УДК 159.9

Общая психология, психология личности, история психологии

ОСОБЕННОСТИ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О БУДУЩЕМ У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН В ПЕРИОД РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

Никитина А.А., Тихонова К.И.

Данная статья посвящена исследованию особенностей представлений о будущем у мужчин и женщин в период ранней взрослости. Авторами выдвигается гипотеза, что существуют различия в представлениях о будущем между мужчинами и женщинами. Представлены имеющиеся в научной литературе подходы к изучению образа будущего и определению данному понятию. Рассмотрены психологические особенности возраста в период ранней взрослости. В статье представлены результаты собственного эмпирического исследования, отражающие особенности представлений о будущем у мужчин и женщин. С помощью использования коэффициента t-критерия Стьюдента были выявлены различия в представлениях о будущем у мужчин и женщин в период ранней взрослости. Результаты исследования могут быть использованы специалистами для психологической поддержки людей в период ранней взрослости.

Ключевые слова: представление о будущем, образ будущего, ранняя взрослость, представления о жизненных перспективах личности

PECULIARITIES OF MEN'S AND WOMEN'S IMAGE OF THE FUTURE IN EARLY ADULTHOOD

Nikitina I.A., Tikhonova K.I.

This article is devoted to the study of the features of peculiarities of men's and women's image of the future in early adulthood. The authors hypothesize is that there are differences in ideas about the future between men and women. It presents approaches to the study of the image of the future and definitions of this concept found in the scientific literature. The psychological characteristics of early adulthood are also discussed. The article presents the results of the empirical study, reflecting the specifics of future perceptions in men and women. Using the Student's t-test and content analysis, differences in future perceptions were identified. The results of the study can be used by specialists for providing psychological support to people in early adulthood.

Key words: idea of the future, image of the future, early adulthood, ideas about the life prospects of the individual

Введение

Период ранней взрослости является периодом интенсивных жизненных изменений и принятия важных решений в профессиональной сфере, личной жизни, осознании своих ценностей и формировании целей на будущее. События, происходящие в настоящее время в мире, например, нестабильность экономической ситуации или неустойчивость в политической сфере, могут сильно повлиять на формирование образа будущего у человека, так как одним из основных факторов, на основании которых формируется образ будущего, является опора на настоящее, а неопределенность и размытость перспектив затрудняют этот процесс.

В общем понимании, образ будущего представляет собой модель, которая базируется на субъективном личном опыте человека, и в последующем, влияет на восприятие действительности. Анализ литературы по теме исследования показывает, что в настоящее время в дискурсе научного внимания находится проблема построения образа будущего,

определение его механизмов и специфики оказания влияния на организацию жизненного пути личности. Вместе с тем, остается малоизученным вопрос об особенностях представлений о будущем в контексте различных возрастов. Данная проблема представлена в современных работах следующих авторов: Никитина А.А., Волкова Е.А. [11], Сустатов А.А., Морозова Л.Б. [15], Иванченко Г.В. [7], Шершнёва Т.В. [19], Шилова Н.П., Бруданов П.П. [20].

Одним из первых на значение будущего в жизни человека обратил внимание К.Левин. Он определил временную перспективу как «целостность видения человеком своего психологического будущего и психологического прошлого в данное время» [6]. Состояние человека, по его мнению, зависит больше от ожиданий от будущего, чем от настоящего. Ограниченность или отсутствие временной перспективы, по его мнению, ведет к пассивности, дезорганизации, неэффективности деятельности [6].

Ж.Нюттен рассматривал связь мотивации и действия с образом будущего. Он описывал перспективу будущего, как пространство, в котором формируется переработанная мотивация деятельности человека. Это «пространство мотивации» определяет поведение человека, формирует цели и способы их достижения [12].

А.Бандура в своей социально-когнитивной теории научения рассматривал понятие самоэффективности. Теория самоэффективности говорит о том, что результат события зависит от того, насколько сам человек верит в удачный для него исход, то есть в свои силы и умения. Опираясь на критерий самоэффективности А.Бандура делит людей на доверяющих себе, которые могут как предвидеть желаемое будущее, так и создавать его, и на не доверяющих себе, которые не только не могут предвидеть будущее, но и не готовы его созидать [4].

