

Санкт-Петербургский государственный университет

БУЛАТОВА Алена Александровна

Выпускная квалификационная работа

«Жизненные стратегии молодежи, ориентированной на реализацию в творческой сфере»

Уровень образования: Бакалавриат
Направление *37.03.01 «Психология»*
Основная образовательная программа *СВ.5028.2017 «Психология»*

Научный руководитель:
кандидат психологических
наук, доцент кафедры психологии
развития и дифференциальной
психологии
Манукян Виктория Робертовна

Рецензент: доцент кафедры
психологии личности, кандидат
психологических наук
Аванесян Марина Олеговна

Санкт-Петербург
2021

Содержание

Содержание	2
Аннотация	4
Введение.....	6
Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР ПО ПРОБЛЕМЕ ЖИЗНЕННЫХ СТРАТЕГИЙ И ТВОРЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ.....	10
§ 1 Понятие жизненной стратегии: варианты определений, подходы к исследованию	10
1.1 Понятие жизненной стратегии и основные подходы к ее определению	10
1.2 Основные компоненты жизненной стратегии личности	16
§ 2 Творческие профессии: особенности реализации, психологические характеристики.....	22
2. 1 Творческая направленность личности как фундамент творческих профессий	22
2. 2 Творческие профессии: актуальность, особенности, требования	25
§ 3 Психологическая характеристика периода ранней взрослости: хронологические границы и современная специфика периода	28
Глава 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ	32
2.1. Программа исследования	32
2. 2. Описание выборки исследования.....	33
2. 3. Методы и процедура исследования	35
2. 4 Используемые методы математической статистики.....	44
Глава 3. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	45

3. 1 Общая характеристика особенностей профессионального выбора и профессиональной реализации респондентов	45
3. 2 Общая характеристика выраженности компонентов жизненной стратегии	49
3. 2. 1 Ценностный профиль	49
3. 2. 2 Стратегии адаптивного поведения.....	51
3. 2. 3 Общая характеристика выборки по шкалам удовлетворенности жизнью и самооффективности.....	53
3. 2. 4 Целеполагание и планирование жизни.....	54
3. 3 Особенности жизненной стратегии молодых людей с разной включенностью в систему образования	58
3. 4 Анализ взаимосвязей	60
3. 4. 1 Анализ взаимосвязей показателей стратегий адаптивного поведения и ценностного профиля	60
3. 4. 2 Анализ взаимосвязей показателей стратегий адаптивного поведения шкалы самооффективности.....	63
3. 4. 3 Анализ взаимосвязей показателей стратегий адаптивного поведения шкалы удовлетворенности жизнью	63
3. 5 Типы целеполагания и планирования жизни	64
3. 6 Анализ взаимосвязей типов целеполагания с другими компонентами жизненной стратегии	67
Выводы и обсуждение результатов.....	73
Заключение	78
Литература	81
Приложение	87

Аннотация

Исследование посвящено изучению жизненных стратегий молодых людей, ориентированных на реализацию в творческой сфере. Изучаемые показатели: стратегии адаптивного поведения (“Стратегии адаптивного поведения”, Мельникова Н. Н.), особенности целеполагания (“Целеполагание и планирование жизни”, Манукян В. Р.), личностные ценности (вторая часть ценностного опросника Ш. Шварца), удовлетворенность жизнью (шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера), самоэффективность (шкала самоэффективности М. Ерусалема, Р. Шварцера), анкета для изучения особенностей профессионального выбора. Выборка состоит из 40 молодых людей в возрасте от 19 лет до 27 лет ($M = 22$ года): 20 человек — студенты творческих направлений, 20 человек — не являются студентами творческих направлений. Условие участия — наличие творческого увлечения. Результаты: для студентов творческих направлений более значимы ценности сохранения ($U=90,00$; $p=0,002$) и самотрансценденции ($U=112,00$; $p=0,017$). Для студентов творческих направлений более приемлемы стратегии активного избегания ($U=106,500$; $p=0,010$), пассивного подчинения условиям среды ($U=128,500$; $p=0,052$) и пассивного выжидания изменений ($U=131,00$; $p=0,063$). Для молодых людей, не учащих по творческим направлениям, наиболее используемой является стратегия активного изменения среды ($U=98,00$; $p=0,005$). Выявлено 5 типов планирования жизни: “Долгосрочное планирование” (21,73%), “Недифференцированное планирование” (19,22%), “Краткосрочное планирование” (17,70%), “Диффузное планирование” (11,15%), “Внесрочное планирование” (8,37%). Определено два профиля жизненных стратегий: первый выражен взаимосвязью стратегии пассивной репрезентации себя с ценностью стимуляции с долгосрочным ($p<0,01$) и краткосрочного ($p<0,05$) планированием. Второй профиль характеризуется взаимосвязью внесрочного планирования жизни со стратегиями пассивного и избегающего характера ($p<0,01$) через ценности конформизма.

Abstract

The research is devoted to the study of life strategies of young people focused on realization in the creative sphere. Studied components of life strategy: strategies of adaptive behavior ("Strategies of adaptive behavior", Melnikova N. N.), features of goal-setting ("Goal-setting and life planning", Manukyan V. R.), personal values (the second part of Schwartz value questionnaire). The total sample of 40 people was made up of young people aged from 19 to 27 years old: 20 people are the students of universities in the creative industries, and the other 20 people are students non creative industries or don't have any higher education at all. The condition for participation is to have a creative hobby, in which the participants intend to realize themselves professionally. Research results: for students, studying in the creative industries values of preservation ($U=90,00$; $p=0,002$) and self-transcendence ($U=112,00$; $p=0,017$) are more significant. Strategies of active avoidance ($U=106.500$; $p=0.010$), passive submission to environmental conditions ($U=128.500$; $p=0.052$), and passive waiting for change ($U=131.00$; $p=0.063$) were more acceptable for these students. For young people who do not study in creative directions, the most used strategy is active change of the environment ($U=98.00$; $p=0.005$). We identified 5 types of life planning: "Long-term planning" (21,73%), "Undifferentiated planning" (19,22%), "Short-term planning" (17,70%), "Diffuse planning" (11,15%), "The whole life planning" (8,37%). The relationship of "Long-term Planning" with the strategy of passive representation of the self ($p<0.01$) and with the value of stimulation ($p<0,05$) was found. "Short-term planning" is passively mediated by self representation strategy ($p<0,05$) and stimulation value ($p<0,05$). Long-term life planning is associated with passive and avoidance strategies ($p<0,01$) through the value of conformity ($p<0.05$). These relationships describe two global profiles of life strategies.

Введение

Вопросы исследования жизненных стратегий личности является не новым. Они приобрели большую значимость для отечественной психологии в конце XX столетия в русле субъектно-деятельностного подхода С. Л. Рубинштейна и являются актуальными в наши дни. Это был достаточно новаторский подход для психологии того времени, в которой преобладали общественные установки над индивидуальными. К. А. Абульханова-Славская в своей работе “Жизненные стратегии” пишет: “Отдельный человек рассматривался как безликая единица общества, его безымянный, слившийся с массой и растворившийся в ней индивид. Особенности развития нашего общества привели к анонимности отдельной личности” (Абульханова-Славская К. А., 1991, С. 4). И стратегия жизни в связи с этим понималась в виде индивидуального слежка коллективного развития (Букин В. П., 2009). Индивидуальная жизнь, с ее индивидуальными целями, ценностями и ориентирами не была так актуальна, как сейчас. Поэтому в работах К. А. Абульхановой-Славской делается очень сильный акцент на том, что стратегия жизни - это способ конструирования и планирования собственной жизни *прежде всего сообразно своим ценностям и способностям*, что является по факту развитием идеи детерминизма С. Л. Рубинштейна: “...внутренние условия выступают как причины, а внешние причины выступают как условия, как обстоятельства” (Рубинштейн С. Л., 2002; С. 17). Таким образом, жизненная стратегия рассматривается с точки зрения интегральной позиции, как некий личностный комплекс, через который преломляются выборы и решения личности.

Современное общество более индивидуализировано и рефлексивно, поэтому интерес к данной тематике растет и дифференцируется. В связи с этим, современные исследования касаются локального приложения стратегии жизни к различным ее сферам: профессиональной, образовательной, коммуникационной. Рассматриваются стратегии жизни молодых людей в сфере труда в контексте выбора самозанятого или наемного труда (Касаткина Н. П., Шумкова Н. В.,

2019). Исследуются особенности формирования карьерно-образовательных стратегий в связи с нарастающей тенденцией к самообразованию как фактора успешной карьеры (Froumin I., 2019). Немаловажным аспектом жизненных стратегий являются этические принципы их формирования: как различные моральные убеждения, представленные в известных этико-философских учениях преломляются и реализуются в поведении людей (Жадунова Н. В., Коваль Е. А., Ушкин С. Г., 2020).

Актуальность нашего исследования связана с высокой трансформацией мира профессий в связи с развитием социальных сетей. Общество становится сетевым: возрастает фриланс и коворкинг, люди выбирают работать на себя, используя интернет площадки, где они продвигают себя или свой продукт. Особенно эта тенденция ощутима в творческом сегменте профессий: Instagram, Tik-Tok, YouTube наводнены различными формами творческого продукта. Да и само понятие “творческого продукта” сильно изменилось с встраиванием его в цифровой формат. Нет четких ориентиров и путей, которых можно было бы придерживаться для достижения успеха, и в то же время всеми ими можно воспользоваться. Молодым людям, ориентированным на реализацию в творчестве необходимо пробиться в этом многообразии, определить свой путь, уметь варьировать его, придерживаться собственных ценностей и личностных смыслов — для этого необходима четкая сформированность собственных взглядов и гибкость жизненной стратегии.

Цель исследования: изучить жизненные стратегии молодых людей, ориентированных на реализацию в творческой сфере.

В связи с поставленной целью были сформулированы соответствующие **задачи:**

1. Исследовать особенности профессионального выбора и самореализации респондентов.
2. Исследовать личностные ценности респондентов.
3. Исследовать адаптивные стратегии поведения молодых людей.

4. Исследовать особенности целеполагания и жизненного планирования респондентов.

5. Определить уровень самооффективности и удовлетворенности жизнью молодых людей.

6. Выявить гендерную специфику изучаемых показателей.

7. Провести сравнительный анализ содержательных компонентов жизненной стратегии на двух выборках: молодые люди с высшим образованием по творческому профилю и молодые люди, ориентированные на реализацию в творчестве вне системы профильного образования

8. Изучить взаимосвязи компонентов жизненной стратегии (ценностных ориентаций, особенностей целеполагания и жизненного планирования, адаптивных стратегий поведения) между собой и с показателями самооффективности и удовлетворенности жизнью.

9. Изучить взаимосвязь компонентов жизненной стратегии респондентов со способами их реализации в творческой сфере.

Гипотезы исследования:

Жизненные стратегии молодых людей, ориентированных на реализацию в творчестве, но не обучающихся творческим профессиям, отличаются от жизненных стратегий молодых людей, находящихся в системе общего образования.

Частные гипотезы исследования:

1. Жизненные стратегии молодых людей без наличия высшего образования в художественной сфере отличаются большей направленностью на активный контакт с внешней средой, ориентацией на преобразование имеющейся действительности, нежели жизненные стратегии молодых людей, находящихся в системе образования.

2. Ценностный профиль личности молодых людей, не обучающихся по творческому профилю профессий, больше представлен ценностями достижения, самостоятельности и стимуляции.

3. Особенности целеполагания молодых людей, не обучающихся по творческому профилю профессий, в большей степени конкретизированы, представлены целями, зависящими непосредственно от самих респондентов.

4. Молодые люди, не обучающиеся по творческому профилю профессий, больше уверены в своей самоофективности и более удовлетворены собственной жизнью, нежели молодые люди, находящиеся в системе образования.

Объект: жизненные стратегии личности.

Предмет: жизненные стратегии молодых людей, ориентированных на профессиональную реализацию в творческой сфере.

Выборка для исследования формировалась из молодых людей в возрастном диапазоне от 19 лет до 27 лет и состояла из двух групп: молодые люди, обучающиеся по творческому профилю профессий, и молодые люди, не обучающиеся по творческому профилю профессий. Требованием к респондентам для прохождения исследования было условие о наличии творческого увлечения.

Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР ПО ПРОБЛЕМЕ ЖИЗНЕННЫХ СТРАТЕГИЙ И ТВОРЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

§ 1 Понятие жизненной стратегии: варианты определений, подходы к исследованию

1.1 Понятие жизненной стратегии и основные подходы к ее определению

Сам термин “жизненная стратегия” имеет множество трактовок в силу того, что является предметом интереса специалистов различных сфер психологии. Зарубежные и отечественные авторы, занимавшиеся исследованиями психологии личности, посвятили этой тематике немалое количество работ, но у каждого из них понятие жизненной стратегии освещено с разных ракурсов и имеет свою особенность: жизненный стиль (А. Адлер, В. Франкл, Г. Олпорт, К. Юнг, Э. Фромм, Ф. Зимбардо), жизненный сценарий (Э. Берн, К. Штайнер), жизненная перспектива (Ж. Нюттен, Е.И. Головаха, А. А. Кроник), жизненный путь (Ш. Бюлер, С. Л. Рубинштейн), жизненная ориентация (Е. Резник и Ю. М. Резник, Е.Ю. Коржова, Д. Ю. Чеботарева), способ адаптации (А. А. Баранов, А. А. Реан, А. Р. Кудашев), жизненная реализация (К. А. Абульханова-Славская, Л. А. Анцыферова).

Такое многообразие сходных по смыслу понятий объясняется тем, что все они являются взаимосвязанными компонентами жизненного пути личности в целом. И. А. Мизинова (Мизинова А. И., 2013) в своей статье предлагает следующий способ градации перечисленных терминов. Жизненный путь является нулевой точкой, он представляет всю жизнь человека от рождения до смерти. Далее выступает жизненный сценарий как способ упорядочивания, конструирования и планирования собственной жизни. Производными компонентами жизненного сценария являются два блока: *способы*

конструирования жизни (жизненные смыслы, жизненные цели, жизненный девиз, жизненный план) и *способы структурирования жизни* (жизненная стратегия, жизненный стиль). Конструирование жизни — это создание общей канвы, общей картины жизни, структурирование же — это сознательное упорядочение ее отдельных этапов. Более наглядно эту иерархизацию можно представить в виде схемы (рис. 1):



Рис. 1 Взаимосвязь компонентов жизненного сценария

Таким образом, жизненная стратегия является компонентом структурирования жизни личности.

Рассмотрим два основных направления рассмотрения этого понятия.

1. *Жизненная стратегия как интегральный компонент индивидуального структурирования жизни личности*

Основная идея этого подхода в том, что стратегия жизни - это индивидуальный способ реализации собственной жизни человека. Это интегральное образование внутреннего мира личности, которое целостно характеризует и предопределяет всю жизненную линию поведения личности.

Непосредственно само понятие “стратегия жизни” впервые появляется в одноименной монографии К. А. Абульхановой-Славской, в которой она определяет ее как способ “...индивидуальной организации, постоянной регуляции хода жизни в соответствии с ценностями данной личности и ее индивидуальной направленностью...” (Абульханова-Славская К. А., 1991; С. 67). В данном определении принципиальное место имеют *индивидуальность* и

постоянная регуляция, которые говорят о том, что человек как *субъект собственной жизни* разрешает противоречия, возникающие между его направленностью (притязания, ценности, смыслы, идеалы) и условиями для реализации этой направленности своим уникальным, индивидуальным, то есть основанным на собственных ценностях и смыслах, и в этом смысле *творческим способом*: “применение своих индивидуальных особенностей творческим образом” (Абульханова-Славская К. А., Березина Т. Н., 2001; С. 109).

В работе К. А. Абульхановой-Славской можно выделить также еще несколько определяющих признаков жизненной стратегии:

- *активность личности*: главный внутренний фактор, который проявляется во всех сферах личности (в организации времени, деятельности, общении), и потому является ведущим (Абульханова-Славская К. А., 1991; С. 45). Также именно фактор активности личности определяет оптимальность баланса между внутренними притязаниями, желаниями, стремлениями и требованиями внешней среды.
- *инициатива и ответственность*: инициатива в создании условий для реализации и ответственность за тот способ реализации собственной жизни, который человек выбрал (Абульханова-Славская К. А., 1991; С. 59).
- *проблемное отношение к собственной жизни*: выбранный человеком способ реализации так или иначе вступает в противоречия с условиями и требованиями среды и его собственными идеалами, смыслами и целями. Человек как субъект собственной жизни должен разрешать это противоречие, если он ответственен за выбранный им способ реализации (Абульханова-Славская К. А., 1991; С. 18).

О. С. Васильева и Е. А. Демченко (2001) понимают под жизненной стратегией некий уникальный способ реализации жизненных целей и ценностей, который делает жизнь человека продуктивной, эффективной и осмысленной. В связи с этим, наиболее важными характеристиками для исследователей являются уровень ответственности, осмысленности жизни, система целей и ценностей (Васильева О.С., Демченко Е.А., 2001). Творческий характер способа реализации данными авторами подчеркивается как “способ бытия, при котором человек

сознательно или неосознанно занимает позицию активного творца своей жизни, опираясь на такие ценности, как любовь, красота, добро, развитие, т.е. осуществляя выбор в пользу душевного и духовного здоровья” (Васильева О. С., Демченко Е. А., 2001; С. 79).

2. Жизненная стратегия как инструмент формирования будущего

Суть данного подхода в том, что жизненная стратегия здесь выступает как способ поэтапного формирования будущего с помощью целей, мотивов, протяженности и направленности временной перспективы. Когнитивный элемент стратегии жизни, связанный с сознательным планированием в данном подходе очень ярко выступает.

М. А. Белугина рассуждает о стратегии жизни как о способе, с помощью которого личность конструирует собственную жизнь путем поэтапного и сознательного ее планирования (Белугина М. А., 2008). Автор считает, что жизненная стратегия - система двух факторов: *содержательного и организационного*. К первому относится все, что отражает индивидуальное содержание будущего: *жизненная позиция, ценности и цели личности, идеалы, направленность*. К организационным же характеристикам М. А. Белугина относит *протяженность, направленность и насыщенность временной перспективы, структурированность жизненного пути*. По мнению автора, организационные факторы отражают степень сформированности и зрелости жизненной стратегии: “...личность со сформированной стратегией жизни планирует свою жизнь далеко в будущее, жизненный путь разрабатывается подробно, каждый его этап насыщен предполагаемыми событиями...” (Белугина М. А., 2008; С. 110).

