая значимость проводимого исследования состоит в создании системы психологического сопровождения личности с пограничным и дезадаптивным типом образа будущего, ориентированную на предикторы образа будущего и позволяющую своевременно обеспечить психологическую помощь молодежи.

Положения, выносимые на защиту.

1. Образ будущего интернет-активной молодежи включает цифровую (активность и погруженность в Сеть, мотивы пребывания в сети Интернет), когнитивную (установки по поводу будущего, смысловая жизненная перспектива), эмоциональную (эмоциональный интеллект, выраженность эмоциональных схем) и инструментальную (отношение личности к временному континууму,

отношение к будущему, компетентность во времени, пространственно-временная жизненная перспектива) составляющие.

2. Психологическими предикторами образа будущего интернет-активной молодежи являются: в группе цифровых маркеров – вовлеченность, виртуальность, мотив взноса; в группе когнитивных маркеров – смысловая жизненная перспектива; в группе инструментальных маркеров – компетентность во времени; в группе эмоциональных маркеров – общий эмоциональный интеллект. В зависимости от выраженности и сочетания предикторов образа будущего могут быть выделены конструктивный (адаптивный) и неконструктивный (пограничный и дезадаптивный) типы образа будущего личности интернет-активной молодежи.

3. Программа психологического сопровождения личности с пограничным и дезадаптивным типом образа будущего опирается на развитие целостного восприятия временной перспективы и эмоциональной регуляции и направлена на повышение адаптивности и конструктивности при формировании образа будущего интернет-активной молодежи.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные положения, выводы, результаты исследования обсуждались на заседаниях кафедры психологии Крымского инженерно-педагогического университета имени Февзи Якубова (Симферополь, 2023-2025) и были представлены на: Международной научно-практической конференции «Актуальные вопросы науки и образования: теория и практика» (Иркутск, 2024); II Международной конференции «Научные чтения памяти Февзи Якубова» (Симферополь, 2024); Всероссийской научно-практической конференции с международным участием студентов и молодых учёных «Молодая наука» (Симферополь, 2024); Научной конференции «Социопсихологические закономерности развития личности в условиях цифрового общества» (Симферополь, 2024); IV очно-заочном Всероссийском студенческом брифинге «Актуальные исследования психологической науки» (Симферополь, 2025); Международной научно-практической конференции «Традиции и

инновации в современной психологии и педагогике» (Киров, 2025); III Международной конференции «Научные чтения памяти Февзи Якубова» (Симферополь, 2025); Всероссийской научно-практической конференции с международным участием студентов и молодых учёных «Молодая наука» (Симферополь, 2025), XVIII Международной научно-практической конференции «Шамовские чтения» (Москва, 2026).

Материалы исследования используются в деятельности Крымского инженерно-педагогического университета имени Февзи Якубова (Симферополь), Таврической академии Крымского федерального университета имени В.И. Вернадского (Симферополь), Крымского юридического института (филиала) федерального государственного казенного образовательного учреждения высшего образования «Университет прокуратуры Российской Федерации» (Симферополь).

Публикации. По теме исследования опубликовано 8 работ общим авторским объемом 2,95 п.л.; из них 6 – в журналах, рекомендованных ВАК РФ для публикации материалов кандидатских диссертаций.

Структура и объем диссертации. Диссертационное исследование состоит из введения, двух глав, заключения, включающего общие выводы, практические рекомендации и перспективы для дальнейшего изучения проблематики, списка использованной литературы, включающего в себя 159 источников, в том числе 17 – на иностранном языке. Работа иллюстрирована 11 таблицами, 25 рисунками. Общий объем работы составляет 162 страницы.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ ОБРАЗА БУДУЩЕГО ЛИЧНОСТИ

1.1. Проблемное поле понятия «образ будущего»

На современном этапе развития психологии, особую роль занимает понятие внепространственной и вневременной природы реальности. Временное самосознание личности представляет собой наличие координат образа мира, что представлено будущим, настоящим и прошлым временем, которое соотносится с трансформацией реального мира, окружающего личность, и её развитием. Ожидаемое будущее отражается в сознании субъекта в форме многокомпонентного образования, характеризующегося смысловым, эмоциональным и ценностными уровнями, которое носит название «образ будущего».

Для того чтобы охарактеризовать понятие «образ будущего», необходимо понимать, что его структура состоит из двух составляющих: категории образа и категории времени. Рассмотрим генезис понятия «образ».

Одной из фундаментальных и ведущих проблем в психологии является понятие категории образа. Данная категория представляла собой основу представлений о сознании и душе.

Проблема образа впервые была поставлена еще в античную эпоху. В рамках античной традиции были выделены два основания для нынешней концепции чувственного образа: причинное воздействие внешнего объекта на сенсорный орган и детерминация эффекта ощущения строением самого органа [95].

С точки зрения философского подхода, понятие об образе трактовалось авторами по-разному. Так, в учении Платона, образ – это отражение материального, самого по себе производного от вечных идей. Тогда образ – «вторичная копия». Он выполняет двойную роль: обеспечивает сохранность опыта, а с другой стороны, может заменять реальное мнимым, навязывая принятие копии вместо оригинала [67].

Аристотель, в свою очередь, предложил альтернативную концепцию, в которой образ является психическим медиатором между чувственным и рациональным, формируя связь между сознанием и материальным миром [67].

Обращаясь к средневековой философии, стоит отметить таких её представителей, как Фома Аквинский и Августин. По их мнению, образ характеризуется как отражение «настоящего» источника смысла, который представляет собой божественный идеал, недоступный для человека.

Представитель философии «нового времени» Дэвид Юм предлагал теорию, в которой образ понимался в качестве оставшихся в разуме человека копий пережитых событий, впечатлений, которые таятся в глубинах человеческого сознания [67].

В свою очередь, Иммануил Кант считал, что процесс формирования образа неразрывно связан с любым знанием, обосновывая это тем, что чувство и разум представлены в роли следствия процесса воображения. Процесс формирования образа рассматривается им с точки зрения трансцендентного подхода в отношении разума, что придает категории образа черты первоисточника смысла, открывающего человеку путь к познанию реальности [67].

С позиции философии современного времени, К.В. Веричева справедливо отмечает, что в современном обществе проблема кризиса идентичности становится актуальной, что связано с усложнением структуры личностного Я. Множественность Я-образов, усиливая выраженность индивидуальности, создает предпосылки для самоидентификации, актуализации потенциала, проектирования и осуществления жизненной траектории, а также формирования самости в социальных контекстах [22].

Большую роль в состоянии проблемы образа человека в современности играет аспект социального взаимодействия, где индивидуальное Я представлено результатом проектирования личности в определенном социокультурном окружении [22].

В зарубежной психологии категория образа представлена в трудах Э.Б. Титченера [138]. Э.Б. Титченер, будучи приверженцем структуралистского подхода в психологии, характеризует понятие образа, как элемент идеи, отражающий переживания, не связанные с настоящим моментом времени. Стоит отметить, что взгляды И. Канта и Э.Б. Титченера в вопросе трактовки понятия образа пересекаются. В трактовке Э.Б. Титченера, образ входит в число базовых компонентов сознания, наравне с ощущениями и эмоциональными состояниями, обеспечивая репрезентацию феноменов внутренней реальности. Существенный вклад Э.Б. Титченера – выделение параметров образа: ясности (отчетливость), качественной определенности, временной протяженности и степени выраженности (интенсивности) [138].

Говоря о зарубежной психологической науке, невозможно пройти мимо трудов Зигмунда Фрейда. В классическом психоанализе образ трактуется не как посредник между субъектом и внешней действительностью, а связующим элементом субъекта с его внутренней реальностью. Автор рассматривает образы как ментальные фигуры, репрезентирующие в сознании влечения и инстинкты. Структурная опора психоанализа на интерпретацию сновидений и ассоциативный материал обеспечивает емкое описание природы и функций психического образа.

Ученик З. Фрейда Карл Густав Юнг, в отличие от своего учителя, трактовал понятие образа иначе. К. Юнг характеризует понятие образа как первичный активный феномен душевной жизни, способный создавать и воспроизводить; как мир, в котором разворачивается опыт [25, 95].

Вышеперечисленные авторы описывают образ как интрапсихический феномен без измеримых компонентов, при этом акцентируется внимание исключительно на описании содержания образов, а не на динамике их формирования и регуляции.

С середины XX века в отечественной психологии начинаются полномасштабные теоретические и практические исследования феномена образа.

В отечественной психологии исследователем категории образа занимались Б.Г. Ананьев, Н.А. Берштейн, Ф.Е. Василюк, Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, В.П. Зинченко, А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, А.В. Петровский, С.Л. Рубинштейн, С.Д. Смирнов и др.

Категория образа рассматривалась отечественными исследователями с позиции деятельностного подхода. Родоначальник деятельностного подхода в психологии А.Н. Леонтьев предполагал, что образ представлен многомерным психическим образованием. Автор придерживался точки зрения о том, что формирование образа – сложный и пролонгированный процесс, который со временем достигает нормального отражения объекта. Следовательно, А.Н. Леонтьев предлагал трактовать психический образ как образ мира [70].

С.Л. Рубинштейн определял образ как феномен, доступный познанию, что обосновывает включение представления в структуру образа. При этом, в его трактовке, образ всегда предметно соотнесен и возникает лишь в отношении к отражаемому предмету [107].

П.Я. Гальперин определял образ как совокупность психических отражений, которые раскрывают субъекту предметы и связи объективной реальности. Образ и реальное явление объединены отношением отражения: реальность присутствует в сознании посредством образа [28].

Понятие о категории образа разрабатывалась С.Д. Смирновым. В его понимании образ представлен структурированной системой знаний человека о мире, себе и людях, задачей которой является «преломление» всяческого внешнего воздействия через себя [99].

В.П. Зинченко связывал предметно-практическую, мыслительную и сенсорно-перцептивную деятельность с образованием субъективных феноменов, которыми определял образы. Он определял образ как единое отражение действительности, которое содержит в себе основные перцептивные категории (время, цвет, пространство и др.) [56].

Обобщая, можно сказать, что представители деятельностного подхода связывали определение образа с социальной природой сознания, проявляющейся в его активно-конструктивном и творческом содержании. Посредством психических образов происходит отражение предметов реальности, а также установка программ деятельности, целей, задач, что является точкой опоры творческой деятельности индивида [114].

Б.Ф. Ломов, являясь представителем и основоположником системного подхода в психологии, характеризовал категорию образа как соотношение внутреннего и внешнего миров, за счет которого происходит связь между характеристиками реальности и внутреннего психического пространства, формируя его. Исходя из вышеупомянутой точки зрения, можно сказать, что основные качества чувственного образа представлены в пространственных терминах: предметности, объективированности и субъективности [114].

В рамках прецептивно-коммуникативного подхода, Б.Ф. Ломов придерживался точки зрения, что познание и общение являются целостным образованием. Он полагал, что между людьми происходит обмен образами и представлениями в ходе общения, что определяет их формирование. Все то, что воспринимается человеком, его мышление и переживания, связано с характером и объектом его коммуникации [89].

Существует также понимание «мысленного образа», который формируется за счет включения в индивидуальный опыт человека знаний, воспроизведенных человечеством. В связи с этим, представители системного подхода А.А. Гостев и В.А. Ганзен определили мысленные образы, характеризующиеся в большей степени наличием внутреннего информационного источника (память) и составляющие большинство образных явлений. Образ, в понимании авторов, представлен уникальной составляющей «потока сознания» [29].

По Л.П. Гримаку, образ – субъективная структура, возникающая в ходе чувственного, деятельностного и мыслительного опыта и завершающая акт от-

ражения реальности. Ему присуща многомерность, включающая разнообразные характеристики объектов, их взаимные отношения и позицию субъекта [25, 36].

Перцептивные образы составляют исходную основу для более сложных по содержанию и функциям образов; речь идет о представлениях, а также образах памяти и воображения как о вторичных формах. Последние формируются без непосредственного действия реальных объектов, представляя собой преобразование сохраненных в памяти чувственных образов. Стоит отметить, что структурная композиция образа объекта может изменяться, в связи с тем, что определенные его черты усиливаются, а другие, напротив, ослабляются. Таким образом, происходит изменение отчетливости черт перцептивного образа [99].

Классификация по предметной ориентации сознания различает объектные и субъектные образы. В исследовании образа будущего первостепенным объектом рассмотрения выступают субъектные образы, которые в научной литературе обычно классифицируются как социально-перцептивные [103].

Социально-перцептивный образ у В.Л. Ситникова – ментальная конструкция, отражающая других и самого себя в статусе участника социального коллектива [111].

Образы Я, Ты, Мы, Он формируются только при коммуникации с другими людьми или автокоммуникации при диалоге [13, 77].

Современные коммуникационные технологии строятся на интерсубъективной природе и онтологии «Я-Другой»: «Другой» одновременно присутствует как зеркало «Я» в реальности и как его технически сконструированный аналог в виртуальности [114].

Отмечая все вышесказанное, можно судить о категории образа, как о целостном образовании, характеризующейся многоуровневостью и многомерностью. Изучая образ как психологическую категорию, отечественные ученые отмечали его феноменальную природу, сущность которой заключается в порождении и описании психической реальности.

Резюмируя, можно сказать, что категория образа является одной из фундаментальных в психологических исследованиях. Базисом для формирования образа является ощущение и восприятие. Однако лишь после трансформации сенсорно-перцептивной информации, полученной из окружающей нас реальности, посредством когнитивной обработки (осмысления), образ может считаться сформированным.

В теории отражения образ определен двумя подходами к его рассмотрению. С одной стороны образ дает возможность определить особенности протекания процесса отражения реальности на разного рода уровнях психической организации человека. С другой же позиции, образ – целостный результат взаимодействий личности с реальным миром, который способствует определению основных функций психики, её деятельностных черт.

Традиционные определения образа ориентированы на отражение актуальной реальности или прошлого опыта и подразумевают наличие реального объекта, который подвергается отражению. В рамках изучения предикторов образа будущего, классические подходы не определяют то, каким образом формируется представление о несуществующем объекте, поскольку будущее не имеет реального предмета отражения. Исходя из этого, понятие образа как механизма отражения реального мира недостаточно в контексте изучения предикторов образа будущего личности и требует дополнительных теоретических рамок (временная перспектива, жизненная стратегия).

Рассмотрев подходы к характеристике категории образа, логичным является переход к рассмотрению категории «образа будущего» личности. Рассмотрим генезис понятия «образ будущего». Феномен «образа будущего» вызывает интерес у исследователей с давних времен – со времен образования психологии как науки. Но вопреки этому, на современном научном поприще понятие «образ будущего» не стало частью толкового словаря психологической науки, за исключением отдельных научных школ.

Обращаясь к современности, можно утверждать, что интерес к категории «образ будущего» усиливается, что обусловлено направлением вектора исследований в психологии на изучение закономерностей трансформации реальности. Исследователями отмечается тенденция к изменению направленности психологии из «прошлого» в будущее, с сопровождающим его созиданием [87].

Обращаясь к философскому подходу, стоит отметить точку зрения К. Ясперса, который считал, что исследование будущего не представляется возможным, поскольку оно таится в реальном времени. К тому же, автор отмечал, что понимание настоящего в равной мере имеет зависимость как от прошлого, так и от предвещения будущего [142].

С точки зрения представителя зарубежной психологии, в части классического психоанализа, К. Юнга конструирование образа будущего – интуитивный акт фиксации ситуативных возможностей [140].

Ж. Пиаже полагал, что способность соотносить действительно и возможное – базовая характеристика формально-операционного мышления [96].

Исследователи социально-философского направления рассматривают образ будущего как инструмент целеполагания и общественно-политической мобилизации. Так, авторы Н.Н. Козлова, О.Г. Овчарова и С.В. Рассадин при рассмотрении дискурса «образа будущего» в Российской Федерации, подчеркивают политическую функцию формирования коллективных целей, направленных на будущее [61]. В своей работе они отмечают, что государственная молодежная политика является драйвером конструирования будущего: государственная политика акцентирует внимание на адаптации представлений молодежи под идеализированный образ будущего сильной державы, обращая особое внимание на воспитание патриотизма. Подобную точку зрения отражают в своей работе Н.М. Великая, Г.В. Тартыгашева и О.П. Новоженина, указывая на то, что образы будущего, транслируемые посредством официального дискурса, направлены на консолидацию общества вокруг стратегических целей. Так, в своем исследовании, авторы оценивают представления гражданского общества

и экспертов о геополитическом будущем России как фактор консолидации государства. Результаты исследования показали, что даже при наличии условия неопределенности население и эксперты сохраняют уверенность в долгосрочной устойчивости государства и используют в обоснование образ великой державы [20]. Такого рода образы будущего выполняют функцию объединения общества и направления его развития. Таким образом, социально-философский подход характеризует образ будущего на уровне массового сознания. Он представляется не просто прогнозом, а ценностным ориентиром для выработки единых целей [61].

Также, объектом исследования отечественных авторов являются образы желаемого будущего и образы необходимого будущего, а также их связь с гражданской идентичностью. Н.М. Великая, Г.В. Тартыгашева и И.С. Шушпанова в своих работах отмечают тот факт, что коллективные образы будущего преобразуются под воздействием социальных изменений, характеризуясь сдвигами в идентичности молодежи [20, 21].

А.А. Хохлов отмечает, что представления о будущем страны чувствительны к социальным проблемам настоящего, но не сводятся к ним при конструировании идеального образа будущего. Формирующую роль играет институциональное доверие, которое при высоком уровне обеспечивает позитивную и когерентную общественную картину будущего [126]. Таким образом, социально-философские исследования показывают, что восприятие будущего на коллективном уровне связано с ощущением групповой идентичности.

Таким образом, представители социально-философского направления исследовали образ будущего личности преимущественно с позиции массового сознания и политической мобилизации, что не позволяет определить модель индивидуального образа будущего как целостную структуру, включающую когнитивные, эмоциональные, временные и личностные характеристики. Стоит отметить, что интернет-активность личности как компонент исследователями не учитывался.

При рассмотрении образа будущего как психологической категории, стоит обратить внимание на точку зрения отечественных представителей деятельностного подхода в психологии.

По определению А.Н. Леонтьева, образ будущего можно рассматривать как модель, формируемую на базе субъективного опыта и далее самостоятельно задающую способы его восприятия [72].

Через конструирование образа будущего и целеполагание личность способна формировать жизненную реальность, задавать смыслы бытия и воплощать данные смыслы в повседневной жизни [93].

В понимании С.Л. Рубинштейна и А.Н. Леонтьева образ будущего – психическое новообразование с прогностической функцией, задающее реальную жизненную перспективу и выступающее жизненным планом. Стоит отметить, что жизненный план может считаться сформированным только в случае, когда предметом мыслительной деятельности человека становятся способы достижения конечного результата и необходимые для реализации этого пути объективные и субъективные ресурсы, а не только лишь конечный результат. Выбор жизненного пути реализуется посредством процесса целеполагания, критерием которого является проектирование жизненной перспективы или иными словами «образа будущего» [70].

Отечественные исследователи в области психологии, основополагающей считали теорию отражения. Суть теории заключается в том, что личность воспроизводит мир в форме образа. При этом фокус исследований был направлен не на установление общих правил построения и механизмов формирования образа будущего, а на выявление субъективных смыслов и специфических закономерностей его генезиса в рамках деятельностной парадигмы.

Таким образом, представители деятельностного подхода определяют образ будущего как жизненный план и регулятор деятельности, без учета механизмов его формирования и фактора влияния цифрового пространства.

Е.Ю. Коржова в своих трудах отмечает, что в логике субъектного подхода образ будущего целесообразно рассматривать как элемент более широкой «внутренней картины жизнедеятельности», в которой единицей психологического анализа выступает жизненное событие. Такой ракурс позволяет связать представления о будущем с жизненными ориентациями и уровнем личностной зрелости субъекта [63].

Также, Е.Ю. Коржова предлагает рассматривать образ будущего как интегративное психическое образование, включенное в целостную организацию жизненного пути личности и опосредованное системой жизненных ориентаций, событийной структурой опыта и субъектной позицией [63].

С позиции субъектно-деятельностного подхода, К.А. Абульханова-Славская выделяла три самостоятельных категории: психологическую, жизненную и личностную перспективы [4, 5, 6]. Психологическая – способность к прогнозу и самоопределению в будущем; личностная – единство установок и ресурсов, обеспечивающее готовность к будущему в настоящем. К.А. Абульханова-Славская подчеркивает, что жизненная перспектива включает не только ориентиры будущего (цели, ценности), но и характеристики жизненного темпа, степень его оптимальности и рост личной активности [4, 5, 6]. В подходе К.А. Абульхановой-Славской «образ будущего» раскрывается посредством понятия «жизненные стратегии» включающего: целеполагание и архитектуру жизненного пути (вектор, образ жизни, контрольные этапы и их связь); разрешение противоречий и результативное продвижение к целям; творческое создание и закрепление жизненных ценностей [7].

Таким образом, в современном представлении психологической науки о категории образа будущего в его структуру включены несколько компонентов: прогностический, ценностно-смысловой, ресурсный, а также деятельностно-регулятивный. Однако в рамках субъектно-деятельностного подхода при исследовании образа будущего не учитывается цифровая составляющая интернет-

активности личности, что является актуальным для образа будущего личности интернет-активной молодежи.

Е.И. Головаха и А.А. Кроник, как приверженцы биографического подхода к изучению личности, определяли, что жизненная перспектива – это образ будущей жизни, в котором в противоречивом единстве существуют ожидаемые и целенаправленно планируемые события, соотнесенные с общественной ценностью и индивидуальным смыслом [38].

На современном этапе психологических исследований, образ будущего изучается преимущественно в двух методологических перспективах: познавательной и экзистенциальной.

Представители познавательного подхода трактуют образ будущего, прежде всего, как форму прогнозирования. В рамках данного подхода выделяются два важных аспекта. Во-первых, отмечается важность соотношения познания, мышления и знания с образом будущего как психическим процессом. В этом контексте приоритетным является механизм когнитивной организации: способ структурирования знания и логика протекания мыслительных процессов в процессе организации образа будущего. Кроме того, важно установить конфигурацию личностных отношений, которые обуславливают образ будущего и опосредуют процессы социального мышления [93].

Л.И. Анцыферова, являясь представителем когнитивной парадигмы, определяет возможное будущее как продукт жизненного опыта субъекта, который обусловлен: персональной моделью мира; мировоззренческой системой; жизненной позицией – индикатором самоопределения; образом жизни, как механизмом социального закрепления личного стиля и самоорганизации [9].

Существующее разнообразие подходов к рассмотрению и изучению категории образа будущего позволили исследовать механизм и закономерности формирования данного феномена. В современной психологической науке накоплен прочный базис представлений о факторах возникновения, формах выраженности и личностных детерминантах образа будущего. При этом укрепля-

ется позиция, что изучение образа будущего не должно ограничиваться только лишь познавательным подходом. Данную категорию стоит рассматривать с позиции понимания человеком мира, в котором он проживает свой жизненный путь, как способ его бытия. В психологической науке, такой подход называют экзистенциальным. В данном контексте образ будущего связан с формированием психологии человеческого бытия как области изысканий в психологии [62].

Так, Д.А. Леонтьев, являясь ведущим представителем экзистенциального подхода в отечественной психологии, придерживался точки зрения о том, что формирование образа будущего, оказывает воздействие на деятельность человека в настоящем, и такое формирование оказывает влияние на личность в большей степени, нежели анализ прошлых успехов и неудач [73].

Рассматривая механизм построения образа будущего, стоит обратить внимание на точку зрения Я.Б. Частоколенко. Формирование образа будущего описывается автором как последовательность взаимодействия с неизвестным, включающую [128]:

1. Фазу препятствия и внутреннего конфликта с выбором между отступлением или преодолением.

2. Фазу интеграции – образование целостности человека и неизвестности, достижение взаимопринятия и формирование новой внутренней основы.

Данный подход позволяет выделить два этапа формирования образа будущего:

1. Первичный – идеализированный, с обобщенными контурами и высокой аффективной насыщенностью.

2. Вторичный – конкретизированный, предметно оформленный и четко структурированный.

В понимании В.Н. Петровой образ будущего – это субъективная аффективно-когнитивная структура, являющаяся носителем персонального видения мира и взаимодействующая с ним [93].

Применимо к вопросу образа будущего личности, логичным является рассмотрение концепции адаптивного и преадаптивного подхода к развитию личности (И.В. Абакумова, А.Г. Асмолов, М.В. Годунов).

В историко-эволюционном подходе А.Г. Асмолова развитие личности мыслится как навигация в условиях неопределенного будущего посредством двух взаимодополняющих режимов: адаптивного и преадаптивного. Адаптивность обеспечивает устойчивость и специализацию, а преадаптивность создает избыточность и вариативность, способствует формированию готовности к новому, расширяя спектр возможных реакций на непредвиденные изменения. Именно преадаптация к неопределенности рассматривается как основной механизм порождения когнитивного, социального и психологического разнообразия, позволяющего «преадаптироваться» под грядущие задачи [11].

В исследованиях И.В. Абакумовой и М.В. Годунова преадаптивные стратегии операционализируются как особые стратегии смыслообразования: ориентация не только на сохранение уже освоенных смыслов, но и на их превышение, что обеспечивает опережающую готовность в неопределенности и новому. В свою очередь адаптивность соответствует аккомодации к имеющимся нормам и задачам. Авторами предлагается триалектический взгляд на стратегии смыслообразования, который позволяет фиксировать сложные конфигурации смысла, в которых преадаптивные компоненты являются ресурсом развития личности [1, 2].

Обращаясь к историко-эволюционному подходу, стоит отметить, что сеть Интернет описывается как «генеративная» среда, которая постоянно производит непредсказуемые эффекты и тем самым требует от субъекта опережающей готовности (преадаптивности): вариативности, пластичности, компетентной навигации в неопределенности [11]. Это обосновывает методологическую связь между цифровой активностью и необходимостью преадаптивных стратегий в регуляции будущего.

Вопросом изучения образа будущего занимались не только исследователи в области психологии, но и в области педагогики.

Так, В.Д. Повзун считала, что способность к выдвиганию целей (целеполагание) способствует выстраиванию проекта жизни личности [98]. Данная точка зрения подтверждает тезис о том, что умение прогнозировать необходимо при построении образа будущего личности. Однако стоит отметить важное условие: при размышлении о собственном будущем, личность должна ориентироваться не только лишь на окончательную цель, но и формировать упорядоченные шаги, траекторию к достижению конечного результата.

Стоит обратить внимание на особый аспект образа будущего: жизненный план не в полной мере характеризует его структуру. Жизненная программа содержит не только лишь предметные планы, в свою очередь временная перспектива также включает в себя не только лишь прогнозируемые, проектируемые события. В структуру образа будущего входят не только планируемые события, но и ожидаемые, а также внешне детерминированные события, которые не зависят от личности.

В понимании М.С. Чекалиной образ будущего выступает как динамическое регулятивно-интегративное качество, обеспечивающее согласованность всей структуры личности в ее функционировании [129].

Исходя из вышесказанного, можно утверждать, что образ будущего опосредует совокупность связей субъекта с окружающей действительностью, выделяя и организуя ее субъективно значимые элементы.

З.З. Утяганова отмечает, что построение образа будущего является компонентом, способствующим выбору жизненного пути, жизненному самоопределению [120].

Говоря о психологической категории образа будущего невозможно упустить из виду её содержательный компонент. Это важно с позиции изучения предикторов образа будущего, ведь чтобы выявить факторы оказывающие влияние на формирование образа будущего личности интернет-активной молоде-

жи, необходимо понимать его структуру и взаимоотношения структурных компонентов образа будущего между собой.

Многообразие психологических подходов к анализу образа будущего порождает неопределенность феномена и отсутствие единого исследовательского вектора, что усложняет его практическое изучение. К.Н. Белогай и Н.А. Бугрова подчеркивают, что исследовательские приоритеты изменяются в зависимости от выбранного подхода к исследованию образа будущего [15]. Например, когнитивный подход характеризуется рассмотрением образа будущего как прогностического феномена в границах исследований представлений о предметах или явлениях до их восприятия или реализации (антиципации), что является универсальным свойством психики человека [109].

В свою очередь для генетического подхода, при исследовании образа будущего личности, характерно изучение преобразования образа будущего на различных этапах онтогенеза, в рамках соответствия действительно существующего и вероятного [97]. В феноменологическом и экзистенциальном подходе понятие образа будущего трактуется с позиции феномена коммуникации [37, 142]. С позиции системно-деятельностного подхода феномен образа будущего рассматривается в рамках регуляции и организации деятельности, а также ближнего и дальнего жизненного плана [76].

К.Н. Белогай и Н.А. Бугрова, представляют структуру образа будущего в виде компонентной модели, представленной на Рисунке 1 [15].

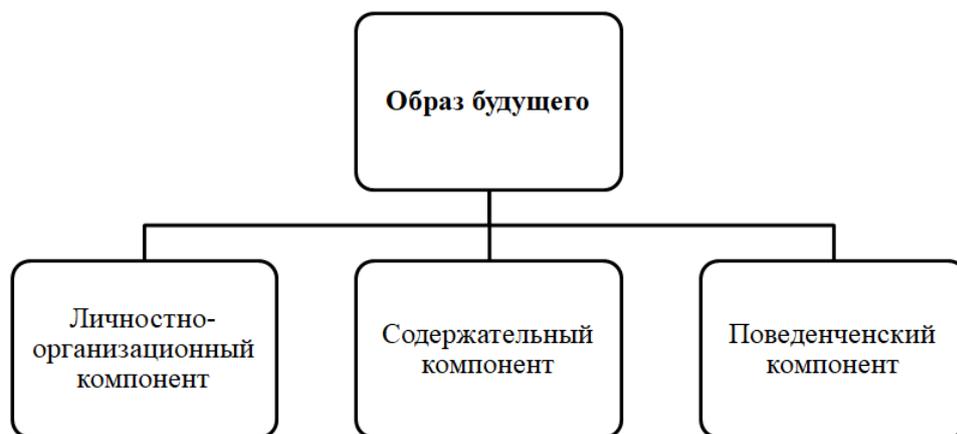


Рисунок 1. Компонентная модель образа будущего

В модели авторов [15], структура образа будущего представлена трехкомпонентной моделью, составляющими которой являются личностно-организационный, содержательный и поведенческий компонент.

В данной модели личностно-организационный компонент характеризуется готовностью личности к будущему и реализует трансляционную функцию. Под личностно-организационным компонентом понимается совокупность отношения субъекта к временным точкам, его смысловых и ценностных ориентаций, а также осмысления таких личностных качеств как самоуважение, сила личности, активность, уровень притязаний [15].

К содержательному компоненту авторы относят образные представления, такие как образ семьи и образ профессиональной перспективы. Говоря о поведенческом компоненте, в контексте данной компонентной модели образа будущего, авторы отмечают, что он осуществляет функцию регуляции сложных процессов, которые связаны с действиями по отношению к будущему. Поведенческий компонент содержит в себе весь спектр работы с образом будущего.

А.А. Стрельцова приводит иное представление о структуре образа будущего. В его понимании образ будущего рассматривается через две призмы: покомпонентную и временную [Рисунок 2] [115].

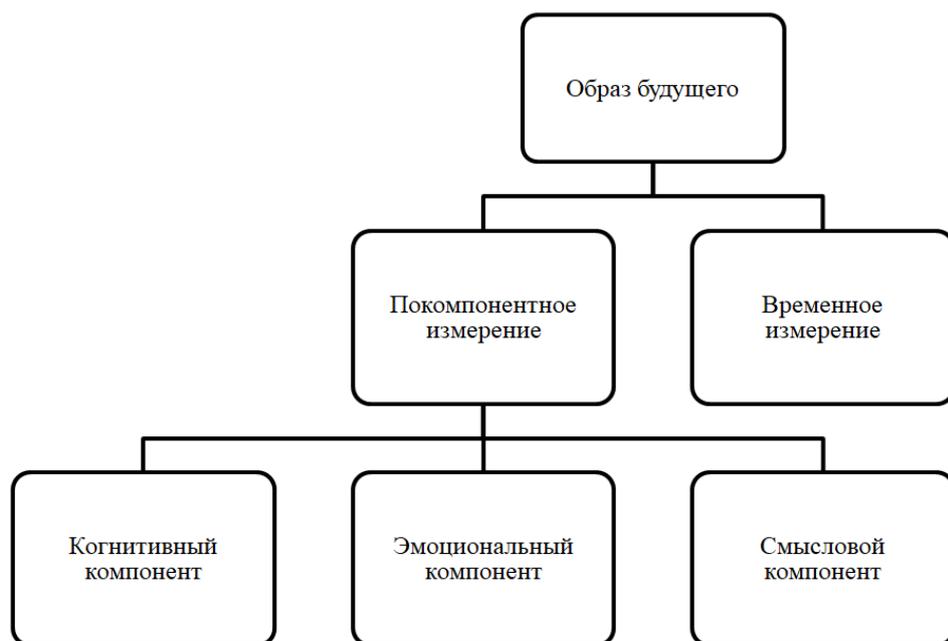


Рисунок 2. Структура образа будущего А.А. Стрельцовой [115]

В контексте данной модели, покомпонентное измерение представлено такими категориями как когнитивный, эмоциональный и смысловой компонент [115]. Автор характеризует когнитивный компонент, как некоторую комплексность знаний и видения собственной жизни человеком. Эмоциональный компонент определяется валентностью репрезентации персонального жизненного пути человеком. В свою очередь, смысловой компонент подразумевает наличие мотивационного образа, представленного жизненной программой, сценарием и смыслом жизни личности, который способствует созданию условий для самоактуализации личности.

Временное измерение в контексте структурной модели образа будущего автора, характеризуется тем, что вышеуказанные компоненты рассматриваются в ракурсе времени жизни личности (онтогенеза).

Иную характеристику структуры образа будущего личности представляет в своих работах А.В. Михальский [Рисунок 3] [87].

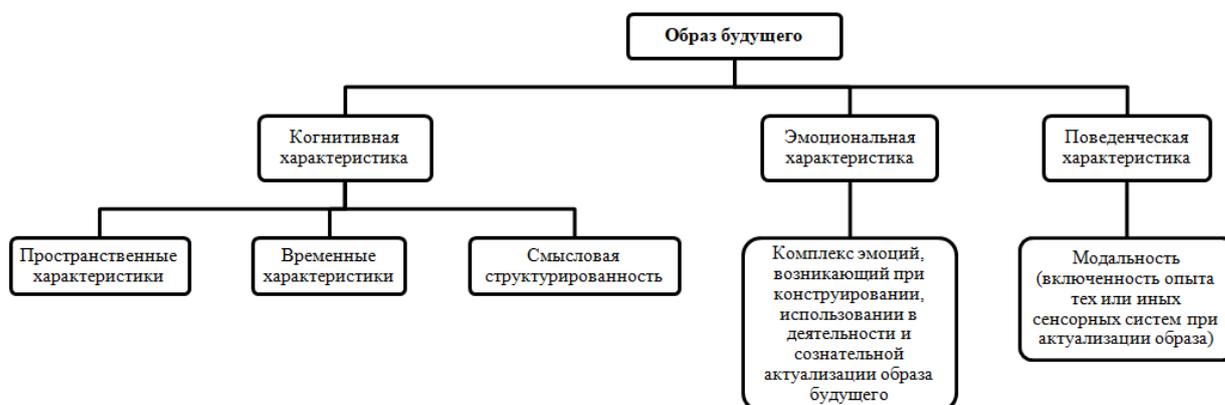


Рисунок 3. Структура образа будущего А.В. Михальского [87]

А.В. Михальский отмечает, что образ будущего может быть сконструирован как индивидуально, так и социально, что является условным делением [87]. Исходя из рисунка 3, мы можем судить о том, что автор видит структуру образа будущего личности, опираясь на 3 базовые характеристики: когнитивную, эмоциональную и поведенческую. Каждая из перечисленных характеристик может

преобладать в большей или меньшей степени, что может сигнализировать лишь о меньшей структурированности и разветвленности образа будущего личности.

Остановимся на когнитивной характеристике структуры образа будущего личности, в контексте рассматриваемой нами модели. В данном случае, автор представляет когнитивную характеристику, как совокупность пространственных и временных характеристик, а также смысловой структурированности.

Под пространственными характеристиками подразумеваются характеристики среды, окружающей личность, которые содержатся в образе (понятийная, событийная и смысловая насыщенность). Временная же характеристика выражается протяженностью временной перспективы. Смысловую структурированность автор выражает, как согласованную и адекватную систему связей между смысловыми сущностями, единицами.

Следующей структурной характеристикой образа будущего личности в модели А.В. Михальского является временная характеристика, которая представлена комплексом эмоций, образующихся при конструировании, применении в деятельности и сознательной актуализации образа будущего. А.В. Михальский предполагает, что описание эмоциональных характеристик взаимосвязано с дифференцированностью и структурированностью эмоций, которые переживаются по шкалам, изображенным на Рисунке 4 [87].



Рисунок 4. Шкалы переживания эмоций по А.В. Михальскому [87]

Согласно А.В. Михальскому, третий структурный элемент образа будущего – поведенческая характеристика, модально определяемая в рамках данного образа [87]. Под модальностью, в контексте образа будущего, понимается создание новых конкретизаций ощущений в воображении. Поскольку образ будущего является мультимодальным комплексом, то он включает в себя несколько модальностей восприятия, к которым относится: аудиальная, визуальная и кинестетическая модальность. Также стоит учесть влияние на формирование образа будущего личности модальности процессов опережающего отражения (антиципации). Исходя из этого, можно сделать вывод о том, что модальная насыщенность образа делает его более устойчивым и эффективным. Поскольку личность является уникальной, то переживания образа и его особенности неразрывно связаны с личностными характеристиками человека.

