

оригинальная статья

<https://elibrary.ru/lvsww>

Специфика переживания биографических кризисов и кризиса идентичности при различных профилях временной перспективы личности в экстремальных условиях жизнедеятельности

Мещерякова Елена Михайловна

Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга, Россия, Петропавловск-Камчатский

eLibrary Author SPIN: 1014-8777

<https://orcid.org/0009-0008-7443-940X>

colombina6@mail.ru

Аннотация: Переживания, связанные с нормативными и ненормативными кризисами развития, снижают адаптивность и саморегуляцию человека, что делает актуальным изучение личностных ресурсов для их преодоления. Одним из таких ресурсов является временная перспектива личности. В настоящее время существует ограниченное количество исследований, посвященных особенностям переживания биографических кризисов, включая кризис идентичности, в контексте временной перспективы, большинство из которых сосредоточено на отдельных временных ориентациях и их взаимосвязи с проявлениями кризиса. Новизна работы состоит в исследовании специфики переживания биографических кризисов и кризиса идентичности при различных профилях временной перспективы, отражающих системную взаимосвязь временных ориентаций. Цель – выявить отличительные особенности интенсивности и характера переживания биографических кризисов и кризиса идентичности в зависимости от профиля временной перспективы. С помощью кластерного анализа сформированы выборки, объединяющие респондентов со схожими профилями временной перспективы; дано описание отличительных особенностей временной перспективы, характерных для респондентов каждой из групп; проведен сравнительный анализ особенностей интенсивности переживания биографических кризисов в зависимости от профиля временной перспективы; дана содержательная характеристика сфер кризисных ситуаций, способствующих переживанию кризиса идентичности, при различных профилях временной перспективы. Исследование носит поисковый характер, что обусловлено сравнительно небольшим объемом выборки, в которую вошел 101 человек, проживающий в Камчатском крае, регионе с экстремальными условиями жизнедеятельности. В результате исследования были сделаны следующие выводы: наиболее ресурсным профилем временной перспективы для лиц, проживающих в экстремальных условиях жизнедеятельности, является профиль с выраженной ориентацией на позитивное прошлое; люди, ориентированные на будущее или гедонистическое настоящее, менее адаптивны к кризисным состояниям; наибольший риск интенсивного переживания кризисов развития характерен для людей, ориентированных на фаталистическое настоящее и негативное прошлое; специфика профиля временной перспективы не указывает на обязательное переживание кризиса идентичности, а лишь повышает риски и меняет акценты в его переживании.

Ключевые слова: биографический кризис, кризис идентичности, временная перспектива, экстремальные условия жизнедеятельности

Цитирование: Мещерякова Е. М. Специфика переживания биографических кризисов и кризиса идентичности при различных профилях временной перспективы личности в экстремальных условиях жизнедеятельности. *СибСкрипт*. 2025. Т. 27. № 2. С. 290–304. <https://doi.org/10.21603/sibscript-2025-27-2-290-304>

Поступила в редакцию 26.01.2025. Принята после рецензирования 20.02.2025. Принята в печать 24.02.2025.

full article

Coping with Biographical and Identity Crises across Different Profiles of Personal Time Perspective in Extreme Living Conditions

Elena M. Meshcheryakova

Vitus Bering Kamchatka State University, Russia, Petropavlovsk-Kamchatsky

eLibrary Author SPIN: 1014-8777

<https://orcid.org/0009-0008-7443-940X>

colombina6@mail.ru

Abstract: Experiences related to normative and non-normative developmental crises reduce adaptability and self-regulation, making crisis coping studies a relevant research topic. Personal time perspective is a personality resource that defines the coping strategy. Coping with biographical or identity crises remains understudied in the context of time perspective, most publications focusing on specific temporal orientations and their correlation with crisis manifestations. This article describes the specifics of coping with biographical and identity crises across different profiles of time perspective through the prism of the temporal orientation system. The author studied the effect of time perspective profile on the intensity and nature of crisis experience and coping. The study relied on a relatively small sample of 101 residents of the Kamchatka Region with its extreme living conditions. The respondents were clustered by time perspective profile to compare the intensity of experiencing biographical crises and the spheres of crisis situations that contribute to coping with the identity crisis. A strong orientation toward the positive past proved to be the most resourceful profile of time perspective for people living in extreme climate. The respondents oriented toward the future or hedonistic present appeared to be less adaptive to crisis states. Those oriented toward a fatalistic present and a negative past demonstrated the greatest risk. However, the time perspective profile did not guarantee an identity crisis, but only increased the risks and changed the emphasis.

Keywords: biographical crisis, identity crisis, time perspective, extreme living conditions

Citation: Meshcheryakova E. M. Coping with Biographical and Identity Crises across Different Profiles of Personal Time Perspective in Extreme Living Conditions. *SibScript*, 2025, 27(2): 290–304. (In Russ.) <https://doi.org/10.21603/sibscript-2025-27-2-290-304>

Received 26 Jan 2025. Accepted after peer review 20 Feb 2025. Accepted for publication 24 Feb 2025.

Введение

В современном мире, характеризующемся быстрыми изменениями и неопределенностью, особое внимание уделяется вопросам сохранения психологического здоровья и личностного развития. Переживание как нормативных кризисов развития, связанных с психологическими новообразованиями, влияющими на структуру личности и характер ее взаимодействия со средой, так и ненормативных кризисов, источником которых становятся внешние стрессовые ситуации [Василук 1984], неизбежно ведет к снижению уровня адаптивности субъекта, его эффективности и саморегуляции во взаимодействии с внешним миром.

Концепция биографических кризисов была разработана Р. А. Ахмеровым, который определял кризис как специфическую особенность внутреннего мира, проявляющуюся в различных формах переживания человеком неэффективности своего жизненного пути.

Источником кризиса может стать неоптимальная жизненная программа, выражающаяся в чрезмерной категоричности при оценке событий и игнорировании наличия причинно-следственных связей между событиями жизни, а также в сложной системе взаимобусловливания этих событий. Переживание кризиса сопровождается снижением оценки продуктивности жизни и усилением чувства опустошенности и бесперспективности [Кривова 2024; Манукян 2010].