В концепции *временной перспективы* Е. И. Головахи и А. А. Кроника жизненная стратегия приобретает характер инструмента конструирования событий жизни, ее планирования путем раскрытия причинно-следственных связей между прошлым, настоящим и будущим. Вычлняя эти связи, человек выделяет определенные точки значимого опыта, который является

определяющим при формировании событий настоящего и будущего. В своей работе “Психологическое время личности” (1984) они выразили идею о том, что интегральной характеристикой жизненного пути является согласованность временных представлений личности. Важные для человека ситуации становятся *определяющими на жизненном пути*: они определяют содержание жизни человека, а также — отношение к прошлому, настоящему и будущему, то есть влияют на личностную концепцию времени личности, насыщая ее событиями. Именно событийная насыщенность и понимание причинно-следственных связей личностью дает ей ощущение целостности и гармоничности, что важно для построения будущих целей и развития (Ахмеров Р. А., Кроник А. А., 2003).

В разрезе *мотивационной концепции* Ж. Нюттена, Р. Кастенбаума жизненная стратегия является выступает способом организации жизненной перспективы. Отличие от временной перспективы состоит в том, что определяющее значение для настоящего играет не причинно-следственная связь с событиями прошлого, а связь настоящего с целями будущего, раскрытие значимых мотивов в актуальном настоящем человека. Зона будущего приобретает важное регулятивное значение, поскольку временная отдаленность планов влияет на то, сколько и насколько качественные пути для их реализации построит человек (Нюттен Ж., 2004). Поэтому этот подход именуется мотивационным, поскольку восприятие человеком связи событий настоящего и будущего формирует значимые мотивы, связанные со значимыми целями, объектами. В данном подходе жизненная стратегия выступает как раз как способ реализации этих значимых мотивов, проверки их важности.

Еще одной концепцией, раскрывающей жизненную стратегию как способ сознательного планирования будущего, является работа Т. Е. Резник и Ю. М. Резник (1996), которые определили стратегию жизни как один из компонентов системы ориентирования личности. Эта ориентация происходит в пространстве жизненных событий. Авторы высказывают мысль о том, что несмотря на

уникальность каждого события в жизни человека, они детерминированы некоторыми “относительно постоянными и устойчивыми” ориентациями. Базовыми ориентациями, по идее авторов, являются: образ жизни, смысл жизни, жизненные нормы и жизненные ценности. В зависимости от содержания эти ориентации рождают определенную социальную активность. Авторы выделяют 3 вида активности: рецептивная (“приобретательская”), мотивационная (“достиженческая”) и творческая. Соответственно 3 этих типа личностной активности рождают 3 типа стратегий: *стратегия жизненного благополучия, стратегия жизненного успеха, стратегия самореализации*. Таким образом, в данной концепции стратегия жизни, являясь отражением тех или иных личностных ориентаций, детерминирует события в актуальном пространстве, предопределяет возникновение будущих событий и формирует отношение к событиям прошлого (Резник Т.Е., Резник Ю.М., 1995; С. 103).

М. Р. Плотницкая выделяет два типа стратегий в контексте процесса самореализации: прогрессивный и рецептивный. По мнению автора, эти типы дифференцируются в зависимости от преобладания базовых ориентаций личности: обладание-бытие. Для *стратегии прогрессивного типа* характерна ориентация на бытие, реализация в социальной и профессиональной сфере, а также ощущение удовлетворенности и гармоничности себя и мира в целом. *Рецептивная стратегия* - это стратегия потребления, ориентированная на обладание материальными благами и внешний социальный успех. Данный вид не предполагает серьезного профессионального развития, личностная концепция человека с таким типом стратегии довольно фрагментарна и сильно детерминирована социальными факторами (Плотницкая М. Р., 2008).

Таким образом, условно разделив подходы к изучению понятия жизненной стратегии на два направления, удалось выделить конкретные специфические ракурсы рассмотрения этого понятия, но также удалось выделить и некоторые общие моменты, характерные для всех подходов. Во-первых, это субъектность. Во всех подходах личность рассматривается как активный субъект собственного

жизненного пути, занимающийся его конструированием, планированием и коррекцией. Во-вторых, это индивидуальный характер способа реализации этой стратегии. Особую значимость приобретают такие компоненты направленности личности как мотивы, цели, ценностные ориентации. Далее рассмотрим более подробно основные компоненты жизненной стратегии.

1.2 Основные компоненты жизненной стратегии личности

Одним из значимых компонентов жизненной стратегии личности является целеполагание и планирование жизни. Особенности целеполагания важны в первую очередь вследствие того, что отражают общую способность личности к организации собственной жизни. Цели обладают иерархичностью: Б. Ф. Ломов ввел такое понятие, как “жизненная цель” - магистральная цель, под которую подстраиваются все частные цели, служащие средством достижения жизненной цели (Ломов Б.Ф., 1985; С. 322). Целеполагание - это многоступенчатый процесс, который требует не только построения желаемого образа будущего (интенциональный аспект), но еще и формирования условий для его реализации (операциональный аспект). В связи с этим, особенности целеполагания могут свидетельствовать о сформированности жизненной стратегии. М. А. Белугина в своем исследовании отмечает, что одним из критериев несформированности жизненной стратегии у молодых людей является отсутствие плана по реализации целей (Белугина М. А., 2008). Также на это влияют недостаточная структурированность образов будущего и кратковременная протяженность целей, цели ставятся на ближайшую перспективу. М. О. Мдивани и П. Б. Кодесс (2006) определяют жизненную стратегию как *структуру жизненных целей*, “развернутую во временной перспективе психологического будущего.” (Кодесс П. Б., Мдивани М. О., 2006; С. 147). Указанные авторы выделяют *цель* как единицу анализа психологического будущего личности. Таким образом, изучив структуру целей, можно проанализировать содержание и степень ясности

жизненной стратегии. В свою очередь, глубина целеполагания отражает временную протяженность (Кодесс П. Б., Мдивани М. О., 2006).

Интенциональный аспект целеполагания очень сильно связан с ценностными ориентациями личности. Иерархия ценностей определяет наиболее значимые цели в жизни человека, выделяет жизненные и частные. И только лишь значимая ценность играет роль ориентации в поведении. Ценности, с одной стороны, это некие абстрактные идеи социального сознания, то есть идеалы (идея добра и зла, жизни и смерти) - общественные ценности. А с другой стороны, это те качества или стороны предметов, которые человек выделяет, и они значимы для него - личностные ценности. И общественные и личностные ценности играют роль ориентации поведения: общественные выполняют нормативную ориентацию, очерчивают общие границы, но особую роль играют именно личностные ценности или ценностные ориентации. Они обладают большим эффектом в целеполагающей деятельности, потому что являются результатом ценностного выбора человека. Таким образом, наличие индивидуальной иерархии ценностных выборов влияет на осознанность и зрелость определяемых целей, а соответственно и на зрелость стратегии личности (Здравомыслов А. Г., Ядов В. А., 1965).

О. В. Утробина (2017) в своей статье в контексте жизненных стратегий рассматривает такую интересную категорию, как мечты (рис. 2):

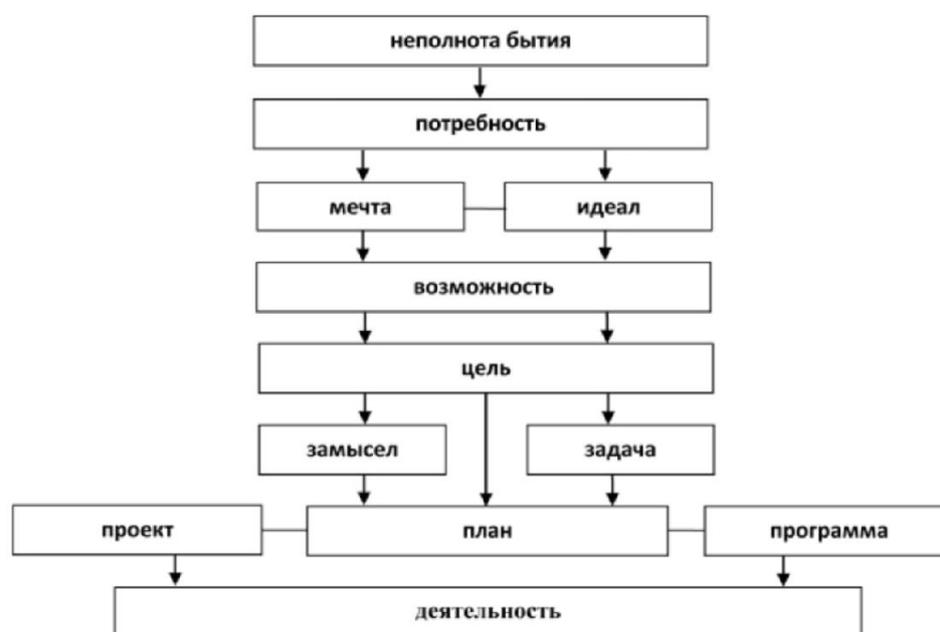


Рис. 2 Мечта в структуре целеполагающей деятельности

Мечты обладают очень сильным побудительным эффектом, это наши самые сильные мотиваторы. Однако чрезмерное увлечение мечтами может оказывать и демотивирующий эффект на деятельность. Это происходит в силу того, что мечта не может оформиться в виде цели. По мнению автора, если цель является образом желаемого результата деятельности, то мечта - это образ цели. Поэтому неслучайно между целью и мечтой находятся возможности: мечты обладают разной степенью реализуемости и абстрактности, но они определяют поле желаемых и значимых (благодаря идеалам и ценностям) образов будущего личности. Далее эти возможности могут оформляться личностью в конкретные цели, которые она будет планомерно реализовывать, ставя задачи, формулируя планы и совершая конкретные действия.

В своем исследовании О. В. Утробина приводит данные по степени конфликтности мечты и цели, и оформляет это в виде стратегий:

- “нет мечты, но есть цели”: в основном актуальна для юного возраста, что может быть обусловлено задачами сдачи экзаменов, поступления,

деиндивидуацией мечтаний, диктуемых трендами (купить машину, квартиру, одежду и т. д), что становится именно задачей, целью.

- “нет цели, но есть мечты”: больше характерна для девушек юного возраста, что может быть следствием идеализаций, фантазийности, нормативных для возраста.
- “нет ни мечты, ни целей”: наиболее деструктивная, отмечается у мужчин старше 30 лет и юношей: кризис середины жизни, нигилистические установки, неопределенность, связанная с самоидентификацией.
- “есть мечты и цели, но они разнятся”: более характерна для женщин старше 30 лет, что может быть обусловлено разными сферами самореализации (семья, карьера).
- “есть и мечты и цели, они совпадают”: является наиболее продуктивной стратегией, наиболее выражена у мужчин старше 30 лет, что может быть обусловлено большей заточенностью социума под мечты мужчин, что облегчает их совпадение с целями. Или же это объясняет более узким и конкретным спектром сфер самореализации мужчин (Утробина О. В., 2017; С. 113).

Еще одним важным компонентом формирования жизненной стратегии являются *стратегии адаптивного поведения*, характерные способы преодоления жизненных противоречий и конфликтных ситуаций. В основном, идея изучения адаптивного поведения базируется на двух моментах: это *степень активности субъекта* в ситуации адаптации, *направленность* этой активности вовне или на себя и *степень поддержания контакта* со средой.

В таком ключе построена типология адаптивного поведения Н. Н. Мельниковой, в соответствие с которой автор формулирует 8 стратегий поведения, заложенных в основу методики исследования адаптивных стратегий поведения (АСП) (Мельникова Н.Н., 2000) (рис. 3):

Основания	Направленный вовне (out)	Направленный вовнутрь (in)
Активный. Контактный. (преобразование)	1. Активное изменение среды Стратегия кузнеца и воина <i>«Всякий человек своему счастью кузнец»</i> <i>«Бери быка за рога»</i>	2. Активное изменение себя Стратегия человека, высекающего себя из камня <i>«Не кивай на соседа, а посмотри на себя»</i>
Активный. Избегающий. (уход)	3. Уход из среды и поиск новой Стратегия перелётной птицы <i>«Рыба ищет, где глубже, а человек, где лучше»</i>	4. Уход от контакта со средой и погружение во внутренний мир Стратегия улитки <i>«И зрячий глаз, да не видит нас»</i>
Пассивный. Контактный. (репрезентация – подчинение)	5. Пассивная репрезентация себя Стратегия камня в ручье <i>«Буду есть мякину, а фасон не кину»</i> <i>«Горбатого только могила исправит»</i>	6. Пассивное подчинение условиям среды Стратегия хамелеона <i>«В какой народ попадёшь, такую и шапку наденешь»</i> <i>«Нужно поклониться, чтоб из ручья напиться»</i>
Пассивный. Избегающий. (выжидание)	7. Пассивное выжидание внешних изменений Стратегия паруса, ожидающего ветра <i>«Ждать у моря погоды»</i> <i>«Будет и на нашей улице праздник»</i>	8. Пассивное ожидание внутренних изменений Стратегия созревающего яблока <i>«Каждому овощу своё время»</i>

Рис. 3 Классификация стратегий адаптивного поведения

Исследования автора показали, что в целом, спектр поведенческих реакций человека определяется одной-двумя преобладающими стратегиями поведения, которые и составляют “индивидуальный профиль адаптации личности” в различных областях взаимодействия (Мельникова Н. Н., 2004, с. 31).

Что касается характеристик каждой из стратегий, то их можно описать следующим образом:

1. Активное изменение среды: характерно активное стремление воздействовать на среду или партнёра с целью их изменения и приспособления к своим особенностям потребностям.

2. Активное изменение себя: характерно активное изменение себя, своего восприятия, системы ценностей и потребностей для того, чтобы актуальная ситуация не воспринималась как стрессовая.

3. Уход из среды и поиск новой: характеризуется прямым уходом из ситуации с целью поиска новой среды, больше отвечающей потребностям, целям и свойствам человека.

4. Уход от контакта со средой и погружение во внутренний мир: характерно замыкание в себе, внутреннем мире с целью избегания фрустрирующей среды.

5. Пассивная репрезентация себя: характерно стремление самоутвердиться, отстоять своё «Я», продемонстрировать свою позицию

6. Пассивное подчинение условиям среды: характерно конформное поведение, уступчивость, соглашение с требованиями среды.

7. Пассивное выжидание изменений: характерно как выжидание внешних изменений со стороны среды, так и внутренних со стороны самой личности.

Типология адаптивных стратегий А. А. Реана построена на основе активности субъекта и направленности его активности: *по внешнему критерию* (в соответствии с требованиями социального окружения) или *по внутреннему* (в соответствии с собственным ощущением комфорта и гармонии). В связи с чем, автор выделяет 4 вида адаптации: “*по внутреннему критерию*” (ощущение внутренней гармонии, но низкий социальный успех и эффективность), “*по внешнему критерию*” (социальное и профессиональное благополучие, но возможна высокая степень напряженности и неудовлетворения), “*полная дезадаптация*” (высокая степень неудовлетворенности, психоэмоционального напряжения вкупе с низкими показателями успешности вовне), “*системная*

адаптация” (высокая степень успешности и субъективное чувство удовлетворенности) (Реан А. А., 1995; с. 74-79).

В контексте жизненной стратегии особую важность приобретает разнообразие спектра адаптивных способов поведения. М. А. Белугина считает, что личность должна стремиться “расширять границы существующих жизненных ситуаций”, свое окружение и творческим образом подходить к взаимодействию в таких ситуациях (Белугина М. А., 2009: С. 11). Это значительно развивает поведенческий репертуар личности, а соответственно делает и жизненную стратегию более пластичной и разнообразной по своему содержанию.

§ 2 Творческие профессии: особенности реализации, психологические характеристики

2. 1 Творческая направленность личности как фундамент творческих профессий

Понятие направленности является одним из базовых в психологии личности. Его изучением занимались С. Л. Рубинштейн, А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов, Л. И. Божович, В. Н. Мясищев. Каждый ученый рассматривал это понятие с разных углов зрения: направленность как система “многообразных и расширяющихся тенденций” (влечений, мотивов, интересов), которые служат источником разнообразной деятельности (Рубинштейн С. Л., 2002; С. 686); как “система внутри себя иерархизованных мотивов” (Леонтьев А. Н., 2005, С. 61); как “системообразующее свойство личности”, определяющее ее психологический облик (Ломов Б. Ф., 1984; с. 60 - 66); как “внутренняя позиция личности”, представленная системой мотивов (Божович Л. И., 1972; С. 75); как “система доминирующих отношений” личности (Мясищев В. Н., 1995; С. 95). Несмотря на разные акценты в рассмотрении данного понятия можно выделить

основную идею: направленности личности — интегральный и устойчивый комплекс мотивов, целей, интересов, определяющий склонность человека к тому или иному виду деятельности.

В контексте профессиональной деятельности и поиска профессиональной идентичности конструкт направленности личности становится очень важным для рассмотрения. Осознание способностей, интересов, мотивов и целей человека в сторону какого-то вида деятельности может служить некоторым базисом для профессиональной реализации. Что же касается творческой направленности, то ее можно определить как систему устойчивых мотивов, потребностей и интересов, способствующих реализации творческой деятельности.

В. И. Тютюнник (1994) отмечает, что способности к творческому труду развиваются с 5 лет. В своем исследовании он показывает, что главным фактором в развитии способностей к творческому труду является позиция взрослых по отношению к ребенку: “Ты не сможешь” или “Ты сможешь”. Первая установка рождает у ребенка страх неудачи, определяя тем самым его активность в поставленной роли и задачи. Вторая же установка способствует развитию поисковой активности, ориентации на эксперимент. По мнению В. И. Тютюнника, действия в пределах сюжетно-ролевой игры формируют имитацию труда, а выход за рамки задачи и роли, то есть поисковая активность - основы творческой деятельности.