А.В. Михальский выделяет три параметра образа будущего как личности, так и социальной группы, которые представлены на Рисунке 5 [87].

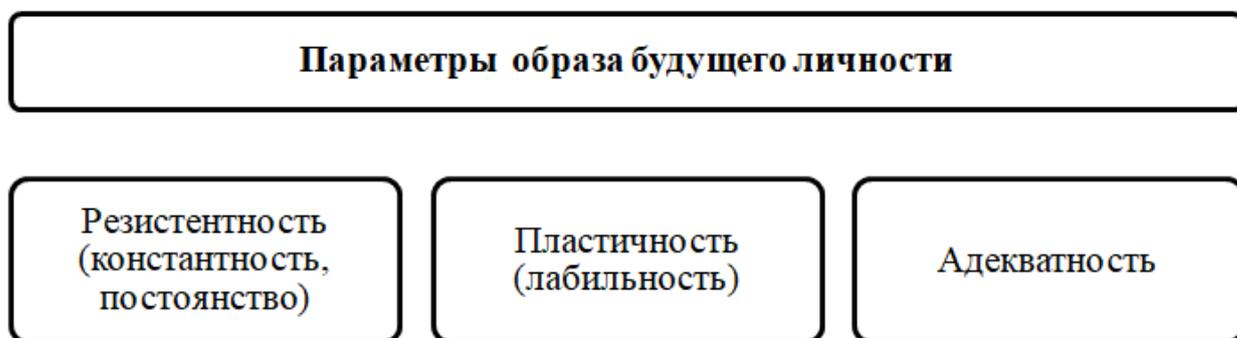


Рисунок 5. Параметры образа будущего личности по А.В. Михальскому [87]

В данном случае, резистентность характеризуется степенью постоянства образа, которое не имеет зависимости от внешних воздействий и, зачастую, определяется природными факторами личности (сила и слабость процессов торможения) [87].

Параметр пластичности (лабильности) позволяет нам говорить о том, насколько образ будущего адаптивен в той или иной жизненной ситуации. Стоит отметить, что высокий уровень пластичности образа будущего может приве-

сти к различному поведению, что как следствие, может вызвать его неустойчивость.

Третьим параметром является адекватность образа будущего. Адекватность образа будущего выражается в его соответствии основным долговременным характеристикам и моделям поведения индивидов в социальной среде.

В работе Е.Б. Быковой исследуются смысловые, эмоциональные и ценностные характеристики образа будущего личности [19]. Автор приводит в работе категориальную структуру образа будущего личности, представленную на Рисунке 6.

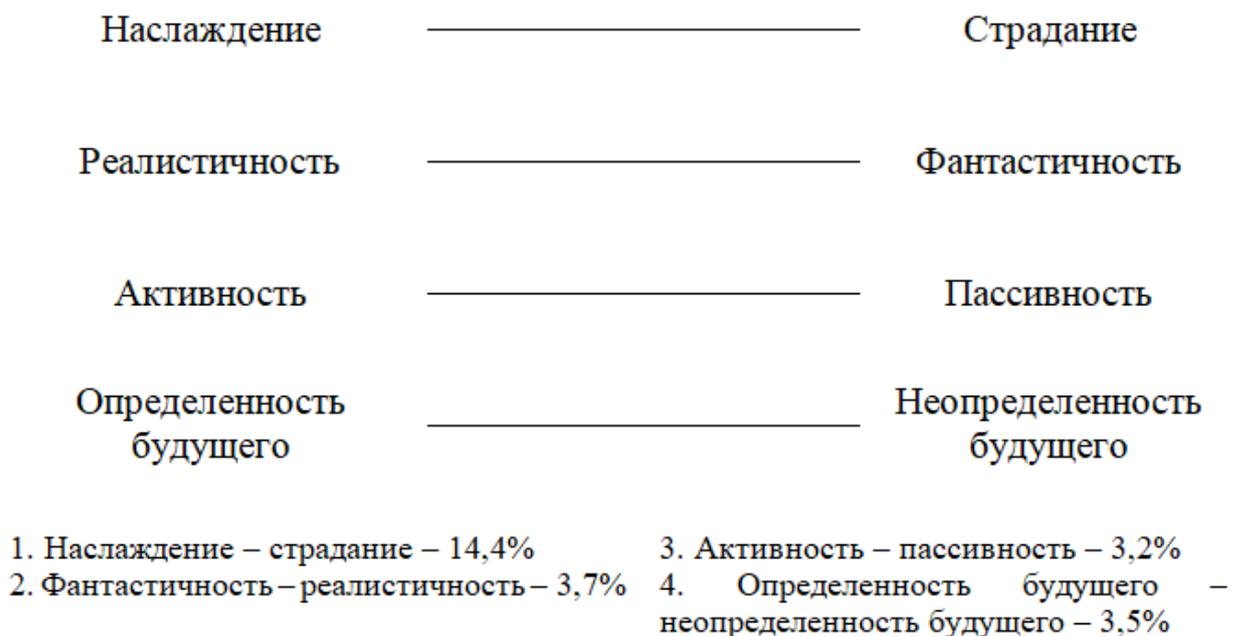


Рисунок 6. Структура образа будущего личности Е.Б. Быковой [19]

Автор характеризует структуру образа будущего личности четырьмя характеристиками: 1 – общая эмоциональная оценка (наслаждение/страдание), 2 – реалистичность/фантастичность, 3 – активность/пассивность, 4 – определенность/неопределенность.

Исследовательница отмечает, что характеристика «общая эмоциональная оценка» преобладает над иными факторами, что обуславливается эмоциональной природой человека. Характеристика «реалистичности – фантастичности» раскрывается в эмоционально-когнитивной природе и отражает усилия личности в сторону деловитости, реалистичности. Характеристика «активность – пас-

сивность» отражает активность или пассивность личности в направленности к достижению успеха в будущем, достижению будущего, обусловленного мотивационной сферой личности. Характеристика «определенность – неопределенность» будущего отражается в четкости, ясности и здравомыслии, способности к прогнозированию.

В исследовании Д.П. Заводчикова, Е.В. Лебедевой и А.А. Шарова исследуется образ профессионального будущего студентов и предлагается структурно-функциональная модель, в которой образ будущего включает несколько временных блоков – прошлое, настоящее и прогнозируемое будущее. Также в данной работе представлен механизм сопоставления текущего состояния с желаемым будущим. Авторы отмечают наличие ясного идеала «желаемого/должного будущего» в профессиональной сфере, который способствует целенаправленному выстраиванию траектории обучения и карьеры [50].

Стоит отметить, что во всех представленных моделях не был цифровой компонент образа будущего, который является ключевой при исследовании предикторов образа будущего личности интернет-активной молодежи. Данный факт позволяет сделать вывод о том, что в настоящий момент понятие, структура и характеристики образа будущего являются динамической системой, которая неизменно будет трансформироваться в зависимости от позиций и подходов исследователей изучающих её.

Резюмируя вышесказанное, стоит отметить, что вопрос изучения предикторов образа будущего интернет-активной молодежи подразумевает наличие неспецифической среды для исследований – цифрового пространства. Феномен цифрового пространства, в частности предикторы формирования образа будущего в интернет-пространстве, является малоизученным вопросом. В связи с чем, возникает проблема определения подхода к исследованию данной тематики.

С нашей точки зрения наиболее рациональным подходом к рассмотрению и изучению категории образа будущего и его предикторов в виртуальном про-

странстве является интегративный подход, объединяющий концепции временной перспективы, ценностно-смысловой регуляции, а также концепцию интернет-активности личности.

Категория образа будущего личности (социальной группы) является многофакторной и многоуровневой, поскольку включает в себя такие категории как образ и время.

В нашем исследовании **образ** определяется как результат завершеного отражения личностью субъектов и объектов реального мира во временной последовательности событий.

Образ будущего можно рассматривать как фундаментальный элемент прогнозирования индивидуального развития и жизненного пути. Существенную роль здесь играет юношеский возраст, в рамках которого происходит выделение внутренних ресурсов и потенциала через осмысление будущих перспектив и средств их реализации. Возрастная обусловленность содержания образа будущего эмпирически подтверждается в трудах Н.П. Шиловой: в подростковом возрасте будущее чаще переживается как «то, что произойдет», тогда как в юношеском возрасте оно структурируется через постановку целей, проектирование образовательной и семейной перспектив, а в начале взрослости – через согласование профессиональной траектории с образом семьи и представлением о себе [130, 133]. В динамике взросления фиксируются не только содержательные, но и темпоральные перестройки: отдельные этапы характеризуются преимущественно «временным» осмыслением будущего, тогда как другие – фазами его содержательного наполнения [133].

С точки зрения Е.Ю. Коржовой образ будущего может быть интерпретирован не только как прогнозируемая когнитивная конструкция, но и как интегративный компонент жизненного пути, отражающий согласование внутренней переработки жизненных ситуаций и поведенческого выбора в значимых событиях [63].

Опираясь на изложенные ранее положения, определим, что **образ будущего** – это совокупность образов субъектов и объектов реального мира, формирующая индивидуальные ценности и смыслы личности во временном пространстве жизненного пути личности.

Интерес к проблеме формирования образа будущего личности со стороны психологов-исследователей находится на высоком уровне. Однако стоит отметить, что большинство ученых придерживаются мнения о том, что будущее, являясь составляющей психологического времени и личностно-значимой категорией в психологии, находится в тесной связи с настоящим и прошлым, но, в отличие от них, потенциально может изменяться.

1.2. Время как суть образа будущего: психологическое время и временная перспектива

Стоит отметить, что такие вопросы как понимание будущего, настоящего и прошлого времени, его восприятие и переживание интересуют исследователей еще со времен античной эпохи, однако на сегодняшний день являются малоизученными с точки зрения психологической науки [52].

Восприятие времени может подвергаться рассмотрению двояко. Во-первых, восприятие времени человеком может протекать как сугубо физическое явление (физическое время). В данном понятии восприятие времени рассматривается как отражение реального объективного времени в показателях его продолжительности, последовательности темпа и иных основных свойств [141].

Во-вторых, восприятие времени человеком может происходить с позиции эмоционально-когнитивного компонента (психологическое время). Авторы Л.Н. Тарасова и С.Ю. Ковалев отмечают, что восприятие времени опосредовано переживанием, которое несет эмоциональный тон и личную значимость. Данное переживание выражается в субъективном отношении к череде событий и видам активности, включающем образы прошлого, настоящего и будущего и иные параметры, зависящие от индивидуальных особенностей [117].

Понятие времени в вопросе изучения феномена образа будущего занимает ключевую позицию, что дает четкое обоснование необходимости рассмотрения такой категории как «психологическое время».

Вопросами психологического времени занимались многие исследователи. Данные исследования были посвящены изучению временной перспективы личности (Б.Г. Ананьев, Ф. Зимбардо, К. Левин, Дж. Нюттен, Б.И. Цуканов, П.И. Яничев), жизненных стратегий и жизненного пути личности (К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, Р. Ахмеров), психологического времени личности (Е.И. Головаха, А.С. Дмитриев, А.А. Кроник, В.А. Москвин, В.В. Попович), жизненного поля личности (М.Р. Гинзбург), временной формы деятельности личности (Ю.М. Стрелков), временной трансперспективы (В.И. Ковалев), особенностей восприятия времени (С.Л. Рубинштейн), личностной организации времени (Т.Н. Березина), закономерностей переживаемого времени в психике индивида (Б.И. Цуканов).

Психологическое время является сложным феноменом, что подтверждается использованием авторами различных трактовок и терминологий при его характеристике. Рассмотрим генезис понятия «психологическое время».

В отличие от физического времени, психологическое время определяется отсутствием строгих единиц измерения, линейности и необратимости. Психологическое время характеризуется субъектностью – оно связано непосредственно с личностью и определяется селективностью в осознании персонального жизненного пути, а также увлеченным отношением к событиям персональной жизни. Одним из условий существования самосознания личности является психологическое время, которое определяется как его главный атрибут [57].

П.П. Гайденко в своей работе приводит точку зрения исследователей времен античности, касаясь понятия времени, которые определяли время как «подвижный образ вечности» [27].

Немецкий философ В. Дильтей характеризовал прошлое как независимую от людей действительность, а будущее, в свою очередь, как категорию, в кото-

рой имеется возможность выбора, творчества и активности. Философ пришел к выводу, что настоящее, являясь точкой соприкосновения прошлого и будущего, содержит в себе неизменное, постоянное и независимое от субъекта. В. Дильтей характеризует время как определенную конфигурацию течения жизни, определяя симбиоз времени с его содержанием [16].

В зарубежной психологии четко определялась феноменологизация времени. Существующее понятие «горизонта бытия», которое отождествлялось с временностью сознания, повлияло на разработку определений, которые отражают ключевые характеристики психологического времени: временную перспективу, временной кругозор, временную ориентацию личности.

В гуманистической психологии (А. Маслоу, Г. Оллпорт) направленность личности в будущее считается одной из движущих сил деятельности человека [125].

Представитель экзистенциальной психологии Г. Элленберг связывал субъективное переживание времени с его скоростью. По его мнению, скорость времени является сложным и многогранным феноменом. Г. Элленберг отмечал, что с возрастом скорость течения времени возрастает, оно необратимо становится целостной взаимосвязью прошлого, настоящего и будущего. Каждый временной период переживается личностью в соответствии со своими закономерностями [139].

Особую роль в изучении психологического времени сыграли работы Ш. Бюлер. Вклад исследовательницы заключался в том, что в психологии была подготовлена почва для обсуждения разной масштабности психологического времени и специфики содержания временной перспективы. Эмпирическая база ее исследований опиралась на анализ структуры жизненного пути в разных временных измерениях. К. Левин, вслед за Ш. Бюлер, рассматривал проблему существования единиц психологического времени, которые определяются границами «психологического поля в данный момент» и масштабом жизненных ситуаций [125].

Отечественные исследователи также занимались изучением психологического времени. Так Л.С. Выготский отмечал невозможность понимания личности человека при рассмотрении её вне жизненного плана. Жизненный план определялся им как целостный биографический процесс, который формируется из ряда изначально разобщенных и фрагментарных эпизодов [26].

Несмотря на попытки изучения психологического времени с позиции различных подходов, не удалось решить научную проблему его многомерности, обратимости, нелинейности последовательности прошлого, настоящего и будущего.

В психологической науке существует понятие объективного и субъективного времени. Объективное психологическое время характеризуется временем индивидуального психического развития, последовательностью и продолжительность фаз этого развития. В свою очередь, субъективное психологическое время определяется репрезентацией временной организации материальных процессов, протекающих в природной, социальной и индивидуальной сферах [75].

Отражение психологического времени личностью определяется процессами ощущения и восприятия временных отрезков, что можно сравнить с «отмериванием и оценкой по отношению к эталону».

Исходя из определений отмеченных ранее, субъективное время можно охарактеризовать как отражение и ориентацию в объективном времени, что обеспечивается психическими процессами [75].

В рамках нашего исследования особый интерес представляет изучение субъективного психологического времени личности – того, что Б.Г. Ананьев обозначал как субъективную картину жизненного пути. Путем установления причинно-целевых и причинно-следственных отношений между событиями человек достигает осознания собственной жизненной активности в континууме жизненного пути [75]. В субъективной картине жизненного пути выражается жизненная программа личности, вектор которой направлен в будущее время.

Она базируется на осознании личностью событий и обстоятельств, их воздействия на её жизненные планы [12].

Говоря о психологическом времени личности, стоит определить характеристики его основных временных компонентов – прошлого, будущего и настоящего.

Психологическое настоящее, в контексте жизненного пути личности, определяется временным отрезком, который характеризуется незавершенными жизненными делами. Для осознания настоящего необходима интерпретация его событий с позиции жизненного плана, целей и грядущих за ними последствий в будущем [75].

Настоящее невозможно без прошлого. Их связь обусловлена субъективной картиной жизненного пути, поскольку прошлое выступает в роли базиса для осознания настоящего, его интерпретации. Психологическое прошлое является динамическим, поскольку трансформируется в зависимости от возраста, жизненных ситуаций и обстоятельств. Личность, обращаясь к своему прошлому, характеризуется избирательным отношением к нему. Это связано с участием опыта прошлого в прогнозировании, планировании и выборе жизненного пути в настоящем.

Говоря о психологическом будущем, Л.А. Пергаменщик определяет, что это когнитивная компетенция прогнозирования и самопредставления в будущем, сопряженная с целостной готовностью к его наступлению в текущем времени [92]. Взаимосвязь прошлого, настоящего и будущего отражается в причинно-целевой концепции Е.И. Головахи и А.А. Кроника. Авторы определяют психологическое прошлое как совокупность связей событий хронологического прошлого. Психологическое настоящее, как реализующиеся актуальные незавершенные связи, соединяющее в себе будущее и события хронологического прошлого. Психологическое будущее, с позиции Е.И. Головахи и А.А. Кроника, представлено не начавшими свою реализацию потенциальными связями, кото-

рые объединяют в себе прогнозируемые события хронологического будущего [17].

Говоря о современном представлении авторов, стоит отметить, что настоящий этап развития психологии характеризуется наличием четырех уровней в изучении времени – психофизическим, психофизиологическим, социально-психологическим, а также личностно-психологическим. В контексте тематики нашего исследования, с нашей точки зрения, целесообразным является рассмотрение четвертого уровня в изучении времени – личностно-психологического.

Личностно-психологический уровень характеризуется изучением индивидуального жизненного пути, в частности его временной организации, а также структуры психологического времени личности [110].

Современный богатый массив накопленных эмпирических данных в области психологии, позволяет определить наличие закономерностей и особенностей восприятия субъектом объективно заданных небольших интервалов времени. Однако при рассмотрении более продолжительных временных интервалов (месяц, год, десятилетие) указанные данные оказываются неприменимы [110].

А.А. Радугин характеризовал психологическое время как категорию, определяющую восприятие временных отношений и событий жизненного пути, как отражение психики человека [101].

А.А. Кроник определял психологическое время как репрезентацию в сознании временной организации событий жизненного пути: их последовательности и соотнесенности [32].

В связи с этим, Е.И. Головаха и А.А. Кроник придерживались мнения о том, что восприятие субъектом более длительных временных интервалов связано с активным участием высших психических функций, формированием единого представления о временном периоде, а также наличием осознанного отношения к прошлому, настоящему и будущему, а также его оценки. Е.И. Головаха

и А.А. Кроник для характеристики психологического содержания проблемы пользовались термином «переживание» и отождествляли его с «психологическим временем» [32].

В этой области К.А. Абульханова-Славская, как представитель субъектно-деятельностного подхода, рассматривала «психологическое время» как «жизненную стратегию, позицию», а Л.Б. Шнейдер, в рамках концепции профессиональной идентичности, как «самоорганизацию времени жизни» [31].

«Психологическое время» характеризуется качественным упорядочиванием переживаний, связанных с жизненными событиями, что является существенной характеристикой и не отождествляет его с объективным хронологическим временем [31].

Е.К. Веселова, Е.Ю. Коржова и М.Я. Дворецкая в своих трудах отмечают, что дистанцированность и контекстная неполнота виртуального взаимодействия могут осложнять формирование устойчивой идентичности и ценностно-согласованного целеполагания, что принципиально важно учитывать при анализе временной перспективы молодежи [64].

Отметим, что рассматриваемые нами подходы к рассмотрению психологического времени исследователями не учитывают специфики интернет-пространства: развитие интернет-активной молодежи реализуется в условиях стремительного потока информации, что приводит к ускорению ритма жизни и ее фрагментации.

Рассмотрев подходы исследователей к пониманию категории психологического времени, можно определить, психологическое время как категорию, характеризующуюся восприятием, осознанием и качественным упорядочиванием событий жизненного пути личности во времени.

Понятие «временной перспективы» характеризуется тем, что является структурным компонентом в исследованиях психологического времени личности. Рассмотрим генезис понятия «временная перспектива».

В зарубежной психологии категорию временной перспективы рассматривали К. Левин и его последователь Л.К. Франк, которые являлись приверженцами интрапсихологического подхода.

С именем К. Левина в психологии связано понятие «временной перспективы», которое было им введено и трактовалось как целостность представлений человека о психологическом будущем и прошлом, существующих на реальном и ирреальных уровнях [68].

К. Левин рассматривал представления о будущем сквозь призму пространственно-временной ориентации личности [65].

С середины XX столетия временная перспектива личности заняла устойчивое место в научном дискурсе и анализируется во взаимосвязи с психологическими, социокультурными и физиологическими феноменами, что приводит к неопределенности термина [52].

Последователь К. Левина Л.К. Франк характеризовал понятие «временная перспектива», как целостную совокупность представлений индивида о его психологическом прошлом и будущем, актуализированную в настоящем [149].

В современных зарубежных исследованиях временной перспективы отмечается переход от статичных трактовок к динамическим моделям, расширение инструментальной базы за пределы классических схем, а также фиксация культурно-специфических паттернов связи будущей ориентации с ценностями и социальными нормами [131].

Ф. Зимбардо определял, что временная перспектива выступает как неосознаваемая установка личности и как процесс преобразования жизненного потока во временные категории, обеспечивающие порядок, структуру и смысл жизни личности [54].

Говоря о феномене временной перспективы, нельзя упустить из виду теорию И. Бонивелл и Ф. Зимбардо. Сущность предложенной им теории заключалась в рассмотрении феномена временной перспективы с позиции когнитивных, эмоциональных и социальных составляющих [146].

В качестве критериев измерения временной перспективы Ф. Зимбардо приняты: для прошлого – негативное и позитивное прошлое; для настоящего – гедонистическое и фаталистическое настоящее; для будущего – планируемое и трансцендентное будущее. Рассматривая более подробно критерии измерения временной перспективы прошлого теории Ф. Зимбардо, можно охарактеризовать негативное прошлое как отражение восприятия человеком негативных событий прошлого, а позитивное прошлое как события прошлого, связанные с положительными событиями. Измерение временной перспективы настоящего в теории автора, как упоминалось выше, представлено гедонистическим критерием, которому характерно предпочтение в удовлетворении текущих желаний в ущерб будущим выгодам. Фаталистическому критерию при исследовании настоящего характерна неуверенность человека в том, что он в силах повлиять на собственную жизнь и её события. Говоря о критериях измерения временной перспективы будущего, Ф. Зимбардо отмечает, что они связаны с планированием собственных действий, порой отказывая себе в угоду достижения целей [100].

В своей работе Н.П. Шилова отмечает, что компоненты временной перспективы могут проявлять контекстно-зависимые эффекты: одни и те же модальности настоящего и будущего по-разному соотносятся с благополучием и поведенческими рисками в различных культурных и социально-стрессовых условиях [131].

Стоит отметить, что на сегодняшний день в психологической науке нет установленной и общепринятой концепции временной перспективы личности. Одним из авторов дающих трактовку понятия временной перспективы был бельгийский психолог и автор теории временной перспективы Ж. Нюттен. В его понимании временная перспектива не определяется как пустое пространство, в её основу включены объекты, ограниченные во времени посредством темпоральных знаков. Также автор отмечает необходимость различия понятия временной перспективы от временной установки и временной ориентации. В

своей теории он выделил четыре характеристики присущие временной перспективе: протяженность, насыщенность объектного распределения, структурированность, а также степень яркости/ реалистичности. По мнению Ж. Нюттена, доминирующими психическими процессами в конструировании временной перспективы личности являются восприятие, которое позволяет давать характеристику реальности; память, которая способна воссоздавать пережитый опыт прошлого; воображение, которое позволяет предвидеть события будущего [90].

В отечественных исследованиях вопрос временной перспективы рассматривался Е.И. Головахой и А.А. Кроником через призму биографического подхода к изучению личности.

Так, авторами [32] «временная перспектива» представлена в роли предпосылки структурирования и развития человека, мировоззренческой функции, имеющей особую важность для осознания жизненного смысла, а также самореализации, по причине плотной связи с ценностной иерархией и процессами планирования.

Также существует концепция самоопределения М.Р. Гинзбурга в которой автор упоминает понятие «жизненного поля», которое определяется наличием в охватываемом временном пространстве будущего, настоящего и прошлого, определенной совокупности индивидуальных ценностей и смыслов. Стоит отметить, что для М.Р. Гинзбурга прошлое определяется как опыт, будущее как план, а настоящее как действительность [53].

Отечественные исследователи в области психологии Е.И. Головаха и А.А. Кроник придерживались точки зрения о том, что временная перспектива – это субъективная структура связей между событиями, иначе говоря, связь между событиями на уровне сознания, которая позволяет конструировать представления о прошлом, настоящем и будущем [32].

В работе Н.П. Шиловой и А.К. Владыко отмечается, что в выборках юношеского возраста временная перспектива отражает содержательную связь с тематикой субъективно значимых жизненных событий: различные временные

периоды (школа, профессиональное обучение, профессиональная автономия и др.) по-разному обременяются событиями учёбы, общения, дела и будущих целей, формируя различную структуру жизненных планов [132].

Н.П. Шилова отмечает, что в юношеском возрасте параметры временной перспективы оказываются чувствительны к образовательной ситуации: для обучающихся в школе будущее чаще связано с горизонтом «обучение в школе», для студентов колледжей – с этапом «профессиональное образование после школы», тогда как у студентов вузов более выражена ориентация на «профессиональную автономию/работу» как смысловой фокус будущего [134]. Н.П. Шилова в своих работах определяет, что у студентов системы среднего профессионального образования в структуре временной перспективы чаще доминируют ценности материального благополучия и досугово-коммуникативные события настоящего, тогда как темы саморазвития и «поиска себя» в будущем представлены сравнительно слабее. Это определяет специфическое направление психологической работы, ориентированной на развитие осознанного жизненного проектирования [135].

В результате изучения работ таких исследователей как Б.Г. Ананьев, А.С. Дмитриев, К. Левин, С.Л. Рубинштейн и Б.И. Цуканов, становится ясна картина проблематики временной перспективы в психологической науке. Работы данных авторов несут в себе колоссальный объем информации, который открывает нам путь к пониманию и определению наиболее важных аспектов психологических подходов к феномену времени [110].

Теоретический анализ позволил определить, что психологическое время понимается как система причинно-следственных и целевых связей, посредством которых личность осознает и структурирует личный опыт. В рамках концепции временной перспективы оно определяется как целостное единство представлений о прошлом, настоящем и будущем, которое направляет жизненную стратегию и самоорганизацию времени, придавая смысл деятельности.

Таким образом, нами определено, что временная перспектива определяет глубину жизненного пространства в контексте времени.

Временная перспектива неразрывно связана с психологическим временем и в нашем исследовании определяется как взаимосвязь субъективного опыта личности, её индивидуальных ценностей и смыслов, а также мотивов деятельности, заключенных в настоящий момент времени.

1.3. Маркеры будущего в представлениях личности

Говоря об образе и маркерах будущего в представлениях личности в интернет-пространстве, стоит отметить тот факт, что современный этап развития общества связан с колоссальными потоками информации. Повседневная жизнь с каждым новым днем подвергается все большей информационной нагрузке, что связано с развитием информационного пространства, технологическим прогрессом и повышением цифровой грамотности населения.

Однако факт развития цифрового пространства существенно оказывает влияние на личность в нем. Человеку характерна адаптация к условиям среды, в которой он обитает, будь то реальный мир, виртуальное пространство или же интернет-пространство. Адаптация человека к новому социокультурному пространству не может проходить бесследно для него, в связи с чем, возникают современные направления для научных исследований.

В работе Е.Ю. Коржовой, Е.К. Веселовой, М.Я. Дворецкой отмечается тот факт, что в условиях цифровизации и расширения онлайн-коммуникации меняются не только поведенческие практики, но и ценностно-нормативные основания самоопределения молодежи, что требует анализа образа будущего с учетом мировоззренческих и морально-идентификационных компонентов [64].

Современный этап развития психологических исследований выделяет направления исследований взаимодействия человека и интернет-пространства, имеющие большой массив работ: изучение аддикции, изучение изменения психологических границ, а также вовлеченности в цифровую среду [14].

Очевидно, что существуют менее изученные направления и одним из таких направлений является изучение образа будущего личности в интернет-пространстве.

Несмотря на то, что в данной области ведутся исследования, степень разработанности проблемы образа будущего личности в интернет-пространстве остается недостаточной. Это имеет принципиальное значение, принимая во внимание следующие особенности:

1. Личность транслирует основные сферы своей активности из реального пространства в виртуальное, а именно в интернет-среду.

В виртуальной среде реализуются образовательная, профессиональная, коммуникативная, коммерческая, рекреационная и иные виды активности. А.И. Заграничный подчеркивает факт смещения личной активности из реальной среды в виртуальную, что в значительной степени оказывает влияние на личность. В тексте его работы [51] отмечается, что в настоящий момент интернет-пространство является не просто базой данных или же средством коммуникаций, а представлено масштабной платформой, которая включает большое количество видов деятельности, постепенно заменяющей реальную деятельность.

В исследовании Н.П. Дедова говорится о времени, проводимом молодыми людьми в Интернете. В результате его исследования выявлено, что время проведенное молодыми людьми в интернет-пространстве, мессенджерах и социальных сетях значительно превышает реальную коммуникацию между ними, что приводит к искажениям процессов взаимодействия. Однако автор также отмечает, что молодые люди в цифровом пространстве являются не только «субъектами», но и приобретают средство личностного развития и совершенствования [40].

Виртуальные технологии существенно изменили повседневную жизнь человека: способы коммуникации, получения информации и организации деятельности. В результате виртуальная среда стала значимым медиатором социальных процессов личности, оказывая влияние на характер взаимодействия с

окружающими, формирование установок и выбор поведенческих стратегий. Данный факт сигнализирует о возможном полном вытеснении определенных видов деятельности из конкретной среды [51].

Интересным является заключение А.И. Заграничного о том, что деятельность интернет-активной молодежи как социальной группы, характеризуется возникновением в виртуальном пространстве и последующим переносом в реальное, а не наоборот [51].

2. В современном мире личность изменяется и развивается в интернет-пространстве.

В связи с этим, нами предполагается, что образ будущего имеет взаимосвязь с активностью личности в интернет-среде, где происходят ее трансформация и развитие, что приводит к переформатированию представлений о будущем.

Б.С. Клементьев, рассматривая трансформационное воздействие сети Интернет на личность, отмечал, что интернет-пространство играет формирующую роль в части нового типа личности, а также придает ему определенную специфику перцепции информации [58].

Н.П. Дедов в научном труде [40] отмечает, что существующая модель виртуального мира все более включается в повседневную жизнь личности, принося свои правила. Данные правила представляют собой социальную среду, формирующую информационные шаблоны, алгоритмы и стереотипы поведения личности. Автор также отмечает, что пользователи в сети Интернет действуют на основе стереотипных алгоритмов реагирования с целью формирования для себя сбалансированного миропорядка. В результате такого рода деятельности, присутствие молодых людей в цифровых площадках приобретает доминирующую характеристику и формирует их образ жизни.

В научных работах Е.Ю. Коржовой и соавт. отмечается, что поведенческие стратегии, сопряженные с представлениями о будущем, имеют многофакторную обусловленность: они определяются как характеристиками ситуации (в

частности, ее контролируемостью), так и личностными диспозициями субъекта. Следовательно, анализ маркеров будущего требует одновременного учета ситуационных и личностных переменных [113].

С точки зрения Б.С. Клементьева, современное представление сети Интернет становится все более основательным и упорядоченным в части образовательного потенциала. Происходит это благодаря появлению разнообразных проектов и площадок для самообразования. К ним автор причисляет и видеоблоги на различные тематики, где обучение осуществляется по принципу «делай как я», что генерирует новую модель обучения – практикоориентированную [58].

При коммуникации в цифровом пространстве личность применяет различные инструменты (письменная коммуникация, смайлы и эмодзи, выражение эмоций и мыслей посредством текста), что не исключает вероятность изменений коммуникационных навыков личности в части способности к общению в реальном мире. Также стоит учитывать фактор влияния информационного пространства на самооценку и Я-образ посредством создания личной виртуальной идентичности (никнеймы, фото-фильтры, анонимные профили). Существуют опасения касательно виртуальной социализации, поскольку она повышает вероятность большего погружения в цифровое пространство и может привести к снижению реальных контактов и отношений личности.

3. Человек, находящийся в интернет-пространстве, нацелен на определенный вид деятельности.

Мотивы деятельности личности в интернет-пространстве действительно могут быть разными. Так, это может быть ведение страницы в социальных сетях или блога, коммерческая деятельность или же создание своего нового виртуального образа.

По мнению авторов [49], активное использование интернет-пространства личностью или перенос реальных сфер деятельности в цифровое пространство приводит к формированию новой цифровой идентичности.

Другой точки зрения придерживаются М. Вак и Р.Э. Вилсон, утверждая, что личность направлена к действительности и личностному росту как в реальной жизни, так и в цифровом пространстве. Они утверждают, что доступные электронные инструменты для самопрезентации, такие как «аватар», «ник» и страницы в социальных сетях, позволяют пользователям легко и свободно создавать символы, которые отражают их реальную личность. Таким образом, виртуальная среда рассматривается как средство создания виртуальной оболочки для реальной личности, а не как пространство для создания виртуальной личности [148, 157].

Однако не все пользователи сети Интернет приходят в неё с целью реализации конкретного вида деятельности. Авторы Е.Л. Солдатова и Д.Н. Погорелов в своей работе о феномене виртуальной идентичности отмечают увеличение числа молодых людей, которые бесцельно проводят время в интернет-пространстве, в частности пользуются спросом социальные сети, не налаживая процессы взаимодействия и коммуникации или не делая публикации новой информации о себе [112].

С точки зрения Н. Деринга, новые сформированные идентичности личности развиваются, опираясь на уже существующие идентичности, и не могут их заменить. Автор определил, что многообразие идентичностей формируют объединенную модель – структуру личности. Таким образом, данная модель в виртуальном пространстве выступает отражением реального образа, включенного в цифровое пространство [147].

Таким образом, нами предполагается, что личность попадает в интернет-пространство с определенными представлениями о будущем (образом будущего), а в зависимости от предпочитаемого вида деятельности в сети Интернет её образ будущего может изменяться.

Прежде чем мы перейдем к рассмотрению маркеров будущего в представлениях личности, считаем целесообразным акцентировать внимание на параметрах интернет-активной личности в условиях цифрового пространства.

По А.И. Лучинкиной, интернет-активность включает три ключевых измерения: длительность пребывания в интернет-пространстве, насыщенность этого времени событиями и выраженность поисковой и коммуникативной активности. А.И. Лучинкиной интернет-активность определяется как интегральная характеристика, описываемая временными (продолжительность присутствия, срок) и деятельностными (масштаб и одновременность практик, событийная плотность) детерминантами [80].

Одной из основных характеристик интернет-активной личности является виртуальность. Под виртуальностью понимается мера опосредования жизни индивида интернет-пространством [59, 122]. А.И. Лучинкина оценивала виртуальность личности по ряду индикаторов: длительность пребывания онлайн, доминирование виртуального по отношению к реальному и склонность к репликации собственного образа в сети [78]. Время, проводимое в сети Интернет, отражает частоту и продолжительность онлайн-взаимодействия, что коррелирует с вовлеченностью в виртуальную среду. Приоритет виртуального над реальным отражает степень приоритетности интернет-пространства по сравнению с реальной жизнью, которая проявляется в предпочтениях, ценностях и мотивации. Стремление к репликации образа в интернет-пространстве – это показатель степени, в которой субъект целенаправленно создает и удерживает в онлайн-образ, репрезентирующий его идентичность [78].

Следовательно, в контексте нашего исследования, виртуальность – это способность индивида конструировать и активно использовать виртуальный образ в интернет-пространстве.

С понятием виртуальности тесно связано понятие вовлеченности личности в интернет-пространство, которое также является характеристикой интернет-активности личности.

А.И. Лучинкина отмечала, что вовлеченность личности в цифровое пространство проявляется через умение использовать инструментальные навыки, ощущение принадлежности к онлайн-сообществу и наличие мотивации. Следо-

вательно, личность с высоким уровнем вовлеченности чувствует себя частью онлайн-культуры, обладает достаточными знаниями для навигации в интернете и имеет высокую мотивацию к активной деятельности в Сети [78].

С точки зрения Э.О. Расиной, степень вовлеченности определяется ощущением принадлежности пользователя к цифровому пространству, адаптацией к правилам и условиям существования в нем, а также привязанностью к своим онлайн-ролям и образам. Э.О. Расина отмечала, что вовлеченность выражается в открытом выражении собственной позиции, нормативной защите сетевых социальных норм и отстаивании ценностно-смысловых установок сети в цифровом пространстве [102].

В исследовании вовлеченности подростков в виртуальную среду авторы А.А. Глазков, В.В. Ермолаев, Е.Б. Пучкова и Ю.В. Суховершина отмечают, что вовлеченность включает в себя активное взаимодействие с элементами виртуальной среды через общение и разнообразную деятельность, проявляющееся в различной степени интенсивности [24]. В результате исследования авторы пришли к выводу, что современные подростки полностью погружены в виртуальное пространство с разной степенью активности (100% респондентов). Они находят удовлетворение своих потребностей в общении и поиске информации в онлайн-мире, что, по мнению авторов, делает виртуальное пространство важным аспектом социализации современной молодежи.

Современная социальная и физическая среды насыщены цифровыми стимулами, которые мотивируют человека активно взаимодействовать с этими средами с использованием информационно-коммуникационных технологий. Уровень вовлеченности личности в эти среды отражает его компетенцию в работе с такими технологиями и психологическую реальность, формируемую ими [85, 123].