Согласно концепции личностных конструктов, автором которой является американский психолог Дж.Келли, человек, при выстраивании своей жизни, опирается на свое представление будущего, а не на прошлое и настоящее. При этом успешность в прогнозировании событий в будущем зависит от используемых личностных конструктов. Под личностным конструктом в концепции подразумевается обобщение из предшествующего опыта, которое человек использует при прогнозировании будущего [8].

Концепция будущего и его роль в жизни человека является ключевой в работах В.Франкла. Он отмечал, что человек не может существовать «без фиксированной точки отсчета в будущем», «с утратой будущего человек утрачивает внутренний временной план, в связи с этим возникает его бездумное существование» [17].

Ф.Зимбардо исследовал образ будущего в контексте временной перспективы, чтобы понять, каким образом и почему человек обращает свои мысли за пределы настоящего времени. Он дает следующее определение временной перспективе: «Временная перспектива – это

основной аспект в построении психологического времени, которое возникает из когнитивных процессов, разделяющих жизненный опыт человека на временные рамки прошлого, настоящего и будущего» [16]. Рассматривая временную перспективу, он выделил пять временных ориентаций: негативное восприятие прошлого, позитивное восприятие прошлого, восприятие настоящего фаталистическим, восприятие настоящего гедонистическим и степень ориентации на будущее, которая включает наличие у человека целей и планов на будущее.

В отечественной психологии на роль будущего в развитии личности одним из первых обратил внимание Л.С. Выготский, который считал, что, опираясь только на внешние проявления человека (его поведение, поступки), невозможно полностью понять личность. Необходимо рассматривать личность человека не только в связи с прошлым, но и уделять большое внимание будущему, придавая важное значение жизненным перспективам человека, его целям и планам [5].

Б.Ф.Ломов анализировал образ будущего с точки зрения системного подхода. Проблема образа рассматривалась на примере антиципации. Б.Ф.Ломов подчеркивает, что антиципация играет важную роль в структуре деятельности человека во всех сферах жизни, раскрывает роль и функции психического образа в регуляции деятельности [18].

Подчеркивая значение будущего для человека, К.А. Абульханова и Т.Н. Березина пишут: «Во внутренней психической реальности одновременно существуют несколько различных вариантов будущего, некоторые из которых закономерно осуществятся, а другие останутся в виртуальной форме. Но присутствие в нашей психике всех этих вариантов, равно как и прожитых лет, предопределяет наше настоящее – наши решения и поступки» [3].

Т.Н. Козловская в своей работе рассматривает проблемы психологического времени и подчеркивает значение будущего для индивида. Она пишет: «системным отражением ориентации на время, как ценность, является образ будущего» [10]. Автор отмечает, образ будущего динамичен и периодически пересматривается, корректируется в результате внешних факторов и личного развития индивида.

Г.В. Иванченко в своей работе исследовала сферу возможного [7]. Автор определяла данную сферу через систему целей-ценностей субъекта, которые взаимосвязаны между собой. В процессе постановки целей субъект определяет границы своего возможного и данные представления, по мнению Г.В.Иванченко, можно рассматривать, как образ будущего.

В.Н.Петрова выделила следующие критерии для изучения образа будущего индивида: уровень самосознания, смысловая жизненная перспектива, пространственно-временная жизненная перспектива, социальная зрелость на уровне макросоциума и микросоциума и готовность к профессиональному самоопределению [13].

К.А. Абульханова [1] изучая планирование будущего, рассматривала его, как совокупность трех критериев: психологическая перспектива (способность осознанно прогнозировать и представлять будущее в различных областях жизни в зависимости от ценностных ориентиров), личностная перспектива (готовность в настоящем к будущему, как показатель зрелости и умения организовывать время) и жизненная перспектива (условия жизни, опоры, жизненные отношения, которые способствуют оптимальному жизненному продвижению личности).

Период взрослости считается одним из самых продолжительных периодов в онтогенезе. Границы периодов вариативны, они зависят в меньшей степени от хронологического возраста и биологических изменений, и в большей степени от личностных, социальных и культурных воздействий и событий.

Д.Бромлей характеризует раннюю взрослость, как период овладения ролью взрослого человека, когда появляются экономическая ответственность, избирательные права и правовая зрелость. В этом возрасте наблюдается активное участие в жизни общества, выстраивается собственный образ жизни, создается семья, развиваются профессиональные роли и навыки.