Одним из определяющих факторов для развития творческой направленности выделяют наличие творческой мотивации. В. И. Казаренков, А. М. Романова, Р. С. Пионова (2010; С. 51-52) выделяют *внутренние мотивы* (стремление к самовыражению, самореализации) и *внешние мотивы* (стремление к самоутверждению в профессии). Не менее важными, по мнению авторов, являются факторы *эмоционального-волевого уровня*: состояния удовлетворение и удовольствие от творческой деятельности, удивление новым способам ее реализации, открытость новому, интерес, а также настойчивость,

целеустремленность, организованность в деятельности. Такие *социально-психологические факторы*, как положительное отношение к творчеству вообще и доброжелательное отношение к нему окружающих, поддержка и помощь близких, наличие условий для творчества являются значимыми (В. И. Казаренков, А. М. Романова, Р. С. Пионова, 2010; С. 52). Значимость социально-культурных факторов проявляется в том, что формирует у человека установки и ожидания относительно того, насколько эта сфера востребована, стоит ли ей заниматься, куда это может по итогу вылиться. Об этом пишет еще К. Роджерс, выделяя *внешние и внутренние условия творческой деятельности*. К внешним условиям он относит базовые гуманистические принципы: наличие психологической безопасности и защищенности человека (отсутствие оценочности, признание безусловной ценности человека) и психологическая свобода самовыражения. К внутренним условиям относятся: открытость новому опыту, внутренний локус оценивания, способность к “нестандартным сочетаниям” (Роджерс К., 1994, С. 74-79).

Как пишет О. А. Калимуллина в своем исследовании, важными *когнитивными факторами*, связанными с творческой направленностью могут быть пластичность интеллекта, нестандартность мышления в неординарных ситуациях, открытость новому, критическое отношение к продуктам своей творческой деятельности (Калимуллина О. А., 2013; С. 92).

Е. Л. Яковлева выделяет следующие психологические компоненты, характерные для развития творческой направленности личности:” проблемное отношение к миру”, которое выражается в стремлении осуществлять активную деятельность, связанную с преобразованием действительности. Развитая чувствительность и наблюдательность, ориентация на нестандартные способы разрешения противоречий, жажда новизны и познания, интерес к противоречиям и стремление их разрешать (Яковлева Е. Л., 1994; с. 37 - 42).

Е. П. Ильин подчеркивает, что способности не всегда являются непременно важным аспектом в развитии творческой деятельности. Наиболее важным, по его мнению, является создание “творческой мотивации и овладение

технологией творческого труда”. Самосовершенствование — основной ключ к развитию творческой направленности. Что касается мотивов, то в основе формирования творческой направленности личности лежат “*мотивы самораскрытия и самоутверждения*” (Ильин Е. П., 2009; С. 18).

Таким образом, можно сказать, что творческая направленность личности - это подструктура личности, характеризующаяся наличием творческой мотивации, связанной со стремлением к самовыражению и самораскрытию, реализуемая в целенаправленной деятельности. Творческая направленность характеризуется определенными когнитивными компонентами (высокая познавательная активность, стремление к разрешению противоречий, нестандартность мышления), эмоционально-волевыми (удовлетворение от творческой деятельности, настойчивость и упорство), ценностными (стремление к самосовершенствованию, саморазвитию).

2. 2 Творческие профессии: актуальность, особенности, требования

Становление творческого сегмента профессий имеет свою историю. Долгие годы работа в области творчества воспринималась не как работа, а скорее как увлечение или излишне аристократизировалась (Евсеева Я. В., 2014). Сами же творческие профессии скорее ассоциировались с классическими формами искусства: художник, поэт, литератор, композитор, танцор, скульптор, архитектор, актер. Однако с развитием культуры и рынка труда в области культуры понимание профессий творческого спектра довольно сильно видоизменилось и расширилось. Научно-техническая революция 40-х и 50-х годов повлияла на то, что творческие профессии встроились в автоматизированное производство и носили конвейерный характер. Окончательно трудовая ниша в области творчества сформировалась к 1970-м годам. Это можно отследить благодаря появлению профессиональных сообществ: литераторов, художников, архитекторов, музыкантов. Однако эти сообщества носили сильный идеологический характер. В 90-х годах творческий

сегмент стал более индивидуализированным, художники и деятели искусства стали более автономными. И постепенно культура и искусство стали самостоятельным частно-коммерческим сектором. И сейчас творческая сфера является плодотворной площадкой для бизнес-проектов. Вкладываются деньги в создание разнообразных центров культуры и искусства, как например, “Новая Голландия”, музей современного искусства “Эрарта”. Монетизировать творчество — модно и прибыльно. Соответственно это создает мотивацию для появления трудовых кадров и проектов в этой сфере.

Сейчас сегмент творческих профессий еще более видоизменен. Так происходит в связи с глобальными трендами изменений в сфере профессий вообще, связанных с цифровизацией (Е. Лошкарева, П. Лукша, И. Ниненко, И. Смагин, Д. Судаков, 2018). Появляются все новые виды профессий. Художники трансформируются в различных веб-дизайнеров, оформителей видео-игр, разработчиков интерфейсов VR-пространств. Музыка уже давно вплелась в цифровой формат, но сейчас в этой сфере все более значимы профессии саунд-дизайнеров, ориентированные на создание новых синтетических звуков, разработку новых способов обработки звука. То же касается и видео формата: для экономики значимы сейчас профессии разработчиков 3D-моделей, кибердизайнеров. Киноиндустрия также ориентирована на разработку 5D-форматов, совершенствования компьютерных спецэффектов, что требует соответствующих специалистов в этой области. Обобщая можно сказать, что дизайн как сфера деятельности является наиболее популярным направлением, поскольку он востребован в абсолютно различных творческих ответвлениях: ландшафтный дизайн, дизайн интерьера, веб-дизайн, гейм-дизайн, фешн-дизайн, саунд-дизайн.

Оборотной стороной цифровизации является тренд на человекоориентированные сервисы, в которых помимо продукта люди получают еще и общение. В данном ключе творческие профессии также представлены, но несколько в трансформированном виде: стилист-визажисты, фешн-дизайнеры, модельеры, парикмахеры, мастера по маникюру и педикюру, бармены, повары и

кулинары, журналисты и копирайтеры, хореографы, event-менеджеры, content-менеджеры.

Исследованием особенностей профессиональных типов личности занимались разные исследователи. Наиболее популярна в этом отношении типология Дж. Холланда (1966), который рассматривал 6 профессиональных типов личности, выделяя среди них артистический. *По предпочитаемым видам деятельности* артистический тип более ориентирован на художественное творчество. Касательно *способностей*, важных для успешной реализации этого типа, можно выделить высокую чувствительность и эмоциональность; воображение, пластичность и гибкость восприятия, мышления; креативность, развитые вербальные способности. С точки зрения *личностных качеств*, у артистического типа ярко проявляются впечатлительность, импульсивность, стремление к самовыражению, склонность к самоанализу, нонконформизм, непоследовательность и неспособность доводить начатое до конца (Головей Л. А., 2009).

В отечественной психологии наиболее известной работой в области классификаций профессий является многофакторная классификация Е. А. Климова (1993), в которой отдельное место отведено творческим профессиям. *Ведущим предметом труда* для этого вида профессий является непосредственно художественный образ и способы его построения. Соответственно, профессии типа "человек-художественный образ" связаны с изобразительной деятельностью, музыкальной, литературно-художественной и актерско-сценической деятельностью (Климов Е. А., 2010).

Немаловажным критерием рассмотрением людей творческих профессий являются их личностные особенности. Е. В. Аскольдович и Т. Ю. Хабарова исследовали, насколько профессионально обусловленная творческая деятельность является проявлением личностных и психоэмоциональных особенностей творческого человека в сравнении с не занимающимися творчеством людьми. Авторы выделяют преобладание самоуверенности, доминантности, конфликтности, нетрадиционности и независимости у людей,

занимающихся творчеством. Также наблюдается тенденция к меньшей степени вежливости, приверженности правилам и общественным нормам. Ориентация на индивидуальную деятельность, а не групповую (Аскольдович Е. В., Хабарова Т. Ю., 2015).

Еще одним критерием рассмотрения творческих профессий может быть образование. Л. А. Головей в учебном пособии “Психология профессионального развития” (2009; с. 123-126) рассматривает различные виды профессиональных сфер с точки зрения необходимости получения высшего образования. Например, музыкальная сфера деятельности рассматривается с точки зрения специализаций, требующих получения высшего образования (музыкант, дирижер, композитор, вокалист, звукорежиссер, звукооператор, музыкальный критик, музыковед) и не требующих высшего образования (музыкант, вокалист, диджей, дирижер хора, музыкант-инструменталист).

Обзор вышеприведенных идей позволяет сделать следующие выводы. Во-первых, творческие профессии являются сейчас актуальным и востребованным сектором в сфере труда в силу своей включенности в глобальные тренды профессиональных изменений. Во-вторых, спектр творческих профессий очень широк: это не обязательно профессии исключительно искусства. Творческий подход в деятельности может быть реализован и на гранях с другими профессиями.

§ 3 Психологическая характеристика периода ранней взрослости: хронологические границы и современная специфика периода

Вопрос о хронологических границах периода ранней взрослости довольно сложный. Во-первых, в силу того, что в психологии развития вообще существует множество возрастных периодизаций, что связано с различным пониманием развития вообще: с одной стороны, *количественные изменения*, происходящие во времени, а с другой стороны, это процесс, характеризующий *качественные новообразования* в поведении, психическом развитии (Поливанова К. Н., 2000;

С. 3). Во-вторых, сложность четкого возрастного разграничения объясняется еще и тем, что с возрастом доминанта биологических и физиологических законов развития снижается, в силу вступают *социальные факторы, индивидуальные характеристики*. Если в более ранних возрастах психическое развитие определялось биологическими законами развития (развитие мозговых структур, гормональное развитие т.д), его легко было упорядочить, определить границы. С завершением подросткового периода биологическое развитие уже достигает своего апогея, и психическое развитие человека становится сложно универсализировать в определенные границы, потому что начинают влиять социальные факторы, гендерные особенности, личностные ориентации.

Таким образом, можно отметить расплывчатость и неоднозначность хронологических границ как периода взрослости вообще, так и его подпериода — ранней взрослости или молодости. Но, так или иначе, *нижнюю границу ранней взрослости* связывают со следующими возрастными: 16-20 лет (Ш. Бюлер); 17 лет (Д. Биррен, В. И. Слободчиков-Е. И. Исаев); 21 год (Д. Б. Бромлей); 20 лет для женщин и 21 год — для мужчин (Б. Г. Ананьев, В. Бунак, Э. Эриксон); 23 года (Р. Гаулд, Д. Левинсон, Д. Вейлант). Что касается *верхней границы*, то здесь еще больше вариаций: 21 год (В. И. Слободчиков-Е. И. Исаев); 25 лет (Д. Б. Бромлей, Д. Биррен, Э. Эриксон); 25-30 лет (Ш. Бюлер); 28 лет (Р. Гаулд, Д. Левинсон, Д. Вейлант); 28 лет для мужчин и 26 лет для женщин (В. Бунак); 35 лет (Б. Г. Ананьев).

Очевидна тенденция к увеличению верхней границы периода ранней взрослости до 30 лет и выше, то есть период между завершением юности и началом зрелости является довольно протяженным, но не относится в строгом смысле ни к концу юности, ни к началу взрослости. Такое размытое положение не может не рождать определенных возрастных феноменов в обществе. Психолог Дж. Арнетт дал такому феномену растянутой взрослости термин — “*emerging adulthood*” или “*нарождающаяся взрослость*” (Arnett J.J., 2011; P. 255 - 275), который отражает сложность обретения и нахождения себя молодыми

людьми в современном мире. В данном ключе можно выделить еще несколько интересных возрастных феноменов, объединенных одной тенденцией *застреванием между юностью и зрелостью*: кидалты, твикстеры, дети-бумеранги, кавай (Прихожан А. М., Толстых Н. Н.; 2019).

Специфичность феномена “нарастающей взрослости” именно в том, что, с одной стороны, молодые люди имеют больше времени для нахождения себя, личностной и профессиональной идентичности, подготовки к профессиональной реализации, больше времени для поиска, проб и ошибок. Но с другой стороны, именно это продление, именно множественные пробы могут отодвигать от собственно достижения взрослости и рождать перечисленные феномены.

В данный период ведущей становится *профессиональная деятельность*: личность начинает выходить в автономную позицию, формирует свою личностную и профессиональную идентичность, развивает и расширяет свои смысложизненные ориентации и интересы (Моргун В. Ф., Ткачева Н. Ю.; 1981). Также в данный период значимым является формирование представлений о близких отношениях, своем партнере, значимости места отношений в жизни вообще (Шаповаленко И. В., 2000).

В связи с этим, основные задачи данного периода можно определить следующим образом: сепарация от родительской семьи, формирование профессиональной идентичности и начало профессиональной деятельности, развитие способности выстраивать близкие, доверительные отношения (Манукян В. Р., 2012).

Реализация этих задач может быть различной. Так в одном из исследований португальских социологов было выделено несколько путей решения задач ранней взрослости (M. Guerreiro, P. Abrantes, 2004, pp. 191 - 209):

1. *Путь карьеры*: здесь фокус в основном делается на профессии, образовании.
2. *Индивидуалистический путь*: фокус на самопознании, поиске своего предназначения, ориентации на новый опыт.

3. *Экспериментирование*: пробы различных способов жизни, места жительства и работы.
4. *Последовательный путь*: реализация культурных сценариев, планирование жизненного пути.
5. *Ранний переход*: в результате вынужденного раннего начала труда или родительства.
6. *Ненадежный, случайный переход*: в результате включения в низкоквалифицированную, «одноразовую» работу.
7. *Деструктурированный переход*: социальное исключение, маргинальность, рискованное поведение, бедность.

Основные возрастные трудности связаны именно с индивидуальным проживанием этих задач, которые оформляются в виде *кризисов ранней взрослости* (Крайг Г., 2005): «период вхождения во взрослость» (Levinson D., 1978), «кризис отрывания от родительских корней» (Шихи Г., 1999); “кризис юности” (Исаев Е. И., Слободчиков В. И., 2013), биографические кризисы нереализованности, бесперспективности, опустошенности (Ахмеров Р.А., 1994). Также на данный период выпадают кризисы обучения в ВУЗе, которые являются частью переходного процесса вхождения во взрослость (Манукян В.Р., 2012).

Таким образом, период ранней взрослости является чрезвычайно важным периодом жизненного пути, его отправной точкой. К этому возрасту сформированные ранее мировоззренческие взгляды, позиции и убеждения проверяются на практике, корректируются и достраиваются. Это период формирования себя и собственной концепции, поиска своей профессиональной идентичности и экспериментирования. Период ранней взрослости представлен конкретными задачами, решение которых является одним из этапов на пути к формированию психологической зрелости.

Глава 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Программа исследования

Цель: изучить жизненные стратегии молодых людей, ориентированных на реализацию в творческой сфере.

В связи с поставленной целью были сформулированы соответствующие задачи:

1. Исследовать особенности профессионального выбора и самореализации, респондентов и проанализировать среди них выраженность характеристик творческого профиля.
2. Исследовать личностные ценности респондентов.
3. Исследовать стратегии адаптивного поведения молодых людей.
4. Исследовать особенности целеполагания и жизненного планирования респондентов.
5. Определить уровень самооффективности и удовлетворенности жизнью молодых людей
6. Выявить гендерную специфику изучаемых показателей
7. Провести сравнительный анализ содержательных компонентов жизненной стратегии на двух выборках: молодые люди с высшим образованием по творческому профилю и молодые люди, ориентированные на реализацию в творчестве вне системы профильного образования
8. Изучить взаимосвязи компонентов жизненной стратегии (ценностных ориентаций, особенностей целеполагания и жизненного планирования, адаптивных стратегий поведения) между собой и с показателями самооффективности и удовлетворенности жизнью.
9. Изучить взаимосвязь компонентов жизненной стратегии респондентов со способами их реализации в творческой сфере.

Гипотезы исследования:

Жизненные стратегии профессиональной реализации молодых людей, находящихся вне системы общего образования, отличаются от жизненных стратегий профессиональной реализации молодых людей, находящихся в системе общего образования.

Частные гипотезы исследования:

1. Жизненные стратегии молодых людей вне системы высшего образования в художественной сфере отличаются большей направленностью на активный контакт с внешней средой, ориентацией на преобразование имеющейся действительности, нежели жизненные стратегии молодых людей, находящихся в системе образования.
2. Ценностный профиль личности молодых людей вне системы образования больше представлен ценностями достижения, самостоятельности и стимуляции.
3. Особенности целеполагания молодых людей вне системы образования в большей степени конкретизированы, представлены целями, зависящими непосредственно от самих респондентов.
4. Молодые люди, находящиеся вне системы образования, больше уверены в своей самоэффективности и более удовлетворены собственной жизнью, нежели молодые люди, находящиеся в системе образования.

Объект: жизненные стратегии личности.

Предмет: жизненные стратегии молодых людей, ориентированных на реализацию в творческой сфере.

2. 2. Описание выборки исследования

В исследовании приняли участие 40 человек из Санкт-Петербурга, среди них 28 женщин и 12 мужчин в возрастном диапазоне от 19 до 27 лет. Средний возраст 22 года.

Для исследования набирались молодые люди, учащиеся в ВУЗах по творческим направлениям (музыкальное, художественное, визуальное), и те, кто их не закончили (сами отчислились) или учатся по совершенно другому

направлению (врачебное дело, прикладная математика). Данные продемонстрированы в таблице 1.

Таблица 1 – принадлежность респондентов к образованию по творческому профилю

Показатель	Частота	Процент
музыкальное училище	6	15,0
СПБГУКИТ	7	17,5
художественное училище	6	15,0
академия им. А. Я. Ваганова	1	2,5
СПБГУ, нетворческое направление	6	15,0
нет высшего	7	17,5
муз.уч. - не закончено	4	10,0
СПБГУКИТ - не закончено	3	7,5

Основным условием для участия в исследовании являлось наличие творческого увлечения или проекта. Содержание этих проектов иллюстрирует таблица 2: 50 % респондентов занимаются визуальным творчеством: съемки видео, кинопроекты, фотопроекты, визуальное оформление, 3D-графика, иллюстрирование. 27,5 % участников имеют музыкальные проекты: являются непосредственно авторами и исполнителями собственной музыки, участвуют в музыкальных проектах, являются продюсерами или саунд дизайнерами. 10% выборки занимаются творчеством с точки зрения создания товаров или оказания услуг: тату-мастера, хэнд-мэйд украшения, предметы одежды. 7,5 % респондентов занимаются текстовым блогингом и 5 % участников занимаются сценическим творчеством: являются танцорами и актерами.