Таким образом, вовлеченность личности в интернет-пространство можно охарактеризовать как степень активности и глубины взаимодействия человека с

цифровой средой, выраженную через уровень участия, интенсивность общения и деятельности в цифровом пространстве.

Онлайн-мир предлагает множество возможностей для формирования виртуального пространства личности. При оценке виртуальных личностей важно сохранять объективность. А.И. Лучинкина, характеризовала виртуальную личность как желаемый образ субъекта, используемый для самопрезентации в Интернете, позволяющий людям устанавливать связи с виртуальным сообществом и делиться социальным опытом. Этот образ лишен физической сущности и не всегда является отражением истинного «Я» индивида. Исследовательница выделяла основные характеристики виртуальной личности, которые включают в себя количество времени, проведенного в сети, предпочтения в виртуальном или реальном мире, желание создать онлайн-отражение себя или персону, владение инструментальными навыками и чувство принадлежности к определенной онлайн-культуре [78].

Одной из характеристик интернет-активной личности являются мотивы её деятельности в цифровом пространстве. Важно понимать, как эти мотивы формируются и как влияют на онлайн-поведение личности. Интернет-активная личность часто характеризуется тем, что она активно участвует в онлайн-сфере, используя различные онлайн-ресурсы для удовлетворения своих потребностей.

Обращаясь к исследованиям мотивации личности в интернет-пространстве, стоит отметить работу О.Н. Арестовой, Л.Н. Бабанина, А.Е. Войскунского [10]. В данной работе исследование было направлено на выявление мотивов деятельности пользователей сети Интернет, а также на определение изменений в мотивации пользователей в связи с развитием сети Интернет в России. По результатам исследования, авторами были выявлены мотивы личности пользователя цифровой среды: деловая, познавательная, аффилиативная, коммуникативная, рекреационная и игровая мотивация, мотивация сотрудничества, самореализации и самоутверждения. С точки зрения авторов, данный тип мотивов определяют мотивационную направленность личности в цифровом

пространстве, в частности личностную, профессиональную, социально-коммуникативную и познавательную [10].

В исследовании А.И. Лучинкиной произведен анализ мотивов, характерных личности исключительно в цифровом пространстве сети Интернет. В исследовании определена совокупность потребительских мотивов (воплощения в роль, обозначенное присутствие), которые выражаются в действиях по заданным правилам, детерминированным коммуникативными возможностями и игровыми условиями, не предполагающие индивидуального творчества [81].

Мотив обозначенного присутствия характерен 46% респондентов. Нормативная реализация данного мотива подразумевает избирательное установление контактов и экономию времени при онлайн-общении. Девиантная реализация подразумевает хаотичность контактов, излишнее времяпрепровождение в социальных сетях, чатах.

В нормативном варианте мотив воплощения в роль проявляется в участии в онлайн-играх, не нарушающем повседневное функционирование в офлайн-среде. Девиантная реализация связана с дезорганизацией реальной жизнедеятельности вследствие чрезмерной игровой вовлеченности. Данный мотив в незначительной степени характерен пассивным пользователям [81].

Также автором была определена группа творческих мотивов, которая включает в себя мотивы репликации, взноса и личного пространства. С точки зрения А.И. Лучинкиной, данные мотивы предполагают создание новых форм взаимодействия, нового продукта [81].

Мотив взноса в нормативной реализации характеризуется привлечением внимания пользователей к новой информации. Девиантное проявление – умышленная рассылка спама. Данный мотив характерен ситуативным, активным и чрезмерно активным пользователям.

В нормативной реализации мотив личного пространства выражается в создании в Сети зоны, куда субъект при необходимости погружается. Девиантная форма – это глубокая вовлеченность в Интернет с приоритизацией собственно-

го онлайн-пространства. Это мотив отмечается у ситуативных, активных и чрезмерно-активных пользователей [81].

В нормативной форме мотив репликации выражается в создании дополнительных аккаунтов в соцсетях и игровых персонажей, не препятствуя сохранению полноценной жизнедеятельности. Девиантная форма проявляется в навязчивом тиражировании собственных образов, оказывающее негативное влияние на жизнь в офлайн-пространстве. Мотив практически отсутствует у пассивных пользователей; у ситуативных отмечается регистрация в нескольких соцсетях (21%), тогда как для 44% активных и 48% чрезмерно активных типично создание новой роли.

В заключении, А.И. Лучинкиной отмечено, что нормативная реализация характерна 72% активным и 78% чрезмерно активным пользователям, что свидетельствует о том, что увеличение интернет-активности пользователей повышает приоритет интернет-пространства для них [81].

В работе И.П. Шкуратовой описываются типы блогеров и их мотивы в цифровом пространстве. Автор определяет, что существуют такие типы блогеров, как «демонстратор», «профессионал», «развлекатель», «писатель», «рекордсмен», «организатор сообщества», «продвигатель своей продукции», «комментатор», «молчаливый читатель» [137].

«Блогер-демонстратор» характеризуется мотивами самопредъявления, самоутверждения, аффилиации и одобрения; «блогер-профессионал» – познавательным и деловыми мотивами, мотивами самоутверждения и коммуникации; «блогер-развлекатель» – мотивами коммуникации, развлечения и сотрудничества; «блогер-писатель» – мотивами самореализации, самоутверждения, одобрения; «блогер-рекордсмен» – мотивами самоутверждения и соревнования; «блогер-организатор сообщества» – мотивами самоутверждения и коммуникации; «блогер-продвигатель своей продукции» – деловым мотивом; «блогер-комментатор» – мотивами коммуникации, аффилиации, самоутверждения;

«блогер-молчаливый читатель» характеризуется познавательным мотивом [137].

Исследование авторов И.В. Кузнецовой и Е.А. Фоминовой посвящено изучению мотивационных особенностей пользователей, предпочитающих выбор определенных аватаров в социальной сети «ВКонтакте» [66]. Авторами выявлено, что респондентам с преобладающей деловой мотивацией в социальной сети свойственно использование аватара «Картинка» (логотип организации, либо изображение характеризующее причастность к определенному виду деятельности). Авторы обуславливают данный факт направленностью к использованию социальной сети для решения деловых вопросов. При преобладающей мотивации самоутверждения респонденты применяют аватар «Портрет, взгляд в объектив». По мнению авторов, это обусловлено важностью социальных связей и самоутверждения для респондентов. При преобладающей познавательной мотивации, респондентам характерна частая смена аватара. Авторы характеризуют данный факт тем, что респонденты рассматривают социальную сеть как непрерывно обновляющееся цифровое пространство [66].

Исследованию мотивации личности в интернет-пространстве посвящена работа С.К. Малахаевой [84]. В данной работе автор исследует мотивацию и склонность к риску у игроков в массовые многопользовательские ролевые онлайн-игры, в частности взаимосвязь мотивации достижения успеха и мотивации избегания неудач. Результаты исследования показали, что игроки имеют более высокую мотивацию достижения успеха, нежели респонденты не играющие в онлайн-игры. Также, в исследовании обращается внимание на тот факт, что мотивация избегания неудач чаще встречается у геймеров, нежели у респондентов не играющих в онлайн-игры. По С.К. Малахаевой, ключевым фактором выступают различия последствий выбора в виртуальном и реальном пространствах. Автор делает вывод о переносе мотивации достижения геймеров в реальную жизнь и отмечает у них более высокую склонность к риску относительно неиграющих людей.

Мотивы характеризуют стремление личности к цели, выражающиеся в конкретной деятельности. С ростом вовлеченности людей в цифровое пространство, часто встречается ситуация, когда ведущей площадкой для реализации личных мотивов становится не реальное пространство, а виртуальное. Современный этап развития цифрового мира характеризуется становлением личности в интернет-пространстве. Отсюда возникает необходимость анализа влияния цифровой среды на личность и ее мотивационную сферу. Мотивы личности в интернет-пространстве можно определить как внутренние детерминанты и целевые установки, регулирующие поведение и онлайн-коммуникацию.

Характеристики интернет-активной личности, описанные нами выше, выступают в роли цифровых маркеров, которые указывают на стратегии достижения целей и реализации планов личности в будущем. Совокупность характеристик интернет-активной личности, среди которых те или иные могут быть выражены как в большей, так и в меньшей степени, позволяют говорить о влиянии цифрового пространства сети Интернет на представления личности о собственном будущем. Поскольку цифровое пространство оказывает влияние на личность, то логичным является тот факт, что при взаимодействии личности в цифровом пространстве происходит формирование определенных когнитивных установок и осмысленности в отношении будущего.

Обратимся к понятию установки, что в видении авторов трактуется по-разному. Стоит отметить, что на протяжении всей жизни личность подвергается воздействию среды, с которой он взаимодействует, что приводит к формированию новых и трансформации уже сформировавшихся установок.

Д.Н. Узнадзе определял, что установка подразумевает неосознанную готовность субъекта к ориентации в будущих событиях и действиях в определенном направлении, а также формируется в ответ на наличие потребности и ситуации, которые требуют её удовлетворения при взаимодействии субъекта со средой [119].

Точка зрения С.Л. Рубинштейна, касательно установки личности, несколько противоречит Д.Н. Узнадзе. В его понимании, установка оперирует в большей степени сознательными, личностными компонентами, нежели бессознательными, как утверждал Д.Н. Узнадзе. По определению С.Л. Рубинштейна, установка личности определяется как позиция субъекта относительно целей, проявляющаяся в избирательной активизации ресурсов и поведенческой готовности к их достижению [106].

Стоит отметить работу авторов E.K. Hong, C. Sedikides и Y. Zhang, которая посвящена представлениям о своем будущем «Я» и непрерывности личности во времени. Интерес их исследования заключался в рассмотрении «непрерывности будущего Я», обозначающем чувство целостности настоящего и будущего образа себя. В своих исследованиях авторы обнаружили, что чувство единства с будущим собой усиливает осмысленность жизни (смысловую перспективу) посредством повышения согласованности со своим «Я» в настоящем. Экспериментально было показано, что респонденты, которым искусственно усиливали представления о своем будущем «Я», в последствии видели свою жизнь более наполненной смыслом, поскольку чувствовали свою аутентичность [152].

Таким образом, можно утверждать, что когнитивные установки и смысловая жизненная перспектива выступают в роли когнитивных маркеров будущего, поскольку обеспечивают готовность и ориентацию личности на предстоящие события, структурируют иерархию целей, согласуют текущее «Я» с проектируемым и тем самым, определяют устойчивость и смысловую определенность при планировании будущего.

Немаловажным маркером будущего в представлениях личности, в контексте нашего исследования, являются пространственно-временные характеристики.

Отношение ко времени – это взаимодействие субъекта со временем, его восприятие и эффективное использование в качестве инструмента для решения

повседневных и профессиональных задач, а также для выражения индивидуальности и личностного роста [47].

В работах С.В. Духновского, В. А. Мищенко, А. В. Миронова, Д. Л. Прокöpfeва эмпирически показано, что отношение ко времени может быть типологизировано (например, как «временная свобода», «зависимость», «инфантилизм») и связано как с конфигурацией временной перспективы, так и с особенностями личностно-типологических характеристик, что отражает его диагностический потенциал как маркера саморегуляции и жизненной организации [44, 45].

Поскольку психологическое время – это отражение жизненных событий, то мы можем использовать термины «отражение времени» или «отношение ко времени», что будет тождественно точке зрения М.И. Розеновой [104]. Время – глобальная категория, относящаяся ко всем сферам человеческой жизни. Отношение ко времени, включая такие его составляющие как прошлое, будущее и настоящее, играет важную роль в жизненных планах и поведенческих стратегиях человека. Восприятие времени, которое включает в себя прошлое и будущее в настоящем, занимают одну из ключевых ролей в установлении психического равновесия человека, определяя его поведение в целом.

В контексте нашего исследования предикторов образа будущего интернет-активной молодежи, примечательными являются работы Ф. Зимбардо. Ключевой темой его научной деятельности являлось исследование временной перспективы [158]. Ф. Зимбардо и Дж. Бойд своих трудах указывают на то, что у каждого человека формируется субъективное отношение к времени, именуемое как временная перспектива, которая в целом является мало осознаваемой [54, 159].

Исследования Зимбардо привели к выводу о существовании определенных временных ориентаций: на положительное и отрицательное прошлое, на фаталистическое и гедонистическое настоящее и на будущее. Автор отмечает, что у индивида выделяется ведущая временная перспектива, которая задает

рамки выбора поведенческих стратегий, а также оказывает воздействие на перцепцию жизненных событий [54].

Доминирующая временная перспектива оказывает значительное влияние, как на восприятие жизненных событий, так и на выбор конкретных поведенческих стратегий. Фокусируясь на негативном прошлом, люди склонны оценивать текущую ситуацию на основе прошлого опыта. С другой стороны, позитивное прошлое создает ощущение безопасности. С.В. Духновский и А.В. Заикин в своем труде отмечают, что на уровне переживания безопасности выявляется различие функций временных модальностей: у субъектов, переживающих безопасность, настоящее и будущее чаще выступают ресурсными (укрепляют веру в себя и возможность позитивных изменений), тогда как при субъективном неблагополучии («непереживании безопасности») они приобретают фиксированный характер и соотносятся с эмоциональным дискомфортом и неудовлетворенностью ходом жизненных событий [46].

Важно отметить, что сбалансированная перспектива необходима для образования новых моделей поведения. Старые поведенческие модели имеют тенденцию применяться, а новые может быть сложно сформировать и принять [18, 54, 124]. Люди, имеющие ориентацию на гедонистическое настоящее, для которых приоритетом является немедленное удовлетворение, стремятся к удовольствиям и избегают трудностей, часто вступают в рискованное сексуальное поведение, играют в азартные игры и развивают зависимость. Фаталистическая ориентация на настоящее – это вариант выученной беспомощности, когда человек воспринимает жизнь как контролируемую внешними силами и признает невозможность изменить ситуацию своими собственными действиями [18, 54, 124]. Люди, имеющие ориентацию на будущее, характеризуются направленностью в будущие события, цели и задачи. Поведение человека мотивируется преимущественно стремлением к достижению запланированных целей в сочетании со способностью противостоять сиюминутным желаниям и соблазнам в процессе достижения этих целей. Ограничение общения и формализация отно-

шений с семьей и родственниками – распространенная стратегия экономии времени личности, ориентированной на будущее.

Ф. Зимбардо отмечал, что успешная адаптация требует сбалансированной и гибкой временной перспективы. Она позволяет выбрать подходящую временную ориентацию, исходя из конкретных потребностей и задач каждой ситуации [18, 54, 124].

В отношении ориентации на будущее, примечательной является работа А.А. Андреевой, в которой происходит сравнение структуры представлений о собственном будущем у старшеклассников и студентов колледжа. В ходе исследования было выявлено, что ориентация на будущее сохраняет статус ведущей характеристики юности, причем автор отмечает, что оптимистичный образ будущего является предиктором успешного преодоления кризиса самоопределения [8].

В работе О.Ю. Горчаковой, И.А. Филенко и А.В. Ларионовой исследовались образы личного будущего студентов. В ходе исследования было выявлено, что позитивный образ будущего непосредственно связан с уровнем субъективного благополучия и ценностными ориентациями молодежи. Данное исследование отражает, что позитивный образ будущего коррелирует с удовлетворенностью жизнью и ощущением реализуемости базовых ценностей [35]. Это позволяет утверждать, что уверенность молодежи в жизненных ценностях и благополучии, а также оптимистичность представлений о будущем способствует формированию позитивного образа будущего.

С точки зрения М.И. Розеновой, прошлое, настоящее и будущее является ключевым звеном в отражении специфики жизненного пути личности [104]. «Отношение ко времени» может быть рассмотрено как важный аспект социализации личности, проявляющийся в способности индивида создавать временные перспективы своей деятельности [16, 108].

Согласно концепции В.Н. Мясищева, отношение выступает в роли элемента представляющего структуру личности, которая является системой взаи-

мосвязей. Таким образом, базируясь на концепции В.Н. Мясищева, отношение ко времени можно определить как целостную систему личных восприятий, опыта и представлений индивида о времени, которые отражают его персональный опыт переживания времени и внутренне влияют на его поведение, временную перспективу и жизненные планы [34, 86].

О.П. Цариценцева и Т.А. Липская отмечают, что отношение ко времени подразделяется на 3 типа: ориентацию на будущее, настоящее и прошлое. В их понимании, каждый временной интервал характеризуется темпоральной направленностью и семантические единицы, используемые для его описания, отражают это отношение [34, 127].

Таким образом, можно утверждать, что пространственно-временная ориентация на будущее характеризуется тем, что будущее время существует лишь в сознании человека, поскольку оно фактически еще не наступило. Его основное предназначение заключается в направлении планируемых действий и завершении текущих. В свою очередь, ориентация на настоящее отличается тем, что события, происходящие в реальном времени, подвергаются анализу и, собственно, представляют реальность. Ориентация на прошлое отражает тот факт, что подсознание человека хранит события из прошлого, которые воспроизводятся на уровне, недоступном для сознательного восприятия. Это формирует восприятие и опыт познания окружающего мира.

Существует позиция, определяющая разграничение настоящего и будущего. Разделение того, что уже существует (прошлое и настоящее), и того, что может возникнуть (будущее, возможное) способствует тому, что опыт фиксируется как статическая характеристика, некая константа. В свою очередь, опыт является процессуально-динамическим образованием, которое способно изменяться и трансформироваться. Он перемещается из прошлого в настоящее и даже в будущее, что заметно, когда мы планируем свои действия, основываясь на прошлом опыте. В действительности, прошлое постоянно переосмысливается и переносится в будущее. Воспроизводя настоящее, опираясь на прошлое и

продлевая его в будущее, человека пересматривает, обновляет и расширяет собственную историю. На настоящее влияет потенциальное будущее, которое часто является скорее вероятностью, чем определенным результатом, особенно в критические моменты принятия решений [55].

Исследование авторов А.В. Зинич, В.М. Помогаева и Н.Д. Скосыревой отражает тот факт, что горизонт планирования современной молодежи вне зависимости от группы (школьники, студенты и т.д.), является относительно коротким – от ближайших дней до 5 лет. При этом приоритетами для них является материальное благополучие и семья. Авторы отмечают, что ценностные сдвиги отражаются в том, как молодежь представляет себе свое будущее [48].

В своем исследовании Н.П. Шилова отмечает, что представления о будущем имеют связь с образовательными результатами. Автор указывает на то, что юноши и девушки с более высокими результатами итоговой аттестации чаще используют в описаниях будущего формулы уверенного намерения и действия («знаю», «сделаю»), а также иначе объясняют расхождение между высокими баллами и отсутствием достижений (через обстоятельства, дефицит времени либо через следование плану) [136].

Данные из социально-психологических исследований показывают, что наше восприятие личного времени, которое мы воспринимаем как свободное, формируется в рамках установленных общественных нормами и графиков, навязанных индустриальным обществом. Хотя это «индустриальное время» может казаться несвойственным нам, мы все же используем его как основу для создания собственного времени. Данные исследований показывают: социально адаптированные люди с более высоким уровнем образования и профессионального статуса чаще демонстрируют более широкую временную перспективу. В то же время как те, кто менее интегрирован в общество или находится на грани «выживания», имеют временную перспективу, которая сужается до настоящего и ближайшего будущего, несмотря на доступные ресурсы в пределах астрономического времени. Исследования российских социологов подтверждают, что

образование, возраст и профессиональный статус расширяют временные перспективы и планирование жизни [88].

Значение социально-психологических аспектов в восприятии времени подчеркивают такие ученые как К.А. Абульханова-Славская, Е.И. Головаха, В.А. Ковалев, А.А. Кроник. В частности, К.А. Абульханова-Славская акцентирует внимание на важности учета социальных факторов, таких как ситуационные и групповые, при анализе личного времени [3]. В.А. Ковалев разработал концепт «социохронотоп индивида» как уникальный пространственно-временной континуум, в котором разворачиваются социальные, коммуникативные и профессиональные практики личности [60]. Е.И. Головаха и А.А. Кроник указывают на то, что социально-психологическое исследование времени включает изучение его субъективной репрезентации в разных сообществах и историко-культурных условиях и дает возможность выявить групповые особенности темпоральных представлений (демографические, этнические, социально-экономические, региональные) [33].

Говоря о пространственно-временном отношении личности ко времени, стоит отметить существование его уровней. Личность с высоким уровнем осознает значимость существования в настоящем, получает удовольствие от текущего момента, не умаляя его значимость по сравнению с прошлыми событиями или ожиданием будущих достижений. В то же время, личность с низким уровнем часто застревает в воспоминаниях о прошлом, испытывает чрезмерную потребность в достижениях и отличается повышенной беспокойностью и неуверенностью в себе. Пространственно-временное отношение ко времени отражает способность личности жить в реальном времени, избегая откладывания важных моментов на будущее или погружения в воспоминания о прошлом, иными словами это можно назвать компетентностью во времени.

Таким образом, пространственно-временные характеристики выступают в роли инструментальных маркеров будущего, которые структурируют связь прошлого, настоящего и будущего, определяют горизонт и дифференцирован-

ность планирования, определяют доминирующую временную ориентацию, прогнозируя степень реалистичности образа будущего.

Невозможно говорить об образе будущего личности, минуя эмоциональный компонент. Известно, что образ будущего имеет два основных компонента: когнитивный и эмоциональный. Когнитивный базис представлений о будущем складывается из жизненного опыта, системы ценностей, знаний о мире, способности к логическому и системному мышлению, а также из способов взаимодействия в социуме. Эмоциональная составляющая проявляется в явлениях реальности, которую мы стремимся создать в форме мысленных конструктов наших стремлений [38]. Наиболее полно характеризуют эмоциональный компонент личности понятия «эмоциональный стиль» и «эмоциональный интеллект».

Исследования эмоционального компонента личности дали свой старт с изучения эмоциональной направленности. Б.И. Додонов разработал концепцию типов общей эмоциональной направленности, которая базируется на идеях С.Л. Рубинштейна. Как отмечал сам С.Л. Рубинштейн, каждая личность обладает уникальным эмоциональным профилем (стилем), характеризующим преобладающие эмоции и определяющим её восприятие мира. Данный профиль включает в себя интенсивность эмоциональных реакций и преобладающий эмоциональный тон [107].

В своих исследованиях феноменологии эмоциональных стилей, Б.И. Додонов хотя и не использует термин «эмоциональный стиль» непосредственно, но описывает его различные аспекты посредством понятий «эмоциональная индивидуальность личности», «личностные стереотипы эмоционального реагирования», типы эмоциональной направленности», «общая эмоциональная направленность» и «конкретная эмоциональная направленность». Это свидетельствует о том, что автор рассматривает эмоциональный стиль как совокупность явлений, включающую в себя как индивидуальные особенности эмоционального реагирования, так и устойчивые паттерны эмоционального поведения [118].

Примечательной является концепция эмоционального стиля Л.Я. Дорфмана, в которой произошел синтез идей С.Л. Рубинштейна и А.Н. Леонтьева [41, 42, 43]. Как и в концепции Б.И. Додонова, основой концепции эмоциональных стилей Л.Я. Дорфмана является идея С.Л. Рубинштейна о значении эмоций в процессе формирования личности, а также концепция А.Н. Леонтьева в области деятельности личности, ориентированной на себя, в контексте теории деятельности [69, 71]. В своей концепции Л.Я. Дорфман акцентирует внимание на понятии самодеятельности, которое описывает активность субъекта, направленную на самопознание и саморазвитие. Самодеятельность непосредственно связана с интегральной индивидуальностью и предполагает, что человек является одновременно и создателем, и объектом своей деятельности. Индивидуальность черпает в себе цели и программы действий, которые придают деятельности уникальный характер. Это свидетельствует о том, что внутренние мотивы и цели личности формируются на основе собственных эмоций, убеждений и смыслов [42].

Л.Я. Дорфман подчеркивает многозначность связей между эмоциями и когнитивными образами, а также между эмоциями и деятельностью. Эмоции могут как поддерживать когнитивные образы и деятельность, так и инициировать их. Индивидуальный эмоциональный стиль рассматривается Л.Я. Дорфманом как проявление самодеятельности. Это означает, что эмоциональные стили формируются на основе личных эмоциональных переживаний и могут влиять на восприятие и действия человека [42].

Связь когнитивного и эмоционального компонентов личности отчетливо прослеживается в модели эмоциональных схем Р.Л. Лихи. Данная модель построена на синтезе положений когнитивной модели А. Бека [143, 144, 145], метакогнитивной теории Э. Уэллса [156], теории принятия и ответственности С. Хэйса [151], диалектической бихевиоральной терапии М. Линехан [154] и эмоционально-фокусированной терапии Л. Гриберга [150].

Модель эмоциональных схем Р.Л. Лихи представляет собой социально-когнитивный подход к изучению эмоций, фокусирующийся на когнитивных процессах, которые определяют интерпретацию собственных эмоций и эмоций окружающих [74]. Она предполагает, что первоначально происходит распознавание, дифференциация и классификация эмоций. Данный процесс завершается интерпретацией эмоций и выбором стратегий их регуляции. Эмоциональные схемы представляют собой совокупность неявных интерпретаций, ожиданий и стратегий, которые формируются у человека по отношению к личным эмоциям и эмоциям других. Эмоциональные схемы содержат в себе когнитивные представления о персональных эмоциях и эмоциях окружающих, а также поведенческие и межличностные стратегии, реализующиеся в ответ на эмоции [153].

Модель эмоциональных схем трактует эмоции через призму наличия у личности индивидуальной «теории» о их сущности, детерминации и регуляции и включает четырнадцать измерений для оценки эмоционального опыта и последующей разработки стратегий совладания с ними [74].

В современных условиях, модель эмоциональных схем Р.Л. Лихи является перспективной расширенной когнитивной моделью представления об эмоциях. Данная модель учитывает, что каждый индивид имеет личные убеждения, представление о природе собственных эмоций, их причинах и стратегиях регуляции.

Несмотря на интерес исследователей к вопросу феномена «эмоционального стиля», исследования в данной области малочисленны. В современной психологии более широкое внимание уделяется вопросу изучения эмоционального интеллекта, который характеризуется организацией и саморегуляцией эмоциональной сферы личности.

В отечественной психологии проблема эмоционального интеллекта представлена в трудах Л.В. Винокурова [23], Д.В. Люсина [83] и Д.В. Ушакова [121].

П. Сэловей и Дж. Мэйер впервые ввели в психологию понятие «эмоциональный интеллект». Согласно авторам, эмоциональный интеллект представлен умением осмыслять и управлять собственными переживаниями, наряду со способностью определять и учитывать эмоциональные состояния окружающих. Благодаря данной способности, аффективная информация используется личностью с целью ориентации когнитивных процессов действий [155].

Эволюция концепции эмоционального интеллекта сопровождается сдвигом акцента от когнитивной переработки аффективной информации к признанию значимости личностных факторов. В первичных моделях эмоциональный интеллект сводился к способности различать и осмыслять эмоции.

Однако с укреплением эмпирико-теоретической базы социального интеллекта, в содержание эмоционального интеллекта были включены такие аспекты как саморегуляция, мотивация и социальные навыки. Одним из отчетливых примеров данной тенденции является модель Р. Бар-Она, в которой полностью отсутствует когнитивный компонент в структуре эмоционального интеллекта [82, 121].

Отечественный автор Д.В. Люсин в своих трудах отмечал, что эмоциональный интеллект как способность, непосредственно связан с индивидуальным отношением к эмоциональной сфере, т.е. направленностью личности на эмоциональную сферу. Такая ориентация характеризуется повышенным интересом к внутреннему миру людей, включая собственный, склонностью к психологическому анализу поведения и признанием ценностей, включенных в эмоциональные переживания [39].

Таким образом, эмоциональный интеллект и эмоциональные схемы личности могут быть определены как эмоциональные маркеры будущего в представлениях личности. Они играют важную роль в формировании образа будущего интернет-активной молодежи. Эмоциональные переживания, взаимодействуя с различными уровнями личностных свойств, создают сложную многомерную систему, которая влияет на поведение и восприятие молодежи. Это

особенно актуально для интернет-активной молодежи, поскольку они формируют свое будущее в быстро меняющемся цифровом мире.

В рамках нашего исследования, маркерами будущего в представлениях личности выступают цифровые, когнитивные, инструментальные и эмоциональные характеристики. Когнитивные установки по поводу будущего, смысловая жизненная перспектива, эмоциональный интеллект и эмоциональные схемы личности непосредственно связаны с временной перспективой и жизненными стратегиями интернет-активной молодежи, оказывая воздействие на восприятие жизненных событий и формирование образа будущего. Способность личности ценить настоящее и находить равновесие между прошлым, настоящим и будущим является основополагающим фактором, определяющим пространственно-временное отношение ко времени интернет-активной молодежи. Исследование когнитивных установок по поводу будущего, пространственно-временного отношения к времени и эмоционального компонента личности, в контексте формирования образа будущего интернет-активности молодежи, позволит выявить стратегии для осознанного и эффективного планирования будущего у данной группы молодежи.

Анализ научной литературы по проблеме исследования позволил выделить ключевые факторы, оказывающие влияние на формирование образа будущего интернет-активной молодежи. Данные факторы рассматриваются нами как предикторы образа будущего, определяющие его особенности и характеристики. На основании теоретического анализа литературных источников, нами была сформулирована теоретическая модель исследования предикторов образа будущего интернет-активной молодежи [Рисунок 7].

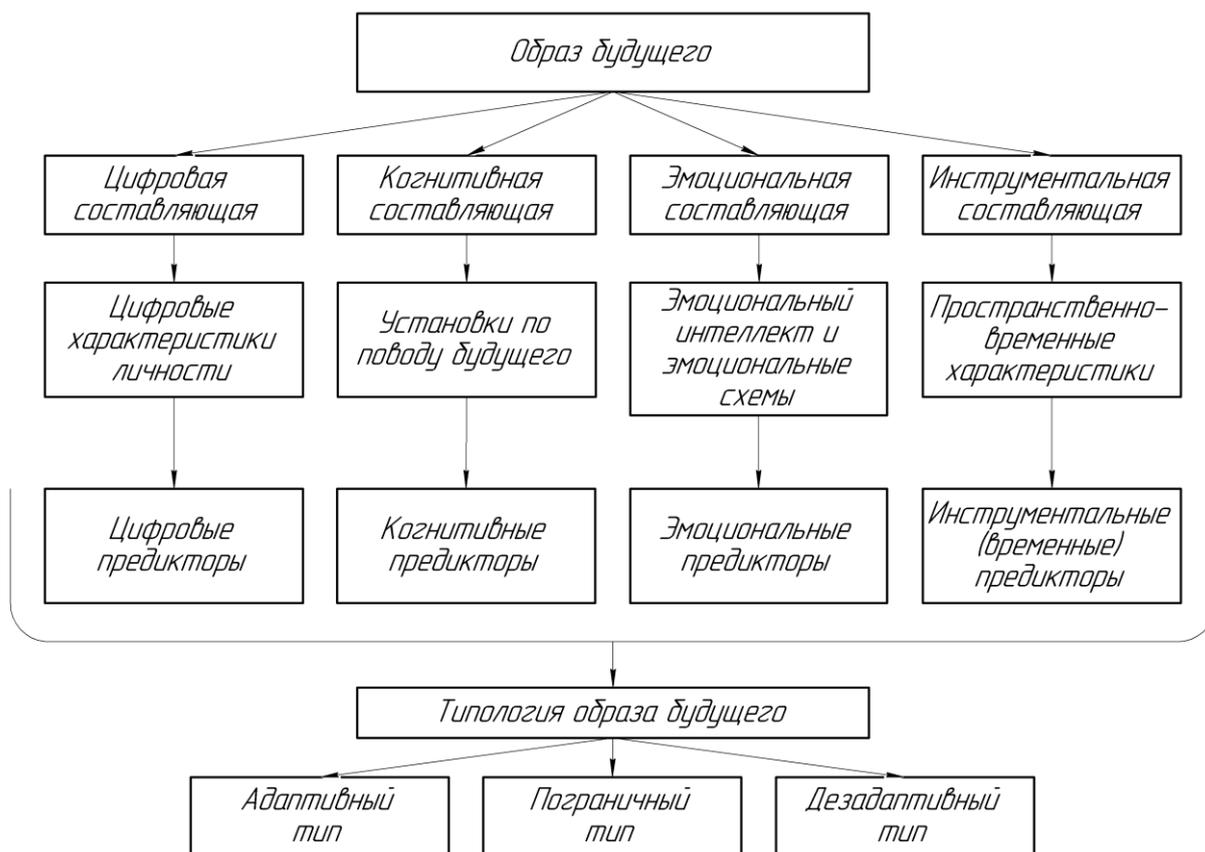


Рисунок 7. Теоретическая модель исследования психологических предикторов образа будущего интернет-активной молодежи

Проведенный теоретический анализ по проблеме исследования позволил определить образ будущего личности интернет-активной молодежи как многоуровневую структуру, интегрирующую цифровую, когнитивную, эмоциональную и инструментальную составляющие, описывающую совокупность образов субъектов и объектов реальной действительности и формирующую индивидуальные ценности и смыслы личности в темпоральном пространстве ее жизненного пути. Выбор таких обозначений составляющих обусловлен содержанием включенных показателей, а также их функциональной ролью в структуре образа будущего.

Цифровая составляющая включает цифровые характеристики личности, включая мотивы пребывания в Сети, виртуальность и вовлеченность респондента, когнитивная – установки по поводу будущего, а именно: совокупность ожиданий, целей и ценностей личности в контексте представлений о своем бу-

дущем. Инструментальная составляющая включает восприятие времени и пространства личностью: протяженность временной перспективы, ориентацию личности на тот или иной временной промежуток (прошлое, настоящее, будущее), а также способность личности проживать жизнь в реальном времени, избегая откладывания важных жизненных моментов на будущее или погружения в воспоминания о прошлом. Эмоциональная составляющая представлена способностью личности к пониманию своих и чужих эмоций, а также управлению ими. Немаловажным фактором является когнитивная оценка эмоций, предполагающая наличие у индивида собственных эмоциональных схем, определяющих его восприятие и интерпретацию эмоций. Данные схемы содержат в себе информацию о природе эмоций, их причинах и подходах к регуляции.

Содержательные различия между интернет-активной и интернет-пассивной молодежью проявляются, прежде всего, в степени интеграции цифрового опыта в когнитивно-временную и эмоционально-смысловую организацию личности. У интернет-активной молодежи образ будущего формируется в условиях множественности цифровых ролей, ускоренной смены событий и специфических искажений восприятия времени, тогда как у «интернет-пассивной» молодежи доминируют более традиционные механизмы жизненного планирования, опирающиеся на реальный социальный опыт и устойчивые временные ориентиры [78, 79, 80, 81].

Предполагается, что выраженность и сочетание предикторов формируют типологию образа будущего личности интернет-активной молодежи, которая включает в себя адаптивный, пограничный и дезадаптивный образ будущего.

Личность реализуется не только лишь в реальном, но и в цифровом пространстве. Исходя из этого, справедливо отметить, что влияние Интернет-пространства на личность оказывает существенную роль на формирование жизненных стратегий, убеждений, планов и образа будущего, в частности.

Выводы по Главе 1

1. Теоретический анализ показал, что понятие «образа» в отечественной традиции представлено как многомерное, многоуровневое и деятельностно обусловленное образование, возникающее из чувственно-перцептивной основы (Л.П. Гримак, А.Н. Леонтьев), когнитивно перестраивающееся в мысленные и социально-перцептивные конструируемые как отражение предмета и его отношений (В.П. Зинченко, П.Я. Гальперин, С.Л. Рубинштейн, С.Д. Смирнов).

2. В ходе исследования, определено, что образ будущего определяется как внутренняя модель и жизненный план, интегрирующие субъективный опыт, смыслы и цели, регулирующие поведение в настоящем и обеспечивающие проектирование жизненной перспективы (А.Н. Леонтьев, Д.А. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн). В различных подходах исследователи отмечают, что образ будущего соотносится с жизненными стратегиями (К.А. Абульханова-Славская) и картиной будущей жизни (Е.И. Головаха, А.А. Кроник), опирается на модель мира, мировоззрение, жизненную позицию и образ жизни (Л.И. Анцыферова), а также выступает эмоционально-когнитивным регулятором целеполагания и активности личности (В.Н. Петрова, В.Д. Повзун, М.С. Чекалина). Соглашаясь с точками зрения авторов, отметим, что их исследования не учитывают формирование образа будущего интернет-активной личности.

3. В ходе анализа было выявлено, что авторы по-разному определяют структуру образа будущего, в их понимании она включает: личностно-организационный, содержательный и поведенческий компоненты (К.Н. Белогай, Н.А. Бугрова); когнитивный, эмоциональный и смысловой компоненты, соотношенные с онтогенетическим временем (А.А. Стрельцова); когнитивные, эмоциональные и поведенческие характеристики (А.В. Михальский); смысловые, эмоциональные и ценностные характеристики (Е.Б. Быкова). Разделяя позиции о структурных компонентах образа будущего вышеперечисленными авторами, стоит отметить, что интернет-активность личности как компонент исследователями не учитывался.

4. Теоретический анализ позволил определить, что психологическое время понимается как система причинно-следственных и целевых связей, посредством которых личность осознает и структурирует личный опыт (Б.Г. Ананьев, Е.И. Головаха, А.А. Кроник, А.А. Радугин). В рамках концепции временной перспективы оно определяется как целостное единство представлений о прошлом, настоящем и будущем, которое направляет жизненную стратегию и самоорганизацию времени, придавая смысл деятельности (К.А. Абульханова-Славская, Ф. Зимбардо, Е.И. Головаха, А.А. Кроник, К. Левин, Л.Б. Шнейдер).