Как отмечает Е. П. Белинская, современное социальное пространство становится все более непредсказуемым и трудным для контроля со стороны субъекта, рождая у современного человека ощущение онтологической неопределенности [Белинская 2024]. В условиях стресса и непредсказуемости, вызванных такими факторами, как войны, природные катастрофы и значимые социальные перемены, личность

может столкнуться с проблемами в поддержании целостного образа Я, что относится к проблематике идентичности и обращает нас к переживанию кризиса идентичности. Сегодня даже относительно устойчивые компоненты социальной идентичности (гендерные, этнические, профессиональные и т. д.) довольно часто требуют внутренней и структурной перестройки с целью повышения эффективности существования человека в окружающей нестабильной реальности [Браун и др. 2022].

Н. В. Дмитриева и коллеги определяли кризисную идентичность как особую психическую организацию Я-концепции, в которой наблюдается нарушение интеграции в когнитивной, эмоциональной и ценностно-смысловой сферах. Исходя из этого понимания, авторы разработали концепцию кризисной идентичности, которая характеризуется дисфункцией в указанных сферах и сопровождается повышенной тревожностью, чувством растерянности, неуверенностью в себе, депрессией и уходом от реальности. Кризисная идентичность рассматривается как результат воздействия стрессогенных ситуаций, которые могут быть как внутренними (внутриличностный конфликт, дисгармония в ценностно-мотивационной и эмоциональной сферах), так и внешними (социально-демографические факторы) [Дмитриева и др. 2010; 2011].

Кризис идентичности перестает быть нормативным кризисом развития, связанным с психическими новообразованиями; зачастую к состоянию переживания кризиса идентичности человека подводят различные жизненные ситуации [Белинская 2024].

В свете вышеотмеченного актуальным становится запрос на поиск личностных ресурсов, позволяющих человеку справляться с кризисными переживаниями, сохраняя при этом целостность идентичности в ее необходимой динамике. В ранее проведенном нами исследовании было доказано, что таким ресурсом может выступать временная перспектива (ВП), параметры которой являются предикторами переживания кризиса идентичности [Мещерякова и др. 2024].

Ф. Зимбардо и Дж. Бойд отмечают важность ВП в организации жизни человека. Подчеркивая ее неосознаваемую и субъективную природу, авторы указывают, что разделение опыта на временные отрезки помогает человеку упорядочить события своей жизни и придать им смысл. Временная перспектива функционирует как фильтр, влияющий на восприятие прошлого, настоящего и будущего [Zimbardo, Boyd 1999]. Авторы считают, что людей можно типологизировать по уровню выраженности того

или иного параметра ВП, рассматриваемого в их концепции. Соответственно, сильно проявленная ориентация на конкретный временной модус выдает индивидуальные черты характера и особенности поведения, схожие для людей с подобным типом временной ориентации [Зимбардо, Бойд 2010]. Ученые выделяют конструкт сбалансированной ВП, который является наиболее ресурсным вариантом сочетаний различных временных ориентаций. Ряд исследований подтверждает значимость сбалансированной ВП в повышении адаптивности и саморегуляции субъекта [Нестик и др. 2019; Сырцова и др. 2008; Boniwell et al. 2014; Zimbardo, Boyd 1999].

Исследования показывают, что параметры ВП оказывают влияние на личностные характеристики, такие как психологическое благополучие [Drake et al. 2008], самооценку и адаптивность к жизненным условиям [Mello et al. 2022].

Н. С. Глуханюк и др. представили теоретический анализ исследований, которые в различной степени раскрывают характер связи ВП личности с мотивационной сферой, уровнем активности, выбором копинг-стратегий в кризисных ситуациях, постановкой жизненных целей, установками относительно здоровья и рискованного поведения. В работе также отражены результаты эмпирического исследования, подтверждающего сопряженность ВП с показателями субъективного благополучия, с регулятивными и смысловыми компонентами личностной ресурсности [Глуханюк и др. 2024].

Исследований, в которых изучаются особенности переживания различных биографических кризисов, в том числе и кризиса идентичности, с учетом ВП личности, на сегодняшний день существует не так много, и большинство из них раскрывают взаимосвязь отдельных параметров ВП с кризисными проявлениями [Майер и др. 2023; Попова 2020; Сарычева и др. 2020].

Цель – изучить специфику переживания биографических кризисов и кризиса идентичности при различных профилях временной перспективы. Исследование носит поисковый характер, что обусловлено сравнительно небольшим объемом выборки, в которую вошли респонденты, проживающие в Камчатском крае.

Камчатский край относится к регионам с экстремальными условиями жизнедеятельности: климатические особенности, сейсмическая активность, извержение вулканов, угроза цунами в некоторых районах края, выход диких животных в зону человеческих поселений, риски схода лавин – всё это можно отнести к природным факторам экстремальности. Рассматривая

социально-экономические условия, определяющие экстремальность края, можно выделить следующие: географическая удаленность и изолированность от центральной части России, специфика инфраструктуры, ограниченные возможности получения профессионального образования, устройства на работу, карьерного роста, доступность качественных услуг в сфере медицины и т.д. [Фризен и др. 2024].

Важно отметить, что специфика региона, отражающаяся на макро- и микросреде, оказывает значительное влияние на характер временной перспективы субъекта. Так, проведенные ранее исследования выявили различия в показателях ВП в зависимости от таких социальных факторов, как трудоустройство, уровень дохода и квалификация. Эти результаты подчеркивают взаимосвязь ВП с социальными условиями жизни, ее значимость для субъективного благополучия и влияние на психологические проблемы в сложных социальных контекстах [Кулик 2024; Сырцова и др. 2007]. Результаты, полученные в ходе проведенного нами исследования, необходимо с осторожностью транспонировать на людей, проживающих в регионах с менее экстремальной природной и социальной ситуацией.

Методы и материалы

Для изучения особенностей временной перспективы использовался опросник временной перспективы личности Ф. Зимбардо в адаптации А. Сырцовой, Е. Т. Соколовой, О. В. Митиной [Сырцова и др. 2008].

Исследование содержательных компонентов кризисной идентичности проводилось с помощью опросника кризисной идентичности (ОКИ) [Дмитриева и др. 2014].

Особенности психологического содержания и интенсивности переживания биографических кризисов изучалось с помощью анкеты кризисных событий и переживаний В. Р. Манукян [Манукян 2010; Шнейдер 2020].