Таблица 2 - частотный анализ творческих проектов респондентов

Показатель	Частота	Процент
Музыкальные проекты	11	27,5
Визуальные проекты	20	50,0

Показатель	Частота	Процент
Творческие услуги, товары	4	10,0
Сценические проекты	2	5,0
Блогинг	3	7,5

2. 3. Методы и процедура исследования

Само исследование проводилось дистанционно в силу ситуации пандемии коронавируса. В социальной сети “ВКонтакте” я публиковала в группах разных университетов приглашения к исследованию, затем лично списывалась с откликнувшимися и высылала им комплекс методик, если их устраивали условия прохождения исследования. Период прохождения был определен в две недели.

Для изучения индивидуально-психологических характеристик в связи с задачами исследования был разработан следующий комплекс методик:

1. Авторская анкета, направленная на изучение профессиональной реализации молодых людей в творческой сфере.
2. Вторая часть ценностного опросника Ш. Шварца (Schwartz Shalom H., 1992) в адаптации В. Н. Карандашева (2004).
3. Анкета «Целеполагание и планирование жизни» (Манукян В. Р., 2018)
4. Методика «Адаптивные стратегии поведения» (АСП) (Мельникова Н.Н., 2000 г.)
5. Шкала самоэффективности М. Ерусалема и Р. Шварцера (Jerusalem M., Schwarzer R., 1981) в адаптации В. Г. Ромека (1996)
6. Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера (E. Diener, R.A. Emmons, R.J. Larsen и S. Griffin, 1985) в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.Н. Осина (2003).

Анкета (см. Приложение А) была разработана таким образом, чтобы определить социально-демографические характеристики респондентов, выяснить степень осознанности их профессионального выбора в контексте

образования, проанализировать, насколько творческая сфера значима в жизни респондентов и определить их отношение к творчеству как к сфере их самореализации, а также выделить конкретные пути продвижения своих творческих проектов.

Первая часть анкеты была нацелена на сбор *базовой информации*: пол, возраст, место учебы, занятость, информация о наличии конкретного творческого увлечения.

Вторая часть была ориентирована на то, чтобы выяснить, насколько *осознанным* был выбор респондентов касательно их образования, и насколько *место учебы* помогает и способствует их творческой самореализации в своих проектах.

Третья часть касалась непосредственно творческих увлечений респондентов: есть ли, сколько времени выделяется для них, насколько удовлетворяет респондентов выделяемое время для творчества.

Четвертая часть посвящена вопросам, связанным с профессиональной реализацией творчества респондентов: насколько профессионально они хотят в нем реализоваться, какие пути для продвижения выделяют, что из этого делают уже сейчас.

В анкету также было включено несколько вопросов из “Биографической анкеты” (Манукян В. Р., Рузаевой Н. Д., 2015),

Вторая часть ценностного опросника Ш. Шварца с целью изучения ценностей респондентов, их приоритетности и определения индивидуальной значимости ценностей. Основная идея концепции Ш. Шварца заключается в том, что содержание ценностей определяется типом мотивационных целей. И отличаются ценности соответственно именно по типам мотивационных целей. Поэтому Ш. Шварц сгруппировал отдельные ценности в типы ценностей в соответствии с целевой сущностью, в итоге сформировав 10 мотивационно отличающихся групп ценностей (Карандашев В. Н., 2004; С. 27):

- **власть** — социальный статус, доминирование над людьми и ресурсами;
- **достижение** — личный успех в соответствии с социальными стандартами;

- **гедонизм** — наслаждение или чувственное удовольствие;
- **стимуляция** — волнение и новизна;
- **самостоятельность** — самостоятельность мысли и действия;
- **универсализм** — понимание, терпимость и защита благополучия всех людей и природы;
- **доброта** — сохранение и повышение благополучия близких людей;
- **традиция** — уважение и ответственность за культурные и религиозные обычаи и идеи;
- **конформность** — сдерживание действий и побуждений, которые могут навредить другим и не соответствуют социальным ожиданиям;
- **безопасность** — безопасность и стабильность общества, отношений и самого себя.

Методика представляет собой список из 40 описаний человека, соответствующего тому или иному типу ценности. Задача респондента — оценить, насколько описываемый профиль похож на него. Шкала для оценивания состоит из 5 позиций:

- “Очень похож на меня” = 4 балла
- “Похож на меня” = 3 балла
- “В некоторой степени похож на меня” = 2 балла
- “Немного похож на меня” = 1 балл
- “Не похож на меня” = 0 баллов
- “Совсем не похож на меня” = -1 балл

Обработка результатов производится путем соотнесения ответов респондента с ключом. Затем высчитывается средний балл по каждому из 10 типов ценностей. Величина среднего балла отражает степень значимости данной ценности (Карандашев В. Н., 2004; с. 35 - 40).

Анкета «Целеполагание и планирование жизни» (Манукян В. Р., 2018) представляет собой комплекс вопросов, связанных с особенностями целеполагания и планирования жизни. Она составлена таким образом, что вначале респондент просят обозначить в анкете удобным ему способом и

формулировкой свои цели, мечты и ожидания. Далее респондент работает уже непосредственно с этим списком, отвечая на вопросы анкеты, раскрывающие различные характеристики компонентов целеполагания (Манукян В. Р., 2018):

- **соотношение мечтаний, ожиданий и целей:** респондентам предлагалось распределить на 3 группы их представления о будущем в соответствии с предлагаемыми в анкете определениями. Это облегчает дифференцировку представлений самого респондента, а также влияет на предоставление более точной информации для исследования. Обработка информации происходит путем количественного подсчета соотношений мечтаний, ожиданий и целей.
- **временная удаленность:** краткосрочные (до 1–2 лет), среднесрочные (3–5 лет), долгосрочные цели (свыше 5 лет), внесрочные - цели ценности (реализуются в течение всей жизни). Обработка происходит путем количественного подсчета соотношений.
- **продуманность путей достижения:** цели-идеалы без продуманных путей достижения (может свидетельствовать о стратегичности планирования, большей возможности для гибкого изменения планов), цели-цели с продуманной последовательностью действий (может свидетельствовать о тактичности планирования, важности последовательности событий, их предсказуемости, низкой гибкости при изменениях). Обработка происходит путем подсчета целей с продуманными путями достижений.
- **принадлежность к жизненным сферам:** эта характеристика позволяет определить те сферы жизни человека, реализация целей в которых является для него приоритетной. обработка происходит путем количественного подсчета целей в каждой из указанных сфер.
- **взаимосвязь целей друг с другом:** связи между целями могут складываться по принципу соподчинения и формировать в итоге “цели-ценности” и “цели-средства”. Такие системы, как правило, являются более интегрированными и менее затратными по их реализации, но в то же время и они обладают меньшей пластичностью при перестройке. Подсчитывается доля взаимосвязанных между собой целей.

- **противоречивость целей:** конфликтность системы целей, наличие в ней противоречащих друг другу целей формирует низкую гармоничность системы целей и наоборот. Подсчитывается доля конфликтных целей.
- **локус контроля:** данная характеристика отражает тот уровень ответственности, который человек готов брать на себя при реализации собственных целей. Респонденту предлагается проранжировать от 1 до 5 выписанные цели, основываясь на утверждении, что «1» - достижение целей в наибольшей степени зависит от респондента, а «5» – в наибольшей степени от других людей или обстоятельств.
- **источник возникновения целей:** данная характеристика отражает степень “произвольности” формирования целей. “Свои цели”, отражающие собственные стремления. “Хочу цели”, формирующиеся из стремлений подражания или восхищения. “Сторонние цели” — перенятые от кого-то. И “цели-долженствования”. В данном пункте респонденту предлагается 4 вопроса, отражающих степень произвольности в постановке целей.
- **степень конкретизации целей:** эта шкала отражает детализацию представлений респондентов об их целях, их развернутость. Количественно подсчитывается доля хорошо детализированных и смутно представляемых целей.
- **мотивационная основа целей:** цели решения проблем (проистекают из скорее негативных ситуаций, в которых хотелось бы от чего-то избавиться, то есть они реактивны), цели стабилизации (проистекают из благополучных ситуаций, в которых бы ничего особенно не хотелось менять, а укрепить на имеющемся уровне), цели развития (проистекают из довольно нейтральных и в целом благополучных ситуаций, основной драйвер которых в улучшении уже существующего положения). Для развития будущего человека наиболее важны цели-развития, однако цели-решения проблем и стабилизации также играют роль в формировании целей развития, совсем отказаться от них нельзя. Подсчитывается количество целей по 3-м выделенным группам.
- **уровень значимости целей:** данная характеристика показывает степень иерархичности системы целей (высокая, средняя, низкая). Респонденту

предлагается разделить все цели на 3 выделенные группы. Количественно подсчитывается число целей в каждой из групп.

Шкала самооффективности М. Ерусалема и Р. Шварцера — это опросник, цель которого состоит в измерении субъективного ощущения личностью собственной эффективности в жизни. В основе шкалы лежит теория самооффективности, сформулированная А. Бандурой как вера человека в то, что действия способны привести к желаемым результатам (Бандура А., 1997). Согласно концепции автора, самооффективность является той детерминантой человеческого поведения, определяющей, какие трудности человек видит потенциально преодолимыми и чувствует себя компетентным в деятельности, а какие - нет, и отказывается от реализации определенных действий.

Данная шкала состоит из 10 утверждений, с каждым из которых респонденту предлагается выразить степень своего согласия в баллах от 1 до 4:

1 - “Абсолютно неверно”

2 - “Едва ли это верно”

3 - “Скорее всего верно”

4 - “Совершенно верно”

Результат прохождения опроса состоит в подсчете суммарного значения по шкале, отражающего общий показатель субъективной оценки личности собственной эффективности: минимальный балл - 10, максимальный - 40:

10-19 баллов – низкий уровень самооффективности;

20-24 – ниже среднего уровня;

25-29 – средний уровень;

30-35 – выше среднего уровня;

36-40 – высокий уровень самооффективности

Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера представляет собой 5 утверждений, касающихся удовлетворенности респондентов их жизнью и чувства субъективного благополучия. Респонденту предлагается поставить баллы от 1 до 7 в соответствии со степенью согласия с каждым утверждением (1-

абсолютно не согласен, 7 – абсолютно согласен). Целесообразность использования данной шкалы заключается в том, что она отражает общий эмоциональный фон респондентов, на которой разворачиваются актуальные события их жизни, в том числе и события, связанные с их профессиональной реализацией. Именно поэтому учет влияния удовлетворенности жизнью и чувства субъективного благополучия был важен в контексте исследования жизненных стратегий респондентов.

Обработка результатов шкалы Э. Динера состоит в подсчете показателей, полученных как по каждому утверждению, так и по сумме всех баллов по 5 пунктам. Следовательно, минимальный балл, который можно получить по шкале -7, а максимальный соответственно - 35 баллов.

Общий результат (Осин Е. Н., Леонтьев Д. А., 2008):

30–35 баллов — в высшей степени доволен, намного выше среднего.

25–29 баллов — очень доволен, выше среднего.

20–24 баллов — более-менее доволен, средний результат.

15–19 баллов — слегка недоволен, чуть ниже среднего.

10–14 баллов — недоволен, ниже среднего.

5–9 баллов — очень недоволен, намного ниже среднего.

Методика исследования стратегий адаптивного поведения направлена на изучение индивидуальных предпочтений в выборе стратегий поведения в проблемных ситуациях. Сочетание стратегий в индивидуальном поведении характеризует стиль адаптации личности (Мельникова Н. Н., С. 30; 2004). Процедура проведения методики заключается в том, что респондентам предлагаются различные ситуации, с которыми они должны были ознакомиться и выбрать из предложенных вариантов поведения тот, который представляется наиболее часто используемым, и тот, который практически никогда не используется и выглядит неприемлемым, и дополнительные варианты возможного поведения (не более двух). По инструкции вариант, который представляется наиболее естественным, помечается знаком “+”; тот, который

никогда не применяется – знаком “-” «дополнительные» варианты подчёркиваются.

В результате, по данной методике возможно выделить 7 вариантов стратегий поведения (Мельникова Н. Н., 2004; с. 33-34):

- **Активное изменение среды:** характерно стремление активно воздействовать на среду или партнёра с целью изменить их, «приспособить» к своим особенностям и потребностям. Арсенал способов воздействия широк и разнообразен (прямой контакт, давление, манипуляции)
- **Активное изменение себя:** характерно стремление активно изменить себя (системы ценностей, потребностей, форм поведения и реагирования), чтобы окружающая среда перестала восприниматься как фрустрирующая
- **Уход из среды и поиск новой:** характерно стремление полностью уйти из ситуации с целью поиска новой среды, которая бы соответствовала свойствам индивида (смена партнера, места жительства, места работы).
- **Уход от контакта со средой и погружение во внутренний мир:** характерно избегание контакта со средой, замыкание во внутреннем мире (фантазирование, погружение в религиозные и философские системы, увлечение алкоголем, наркотиками).
- **Пассивная репрезентация себя:** характерно стремление в демонстрации своей позиции. Активного воздействия на среду или партнера здесь нет. Проявления такой стратегии: догматизм, приверженность жёстким жизненным принципам, упрямство и иногда фанатизм.
- **Пассивное подчинение условиям среды:** характерно пассивное изменение под воздействием влияния извне, без самостоятельного анализа и ситуации и личностной перестройки. Формы проявления: конформизм, пассивное согласие с требованиями, уступчивость, подчинение авторитетам, подражание.
- **Пассивное выжидание изменений:** характерна позиция выжидания, которая может проявляться в ожидании внешних или внутренних изменений. В первом случае человек ждет, когда внешние условия изменятся в лучшую для индивида сторону. Во втором - человек ожидает благоприятных изменений внутри себя.

Это может быть изменение настроения, созревание, появление ощущения внутренней готовности. Откладывая решение проблемы на более поздний срок, человек может аргументировать это тем, что он ещё не готов, но через некоторое время внутренние условия сложатся в его пользу

Обработка результатов состояла из следующих шагов: для каждой стратегии отдельно подсчитывалось количество трех категорий выборов (основные, отрицательные, дополнительные). Затем каждой категории выборов присваиваются условные баллы: предпочитаемые стратегии оцениваются в 2 балла, неприемлемые в -2 балла, дополнительные – 1 балл. Чтобы рассчитать итоговый балл для каждой стратегии количество первоначальных выборов каждой категории умножается на соответствующую величину: основные положительные – на 2, отрицательные – на (-2), дополнительные не изменяются. Далее сырые баллы переводятся в станайны (рис. 4).

Стратегия	Станайн								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	-7 и ниже	-6 – (-2)	-1 – 2	3 – 8	9 – 13	14 – 18	19 – 21	22 – 26	27 и выше
2	1 и ниже	2 – 5	6 – 9	10 – 13	14 – 17	18 – 21	22 – 25	26 – 30	31 и выше
3	-18 и ниже	-17 – (-12)	-11 – (-8)	-7 – (-3)	-2 – 1	2 – 5	6 – 9	10 – 15	16 и выше
4	-16 и ниже	-15 – (-13)	-12 – (-9)	-8 – (-5)	-4 – (-1)	0 – 3	4 – 7	8 – 11	12 и выше
5	-15 и ниже	-14 – (-11)	-10 – (-8)	-7 – (-3)	-2 – 1	2 – 5	6 – 9	10 – 14	15 и выше
6	-13 и ниже	-12 – (-10)	-9 – (-6)	-5 – (-2)	-1 – 2	3 – 5	6 – 10	11 – 14	15 и выше
7	-6 и ниже	-5 – (-3)	-2 – 0	1 – 4	5 – 7	8 – 9	10 – 12	13 – 15	16 и выше

Рис. 4 Перевод сырых баллов в стандартные (форма для взрослых)

1 - 3 станайна – показатель ниже среднего

4 - 6 станайнов – в пределах средних значений

7- 9 станайнов – выше среднего

2. 4 Используемые методы математической статистики

Для проведения статистической обработки данных использовались программа Microsoft Excel и программное обеспечение SPSS Statistics 22.0. Исходя из задач исследования, в качестве методов анализа были выбраны следующие:

1. Описательная статистика: вычисление средних значений, стандартных отклонений, частот, минимумов и максимумов;
2. Критерий Манна-Уитни
3. Корреляционный анализ (Корреляция Спирмана);
4. Факторный анализ (варимакс вращение Кайзера).

Обработка ответов на открытые вопросы анкеты осуществлялась с помощью контент-анализа.

Глава 3. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ

3.1 Общая характеристика особенностей профессионального выбора и профессиональной реализации респондентов

Согласно результатам анкеты, представленным на диаграмме (рис. 5), свой профессиональный выбор - творчество как способ профессиональной реализации, преобладающее число респондентов (15 человек) оценивают как “абсолютно осозанный” и “осозанный” (14 человек). Минимальное число участников оценивает свой выбор как “абсолютно неосозанный” (3 человека). Равное число респондентов демонстрируют низкую степень уверенности: оценивают свой выбор как “скорее неосозанный” (4 человека) и “скорее осозанный” (4 человека)

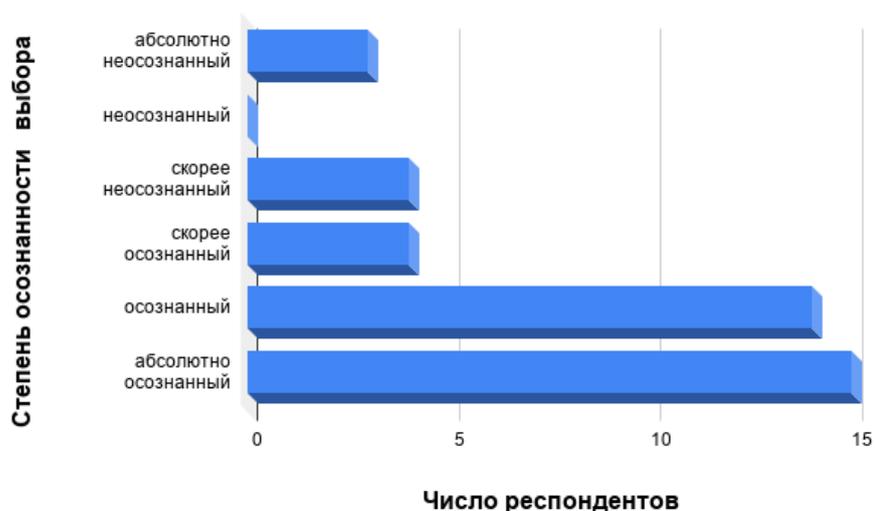


Рис. 5 Диаграмма “Осозанность профессионального выбора респондентов”

На вопрос анкеты: “Насколько профессионально Вы хотели бы реализоваться в своем творчестве?”, - 85% респондентов ответили, что серьезно настроены и видят в своем творчестве основную сферу для самореализации. Данные отражены в таблице 4.