Д.Левинсон в периоде ранней взрослости выделяет критический переход примерно в возрасте 30 лет, который характеризуется сомнениями и неудовлетворенностью. Это период, когда карьерные цели и стиль жизни подвергаются пересмотру [9].

Несмотря на то, что в отечественной возрастной психологии большая часть исследований была направлена на изучение детских и юношеских этапов взросления, особенностям психического развития на более поздних стадиях также было уделено внимание.

Г.С. Абрамова выделяет компоненты зрелости, развитие которых дает основание считать человека взрослым: физиологическая, юридическая и психологическая. Психологическую составляющую она рассматривает, как развитие новообразований, способствующих созданию семьи и родительству. Таким образом, она выделяет устройство жизни в новой семье (браке), как одну из важнейших задач развития [1].

В.И. Слободчиков в своей периодизации отдельное внимание уделял кризисным периодам. В своей работе от соглашается с позицией Л.С.Выготского, что ключ к пониманию общих законов психического развития дает изучение кризисных, переходных периодов – в них наиболее выпукло выступают качественные сдвиги в развитии [14]. Описывая стадию взросления, он отмечает, что это время сензитивно для овладения профессией и экономической независимостью. Также это период формирования стабильного образа жизни, создания семьи, рождения детей, налаживания социальных контактов. К 30 годам человек впервые оглядывается на прожитый период жизни, появляется отчетливое чувство окончания юности и потребность в переоценке ценностей. В.И.Слободчиков пишет: «С рефлексивной

оценкой пройденного пути, с осознанием возможностей и перспектив дальнейшего развития связана феноменология кризиса тридцатилетних» [14].

Таким образом, можно выделить основные психологические особенности данного возрастного периода: поиск профессионального призвания, создание семьи, родительство, а также прохождение кризиса взрослости, задачей которого становится переосмысление прожитых лет и переоценка ценностей.

Материалы и методы

Целью нашего исследования стало изучение особенностей представлений о будущем у мужчин и женщин в период ранней взрослости.

В качестве теоретического метода исследования применялись методы анализа и обобщения публикаций, посвящённых проблеме.

В рамках эмпирического метода были использованы:

1) Анкета на тему «Образ будущего» для разделения выборки на позитивное, негативное и недифференцированное представление о будущем,

2) «Опросник временной перспективы», автор Ф. Зимбардо (Адаптация: Е. Т. Соколовой, О. В. Митиной и др. (2008)). Обработка данных проводилась с помощью методов математической статистики: t-критерия Стьюдента.

Результаты исследования

В рамках эмпирического исследования мы провели изучение особенностей представлений о будущем у мужчин и женщин. В исследовании приняло участие 55 респондентов, их них 21 мужчина и 34 женщина, средний возраст – 27,5 лет.

С целью разделения выборки на респондентов с позитивным, негативным и недифференцированным представлением о будущем нами была проведена авторская анкета-опросник. Обратимся к рисунку 1.

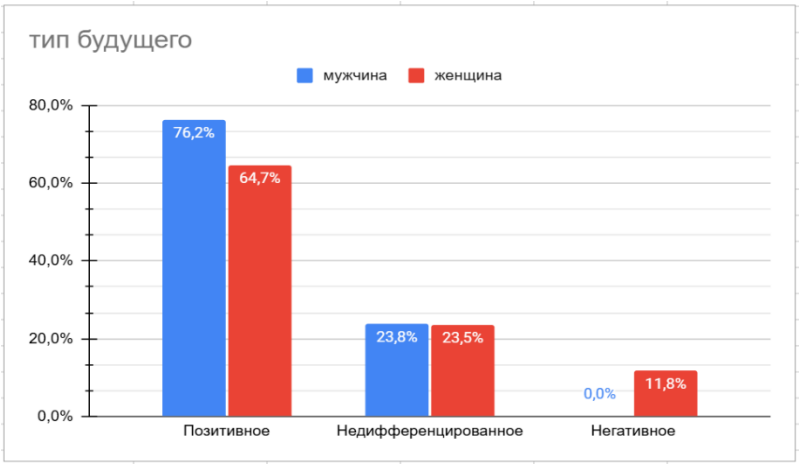

Рисунок 1. ТИПЫ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О БУДУЩЕМ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН

По совокупной обработке всех вопросов анкеты по разработанному ключу оценки, мы выявили, что у мужчин и женщин преобладает позитивный взгляд на будущее (76,2% у мужчин, 64,7% у женщин). Недифференцированный тип будущего был выявлен у одинакового процента респондентов среди мужчин и женщин (23,8% у мужчин и 23,5% у женщин). И негативное представление о будущем было представлено у 11,8% женщин, и не было выявлено у мужчин, что в целом демонстрирует тот факт, что мужчины смотрят в будущее с большим позитивом, чем женщины.

Далее респондентам было предложено дать ответ на вопрос «Я могу представить свое будущее через ... лет», полученные результаты можно увидеть на рисунке 2.

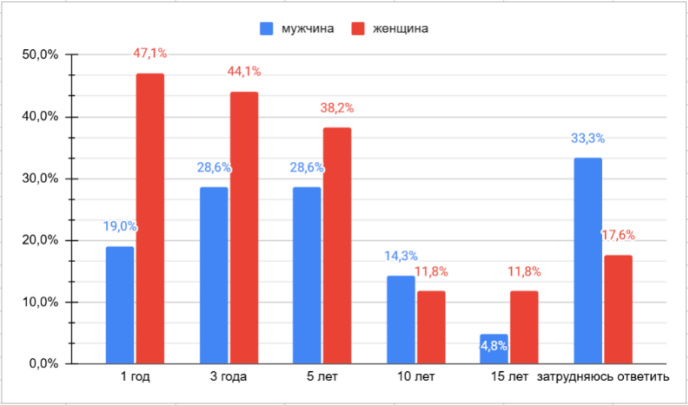

Рисунок 2. ГОРИЗОНТ ПЛАНИРОВАНИЯ БУДУЩЕГО

На диаграмме мы видим, что чем больше временной промежуток от настоящего момента, тем меньшее количество респондентов способно представить свое будущее. У мужчин в представлении будущего преобладает временной промежуток 3 и 5 лет, а у женщин 1 и 3 года. Стоит отметить, что у 33,3% респондентов мужского пола и 17,6% женского пола вызывает трудность представить свое будущее в любом временном промежутке.

Отвечая на вопрос, в каких сферах респонденты хотели бы реализоваться в будущем, были получены ответы, продемонстрированные на рисунке 3.

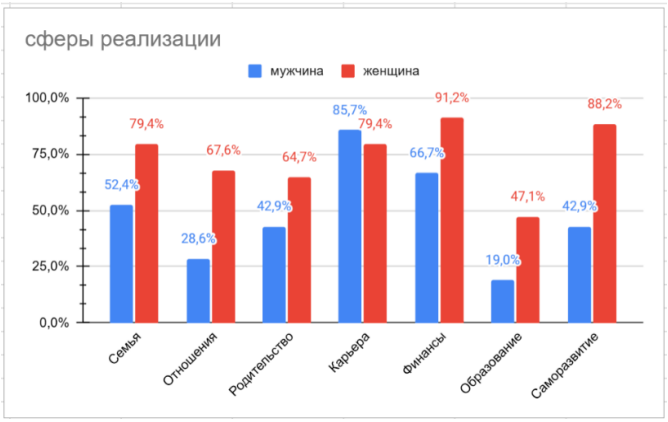

Рисунок 3. СФЕРЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН

У мужчин наибольший интерес вызывали сферы карьера (85,7%) и финансы (66,7%). Среди женщин наиболее важные сферы – финансы (91,2%) и саморазвитие (88,2%), чуть меньшее количество выбрало семью (79,4%) и карьеру (79,4%). Также важно отметить значительные отличия в результатах по сферам семья, отношения и родительство. Женщины выбирали данные сферы значительно чаще, чем мужчины. На рисунке 4 представлены результаты ответов респондентов на вопрос о возможности влияния на свое будущее.