5. Теоретические и эмпирические исследования проблематики образа будущего личности, в большей степени характеризуют особенности конструирования образа будущего в реальном пространстве. В исследованиях А.Д. Андреевой, О.Ю. Горчаковой, А.В. Ларионовой, Н.Д. Скосыревой, И.А. Филенко исследуются возрастные, гендерные и статусные различия, связь с субъективным благополучием, ценностями и согласованностью жизненных планов, как отдельные компоненты образа будущего молодежи. В работах исследователей рассматривается роль образа будущего в регуляции поведения и определении жизненного смысла, его влияние на текущую активность личности, а также взаимосвязь образа будущего с системой жизненных ценностей и смыслов (Н.М. Великая, Н.Н. Козлова, О.Г. Овчарова, С.В. Рассадин, Г.В. Тартыгашева, А.А. Хохлов, И.С. Шушпанова). Однако, исследуемые авторами характеристики, рассматриваются без учета влияния сети Интернет.

6. Анализ научной литературы по проблеме исследования позволил разработать теоретическую модель исследования, которая определяет, что образ будущего включает в себя цифровую, когнитивную, эмоциональную и инструментальную составляющие. Составляющие образа будущего определяются цифровыми (мотивы пребывания в Сети, виртуальность и вовлеченность), когнитивными (установки по поводу будущего), эмоциональными (эмоциональный интеллект, эмоциональные схемы) и пространственно-временными (восприятие времени и пространства личностью) характеристиками. Данные харак-

теристики представлены как предикторы образа будущего выраженность и, сочетание которых, формирует типологию образа будущего личности интернет-активной молодежи, включающую в себя адаптивный, пограничный и дезадаптивный тип образа будущего.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОБРАЗА БУДУЩЕГО ЛИЧНОСТИ ИНТЕРНЕТ-АКТИВНОЙ МОЛОДЕЖИ

2.1. Этапы, методы, методики и методические проблемы исследования цифровых, когнитивных, инструментальных и эмоциональных особенностей образа будущего интернет-активной молодежи

Исследование, реализованное в 2022-2024 гг., охватило 374 респондента в возрасте 17-25 лет (292 женщины и 82 мужчины), все – активные пользователи сети Интернет. В выборку вошли 358 студентов ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова» и 16 случайно отобранных интернет-пользователей. Подбор респондентов обусловлен закрепленным понятием о молодежи в Федеральном законе от 30.12.2020 № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации», согласно которому к молодым людям (молодежи) относятся лица в возрасте от 14 до 35 лет [105]. Основным фактором выбора такой выборки респондентов послужила важность молодого возраста в контексте формирования образа будущего личности. Молодежь является наиболее интернет-активной категорией, поскольку в современных условиях их жизнь во многом связана с взаимодействием в интернет-пространстве (коммуникация, познание, развлечения, обучение), что делает данную группу людей наиболее предпочтительной в рамках исследования предикторов образа будущего. Данный возрастной диапазон характеризуется переходом от юности к взрослости и интенсивным становлением образа будущего. При этом следует учитывать регионально-образовательную специфику исследования: основную часть выборки составили студенты ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова».

Структура построения эмпирического исследования.

Разработанная теоретическая модель исследования позволила:

1. Эмпирически исследовать цифровые, когнитивные, инструментальные и эмоциональные предикторы образа будущего интернет-активной молодежи.

2. Эмпирически определить типологию предикторов образа будущего интернет-активной молодежи.

3. Разработать и апробировать систему психологического сопровождения личности с пограничным и дезадаптивным типом образа будущего.

Ниже приведена эмпирическая модель исследования для изучения предикторов образа будущего интернет-активной молодежи [Таблица 1].

Таблица 1

Эмпирическая модель исследования

Компоненты образа будущего интернет-активной молодежи	Измеряемые характеристики	Методики
1	2	3
Цифровая составляющая	Виртуальность, вовлеченность, мотивы	Методика «Личность в виртуальном пространстве» (автор: А.И. Лучинкина) [79]
Когнитивная составляющая	Когнитивные установки в отношении будущего	Свободное сочинение на тему: «Каким я вижу своё будущее...»
	Уровень сформированности смысловой жизненной перспективы	«Методика изучения образа возможного будущего» (автор: В.Н. Петрова) [94]
Инструментальная составляющая	Уровень оптимистичности представлений о будущем; уровень реалистичности представлений о будущем; уровень конкретности и перспективности целей, а также их достижимость; уровень согласованности жизненных планов, целей и ценностей; активность и самостоятельность при формировании жизненной перспективы; продолжительность временной перспективы	«Методика изучения образа возможного будущего» (автор: В.Н. Петрова) [94]
	Отношение личности к временному континууму	Методика «Опросник временной перспективы Зимбардо» (авторы: Ф. Зимбардо, А. Гонсалес; адаптация А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой, О.В. Митиной и др.) [116]

Продолжение Таблицы 1

1	2	3
Инструментальная составляющая	Уровень развитого целостного восприятия времени (связь прошлого, настоящего и будущего)	Методика «Самоактуализационный тест» (САТ) (автор: Э. Шостром; адаптация: Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская) [30]
Эмоциональная составляющая	Уровень эмоционального интеллекта, включая понимание и регуляцию эмоций	Тест эмоционального интеллекта, ЭМИн-Кр (авторы: Д.В. Люсин, А.А. Панкратова, Д.С. Корниенко) [91]
	Уровень преобладания конструктивных эмоциональных схем	Шкала эмоциональных схем Лихи, LESS II (автор: Р. Лихи; адаптация: Н.А. Сироты, Д.В. Московченко, В.М. Ялтонского, Я.А. Кочеткова и А.В. Ялтонской) [100]

Эмпирическое исследование состояло из двух этапов. Первый этап предполагал определение групп респондентов с учетом уровня виртуальности и вовлеченности в сети Интернет и исследование цифровой, когнитивной, инструментальной и эмоциональной составляющих образа будущего в выделенных группах.

Сравнение по интернет-активности было реализовано посредством дифференциации уровней интернет-активности внутри выборки интернет-активной молодежи. Цифровые характеристики виртуальности и вовлеченности позволили выделить группы с различной степенью включенности в интернет-пространство, что обеспечило более тонкий анализ влияния интернет-активности на формирование образа будущего личности.

Второй этап предполагал определение предикторов образа будущего, выделение типологии образа будущего интернет-активной молодежи, разработку и апробацию программы психологического сопровождения личности с пограничным и дезадаптивным типами образа будущего.

При исследовании предикторов образа будущего интернет-активной молодежи существует ряд проблем:

1. Образ будущего личности является динамическим и субъективным понятием. Он подвергается воздействию множества факторов, таких как опыт, система ценностей, окружающая среда, пространство взаимодействия с миром, которые приводят к его трансформации. Данный факт обуславливает сложность исследования феномена образа будущего интернет-активной молодежи.

2. Существует большое число факторов, оказывающих влияние на конструирование образа будущего личности, которые могут перекликаться между собой. В связи с этим возникает необходимость использования валидных и надежных инструментов для исследования, а также сокращение числа измеряемых показателей.

3. Динамичность интернет-пространства, связанная с его быстрым темпом изменения и объемом информации.

Для исследования предикторов образа будущего интернет-активной молодежи нами использовался диагностический инструментарий, предусматривающий исследование цифровой, когнитивной, инструментальной и эмоциональной составляющей, который представлен ниже.

Диагностика цифровой составляющей

С целью исследования интернет-активности личности, нами был использован опросник «Личность в виртуальном пространстве» А.И. Лучинкиной [79]. Данный опросник позволяет исследовать ключевые особенности личности в сети Интернет – виртуальность, вовлеченность, и мотивы вхождения в сеть. Шкала виртуальности служит инструментом для оценки степени восприятия сети Интернет, как жизненного пространства. Шкала вовлеченности позволяет оценить степень интеграции личности в цифровую среду, уровень ориентированности в ней, а также мотивацию к виртуальной активности. Говоря о мотивах личности в интернет-пространстве, А.И. Лучинкина выделяла творческие и потребительские мотивы. Творческие мотивы личности в интернет-пространстве включают в себя мотивы репликации, взноса и личного пространства, а потребительские мотивы – мотив обозначенного присутствия и мотив воплощения в

роль. Шкала мотивации позволяет определить доминирующие мотивы личности при взаимодействии с интернет-пространством. Опросник «Личность в виртуальном пространстве» А.И. Лучинкиной представляет собой надежную и валидную методику для исследования личностных особенностей интернет-пользователей, позволяющую изучить личность с позиции её вовлеченности в цифровую среду.

Диагностика когнитивной составляющей.

При подборе методик для исследования когнитивного компонента образа будущего, нами была обнаружена сложность его исследования, которая заключается в многогранности когнитивной сферы, во взаимосвязи когнитивных процессов и их влиянии друг на друга. Особую сложность представляет выделение отдельных факторов и оценка их влияния на формирование образа будущего интернет-активной молодежи. Также немаловажным фактором является связь интернет-активности и когнитивных процессов, поскольку современная личность активно развивает «цифровое» мышление, которое отличается от традиционного, в связи с чем необходимо учитывать данные особенности при исследовании когнитивного компонента. Образ будущего является субъективным и динамичным феноменом личности. Исходя из этого, проблемой является сложность определения унифицированных паттернов образа будущего личности.

Для диагностики когнитивной составляющей образа будущего личности нами использовалась шкала «Смысловая жизненная перспектива» методики «Методика изучения образа возможного будущего» В.Н. Петровой [94]. посредством данной шкалы оценивается уровень развитости жизненной перспективы, а также она позволяет исследовать наличие у личности идеологической ориентации, базовых философских и религиозных убеждений, которые формируют её отношение к жизни и обеспечивают базисное доверие к ней. Данная шкала также позволяет оценить способность личности к целеполаганию и их достижению.

Эффективным инструментом для исследования когнитивного компонента, с нашей точки зрения, является метод свободного сочинения на тему: «Каким я вижу свое будущее...». Данный инструмент не ограничивает респондентов в выражении своих мыслей и представлений о собственном будущем в подробной форме. Отсутствие предварительно заданных вариантов ответов дает респондентам свободу в творческом выражении своих мыслей, что, в результате, выражается в индивидуальности полученных результатов. Применение данного метода, с целью исследования установок по поводу будущего и последующий контент-анализ сочинений, позволяет выявить неосознаваемые скрытые мотивы и стремления личности. Анализ содержания свободного сочинения позволяет изучить когнитивные установки, являющиеся основой для конструирования образа будущего, включая ценности, жизненные стратегии, ожидания и планы, которые личность транслирует на свое будущее.

Диагностика инструментальной составляющей.

Инструментальная составляющая личности представлена большим спектром исследуемых характеристик, таких как восприятие времени и пространства, ориентация в них, планирование своего жизненного пути и его взаимосвязь с ориентацией во времени и пространстве. Сложность выделения исключительно инструментального компонента личности при исследовании заключается в его взаимосвязи с другими компонентами личности, такими как цифровой, когнитивный, эмоциональный компонент. Еще одной проблемой исследования инструментального компонента является связь времени и интернет-пространства. В зависимости от интернет-активности личности её восприятие времени и пространства может изменяться, что связано с отличием характеристик интернет-пространства от реального, ускорением темпа жизни, потерей ощущения времени в цифровом пространстве, что необходимо учитывать при исследовании инструментального компонента интернет-активной молодежи.

Для диагностики образа возможного будущего личности применялась методика В.Н. Петровой «Методика изучения образа возможного будущего» [94].

Она включает пять шкал: пространственно-временная и смысловая жизненная перспектива, уровень самосознания, социальная зрелость, готовность к профессиональному самоопределению. В нашем исследовании применялась шкала «Пространственно-временная жизненная перспектива». Данная шкала позволяет исследовать, насколько структурированы представления личности о своем будущем, а также определить, как личность связывает будущее с настоящим с позиции её целей, смыслов и временной перспективы.

Методика В.Н. Петровой «Методика изучения образа возможного будущего» – универсальный психодиагностический инструмент с широким набором индикаторов, что делает ее применимой в нашем исследовании. Будучи единственной отечественной разработкой, специально ориентированной на образ будущего, она обоснованно выбрана нами.

В рамках исследования отношения личности к временному континууму был использован «Опросник временной перспективы Зимбардо» (ZTPИ) Ф. Зимбардо и А. Гонсалеса в адаптации А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой, О.В. Митиной [116]. Опросник ZTPИ является инструментом для исследования восприятия времени личностью и его влияния на поведение и принятие решений. Данный опросник позволяет определить доминирующую временную перспективу личности, выделяя ориентацию на негативное прошлое, позитивное прошлое, фаталистическое настоящее, гедонистическое настоящее и будущее. Результаты исследования с помощью ZTPИ позволяют оценить сбалансированность временной перспективы личности и определить её влияние на принятие решений, целеполагание и мотивацию.

В ходе исследования, нами была использована методика «Самоактуализационный тест» (САТ) Э. Шострома в адаптации Л.Я. Гозмана, М.В. Кроза, М.В. Латинской [30]. Методика направлена на исследование феномена самоактуализации личности и включает в себя 14 шкал. Для исследования временного компонента образа будущего личности интернет-активной молодежи, исследование с использованием данной методики проводилось нами по одной шкале –

«компетентность во времени». Данная шкала включает в себя 17 пар утверждений, среди которых респондентом предлагалось выбрать одно, наиболее соответствующее их точке зрения. Данная шкала методики позволяет исследовать уровень присутствия в настоящем моменте, а также целостность восприятия времени личностью.

Диагностика эмоционального компонента.

Проблемой исследования эмоционального компонента является влияние интернет-пространства на эмоциональную сферу личности интернет-активной молодежи, в частности на эмоции, чувства, эмоциональную регуляцию, эмпатию и социальные навыки. Эмоциональные процессы тесно связаны между собой, что обуславливает взаимовлияние этих процессов, в том числе и на образ будущего личности. Стоит отметить значимость исследования эмоционального компонента. Например, способность к регуляции собственных эмоций оказывает влияние на формирование ценностей и убеждений, а уровень эмпатии способствует формированию социальных навыков, построению доверительных отношений. Таким образом, эмоциональная сфера личности активно вовлечена в формирование образа будущего личности и является одним из ключевых аспектов при его исследовании.

Для диагностики эмоционального интеллекта личности была использована краткая версия опросника эмоционального интеллекта (ЭМИн), разработанная коллективом авторов в лице Д.В. Люсина, А.А. Панкратовой, Д.С. Корниенко [91]. Данный опросник направлен на исследование способности личности к пониманию своих эмоций и эмоций других, а также управлению ими. Первоначальная версия опросника ЭМИн Д.В. Люсина содержала в себе 46 утверждений, по отношению к которым респонденты выражают свое согласие по четырехбалльной шкале Лайкерта. Однако в 2022 году Д.В. Люсиным совместно с А.А. Панкратовой и Д.С. Корниенко была разработана краткая версия опросника, содержащая в себе 8 утверждений [91]. Краткая версия опросника ЭМИн была апробирована и стандартизирована, является надежной и валидной

и высоко коррелирует с полной версией опросника. Опросник ЭмИн позволяет исследовать «общий», «межличностный» и «внутриличностный» эмоциональный интеллект личности по таким шкалам, как «понимание чужих эмоций», «управление чужими эмоциями» и «понимание своих эмоций», «управление своими эмоциями». Применение данной методики позволяет в полной мере исследовать понимание личностью как своих, так и эмоций других, что выражается в направленности личности на эмоциональную сферу.

Для исследования восприятия и реакции личности на собственные эмоции, в нашем исследовании была использована методика «Шкала эмоциональных схем Лихи» (LESS II) автора Р. Лихи в адаптации Н.А. Сироты, Д.В. Московченко, В.М. Ялтонского, Я.А. Кочеткова и А.В. Ялтонской [100]. Данная методика направлена на исследование того, как личность интерпретирует свои эмоции и выбирает стратегии управления ими. Полученные результаты по данной методике представлены эмоциональной схемой, которая включает в себя когнитивные представления о персональных эмоциях и эмоциях окружающих, а также поведенческие и межличностные стратегии, которые активируются в ответ на эмоции. Выбор данной методики для исследования предикторов образа будущего интернет-активной молодежи обуславливается перспективностью, которая представлена расширенной когнитивной моделью представления об эмоциях, в отличие от иных подобных методик.

Обращаем внимание, что в контексте данного исследования, предложенные нами методики, представляются оптимальными. Это связано с тем, что упомянутый ранее диагностический инструментарий позволяет охватить широкий спектр психологических характеристик (цифровых, когнитивных, инструментальных, эмоциональных). Предлагаемые методы отличаются удобством и простотой использования, а также позволяют получить детальную интерпретацию полученных результатов. Однако отметим, что использованные в данном исследовании методики не являются единственными инструментами для исследования предикторов образа будущего интернет-активной молодежи.

Таким образом, обоснованы параметры выборки, разработана и предложена эмпирическая модель, учитывающая специфику формирования образа будущего у интернет-активной молодежи, определены задачи исследования и описаны процедуры сбора и обработки эмпирических данных.

2.2. Эмпирическое исследование цифровых, когнитивных, инструментальных и эмоциональных особенностей образа будущего интернет-активной молодежи

На первом этапе исследования цифровых маркеров личности, результаты исследования, полученные с помощью методики «Личность в виртуальном пространстве» А.И. Лучинкиной [79], позволили выделить группы молодежи с различными показателями по шкалам «Виртуальность» и «Вовлеченность» [Рисунок 8].

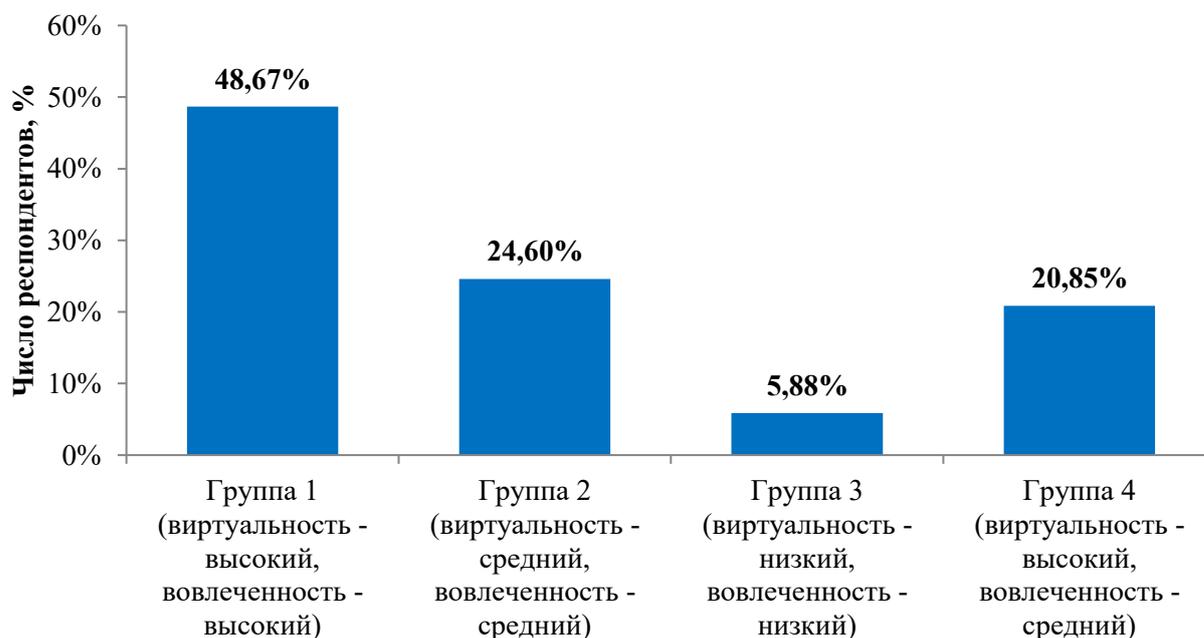


Рисунок 8. Распределение групп респондентов с учетом выраженности цифровых маркеров личности

Группа 1 ($n = 182$) – с высоким уровнем виртуальности и вовлеченности, представлена пользователями, для которых сеть Интернет является ключевым пространством самореализации. Респонденты данной группы глубоко погружены в цифровую среду, активно участвуют в сетевых сообществах и онлайн-

обсуждениях, а также имеют склонность замещать реальное пространство и деятельность в нем виртуальными формами деятельности, а цифровая идентичность имеет весомую роль в структуре личности.

Группа 2 ($n = 92$) – со средним уровнем виртуальности и вовлеченности, представлена пользователями, характеризующимися умеренным, функциональным использованием сети Интернет. Их цифровая активность играет вспомогательную роль, сеть Интернет для них является инструментом достижения целей и задач в цифровом и реальном пространстве. Респонденты данной группы характеризуются интересом к цифровой среде и имеют достаточные инструментальные навыки использования цифровых сервисов. Однако, несмотря на интерес, коммуникация в сети Интернет сохраняет регулярность, но не доминирует и не заменяет взаимодействие в реальном пространстве.

Группа 3 ($n = 22$) – с низким уровнем виртуальности и вовлеченности. Респонденты данной группы характеризуются отсутствием склонности замещать реальность виртуальным пространством: сеть Интернет рассматривается преимущественно как инструмент получения информации и решения задач, необходимость в постоянной коммуникации в онлайн-пространстве не характерна для данных респондентов, слабо выражена принадлежность к интернет-культуре, а активность в цифровом пространстве носит эпизодический и инструментальный характер.

Группа 4 ($n = 78$) – с высоким уровнем виртуальности и средним уровнем вовлеченности, объединяет пользователей с отношением к сети Интернет как к значимому жизненному пространству и области самореализации, но активность в сети сохраняет умеренность. Респонденты данной группы регулярно используют цифровую среду, но погружаются в неё подконтрольно и умеренно, сохраняя баланс между выраженной ориентацией на виртуальное пространство и функциональным использованием сети Интернет.

Дальнейшее изучение компонентов образа будущего происходило в рамках выделенных групп. Обработка эмпирического материала выполнена в пакете SPSS 27 с применением непараметрического Н-критерия Краскела-Уоллиса.

Исследование цифровой составляющей позволило выделить мотивы вхождения в Сеть Интернет для каждой группы.

На Рисунке 9 представлены результаты, полученные в ходе исследования по шкалам потребительской и творческой мотивации среди респондентов групп.

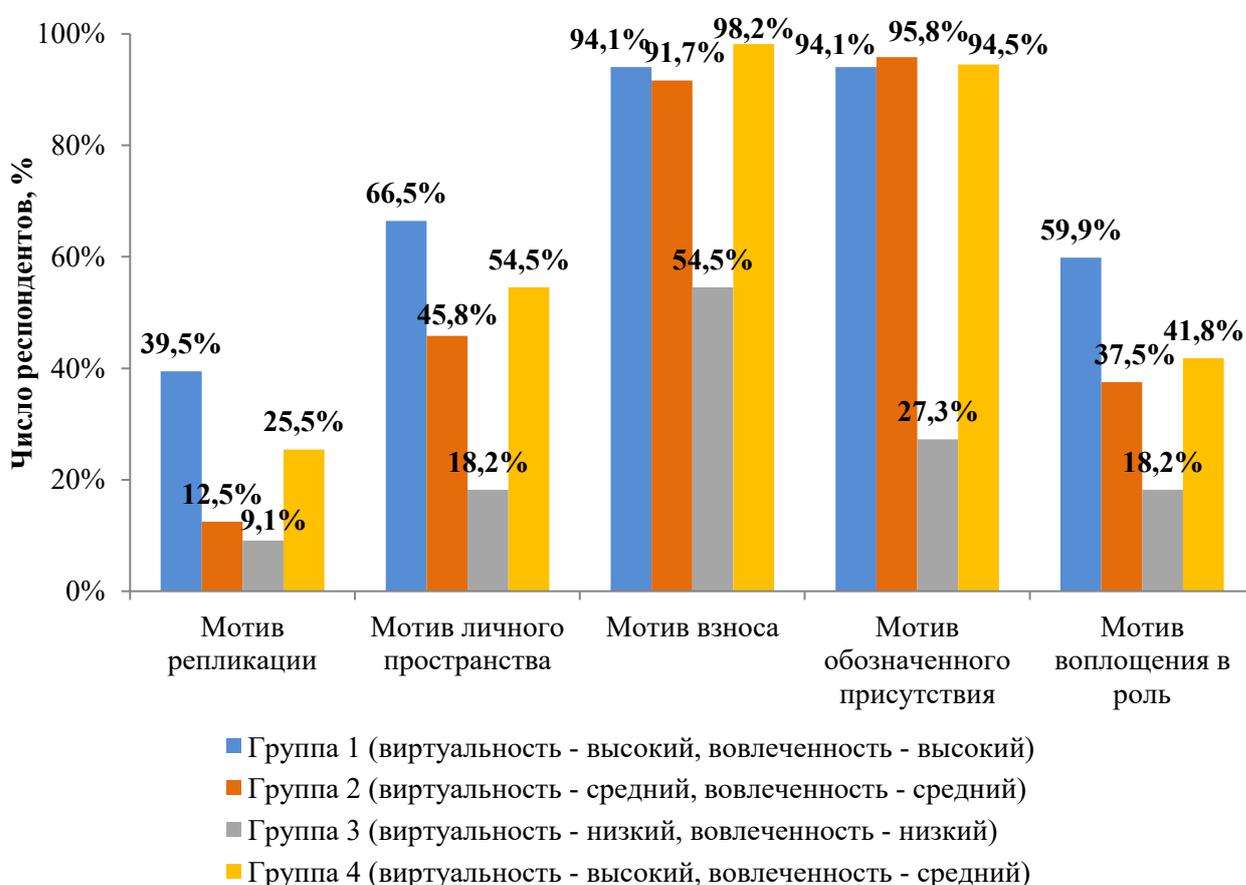


Рисунок 9. Результаты исследования мотивов вхождения в сеть Интернет среди групп респондентов

Как видно на Рисунке 9, достоверные межгрупповые различия указывают различный мотивационный профиль вхождения в сеть Интернет. Мотив репликации наиболее выражен в группе 1 (39,5%), в группе 4 он отличается умеренной выраженностью (25,5%), а в группах 2 (12,5%) и 3 (9,1%) имеет сопоставимо низкие значения. Таким образом, рост выраженности цифровых маркеров

приводит к репликации собственного «я» в различных контекстах (создание новых страниц в социальных сетях). Наибольшая выраженность мотива личного пространства характерна для группы 1 (66,5%), в группах 2 (45,8%) и 4 (54,5%) значения снижаются до умеренно-высоких, а в группе 3 имеют наименьшую выраженность (18,2%). Данный факт свидетельствует о том, что с ростом виртуальности и вовлеченности для респондентов становится характерной потребность в наличии своей «цифровой территории» и конструировании собственного цифрового мира: создание личных кабинетов, ограничение доступа к страницам в социальных сетях. Выраженность мотива взноса имеет сопоставимо высокие значения в группах 1 (94,1%), 2 (91,7%) и 4 (98,2%), а группа 3 имеет сниженные значения по данному показателю относительно других групп респондентов (54,5%). При росте виртуальности у респондентов усиливается установка на распространение значимой информации посредством создания публикаций в личных аккаунтах и пересылке материалов другим пользователям. Выраженность мотива обозначенного присутствия имеет высокие значения в группах 1 (94,1%), 2 (95,8%) и 4 (94,5%), в группе 3 – низкие (27,3%), что свидетельствует о стремлении к многоточечной коммуникации и расширению сетевых контактов для поддержания видимости «я здесь и сейчас» при повышении уровня виртуальности. Мотив воплощения в роль наиболее выражен в группе 1 (59,9%), в группах 2 (37,5%) и 4 (41,8%) он отличается умеренной выраженностью, а в группе 3 имеет низкие значения (18,2%). Это отражает усиление тенденции к примерке и проживанию готовых образов при повышении уровня выраженности цифровых маркеров: идентификации с персонажами цифрового мира и выстраивании самопрезентации в соответствии с выбранной ролью.

Статистический анализ посредством непараметрического критерия Н-критерия Краскела-Уоллиса для независимых выборок подтверждает существующие различия между группами респондентов по показателям: мотив репликации ($H_{эмп} = 19,904$, при $p \leq 0,05$), мотив личного пространства

($H_{эмп} = 25,311$, при $\rho \leq 0,05$), мотив взноса ($H_{эмп} = 40,874$, при $\rho \leq 0,05$), мотив обо- значенного присутствия ($H_{эмп} = 106,853$, при $\rho \leq 0,05$), мотив вживания в роль ($H_{эмп} = 20,777$, при $\rho \leq 0,05$).

Таким образом, чем выше уровень виртуальности интернет-активной личности, тем более полно разворачивается мотивационный профиль её цифро- вой активности: от ситуативного использования до полной интеграции в циф- ровое пространство сети Интернет.

Следующим этапом исследования являлось изучение когнитивной со- ставляющей образа будущего личности интернет-активной молодежи.

Для исследования когнитивных установок в отношении будущего лично- сти интернет-активной молодежи нами был использован метод свободного со- чинения на тему: «Каким я вижу своё будущее...».

На Рисунке 10 представлены результаты, полученные в ходе контент- анализа жизненных нарративов респондентов групп.

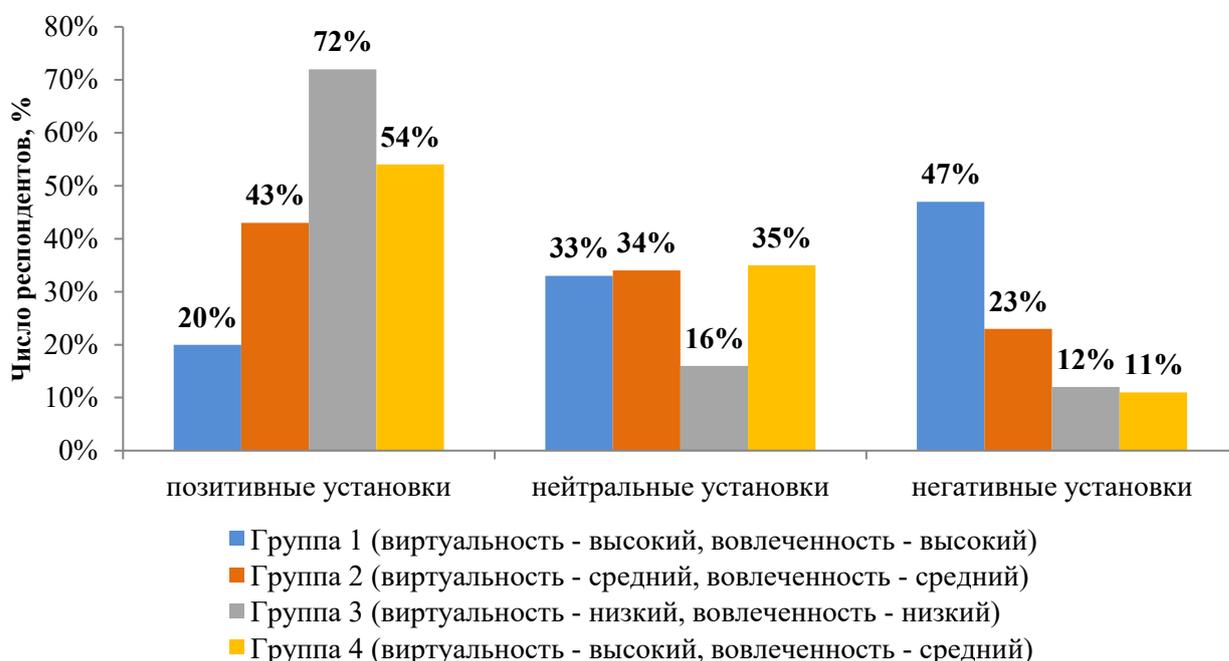


Рисунок 10. Результаты исследования когнитивных установок в отношении бу- дущего среди групп респондентов

Как представлено на рисунке 10, респондентам группы 1 в большей сте- пени характерны негативные (47%) и нейтральные установки (33%) в отноше-

нии будущего. Контент-анализ сочинений респондентов позволил выделить, что при характеристике своего будущего респонденты используют такие формулировки: негативные – «рано или поздно мы все покинем этот мир», «будущее кажется темным и мрачным», «я мало могу повлиять на будущее», «мир катится в бездну», «будущее кажется опасным, к нему не подготовиться», «планировать что-то бессмысленно»; нейтральные – «лучше жить и реагировать в настоящем, чем планировать», «мое будущее – неопределенное», «с учетом нынешней ситуации, планы размыты», «все быстро меняется». Таким образом, содержание сочинений отражает будущее в представлениях респондентов группы 1, как мало контролируемое и угрожающее пространство: негативным установкам свойственны интенции, характеризующиеся фатализмом, катастрофизацией и внешним локусом контроля, наряду с низким стремлением к целеполаганию; для нейтральных установок характерна выраженность краткосрочного горизонта планирования и стратегии ситуативной адаптации, неопределенность и изменчивость, что определяет образ будущего как нестабильный и неопределенный, характеризующийся реактивностью, а не конструктивностью.

Отметим, что респонденты 2-ой группы выбирают как позитивные (43%) и нейтральные (34%), так и негативные установки (23%). Контент-анализ сочинений респондентов позволил выделить, что при описании своего будущего респонденты используют такие высказывания: позитивные – «если появится возможность, то я обязательно ей воспользуюсь», «будущее видится мне многообещающим», «я добьюсь всех своих целей», «буду стремиться сделать свою жизнь ярче»; нейтральные – «можно повлиять лишь на часть событий», «нужно ставить себе цели, но загадывать далеко – глупо», «частично, я вижу свое будущее перспективным», «будущее видится мне интересным, но на пути будет немало препятствий»; негативные – «очень многое зависит от внешних обстоятельств, иногда чувствую беспомощность», «в нынешних условиях будущее выглядит плачевным», «я вряд ли найду себя в жизни», «я не вижу больших перспектив в своем будущем». Таким образом, содержание сочинений отражает

будущее в представлениях респондентов группы 2 в трех плоскостях: во-первых будущее видится респондентам как пространство возможностей и самореализации, где перспективы развития связываются с готовностью к действиям; во-вторых, будущее видится респондентам частично контролируемым, требующим от них настойчивости при преодолении трудностей; в-третьих, как зависимое от внешних обстоятельств и малообнадеживающее, с доминированием беспомощности и краткосрочного горизонта планирования. Такого рода представления указывают на различную ориентацию к долгосрочному планированию и самореализации в будущем.

Для респондентов 3 группы в большей степени характерен выбор позитивных установок в отношении своего будущего (72%). Контент-анализ сочинений респондентов позволил определить, что при характеристике своего будущего респонденты используют такие позитивные формулировки как: «будущее кажется мне светлым», «я уверен, что у меня все получится», «несомненно, в будущем у меня все будет хорошо», «будущее создается моими действиями в настоящем», «для меня не существует недостижимых целей», «только я могу повлиять на свое будущее». Таким образом, содержание сочинений отражает будущее в представлениях респондентов группы 3 как светлое и контролируемое лично. Пользователи данной группы демонстрируют высокий оптимизм, внутренний контроль, связывают достижение целей с личными действиями в настоящем, характеризуются уверенностью в достижении целей, что указывает на самоуверенность, наличие продолжительной временной перспективы и установки на достижение целей.

Респонденты группы 4, также как и в группе 3, преимущественно выбирают позитивные установки (54%), однако возрастает число респондентов с нейтральными установками (35%). Контент-анализ сочинений позволил определить, что при характеристике своего будущего респонденты используют такие формулировки: позитивные – «все будет хорошо», «я вижу себя успешным», «будущее для меня кажется очень интересным и привлекательным», «я

сделаю все для того, чтобы моя семья ни в чем не нуждалась», «я хочу стать профессионалом своего дела», «в целом, я вижу много перспектив для себя»; нейтральные – «как позволит Всевышний», «посмотрим, что получится сделать», «вроде бы понимаю, что нужно делать, но получается с трудом». Таким образом, респонденты группы 4 видят свое будущее позитивным: заметна ориентация на достижение целей, выражена ответственность за свое будущее и жизненный план. В то же время, существует доля нейтральных высказываний, отражающих наличие внешних обстоятельств и трудностей, которые могут встретиться на жизненном пути.

Статистический анализ посредством непараметрического критерия Н-критерия Краскела-Уоллиса для независимых выборок подтверждает существующие различия между группами респондентов в части выбора позитивных ($H_{эмп} = 38,388$, при $p \leq 0,05$), нейтральных ($H_{эмп} = 18,375$, при $p \leq 0,05$) и негативных когнитивных установок в отношении будущего ($H_{эмп} = 16,912$, при $p \leq 0,05$).

Таким образом, рост виртуальности смещает вектор когнитивных установок в сторону нейтрально-фаталистических и негативных, тогда как умеренная или низкая виртуальность при невысокой вовлеченности сохраняет позитивный образ будущего. В свою очередь, вовлеченность как цифровой маркер не определяет позитивность представлений о будущем, и при комбинации с высокой виртуальностью сопровождается у респондентов нарастанием неопределенности и ощущения зависимости от внешних обстоятельств.

Для исследования уровня сформированности смысловой жизненной перспективы интернет-активной молодежи нами была использована методика В.Н. Петровой «Методика изучения образа возможного будущего», в частности шкала «Смысловая жизненная перспектива».

На Рисунке 11 представлены результаты, полученные в ходе исследования уровня сформированности смысловой жизненной перспективы среди респондентов групп.