Таблица 4 - уровень профессиональной реализации творческого проекта

Показатель	Частота	Процент
Я серьезно настроен(-а), вижу в творчестве свою основную сферу профессиональной реализации	34	85,0
Да, моя основная сфера профессиональной реализации находится в другой области, но мое творческое увлечение также очень важно для меня. Я буду делать все, чтобы состояться в своем творчестве	4	10,0
Мне просто нравится заниматься этим, это не более чем любимое увлечение. Основная сфера профессиональной реализации лежит в другом направлении	1	2,5
Я серьезно настроен(-а), вижу в творчестве свою основную сферу профессиональной реализации	34	85,0

Преобладающее количество времени, которые респонденты (16 человек) выделяют для работы над своими проектами составляет от 3-5 дней в неделю, также преобладающее число респондентов (17 человек) работают над своими проектами каждый день. Минимальное число респондентов (2 человека) выделяет для работы над своими проектами несколько дней в месяц. Данные отражены на круговой диаграмме (рис. 6).

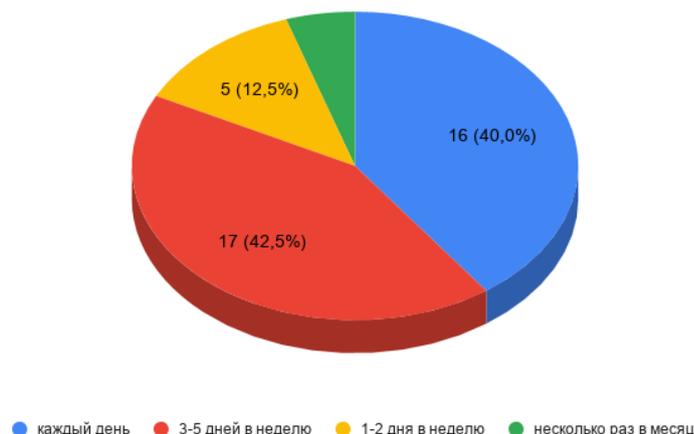


Рис. 6 Количество выделяемого времени для творческого проекта

Однако несмотря на то, что преобладающее число респондентов работают над своими проектами почти каждый день, согласно результатам в таблице 6, большинство респондентов не устраивает выделяемое для работы над проектом время, им хотелось бы выделять его больше. Лишь 17,5% процентов удовлетворены выделяемым объемом времени, а 2,5% хотели бы снизить объем выделяемого времени, что отражено в таблице 6.

Таблица 6 - степень удовлетворенности выделяемым временем

Показатель	Частота	Процент
Да, устраивает	7	17,5
Нет, не устраивает, хотел бы выделять больше времени	32	80,0
Нет, не устраивает, хотел бы выделять меньше времени	1	2,5

Наиболее актуальными сложностями для увеличения временных ресурсов являются следующие: подработка (25%), учёба (17,5%), сложности с саморегуляцией, неорганизованность, сложности с планированием времени (15%), сочетание работы и учёбы (10%), сочетание учёбы и неорганизованность (7,5%), отсутствие материального выхода с творческого проекта (5%) и сочетание неорганизованности и работы (2,5%). Данные демонстрирует линейчатая диаграмма (рис. 7).



Рис. 7 Препятствия для большего выделения времени под творческий проект

Что касается конкретных способов для развития своего творческого проекта, то, согласно данным, представленным в таблице 8, наиболее актуальными являются - развитие собственных способностей и мастерства, продвижение продукта через социальные сети, авторитетных людей и развитие собственного мастерства. Продвижение проекта только через рекламные кампании, авторитетных людей и социальные сети имеет минимальные значения. Такие результаты могут говорить о важности для респондентов их собственного развития внутри их творческого проекта, развития их навыков и умений, готовности вкладываться в это развитие.

Таблица 8 - частотный анализ способов развития и продвижения творческого проекта

Показатель	Частота	Процент
Развитие проекта через соц.сети	3	7,5
Продвижение через рекламу	1	2,5
Продвижение через авторитетных людей	3	7,5
Развитие собственных способностей и мастерства	6	15,0
Соц.сети+авторитетные люди	2	5,0

Соц.сети+авторитетные люди+реклама	1	2,5
Соц.сети+авторитетные люди+реклама+мастерство	3	7,5
Соц.сети+реклама	2	5,0
Соц.сети+реклама+мастерство	4	10,0
Соц.сети+мастерство	9	22,5
Реклама+авторитетные люди	1	2,5
Авторитетные люди+мастерство	4	10,0

3. 2 Общая характеристика выраженности компонентов жизненной стратегии

3. 2. 1 Ценностный профиль

При обработке ответов 2 части ценностного опросника Ш. Шварца был получен ценностный профиль респондентов, отраженный на диаграмме ниже (рис. 8).

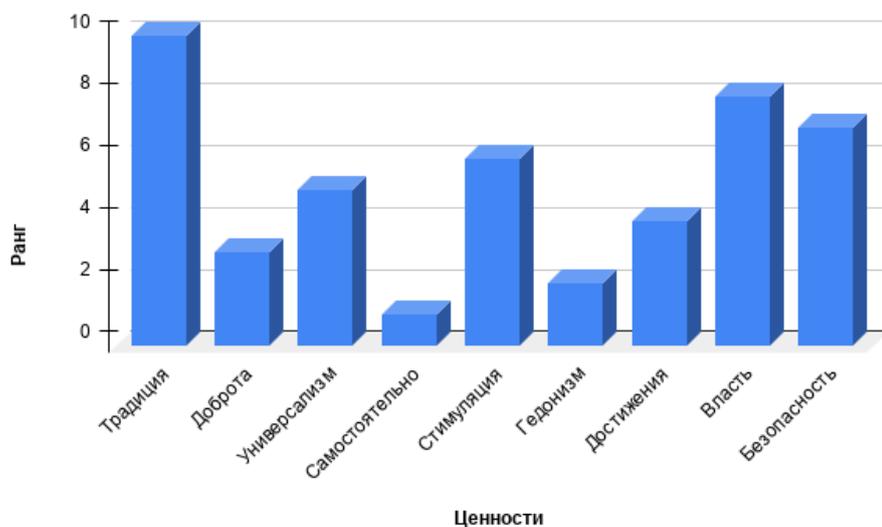


Рис. 8 Ценностный профиль респондентов (в рангах)

Результаты описательной статистики демонстрируют, что наиболее значимыми ценностями для респондентов являются: **самостоятельность** - 1 ранг ($M=3,21$, $\sigma=0,55$, минимум=2,00; максимум=4,00), **гедонизм** - 2 ранг ($M=2,68$, $\sigma=1,08$, минимум=-1,00; максимум=4,00); **доброта** - 3 ранг ($M=2,59$, $\sigma=0,77$, минимум=0,75; максимум=3,75). Значения последних двух показателей находятся в области высокой индивидуальной вариативности. Данные ценности относятся к трем ценностным блокам: **ценности открытости изменениям**, **ценности самовозвышения** и **ценности самотрансцендентности**.

Ценности самовозвышения выражены средне по значимости: **достижение** - 4 ранг ($M=2,58$, $\sigma=1,09$, минимум=-0,50; максимум=4,00); **стимуляции** - 6 ранг ($M=2,40$, $\sigma=0,96$, минимум=0,00; максимум=4,00). Ценность **власти** относится к мало значимым ценностям - 8 ранг ($M=1,46$, $\sigma=1,44$, минимум=-1,00; максимум=5,67).

Такая ценность открытости изменениям как **универсализм** также является средне значимой - 5 ранг ($M=2,56$, $\sigma=0,82$, минимум=0,00; максимум=4,00).

Наименьшую значимость имеют ценности консерватизма: **безопасность** - 7 ранг; **конформность** - 9 ранг ($M=1,34$, $\sigma=1,06$, минимум=-1,00; максимум=4,00); **традиция** - 10 ранг ($M=0,67$, $\sigma=0,89$, минимум=-1,00; максимум=2,00).

В результате применения непараметрического критерия Манна-Уитни удалось выделить некоторую тенденцию в различии средних по полу по ценности **универсализма**. Результаты представлены в таблице 10.

Таблица 10 - результаты сравнения средних значений выборки по полу по критерию Манна-Уитни

Показатель	М мужчины	М женщины	U	p
Универсализм	2,10	2,78	103,500	0,056

Данные результаты являются пока что тенденциозными, уровень значимости приближается к значимому, и при увеличении выборки данная

тенденция может трансформироваться в значимое различие. Однако на уровне тенденции можно увидеть, что для женщин в данной выборке ценность универсализма является более значимой, чем для мужчин. Такие результаты может связать в целом с гендерной ориентацией женщин в социуме на терпение, взаимоуважение, понимание, проявление толерантности.

Согласно полученным результатам, можно сказать, что наиболее значимыми ценностями для респондентов являются ценности открытости изменениям, самотрансценденции и самовозвышения. Степень конфликтности ценностей самотрансценденции и самовозвышения выражена не ярко в силу того, что их объединяет ценность гедонизма, которая является переходной. Значимость ценностей консерватизма выражена минимально.

3. 2. 2 Стратегии адаптивного поведения

Обработка данных методики “Стратегии адаптивного поведения” Н. Н. Мельниковой демонстрирует групповой адаптивный профиль, отраженный на диаграмме ниже (рис. 9).

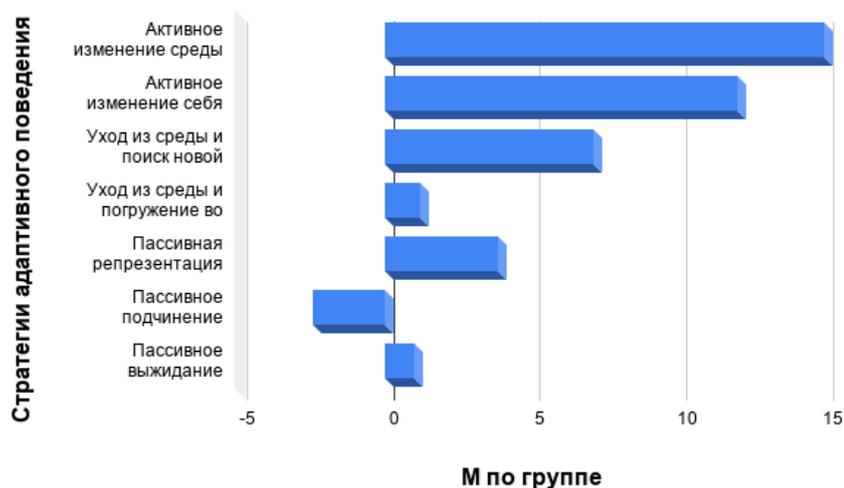


Рис. 9 Адаптивный профиль респондентов (по средним значениям)

Проведенная описательная статистика демонстрирует, что наиболее предпочитаемыми стратегиями являются - **активное изменение среды** ($M=14,98$, $\sigma=8,19$, минимум=-10,0, максимум=37,0) и **активного изменения себя** ($M=12,03$, $\sigma=6,95$, минимум=-4,00, максимум=23,0). Стратегия **ухода из**

среды и поиска новой является менее выраженной ($M=7,10$, $\sigma=7,47$, минимум=-13,0, максимум=18,0). Однако также относится к области используемых. Менее используемыми являются следующие стратегии: **пассивная репрезентация себя** ($M=3,85$, $\sigma=8,81$, минимум=-17,0, максимум=21,0), **уход из среды и погружение во внутренний мир** ($M=1,20$, $\sigma=9,31$, минимум=-15,0, максимум=24,0), **пассивное выжидание изменений** ($M=1,00$, $\sigma=6,35$, минимум=-12,0, максимум=13,0). Наиболее отвергаемой стратегией является **пассивное подчинение условиям среды** ($M = -2,45$, $\sigma = 8,51$, минимум = -23,0, максимум = 17,0).

Стандартные отклонения по всем перечисленным стратегиям демонстрируют высокую индивидуальную вариативность показателей.

Все полученные результаты находятся в области средних значений, согласно стандартам опросника. Однако стратегия **активного изменения себя** (7 станайнов), **уход из среды и поиск новой** (8 станайнов) находятся в диапазоне значений, **выше среднего** для данных стратегий. То есть в целом по выборке, эти стратегии довольно используются для респондентов.

Анализ по критерию Манна-Уитни показал, что значимые гендерные различия обнаружены по стратегиям 3 и 4. Результаты этого анализа представлены в таблице 12.

Таблица 12 - результаты сравнения средних значений по полу

Показатель	М	М	U	p
	мужчины	женщины		
Уход из среды и поиск новой	4,00	8,43	93,00	0,026
Уход из среды и погружение во внутренний мир	-4,92	3,82	75,00	0,005

Данные таблицы иллюстрируют следующее: для женщин стратегия ухода из среды и поиска новой предпочитаема более, чем в два раза, в сравнении с мужчин. Причем численное значение по данной стратегии у женщин соответствует 7 станайнам, что попадает в диапазон значений выше среднего.

Численное значение мужчин находится в области средних значений (6 станайнов). Аналогичная ситуация касается использования стратегии ухода из среды и погружения во внутренний мир: для мужчин эта стратегия в целом является отвергаемой, а для женщин приемлемой. Численное значение по стратегии у мужчин попадает в область средних значений (4 станайна), численное значение по стратегии женщин - выше среднего (7 станайнов). Такие результаты могут говорить о том, что женщинам в данной выборке более свойственна адаптация путем активного избегания как по внутреннему критерию, так и по внешнему. Причем предпочтения проявляются в сторону внутреннего критерия - ориентация на чувство собственной удовлетворенности.

3. 2. 3 Общая характеристика выборки по шкалам удовлетворенности жизнью и самооффективности

Результаты обработки шкал удовлетворенности жизнью и самооффективности представлены в таблице 13.

Таблица 13 - описательная статистика по шкалам удовлетворенности жизнью и самооффективности

Показатель	М по группе	σ	Минимум	Максимум
ШУЖ	24,75	5,69	13,0	35,0
ШС	29,50	4,42	20,0	38,0

Полученные данные по шкале удовлетворенности жизнью иллюстрируют: удовлетворенность жизни респондентами выше среднего, соответственно нормативным баллам. Данные по шкале самооффективности также демонстрируют среднюю выраженность значений, согласно нормативам.

Можно отметить, что респонденты в целом удовлетворены собственной жизнью, а также верят в свои способности для достижения результатов в выбранной ими деятельности.

Высокой индивидуальной вариативности и гендерной специфики по данным параметрам не наблюдается.

3. 2. 4 Целеполагание и планирование жизни

По параметру количественного соотношения целей, мечт и ожиданий в структуре целеполагания респондентов получились следующие результаты, отраженные таблице 14.

Таблица 14 - описательная статистика по анкете целеполагания и планирования жизни

Показатель	М по группе	σ	Минимум	Максимум
Мечты	5,08	3,54	1,00	18,0
Ожидания	2,13	1,64	0,00	6,00
Цели	6,05	2,83	1,00	14,0

Как видно из таблицы, в количественном соотношении представлений респондентов об их будущем преобладают цели и мечты, ожидания выражены минимально. Все три параметра являются областью высокой вариативности. Можно предположить, что в основном, респонденты представляют перспективу своего будущего конкретно и оформлено в виде целей (цели-средства) и мечт как прообразов этих целей (цели-идеалы).

Примерно треть целей обозначаются респондентами как “продуманные” с точки зрения путей достижения. Локус контроля относительно достижения поставленных целей в среднем является внутренним. То есть в среднем, респонденты готовы брать ответственность на себя при реализации собственных целей. Данные представлены в таблице 15.

Таблица 15 - степень конкретизации целей и локус контроля

Показатель	М по группе	σ	Минимум	Максимум
------------	-------------	----------	---------	----------

Продолжение таблицы 15

Продуманность	2,08	0,75	1,00	3,00
Локус контроля	1,68	0,62	1,00	3,00

По степени временной протяженности, наибольшее число целей являются краткосрочными. То есть в среднем около половины целей в среднем являются краткосрочными. Среднесрочные цели представляют в среднем около трети имеющихся целей. Долгосрочные и внесрочные цели выражены минимально, что в среднем составляет примерно одну шестую от имеющихся целей. Можно предположить, что для респондентов наиболее актуальны сейчас конкретные и локальные цели (цели-средства), актуальные в пределах 1-2 лет. То есть в целом, целеполагание респондентов носит скорее тактический характер, нежели стратегический. Данные представлены в таблице 16.

Таблица 16 - временная протяженность целей

Показатель	М по группе	σ	Минимум	Максимум
Краткосрочные	2,70	2,19	0,00	9,00
Среднесрочные	1,58	1,66	0,00	8,00
Долгосрочные	1,08	1,33	0,00	4,00
Внесрочные	0,60	0,87	0,00	3,00

Что касается соотносительности с разными сферами жизни, то большее число целей у респондентов относится к профессиональной сфере, образовательной и материальной. Остальные сферы жизни имеют минимальные значения: отдых, семья, здоровье. То есть для респондентов на данный момент актуальны и значимы сферы жизни, связанные с работой, образованием и заработком. Данные представлены в таблице 17.