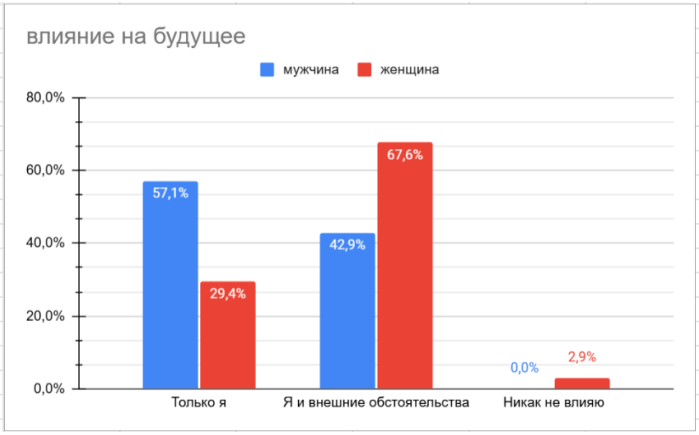

Рисунок 4. ВОЗМОЖНОСТЬ ВЛИЯТЬ НА СВОЕ БУДУЩЕЕ

Мы видим, что 57,1% мужчин отметили, что на будущее влияют только они сами, 42,9% мужчин согласны с тем, что влияют и они, и внешние обстоятельства. У женщин ответы распределились наоборот – 67,6% согласны с тем, что на будущее могут оказать влияние внешние обстоятельства, и лишь 29,4% утверждают, что влияют на будущее только они сами. Таким образом, мы видим, что в отношении своего будущего женщины чаще демонстрируют экстернальную направленность локус-контроля, в то время как мужчины – интернальную, принимая в большей степени ответственность за свое будущее на себя.

На последнем этапе анкеты участники исследования выделяли факторы, которые способны повлиять на их будущее. Результаты представлены на рисунке 5.

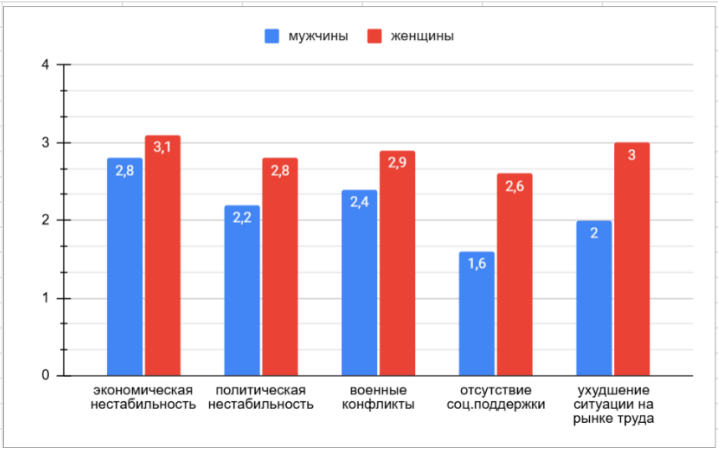

Рисунок 5. ПРЕДСТАВЛЕНИЯ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН О ВЛИЯНИИ РАЗНЫХ ФАКТОРОВ НА СВОЕ БУДУЩЕЕ

По мнению женщин наибольшее влияние на их будущее могут оказать такие факторы, как экономическая нестабильность и ухудшение ситуации на рынке труда, а у мужчин экономическая нестабильность и военные конфликты. Также стоит отметить, что значение таких факторов, как отсутствие социальной поддержки и ухудшение ситуации на рынке труда, волнует женщин в 1,5 раза чаще, чем мужчин.

Далее перейдем к анализу результатов по методике «Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо». Обратимся к таблице №1, в которой мы сравнили мужчин и женщин по шкалам опросника.

ТАБЛИЦА 1

РЕЗУЛЬТАТЫ ПО ОПРОСНИКУ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ Ф. ЗИМБАРДО

Шкала	Среднее значение, вся выборка (n=55)	Среднее значение, мужчины (n=21)	Среднее значение, женщины (n=34)	Значение t-критерия Стьюдента
Негативное прошлое	2,8	2,6	3,0	**1,5**
Позитивное прошлое	3,6	3,5	3,6	-
Гедонистическое настоящее	3,3	3,3	3,3	-
Фаталистическое настоящее	2,7	2,5	2,8	**1,3**
Ориентация на будущее	3,7	3,7	3,7	-

*Примечание: * - достоверно значимые различия на уровне p ≤0,05, ** - достоверно значимые различия на уровне p ≤0,01 (по критерию Стьюдента).*

t_{Kp}	
p≤0.05	p≤0.01
2	**2,66**

На данном этапе нами не было выявлено статистически значимых различий между мужчинами и женщинами по опроснику Ф.Зимбардо. При этом по двум шкалам опросника (негативное прошлое и фаталистическое настоящее) была выявлена тенденция к различиям, показатели близки к статистически значимым, и, возможно, при увеличении выборки мы получили бы достоверные результаты.