При обработке полученных данных использовались методы статистического анализа: кластерный анализ, корреляционный анализ (ранговая корреляция Спирмена), U-критерий Манна-Уитни, критерий Краскела-Уоллиса.

На первом этапе исследования приняли участие 101 человек (54 женщины, 47 мужчин) в возрасте 18–48 лет. Для формирования групп респондентов, схожих между собой по параметрам ВП, нами был проведен кластерный анализ, основой которого выступили данные по шкалам опросника временной перспективы Ф. Зимбардо. В результате кластерного

анализа для сохранения большей однородности сформированных групп часть респондентов была отсеяна (34 человека). По результатам проведенного анализа было сформировано 4 эмпирические группы (ЭГ) респондентов (всего 67 человек), отличающихся друг от друга выраженностью различных временных ориентаций: в ЭГ1 вошло 12 человек, ЭГ2 – 16, ЭГ3 – 17, ЭГ4 – 22. Достоверных различий между выборками по половому и возрастному признаку выявлено не было.

Дальнейший ход исследования отражает следующие задачи:

- провести анализ отличительных особенностей ВП, характерных для респондентов каждой из групп, и описать на основе этого анализа выявленные профили ВП;
- провести сравнительный анализ особенностей интенсивности переживания биографических кризисов в зависимости от профиля временной перспективы;
- дать содержательную характеристику сфер кризисных ситуаций при различных профилях ВП.

Результаты

С целью описания характерных особенностей ВП, отличающих респондентов, сформированных в ходе кластерного анализа, был проведен сравнительный анализ выраженности показателей временных ориентаций (табл. 1).

Анализ полученных данных с использованием критерия Краскела-Уоллиса позволил выявить статистически достоверные различия по трем параметрам временной перспективы: негативное прошлое, позитивное прошлое и фаталистическое настоящее. Эти три временные ориентации выступают ключевыми характеристиками при дифференциации выборок. При попарном сравнении с применением U-критерия Манна-Уитни достоверные различия в выраженности временных ориентаций были обнаружены не во всех случаях (табл. 2).

Графическое изображение профилей ВП, характерных для сравниваемых эмпирических групп, наглядно демонстрирует доминирующие временные ориентации (рис. 1).

В ЭГ1 вошли респонденты, чья временная перспектива характеризуется скорее негативным, чем позитивным отношением к прошлому. Ориентация на негативное прошлое в сравнении с другими выборками выражена средне: для этих людей реконструкция и интерпретация событий прошлого довольно часто имеют негативный характер, но далеко не всегда.

Табл. 1. Сравнение средних ранговых значений временных ориентаций с использованием критерия Краскела-Уоллиса

Tab. 1. Mean rank values of temporal orientations, Kruskal-Wallis Test

Временные ориентации	Среднее ранговое значение				Критерий Краскела-Уоллиса	p
	ЭГ1	ЭГ2	ЭГ3	ЭГ4		
Негативное прошлое	29,88	35,41	15,12	49,82	31,17	< 0,001
Гедонистическое настоящее	29,96	41,53	31,88	32,36	3,28	0,351
Будущее	43,12	36,5	29,5	30,68	4,47	0,215
Позитивное прошлое	20,92	39,88	44,65	28,64	13,67	0,003
Фаталистическое настоящее	27,58	29,78	20,85	50,73	26,13	0,000

Табл. 2. Результаты попарного сравнения выраженности временных ориентаций в эмпирических группах (U-критерий Манна-Уитни)

Tab. 2. Pairwise comparison of temporal orientations in empirical groups, Mann-Whitney U test

Сравниваемые выборки	ЭГ2	ЭГ3	ЭГ4
ЭГ1	позитивное прошлое (U = 40,5**)	негативное прошлое (U = 36,0**) позитивное прошлое (U = 31,0***)	негативное прошлое (U = 33,5***) фаталистическое настоящее (U = 33,5***)
ЭГ2	X	негативное прошлое (U = 54,5**)	негативное прошлое (U = 100*) фаталистическое настоящее (U = 63,5***)
ЭГ3	X	X	негативное прошлое (U = 13,5***) позитивное прошлое (U = 93,5**) фаталистическое настоящее (U = 30***)

Прим.: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$.

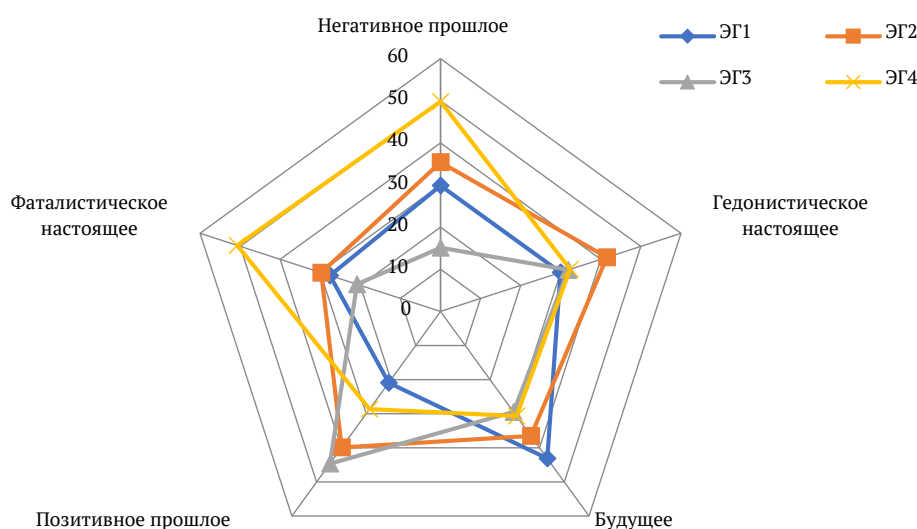


Рис. 1. Профили временной перспективы эмпирических групп, построенные с учетом среднего рангового значения по шкалам опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо
Fig. 1. Profiles of temporal perspective in different empirical groups, mean rank values of Zimbardo Time Perspective Inventory

В то же время ориентация на позитивное прошлое, которая часто выступает ресурсом для совладания с различными тяжелыми жизненными ситуациями, имеет наименьший показатель по сравнению с остальными выборками.

Профиль ВП, характерный для респондентов ЭГ1, отличается некоторым смещением к ориентации на будущее, хотя статистически достоверных различий по этой шкале не было выявлено. Однако, если рассматривать особенности ВП в системе, можно охарактеризовать респондентов ЭГ1 как довольно целеустремленных людей с выраженной направленностью на будущее, при этом прошлое для них зачастую интерпретируется через призму проблем и сложностей.