Таблица 17 - представленность различных сфер жизни в системе целеполагания

Показатель	М по группе	σ	Минимум	Максимум
-------------------	--------------------	----------------------------	----------------	-----------------

Продолжение таблицы 17

Работа	2,15	1,37	0,00	6,00
Образование	1,30	1,34	0,00	6,00
Духовное развитие	0,64	0,97	0,00	5,00
Семья	0,40	0,50	0,00	3,00
Отдых	0,40	0,63	0,00	1,00
Материальное развитие	1,10	1,01	0,00	5,00
Общество	0,31	0,49	0,00	1,00
Здоровье	0,43	0,87	0,00	4,00

В системе целей в среднем присутствуют 3 цели. Конфликтность системы целей выражена минимально. Можно сделать вывод, что система целей респондентов имеет гармоничный и экономичный (с точки зрения расхода временных и личностных ресурсов) характер. Данные представлены в таблице 18.

Таблица 18 - взаимосвязанность системы целей и ее конфликтность

Показатель	М по группе	σ	Минимум	Максимум
Система	2,65	1,70	0,00	8,00
Конфликт системы целей	0,08	0,27	0,00	1,00

Степень конкретизации целей: в среднем у респондентов конкретно сформированы представления по достижению по 4 целям. Смутно представлены в среднем 2 цели. То есть можно сделать вывод о том, что для большинства респондентов более половины целей имеют конкретные представления, и около одной трети - неоформленные или смутные. Данные представлены в таблице 19.

Таблица 19 - степени конкретизации целей

Показатель	М по группе	σ	Минимум	Максимум
Конкретно	3,90	2,05	0,00	8,00

Продолжение таблицы 19

Смутно	1,95	1,89	0,00	9,00
--------	------	------	------	------

Источником возникновения целей в среднем являются сами респонденты. Также около трети целей имеют своим источником ситуативное происхождение - по необходимости. И минимальное значение имеют цели, сформированные из восхищения к кому-либо, а также цели, сформированные по совету кого-либо. То есть можно сказать, что преобладающее число целей являются собственными целями респондентов, что может обладать высокой мотивационной силой для достижения. Данные представлены в таблице 20.

Таблица 20 - источники возникновения целей

Показатель	М по группе	σ	Минимум	Максимум
Собственные цели	5,13	2,63	0,00	14,00
Из восхищения	0,45	0,75	0,00	3,00
По совету	0,35	0,86	0,00	4,00
По необходимости	1,08	1,61	0,00	5,00

Мотивационной основой целей чаще является стремление к развитию. Также имеет место мотив решения проблем с помощью поставленных целей. Минимально выражен такой мотив целеполагания как стремление к сохранению имеющегося. Таким образом, около двух третей от среднего числа целей являются целями, ориентированными на последующее развитие, личностный рост респондентов. Следовательно, для респондентов может быть значима задача развития и личностного роста. Данные представлены в таблице 21.

Таблица 21 - мотивационная основа целей

Показатель	М по группе	σ	Минимум	Максимум
Решение проблемы	1,75	1,90	0,00	8,00
Сохранение	0,75	1,43	0,00	7,00
Развитие	4,40	2,54	1,00	13,00

По степени значимости, большинство целей респондентов являются сильно значимыми. Средне значимыми являются около трети от среднего числа целей. Мало значимыми целями является минимальное число целей. Данные представлены в таблице 22.

Таблица 22 - степень значимости поставленных целей

Показатель	М по группе	σ	Минимум	Максимум
Сильно значима	4,45	2,42	0,00	10,00
Средне значима	1,40	1,81	0,00	7,00
Мало значима	0,18	0,50	0,00	2,00

Выявлена гендерная специфика по параметру «смутное представление целей» с помощью критерия Манна-Уитни. Данные отражены в таблице 23.

Таблица 23 - результаты сравнения средних значений по полу

Показатель	М мужчины	М женщины	U	p
Смутно	0,58	2,54	59,500	0,001

Судя по данной таблице, можно предположить, что в представлениях женщин о своем будущем на данной выборке чаще обнаруживаются смутные или неоформленные цели, пути достижения. Такие результаты могут быть также вызваны недостаточно равновесным соотношением мужчин и женщин в выборке.

3. 3 Особенности жизненной стратегии молодых людей с разной включенностью в систему образования

Нами было проведено сравнение средних значений выборки по переменной “образование” с помощью непараметрического критерия Манна-Уитни с целью определения различий в компонентах жизненной стратегии молодых людей, учащихся в творческих ВУЗах, и молодых людей, не учащихся по творческим направлениям профессий. Результаты представлены в таблице 24.

Таблица 24 - результаты сравнения средних значений выборке по степени включенности в образовательную систему

Показатель	М группа в образовании	М группа вне образования	U	p
Универсализм	2,87	2,25	112,00	0,017
Конформизм	1,80	0,88	90,00	0,002
1.Активное изменение среды	11,65	18,30	98,00	0,005
3. Уход из среды и поиск новой	9,20	5,00	106,50 0	0,010
6.Пассивное подчинение условиям среды	0,40	-5,30	128,50 0	0,052
7.Пассивное выжидание изменений	2,70	-0,70	131,00	0,063

По результатам, представленным в таблице, есть различия в особенностях ценностного профиля респондентов и стратегиях адаптивного поведения.

Для учащихся творческих ВУЗов ценность универсализма более значима, чем для респондентов вне системы образования. Также ценность конформизма более значима для учащихся, чем для не учащихся.

Наибольшие различия обнаружались в стратегиях адаптивного поведения. Так, для молодых людей. Не учащихся по творческим направлениям, более используется стратегия активного изменения среды, что находится в диапазоне значений, выше среднего (7 станайнов). У студентов творческих направлений данная стратегия выражена в области средних значений (6 станайнов). Для студентов более актуальны стратегии пассивного подчинения условиям среды - средняя степень выраженности (4 станайна). В то время как у самозанятых молодых людей эта стратегия является отвергаемой, что соответствует низкой степени выраженности (3 станайна). Также стратегия ухода из среды и поиск новой более предпочитаема для студентов, что является значением выше

среднего (8 станайнов). И менее используется для молодых людей вне системы образования, однако численное значение также относится к диапазону выше среднего. Аналогичная тенденция наблюдается и со стратегией пассивного выжидания изменений. Используемая у студентов, она находится в области средних значений (4 станайна), и отрицаемая у не учащихся молодых людей, она находится в области значений меньше среднего (3 станайна). Однако уровень значимости здесь только приближается к 0,05, но, вероятно, что при увеличении числа выборки эта тенденция будет более оформленной.

Таким образом, можно сказать, что для молодых людей, более свойственная адаптация по внутреннему критерию (с ориентацией на внутреннее чувство удовлетворения) через изменение окружающей действительности, в то время как для студентов творческих ВУЗов более характерны стратегии пассивной или избегающей адаптации. Что соотносится с доминирующими для студентов ценностями конформизма и универсализма.

3. 4 Анализ взаимосвязей

3. 4. 1 Анализ взаимосвязей показателей стратегий адаптивного поведения и ценностного профиля

Нами был проведен корреляционный анализ (критерий r -Пирсона) между показателями методики Н. Н. Мельниковой и 2 части ценностного опросника Ш. Шварца. Взаимосвязи отражены ниже на схеме (рис. 10).

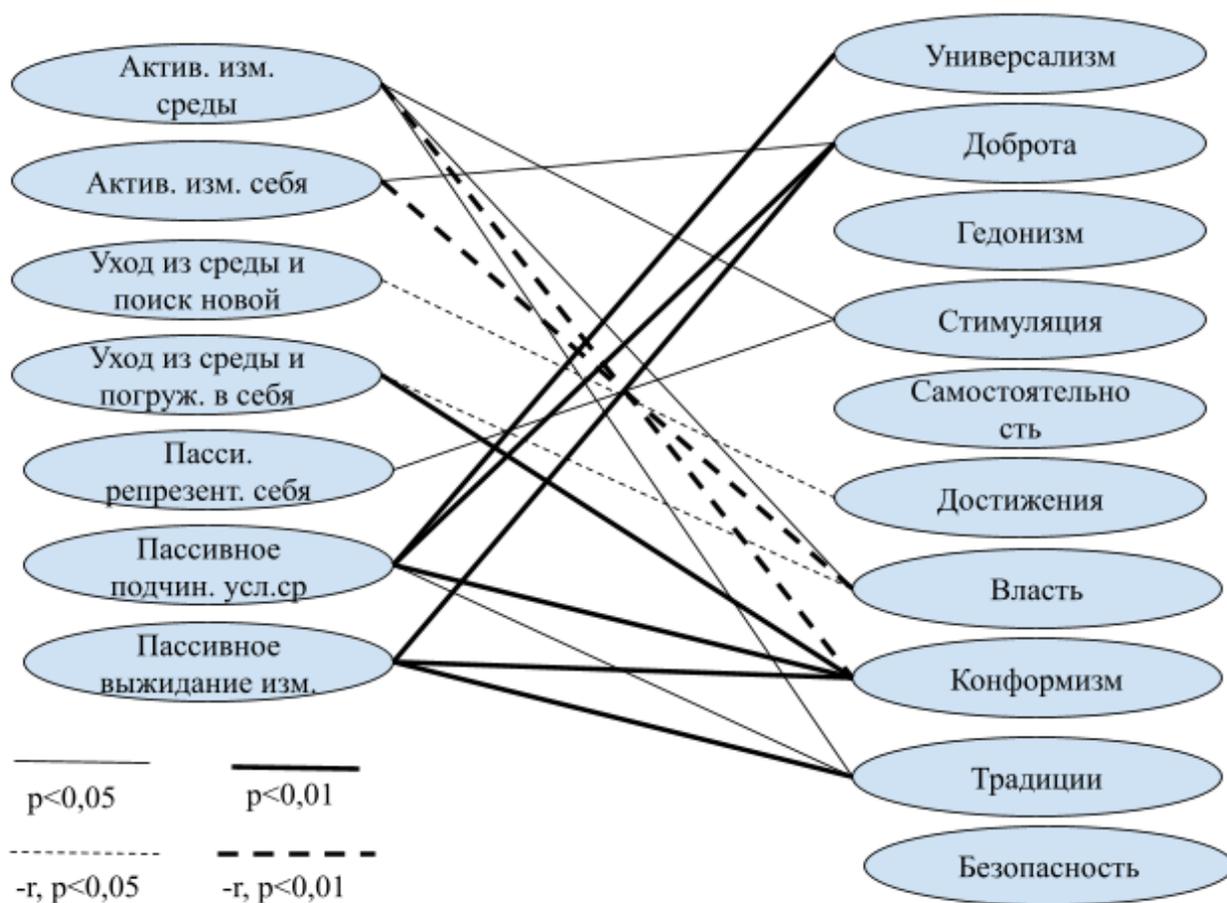


Рис. 10 Анализ взаимосвязей стратегий адаптивного поведения и ценностей респондентов

Стратегия **активного изменения среды** имеет тесные положительные связи с ценностью **власти** ($r=0,360$; $p=0,022$) и **стимуляции** ($r=0,371$; $p=0,018$). И отрицательные связи с ценностями **конформизма** ($r=-0,604$; $p=0,000$) и **традиций** ($r=-0,334$; $p=0,035$). Ценности самовозвышения и открытости новому опыту имеют эгоцентрический характер, направлены на Я, как и стратегия активного изменения среды - они ориентированы на потребности личности, ее интересы. Ценности сохранения же социально направленные.

Стратегия **активного изменения себя** имеет положительную связь с ценностью **доброты** ($r=0,336$; $p=0,034$) и отрицательную - с ценностью **власти** ($r=-0,419$; $p=0,007$). Ценность доброты просоциальна, и предполагает сохранение доброжелательных отношений, чему способствует стратегия активного изменения себя, ориентированная на перестройку личности под существующую

систему отношений или ситуацию. Ценность власти же предполагает иерархизацию отношений, доминирование.

Стратегия **ухода из среды и поиска новой** имеет отрицательную связь с ценностью **достижения** ($r=-0,324$; $p=0,041$). Ценность достижения предполагает ориентацию на определенный статус, что не может быть не связано с преодолением каких-то препятствий, в то время как стратегия ухода из среды и поиска новой - это стратегия избегания трудностей, ухода от них.

Стратегия **ухода из среды и погружения во внутренний мир** имеет положительную связь с ценностью **конформизма** ($r=0,462$; $p=0,003$) и отрицательную с ценностью **власти** ($r=-0,319$; $p=0,045$). Данная стратегия относится к пассивно избегающим, то есть ориентированной по внешнему критерию адаптации (включенность в социальные отношения), а ценность конформизма регулирует социальные взаимоотношения через формирование конформного и приспособляющегося поведения. Ценность власти же отражает ценности самого индивида и направлена на иерархизацию отношений.

Стратегия **пассивной репрезентации себя** имеет положительную связь с ценностью **стимуляции** ($r=0,384$; $p=0,014$). Мотив стимуляции связан со стремлением к новому опыту и ощущениям, а стратегия пассивной репрезентации себя отражает устойчивое проявление собственной позиции. Соответственно, личность, возможно, стремится к новым и разным ситуациям, чтобы проявить там свою позицию.

Стратегия **пассивного подчинения условиям среды** имеет тесные положительные связи с ценностями **самотрансценденции и сохранения: универсализма** ($r=0,454$; $p=0,003$), **доброты** ($r = 0,444$; $p=0,004$), **традиций** ($r=0,321$; $p=0,043$) и **конформизма** ($r=0,431$; $p=0,006$). Стратегия **пассивного выжидания изменений** также имеет тесные связи с ценностями **самотрансценденции и сохранения: доброта** ($r=0,443$; $p=0,004$), **традиции** ($r=0,448$; $p=0,004$) и **конформизма** ($r=0,407$; $p=0,009$). Данные ценности являются дополняющими, поскольку социально направлены, а стратегия пассивного

подчинения и выжидания изменений как раз выражается в конформном поведении.

3. 4. 2 Анализ взаимосвязей показателей стратегий адаптивного поведения и шкалы самооффективности

Корреляционный анализ r-Пирсона демонстрирует наличие положительной взаимосвязи между шкалой самооффективности и стратегией пассивной репрезентации себя ($r=0,375$; $p=0,017$) и отрицательной взаимосвязи между стратегией ухода из среды и погружения в себя ($r=-0,335$; $p=0,035$), что отражено на схеме ниже (рис. 11).

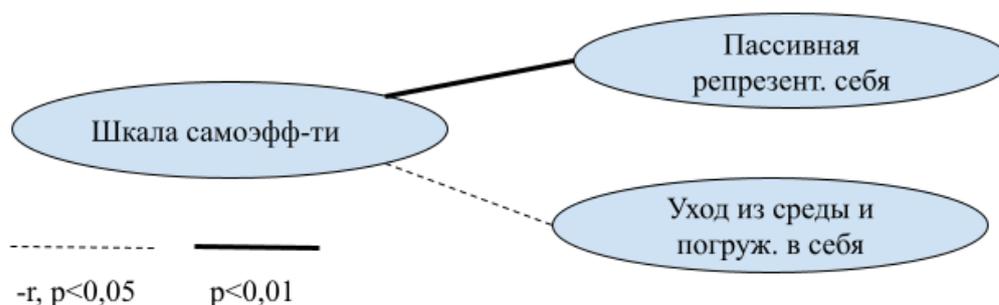


Рис. 11 Корреляции между показателями самооффективности и САП

3. 4. 3 Анализ взаимосвязи показателей стратегий адаптивного поведения шкалы удовлетворенности жизнью

Корреляционный анализ r-Пирсона демонстрирует наличие положительной взаимосвязи между шкалой удовлетворенности жизнью и стратегией пассивной репрезентации себя ($r=0,361$; $p=0,022$), что отражает схема ниже (рис. 12).

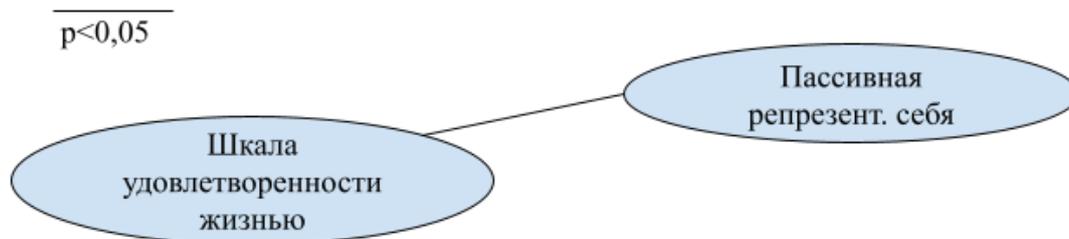


Рис. 12 Корреляции между показателями удовлетворенности жизнью и стратегиями адаптивного поведения

3. 5 Типы целеполагания и планирования жизни

В ходе исследования нами был проведен факторный анализ с целью выявления общих типов целеполагания респондентов данной выборки. В качестве переменных, участвующих в факторном анализе, были выбраны следующие показатели особенностей целеполагания и планирования жизни: мечты, цели, краткосрочные цели, среднесрочные цели, долгосрочные цели, внесрочные цели, продуманность путей достижения, системность (взаимосвязанность) целей, конфликтность системы целей, конкретное представление целей, смутное представление целей, очень значимые цели, средне значимые цели, мало значимые цели (речь идет о количестве каждого показателя из общего числа целей).

В ходе применения метода главных компонент и последующего вращения варимакс с нормализацией Кайзера было выделено 5 компонент, объясняющих 78,16% дисперсии исходных данных.

Первый фактор объясняет 21,73% дисперсии исходных данных. В него входят следующие компоненты жизненного планирования, отраженные в таблице 25.

Таблица 25 - фактор 1 “Долгосрочное планирование жизни”

Показатели жизненного планирования	Факторная нагрузка
Цели	0,581
Долгосрочные цели	0,783
Продуманность путей достижения целей	0,791
Система целей	0,595
Конкретно представляемые цели	0,703
Очень значимые цели	0,685
Процент объясненной дисперсии: 21,73%	

Данный фактор отражает тенденцию к долгосрочному планированию жизни, в котором преобладают продуманные, конкретно представляемые человеком цели, оформленные в гармоничную систему. Сами цели являются высоко значимыми.