Рисунок 11. Результаты исследования уровня сформированности смысловой жизненной перспективы среди групп респондентов

По диаграмме, представленной на Рисунке 11, можно сделать вывод, что большинство респондентов всех групп характеризуются высоким уровнем сформированности смысловой жизненной перспективы (от 59,87% до 63,64%), что свидетельствует о том, что около двух третей респондентов характеризуются целостной системой убеждений и способностью к достижению целей. Выраженность среднего уровня сформированности смысловой жизненной перспективы находится в умеренных пределах (27,27-37,5%), а низкий уровень выражен крайне мало (2,63-9,09%).

Анализ результатов по шкале «Смысловая жизненная перспектива» показал отсутствие достоверных различий между группами респондентов ($H_{эмп} = 0,070$, при $\rho > 0,05$).

Можно сделать вывод, что сформированность смысловой жизненной перспективы в данной выборке достоверно не зависит от выраженности цифровых маркеров личности интернет-активной молодежи: потенциал целеполагания и

философско-ценностная опора сохраняются на похожем уровне среди всех групп респондентов.

Следующим шагом исследования являлось изучение инструментальной составляющей образа будущего личности интернет-активной молодежи.

На Рисунке 12 представлены результаты, полученные в ходе исследования продолжительности и дифференцированности временной перспективы среди респондентов групп.

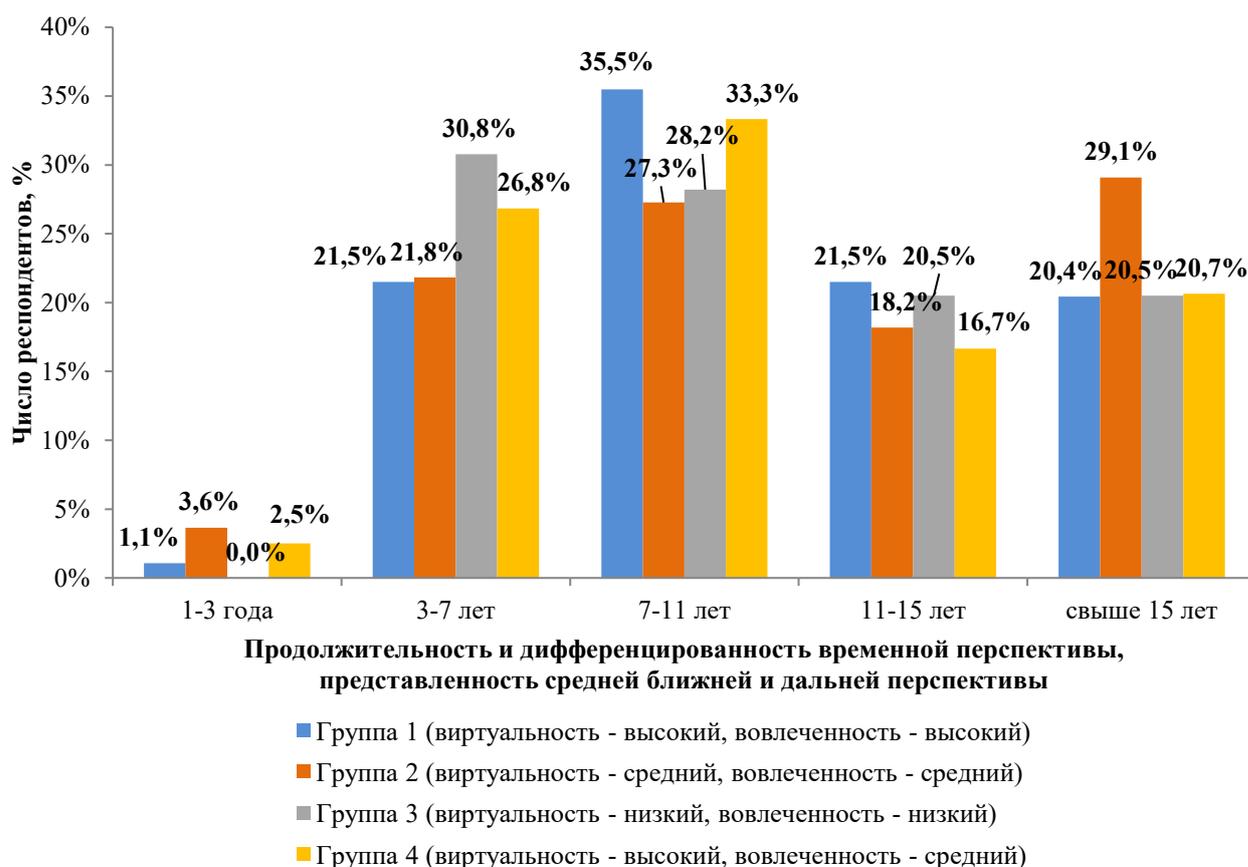


Рисунок 12. Результаты исследования продолжительности и дифференцированности временной перспективы среди групп респондентов

Как представлено на рисунке 12, продолжительность и дифференцированность временной перспективы во всех группах респондентов достигает наибольших значений в интервалах 3-7 и 7-11 лет, что указывает преобладание среднесрочной и частично долгосрочной ориентации. Наиболее выраженная тенденция к формированию долгосрочной перспективы (свыше 15 лет) выражена у респондентов группы 2 (29,1%), в это же время в группе 1 данный пока-

затель составляет 20,4%, в группе 3 – 20,5%, а в группе 4 – 20,7%. Данный факт может указывать на связь уровня выраженности цифровых маркеров и горизонта жизненного планирования.

Анализ результатов по шкале «Продолжительность и дифференцированность временной перспективы, представленность средней ближней и дальней перспективы» показал отсутствие достоверных различий между группами респондентов ($H_{\text{эмп}} = 1,185$, при $p \leq 0,05$).

Таким образом, продолжительность временной перспективы и её дифференцированность схожи в группах респондентов, что отражает отсутствие систематической зависимости от уровня выраженности цифровых маркеров личности интернет-активной молодежи.

На Рисунке 13 представлены результаты, полученные в ходе исследования реалистичности представлений о будущем среди респондентов групп.

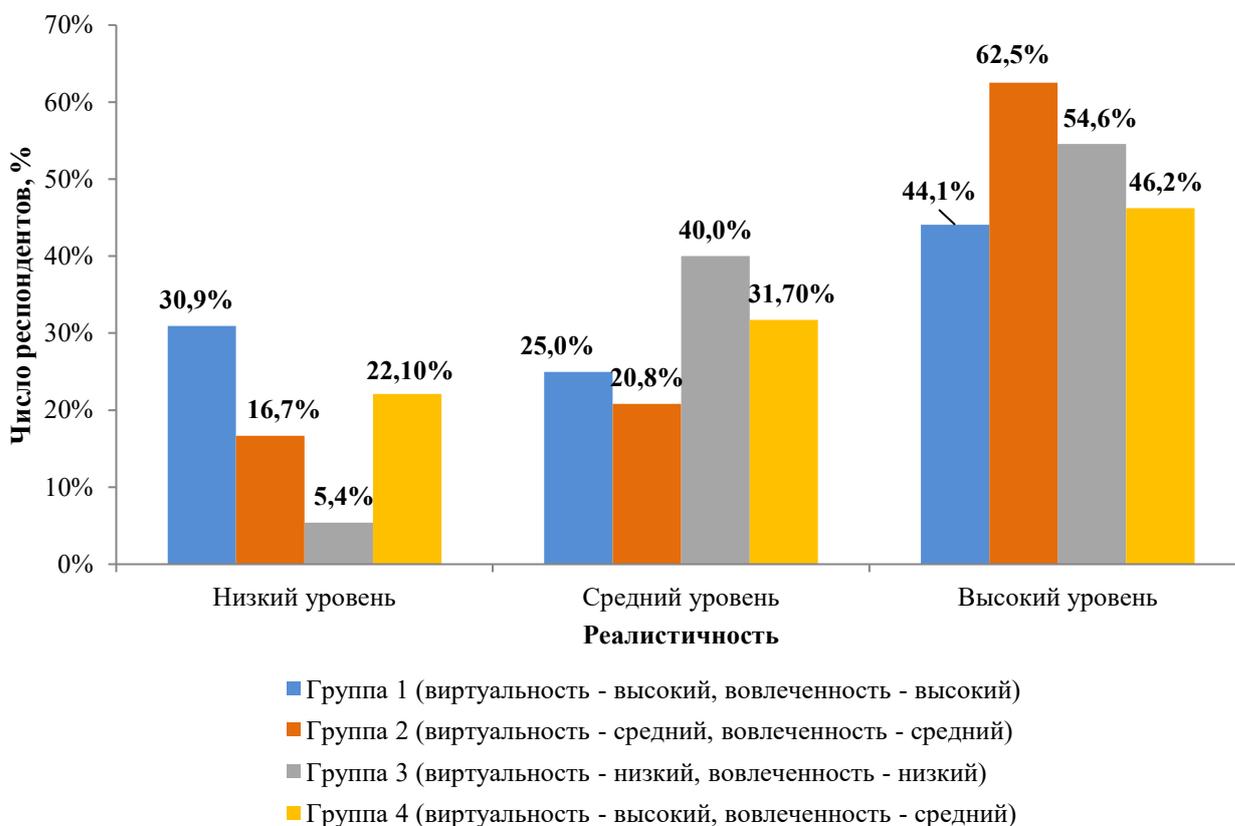


Рисунок 13. Результаты исследования реалистичности представлений о будущем среди групп респондентов

Согласно данным, приведенным на Рисунке 13, во всех группах респондентов преобладает высокий уровень реалистичности, но в разной степени: наивысшие значения – у группы 2 (62,5%), далее группа 3 (54,6%), группа 4 (46,2%) и наименьшими значениями характеризуется группа 1 (44,1%). Средний уровень реалистичности представлений о будущем чаще всего встречается у респондентов группы 3 (40%), затем в группе 4 (31,7%), группе 1 (25%) и группе 2 (20,8%). Низкий уровень реалистичности в большей степени представлен в группе 1 (30,9%) и группе 4 (22,1%), в меньшей степени представлен в группе 2 (16,7%), а минимальные значения характерны для группы 3 (5,4%).

Статистический анализ посредством непараметрического критерия Н-критерия Краскела-Уоллиса для независимых выборок подтверждает существующие различия между группами респондентов по показателю «Реалистичность» ($H_{\text{эмп}} = 9,557$, при $p \leq 0,05$).

Таким образом, полученные результаты свидетельствуют о различиях в степени рациональности представлений о будущем: высокая выраженность цифровых маркеров личности (виртуальности и вовлеченности) характеризуются нереалистичными, размытыми представлениями о будущем, в свою очередь, умеренные значения цифровых маркеров определяют наиболее реалистичный образ будущего. Низкая выраженность цифровых маркеров (группа 3), а также группа с высокой виртуальностью и средней вовлеченностью (группа 4) характеризуются различными значениями. Данный факт свидетельствует о частичном искажении восприятия реальности у респондентов, формирующемся под воздействием цифровой среды.

На Рисунке 14 представлены результаты, полученные в ходе исследования сочетания конкретности и перспективности среди респондентов групп.



Рисунок 14. Результаты исследования сочетания конкретности и перспективности представлений о будущем среди групп респондентов

Как видно на Рисунке 14, группа 2 (75%) и 3 (72,7%) характеризуются сопоставимо высокими показателями сочетания конкретности и перспективности представлений о будущем, тогда как группа 4 – средними (52,7%), а группа 1 – минимальными среди групп респондентов (48%). В свою очередь, низкий уровень чаще выражен в группе 1 (23,1%), умеренно выражен в группах 3 (18,2%) и 4 (20,4%), и имеет минимальную выраженность в группе 2 (4,2%). Средний уровень данного показателя преимущественно выражен в группах 1 (28,9%) и 4 (26,9%), менее часто выражается в группе 2 (20,8%) и минимально – в группе 3 (9,1%). Это отражает отличия групп с длительным и структурированным временным горизонтом планирования от короткого и абстрактно-целевого.

Статистический анализ посредством непараметрического критерия Н-критерия Краскела-Уоллиса для независимых выборок подтверждает существующие различия между группами респондентов по показателю «Сочетание конкретности и перспективности» ($H_{эмп} = 16,266$, при $p \leq 0,05$).

Таким образом, наиболее конкретным и перспективным образом будущего характеризуются респонденты с низкой и умеренной выраженностью вирту-

альности и вовлеченности, тогда как пользователи с высоким уровнем виртуальности в большей степени характеризуются размытыми или неопределенными представлениями о будущем, а также сниженной конкретностью и перспективностью картины будущего.

На Рисунке 15 представлены результаты, полученные в ходе исследования согласованности жизненных планов, целей и ценностей среди респондентов групп.

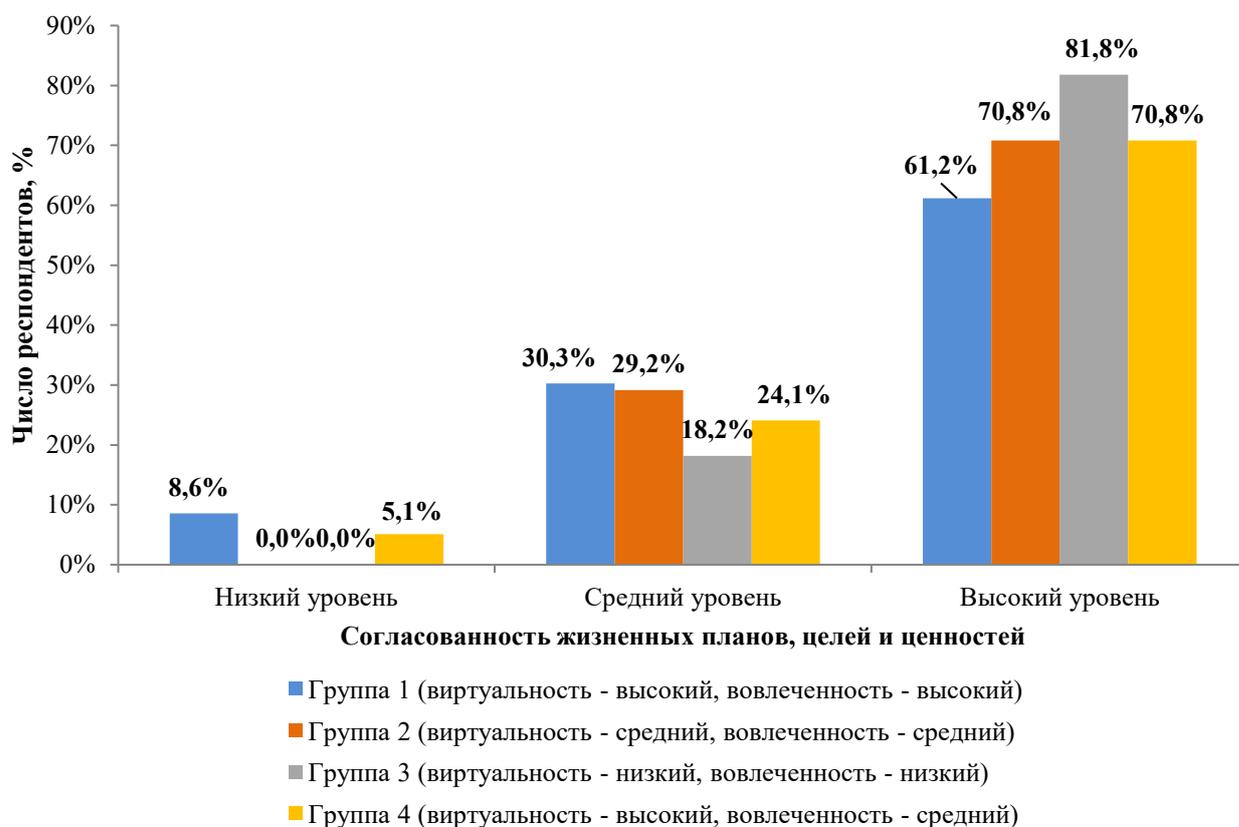


Рисунок 15. Результаты исследования согласованности жизненных планов, целей и ценностей среди групп респондентов

Как видно на Рисунке 15, по показателю согласованности жизненных планов, целей и ценностей группа 3 демонстрирует наивысшие показатели (81,8%), группа 2 и 4 – сопоставимо высокие (70,8%), а группа 1 – минимальные среди групп респондентов (61,2%). Средние значения чаще встречаются у группы 1 (30,3%), в группах 2-4 значения ниже (18,2-29,2%), тогда как в группах 2 и 3 респонденты с низким уровнем не обнаружены, а в группах 1 (8,6%) и 4 (5,1%) проявляются эпизодически.

Статистический анализ посредством непараметрического критерия Н-критерия Краскела-Уоллиса для независимых выборок подтверждает существующие различия между группами респондентов по показателю «Согласованность жизненных планов, целей и ценностей» ($H_{\text{эмп}} = 6,220$, при $p \leq 0,05$).

Таким образом, при высоком уровне цифровой активности респондентов у них может формироваться комплекс противоречивых жизненных установок, где ценности и цели личности не всегда образуют систему. Данный факт, свидетельствует о большей интеграции жизненных целей в реальный контекст и меньшей подверженности фрагментации жизненной перспективы респондентов с низким и средним уровнем цифровой активности.

На Рисунке 16 представлены результаты, полученные в ходе исследования активности и самостоятельности при формировании жизненной перспективы» среди респондентов групп.

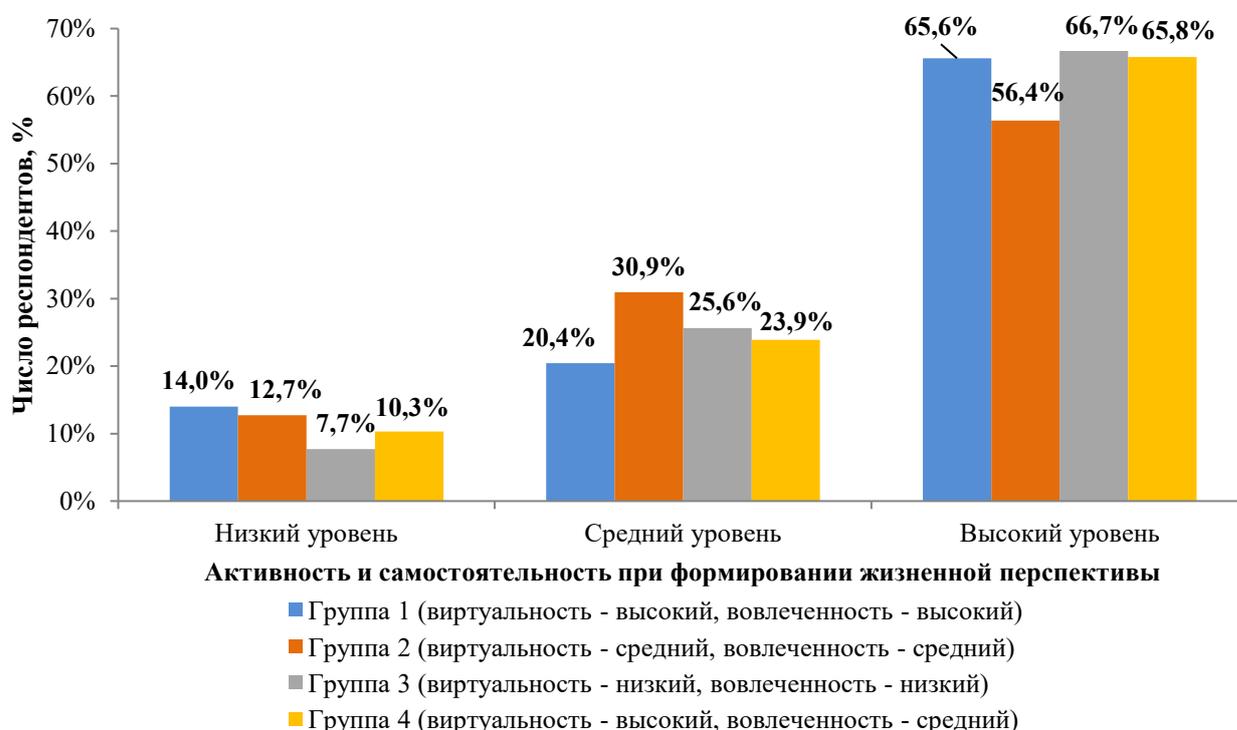


Рисунок 16. Результаты исследования активности и самостоятельности при формировании жизненной перспективы среди групп респондентов

Исходя из диаграммы на Рисунке 16, можно отметить, что во всех группах респондентов доминирует высокий уровень активности и самостоятельности.

сти при формировании жизненной перспективы (56,4-66,7%), средний уровень также выражен умеренно во всех группах (20,4-25,6%), однако в группе 2 значения несколько выше (30,9%), чем в остальных группах. В свою очередь, низкий уровень активности и самостоятельности, выражен крайне мало во всех группах респондентов (7,7-14%), однако, наиболее низкой активностью характеризуются респонденты группы 1 (14%). Статистический анализ посредством непараметрического критерия Н-критерия Краскела-Уоллиса для независимых выборок не подтвердил наличие межгрупповых различий по показателю «Активность и самостоятельность при формировании жизненной перспективы» ($H_{эмп} = 2,584$, при $p > 0,05$). Это может указывать на то, что способность к активному и самостоятельному планированию жизненной перспективы является мало зависимой от уровня выраженности цифровых маркеров личности.

На Рисунке 17 представлены результаты, полученные в ходе исследования оптимистичности представлений о будущем среди респондентов групп.

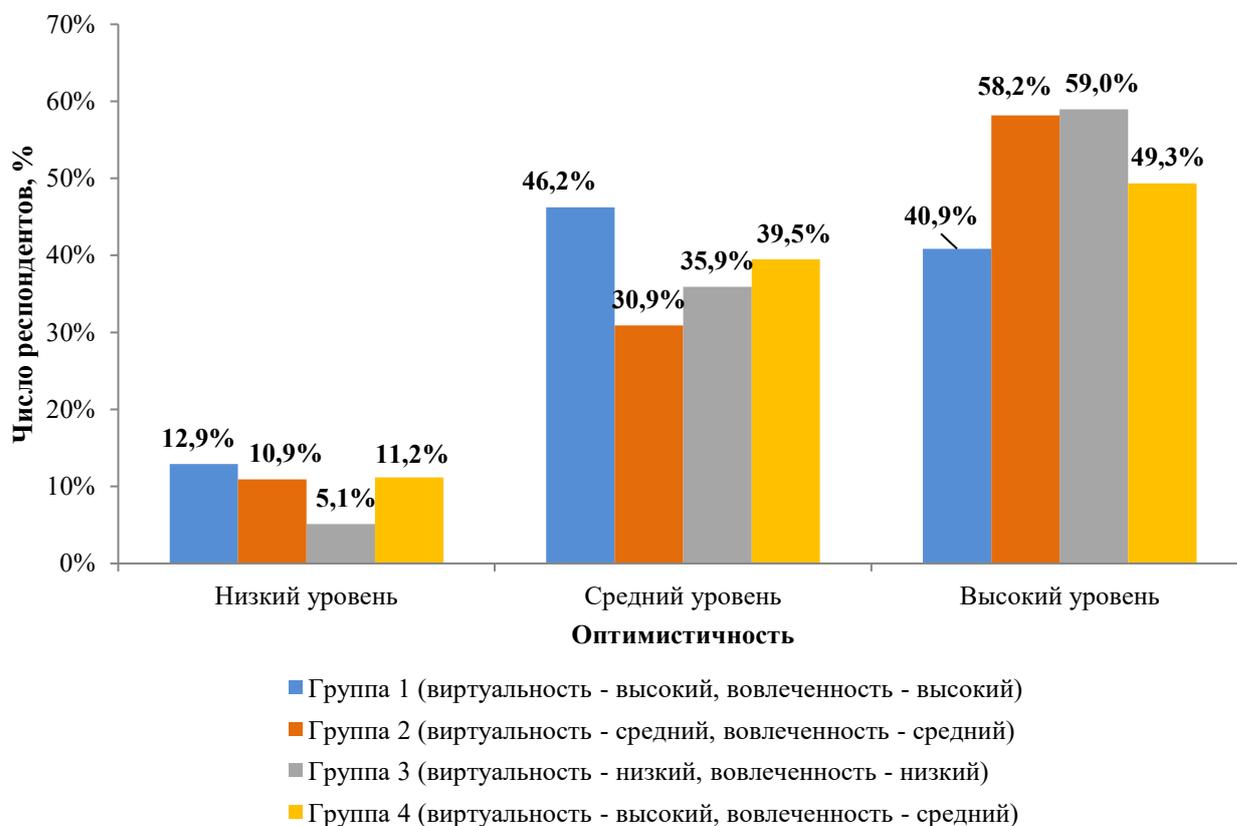


Рисунок 17. Результаты исследования оптимистичности представлений о будущем среди групп респондентов

Как видно на Рисунке 17, наиболее выраженной оптимистичностью представлений о будущем характеризуется группа 3 (59%), в группе 2 значения несколько снижаются (58,2%), группа 4 отличается умеренными значениями (49,3%), а минимальными – группа 1 (40,9%). Данный факт отражает смещение позитивной оценки представлений о будущем от интегрального ресурсного профиля к фрагментированному. Средний уровень оптимистичности представлений о будущем чаще встречается в группе 1 (46,2%) и группе 4 (39,5%), реже в группах 3 (35,9%) и 2 (30,9%). Низкий уровень оптимистичности представлений о будущем характеризуется низкой выраженностью во всех группах респондентов (5,1-12,9%), однако более часто встречается у групп 1 и 4.

Анализ результатов по шкале «Оптимистичность» показал наличие достоверных различий между группами респондентов ($H_{эмп} = 11,320$, при $p \leq 0,05$).

Таким образом, можно утверждать, что пользователи с высоким уровнем виртуальности видят свое будущее менее позитивным, при сохраняющейся интенсивной онлайн-самореализации. Следовательно, интенсивное погружение в цифровую среду коррелирует со снижением оптимистичности и субъективной уверенности в будущем.

Для исследования степени ориентации на будущее респондентов нами была использован «Опросник временной перспективы Зимбардо» Ф. Зимбардо и А. Гонсалеса, в частности шкала «Будущее».

На Рисунке 18 представлены результаты, полученные в ходе исследования степени ориентации на будущее среди респондентов групп.

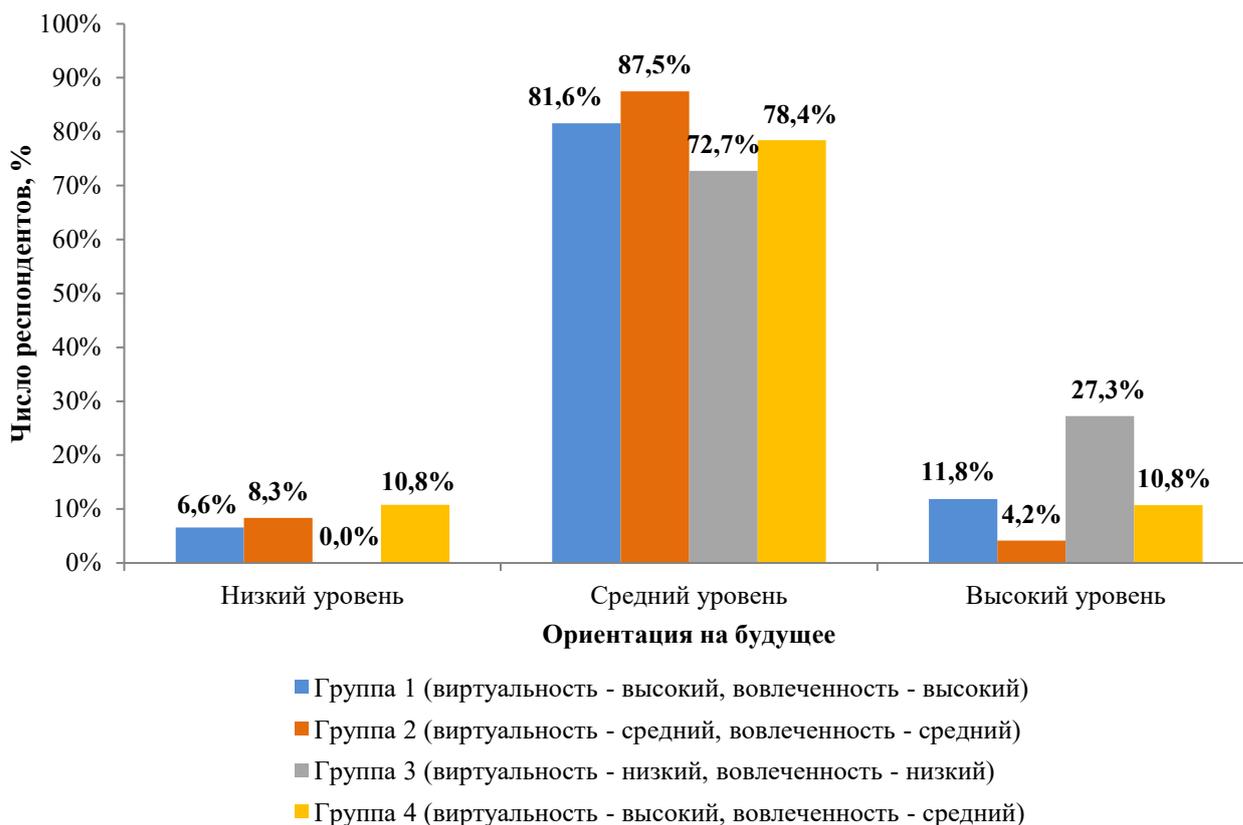


Рисунок 18. Результаты исследования степени ориентации на будущее среди групп респондентов

Как видно на Рисунке 18, для большинства респондентов характерна выраженность среднего уровня ориентации на будущее (72,7-87,5%). При этом, группа 3 демонстрирует наибольшую представленность высокой ориентации на будущее (27,3%) при нулевой доле низкой ориентации (0%). В группах 1, 2 и 4 высокий уровень ориентации на будущее выражен значительно меньше (4,2-11,8%). Выраженность низкого уровня ориентации на будущее крайне мала (0-10,8%), но в группе 4 данный показатель максимален (10,8%).

Анализ результатов по шкале «Будущее» показал наличие достоверных различий между группами респондентов ($H_{эмп} = 8,420$, при $p \leq 0,05$).

Таким образом, имеющиеся результаты отражают различия в степени ориентации на стратегическое планирование. Так, чем ниже уровень выраженности виртуальности и вовлеченности респондентов в интернет-пространство, тем выше их склонность к стратегическому планированию и целеполаганию, что согласуется с более рациональной и инструментальной установкой в отно-

шении сети Интернет. Глубокое погружение в цифровое пространство снижает выраженность долгосрочного планирования и ориентации на будущее, а низкая цифровая активность способствует сохранению ориентации на будущее.

Для исследования уровня развитого целостного восприятия времени респондентов нами была использована методика «Самоактуализационный тест» Э. Шострома (адаптация Л.Я. Гозмана, М.В. Кроза, М.В. Латинской), в частности шкала «Компетентность во времени».

На Рисунке 19 представлены результаты, полученные в ходе исследования уровня компетентности во времени среди респондентов групп.

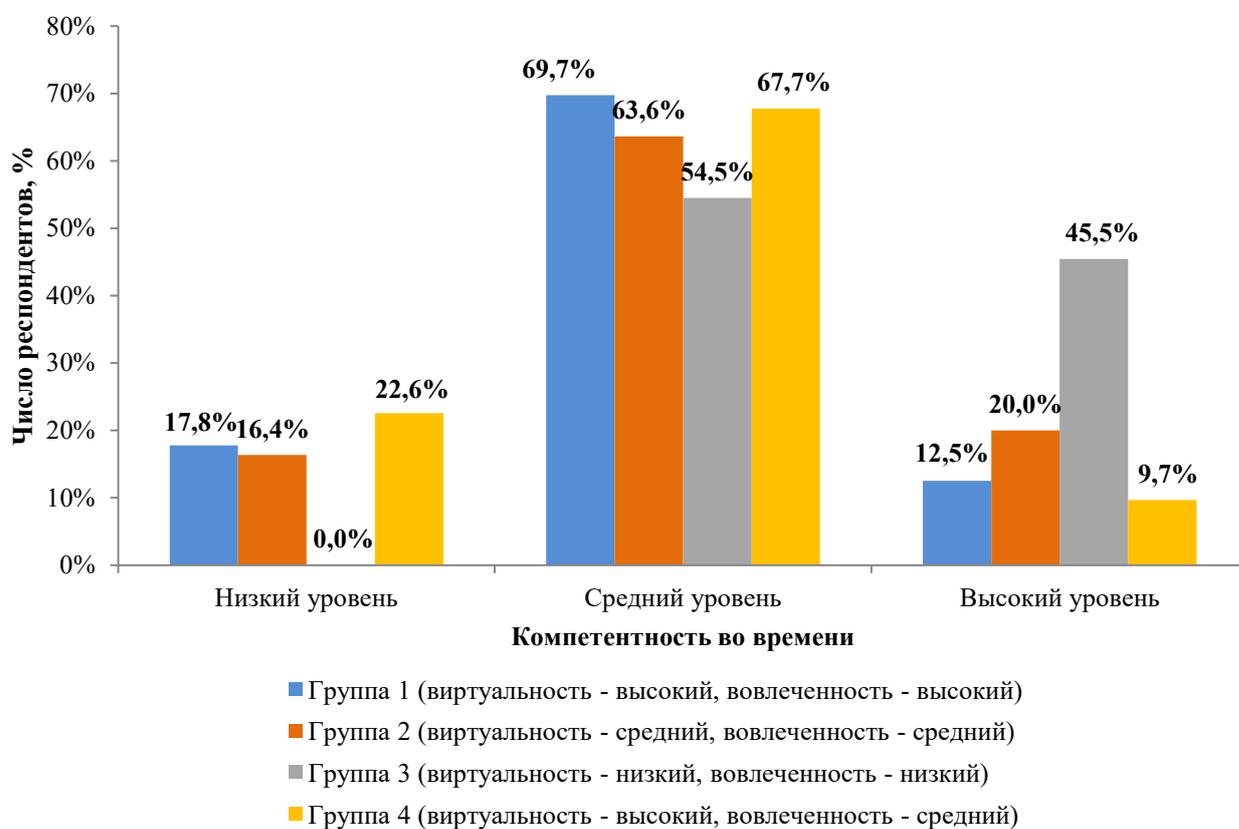


Рисунок 19. Результаты исследования уровня развитого целостного восприятия времени среди групп респондентов

Согласно данным на Рисунке 19, доля лиц с высоким уровнем компетентности во времени составляет 45,5% при том, что в группах 1, 2 и 4, отличающихся высокими и средними уровнями виртуальности и вовлеченности, она варьирует в пределах 9,7-20%. Данный факт указывает на то, что пользователи с низкой цифровой активностью чаще демонстрируют способность к целостному

восприятию времени, включая осознание связей между прошлым, настоящим и будущим, а также умение полноценно переживать текущий момент. В то же время, в группах 1 (69,7%) и 4 (67,7%) наблюдается наибольшая доля респондентов со средним уровнем компетентности во времени, а в группе 2 (63,6%) и 3 (54,5%) число таких респондентов снижается. Данный факт свидетельствует о стремлении респондентов данных групп к поддержанию временного баланса и умеренной рефлексии над своей жизненной перспективой. Низкие значения компетентности во времени в большей степени характерны респондентам группы 4 (22,6%), тогда как в группах 1 (17,8%) и 2 (16,4%) они несколько снижаются, а в группе 3 респонденты с низкой компетентности во времени отсутствуют.

Анализ результатов по шкале «Компетентность во времени» показал наличие достоверных различий между группами респондентов ($H_{эмп} = 16,914$, при $p \leq 0,05$).

Таким образом, рост виртуальности и вовлеченности может выступать фактором, ограничивающим развитие временной компетентности и, как следствие, затрудняющим самоактуализацию личности. Глубокое погружение в цифровую среду может сопровождаться снижением способности воспринимать свою жизнь как непрерывный и целостный процесс.

Резюмируя, можно отметить, что будущее в восприятии групп дифференцируется следующим образом: для группы 1 – неопределённое, с размытыми целями и укороченным горизонтом планирования; для группы 2 – реалистичное, но преимущественно ориентированное на настоящее, с ослабленным вектором долгосрочного планирования; для группы 3 – ясное, с долгосрочной временной перспективой, устойчивым контролем и согласованием целей и ценностей; для группы 4 – благоприятное, однако частично абстрактное, с преобладанием ситуативного планирования.

Следующим этапом исследования являлось изучение эмоциональной составляющей образа будущего личности интернет-активной молодежи.

Для исследования эмоционального интеллекта личности интернет-активной молодежи нами была использована краткая версия опросника «Тест эмоционального интеллекта» (ЭМИн-Кр) Д.В. Люсина, А.А. Панкратовой, Д.С. Корниенко.

На Рисунке 20 представлены результаты, полученные в ходе исследования уровня эмоционального интеллекта среди респондентов групп.