Респонденты ЭГ2 демонстрируют более сбалансированную с точки зрения выраженности различных временных ориентаций временную перспективу. Ориентация на позитивное прошлое выше, чем в ЭГ1. Наблюдается усиление ориентации на гедонистическое настоящее, которая выражена ярче, чем в других эмпирических группах. Люди с таким типом ВП обладают более значительной ресурсной базой, позволяющей им находить положительные смыслы в жизненных событиях, наполнять их приятными эмоциями и оценивать через призму приобретенных знаний, умений и навыков. Будущее в структуре ВП представлено умеренно. Ориентация на негативное прошлое достаточно выражена, что свидетельствует о конфликтном и противоречивом отношении к субъективному прошлому.

Профиль ВП ЭГ3 заметно смещен в сторону ориентации на позитивное прошлое, при этом показатель негативного прошлого значительно ниже, чем во всех остальных выборках. Средневыраженные ориентации на гедонистическое настоящее и будущее находятся примерно в равном соотношении. Для людей с таким типом ВП важнейшую роль в детерминации поведения играют положительные воспоминания и установки относительно своего прошлого. Сформированное отношение к прошлому отражает достаточно высокий уровень уверенности в себе и своих силах, способствует личностному развитию, поскольку смысловая нагрузка произошедших событий практически всегда интерпретируется через призму положительного исхода. Столкнувшись с трудными жизненными ситуациями, человек с таким типом ВП значительно легче усваивает полученный опыт, способен извлечь даже из негативных ситуаций уроки, способствующие развитию личности.

При сравнении ЭГ3 с ЭГ1 можно заметить разницу в выраженности перспективы будущего: инициативность и целеустремленность не выходят за рамки нормативности, способность к планированию будущего есть, но дальность этого планирования уступает представителям рассмотренных выше типов ВП. Важно также подчеркнуть невыраженные фаталистические установки относительно своей жизни, говорящие о способности респондентов ЭГ3 брать ответственность за происходящие в жизни события на себя.

Профиль ВП ЭГ4 характеризуется ярко выраженными ориентациями на негативное прошлое и фаталистическое настоящее. Принимая во внимание реконструктивную природу прошлого [Зимбардо, Бойд 2010: 85], можно утверждать, что смысловое и эмоциональное поле, свойственное людям с таким типом ВП, носит скорее негативный характер и оказывает влияние на общий негативный образ событий прошлого. Вместе с тем представление о том, что события жизни не зависят от собственных усилий, а обусловлены внешними факторами, судьбой, лишают человека активности, направленной на изменение условий жизни. Подобная ВП сопряжена с чувством беспокойства и подавленности, повышенным уровнем агрессии, слабым контролем импульсивного поведения [Там же: 92]. Можно сделать предположение, что проявления кризисной идентичности у таких людей будут более выражены, чем у респондентов других групп.

Опираясь на положения концепции временной перспективы, предложенной Ф. Зимбардо и Дж. Бойдом, мы посчитали возможным дать условные обозначения эмпирическим группам, сформированным в ходе кластерного анализа:

- ЭГ1 – ориентированные на будущее;
- ЭГ2 – на гедонистическое настоящее;
- ЭГ3 – на позитивное прошлое;
- ЭГ4 – фаталисты.

Сравнение психологического содержания биографических кризисов и их интенсивности (анкета кризисных событий и переживаний В. Р. Манукян) с использованием критерия Краскела-Уоллиса показало статистически достоверные сдвиги в субъективной оценке переживания кризисов в зависимости от профиля временной перспективы (табл. 3). Различия по измеряемым показателям наглядно представлены на рисунке 2.

Интенсивность переживания кризиса бесперспективности выражена во всех группах примерно одинаково, однако нами был обнаружен интересный

Табл. 3. Сравнение уровня интенсивности переживания биографических кризисов респондентов с различными профилями временной перспективы

Tab. 3. Intensity of experiencing biographical crises across different time perspective profiles

Биографические кризисы	Среднее значение интенсивности кризисных переживаний, Т-баллы				Критерий Краскела-Уоллиса	Попарное сравнение, U-критерий Манна-Уитни
	ЭГ1	ЭГ2	ЭГ3	ЭГ4		
Кризис нереализованности	52,11	50,92	43,97	52,51	9,99*	ЭГ1 и ЭГ3, U = 54,5* ЭГ2 и ЭГ3, U = 81,5* ЭГ3 и ЭГ4, U = 78**
Кризис бесперспективности	48,84	50,80	46,09	52,87	4,68	ЭГ3 и ЭГ4, U = 111*
Кризис опустошенности	50,60	52,12	43,44	55,53	18,39**	ЭГ1 и ЭГ3, U = 56,5* ЭГ2 и ЭГ3, U = 62,5** ЭГ3 и ЭГ4, U = 33,5**
Общепсихологический признак кризиса	48,71	50,17	45,31	50,57	4,83	ЭГ3 и ЭГ4, U = 117*
Кризис идентичности	46,12	51,98	42,94	56,19	20,30**	ЭГ1 и ЭГ4, U = 62* ЭГ2 и ЭГ3, U = 60,5** ЭГ3 и ЭГ4, U = 33**
Кризисный процесс вхождения во взрослость (вуз)	46,95	52,56	46,18	53,00	7,98*	ЭГ3 и ЭГ4, U = 101,5*
Кризисный процесс вхождения во взрослость (начало профессиональной деятельности)	44,89	53,59	45,52	52,21	13,05**	ЭГ1 и ЭГ2, U = 43* ЭГ1 и ЭГ4, U = 63* ЭГ2 и ЭГ3, U = 64,5** ЭГ3 и ЭГ4, U = 97**

Прим.: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; ЭГ1 – ориентированные на будущее; ЭГ2 – ориентированные на гедонистическое настоящее; ЭГ3 – ориентированные на позитивное прошлое; ЭГ4 – фаталисты.