Второй фактор описывает 19,22% дисперсии исходных данных, его составляющими являются компоненты жизненного планирования, отраженные в таблице 26.

Таблица 26 - фактор 2 “Недифференцированное планирование жизни”

Показатели жизненного планирования	Факторная нагрузка
Цели	0,564
Среднесрочные	0,851
Смутно представляемые	0,734
Конфликтность системы целей	0,701
Средне значимые	0,644
Процент объясненной дисперсии: 19,22%	

При данном типе планирования молодые люди имеют определенное количество среднесрочных целей (стратегичность от 3 до 5 лет), однако цели представляются смутно, имеют среднюю значимость для респондентов, а сама система целей носит конфликтный характер, где достижение одной цели может препятствовать достижению другой.

Третий фактор объясняет 17,70% дисперсии исходных данных. К нему относятся показатели, представленные ниже в таблице 27.

Таблица 27 - фактор 3 “Краткосрочное планирование жизни”

Показатели жизненного планирования	Факторная нагрузка
Мечты	0,858
Краткосрочные цели	0,923
Конкретные	0,417
Очень значимые	0,349
Процент объясненной дисперсии: 17,70%	

Данный фактор отражает тенденцию к тактическому, инструментальному целеполаганию. Вследствие чего сами цели представлены конкретно и определены в пределах 2-х лет. Однако в самой структуре целеполагания преобладают мечты, а не цели. Мечты в таком случае могут являться ценностно значимыми конструкциями, желаемыми образами, а цели - конкретными способами воплощения этих образов. Мечты как прообразы целей, создают мотивационную основу.

Четвертый фактор объясняет 11,15% дисперсии исходных данных. В него входят следующие компоненты, представленные ниже в таблице 28.

Таблица 28 - фактор 4 “Диффузное планирование жизни”

Показатели жизненного планирования	Факторная нагрузка
Мало значимые цели	0,581

Конфликтность системы целей	0,330
Процент объясненной дисперсии: 11,40%	

Данный фактор отражает тенденцию хаотического планирования жизни, в котором отсутствуют значимые ориентиры и цели, вследствие чего система целей является конфликтной, а сами цели мало значимыми.

Пятый фактор составляет 8,37% дисперсии исходных данных. Его основную факторную нагрузку составляет компонент внесрочного планирования жизни, представленный в таблице 29.

Таблица 29 - фактор 5 “Внесрочное планирование жизни”

Показатели жизненного планирования	Факторная нагрузка
Внесрочные цели	0,939
Процент объясненной дисперсии: 8,37%	

Данный фактор характеризует тенденцию к внесрочному целеполаганию. Такие цели не имеют конкретного временного диапазона и могут реализовываться в течение всей жизни человека. Они отражают скорее ценностный аспект целеполагания.

3. 6 Анализ взаимосвязей типов целеполагания с другими компонентами жизненной стратегии

Первый фактор “Долгосрочное планирование жизни” положительно коррелирует с **возрастными показателями** ($r=0,356$, $p=0,024$), наличием **препятствий** для увеличения времени под творческий проект ($r=0,440$, $p=0,004$), целеполаганием в сфере **работы** ($r=0,622$, $p=0,000$) и **материальных задач** ($r=0,597$, $p=0,000$), а также шкалой **самоэффективности** ($r=0,384$, $p=0,014$) и

удовлетворенности жизнью ($r=0,418$, $p=0,007$), которые в свою очередь положительно коррелируют со стратегией пассивной репрезентации себя. Но также обнаружилась и отдельная положительная взаимосвязь фактора со стратегией **пассивной репрезентации себя** ($r=0,419$, $p=0,007$), которая в свою очередь положительно коррелирует с ценностью стимуляции, что было выявлено в пункте 3. 3. 1. Результаты отражены на рис. 10.



Рис. 10 Корреляции фактора 1

Для молодых людей с возрастом оформляются задачи профессионального и материального становления, в которых они ставят конкретные, долгосрочные, системные и продуманные цели, являющиеся высоко значимыми. Творческий проект при таком типе планирования жизни является скорее профессией и способом дохода. Движущей силой такого типа является стремление к новизне, новым ощущениям и переживаниям. Стремление к новизне обусловлено биологической потребностью в разнообразии стимулов для поддержания оптимального уровня активности, что объясняет связь с доминирующей стратегией пассивной репрезентации себя, которая является контактной, но пассивной, не ориентированной на изменение. В целом, такой профиль жизненной стратегии характеризуется удовлетворенностью молодых людей их жизнью, ощущением самооффективности, уверенности в способности достижения поставленных целей и преодоления препятствий.

Второй фактор “Недифференцированное планирование жизни” значимо отрицательно коррелирует с показателями **уделяемого времени для творческого проекта** ($r=-0,550$, $p=0,000$) и положительно коррелирует с **удовлетворенностью от уделяемого времени** ($r=0,325$, $p=0,041$). Также значимая положительная взаимосвязь данного фактора обнаружилась со сферой **духовного развития личности** ($r=0,658$, $p=0,000$). Результаты отражены на рис. 11.



Рис. 11 Корреляции фактора 2

Получается, что преобладающие цели ориентированы на духовную сферу жизни человека, занятия творческим проектом идут скорее побочно: человек уделяет проекту небольшое количество времени, и оно его удовлетворяет. Преобладающие цели являются среднесрочными, ориентированными на 3-5 лет, вследствие чего степень ясности их представления может быть невысокой. Смутное представление целей в свою очередь влияет на то, что человек может планировать разрозненные цели, не до конца представляя пути их достижения, формируя таким образом конфликтную систему целей. Вследствие невысокой дифференцированности системы целей степень значимости их достижения тоже может быть средне выражена. Однако в целом, данный способ целеполагания характеризуется удовлетворенностью молодых людей собственной жизнью, что в свою очередь взаимосвязано со стратегией пассивной репрезентации себя. То

есть молодых людей в целом все удовлетворяет, нет ориентации на изменение среды или себя.

Третий фактор “Краткосрочное планирование жизни” положительно коррелирует с такими жизненными сферами планирования, как **образование** ($r=0,538$, $p=0,000$) и **здоровье** ($r=0,439$, $p=0,005$), с показателями **осознанности профессионального выбора** ($r=0,344$, $p=0,030$) и **степенью реализации потенциала в творчестве** ($r=0,356$, $p=0,024$), а также показателями по **шкале удовлетворенности жизнью** ($r=0,325$, $p=0,041$), которая в свою очередь связана со стратегией пассивной репрезентации себя, а та - с ценностью стимуляции и шкалой самооэффективности, что сказано в пункте 3. 3. 1. Результаты отражены на рис. 12.

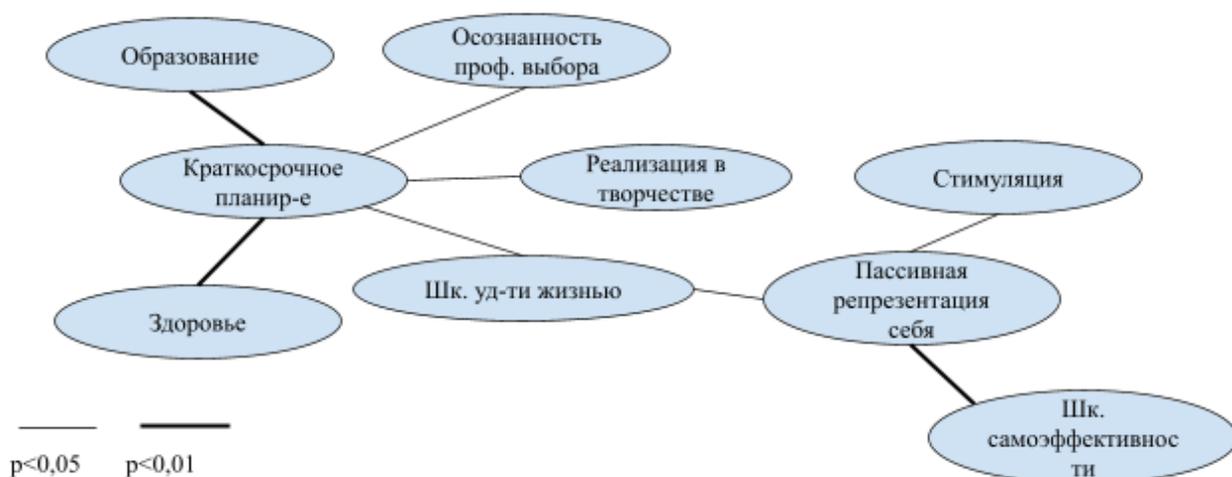


Рис. 12 Корреляции фактора 3

Получается, что данный тип целеполагания характерен для молодых людей, серьезно ориентированных на реализацию в своих творческих проектах, выбравших этот способ реализации осознанно. Здесь творческий проект является скорее способом личностного развития, вследствие чего значимой сферами жизни является образовательная, как способ развития собственного мастерства, а также сфера здоровья (психологического, по результатам методики), как способ повышения качества жизни. В этих сферах жизни, молодые люди

стремятся к новым впечатлениям, событиям и переживаниям. В целом, данный тип характеризуется удовлетворенностью молодых людей собственной жизнью, уверенностью в способности достижения поставленных целей и преодоления трудностей, проявлением собственной позиции в различных ситуациях.

Четвертый фактор “Диффузное планирование жизни” положительно коррелирует с **ценностью гедонизма** ($r=0,335$, $p=0,034$).

Возможно, эгоцентрическая ориентация на удовлетворение влияет на то, что личность не способна к глубокой степени рефлексии, самоанализа и дифференциации собственных жизненных планов и целей, вследствие чего отсутствуют значимые образы, ценности и идеалы, поэтому и сами цели могут быть в высокой степени противоречивыми и разрозненными. При данном типе планирования жизни взаимосвязь с реализацией творческого проекта никак не обнаружилась. Возможно, при диффузном целеполагании с гедонистической ориентацией творческий проект является просто увлечением или хобби.

Пятый фактор “Внесрочное планирование жизни” фактор положительно коррелирует со сферой **семьи** ($r=0,447$, $p=0,004$), а также ценностями **конформизма** ($r=0,336$, $p=0,034$) и **безопасности** ($r=0,327$, $p=0,039$). Эти ценности, в свою очередь, положительно коррелируют со стратегиями **пассивного и избегающего характера**: пассивное подчинение условиям среды, пассивное выжидание изменений, уход из среды и погружение в себя. Данные отражены на рис. 13.



Рис. 13 Корреляции фактора 5

Можно предположить, что ориентация на семейную сферу представляется на данный момент для респондентов отдаленной, протянутой в течение жизни, но и очень значимой задачей. Реализация этой задачи может предполагать стратегии пассивного и избегающего характера, социально направленные, движимые ценностями сохранения. Реализация творческого проекта при данном типе целеполагания никак не фигурирует.

Выводы и обсуждение результатов

1. В целом, профессиональный выбор респондентов сторону творческого проекта как основной сферы области профессионального становления является осознанным. Большая часть респондентов серьезно настроены на развитие своих проектов, считая их основной сферой своей профессиональной реализации. Главный способ развития своих проектов респонденты видят через ведение социальных сетей и повышение уровня своего мастерства, что говорит о высокой степени осознанности респондентов касательно своих способностей и развития, а также большей значимости качества для них собственного творческого продукта, нежели популярности в медийном пространстве.
2. Ценностный профиль респондентов сочетает в себе и ценности, отражающие интересы индивида, и ценности, отражающие интересы группы. Наиболее значимыми являются ценности открытости изменениям, самотрансценденции и самовозвышения. В поведении и деятельности респонденты ориентируются на ценности самостоятельности, гедонизма и доброты. Ярко выраженной ориентации на ценности достижения и власти не наблюдается, что может быть обусловлено спецификой проектной деятельности, которая предполагает большую разветвленность социальных контактов, общение как способ продвижения своего проекта. Прямое стремление к иерархическим отношениям и доминированию выражено на среднем уровне: ценности самовозвышения могут быть значимы скорее в контексте горизонтального развития - достижения в собственном мастерстве, нежели в системе социальных отношений. Значимость ценностей консерватизма выражена минимально, что логично в связи с преобладанием ценностей открытости изменениям.
3. Адаптивный потенциал респондентов носит оптимальный характер: доминируют стратегии активного преобразования среды и активного преобразования себя, что образует системную адаптацию и по внутреннему критерию (внутренняя удовлетворенность) и по внешнему критерию (включенность в систему отношений, социализированность). Присутствует

также и стратегия ухода из среды и поиска новой, но она также ориентирована на адаптацию по внутреннему критерию и ее применение довольно ситуативно. Наименее актуальные для респондентов стратегии имеют пассивный и избегающий характер: пассивное подчинение условиям среды, пассивное выжидание изменения, уход из среды и погружение во внутренний мир.

4. Целеполагание респондентов сконцентрировано на перспективах ближайшего будущего, что подтверждает преобладание краткосрочных целей. Планирование жизни носит скорее тактический характер, чем стратегический. В основном, мотивационное основание большинства целей заключается в задачах развития, что отражается и в преобладающих сферах жизни, относительно которых выстраиваются цели: они касаются профессиональных задач, образования и материального развития. Преобладающее число целей характеризуется высокой степенью внутреннего локуса контроля за их реализацию, а также высокой степенью значимости поставленных целей.
5. С помощью факторного анализа в структуре целеполагания респондентов удалось выделить 5 типов планирования жизни (общая дисперсия 78,16%):
 - Долгосрочное планирование жизни (21,73%): характеризуется преобладанием долгосрочных, конкретных и продуманных целей, оформленных в систему, достижение которых очень значимо для молодых людей.
 - Недифференцированное планирование жизни (19,22%): характеризуется преобладанием среднесрочных, конфликтующих между собой и смутно представляемых целей, достижение которых средне значимо.
 - Краткосрочное планирование жизни (17,70%): характеризуется преобладанием краткосрочных целей, которые являются инструментами реализации значимых мечт.
 - Диффузное планирование жизни (11,15%): характеризуется конфликтной системой мало значимых целей.
 - Внеочное планирование жизни (8,37%): характеризуется преобладанием внеочных целей, ориентированных на всю жизнь.

6. Уровень самооффективности респондентов выражен выше среднего. То есть в целом, молодые люди уверены в своих силах и возможностях, видят себя как потенциально способных справиться с трудностями, возникающими в какой-либо деятельности. Удовлетворенность жизнью респондентами находится в области средних значений, молодые люди оценивают свою жизнь как более-менее их удовлетворяющую. Такие результаты иллюстрируют оптимальный эмоциональный фон для постановки целей и их реализации.
7. Значимые гендерные различия обнаружены в особенностях стратегий адаптивного поведения: для женщин стратегия ухода из среды и поиска новой предпочитаема более, чем в два раза, в сравнении с мужчинами. Аналогичная ситуация касается использования стратегии ухода из среды и погружения во внутренний мир: для мужчин эта стратегия в целом является отвергаемой, а для женщин приемлемой. То есть женщинам в данной выборке более свойственна адаптация путем активного избегания как по внутреннему критерию, так и по внешнему. Причем предпочтения проявляются в сторону внутреннего критерия - ориентация на чувство собственной удовлетворенности. В особенностях целеполагания и планирования жизни обнаружено значимое различие по параметру конкретизации целей: для женщин в данной выборке более характерно наличие смутно представляемых целей, чем для мужчин.
8. Для молодых людей учащих по творческим направлениям, ценности универсализма и конформизма более значимы, чем для респондентов, не учащих по данному профилю. Наибольшие различия обнаружались в стратегиях адаптивного поведения: для молодых людей, не учащих по творческому профилю, более предпочитаема стратегия активного изменения среды, для студентов более актуальны стратегии пассивного и избегающего спектров: подчинения условиям среды, выжидания изменений, ухода из среды и поиска новой. Для молодых людей, не учащих по творческому направлению, более свойственна адаптация по внутреннему критерию (с ориентацией на внутреннее чувство удовлетворения) через изменение окружающей действительности, в то время как для студентов творческих ВУЗов более

характерны стратегии пассивного или избегающего характера. Что соотнобразуется с доминирующими для студентов ценностями конформизма и универсализма.

9. Анализ взаимосвязей стратегий адаптивного поведения и личностных ценностей показал, что наибольшее число положительных взаимосвязей обнаружено между стратегиями пассивного и избегающего характера (пассивное подчинение условиям среды, пассивное выжидание изменений, уход из среды и погружение во внутренний мир) и ценностями сохранения (конформизм и традиции) и самоотрансценденции (универсализм и доброта). Стратегии пассивного и избегающего характера являются неконфликтными и просоциальными, они ориентированы на адаптацию к существующей системе отношений, ее поддержание, что объясняет их связь с групповыми ценностями конформизма, традиций, доброты и универсализма: они поддерживают устоявшиеся отношения, формируют конформное и приспособляющееся поведение для поддержания отношений и обеспечения выживаемости группы, стремление к заботе о членах группы, уважение, терпение и благожелательность. Наиболее используемые стратегии активного преобразования положительно коррелируют с ценностями самовозвышения (власть) и открытости новому (стимуляция).
10. Со шкалами самооффективности и удовлетворенности жизнью положительно коррелирует только стратегия пассивной репрезентации себя. Такие результаты могут быть объяснены самой природой стратегии. Пассивная репрезентация себя - это устойчивая демонстрация своего поведения в разных ситуациях. Наиболее яркими формами такого поведения является фанатичность, догматизм. Такое поведение не подразумевает ни изменения среды, ни изменение себя. Вероятно, что человеку важно именно показать свою позицию, что в принципе говорит о том, что эта позиция его удовлетворяет, и он в в ней уверен.
11. В ходе проведенного нами корреляционного анализа типов целеполагания с другими компонентами жизненной стратегии (ценности и стратегии адаптивного поведения), удалось выявить два общих профиля жизненной стратегии.