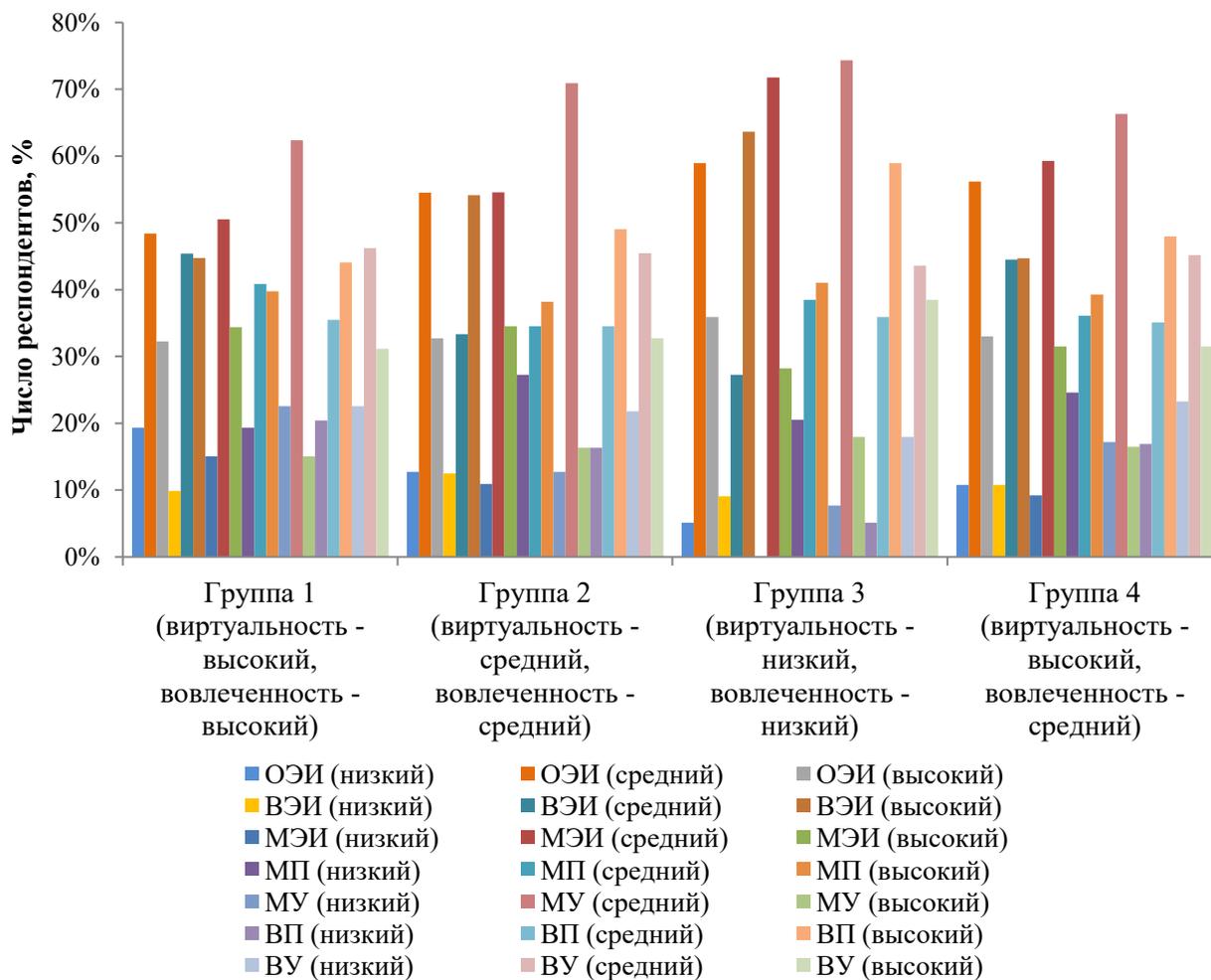


Рисунок 20. Результаты исследования уровня эмоционального интеллекта среди групп респондентов

Условные обозначения: ОЭИ – шкала «Общий показатель эмоционального интеллекта»; МЭИ – шкала «Межличностный эмоциональный интеллект»; ВЭИ – шкала «Внутриличностный эмоциональный интеллект»; МП – субшкала «Понимание чужих эмоций»; МУ – субшкала «Управление чужими эмоциями»; ВП – субшкала «Понимание своих эмоций»; ВУ – субшкала «Управление своими эмоциями».

Исходя из данных представленных на Рисунке 20, наибольшая доля респондентов с высоким уровнем общего показателя эмоционального интеллекта

зафиксирована в группе 3 (35,9%), тогда как в группах 1, 2, 4 этот показатель находится в пределах от 32,3% до 33%. Стоит отметить выраженность низкого уровня общего показателя эмоционального интеллекта среди групп респондентов: группе 1 он выражен у 19,4% респондентов, в группе 2 – у 12,7%, в группе 3 – у 5,1%, а в группе 4 – у 10,8% респондентов. Это может свидетельствовать о том, что респонденты с низкой цифровой активностью обладают более выраженной способностью к эмоциональной регуляции и пониманию как собственных, так и чужих переживаний, что, возможно, связано с большей ориентацией на реальное взаимодействие.

Наиболее высокий уровень внутриличностного эмоционального интеллекта зафиксирован у респондентов группы 3 (63,6%), что свидетельствует о развитой способности к осознанию и регуляции собственных эмоциональных состояний у тех, кто использует Интернет преимущественно как инструмент, а не как среду для самореализации. У респондентов группы 1 и 4 доля респондентов с высоким уровнем внутриличностного эмоционального интеллекта ниже (44,7%), а в группе 2 данный показатель находится на уровне 54,2%, что может указывать на частичную утрату фокуса на внутренние состояния при глубоком погружении в виртуальную среду.

Стоит отметить, что, несмотря на преобладание среднего уровня межличностного эмоционального интеллекта во всех группах, доля респондентов с высоким уровнем увеличивается по мере возрастания цифровой активности – с 28,2% у группы 3 до 34,4-34,5% у групп 1 и 2, и 31,5% у группы 4. Полученные результаты указывают на формирование специфических онлайн-навыков распознавания и интерпретации эмоций, стимулирующих рост эмпатической составляющей в структуре эмоционального интеллекта.

Также стоит отметить, что с ростом уровня цифровой активности наблюдается увеличение доли респондентов с низким уровнем способности к управлению чужими эмоциями. В группе 3 низкий уровень характерен для 7,7%, тогда как в группе 1 – 22,6%, в группе 2 – 12,7%, а в группе 4 – 17,2%. В свою

очередь, доля респондентов с высоким уровнем способности к управлению чужими эмоциями возрастает от 15,1% в группе 1 до 17,9% в группе 3, что говорит о трудности в межличностной регуляции эмоций среди респондентов с высокой цифровой активностью.

Схожие тенденции прослеживаются по значениям субшкал. Так, респонденты группы 3 с низким уровнем вовлеченности демонстрируют наивысшие значения по показателю «Понимание своих эмоций» – 59% против 49,1% (группа 2), 48% (группа 4) и 44,1% (группа 1). Это может отражать ослабление навыков саморефлексии и идентификации собственных эмоций у респондентов с повышением уровня цифровой активности.

В свою очередь, по показателю «Понимание чужих эмоций» наиболее сбалансированные показатели наблюдаются у респондентов группы 3, что может отражать их эмоциональную адаптивность в обоих пространствах – реальном и цифровом.

В группе 3 у респондентов наиболее выражен высокий уровень по показателю «Управление своими эмоциями» (38,5%), тогда как среди группы 1 таковых – только 31,2%, при этом наибольшая доля респондентов с низкими показателями по показателю способности к управлению своими эмоциями отмечается в группе 4 (23,3%). Это свидетельствует о затруднениях пользователей с высоким уровнем цифровой активности в регуляции личных эмоциональных состояний, что может быть связано с высокой насыщенностью и эмоциональной перегрузкой цифрового контента.

Анализ результатов по показателям «Внутриличностный эмоциональный интеллект» ($H_{эмп} = 7,162$, при $p \leq 0,05$), «Управление чужими эмоциями» ($H_{эмп} = 6,170$, при $p \leq 0,05$) и «Понимание своих эмоций» ($H_{эмп} = 8,145$, при $p \leq 0,05$) показал наличие достоверных различий между группами респондентов.

По показателям «Общий показатель эмоционального интеллекта» ($H_{эмп} = 3,243$, при $p > 0,05$), «Межличностный эмоциональный интеллект» ($H_{эмп} = 0,500$, при $p > 0,05$), «Понимание чужих эмоций» ($H_{эмп} = 1,000$, при

$\rho > 0,05$) и «Управление своими эмоциями» ($H_{эмп} = 1,508$, при $\rho > 0,05$) достоверных межгрупповых различий не обнаружено.

Таким образом, для респондентов группы 1 характерны низкие значения по показателям внутриличностного эмоционального интеллекта и понимания своих эмоций, относительно других групп респондентов, что говорит о дефиците саморефлексии и дифференциации собственных эмоций при высокой цифровой активности. Это может приводить к усилению зависимости от одобрения извне и, как следствие, снижению детализации и согласованности жизненных ориентиров, формированию внешнезависимых представлений о будущем

Группа 2 характеризуется сбалансированным эмоциональным интеллектом с достаточной осознанностью чувств и умеренными социально-регулятивными навыками, что согласуется с умеренно реалистичным и конкретным представлением о будущем.

Группа 3 характеризуется наивысшими значениями по показателям эмоционального интеллекта среди остальных групп. Для них свойственна выраженная саморефлексия и эффективная межличностная регуляция эмоций, что способствует формированию внутреннего локуса ответственности за свое будущее.

Для группы 4 характерна умеренная рефлексивность и низкая способность к управлению своими эмоциями, что обеспечивает распознавание собственных переживаний при невысокой способности к выстраиванию межличностных контактов

Для исследования выраженности эмоциональных схем личности интернет-активной молодежи нами была использована методика «Шкала эмоциональных схем Лихи» Р. Лихи (адаптация Н.А. Сироты, Д.В. Московченко, В.М. Ялтонского, Я.А. Кочеткова и А.В. Ялтонской).

На Рисунке 21 представлены результаты, полученные в ходе исследования выраженности эмоциональных схем среди групп респондентов.

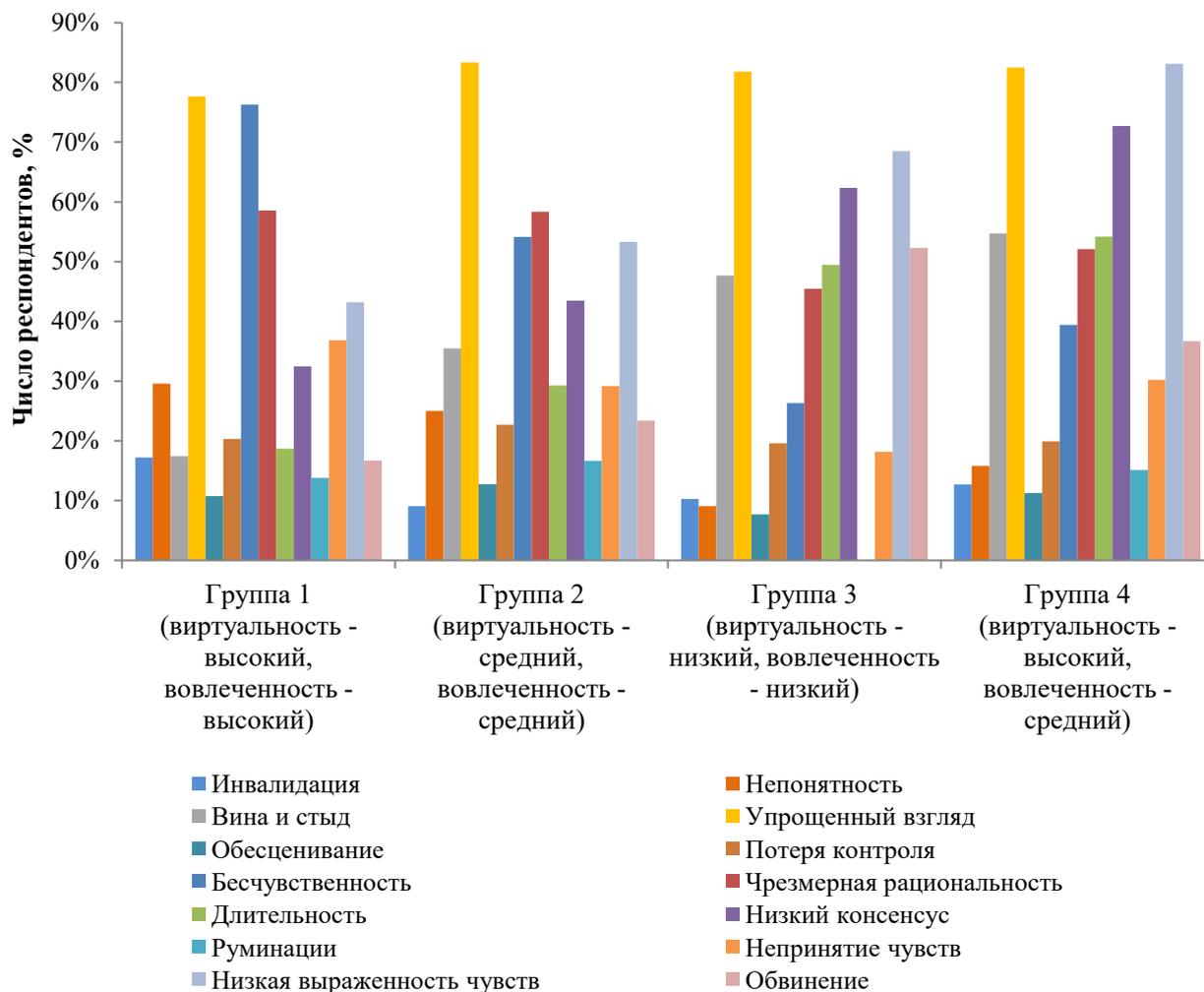


Рисунок 21. Результаты исследования уровня выраженности эмоциональных схем среди групп респондентов

Как видно на Рисунке 21, для респондентов группы 1 характерны высокие значения выраженности таких эмоциональных схем как «Бесчувственность» (76,3%), «Чрезмерная рациональность» (58,6%), «Низкая выраженность чувств» (43,2%) при сниженных значениях выраженности «Длительность» (18,7%), «Вина и стыд» (17,5%), а также «Обвинение» (16,7%). Данный факт свидетельствует о том, что респонденты данной группы переживают чувства холодно и недолго, редко предаются их ценностному осмыслению.

Для респондентов группы 2 свойственна умеренная выраженность большинства эмоциональных схем. Однако, сочетание таких эмоциональных схем как «Вина и стыд» (35,5%), «Потеря контроля» (22,7%), «Бесчувственность» (54,1%), «Чрезмерная рациональность» (58,3%) и «Низкий консенсус» (43,4%)

определяет у респондентов данной группы эмоциональную регуляцию посредством рационализации, а также выраженность самокритики. Эмоциональный профиль данной группы респондентов обеспечивает регуляцию текущей деятельности, а не мобилизацию на долгосрочные цели, что приводит к ограниченной готовности к временной задержке результата, и как следствие снижает ориентацию на долгосрочную перспективу.

Для респондентов группы 3 характерны высокие значения выраженности схем «Обвинение» (52,3%), «Низкий консенсус» (62,3%), «Вина и стыд» (47,7%), «Низкая выраженность чувств» (68,5%) что может привести к эмоциональным перегрузкам и риску руминативности. Эмоциональный профиль респондентов характеризуется жестким эмоциональным самоконтролем, что отражает склонность к подавлению переживаний и самокритике. Склонность к обвинению отражает тенденцию переноса локуса причинности вовне, что может обострять конфликтность с окружением и снижать устойчивость планов при столкновении с препятствиями.

Доминирующими эмоциональными схемами в группе 4 являются «Вина и стыд» (54,7%), «Низкая выраженность чувств» (83,1%), «Длительность» (54,2%) и «Низкий консенсус» (72,7%). Респонденты данной группы имеют профиль эмоциональной перегруженности с подавлением выраженности эмоций. Их переживания яркие и долгие, однако, мало выражены вовне и сопровождаются самокритикой, а также ощущением «я не как все». В отношении представлений о будущем, данная группа характеризуется усредненным стремлением в будущее и нестабильностью долгосрочной временной перспективы: переживания и самокритика усиливают восприятие будущего как требовательного и трудного.

Анализ результатов по показателям «Бесчувственность» ($H_{эмп} = 13,254$, при $p \leq 0,05$), «Вина/стыд» ($H_{эмп} = 10,388$, при $p \leq 0,05$), «Низкая выраженность чувств» ($H_{эмп} = 12,123$, при $p \leq 0,05$), «Длительность» ($H_{эмп} = 17,391$, при $p \leq 0,05$), «Низкий консенсус» ($H_{эмп} = 23,423$, при $p \leq 0,05$), «Обвинение» ($H_{эмп} = 20,824$,

при $p \leq 0,05$) показал наличие достоверных различий между группами респондентов.

По показателям «Инвалидация» ($H_{эмп} = 1,714$, при $p > 0,05$), «Непонятность» ($H_{эмп} = 4,505$, при $p > 0,05$), «Упрощенный взгляд» ($H_{эмп} = 0,942$, при $p > 0,05$), «Обесценивание» ($H_{эмп} = 5,910$, при $p > 0,05$), «Чрезмерная рациональность» ($H_{эмп} = 1,446$, при $p > 0,05$), «Руминации» ($H_{эмп} = 3,888$, при $p > 0,05$), «Непринятие чувств» ($H_{эмп} = 3,899$, при $p > 0,05$), «Потеря контроля» ($H_{эмп} = 3,606$, при $p > 0,05$) достоверные межгрупповые различия не обнаружены.

Таким образом, эмоциональные схемы выступают в роли медиаторов между цифровыми маркерами личности и представлениями и будущем: эмоциональная холодность, как и перегрузка, по-разному, но снижают ориентацию на будущее, тогда как сбалансированный эмоциональный тонус – усиливает её. Рост цифровых маркеров личности связан со снижением саморефлексии и усилению зависимости от внешних эмоциональных стимулов, что приводит к менее устойчивым представлениям личности о своем будущем.

Для обобщения показателей и проверки наличия скрытых характеристик образа будущего личности интернет-активной молодежи потребовалось снижение размерности. В группах респондентов фиксировалась межличностная неоднородность, включая около 20% респондентов с нетипичными значениями. Исходя из этого, на следующем этапе нами применена процедура факторного анализа методом главных компонент с вращением Varimax. Целью факторного анализа выступали следующие: выявить минимальный набор независимых факторов, сгруппировать связанные переменные и определить факторные баллы для типологии и межгрупповых сравнений. К интерпретации принимались факторные нагрузки $\geq 0,40$. В ходе исследования выявлены факторы, лежащие в основе типологии образа будущего интернет-активной молодежи [Таблица 2].

Факторы, лежащие в основе типологии образа будущего интернет-активной молодежи

Фактор	Виртуальность (низкий)	Виртуальность (средний)	Виртуальность (высокий)
1	2	3	4
1	Низкий эмоциональный интеллект и непринятие чувств (непринятие чувств (0,806); обвинение (0,612); общий ЭИ (-0,805))	Потеря контроля и руминации (потеря контроля (0,816); длительность (0,752); непринятие чувств (0,614); непонятность (0,582); вина и стыд (0,530))	Эмоциональная дезориентация (потеря контроля (0,674); длительность (0,578); непонятность (0,638); вина и стыд (0,562); общий ЭИ (-0,649))
2	Осмысленность и целеустремленность (смысловая жизненная перспектива (0,794); сочетание конкретности и перспективности (0,730))	Целеустремленность и оптимизм (сочетание конкретности и перспективности (0,787); оптимистичность (0,719); согласованность жизненных планов, целей и ценностей (0,648); непонятность (-0,555))	Осмысленность и оптимизм (смысловая жизненная перспектива (0,794); оптимистичность (0,632))
3	Активность/ гиперрациональность (активность и самостоятельность при формировании жизненной перспективы (0,751); чрезмерная рациональность (-0,688))	Гиперрациональность (чрезмерная рациональность (0,736))	Чрезмерный рациональный контроль (чрезмерная рациональность (0,789))
4	Вошел в фактор 2	Вошел в фактор 2	Целеполагание и планирование (сочетание конкретности и перспективности (0,795); согласованность жизненных планов, целей и ценностей (0,729))
5	Когнитивное упрощение/обесценивание (упрощенный взгляд (0,791); обесценивание (-0,857); низкая выраженность чувств (-0,545))	Упрощенное видение будущего (упрощенный взгляд (0,680); будущее (0,711))	Когнитивное упрощение (упрощенный взгляд (0,830))
6	Вошел в фактор 1	Стыд и сдержанность (вина и стыд (0,620); низкая выраженность чувств (0,656); активность и самостоятельность при формировании жизненной перспективы (-0,683))	Подавление и непринятие эмоций (непринятие чувств (0,640); компетентность во времени (-0,768))

Продолжение Таблицы 2

1	2	3	4
7	Вошел в фактор 5 (обесценивание)	Обесценивание (0,861)	Эмоциональная отстраненность (бесчувственность (0,629); будущее (-0,791))
8	Реалистичность (0,912)	Обвинение (0,814) и низкий консенсус (0,496)	Реализм без активности (реалистичность (0,662); активность и самостоятельность при формировании жизненной перспективы (-0,539); низкая выраженность чувств (-0,586))
9	Вошел в фактор 1 (низкий ЭИ)	Вошел в фактор 8	Обвинение других (обвинение (0,852))
10	Низкий консенсус (0,882) и длительность негативных состояний (0,754)	Вошел в фактор 8	Низкий консенсус (0,810)
11	Преобладание неконструктивных эмоциональных схем (вина и стыд (0,777); потеря контроля (0,734); инвалидация (0,773); бесчувственность (0,541))	Отсутствует	
12	Позитивное будущее (будущее (0,771); продолжительность временной перспективы (0,746))		

Ниже приводится содержательная интерпретация выделенных факторов. Рассмотрим факторы, выделенные в результате анализа. **Для группы с низким уровнем виртуальности выделены следующие факторы:**

– Фактор 1 – «Низкий эмоциональный интеллект и непринятие чувств». Объединяет показатели «Непринятие чувств» (0,806), «Обвинение» (0,612) и «Общий показатель эмоционального интеллекта» (-0,805). Содержательно отражает недостаточность аффективной сферы: сниженный эмоциональный интеллект, проявляющийся в непринятии собственных чувств и склонности к обвинению других за свои эмоции.

– Фактор 2 – «Осмысленность и целеустремленность». Объединяет показатели «Смысловая жизненная перспектива» (0,794) и «Сочетание конкретности и перспективности» (0,730). Содержательно отражает высокий уровень

сформированность смысловой жизненной перспективы со способностью к построению конкретного образа будущего.

– Фактор 3 – «Активность/гиперрациональность». Объединяет показатели «Чрезмерная рациональность» (-0,688) и «Активность и самостоятельность при формировании жизненной перспективы» (0,751). Содержательно отражает биполярный фактор: высокая активность и самостоятельность в формировании жизненной перспективы противопоставляется склонности к вытеснению эмоций и жесткому когнитивному контролю, что может сопровождаться снижением гибкости и эмоциональной вовлеченности при планировании.

– Фактор 4 – является частью фактора 2 «Осмысленность и целеустремленность».

– Фактор 5 – «Когнитивное упрощение/обесценивание». Объединяет показатели «Упрощенный взгляд» (0,791), «Обесценивание» (-0,857), «Низкая выраженность чувств» (-0,545). Содержательно отражает биполярный фактор, противопоставляющий стремление к когнитивному упрощению и непереносимость эмоциональной амбивалентности – установкам на обесценивание собственных эмоций и ограничение их выражения.

– Фактор 6 – является частью фактора 1 «Низкий эмоциональный интеллект и неприятие чувств».

– Фактор 7 – является частью фактора 5 «Когнитивное упрощение/обесценивание» (в части показателя «Обесценивание»).

– Фактор 8 – «Реалистичность». Данный фактор характеризуется выраженностью одноименного показателя «Реалистичность» (0,912) и отражает наличие адекватных, реалистичных представлений о будущем у респондентов.

– Фактор 9 – является частью фактора 1 «Низкий эмоциональный интеллект и неприятие чувств» (в части показателя «Общий показатель эмоционального интеллекта»).

– Фактор 10 – «Низкий консенсус и длительность негативных состояний». Объединяет показатели «Низкий консенсус» (0,882) и «Длитель-

ность» (0,754). Содержательно отражает убежденность в уникальности собственных переживаний, что сочетается с длительностью их течения и тем самым усиливает чувство одиночества и риск фиксации негативных состояний.

– Фактор 11 – «Преобладание неконструктивных эмоциональных схем». Объединяет показатели «Вина и стыд» (0,777), «Потеря контроля» (0,734), «Инвалидация» (0,773) и «Бесчувственность» (0,541). Содержательно отражает совокупность неконструктивных эмоциональных установок: самообвинение и стыд за собственные чувства, страх потери контроля над ними, переживание о том, что другие не понимают чувства респондентов, эмоциональное «онемение», что приводит к подавлению эмоций, а также фиксации на негативных состояниях и межличностной отчужденности.

– Фактор 12 – «Позитивное будущее». Объединяет показатели «Будущее» (0,771) и «Продолжительность и дифференцированность временной перспективы, представленность средней ближней и дальней перспективы» (0,746). Содержательно отражает высокий уровень ориентации на будущее, а также преобладание долгосрочной временной перспективы, что оказывает значительное влияние на конструктивность образа будущего респондентов.

Для респондентов со средним уровнем виртуальности выявлены такие факторы как:

– Фактор 1 – «Потеря контроля и руминации». Объединяет показатели «Потеря контроля» (0,816), «Длительность» (0,752), «Непринятие чувств» (0,614), «Непонятность» (0,582) и «Вина и стыд» (0,530). Содержательно отражает эмоциональную дисрегуляцию, которая характеризуется длительными негативными переживаниями, непринятием своих эмоций и трудностями в их понимании, а также самообвинением и чувством стыда за эмоции.

– Фактор 2 – «Целеустремленность и оптимизм». Объединяет показатели «Оптимистичность» (0,719), «Согласованность жизненных планов, целей и ценностей» (0,648), «Сочетание конкретности и перспективности» (0,787) и «Непонятность» (-0,555). Содержательно отражает стремление к построению

жизненной стратегии и целеполаганию, оптимизм и четкое осознание эмоциональных состояний респондентами.

– Фактор 3 – «Гиперрациональность». Данный фактор характеризуется выраженностью показателя «Чрезмерная рациональность» (0,736). Содержательно отражает склонность к рационализации эмоциональных состояний.

– Фактор 4 – является частью фактора 2 «Целеустремленность и оптимизм».

– Фактор 5 – «Упрощенное видение будущего». Объединяет показатели «Упрощенный взгляд» (0,680) и «Будущее» (0,711). Содержательно отражает ориентацию респондентов на будущее, но упрощенно и с учетом нетерпимости к амбивалентности эмоциональных состояний.

– Фактор 6 – «Стыд и сдержанность». Объединяет показатели «Вина и стыд» (0,620), «Низкая выраженность чувств» (0,656) и «Активность и самостоятельность при формировании жизненной перспективы (-0,683). Содержательно отражает биполярный фактор самокритичной эмоциональной сдержанности: склонность к самообвинению, стыду за эмоции и подавлению переживаний сочетается со снижением активности и самостоятельности при формировании жизненной перспективы.

– Фактор 7 – «Обесценивание». Данный фактор характеризуется выраженностью одноименного показателя «Обесценивание» (0,861) и отражает склонность считать эмоции незначимыми, пренебрегать ими как источником ориентиров, что приводит к рационализации опыта и снижению эмпатии.

– Фактор 8 – «Обвинение и низкий консенсус». Объединяет показатели «Обвинение» (0,814) и «Низкий консенсус» (0,496). Содержательно отражает склонность перекладывать ответственность за свои чувства на других, которая сочетается с убеждением в том, что эмоциональные состояния респондентов уникальны (отсутствие общего эмоционального поля), что усиливает межличностные конфликты.

– Фактор 9 – является частью фактора 8 «Обвинение и низкий консенсус».

– Фактор 10 – является частью фактора 8 «Обвинение и низкий консенсус».

Для респондентов с высоким уровнем виртуальности выявлены такие факторы как:

Фактор 1 – «Эмоциональная дезориентация». Объединяет показатели «Потеря контроля» (0,674), «Длительность» (0,578), «Непонятность» (0,638), «Вина и стыд» (0,562) и «Общий показатель эмоционального интеллекта» (-0,649). Содержательно отражает совокупность дезорганизованных эмоциональных установок: страх потери контроля над эмоциями, длительное переживание эмоций, сопровождающееся виной за их проявление, и сочетающееся со сниженным эмоциональным интеллектом ведет к хаотичному переживанию эмоций и их слабой регуляции.

Фактор 2 – «Осмысленность и оптимизм». Объединяет показатели «Смысловая жизненная перспектива» (0,794) и «Оптимистичность» (0,632). Содержательно отражает ценностно-смысловую ориентацию с позитивной оценкой будущего: устойчивые убеждения и развитая способность к целеполаганию, сопровождающиеся оптимистичными представлениями в отношении будущего, связывает смысловую жизненную перспективу с конструктивными представлениями о будущем.

Фактор 3 – «Чрезмерный рациональный контроль». Характеризуется показателем «Чрезмерная рациональность» (0,789) и отражает склонность к рационализации эмоциональных состояний.

Фактор 4 – «Целеполагание и планирование». Объединяет показатели «Сочетание конкретности и перспективности» (0,795) и «Согласованность жизненных планов, целей и ценностей» (0,729). Содержательно отражает способность респондентов к конкретному и перспективному целеполаганию и планированию, а также согласованию целей и планов с жизненной стратегией.

Фактор 5 – «Когнитивное упрощение». Характеризуется показателем «Упрощенный взгляд» (0,830) и отражает непереносимость амбивалентных переживаний и предпочтение однозначных решений при сниженной толерантностью к неопределенности.

Фактор 6 – «Подавление и непринятие эмоций». Объединяет показатели «Непринятие чувств» (0,640) и «Компетентность во времени» (-0,768). Содержательно отражает контур эмоционального избегания с временной дезорганизацией: установка на избегание эмоций сочетается со снижением целостности восприятия временного континуума.

Фактор 7 – «Эмоциональная отстраненность». Объединяет показатели «Бесчувственность» (0,629) и «Будущее» (-0,791). Содержательно отражает эмоциональное отторжение в совокупности со сниженной ориентацией на будущее.

Фактор 8 – «Реализм без активности». Объединяет показатели «Реалистичность» (0,662), «Активность и самостоятельность при формировании жизненной перспективы» (-0,539) и «Низкая выраженность чувств» (-0,586). Содержательно отражает реалистичное представление о будущем при слабо выраженной активности и самостоятельности при формировании жизненной перспективы и высокой выраженности чувств респондентов.

Фактор 9 – «Обвинение других». Характеризуется показателем «Обвинение» (0,852) и отражает склонность перекладывать вину за собственные переживания на других, смещая ответственность за их регуляцию во внешнюю среду.

Фактор 10 – «Низкий консенсус». Характеризуется одноименным показателем «Низкий консенсус (0,810) и отражает убежденность респондентов в уникальности их эмоциональных переживаний, а также ощущением эмоциональной изоляции и ощущением «я не как все», что может приводить к межличностным конфликтам.

С учетом веса каждого фактора, отметим, что для респондентов с низким уровнем виртуальности характерны: низкий уровень эмоционального интеллекта, непринятие чувств, противоречивость (биполярные факторы 3 и 5), разделение на «чистые» факторы без смешивания с другими (факторы 8 и 12). Стоит отметить, что образ будущего данных респондентов чаще всего позитивный.

У респондентов со средними значениями виртуальности фактор, имеющий наибольший вес – фактор 2 «Целеустремленность и оптимизм». Пограничным характером обладает фактор 1 «Потеря контроля и руминации», имеющий достаточный вес в данной группе. Высокая выраженность неконструктивных эмоциональных схем также приводит к пограничному или дезадаптивному типу, что подтверждается контент-анализом жизненных нарративов респондентов. Для респондентов с высоким уровнем виртуальности наибольший вес имеет фактор 1 «Эмоциональная дезориентация». Данный фактор объединяет в себе чувство потери контроля над эмоциями, их непонятность и длительность переживания, вину и стыд за эмоции, а также низкий уровень эмоционального интеллекта.

Для последующей интеграции выявленных факторов и проверки их связей с ключевыми компонентами образа будущего личности интернет-активной молодежи и с целью выделения интегрального показателя адаптивного типа образа будущего нами был проведен корреляционный анализ, в результате которого определена структура адаптивного типа образа будущего [Таблица 3].

Таблица 3

Результаты корреляционного анализа по определению адаптивного образа будущего

Переменная	Коэффициент корреляции, r	Уровень значимости, p
Компетентность во времени	0,72	≤0,001
Смысловая жизненная перспектива	0,65	
Согласованность жизненных планов, целей и ценностей	0,61	
Активность и самостоятельность при формировании жизненной перспективы	0,58	
Продолжительность временной перспективы	0,54	
Общий эмоциональный интеллект	0,48	

Исходя из данных таблицы 3, структура адаптивного типа образа будущего включает в себя: высокий или средний уровень компетентности во времени ($r = 0,72$) – способность к целостному восприятию времени и действиям без прокрастинации, сохраняя связь между целями и текущими шагами; высокий или средний уровень сформированности смысловой жизненной перспективы ($r = 0,65$), определяющей наличие ценностной ориентации, четких целей и веры в их достижимость, что отражает устойчивость конструирования будущего; высокий или средний уровень согласованности жизненных планов, целей и ценностей ($r = 0,61$), которая отражает непротиворечивость целей и шагов на пути к их достижению; активность и самостоятельность при формировании жизненной перспективы ($r = 0,58$) – инициативность в построении жизненной стратегии, опора на личные решения, а не следование обстоятельствам; высокий или средний уровень продолжительности временной перспективы ($r = 0,54$), отражающая хронологическую протяженность событий будущего; высокий или средний уровень эмоционального интеллекта ($r = 0,48$), отражающий способность к пониманию и регуляции эмоций, обеспечивающую реалистичное планирование и стрессоустойчивость. В совокупности, полученные данные позволяют отметить, что базисом адаптивного типа образа будущего являются целостность восприятия временной перспективы, смысловая жизненная перспектива и согласованность жизненных планов, целей и ценностей. Тогда как активность при формировании жизненной перспективы, её продолжительность и эмоциональный интеллект выполняют поддерживающую роль, усиливая и стабилизируя адаптивность образа будущего личности интернет-активной молодежи, но, не определяя его в решающей мере.

Следующим шагом исследования является оценка уникального вклада переменных в интегральный показатель адаптивного типа образа будущего личности интернет-активной молодежи. Для реализации данной задачи нами был выполнен множественный регрессионный анализ, который позволил выделить значимые предикторы адаптивного типа образа будущего [Таблица 4].

Предикторы адаптивного типа образа будущего

Предиктор	Коэффициент регрессии, β	t-статистика проверки нулевой гипотезы, t	Уровень значимости, p
Компетентность во времени	0,32	5,12	<0,001
Смысловая жизненная перспектива	0,25	4,01	<0,001
Общий эмоциональный интеллект	0,18	3,15	0,002
Вовлеченность	0,15	2,67	0,008
Мотив взноса	0,12	2,18	0,031
Виртуальность	-0,11	-2,02	0,045

Исходя из данных таблицы 4, наиболее значимыми положительными предикторами образа будущего интернет-активной молодежи выступают компетентность во времени ($\beta = 0,32$ при $p \leq 0,001$) и смысловая жизненная перспектива ($\beta = 0,25$ при $p \leq 0,001$), тогда как умеренный вклад в структуру адаптивного типа образа будущего вносят показатели общего эмоционального интеллекта ($\beta = 0,18$ при $p = 0,002$), вовлеченности в интернет-пространство ($\beta = 0,15$ при $p = 0,008$) и мотива взноса ($\beta = 0,12$ при $p = 0,031$). Виртуальность, как предиктор образа будущего интернет-активной молодежи, связана со снижением его адаптивности ($\beta = -0,11$ при $p = 0,045$). Таким образом, адаптивный тип образа будущего обусловлен высокой компетентностью во времени, высокой смысловой наполненностью жизни, высоким эмоциональным интеллектом, высоким уровнем вовлеченности, выраженностью мотива взноса и низким уровнем виртуальности.

Опираясь на результаты, полученные посредством множественного регрессионного анализа, нами был произведен кластерный анализ с целью выявления типа образа будущего личности интернет-активной молодежи [Таблица 5].

Типы образа будущего личности интернет-активной молодежи

Предиктор	Тип образа будущего		
	Адаптивный (182 человека)	Пограничный (139 человек)	Дезадаптивный (53 человека)
Виртуальность	Низкий, средний	Средний	Высокий
Вовлеченность	Средний, высокий	Средний, высокий	Средний
Мотив взноса	Выражен	Выражен	Выражен
Смысловая жизненная перспектива	Высокий	Средний	Низкий
Компетентность во времени	Высокий	Средний	Низкий
Общий показатель эмоционального интеллекта	Средний	Средний	Низкий

Проведенный кластерный анализ позволил выделить три группы респондентов с различиями в типах образа будущего:

Конструктивные типы. В этой группе выделен адаптивный тип образа будущего (182 человека) – это респонденты со средним и низким уровнем виртуальности, высоким и средним уровнем вовлеченности в интернет-пространство, имеют высокий уровень компетентности во времени ($M=2.8$), умеют сохранять временной баланс, имеют высокую смысловую наполненность жизни ($M=2.9$), в том числе, способность к планированию и осмысленности целей, реалистичны, придерживаются активной позиции в части формирования жизненной перспективы. В их образе будущего преобладают адаптивные факторы. Образ будущего, как правило, четкий, определенный.