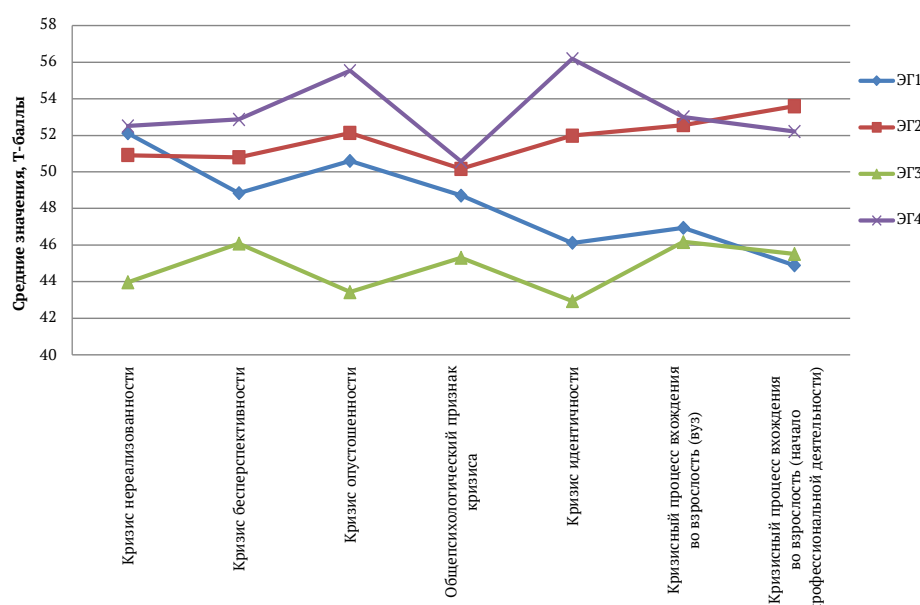


Рис. 2. Интенсивность переживания биографических кризисов респондентов с различными профилями временной перспективы
Fig. 2. Intensity of experiencing biographical crises across different time perspective profiles

исследовательский факт: показатель данного кризиса находится в прямой взаимосвязи с ориентацией на негативное прошлое ($r = 0,54$; $p \leq 0,05$) у респондентов ЭГ2 (условно – гедонисты) и в обратной взаимосвязи ($r = -0,449$; $p \leq 0,05$) у респондентов ЭГ4 (условно – фаталисты).

Возможно, негативная оценка событий прошлого во втором случае служит определенным ресурсом для создания более конкретизированного образа будущего, компенсирующего пережитые трудности. Другим объяснением может выступать сценарий отложенной жизни, формирующий особенности ВП. [Неяскина 2012]. Учитывая, что исследование проводилось на выборке респондентов, проживающих в экстремальных условиях жизнедеятельности, можно предположить, что среди тех, кто ориентирован на негативный опыт прошлого, много людей, желающих покинуть Камчатский край. Это может означать, что в их сознании существует более или менее конкретный план для достижения поставленной цели.

Интенсивность переживания кризиса опустошенности, выражаемого в недостаточной осмысленности жизни, общей усталости и отсутствии энергии для реализации важных задач, выше у лиц с временной ориентацией на фаталистическое настоящее и негативное прошлое. Наименее выражены переживания данного кризиса у людей с позитивной оценкой прошлого. При этом у людей (ЭГ1 и ЭГ2), чья ВП отличается большей нацеленностью на будущее, и у людей, ориентированных на гедонистическое настоящее, переживание данного кризиса коррелирует с ориентацией на негативное прошлое ($r = 0,666$; $p \leq 0,01$ и $r = 0,671$; $p \leq 0,05$ соответственно). Как отмечают Ф. Зимбардо и Дж. Бойд, то, что человек думает о своем прошлом, в большей степени влияет на его решения, поступки и эмоции в настоящем, чем реально произошедшие события прошлого [Зимбардо, Бойд 2010]. В нашем случае у респондентов ЭГ1 и ЭГ2 реконструкция событий прошлого в негативном смысловом поле сопряжена с повышением переживания кризиса опустошенности.

Выявлен статистически достоверный сдвиг в силе переживания кризиса идентичности в зависимости от профиля ВП. Переживание своего образа Я носит более конфликтный характер при ориентации на негативное прошлое и фаталистическое настоящее. Похожий уровень переживания рассматриваемого кризиса наблюдается и у людей с ориентацией на гедонистическое настоящее. Менее выражен данный кризис у респондентов ЭГ3.

Переживание кризисного процесса вхождения во взрослость характеризуется возникновением трудностей, связанных с началом профессионального обучения, трудностями в общении с однокурсниками, отсутствием желания работать по выбранной профессии, переживанием собственной некомпетентности, трудностями адаптации в трудовом коллективе и др. [Манукян 2010]. В зависимости от профиля ВП данный кризис обнаруживает достоверные сдвиги в уровне выраженности. В целом можно наблюдать уже проявленную тенденцию: наименее кризисным он оказывается для лиц, чья временная перспектива имеет высокую ориентацию на позитивное прошлое, а также для респондентов, профиль временной перспективы которых отличается направленностью на будущее. Более интенсивно этот кризис переживают респонденты ЭГ2 и ЭГ4, из чего мы делаем вывод, что фатализм, негативное отношение к прошлому и ориентация на гедонистическое настоящее снижают ресурсность личности и ее адаптивную способность.

Анализ корреляционных связей временных ориентаций и биографических кризисов во всех группах с расчетом ранговой корреляции Спирмена показал, что только ориентация на негативное прошлое вступает в те или иные взаимосвязи с показателями кризисов. Учитывая объемы выборок, мы признаем возможность появления других взаимосвязей параметров при увеличении числа респондентов. Однако роль ориентации на негативное прошлое в переживании кризисов, скорее всего, останется неизменной. Это связано с тем, что ориентация на негативное прошлое тесно связана с ценностно-смысловым компонентом личности. Система убеждений, ценностей и смыслов, существующая в настоящем, придает окрашенность событиям прошлого и является ядром личности и идентичности, что непосредственно влияет на переживание кризисных событий.

Содержательная характеристика сфер кризисных ситуаций при различных профилях ВП составлена по результатам сравнительного анализа данных, полученных с помощью ОКИ.

Показатели по шкалам методики представляют собой оценку стрессогенности различных сфер жизни и аспектов личности. Аспекты, обладающие наиболее высокими значениями, с большей вероятностью могут выступать в качестве фундамента для переживания кризиса идентичности. Сферы с высокими показателями стрессогенности можно рассматривать как слабые места, с которых начнется системное изменение личности, вызванное кризисом идентичности.