Первый профиль характеризуется выраженностью стратегии пассивной репрезентации себя и ориентацией на ценность стимуляции. Однако в

совокупности с типом целеполагания выявляется определенная нюансировка. Стратегия пассивной репрезентации является связующим звеном между долгосрочным типом планирования жизни и ценностью стимуляции. Данная жизненная стратегия ориентирована на профессиональную и материальную сферу жизни. Здесь творческий проект выступает в качестве проекта и способа материального дохода. Кроме того, стратегия пассивной репрезентации себя и ценность стимуляции опосредовано коррелируют с краткосрочным типом планирования жизни через шкалу удовлетворенности жизнью. Данная жизненная стратегия ориентирована на сферы образования и здоровья личности, и здесь творческий проект является скорее способом личностного развития, совершенствования творческих навыков и умений.

Второй профиль характеризуется опосредованной корреляцией внесрочного типа планирования жизни и стратегиями пассивного и избегающего характера через ценности конформизма. Данная стратегия ориентирована на решение жизненных задач, связанных с семейной сферой. Творческий проект здесь никак не фигурирует.

Заключение

Нами было проведено исследование, основной целью которого являлось выявление особенностей формирования жизненных стратегий молодых людей, ориентированных на реализацию в творческой сфере, в контексте включенности молодых людей в сферу академического образования по данному профилю: молодые люди, учащиеся по творческому профилю профессий, и молодые люди, не учащиеся по творческому профилю профессий. Основная гипотеза исследования заключалась в том, что мы предполагали найти различия в особенностях жизненной стратегии молодых людей, учащихся по творческому профилю профессий, и молодых людей, не учащихся по данному профилю профессий. В исследовании приняли участие 40 человек: 20 человек являлись студентами различных творческих направлений в ВУЗах и колледжах Санкт-Петербурга, 20 человек не обучались на данный момент по творческому направлению непосредственно в ВУЗе или колледже (6 человек - студенты академических направлений СПбГУ, 7 человек - не имеют высшего образования в принципе, 7 человек - отчислились из творческих ВУЗов как минимум год назад).

Основные результаты продемонстрировали следующие особенности жизненных стратегий респондентов. Наиболее используемые стратегии адаптивного поведения в данной выборке, а именно активного изменения среды и себя, положительно взаимосвязаны с предпочитаемыми ценностями самотрансценденции и самовозвышения. Эти стратегии наиболее используемы молодыми людьми, не учащимися по творческому направлению. А наименее используемые стратегии пассивного подчинения и выжидания положительно взаимосвязаны с отвергаемыми ценностями сохранения. Эти стратегии наиболее предпочитаемы для студентов творческих ВУЗов. Такие результаты могут говорить о том, что для студентов ценности конформизма и универсализма более актуальны в силу включенности в образовательную систему принадлежности к определенной студенческой группе или сообществу, что повышает для них

значимость конформизма, как способа поддержания жизнеспособности общества, так и ценностей универсализма, транслирующих уважение, терпение, взаимопонимание, обеспечивающие доброжелательные отношения в группе. Возможно, что молодые люди, не учащиеся по творческому профилю, включены в большее число сообществ, а также больше предоставлены сами себе, реализация их творческого проекта в большей степени зависит от них самих, их личностной активности.

Следовательно, **основная гипотеза подтверждается:** жизненные стратегии молодых людей, учащихся по творческому направлению, отличаются от жизненных стратегий молодых людей, не учащихся по творческому направлению.

В ходе работы удалось определить отличия по двум компонентам жизненной стратегии из трех, определенных нами в начале работы: ценности и стратегии адаптивного поведения. В области особенностей целеполагания различий не обнаружено.

Частная гипотеза 1 подтвердилась: жизненные стратегии молодых людей, не учащихся по творческому профилю профессий, отличаются большей направленностью на активный контакт с внешней средой, ориентацией на преобразование имеющейся действительности, нежели жизненные стратегии молодых людей, находящихся в системе образования.

Частная гипотеза 2 частично подтвердилась: ценностный профиль личности молодых людей, не учащихся по творческому профилю профессий, больше представлен ценностями достижения, самостоятельности и стимуляции.

Удалось установить скорее обратное утверждение: ценностный профиль молодых людей, учащихся по творческому профилю, больше представлен ценностями сохранения и самотрансценденции.

Частная гипотеза 3 не подтвердилась: особенности целеполагания молодых людей, не учащихся по творческому профилю профессий, в большей степени конкретизированы, представлены целями, зависящими непосредственно от самих респондентов.

Значимых различий по результатам целеполагания и планирования жизни по параметру “образование” не выявлено.

Частная гипотеза 4 не подтвердилась: молодые люди, не учащиеся по творческому профилю профессий, больше уверены в своей самоэффективности и более удовлетворены собственной жизнью, нежели молодые люди, учащиеся по творческому профилю профессий.

Литература

1. Абульханова - Славская К.А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова - Славская. — М.: Мысль, 1991. – 299 с.
2. Абульханова К. А., Березина Т. Н. Время личности и время жизни СПб.: Алетейя, 2001. - 304 с.
3. Аскольдович, Е. В. Личностные и психоэмоциональные особенности людей творческих профессий / Е. В. Аскольдович, Т. Ю. Хабарова. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2016. — № 1 (105). — С. 615-619.
4. Белугина М. А. Психологическое содержание жизненных стратегий личности в юношеском возрасте: автореферат дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.01 / Белугина Мария Анатольевна; [Место защиты: Ярослав. гос. пед. ун-т им. К. Д. Ушинского]. — Ярославль, 2009. – 22 с.
5. Богоявленская Д. Б. Психология творческих способностей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия» 2002. – 320 с.
6. Божович Л. И. Изучение мотивации поведения детей и подростков: / Под ред. Л. И. Божович и Л. В. Благонадеждиной. — Москва: Педагогика, 1972. – 351 с.
7. Букин В. П. Жизненные стратегии молодёжи российской провинции // Власть. 2009. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznennye-strategii-molodyozhi-rossiyskoj-provintsii> (дата обращения: 29.05.2021).
8. Васильева О. С., Демченко Е. А. Изучение основных характеристик жизненной стратегии человека // Психологические проблемы самореализации. Вып. 4. / Под. ред. Е. Ф. Рыбалко, Л. А. Коростылёвой. — Спб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2000. С. 74-75.
9. Головаха Е. И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. — Киев, 1984 – 207 с.
10. Головей Л. А. Психология развития и возрастная психология: учебник и практикум для прикладного бакалавриата / Л. А. Головей [и др.] ; под

общей редакцией Л. А. Головей. — 2-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2018. — 413 с.

11. Дружинин В. Н. Варианты жизни. Очерки экзистенциальной психологии — М: "ПЕР СЭ" – СПб.: "ИМАТОН-М", 2000. — 156 с.

12. Евсеева Я. В. Творческие профессии как объект социологического исследования (сводный реферат) // Социальные и гуманитарные науки. Отечественная и зарубежная литература. Серия 11: Социология. Реферативный журнал. 2014. № 3. С. 62–66

13. Ермолаева М. В. Психология зрелого и позднего возрастов в вопросах и ответах: Учеб. пособие. — М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2004. — 280 с.

14. Здравомыслов А. Г., Ядов В. А. 1965. Отношение к труду и ценностные ориентации личности. В кн.: Социология в СССР. М.: Мысль. Т. 2. 1965. С. 189-208

15. Ильин Е. П. Психология творчества, креативности, одаренности.: СПб Питер. 2009. — 434 с.

16. Калимуллина О. А. Творческая направленность личности как объект системного методологического анализа // Вестник Кемеровского Государственного университета культуры и искусств. 2013. Том 22. № 1. С. 186-191.

17. Касаткина Н. П., Шумкова Н. В. Вторичная занятость и самозанятость студентов вузов: масштабы, структура и функции (на примере Республики Мордовия) // Регионология. 2019. №4 (109). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vtorichnaya-zanyatost-i-samozanyatost-studentov-vuzov-masshtaby-struktura-i-funksii-na-primere-respubliki-mordoviya> (дата обращения: 29.05.2021).

18. Карпинский К. В. Психология жизненного пути личности: учеб. пособие. — Гродно: ГрГУ, 2002. — 167 с.

19. Карандашев В. Н. "Методика Шварца для изучения ценностей личности", Речь, СПб, 2004

20. Казаренков В. И., Романова А. М., Пионова Р. С. Профессионально-творческая направленность студентов как компонент их профессионального становления. // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. — 2010. Выпуск № 3 С.51-54.
21. Климов Е. А. Развивающийся человек в мире профессий / Моск. гос. ун-т им. М. В. Ломоносова, Обнинский гор. психол. центр «Детство». — Обнинск: изд-во «Принтер», 1993. — 57 с.
22. Кроник А. А., Ахмеров Р. А. Каузометрия. Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути.- М.: «Смысл», 2003.
23. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. — 4-е изд., испр. и доп. — М.: Смысл, 2019 — 860 с.
24. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии — М.: Наука. 1984. — 444 с.
25. Лошкарева Е., Лукша П., Ниненко И., Смагин И., Судаков Д. Навыки будущего. Что нужно знать и уметь в новом сложном мире [Электронный ресурс]. URL: https://nsportal.ru/sites/default/files/2020/09/22/navyki-budushhego-chto-nuzhno-znat-i-umet-v-novom-slozhnom-mire_copy.pdf (дата обращения 04.02.2021)
26. Ливехуд Б. Кризисы жизни — шансы жизни. — Калуга: Духовное познание, 1994. — 76 с.
27. Манукян В. Р. Специфика кризисов профессионального развития на разных этапах обучения в вузе // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12: Психология. Социология. Педагогика. 2012. — № 3. С. 62-69.
28. Манукян В. Р., Рузаева Н.Д. Психологическая автономия личности и особенности жизненного планирования у студентов // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ, 2015.Т.3
29. Манукян В. Р. Опыт исследования индивидуально-психологических особенностей целеполагания и жизненного планирования // Психологические исследования. 2018. Т. 11, № 57. С. 9. URL:

<http://psystudy.ru/index.php/num/2018v11n57/1530-manukyan57.html> (дата обращения: 08. 10 .2020).

30. Марцинковская Т. Д. Информационное пространство транзитивного общества: проблемы и перспективы развития // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Том 27. № 3. С. 77 – 96.

31. Мдивани, П. Б. Кодесс // Вопросы психологии: издается с января 1955 года / Ред. Е. В. Щедрина. – 2006. – №4 июль-август 2006. – С. 146-151.

32. Мельникова Н. Н. Диагностика социально-психологической адаптации личности: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2004. – 57 с.

33. Мизинова И. А. Жизненный сценарий личности: основные подходы к рассмотрению // Известия Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. «Философия. Психология. Педагогика». 2013. Т. 13. Вып. 4. С. 59–64.

34. Моргун В. Ф., Ткачева Н. Ю. Проблеме периодизации развития личности в психологии. Учебное пособие. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1981, - 84 с

35. Мясищев В. Н. Психология отношений: избранные психологические труды / В.Н. Мясищев; Ред. А.А. Бодалев. – Москва: Институт практической психологии; Воронеж: НПО 'МОДЭК', 1995. – 356 с.

36. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего I под ред. Д. А. Леонтьева. - М.: Смисл. - 2004.

37. Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс оценки субъективного благополучия // Материалы III Всероссийского социологического конгресса (г. Москва, 21–24 октября 2008). М.: Институт социологии РАН, 2008.

38. Плотницкая М. Р. Стратегии самореализации личности при различных типах гендерной идентичности: автореферат дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.01 / Плотницкая Марина Руслановна; [Место защиты: Дальневост. гос. ун-т путей сообщ.] — Хабаровск, 2008. – 23 с.

39. Поливанова К. Н. Психология возрастных кризисов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 184 с.

40. Пономарев Я. А. Психология творчества / Акад. наук СССР, Ин-т психологии. — Москва: Наука, 1976. — 302 с.
41. Посохова С. Т. Адаптационный потенциал личности – СПб.: Изд-во Политех.ун-та, 2010. — С. 35 - 39.
42. Реан А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. — СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2006. - 479 с.
43. Резник Ю. М. Жизненные стратегии личности (опыт комплексного анализа) / Ю.М. Резник, Е.А. Смирнов. — М.: Институт человека РАН, Независимый ин-т гражданского об-ва, 2002. — 260 с.
44. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: "Прогресс", 1994. — 480 с.
45. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии — Издательство: Питер, 2002. — 720 с.
46. Слободчиков В. И., Цукерман Г. А. Интегральная периодизация общего психического развития // Вопросы психологии. 1996. № 5. С. 38-50.
47. Смирнов Е. А. Жизненные стратегии государственных служащих // Государственная служба. 2002. № 4. С. 33-39.
48. Толстых Н. Н. Психология подросткового возраста: учебник и практикум для академического бакалавриата / Н. Н. Толстых, А. М. Прихожан. — Москва: Юрайт, 2019. — 406 с.
49. Тютюнник В. И. Начальный этап развития субъекта творческого труда (оптимистическая теория личности): учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлению и специальности "Психология" / Владимир Тютюнник. — М.: Рос. психол. о-во, 2003. — 254 с.
50. Утробина О. П. Конфликт мечты и целеполагания как причина деформации жизненных стратегий студента // Научное обозрение. Педагогические науки. — 2017. — № 2. — С. 110-116; URL: <https://science-pedagogy.ru/ru/article/view?id=1608> (дата обращения: 21.03.2021).

51. Ушкин С. Г., Коваль Е. А., Жадунова Н. В. От теоретических конструкций к практическим убеждениям: как этические принципы реализуются в жизненных стратегиях молодежи // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. № 3. С. 66 - 93.
52. Шаповаленко И. В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). — М.: Гардарики, 2005. — 349 с.
53. Шварцер Р., Ерусалем М., Ромек В. Русская версия шкалы общей самооффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема // Иностранная психология. 1996. № 7. С. 71-77. URL: <http://www.romek.ru/ru/node/31> (дата обращения: 10.01.2021)
54. Шихи Г. Возрастные кризисы. — СПб: Ювента, 1999. — 223 с.
55. Яковлева Е. Л. Психологические условия развития творческого потенциала у детей школьного возраста // Вопросы психологии. 1994. № 5. С. 37– 42.
56. Abrantes P., Guerreiro M. Moving into adulthood in a southern European country: transitions in Portugal // Portuguese Journal of Social Science. 2004. Т. 3. № 3. p. 191-209.
57. Arnett, J. J. Concepts of the transitions to adulthood among emerging adults in American ethnic groups, In Arnett J. J. & N. L. Galambos, eds. New Directions for child and adolescent development: Cultural conceptions of the transitions to adulthood. 2003. No 100. P. 63—75.
58. Kuzminov Ya., Sorokin P., Froumin I. (2019) Generic and Specific Skills as Components of Human Capital: New Challenges for Education Theory and Practice. Foresight and STI Governance, vol. 13, no 2, pp. 19–41. DOI: 10.17323/2500-2597.2019.2.19.41

Приложение

Приложение А

Анкета с кодировкой

ФИО/псевдоним _____ **ВОЗРАСТ** _____ **ПОЛ** М 1/Ж 2

1. Учитесь ли Вы на данный период времени? (1) Если да, то укажите, пожалуйста, название вашего учебного заведения, направление, курс. Если нет, то поставьте прочерк. (2)

2. Насколько осознанным был ваш профессиональный выбор?

A. Абсолютно неосознанным 1

B. Неосознанным 2

C. Скорее неосознанным 3

D. Скорее осознанным 4

E. Осознанным 5

F. Абсолютно осознанным 6

4. Как вы считаете, насколько процесс обучения позволяет Вам реализовать свои способности и потенциал? Если Вы не учитесь на данный момент, то постарайтесь ответить на этот вопрос относительно Вашего последнего места обучения.

A. Процесс учебы доставляет мне удовольствие и позволяет реализоваться в полной степени 4

B. Процесс учебы на данном факультете не дает мне в полной мере реализовать свои способности и потенциал вследствие недостаточно качественного процесса обучения 3

C. Процесс учебы на данном факультете не дает мне в полной реализоваться, поскольку мои способности и потенциал лежат в другой области 2

D. Затрудняюсь ответить 1

E. Другое 0

5. Занимаетесь ли вы творчеством? Если да, то каким?

1 - музыка (игра на муз. инструментах, продюсирование, группа, саунддизайн)

2 - визуальное творчество (кино, видео, иллюстрации, логотипы, 3д)

3 - творческие услуги и товары(вещи, украшения, тату)

4 - сценическое творчество (театр, танцы)

5 - текстовый блогинг

6. Насколько профессионально Вы хотели бы реализоваться в своем творчестве?

А. Я серьезно настроен(-а), вижу в творчестве свою основную профессиональную самореализацию 3

В. Мне просто нравится заниматься этим, это не более чем любимое увлечение. Основная сфера профессиональной самореализации лежит в другом направлении. 2

С. Да, моя основная сфера профессиональной самореализации находится в другой области, но мое творческое увлечение также очень важно для меня. Я буду делать все, чтобы состояться в своем творчестве. 1

Д. Другое 0

7. Сколько времени Вы уделяете своему творческому проекту?

А. Каждый день 4

В. 3-5 раз в неделю 3

С. 1-2 раз в неделю 2

Д. Несколько раз в месяц 1

Е. Свой вариант 0

8. Вас устраивает то количество времени, которое Вы уделяете своему проекту?

А. Да, устраивает 3

В. Нет, не устраивает, хотел бы уделять больше времени 2

С. Нет, не устраивает, хотел бы уделять меньше времени 1

9. Если Вас не устраивает выделяемое количество времени, поделитесь, пожалуйста, на Ваш взгляд, что Вам мешает уделять достаточное количество времени?

1 - учеба

2 - волевые процессы, саморегуляция

3 - работа

4 - отсутствие материального “выхода” с проекта

10. Вы продумываете конкретные способы самореализации в творчестве?

A. уже продумал(-а) 3

B. продумываю 2

C. нет, не продумываю 1

D. другое 0

11. Опишите, пожалуйста, как Вы конкретно занимаетесь продвижением своего творческого проекта? Вы можете выбрать несколько вариантов.

A. Самостоятельно развиваю свой проект в социальных сетях 1

B. Вкладываю ресурсы в рекламные кампании в социальных сетях 2

C. Продвигаю свой проект через взаимодействие с людьми, которые посредством своего авторитета или популярности способны расширить аудиторию моего проекта 3

D. Больше вкладываю в развитие своих способностей (мастерства), чем в продвижение 4

E. Другое 5