Мы проанализировали отдельно некоторые вопросы из опросника, и выявили, что по двум утверждениям ответы мужчин и женщин достоверно различаются между собой. Обратимся к таблице 2.

ТАБЛИЦА 2

РЕЗУЛЬТАТЫ ПО ОТДЕЛЬНЫМ УТВЕРЖДЕНИЯМ ИЗ ОПРОСНИКА ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ Ф. ЗИМБАРДО

Утверждение	Среднее значение, мужчины (n=21)	Среднее значение, женщины (n=34)	Значение t-критерия Стьюдента
«Я думаю о том плохом, что произошло со мной в прошлом»	1.81	2.88	**3.1****
«Я рискую, чтобы придать жизни остроты и возбуждения»	3.24	2.03	**3.6****

*Примечание: * - достоверно значимые различия на уровне p ≤0,05, ** - достоверно значимые различия на уровне p ≤0,01 (по критерию Стьюдента).*

На основе таблицы 2 можно сделать следующие выводы: женщины достоверно более часто (на уровне значимости p ≤0,01) склонны анализировать свое прошлое и акцентировать внимание на негативных моментах, мужчины статистически значимо более склонны к риску, чем женщины (на уровне значимости p ≤0,01), при этом их риск обусловлен не жизненной необходимостью (не ради спасения себя или другого), а в целях сделать свою жизнь более эмоционально насыщенной.

Обсуждение и заключения

Наше эмпирическое исследование, направленное на изучение особенностей представлений о будущем у мужчин и женщин в период ранней взрослости, позволило сделать следующие выводы:

1. У мужчин и женщин преобладает позитивный взгляд на будущее (76,2% у мужчин, 64,7% у женщин). Недифференцированный тип будущего был выявлен у одинакового процента респондентов среди мужчин и женщин (23,8% у мужчин и 23,5% у женщин).
2. Негативное представление о будущем было представлено у 11,8% женщин, и не было выявлено у мужчин, что в целом демонстрирует тот факт, что мужчины смотрят в будущее с большим позитивом, чем женщины. При этом, было выявлено, что мужчинам визуализировать свое будущее сложнее, чем женщинам, поэтому возможно в связи с этим мужчины и не прогнозируют негативные сценарии будущего.
3. Мужчины склонны планировать свое будущее на более длительный срок.
4. У мужчин наибольший интерес в представлениях о будущем вызывают те сферы, в которых они хотят себя реализовать, - это карьера и финансы. Женщины кроме финансов выбирают сферы саморазвития, семьи и карьеры.

5. Мужчины чаще отмечают, что на будущее влияют только они сами, у женщин наоборот преобладает ответ, что на будущее могут оказать влияние и внешние обстоятельства, тем самым женщины в представлениях о будущем демонстрируют экстернальную направленность локус-контроля, мужчины - интернальную.
6. По мнению женщин наибольшее влияние на их будущее могут оказать такие факторы, как экономическая нестабильность и ухудшение ситуации на рынке труда, а у мужчин экономическая нестабильность и военные конфликты. Значение таких факторов, как отсутствие социальной поддержки и ухудшение ситуации на рынке труда, женщин волнует в 1,5 раза чаще, чем мужчин.
7. Женщины более склонны анализировать свое прошлое и акцентировать внимание на негативных моментах.
8. Мужчины более склонны к неоправданному риску, целями которого является сделать свою жизнь более эмоционально насыщенной.

Представленное в статье исследование носит незаконченный характер: мы планируем продолжить изучение особенностей представлений о будущем у мужчин и женщин, увеличив выборку и используемый диагностический инструментарий. На наш взгляд, интересно изучить особенности психических состояний у мужчин и женщин с различными представлениями о будущем. В зависимости от полученных данных мы планируем разработать программу по профилактике негативных психических состояний у мужчин и женщин с различными представлениями о будущем.