При анализе средних значений по шкалам опросника кризисной идентичности важно отметить, что независимо от профиля ВП все показатели кризисной идентичности находятся в пределах низких и средних значений (табл. 4).

Нами была выдвинута гипотеза: при различных профилях временной перспективы степень субъективной оценки стрессогенности различных жизненных сфер будет иметь отличительные особенности как в количественном, так и в качественном плане. Для проверки данной гипотезы был проведен сравнительный анализ данных с использованием критерия Краскела-Уоллиса и U-критерия Манна-Уитни (табл. 4).

Результаты свидетельствуют о статистически достоверном сдвиге выраженности как общего показателя кризиса идентичности, так и оценок стрессогенности отдельных жизненных сфер. Достоверный сдвиг выявлен в оценке детско-родительских отношений, межличностных и профессиональных отношений, ценностно-смыслового аспекта и поведенческого аспекта, а также в значениях общего показателя кризисности идентичности.

Особенности содержательного наполнения сфер жизнеосуществления в контексте различных профилей ВП представлены в таблице 5.

При попарном сравнении значений по шкалам методики ОКИ с использованием U-критерия Манна-Уитни между респондентами ЭГ1 и ЭГ2 не было выявлено достоверных различий (табл. 4). Это свидетельствует о том, что выраженность в профиле ВП как ориентации на будущее, так и ориентации на гедонистическое настоящее обладает одинаковым адаптационным и ресурсным потенциалом. Важно отметить, что оба профиля ВП отличаются сравнительно высоким уровнем ориентации на негативное прошлое, что, на наш взгляд, может повышать риски возникновения кризиса идентичности при столкновении человека с триггерами.

Попарное сравнение значений шкал в ЭГ3 и ЭГ4 выявило значимые различия практически по всем показателям стрессогенности жизненных сфер (табл. 4): детско-родительские отношения, ценностно-смысловой аспект, эмоциональный аспект, поведенческий аспект, межличностные и профессиональные отношения, стрессовый фактор, общий показатель кризисной идентичности. Наиболее ресурсным профилем ВП для лиц, проживающих в экстремальных условиях жизнедеятельности, является профиль, в котором выражена ориентация на позитивное прошлое, а склонность человека к застреванию в негативном

Табл. 4. Сравнительный анализ стрессогенности жизненных сфер, включенных в структуру кризисной идентичности
Tab. 4. Stress-generating life spheres in the identity crisis structure

Сферы кризисной идентичности	Среднее значение по шкалам, Т-баллы				Критерий Краскела-Уоллиса	U-критерий Манна-Уитни
	ЭГ1	ЭГ2	ЭГ3	ЭГ4		
Детско-родительские, семейные отношения	37,75	38,48	31,94	44,37	7,81*	ЭГ3 и ЭГ4, U = 92**
Ценностно-смысловой аспект	29,42	33,45	27,23	40,83	12,14**	ЭГ1 и ЭГ4, U = 68,0* ЭГ3 и ЭГ4, U = 72,5**
Эмоциональный аспект	46,55	47,04	37,99	50,87	7,35	ЭГ3 и ЭГ4, U = 94,5**
Поведенческий аспект	49,76	44,51	34,45	55,23	14,30**	ЭГ1 и ЭГ3, U = 50,5* ЭГ3 и ЭГ4, U = 60,5**
Межличностные и профессиональные отношения	39,49	38,54	35,48	44,72	8,53*	ЭГ3 и ЭГ4, U = 89,0**
Сексуальный аспект	36,23	38,76	32,49	38,30	4,93	–
Стрессовые факторы	34,13	40,61	32,80	41,36	5,97	–
Общий показатель кризиса идентичности	27,27	28,45	18,51	34,85	11,97**	ЭГ2 и ЭГ3, U=77,5* ЭГ3 и ЭГ4, U= 65,0**

Прим.: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; ЭГ1 – ориентированные на будущее; ЭГ2 – ориентированные на гедонистическое настоящее; ЭГ3 – ориентированные на позитивное прошлое; ЭГ4 – фаталисты.

Табл. 5. Содержательная характеристика сфер кризисных ситуаций при различных профилях временной перспективы
Tab. 5. Crisis situation spheres across different temporal perspective profiles

Профиль временной перспективы	Характеристика сфер кризисных ситуаций
Детско-родительские, семейные отношения	
Ориентация на будущее (ЭГ1)	• доверительные отношения с родителями; • трансляция родителями уважения личного пространства ребенка, его мнения; • эмоциональная отзывчивость родителей; • общая удовлетворенность семейными отношениями
Ориентация на гедонистическое настоящее (ЭГ2)	
Ориентация на позитивное прошлое (ЭГ3)	
Фаталисты (ЭГ4)	• отношения с родителями в детстве характеризуются эмоциональной сдержанностью, недостаточностью эмоциональной теплоты; • возможно игнорирование интересов, чувств и мнения ребенка
Ценностно-смысловой аспект	
Ориентация на будущее (ЭГ1)	• понимание личностных приоритетов и целей; • гибкость при постановке целей и выборе средств для их достижения; • принятие своей индивидуальности, социальных ролей, статуса; • признание значимости личных достижений; • доверие к себе и осознание своей уникальности; • способность к изменениям без потери самоидентичности
Ориентация на гедонистическое настоящее (ЭГ2)	
Ориентация на позитивное прошлое (ЭГ3)	
Фаталисты (ЭГ4)	• расплывчатый характер целей в жизни; • трудности могут привести к отказу от достижения поставленной цели; • самопринятие, позитивное отношение к себе; • при неудачах актуализируются личностные недостатки, самообвинение, обвинение окружающих
Эмоциональный аспект	
Ориентация на будущее (ЭГ1)	• несколько возбужденный эмоциональный фон; • возможны вспышки гнева, апатия в ситуации фрустрации; • усталость (с разной степенью выраженности), проблемы со сном
Ориентация на гедонистическое настоящее (ЭГ2)	
Фаталисты (ЭГ4)	
Ориентация на позитивное прошлое (ЭГ3)	• спокойное, расслабленное эмоциональное состояние; • оптимистичное, позитивное настроение; • склонность к решению проблем без впадения в отчаяние
Поведенческий аспект	
Ориентация на будущее (ЭГ1)	• активные действия зачастую носят слабо осмысленный характер; • стремление к управлению своей жизнью, при этом жизненные ситуации воспринимаются отдельно от собственного Я; • возможна импульсивная реакция на критику и неудачи; • возможно переживание состояния беспомощности и неопределенности
Ориентация на гедонистическое настоящее (ЭГ2)	
Фаталисты (ЭГ4)	
Ориентация на позитивное прошлое (ЭГ3)	• активная жизненная позиция: трудности не вызывают желания отступить; • задачи решаются по мере поступления; • стремление к управлению своей жизнью через активное участие в жизненных событиях; • дружеские отношения с окружающими