Таким образом, конструктивность образа будущего проявляется в его способности выполнять регуляторную, смыслообразующую и стабилизирующую функции. Для личности это выражается в наличии целостной и протяженной временной перспективы, согласованности жизненных целей, ценностей и планов, способности удерживать связь между текущими действиями и отдаленными целями, а также в адекватной эмоциональной регуляции при столкновении с неопределённостью. Эмпирически конструктивный образ будущего свя-

зан с высокой компетентностью во времени, сформированной смысловой жизненной перспективой, выраженным эмоциональным интеллектом и умеренной интернет-активностью.

Неконструктивные типы.

Пограничный тип образа будущего (139 человек) – это респонденты со средним уровнем виртуальности и средним или высоким уровнем вовлеченности в интернет-пространство, имеют средние значения компетентности во времени ($M=2.1$), не всегда сохраняют временной баланс между прошлым, настоящим и будущим, имеют умеренную смысловую наполненность жизни ($M=2.0$). Среди факторов, обуславливающих образ будущего: гипERRациональность, чрезмерный рациональный контроль, обвинение, низкий консенсус, реализм без активности. Образ будущего у респондентов этой группы неопределенный, размытый.

Дезадаптивный тип образа будущего (53 человека) – это респонденты с высоким уровнем виртуальности и средним уровнем вовлеченности в интернет-пространство, которые имеют низкие значения компетентности во времени ($M=1,4$) и смысловой наполненности жизни ($M=1.1$). Среди факторов, обуславливающих образ будущего: когнитивное упрощение/обесценивание, преобладание неконструктивных эмоциональных схем, низкий эмоциональный интеллект и непринятие чувств.

Деструктивность (неконструктивность, дезадаптивность) образа будущего проявляется в снижении или утрате указанных функций. Для личности это выражается в фрагментарности и укороченности временной перспективы, несогласованности целей и ценностей, преобладании неопределённости или негативных ожиданий, а также в нарушении эмоциональной саморегуляции. Эмпирически дезадаптивный образ будущего связан с низкой компетентностью во времени, дефицитом смысловой наполненности жизни, преобладанием неконструктивных эмоциональных схем и зависимыми извне формами жизненного планирования.

2.3. Реализация программы психологического сопровождения личности с пограничным и дезадаптивным типом образа будущего

Программа психологического сопровождения строится и реализуется в рамках интегративного подхода и представляется тремя коррекционными блоками, направленными на коррекцию когнитивных установок, коррекцию пространственно-временного отношения к будущему и коррекцию эмоциональных особенностей [Рисунок 22].



Рисунок 22. Модель психологического сопровождения для респондентов с пограничным и дезадаптивным образом будущего

Программа психологического сопровождения включала следующие базовые блоки:

1. Блок коррекции когнитивных установок направлен на работу с нереалистичным, неструктурированным и негативным представлением о будущем. Работа в данном модуле заключалась в устранении негативных установок

и развитии способности к целенаправленному и осознанному планированию будущего личности.

2. Блок коррекции пространственно-временного отношения к будущему направлен на развитие целостного восприятия времени, укрепление связей между прошлым, настоящим и будущим, а также формирование устойчивой ориентации на долгосрочные жизненные перспективы.

3. Блок коррекции эмоциональных особенностей направлен на развитие эмоционального интеллекта, эмоциональной саморегуляции, снижение выраженности неконструктивных эмоциональных схем, а также развитие устойчивости к стрессовым воздействиям.

На этапе формирующего эксперимента приглашения к участию были разосланы среди представителей групп с дезадаптивным и пограничным типом образа будущего методом случайных чисел. В итоге согласие на участие выразили 54 человека: в группу с дезадаптивным типом образа будущего вошли 25 респондентов, а в группу с пограничным типом – 29 респондентов. Программа психологического сопровождения реализовывалась в течение 1 учебного года.

При психологической работе с респондентами с дезадаптивным типом образа будущего особое внимание уделялось работе с низким уровнем компетентности во времени и сформированности смысловой жизненной перспективы, низким уровнем эмоционального интеллекта и выраженностью неконструктивных эмоциональных схем. Для респондентов с пограничным типом образа программа психологического сопровождения реализовывалась с целью профилактики и заключалась в применении методов направленных на повышение компетентности во времени, уровня сформированности смысловой жизненной перспективы, а также на снижение выраженности неконструктивных эмоциональных схем.

В обеих группах применялась единая программа сопровождения, адаптированная под групповые особенности, которая включала такие методы и техники как:

Упражнение «Колесо ценностей» [Рисунок 23]

Целью данного упражнения является определение индивидуальных ценностей и соотнесение их с планами и действиями в настоящем. Суть данного упражнения заключается в прояснении личных приоритетов, выявлении несогласованности между «важными» и «реализуемыми» целями и задачами, повышении согласованности ценностей с целями и действиями на пути к их достижению.

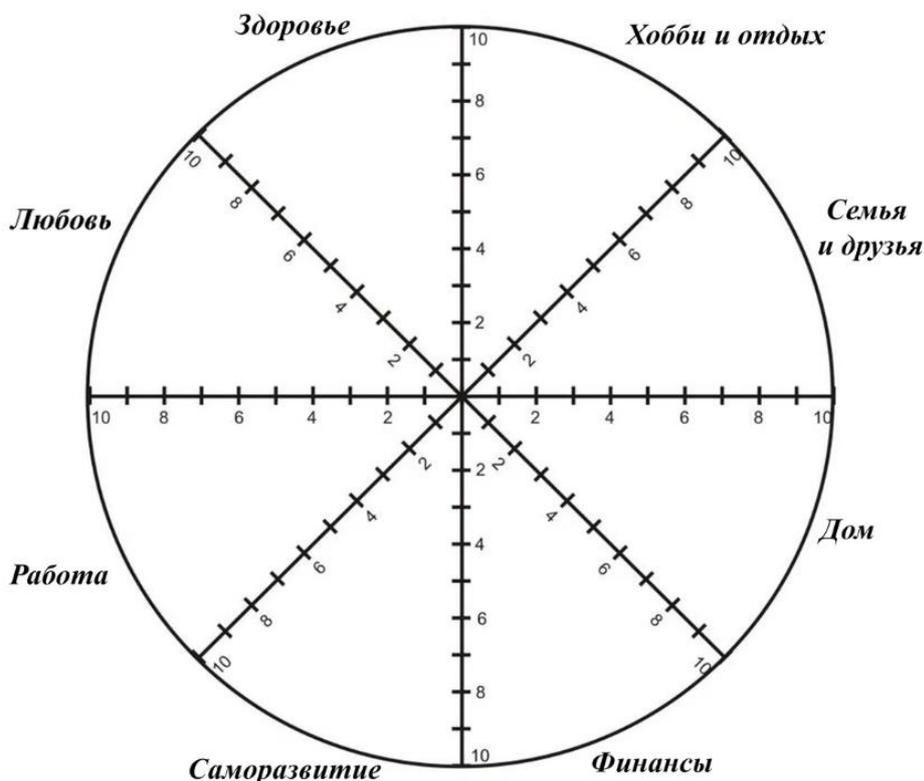


Рисунок 23. Пример шаблона для упражнения «Колесо ценностей»

Содержание. Участники получают список ценностей (например, здоровье, семья, свобода, карьера, финансовое благополучие и др.) из которого им необходимо выбрать до 10 ценностей, и в последующем сузить их число до 5. Далее каждый участник оценивает важность и текущую реализацию выбранных ценностей по шкале от 0 до 10, нанося оценки на круговую схему. Различия в оценках отражают разрыв между тем, что действительно важно для участника и его действиями в настоящий момент. Далее каждому участнику предлагается

описать, как каждая из ценностей будет проявляться в его жизни через 1-3 года, и выявить вероятные конфликты между ценностями, параллельно формулируя условия для их совместного соблюдения. После этого, участникам предлагается выбрать 2 ценности с наибольшими разрывами и для каждой из них сформулировать цель на ближайшие 3 месяца в формате SMART.

Реализация данного упражнения позволяет повысить смысловую определенность, согласованность ценностей, целей и планов, а также повысить уровень компетентности во времени за счет формирования связей приоритетов и действий в ближайшем будущем.

Упражнение «Хорошие события» [Рисунок 24]

Целью данного упражнения является фиксация положительных ежедневных шагов на пути к будущим целям.

Событие	Связь с целью	Личная роль	Условия/ресурсы	Следующий шаг	Уровень удовлетворенности	Контроль

Рисунок 24. Бланк для упражнения «Хорошие события»

Содержание. Участникам предлагается ежедневно фиксировать 3 события дня на пути к целям (даже небольшие шаги), указывая связи с целью (к какой цели относится данное событие), личную роль (собственные усилия, которые привели к данному событию), условия и ресурсы (что способствовало событию), вывод (чему это учит), следующий шаг (необходимо указать конкретный шаг и намерение), а также уровень удовлетворенности и ощущение контроля по шкале от 0 до 10. Данное упражнение позволяет повысить чувствительность к

небольшим достижениям, формировать связь между событиями в настоящем и долгосрочными целями, планами и ценностями, фиксировать личный вклад, а не только лишь обстоятельства.

Реализация данного упражнения способствует построению связки от события к действию, повышая компетентность во времени, формирует позитивную и реалистичную жизненную перспективу, представляя её как последовательность шагов, что непосредственно поддерживает ориентацию на будущее и ощущения контроля вектора своей жизни.

Упражнение «Линия времени»

Целью данного упражнения является структурирование прошлого, настоящего и будущего в целостную временную траекторию, которая связана с реальными действиями.

Содержание. Участникам предлагается отметить на горизонтальной линии временные точки (прошлое, настоящее, будущее) по годам и отметить ключевые события прошлого, текущее положение и предполагаемые события в будущем (достижения, навыки, жизненно-важные события через 1, 3, 5, 10, 15 лет). Далее участникам необходимо описать роль каждого события прошлого в их жизни, ответив на вопросы: «Чему я научился благодаря этому событию?», «Что я приобрел/потерял?» и т.д. Далее участники переходят к точке «настоящего» и описывают свое состояние в текущий момент, ответив на вопросы: «Что я имею?», «Какие имеются преграды/барьеры?», «Что для меня действительно важно?». Следующий этап – описание контура будущего, которое заключается в фиксации возле каждого будущего этапа конкретного и наблюдаемого достижения (например, «получу диплом», «стану профессионалом», «создам семью» и др.). Далее участникам предлагается выбрать одно достижение из будущего и распланировать путь к его достижению от точки, в котором оно находится, до действия, которое можно сделать сейчас для достижения заданной цели. Затем в формате групповой дискуссии участники формулируют извлеченные уроки из прошлого и способы их применения для достиже-

ния целей в будущем, а также определяют конкретные шаги в настоящем, приближающие их к будущему.

Реализация данного упражнения способствует развитию восприятия жизненного пути личности как целостной траектории, определяя взаимосвязь прошлого настоящего и будущего, а также способствует осмыслению жизненного пути.

Ведение дневника эмоций [Рисунок 25]

Целью данного метода является формирование навыка распознавания и описания эмоциональных состояний, а также связь их с событиями, ситуациями, потребностями и действиями.

Ситуация	Эмоция и её интенсивность	Телесная реакция	Мысль	Способ регуляции	Действие	Проверка

Рисунок 25. Бланк дневника эмоций

Содержание. Участникам предлагается ежедневно фиксировать свои эмоции, отмечая: ситуацию в которой они проявились (что случилось, когда, кем была вызвана эмоция и т.п.); эмоцию и её интенсивность (название и интенсивность от 0 до 10); реакцию тела (ощущения, ритм дыхания); мысли, которые возникли при выражении этой эмоции; потребность (то, о чем сигнализирует данная эмоция: справедливость, признание и т.п.); способ регуляции (какие действия по регуляции эмоции были приняты); действия направленные на устранение источника возникновения; проверка (контроль интенсивности эмоции; что сработало и препятствовало стабилизации эмоционального состояния;

приобретенный навык или умение). Далее в формате групповой дискуссии участники делятся стратегиями по контролю и стабилизации эмоций и выводами, полученными в ходе реализации упражнения.

Применение данного метода позволяет визуализировать переживания и сделать эмоции контролируемыми, способствует развитию эмоциональной саморегуляции и повышению эмоционального интеллекта, а также снижению выраженности неконструктивных эмоциональных схем за счет их идентификации, описания и действий по стабилизации.

Упражнение «Письмо из будущего»

Целью данного метода является формирование реалистичного и оптимистичного долгосрочного будущего, уточнения ценностей и ключевых точек жизненного плана, а также связь будущего с конкретными действиями в настоящем.

Содержание. Участникам предлагается написать письмо от лица себя в будущем спустя 5-10 лет. Письмо необходимо писать в настоящем времени так, как будто события уже произошли. Участникам в письме предлагается описать достижения и реализованные цели, трудности, которые стояли на пути и были преодолены, причины благоприятного исхода («у меня получилось, потому что...»), указать ценности и смысл пройденного пути, а также дать совет себе-настоящему. В письме необходимо отражать четкие и конкретные причины возникновения ситуаций и успеха, цели не должны быть расплывчатыми. Далее психолог предлагает поделиться отрывками писем и обсудить письма и рабочие стратегии каждого из участников (по желанию), задавая уточняющие вопросы. Реализация данного упражнения позволяет повысить целостность восприятия временного континуума (связь прошлого, настоящего и будущего), способствовать осмысленности жизненной перспективы, а также укрепить контроль и самоэффективность на пути к целям.

Ролевая игра в парах: развитие эмпатии

Целью данного упражнения является развитие эмпатического слушания, повышения точности распознавания эмоций, а также снижение коммуникативных ошибок.

Содержание. Участникам предлагается в парах выбрать тему для обсуждения. Далее участники распределяются на роли «говорящий – слушатель», после чего говорящий 3-5 минут описывает ситуацию и свои чувства, а слушатель проявляет эмпатическое слушание. После этого говорящий дает обратную связь слушателю об эффективности эмпатического слушания (что помогло, что создавало трудности), после чего происходит смена ролей. В завершении с участниками проводится групповая рефлексия от том, что способствовало улучшению эмоционального состояния.

Применение данного упражнения способствует развитию межличностного эмоционального интеллекта посредством повышения точности распознавания и дифференциации эмоций других, осмысления причин стоящих за переживаниями, а также снижения коммуникативных ошибок.

Также с участниками обеих групп проводились тренинговые занятия направленные на развитие компетентности во времени, смысловой жизненной перспективы, эмоционального интеллекта и снижение выраженности неконструктивных эмоциональных схем. Пример тренингового занятия приведен ниже.

Тема: «Стабилизация и контроль эмоциональных схем» (60 минут)

Цель: выявить активные эмоциональные схемы, определить альтернативные установки и повысить уровень саморегуляции эмоций.

1. Знакомство участников группы (10 минут)

На начальном этапе психолог организует краткое знакомство участников, после чего объявляет правила работы на занятии. Отмечается, что работа ведется в формате «здесь и сейчас» и предполагает включенность каждого на протяжении всего тренингового занятия.

2. Знакомство с эмоциональными схемами (20 минут)

Цель: знакомство с эмоциональными схемами, механизмами их возникновения и проявления.

Психолог информирует участников о том, что представляют из себя эмоциональные схемы, какими они бывают и каким образом проявляются. Для этого, он заранее готовит презентацию с описанием каждой эмоциональной схемы и её проявления и предлагает участникам обсудить данную информацию.

Вопросы, задаваемые психологом:

Какие схемы чаще всего активируются у вас в последнее время?

По каким признакам вы замечаете выраженность эмоциональной схемы у вас лично?

Какие ситуации чаще всего способствуют выраженности конкретной эмоциональной схемы?

Что для вас может являться инструментом ранней идентификации эмоциональной схемы?

3. Идентификация эмоциональных схем (30 минут)

Цель: идентификация эмоциональных схем участников и определение альтернативных установок.

Психолог предлагает идентифицировать личные эмоциональные схемы каждому участнику и разработать альтернативную установку, а также шаги по стабилизации эмоционального состояния.

Обратная связь: «Скажите, стало ли вам понятно, что такое эмоциональная схема и как она проявляется?», «Получилось ли у вас идентифицировать свои эмоциональные схемы?», «Как вы считаете, знание своих эмоциональных схем является важным фактором эмоционального благополучия?».

Пример тренингового занятия (60 минут)

Тема: «Ценности и эмоциональный прогноз будущего»

Цель: развитие смысловой жизненной перспективы посредством осознания ценностей и эмоционального прогнозирования.

1. Знакомство участников группы (15 минут)

На начальном этапе психолог организует краткое знакомство. Участники представляются и сообщают текущий вектор своего жизненного пути (движение к цели, отдых, поиск, новые начинания).

2. Сад ценностей (20 минут)

Цель: визуализация иерархии и выявление требующих внимания ценностей.

Психолог предлагает выбрать 5-7 наиболее важных ценностей для себя из предложенного списка. Участники рисуют свой сад и размещают выбранные ценности в виде цветов, кустов и деревьев так, как они чувствуют. Далее, участникам предлагается отметить те «растения-ценности», которым в данный момент не хватает «полива» и внимания.

Вопросы, задаваемые психологом: «Какую роль для вас играет каждая из выбранных ценностей?», «Каким образом забота о «растении-ценности» без внимания может повлиять на будущее вашего сада?»

3. Эмоциональная карта (25 минут)

Цель: развитие эмоционального интеллекта и упреждающего планирования посредством прогнозирования и подготовки к эмоциональным трудностям.

Участникам предлагается выбрать одно «растение-ценность», которое они хотят «полить» в ближайшем будущем и им сообщается, что они отправляются в путешествие к саду, где данная ценность расцветает. Далее участники рисуют карту своего пути. На данной карте они отмечают: позитивные эмоции, которые надеются испытать в саду; трудности и связанные с ними негативные эмоции; то, что может помочь в преодолении трудных участков.

Обратная связь: «Скажите, насколько упражнение помогло связать ваши ценности с вашим будущим образом жизни?», «Что для вас стало самым полезным элементом тренинга?», «Насколько ясно вы видите свою иерархию ценностей после сегодняшнего занятия?».

Для выявления эффекта программы психологического сопровождения нами был применен непараметрический Т-критерий Уилкоксона для двух связанных выборок [Таблица 6-9].

Таблица 6

Динамика показателей в экспериментальной группе респондентов с дезадаптивным типом образа будущего

Показатель	Респонденты с дезадаптивным типом образа будущего (25 человек)					
	до			после		
	низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Компетентность во времени	25	0	0	10	15	0
Смысловая жизненная перспектива	25	0	0	7	18	0
Общий эмоциональный интеллект	25	0	0	12	13	0

Как видно по результатам, представленным в таблице 6, под влиянием системы психологического сопровождения у респондентов с дезадаптивным типом образа будущего отмечаются позитивные изменения уровня компетентности во времени ($Z = 3,000$, при $p \leq 0,05$), сформированности смысловой жизненной перспективы ($Z = 3,317$, при $p \leq 0,05$), а также эмоционального интеллекта ($Z = 2,828$, при $p \leq 0,05$).

Таблица 7

Динамика выраженности эмоциональных схем в экспериментальной группе респондентов с дезадаптивным типом образа будущего

Показатель	Респонденты с дезадаптивным типом образа будущего (25 человек)	
	до	после
1	2	3
Потеря контроля	20	10
Длительность	17	5
Непонятность	17	8
Упрощенный взгляд	25	8
Непринятие чувств	25	7
Бесчувственность	15	3
Обвинение	18	7
Низкий консенсус	22	8
Вина и стыд	17	5

По результатам, представленным в таблице 7 отмечается достоверное снижение выраженности неконструктивных эмоциональных схем: «Потеря контроля» ($Z = -2,449$, при $p \leq 0,05$), «Длительность» ($Z = -2,646$, при $p \leq 0,05$), «Непонятность» ($Z = -2,236$, при $p \leq 0,05$), «Упрощенный взгляд» ($Z = -3,162$, при $p \leq 0,05$), «Непринятие чувств» ($Z = -3,317$, при $p \leq 0,05$), «Бесчувственность» ($Z = -2,646$, при $p \leq 0,05$), «Обвинение» ($Z = -2,646$, при $p \leq 0,05$), «Низкий консенсус» ($Z = -2,828$, при $p \leq 0,05$), «Вина и стыд» ($Z = -2,646$, при $p \leq 0,05$).

Динамика показателей в экспериментальной группе респондентов с пограничным типом образа будущего приведены в Таблицах 8-9.

Таблица 8

Динамика показателей в экспериментальной группе респондентов с пограничным типом образа будущего

Показатель	Респонденты с пограничным типом образа будущего (29 человек)					
	до			после		
	низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Компетентность во времени	0	29	0	0	19	10
Смысловая жизненная перспектива	0	29	0	0	14	15
Общий эмоциональный интеллект	0	29	0	0	20	9

В результате психологической работы с респондентами с пограничным типом образа будущего были отмечены позитивные изменения уровня компетентности во времени ($Z = 3,162$, при $p \leq 0,05$), уровня сформированности смысловой жизненной перспективы ($Z = 3,873$, при $p \leq 0,05$), а также уровня эмоционального интеллекта ($Z = 3,000$, при $p \leq 0,05$).

Таблица 9

Динамика выраженности эмоциональных схем в экспериментальной группе респондентов с пограничным типом образа будущего

Показатель	Респонденты с пограничным типом образа будущего (29 человек)	
	до	после
1	2	3
Потеря контроля	18	10
Длительность	15	8

Продолжение Таблицы 9

1	2	3
Непонятность	13	5
Низкая выраженность чувств	20	13
Непринятие чувств	19	10
Обесценивание	11	3
Обвинение	12	5
Низкий консенсус	14	7
Вина и стыд	16	6

Также, в результате психологической работы, отмечается снижение выраженности неконструктивных эмоциональных схем: «Потеря контроля» ($Z = -2,828$, при $p \leq 0,05$), «Длительность» ($Z = -2,646$, при $p \leq 0,05$), «Непонятность» ($Z = -2,828$, при $p \leq 0,05$), «Низкая выраженность чувств» ($Z = -2,646$, при $p \leq 0,05$), «Непринятие чувств» ($Z = -3,000$, при $p \leq 0,05$), «Обесценивание» ($Z = -2,828$, при $p \leq 0,05$), «Обвинение» ($Z = -2,646$, при $p \leq 0,05$), «Низкий консенсус» ($Z = -2,828$, при $p \leq 0,05$), «Вина и стыд» ($Z = -3,162$, при $p \leq 0,05$).

Контент-анализ повторно проведенного сочинения «Каким я вижу своё будущее...» с респондентами этих типов показал, что имеются положительные изменения выраженности когнитивных установок в отношении будущего [Таблица 10-11].

Таблица 10

Динамика показателей в экспериментальной группе респондентов с дезадаптивным типом образа будущего

Показатель	Респонденты с дезадаптивным типом образа будущего (25 человек)	
	до	после
Когнитивные установки в отношении будущего	Преимущественно негативные и нейтральные установки	Негативные установки отсутствуют

Для респондентов с дезадаптивным типом образа будущего до реализации программы сопровождения были характерны преимущественно негативные и нейтральные установки в отношении будущего. По результатам повторного сочинения после реализации программы психологического сопровождения негативные установки не выявлены.

Динамика показателей в экспериментальной группе респондентов с пограничным типом образа будущего

Показатель	Респонденты с пограничным типом образа будущего (29 человек)	
	до	после
Когнитивные установки в отношении будущего	Позитивные и нейтральные, небольшое число респондентов с негативными установками	Позитивные и нейтральные установки

Для респондентов с пограничным типом образа будущего до реализации программы сопровождения были характерны позитивные и нейтральные установки в отношении будущего, при этом отмечалось небольшое число респондентов с негативными установками. После реализации программы психологического сопровождения когнитивные установки сохранили позитивный и нейтральный вектор при абсолютном отсутствии негативных формулировок.

Таким образом, в результате реализации программы психологического сопровождения наблюдаются конструктивные изменения в структуре образа будущего личности интернет-активной молодежи.

Выводы по Главе 2

1. Образ будущего личности интернет-активной молодежи представлен как многоуровневая структура, включающая в себя цифровую, когнитивную, инструментальную и эмоциональную составляющую.

2. Предложен комплекс методик, позволяющий изучить предикторы образа будущего интернет-активной молодежи: свободное сочинение на тему: «Каким я вижу свое будущее...» – для исследования когнитивных установок личности по поводу будущего; психодиагностический набор методик, включающий методику «Личность в виртуальном пространстве» (А.И. Лучинкина) – для оценки виртуальности, вовлеченности и мотивов пребывания в виртуальном пространстве; методику «Методика изучения образа возможного будущего»

го» (В.Н. Петрова) – для диагностики образа возможного будущего личности; методику «Опросник временной перспективы Зимбардо» (Ф. Зимбардо и А. Гонсалес, адаптация А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой, О.В. Митиной) – для исследования отношения личности к временному континууму; методику «Самоактуализационный тест» (Э. Шостром, адаптация Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская) – для исследования компетентности во времени личности; краткую версию опросника «Тест эмоционального интеллекта» (Д.В. Люсин, А.А. Панкратова, Д.С. Корниенко) – для диагностики эмоционального интеллекта личности; методику «Шкала эмоциональных схем Лихи» (Р. Лихи, адаптация Н.А. Сироты, Д.В. Московченко, В.М. Ялтонского, Я.А. Кочеткова и А.В. Ялтонской) – для исследования восприятия и реакции личности на собственные эмоции.

3. В результате исследования цифровых маркеров личности выделены 4 группы респондентов, разделенных по уровню виртуальности и вовлеченности личности в цифровое пространство: группа 1 – с высокими показателями виртуальности и вовлеченности; группа 2 – со средними показателями виртуальности и вовлеченности; группа 3 – с низкими показателями виртуальности и вовлеченности, группа 4 – с высокими показателями виртуальности и средними показателями вовлеченности.

4. Исследование цифровой составляющей образа будущего личности интернет-активной молодежи позволило выявить наличие достоверных различий между группами с различными уровнями виртуальности и вовлеченности по показателям мотивации вхождения в сеть Интернет: «мотив репликации» ($H_{эмп} = 19,904$, при $p \leq 0,05$), «мотив личного пространства» ($H_{эмп} = 25,311$, при $p \leq 0,05$), «мотив взноса» ($H_{эмп} = 40,874$, при $p \leq 0,05$), «мотив обозначенного присутствия» ($H_{эмп} = 106,853$, при $p \leq 0,05$), «мотив вживания в роль» ($H_{эмп} = 20,777$, при $p \leq 0,05$).

5. Исследование когнитивной составляющей позволило выявить наличие достоверных различий между группами с различными уровнями виртуальности

и вовлеченности в части выбора когнитивных установок в отношении будущего: позитивных ($H_{эмп} = 38,388$, при $p \leq 0,05$), нейтральных ($H_{эмп} = 18,375$, при $p \leq 0,05$), негативных ($H_{эмп} = 16,912$, при $p \leq 0,05$).

6. Исследование инструментальной составляющей позволило выявить достоверные различия между группами с различными уровнями виртуальности и вовлеченности: по шкале «Реалистичность» ($H_{эмп} = 9,557$, при $p \leq 0,05$), шкале «Сочетание конкретности и перспективности» ($H_{эмп} = 16,266$, при $p \leq 0,05$), шкале «Согласованность жизненных планов, целей и ценностей» ($H_{эмп} = 6,220$, при $p \leq 0,05$), шкале «Оптимистичность» ($H_{эмп} = 11,320$, при $p \leq 0,05$), шкале «Будущее» ($H_{эмп} = 8,420$, при $p \leq 0,05$), шкале «Компетентность во времени» ($H_{эмп} = 16,914$, при $p \leq 0,05$).

7. Исследование эмоциональной составляющей образа будущего интернет-активной молодежи позволило выявить наличие достоверных различий между группами с различными уровнями виртуальности и вовлеченности: по шкале «Внутриличностный эмоциональный интеллект» ($H_{эмп} = 7,162$, при $p \leq 0,05$), субшкале «Управление чужими эмоциями» ($H_{эмп} = 6,170$, при $p \leq 0,05$), субшкале «Понимание своих эмоций» ($H_{эмп} = 8,145$, при $p \leq 0,05$), шкале «Бесчувственность» ($H_{эмп} = 13,254$, при $p \leq 0,05$), шкале «Вина/стыд» ($H_{эмп} = 10,388$, при $p \leq 0,05$), шкале «Низкая выраженность чувств» ($H_{эмп} = 12,123$, при $p \leq 0,05$), шкале «Длительность» ($H_{эмп} = 17,391$, при $p \leq 0,05$), шкале «Низкий консенсус» ($H_{эмп} = 23,423$, при $p \leq 0,05$), шкале «Обвинение» ($H_{эмп} = 20,824$, при $p \leq 0,05$).

8. Анализ когнитивной составляющей образа будущего личности интернет-активной молодежи не подтвердил наличие достоверных различий в группах с различным уровнем виртуальности и вовлеченности: по шкале «Смысловая жизненная перспектива» ($H_{эмп} = 0,070$, при $p > 0,05$). Исследование инструментальной составляющей образа будущего в группах не показало достоверность различий между группами: по субшкале «Продолжительность и дифференцированность временной перспективы, представленность средней ближней и дальней перспективы» ($H_{эмп} = 1,185$, при $p > 0,05$), субшкале «Активность и са-

мостоятельность при формировании жизненной перспективы» ($H_{эмп} = 2,584$, при $\rho > 0,05$). Анализ эмоциональной составляющей образа будущего не подтвердил наличие достоверных различий в группах: по шкале «Общий показатель эмоционального интеллекта» ($H_{эмп} = 3,243$, при $\rho > 0,05$), шкале «Межличностный эмоциональный интеллект» ($H_{эмп} = 0,500$, при $\rho > 0,05$), субшкале «Понимание чужих эмоций» ($H_{эмп} = 1,000$, при $\rho > 0,05$), субшкале «Управление своими эмоциями» ($H_{эмп} = 1,508$, при $\rho > 0,05$), шкале «Инвалидация» ($H_{эмп} = 1,714$, при $\rho > 0,05$), шкале «Непонятность» ($H_{эмп} = 4,505$, при $\rho > 0,05$), шкале «Упрощенный взгляд» ($H_{эмп} = 0,942$, при $\rho > 0,05$), шкале «Обесценивание» ($H_{эмп} = 5,910$, при $\rho > 0,05$), шкале «Чрезмерная рациональность» ($H_{эмп} = 1,446$, при $\rho > 0,05$), шкале «Руминации» ($H_{эмп} = 3,888$, при $\rho > 0,05$), шкале «Непринятие чувств» ($H_{эмп} = 3,899$, при $\rho > 0,05$), шкале «Потеря контроля» ($H_{эмп} = 3,606$, при $\rho > 0,05$).

9. В ходе исследования выявлены факторы, лежащие в основе типологии образа будущего интернет-активной молодежи:

- для группы с низким уровнем виртуальности – «Низкий эмоциональный интеллект и непринятие чувств», «Осмысленность и целеустремленность», «Активность/гиперрациональность», «Когнитивное упрощение/обесценивание», «Реалистичность», «Низкий консенсус и длительность негативных состояний», «Преобладание неконструктивных эмоциональных схем», «Позитивное будущее»;

- для группы со средним уровнем виртуальности – «Потеря контроля и руминации», «Целеустремленность и оптимизм», «Гиперрациональность», «Упрощенное видение будущего», «Стыд и сдержанность», «Обесценивание», «Обвинение и низкий консенсус»;

- для группы с высоким уровнем виртуальности – «Эмоциональная дезориентация», «Осмысленность и оптимизм», «Чрезмерный рациональный контроль», «Целеполагание и планирование», «Когнитивное упрощение», «Подав-

ление и непринятие эмоций», «Эмоциональная отстраненность», «Реализм без активности», «Обвинение других», «Низкий консенсус».

9. Определена структура адаптивного типа образа будущего интернет активной молодежи, включающая такие предикторы как: «компетентность во времени» ($\beta = 0,32$ при $p < 0,001$), «смысловая жизненная перспектива» ($\beta = 0,25$ при $p < 0,001$), «общий показатель эмоционального интеллекта» ($\beta = 0,18$ при $p = 0,002$), «вовлеченность» ($\beta = 0,15$ при $p = 0,008$), «мотив взноса» ($\beta = 0,12$ при $p = 0,031$), «виртуальность» ($\beta = -0,11$ при $p = 0,045$).

10. По результатам кластерного анализа выделены 3 группы респондентов с различиями в типах образа будущего: адаптивный тип образа будущего (характеризуется средним и низким уровнем виртуальности, высоким и средним уровнем вовлеченности, высоким уровнем компетентности во времени и сформированности смысловой жизненной перспективы, выраженным мотивом взноса и средним уровнем общего показателя эмоционального интеллекта, четким и определенным образом будущего), пограничный тип образа будущего (характеризуется средним уровнем виртуальности, средним и высоким уровнем вовлеченности, средними уровнями компетентности во времени и сформированности смысловой жизненной перспективы, выраженным мотивом взноса и средним уровнем общего показателя эмоционального интеллекта, неопределенным и размытым образом будущего), дезадаптивный тип образа будущего (характеризуется высоким уровнем виртуальности и средним уровнем вовлеченности, низкими уровнями компетентности во времени и сформированности смысловой жизненной перспективы, выраженным мотивом взноса и низким уровнем общего показателя эмоционального интеллекта, хаотичным и фрагментарным образом будущего).

11. Разработана модель психологического сопровождения, которая опирается на интегративный подход к коррекции и включает 3 коррекционных блока: блок коррекции когнитивных установок, блок коррекции пространственно-временного отношения к будущему и блок коррекции эмоциональных

особенностей. Программа психологического сопровождения направлена на устранение негативных установок и развитие способности к целенаправленному и осознанному планированию будущего личности, развитие целостного восприятия времени, укрепление связей между прошлым, настоящим и будущим, формирование устойчивой ориентации на долгосрочные жизненные перспективы, развитие эмоционального интеллекта, эмоциональной саморегуляции, снижение выраженности неконструктивных эмоциональных схем, а также развитие устойчивости к стрессовым воздействиям. Эффективность разработанной модели психологического сопровождения эмпирически подтверждена

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В Заключении подводятся итоги исследования и формулируются основные **выводы**.

1. Теоретически обосновано, что основным методологическим подходом к исследованию является интегративный подход к изучению образа будущего интернет-активной молодежи, объединяющий концепции временной перспективы, ценностно-смысловой регуляции, а также концепцию интернет-активности личности.

2. Установлено, что образ будущего личности интернет-активной молодежи представлен как многоуровневая структура, включающая в себя цифровые характеристики личности (виртуальность, вовлеченность в интернет-пространство, мотивация вхождения в сеть), когнитивные установки по поводу будущего, пространственно-временное отношение к будущему и эмоциональные характеристики личности.

3. Определены психологические характеристики образа будущего интернет-активной молодежи: цифровые (виртуальность ($\beta = -0,11$ при $\rho=0,045$), вовлеченность ($\beta = 0,15$ при $\rho=0,008$), мотив вноса ($\beta = 0,12$ при $\rho=0,031$)), когнитивные (смысловая жизненная перспектива ($\beta = 0,25$ при $\rho<0,001$)), инструментальные (компетентность во времени ($\beta = 0,32$ при $\rho<0,001$)) и эмоциональные (общий эмоциональный интеллект ($\beta = 0,18$ при $\rho=0,002$)).

4. Выявлено, что параметры интернет-активности являются значимыми характеристиками когнитивно-временной организации образа будущего интернет-активной молодежи: рост виртуальности личности сопровождается снижением уровня понимания своих эмоций ($H_{\text{эмп}} = 8,145$, при $\rho \leq 0,05$), оптимистичности ($H_{\text{эмп}} = 11,320$, при $\rho \leq 0,05$), реалистичности будущего ($H_{\text{эмп}} = 9,557$, при $\rho \leq 0,05$) и ориентации на будущее ($H_{\text{эмп}} = 8,420$, при $\rho \leq 0,05$), что приводит к менее устойчивым представлениям о будущем.

5. Эмпирически обоснована типология образа будущего интернет-активной молодежи, основанная на вариативности показателей сформирован-

ности характеристик, которая включает адаптивный, пограничный и дезадаптивный типы будущего: адаптивный образ будущего проявляется в способности выстраивать целостную и протяженную временную перспективу, наличии устойчивых смысловых ориентиров, согласованности целей и жизненных ценностей, в адекватной эмоциональной регуляции при столкновении с неопределённостью; пограничный образ будущего занимает промежуточное положение между адаптивным и дезадаптивным типами и характеризуется частичной сохранностью регуляторных функций. Для личности он проявляется в наличии представлений о будущем и отдельных целей, однако при их фрагментарности, слабой согласованности и недостаточной устойчивости; дезадаптивный образ будущего личности проявляется в неспособности выстраивать целостную и протяженную временную перспективу, отсутствии устойчивых смысловых ориентиров, несогласованности целей и жизненных ценностей, а также дефиците эмоциональной саморегуляции.