Список использованных источников

1.Абрамова, Г. С. Возрастная психология: учебник для вузов. - М.: Юрайт, 2011. - 812 с.

2. Абульханова К.А. Психология и сознание личности (Проблемы методологии, теории и исследования реальной личности): Избранные психологические труды. - М.: Московский психолого-социальный институт. Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 1999. - 224 с.

3. Абульханова-Славская К.А. Березина Т.Н. Время личности – время жизни. - СПб.: Алетейя, 2001. - 304 с.

4.Бандура А. Теория социального научения. - СПб.: Евразия, 2000. - 320 с.

5. Выготский, Л. С. К вопросу о динамике детского характера. - СПб.: Лань, 2017. - 15 с.

6. Ждан А.Н. История психологии. Период открытого кризиса (10-е - 30-е гг.): Тексты. - 2 изд. - М.: Моск. ун-та, 1992. - 364 с.

7. Иванченко Г.В. Представления студентов выпускных курсов о возможном: региональные и гендерные различия // Психология. Журнал ВШЭ. - 2008. - №1. URL:

https://cyberleninka.ru/article/n/predstavleniya-studentov-vypusknyh-kursov-o-vozmozhnom-regionalnye-i-gendernye-razlichiya (дата обращения: 22.05.2025).

8. Келли Д.А. Теория личности. Психология личностных конструктов. - СПб. изд. Речь, 2000. - 249 с.

9. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. - 9 изд. - СПб.: Питер, 2005. - 940 с.

10. Козловская Т.Н. Обучение студентов навыкам планирования времени // Психология в вузе. - 2007. - №34. - С. 37–45.

11. Никитина А.А., Волкова Е.А. Специфика представлений о жизненных перспективах личности в период кризиса середины жизни // Нижегородский психологический альманах. - 2020. -№2. URL: psykaf417.esrae.ru/ru/25-285 (дата обращения: 27.06.2025).

12. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего. - М.: Смысл, 2004. - 608 с.

13. Петрова В.Н. Методика изучения образа возможного будущего // Сибирский психологический журнал. - 2002. - №16-17. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-izucheniya-obraza-vozmozhnogo-buduschego (дата обращения: 24.05.2025).

14. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе: Учебное пособие. - М.: ПСТГУ, 2013. - 400 с.

15. Сустатов А.А., Морозова Л.Б. Теоретические подходы к изучению жизненной перспективы личностно в отечественной и зарубежной литературе // Нижегородский психологический альманах. - 2024. - №2. URL: psykaf417.esrae.ru/ru/40-485 (дата обращения: 27.06.2025).

16. Сырцова А., Соколова Е.Т., Митина О.В. Методика Ф. Зимбардо по временной перспективе // Психологическая диагностика. - 2007. - №5. - С. 85-105.

17. Франкл В. Человек в поисках смысла. - М.: Прогресс, 1990. - 368 с.

18. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. - СПб.: Питер, 2020. - 608 с.

19. Шершнёва Т.В. Особенности образа субъективного будущего у современных студентов // Вестник Прикамского социального института. - 2021. - №8. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-obraza-subektivnogo-buduschego-u-sovremennyh-studentov (дата обращения: 26.05.2025).

20. Шилова Н.П., Бруданов П.П. Изменение представлений об образе будущего в юношеском возрасте // Психолог. - 2020. - №4. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/izmenenie-predstavleniy-ob-obraze-buduschego-v-yunosheskom-vozraste (дата обращения: 26.05.2025).

Никитина Александра Александровна, кандидат психологических наук, доцент, НГПУ им. К.Минина, Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: aleksa-nik08@mail.ru, тел. 89108801221

Тихонова Кристина Игоревна, магистрант, НГПУ имени К.Минина, Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: kris_tina_tikhonova@mail.ru, тел. 890198712246

Nikitina Aleksandra Aleksandrovna, Ph.D. in Psychology, Associate Professor, NSPU named after K. Minin, Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: aleksa-nik08@mail.ru, тел.89108801221

Tikhonova Kristina Igorevna, student, NSPU named after K. Minin, Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: kris_tina_tikhonova@mail.ru, тел. 890198712246

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии

12 стр