Профиль временной перспективы	Характеристика сфер кризисных ситуаций
Межличностные и профессиональные отношения	
Ориентация на будущее (ЭГ1)	- возможна некоторая скованность в обществе; - может выражать неудовольствие поведением других; - избегание установления доверительных отношений; - в ситуации близких отношений сохраняется установка на быстрый разрыв; - общая удовлетворенность выбранной работой; - возможно переживание дискомфорта в сфере профессиональных взаимоотношений
Фаталисты (ЭГ4)	
Ориентация на гедонистическое настоящее (ЭГ2)	- удовольствие от общения с окружающими; - бесконфликтный характер отношений; - сформированное доверие к окружающим; - ясное представление о выбранной работе и о перспективах; - удовлетворенность выбранным профессиональным путем
Ориентация на позитивное прошлое (ЭГ3)	
Сексуальный аспект	
Ориентация на будущее (ЭГ1)	- принятие собственной половой роли; - сексуальная поляризация; - гармоничные отношения с партнером противоположного пола; - удовольствие от сексуальных отношений; - принятие своего тела
Ориентация на гедонистическое настоящее (ЭГ2)	
Ориентация на позитивное прошлое (ЭГ3)	
Фаталисты (ЭГ4)	
Стрессовые факторы	
Ориентация на будущее (ЭГ1)	- рациональность и эмоциональная взвешенность при разрешении стрессовых ситуаций; - высокая толерантность к стрессу
Ориентация на позитивное прошлое (ЭГ3)	
Ориентация на гедонистическое настоящее (ЭГ2)	- подверженность стрессу, выраженная в активности и напряжении; - стрессовые ситуации выступают как активаторы целенаправленной деятельности, с одной стороны, и как источники дополнительных проблем и забот – с другой, что может снижать устойчивость к стрессу
Фаталисты (ЭГ4)	
Общий показатель кризиса идентичности*	
Ориентация на будущее (ЭГ1)	достаточно высокий личностный адаптационный потенциал: при столкновении с триггерами возможны ситуации переживания спутанности ролей и непонимания своего места в жизни
Ориентация на гедонистическое настоящее (ЭГ2)	
Ориентация на позитивное прошлое (ЭГ3)	- наиболее высокий личностный адаптационный потенциал; - доверие к миру, оптимизм и устойчивая система ценностей, повышающая адаптивную способность субъекта; - лично значимые цели, ценности и убеждения обеспечивают чувство осмысленности жизни
Фаталисты (ЭГ4)	- наименее выраженный личностный адаптационный потенциал; - возможно нарушение интеграции когнитивной, эмоциональной и ценностно-смысловой сфер; - менее выраженная стрессоустойчивость; - возможна повышенная тревожность, психологический дискомфорт, депрессивные тенденции; - менее выраженное принятие своей социальной роли и статуса; - возникающие на пути трудности могут уменьшить стремление к цели

Прим.: * – респонденты выделенных профилей ВП в целом характеризуются отсутствием ярко выраженного переживания кризиса идентичности, профиль ВП согласуется с некоторой тенденцией к обострению кризисности идентичности.

прошлом и убежденность в предрешенности событий выступают факторами риска, повышающими вероятность переживания кризиса идентичности.

Можно предположить, что проживание в регионе, где существует риск столкновения с разрушительными природными явлениями, а возможности для самореализации крайне ограничены, ориентация на будущее играет не такую важную роль в формировании адаптационного ресурса человека, как, например, это представлено в работах Ф. Зимбардо и Дж. Бойда [Зимбардо, Бойд 2010; Zimbardo, Boyd 1999]. Напротив, лица, у которых достаточно сильно во временной перспективе выражена ориентация на будущее, чаще сталкиваются с преодолением сложностей, обусловленных спецификой края, на пути достижения своих целей. О том, что ориентации на негативное прошлое и фаталистическое настоящее наименее продуктивны для повышения субъективного качества жизни и психологического благополучия, свидетельствует множество исследований [Глуханюк и др. 2024; Секацкая 2024; Удодова 2024]. Полученные нами результаты подтверждают данные выводы.

Заключение

Проведенное исследование открывает возможность сформировать целостное представление о специфике проявления биографических кризисов и кризиса идентичности у индивидов с различными профилями временной перспективы.

Для людей, проживающих в экстремальных условиях жизнедеятельности, ключевыми характеристиками дифференциации профилей временной перспективы выступают ориентации на негативное прошлое, позитивное прошлое и фаталистическое настоящее.

Выявлены различия в субъективной оценке переживания биографических кризисов в зависимости от профиля временной перспективы. Интенсивность переживания кризиса бесперспективности выражена во всех группах примерно одинаково, при этом негативная оценка событий прошлого при фаталистической ВП может выступать определенным ресурсом для создания более конкретизированного образа будущего, компенсирующего пережитые трудности.

Интенсивность переживания кризиса опустошенности, выражаемого в недостаточной осмысленности жизни, общей усталости и отсутствии энергии для реализации важных задач, выше у лиц с временной ориентацией на фаталистическое настоящее и негативное прошлое. Наименее выражены переживания данного кризиса у людей с позитивной оценкой прошлого.

При профиле ВП с выраженной ориентацией на будущее и профиле с ориентацией на гедонистическое настоящее реконструкция событий прошлого в негативном смысловом поле сопряжена с повышением переживания кризиса опустошенности.

Переживание кризиса идентичности носит более конфликтный характер у людей с ориентацией на негативное прошлое и фаталистическое настоящее. Похожий уровень переживания рассматриваемого кризиса наблюдается и у людей с ориентацией на гедонистическое настоящее. Менее выражен данный кризис у респондентов, ориентированных на позитивное прошлое.