6. Доказано, что программа психологического сопровождения для лиц с пограничным и дезадаптивным типом образа будущего, опирающаяся на развитие целостного переживания временной перспективы и эмоциональной регуляции и направленная на повышение адаптивности и конструктивности при формировании образа будущего интернет-активной молодежи, показала эффективность (Т-критерий Уилкоксона, $p \leq 0,05$): у пограничного типа зафиксирован рост компетентности во времени ($Z = 3,162$), смысловой перспективы ($Z = 3,873$) и эмоционального интеллекта ($Z = 3,000$) и снижение выраженности эмоциональных схем – «Потеря контроля» ($Z = -2,828$), «Длительность» ($Z = -2,646$), «Непонятность» ($Z = -2,828$), «Низкая выраженность чувств» ($Z = -2,646$), «Непринятие чувств» ($Z = -3,000$), «Обесценивание» ($Z = -2,828$), «Обвинение» ($Z = -2,646$), «Низкий консенсус» ($Z = -2,828$), «Вина и стыд» ($Z = -3,162$), при сохранении позитивно-нейтрального когнитивного вектора и отсутствии негативных формулировок в отношении будущего; у дезадаптивного типа отмечен рост компетентности во времени ($Z = 3,000$), смысловой жиз-

ненной перспективы ($Z = 3,317$) и эмоционального интеллекта ($Z = 2,828$) при одновременном снижении выраженности неконструктивных схем – «Потеря контроля» ($Z = -2,449$), «Длительность» ($Z = -2,646$), «Непонятность» ($Z = -2,236$), «Упрощённый взгляд» ($Z = -3,162$), «Непринятие чувств» ($Z = -3,317$), «Бесчувственность» ($Z = -2,646$), «Обвинение» ($Z = -2,646$), «Низкий консенсус» ($Z = -2,828$), «Вина и стыд» ($Z = -2,646$), при исчезновении негативных установок о будущем.

Практические рекомендации. Результаты исследования обладают прикладной значимостью для психокоррекционной деятельности психологов, работы социальных психологов и педагогов образовательных организаций, а также для практических психологов в сфере консультирования и профориентации интернет-активной молодежи.

Перспективы дальнейшего исследования проблемы предполагают дальнейшие исследования предикторов образа будущего интернет-активной молодежи в рамках деструктивных интернет-сообществ, а также выявление гендерных различий при различном уровне интернет-активности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абакумова, И. В. Самотрансценденция как основа преадаптивной стратегии смыслообразования / И. В. Абакумова, М. В. Годунов, Д. А. Гурцкой // Научно-педагогическое обозрение. – 2020. – № 3(31). – С. 185-190. – DOI: 10.23951/2307-6127-2020-3-185-190.
2. Абакумова, И. В. Стратегии смыслообразования: переход от дуальности к триалектике / И. В. Абакумова, М. В. Годунов, Д. В. Пеньков // Российский психологический журнал. – 2019. – Т. 16, № 1. – С. 52-76. – DOI: 10.21702/rpj.2019.1.3.
3. Абульханова, К. А. Личность как субъект жизненного пути // Время как фактор изменений личности / под ред. А. В. Брушлинского, В. А. Поликарпова. – Минск : ЕГУ, 2003. – С. 24–65.
4. Абульханова-Славская К. А. Психология и сознание личности (проблемы методологии, теории и исследования реальной личности) : избранные психологические труды / К. А. Абульханова-Славская. – Москва : Моск. психол.-соц. ин-т; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1999. – 224 с.
5. Абульханова-Славская, К. А. Жизненные перспективы личности / К. А. Абульханова-Славская // Психология личности и образ жизни. – Москва : Академический научно-издательский, производственно-полиграфический и книгораспространительский центр РАН "Издательство "Наука", 1987. – С. 137-145.
6. Абульханова-Славская, К. А. Личностная регуляция времени / К. А. Абульханова-Славская // Психология личности в социалистическом обществе : Личность и ее жизненный путь. – Москва : Академический научно-издательский, производственно-полиграфический и книгораспространительский центр РАН "Издательство "Наука", 1990. – С. 114-129.
7. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – Москва : Издательство Мысль, 1991. – 299 с.

8. Андреева, А. Д. Образ собственного будущего у старшеклассников и студентов колледжа / А. Д. Андреева // Психолого-педагогические исследования. – 2022. – Т. 14, № 2. – С. 3-18. – DOI: 10.17759/psyedu.2022140201.

9. Анцыферова, Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15, № 1. – С. 3-18.

10. Арестова О. Н. Мотивация пользователей Интернета / О. Н. Арестова, Л. Н. Бабанин, А. Е. Войскунский // Гуманитарные исследования в Интернете / под ред. А. Е. Войскунского. – Москва : Можайск-Терра, 2000. – С. 55–76.

11. Асмолов, А. Г. Преадаптация к неопределенности как стратегия навигации развивающихся систем: маршруты эволюции / А. Г. Асмолов, Е. Д. Шехтер, А. М. Черноризов // Вопросы психологии. – 2017. – № 4. – С. 3-26.

12. Ахмеров Р. А. Биографические кризисы личности : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук : 19.00.01 / Ахмеров Рашад Анварович ; Институт психологии РАН. – Москва, 1994. – 24 с.

13. Барабанщиков, В. А. Коммуникативный подход в исследованиях восприятия / В. А. Барабанщиков // Психологический журнал. – 2012. – Т. 33, № 3. – С. 17-32.

14. Безруких, М. М. Анализ опыта работы за компьютером школьников 14-16 лет / М. М. Безруких, Ю. Н. Комкова // Новые исследования. – 2008. – № 2(15). – С. 22-30.

15. Белогай, К. Н. Проблемы формирования образа будущего старших подростков в условиях психолого-педагогического сопровождения / К. Н. Белогай, Н. А. Бугрова // Вестник Кемеровского государственного университета. Серия: Гуманитарные и общественные науки. – 2019. – Т. 3, № 4(12). – С. 289-301. – DOI: 10.21603/2542-1840-2019-3-4-289-301.

16. Болотова, А. К. Психология организации времени : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальности "Психология" / А. К. Болотова. – Москва : Аспект Пресс, 2006. – 254 с.

17. Брагина, Н. В. Психологическое время и типология опыта / Н. В. Брагина // Сборники конференций НИЦ Социосфера. – 2013. – № 2. – С. 8-15.

18. Будников, М. Ю. Хранитель времени: к 85-летию Филипа Зимбардо [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России. – 2018. – № 2. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/hranitel-vremeni-k-85-letiyu-filipa-zimbardo> (дата обращения: 06.04.2024).

19. Быкова, Е. Б. Образ будущего в картине мира и Я-концепции личности : диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук: 19.00.01 / Быкова Елена Борисовна. – Санкт-Петербург, 2003. – 211 с.

20. Великая, Н. М. Представления о геополитическом будущем России как фактор консолидации российского общества / Н. М. Великая, Г. В. Тартыгашева, О. П. Новоженина // Регионоведение. – 2023. – Т. 31, № 2(123). – С. 275-293. – DOI: 10.15507/2413-1407.123.031.202302.275-293.

21. Великая, Н. М. Российская молодежь о перспективах и образах будущего социально-политического развития страны / Н. М. Великая, И. С. Шушпанова // Вестник Южно-Российского государственного технического университета (НПИ). Серия: Социально-экономические науки. – 2021. – Т. 14, № 2. – С. 29-40. – DOI: 10.17213/2075-2067-2021-2-29-40.

22. Веричева, К. В. Социальное конструирование личности / К. В. Веричева // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2012. – № 149. – С. 51-58.

23. Винокуров, Л. В. Эмоциональный интеллект / Л. В. Винокуров // Человек: анатомия, физиология, психология : энциклопедический иллюстрированный словарь. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – С. 641-643.

24. Вовлеченность в виртуальную среду поколения Z / А. А. Глазков, В. В. Ермолаев, Е. Б. Пучкова, Ю. В. Суховершина // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2015. – № 10-2. – С. 361-368.

25. Володина, К. А. Исторический аспект становления категории "образ" в психологической науке / К. А. Володина // Вестник Шадринского государственного педагогического института. – 2014. – № 3(23). – С. 91-97.

26. Выготский, Л. С. Проблема возраста // Собрание сочинений : в 6 т. / Л. С. Выготский. – Москва : Педагогика, 1984. – Т. 4. – С. 244–268.

27. Гайденок, П. П. Время и вечность: парадоксы континуума / П. П. Гайденок // Вопросы философии. – 2000. – № 6. – С. 110-136.

28. Гальперин, П. Я. Введение в психологию : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным специальностям / П. Я. Гальперин – 5-е изд. – Москва : Университет, 2005. – 336 с. – ISBN 5-98227-060-1.

29. Ганзен, В. А. Систематика мысленных образов / В. А. Ганзен, А. А. Гостев // Психологический журнал. – 1989. – Т. 10, № 2. – С. 12-21.

30. Гозман, Л. Я. Самоактуализационный тест / Л. Я. Гозман, М. В. Кроз, М. В. Латинская // Практическая психология. – Москва : Российское педагогическое агентство, 1995. – 43 с.

31. Головаха, Е. И. Жизненные перспективы и ценностные ориентации личности // Психология личности в трудах отечественных психологов : [хрестоматия] / Л. В. Куликов. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – С. 135–142.

32. Головаха, Е. И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. – Киев : Наукова думка, 1984. – 207 с.

33. Головаха, Е. И., Кроник А. А. Понятие психологического времени // Категории материалистической диалектики в психологии / под ред. Л. И. Анцыферовой. – Москва : Наука, 1988. – С. 199–215.

34. Гордеева, Т. О. Диагностика оптимизма как стиля объяснения успехов и неудач: Опросник СТОУН / Т. О. Гордеева, Е. Н. Осин, В. Ю. Шевяхова. – Москва : Смысл, 2009. – 151 с.

35. Горчакова, О. Ю. Образ будущего студенческой молодежи в условиях новых вызовов: реализация базисных ценностей, оптимизм и удовлетворенность жизнью / О. Ю. Горчакова, И. А. Филенко, А. В. Ларионова // Сибирский психологический журнал. – 2024. – № 91. – С. 156-173. – DOI: 10.17223/17267080/91/9.

36. Гримак, Л. П. Магия биополя / Л. П. Гримак. – Москва : Республика, 1994. – 448 с.

37. Гуссерль, Э. Кризис европейских наук и трансцендентальная феноменология / пер. с нем. Д. В. Скляднева. – Санкт-Петербург : Владимир Даль; Фонд «Университет», 2004. – 399 с.

38. Данилова, Н. С. Целевая составляющая образа будущего в юношеском возрасте / Н. С. Данилова // Научные исследования XXI века. – 2020. – № 1(3). – С. 394-400.

39. Дегтярев, А. В. «Эмоциональный интеллект»: становление понятия в психологии / А. В. Дегтярев // Психологическая наука и образование. – 2012. – № 2. – С. 170-180.

40. Дедов, Н. П. Проблемы социальной адаптации личности в виртуальном пространстве межличностных отношений / Н. П. Дедов // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2017. – Т. 6, № 2А. – С. 128-137.

41. Дорфман, Л. Я. Индивидуальный эмоциональный стиль / Л. Я. Дорфман // Вопросы психологии. – 1989. – № 5. – С. 88-95.

42. Дорфман, Л. Я. Индивидуальный эмоциональный стиль как самостоятельность / Л. Я. Дорфман / Интегральное исследование индивидуальности: Стиль деятельности и общения / под ред. Б. А. Вяткин. – Пермь, 1992. – С. 93-103.

43. Дорфман, Л. Я. Метаиндивидуальный мир : Методологические и теоретические проблемы / Л. Я. Дорфман. – Москва : Издательство «Смысл», 1993. – 456 с.

44. Духновский, С. В. Временная перспектива и направленность педагогов с разным отношением ко времени / С. В. Духновский, Д. Л. Прокопьев // Вестник Югорского государственного университета. – 2022. – № 4(67). – С. 199-205.

45. Духновский, С. В. Личностные характеристики педагогов зрелого возраста с разным отношением ко времени / С. В. Духновский, В. А. Мищенко, А. В. Миронов // Северный регион: наука, образование, культура. – 2022. – № 1(49). – С. 39-46.

46. Духновский, С. В. Особенности временной направленности субъектов, переживающих и не переживающих безопасность / С. В. Духновский, А. В. Заикин // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2023. – Т. 28, № 2(93). – С. 133-138.

47. Духновский, С. В. Отношение к времени как ресурсная характеристика личности / С. В. Духновский // Вестник Калужского университета. Серия 1. Психологические науки. Педагогические науки. – 2022. – Т. 5, № 1(14). – С. 55-61. – DOI: 10.54072/26586568_2022_5_1_55.

48. Жизненные перспективы, ценности и цели молодежи Сибири (по данным исследования в Сибирском федеральном округе) / Н. Д. Скосырева, А. В. Зинич, В. М. Помогаев [и др.] // Идеи и идеалы. – 2022. – Т. 14, № 2-2. – С. 411-428. – DOI: 10.17212/2075-0862-2022-14.2.2-411-428.

49. Жичкина, А. Е. Самопрезентация в виртуальной коммуникации и особенности идентичности подростков-пользователей интернета / А. Е. Жичкина, Е. П. Белинская // Образование и информационная культура. Социологические аспекты. Труды по социологии образования / Под редакцией В. С. Собкина. – Москва : Федеральное государственное научное учреждение "Институт социологии образования" Российской академии образования, 2000. – Т. 5, № 7. – С. 431-460.

50. Заводчиков, Д. П. Будущее в структуре субъективного образа профессиональной жизни студентов / Д. П. Заводчиков, Е. В. Лебедева, А. А. Шаров //

Образование и наука. – 2024. – Т. 26, № 5. – С. 152-181. – DOI: 10.17853/1994-5639-2024-5-152-181.

51. Заграничный, А. И. Соотношения различных видов деятельности в зависимости от частоты переноса социальной активности из реальной среды в виртуальную среду и наоборот / А. И. Заграничный // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2019. – Т. 29, № 3. – С. 286-290. – DOI: 10.35634/2412-9550-2019-29-3-286-290.

52. Захарова, А. Ю. Временная перспектива личности при аффективных расстройствах: обзор научных исследований / А. Ю. Захарова, А. В. Трусова // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2019. – Т. 16, № 3. – С. 435-450. – DOI: 10.22363/2313-1683-2019-16-3-435-450.

53. Зейгарник, Б. В. Теория поля Курта Левина / Б. В. Зейгарник. – Москва : МГУ, 1981. – 104 с.

54. Зимбардо, Ф. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь : исправь Прошлое, наслаждайся Настоящим и управляй Будущим / Ф. Зимбардо, Д. Бойд. – Санкт-Петербург : Речь, 2010. – 349 с. – ISBN 978-5-9268-0900-5.

55. Зиновьева, Е. В. Интеграция опыта: между прошлым и будущим / Е. В. Зиновьева, С. Н. Костромина // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. – 2022. – Т. 12, № 2. – С. 186-203.

56. Зинченко, В. П. Восприятие, движение, действие [Электронный ресурс] // Зинченко В. П. Образ и деятельность. – Москва : Институт практической психологии; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1997. – С. 313–341. – URL: <http://www.psychlib.ru/inc/absid.php?absid=90249>.

57. Камнева, Е. В. Анализ психологического содержания временной перспективы в образе «Я» субъекта (В возрастном диапазоне от 6 до 18 лет) : диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук : 19.00.13 / Камнева Елена Владимировна. – Тула, 2002. – 191 с.

58. Клементьев, Б. С. Трансформация личности в пространстве Интернета / Б. С. Клементьев // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. – 2017. – Т. 6, № 2. – С. 173-179. – DOI: 10.18500/2304-9790-2017-6-2-173-178.

59. Клименко, Е. В. Феномен субъективного переживания одиночества цифровым поколением / Е. В. Клименко // Молодой ученый. – 2020. – № 22(312). – С. 471-475.

60. Ковалев, В. И. Об индивидуальном жизненном хронотопе человека / В. И. Ковалев // Психология личности и время жизни человека: сборник научных докладов по материалам Всесоюзной научной конференции. – Черновцы : ЧГУ, 1991. – С. 76-91.

61. Козлова, Н. Н. Образы будущего России и молодежная политика: социально-философский анализ / Н. Н. Козлова, О. Г. Овчарова, С. В. Рассадин // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Философия. – 2021. – № 2(56). – С. 100-109. – DOI: 10.26456/vtphilos/2021.2.100.

62. Кокоткина, О. С. Жизненная программа личности как способ сознательной организации ее жизнедеятельности / О. С. Кокоткина // Жизненные траектории личности в современном мире: социальный и индивидуальный контекст : сборник статей I Международной научно-практической конференции, Кострома, 22–23 апреля 2021 года / Сост. Т. Е. Коровкина, отв. редакторы Т. Н. Адеева, С. А. Хазова. – Кострома : Костромской государственный университет, 2021. – С. 185-189.

63. Коржова, Е. Ю. Жизненный путь личности как психологический феномен / Е. Ю. Коржова // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. – 2024. – № 4(28). – С. 28-38. – DOI 10.47475/2409-4102-2024-28-4-28-38.

64. Коржова, Е. Ю. Развитие нравственного потенциала обучающихся в эпоху цифровизации и искусственного интеллекта / Е. Ю. Коржова,

Е. К. Веселова, М. Я. Дворецкая // Научное мнение. – 2023. – № 10. – С. 22-30. – DOI 10.25807/22224378_2023_10_22.

65. Кроник, А. А. Каузометрия: методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А. А. Кроник, Р. А. Ахмеров. – Москва : Смысл, 2003. – 284 с.

66. Кузнецова, И. В. Выбор аватара как форма самопрезентации в сети Интернет (на примере социальной сети «ВКонтакте») / И. В. Кузнецова, Е. А. Фомина // Петербургский психологический журнал. – 2016. – № 14. – С. 101-114.

67. Кюглер, П. Психические образы как мост между субъектом и объектом / П. Кюглер // Кембриджское руководство по аналитической психологии : сборник трудов / под ред. П. Янг-Айзендрат, Т. Даусона. – Москва : Добросвет, 2000. – С. 121–141.

68. Левин, К. Определение понятия «поле в данный момент» / К. Левин // Хрестоматия по истории психологии: период открытого кризиса (начало 10-х – середина 30-х гг. XX века) / под ред. П. Я. Гальперина, А. Н. Ждан. – Москва : Издательство Московского университета, 1980. – С. 131–145.

69. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Москва : Политиздат, 1975. – 304 с.

70. Леонтьев, А. Н. Избранные психологические произведения : в 2 т. Т. 1 / А. Н. Леонтьев. – Москва : Педагогика, 1983. – 392 с.

71. Леонтьев, А. Н. Проблемы развития психики / А. Н. Леонтьев. – Москва : Издательство Московского университета, 1981. – 584 с.

72. Леонтьев, А. Н. Философия психологии : из научного наследия / А. Н. Леонтьев. – Москва : Издательство Московского университета, 1994. – 285 с. – ISBN 5-211-02628-4.

73. Леонтьев, Д. А. Субъективная семантика и смыслообразование // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 1990. – № 3. – С. 33-42.

74. Лихи, Р. Л. терапия эмоциональных схем / Р. Л. Лихи // Консультативная психология и психотерапия. – 2021. – Т. 29, № 3(113). – С. 45-57. – DOI: 10.17759/cpp.2021290304.

75. Логинова, Н. А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности : учебное пособие / Н. А. Логинова. – Алматы : Казак университети, 2001. – 171 с. – ISBN 9965-12-002-1.

76. Ломов, Б. Ф. Психическая регуляция деятельности : Избранные труды / Б. Ф. Ломов. – Москва : Институт психологии РАН, 2006. – 624 с. – ISBN 5-9270-0099-1.

77. Лотман, Ю. М. Автокоммуникация: «Я» и «Другой» как адресаты (о двух моделях коммуникации в системе культуры) // Лотман, Ю. М. Семиосфера. Культура и взрыв. Внутри мыслящих миров. Статьи. Исследования. Заметки. – Санкт-Петербург : Искусство-СПб, 2000. – С. 163–177.

78. Лучинкина, А. И. Особенности формирования виртуальной личности интернет-пользователя / А. И. Лучинкина // Проблемы современного педагогического образования. – 2015. – № 47-2. – С. 280-286.

79. Лучинкина, А. И. Психология социализации личности в виртуальном пространстве : монография / А. И. Лучинкина. – Симферополь : ИП Хотеева Л. В., 2020. – 175 с. – ISBN: 978-5-6044683-7-1.

80. Лучинкина, А. И. Специфика интернета как института социализации / А. И. Лучинкина // Научный результат. Педагогика и психология образования. – 2019. – Т. 5, № 1. – С. 59-69. – DOI: 10.18413/2313-8971-2019-5-1-0-5.

81. Лучинкина, А. И. Специфика мотивации интернет-пользователей / А. И. Лучинкина // Перспективы науки и образования. – 2014. – № 6(12). – С. 105-109.

82. Люсин, Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭмИн / Д. В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3-22.

83. Люсин, Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д. В. Люсин // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / Институт психологии РАН; под редакцией Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – Москва : Институт психологии РАН, 2004. – С. 29-36.

84. Малахаева, С. К. Мотивация и склонность к риску у игроков в массовые многопользовательские ролевые онлайн-игры (ММОРПГ) / С. К. Малахаева // Baikal Research Journal. – 2018. – Т. 9, № 3. – С. 5. – DOI: 10.17150/2411-6262.2018.9(3).5.

85. Методика оценки вовлеченности в использование информационно-коммуникационных технологий / А. Н. Татарко, Е. В. Макласова, З. Х. Лепшокова [и др.] // Социальная психология и общество. – 2020. – Т. 11, № 1. – С. 159-179. – DOI: 10.17759/sps.2020110110.

86. Михальский, А. В. Психология времени (хронопсихология) / А. В. Михальский – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2016. – 72 с. – ISBN 978-5-4263-0360-7.

87. Михальский, А. В. Психология конструирования будущего / А. В. Михальский. – Москва : Московский государственный психолого-педагогический университет, 2014. – 192 с.

88. Наумова, Н. Ф. Связь субъективного времени и социальных характеристик респондентов / Н. Ф. Наумова, А. И. Пригожин, В. П. Горяинов // Российское общество: социологические перспективы. – Москва : [б. и.], 2000. – С. 321-342.

89. Носуленко, В. Н. Познание и общение: системная исследовательская парадигма / В. Н. Носуленко, Е. С. Самойленко // Психологический журнал. – 2012. – Т. 33, № 4. – С. 5-16.

90. Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Ж. Нюттен / под ред. Д. А. Леонтьева ; пер. с англ. Е. Ю. Патяевой, Н. Н. Толстых, В. И. Шевяхова. – Москва : Смысл, 2004. – 608 с. – ISBN 5-89357-151-7.

91. Панкратова, А. А. Апробация краткой версии опросника Эмин / А. А. Панкратова, Д. С. Корниенко, Д. В. Люсин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2022. – Т. 19, № 4. – С. 822-834. – DOI: 10.17323/1813-8918-2022-4-822-834.

92. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология : учебное пособие для психологических специальностей учреждений, обеспечивающих получение высшего образования / Л. А. Пергаменщик. – Минск : Вышэйшая школа, 2004. – 239 с. – ISBN 985-06-1010-7.

93. Петрова, В. Н. Изучение образа будущего: Методологические проблемы и пути их решения / В. Н. Петрова // Сибирский психологический журнал. – 2009. – № 32. – С. 6-10.

94. Петрова, В. Н. Методика изучения образа возможного будущего / В. Н. Петрова // Сибирский психологический журнал. – 2002. – № 16-17. – С. 32-36.

95. Петровский, А. В. Теоретическая психология : учебное пособие для студентов психологического факультета высших учебных заведений / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – Москва : Академия, 2001. – 496 с.

96. Пиаже, Ж. Избранные психологические труды : психология интеллекта. Генезис числа у ребёнка. Логика и психология / Ж. Пиаже / предисл. В. А. Лекторского и др. – Москва : Просвещение, 1969. – 659 с.

97. Пиаже, Ж. Речь и мышление ребёнка / Ж. Пиаже. – Москва : РИМИС, 2008. – 416 с. – ISBN 978-5-9650-0045-6.

98. Повзун, В. Д. Ценностное самоопределение личности в университетском образовании : диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук : 13.00.01/ Повзун Вера Дмитриевна. – Сургут, 2005. – 387 с.

99. Полищук, Е. А. Подходы к пониманию категории образа в психологии / Е. А. Полищук // Журнал научных публикаций аспирантов и докторантов. – 2010. – № 5(47). – С. 60-62.

100. Психодиагностика эмоциональных схем: результаты апробации русскоязычной краткой версии шкалы эмоциональных схем Р. Лихи / Н. А. Сирота, Д. В. Московченко, В. М. Ялтонский [и др.] // Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева. – 2016. – № 1. – С. 76-83.

101. Радугин, А. А. Психология : учебное пособие / А. А. Радугин. – Москва : Центр, 2003. – (Alma mater). – ISBN 5-88860-061-X.

102. Расина, Э. О. Индекс виртуализации личности интернет-пользователя социальных сервисов: апробация психометрической методики / Э. О. Расина // СибСкрипт. – 2023. – Т. 25, № 2(96). – С. 228-239. – DOI: 10.21603/sibscript-2023-25-2-228-239.

103. Реан, А. А. Социально-перцептивный образ различных социальных групп в сознании подростков / А. А. Реан, И. А. Коновалов // Социальная психология и общество. – 2018. – Т. 9, № 2. – С. 60-80. – DOI: 10.17759/sps.2018090205.

104. Розенова, М. И. Обучение счастью: проблемы субъективного восприятия и переживания / М. И. Розенова // Психология обучения. – 2016. – № 2. – С. 82-99.

105. Российская Федерация. Законы. О молодёжной политике в Российской Федерации : Федеральный закон № 489-ФЗ : текст с изменениями и дополнениями на 23 июля 2025 года : принят Государственной Думой 23 декабря 2020 года : одобрен Советом Федерации 25 декабря 2020 года. – Москва : Центрмат, 2020. – 36 с. – ISBN 978-5-903040-69-8.

106. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Москва : Академия наук СССР, 1946. – 704 с.

107. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 720 с. – ISBN 5-314-00016-4.

108. Семантический дифференциал времени как метод психологической диагностики личности при депрессивных расстройствах / Л. И. Вассерман,

О. Н. Кузнецов, В. А. Ташлыков [и др.]. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский научно-исследовательский психоневрологический институт им. В. М. Бехтерева, 2005. – 27 с.

109. Сергиенко, Е. А. Принципы психологии развития: современный взгляд [Электронный ресурс] / Е. А. Сергиенко // Психологические исследования. – 2012. – Т. 5, № 24. – URL: <http://www.psystudy.ru/index.php/num/2012v5n24/711-sergienko24.html> (дата обращения: 18.06.2025).

110. Симоненко, А. С. Теоретический анализ проблемы времени в психологии / А. С. Симоненко // Молодой ученый. – 2010. – № 12-2. – С. 73-76.

111. Ситников, В. Л. Образ ребенка в сознании детей и взрослых / В. Л. Ситников. – Санкт-Петербург : Химиздат, 2001. – 287 с. – ISBN 5-93808-028-2.

112. Солдатова, Е. Л. Феномен виртуальной идентичности: современное состояние проблемы / Е. Л. Солдатова, Д. Н. Погорелов // Образование и наука. – 2018. – Т. 20, № 5. – С. 105-124. – DOI: 10.17853/1994-5639-2018-5-105-124.

113. Сравнительный анализ выбора стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях китайскими и российскими студентами / Е. Ю. Коржова, Ф. Чжу, М. Я. Дворецкая, Е. Н. Туманова // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2024. – Т. 13, № 3(48). – С. 211-214.

114. Стреленко, А. А. Проблема образа человека в российской и белорусской психологии / А. А. Стреленко // Проблемы современного образования. – 2021. – № 6. – С. 60-72. – DOI: 10.31862/2218-8711-2021-6-60-72.

115. Стрельцова, А. А. Образ будущего глазами современного студента / А. А. Стрельцова ; науч. рук. М. А. Макиенко // Современные техника и технологии : сб. трудов XXI междунар. науч. конф. студентов, аспирантов и молодых учёных, Томск, 5-9 окт. 2015 г. : в 2 т. – Томск : Изд-во ТПУ, 2015. – Т. 2. – С. 313–315.

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

117. Тарасова, Л. Н. Теории времени в психологии / Л. Н. Тарасова, С. Ю. Ковалев // Вестник Мордовского университета. – 2007. – Т. 17, № 2. – С. 116-118.

118. Толочек, В. А. Проблема стилей в психологии : Историко-теоретический анализ / В. А. Толочек. – Москва : Институт психологии РАН, 2013. – 318 с. – ISBN 978-5-9270-0260-3.

119. Узнадзе, Д. Н. Экспериментальные основы психологии установки / Д. Н. Узнадзе. – Тбилиси : Изд-во Акад. наук Груз. ССР, 1949. – 200 с.

120. Утяганова, З. З. «Образ будущего» в процессе самореализации студента в вузе / З. З. Утяганова // Образование и саморазвитие. – 2009. – № 3(13). – С. 3-7.

121. Ушаков, Д. В. Социальный и эмоциональный интеллект: надежды, сомнения, перспективы / Д. В. Ушаков // Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – Москва : Институт психологии РАН, 2009. – С. 11–30.

122. Фалкина, С. А. Психологические характеристики подростков, склонных к виктимному поведению в Интернет-сети / С. А. Фалкина // Перспективы науки и образования. – 2014. – № 1(7). – С. 230-236.

123. Феномен погруженности в интернет-среду: определение и диагностика / Л. А. Регуш, А. В. Орлова, Е. В. Алексеева [и др.] // Сибирский психологический журнал. – 2021. – № 81. – С. 107-125. – DOI 10.17223/17267081/81/5.

124. Хачатурова, М. Р. Временная перспектива личности и выбор стратегий совладающего поведения в ситуации межличностного конфликта / М. Р. Хачатурова, А. К. Болотова // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2011. – № 10. – С. 241-249.

125. Холл, К. С. Теории личности : учебное пособие для студентов факультетов психологии по дисциплине «Общая психология» / К. С. Холл, Г. Линдсей ; [пер. с англ. И. Б. Гриншпун]. – Москва : Психотерапия, 2008. – 653 с. – ISBN 978-5-903182-47-3.

126. Хохлов, А. А. Представления о будущем в коллективном сознании россиян / А. А. Хохлов // Наука. Культура. Общество. – 2023. – Т. 29, № 4. – С. 6-17. – DOI: 10.19181/nko.2023.29.4.1.

127. Цариценцева, О. П. Структурно-содержательные особенности отношения ко времени студентов с разным уровнем оптимизма / О. П. Цариценцева, Т. А. Липская // Научно-педагогическое обозрение. – 2019. – № 6(28). – С. 191-201. – DOI: 10.23951/2307-6127-2019-6-191-201.

128. Частоколенко, Я. Б. Динамика первичного творчества в коммуникативном процессе тренинга креативности : диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук: 19.00.05 / Частоколенко Яна Борисовна. – Томск, 2004. – 178 с.

129. Чекалина, М. С. Взаимосвязь построения образа будущего и саморегуляции / М. С. Чекалина // Вестник педагогических инноваций. – 2017. – № 4(48). – С. 51-60.

130. Шилова, Н. П. Возрастные различия в представлениях о будущем от подростничества до взрослости / Н. П. Шилова // Психологическая наука и образование. – 2023. – Т. 28, № 3. – С. 62-74. – DOI 10.17759/pse.2023280305.

131. Шилова, Н. П. Временная перспектива в современных зарубежных исследованиях: возрастные, культурные и социальные аспекты / Н. П. Шилова // Современная зарубежная психология. – 2025. – Т. 14, № 3. – С. 105-114. – DOI 10.17759/jmfp.2025140309.

132. Шилова, Н. П. Временная перспектива и важность жизненных событий в юношестве / Н. П. Шилова, А. К. Владыко // Вестник университета. – 2023. – № 3. – С. 218-226. – DOI 10.26425/1816-4277-2023-3-218-226.

133. Шилова, Н. П. Динамика в формировании образа будущего от подростничества до взрослости / Н. П. Шилова // Вестник МГПУ. Серия: Педагогика и психология. – 2024. – Т. 18, № 1-2. – С. 129-149. – DOI 10.25688/2076-9121.2024.18.1-2.15.

134. Шилова, Н. П. Особенности временной перспективы в юношестве в зависимости от уровня получаемого образования: результаты сравнительно исследования / Н. П. Шилова // Психология и психотехника. – 2024. – № 1. – С. 128-142. – DOI 10.7256/2454-0722.2024.1.69796.

135. Шилова, Н. П. Особенности временной трансспективы студентов среднего профессионального образования: результаты сравнительного исследования / Н. П. Шилова // Вестник МГПУ. Серия: Педагогика и психология. – 2022. – № 1(59). – С. 94-110. – DOI 10.25688/2076-9121.2022.16.1.05.

136. Шилова, Н. П. Представления юношей и девушек о будущем и результаты государственной итоговой аттестации / Н. П. Шилова // Психолого-педагогические исследования. – 2024. – Т. 16, № 4. – С. 96-108. – DOI 10.17759/psyedu.2024160407.

137. Шкуратова, И. П. Смыслы и мотивы общения людей в социальных сетях Интернета / И. П. Шкуратова // Категория смысла в философии, психологии, психотерапии и в общественной жизни : Материалы Всероссийской психологической конференции с международным участием, Ростов-на-Дону, 23–26 апреля 2014 года / Российское психологическое общество; Факультет психологии Южного федерального университета совместно с Восточно-Европейским институтом психоанализа (ВЕИП); Европейской конфедерацией психоаналитической психотерапии (ЕКПП) и Европейской Ассоциацией психологического Консультирования (ЕАК). – Ростов-на-Дону : Общество с ограниченной ответственностью «Кредо», 2014. – С. 281-282.

138. Шульц, Д. П. История современной психологии / Д. П. Шульц, С. Э. Шульц ; пер. с англ. А. В. Говорунова [и др.]. – Санкт-Петербург : Евразия, 2002. – 532 с. – ISBN 5-8071-0007-7.

139. Экзистенциальная психология. Экзистенция / Под ред. Ролло Мэя [и др.] ; [Пер. с англ. М. Занадворова, Ю. Овчинниковой]. – Москва : Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001. – 624 с. – ISBN 5-04-088227-0.

140. Юнг, К. Г. Человек и его символы / К. Г. Юнг, М.-Л. фон Франц, Дж. Л. Хендерсон, И. Якоби, А. Яффе ; под общ. ред. С. Н. Сиренко. – Москва : Серебряные нити, 1997. – 367 с. – ISBN 5-89163-003-6.

141. Яничев, П. И. Психология отражения и переживания времени: актуальные проблемы / П. И. Яничев // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – 2007. – Т. 9, № 42. – С. 7-20.

142. Ясперс, К. Смысл и назначение истории / К. Ясперс ; Карл Ясперс; Вступительная статья П. П. Гайденко, перевод с немецкого М. И. Левиной. – 1-е издание. – Москва : Политиздат, 1991. – 525 с. – ISBN 5-250-01357-0.

143. Beck, A. T. Anxiety Disorders and Phobias: A Cognitive Perspective / A. T. Beck, G. Emery, R. L. Greenberg. – Cambridge, Massachusetts : Basic Books, 2005. – 384 p.

144. Beck, A. T. Cognitive Therapy and the Emotional Disorders / A. T. Beck. – New York : International Universities Press, 1976. – 356 p.

145. Beck, A. T. Cognitive Therapy of Depression / A. T. Beck. – New York : Guilford Press, 1979. – 425 p.

146. Boniwell, I. Balancing time perspective in pursuit of optimal functioning / I. Boniwell, P. G. Zimbardo // Positive Psychology in Practice / eds. A. Linley, S. Joseph. – Hoboken : John Wiley & Sons, 2012. – P. 165-178.

147. Doering, N. Sozialpsychologie des Internet / N. Doering. – Göttingen : Hogrefe Verlag, 2003. – 516 p.

148. Facebook Profiles Reflect Actual Personality, Not Self-Idealization / M. D. Back, J. M. Stopfer, S. Vazire [and others] // Psychological Science. – 2010. – Vol. 21, № 3. – P. 372-374.

149. Frank, L. K. Time perspective / L. K. Frank // Journal of Social Philosophy. – 1939. – № 4. – P. 293-312.

150. Greenberg, L. S. *Emotion-Focused Therapy* / L. S. Greenberg, R. Elliott // *Comprehensive Handbook of Psychotherapy*. – 2002. – Vol. 4. – P. 213-240.

151. Hayes, S. C. *Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Mindful Change* / S. C. Hayes, K. D. Strosahl, K. G. Wilson. – New York : Guilford Press, 2011. – 402 p.

152. Hong, E. *Future Self-Continuity Promotes Meaning in Life Through Authenticity* / E. Hong, Y. Zhang, C. Sedikides // *Journal of Research in Personality*. – 2024. – Vol. 109. – Art. 104463. – DOI 10.1016/j.jrp.2024.104463.

153. Leahy, R. L. *Emotion Regulation in Psychotherapy: A Practitioner's Guide* / R. L. Leahy, D. Tirch, L. A. Napolitano. – New York : Guilford Press, 2011. – 304 p.

154. Linehan, M. M. *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder* / M. M. Linehan. – New York : Guilford Press, 1993. – 558 p.

155. Salovey, P. *Emotional Intelligence* / P. Salovey, J. D. Mayer // *Imagination, Cognition and Personality*. – 1990. – Vol. 9. – P. 185-211.

156. Wells, A. *Metacognitive Therapy for Anxiety and Depression* / A. Wells. – New York : Guilford Press, 2008. – 316 p.

157. Wilson, R. E. *A Review of Facebook Research in the Social Sciences* / R. E. Wilson, S. D. Gosling, L. T. Graham // *Perspectives on Psychological Science*. – 2012. – Vol. 7, № 3. – P. 203-220.

158. Zimbardo, P. G. *Putting time into perspective: a valid, reliable individual-differences metric measurement* / P. G. Zimbardo, J. N. Boyd // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1999. – Vol. 77. – P. 1271-1288.

159. Zimbardo, P. G. *The Lucifer Effect: Understanding How Good People Turn Evil* / P. G. Zimbardo. – New York : Random House, 2007. – 551 p.