Переживание кризисного процесса вхождения во взрослость наименее острым оказывается для лиц, чья временная перспектива имеет высокую ориентацию на позитивное прошлое, а также для респондентов, профиль временной перспективы которых отличается направленностью на будущее. Фатализм, негативное восприятие прошлого и акцент на гедонистическом настоящем уменьшают ресурсы личности и ее способность адаптироваться в условиях начала профессионального обучения или вступления в профессиональную деятельность.

Все показатели кризиса идентичности, независимо от профиля ВП, находятся в пределах низких и средних значений. Однако при различных профилях ВП степень субъективной оценки стрессогенности различных жизненных сфер будет отличаться как количественно, так и качественно. Различия между выборками выявлены в оценке следующих областей: детско-родительские отношения, межличностные и профессиональные отношения, ценностно-смысловой аспект и поведенческий аспект.

Выраженность в профиле ВП как ориентации на будущее, так и ориентации на гедонистическое настоящее для лиц, проживающих в экстремальных условиях жизнедеятельности, обладает одинаковым адаптационным и ресурсным потенциалом: оба профиля временной перспективы отличаются сравнительно высоким уровнем ориентации на негативное прошлое, что может повышать риски возникновения кризиса идентичности при столкновении человека со стрессогенными ситуациями.

Полученные результаты показывают, что для людей, проживающих в экстремальных условиях жизнедеятельности, наиболее ресурсным является профиль ВП, ориентированный на позитивное прошлое. Такой профиль соответствует представлениям о сбалансированной временной перспективе, которая

характеризуется высокой ориентацией на позитивное прошлое, а также умеренно-высокой ориентацией на будущее и гедонистическое настоящее при низкой ориентации на фаталистическое настоящее и негативное прошлое.

Склонность застревать в негативном прошлом и убеждение в предопределенности событий являются факторами риска, которые увеличивают вероятность возникновения кризиса идентичности.

Конфликт интересов: Автор заявил об отсутствии потенциальных конфликтов интересов в отношении исследования, авторства и / или публикации данной статьи.

Conflict of interests: The author declared no potential conflict of interests regarding the research, authorship, and / or publication of this article.

Финансирование: Исследование выполнено в рамках Межведомственной программы комплексных научных исследований Камчатского полуострова и сопредельных акваторий, реализуемой Камчатским государственным университетом имени Витуса Беринга.

Funding: The research was part of the Interdepartmental Program for Comprehensive Scientific Research of the Kamchatka Peninsula and Adjacent Waters, implemented by the Vitus Bering Kamchatka State University.

Литература / References

- Белинская Е. П. Соотношение социальных и персональных идентичностей: современное состояние проблемы. *Социальная психология и общество*. 2024. Т. 15. № 4. С. 5–11. [Belinskaya E. P. Correlation of social and personal identities: Current state of the problem. *Social Psychology and Society*, 2024, 15(4): 5–11. (In Russ.)] <https://doi.org/10.17759/sps.2024150401>
- Браун О. А., Серый А. В., Яницкий М. С., Аркузин М. Г., Аршинова Е. В. Я-концепция личности как система идентичностей: структурно-содержательные характеристики и динамика в процессе обучения в вузе. Кемерово: КемГУ, 2022. 96 с. [Broun O. A., Seryy A. V., Yanitskiy M. S., Arkuzin M. G., Arshinova E. V. *Self-concept of personality as a system of identities: Structural and content characteristics and dynamics in the process of university education*. Kemerovo: KemSU, 2022, 96. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/trocrq>
- Василюк Ф. Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. М.: МГУ, 1984. 200 с. [Vasiluk F. E. *The psychology of experiencing. An analysis how critical situation are dealt with*. Moscow: MSU, 1984, 200. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/tpdztn>
- Глуханюк Н. С., Сергеева Т. Б., Борисов Г. И., Панченко П. Б. Сопряженность временной перспективы, субъективного благополучия и личностной ресурсности в позднем возрасте. *Перспективы науки и образования*. 2024. № 2. С. 424–441. [Glukhanyuk N. S., Sergeeva T. B., Borisov G. I., Panchenko P. B. The relationship between time perspective, subjective well-being and personal resource capacity in late age. *Perspektivy Nauki i Obrazovaniya*, 2024, (2): 424–441. (In Russ.)] <https://doi.org/10.32744/pse.2024.2.26>
- Дмитриева Н. В., Козырева Т. С., Перевозкина Ю. М. Кризисная идентичность посттравматической личности. Новосибирск: НГПУ, 2014. 191 с. [Dmitrieva N. V., Kozyreva T. S., Perevozkina Yu. M. *The crisis identity of a post-traumatic personality*. Novosibirsk: NSPU, 2014, 191. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/tqzhst>
- Дмитриева Н. В., Перевозкин С. Б., Перевозкина Ю. М., Самойлик Н. А. Разработка и психометрический анализ методики «Опросник кризисной идентичности» (ОКИ). *Мир науки, культуры, образования*. 2011. № 4-1. С. 228–237. [Dmitrieva N. V., Perevozkina S. B., Perevozkin Yu. M., Samoylik N. A. Working out and the psychometric analysis of the technique "Questionnaire of Crisis Identity" (OCI). *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya*, 2011, (4-1): 228–237. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/pbeezp>
- Дмитриева Н. В., Перевозкин С. Б., Перевозкина Ю. М., Самойлик Н. А. Разработка методики «Опросник кризисной идентичности» (ОКИ). *Гуманитарные науки и образование в Сибири*. 2010. № 6. С. 69–78. [Dmitrieva N. V., Perevozkina S. B., Perevozkin Yu. M., Samoylik N. A. Developing an identity crisis questionnaire (OCI). *Gumanitarnyye nauki i obrazovaniye v Sibiri*, 2010, (6): 69–78. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/ymckxd>
- Зимбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь: исправь Прошлое, наслаждайся Настоящим и управляй Будущим. СПб.: Речь, 2010. 352 с. [Zimbardo P. G., Boyd J. N. *The time paradox: The new psychology of time that will change your life (a self-help guide to time)*. St. Petersburg: Rech, 2010, 352. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qxzlbn>

- Кривова Ю. Ю. Биографические кризисы и их преодоление в молодости. *Мир науки. Педагогика и психология*. 2024. Т. 12. № 2. [Krivova Yu. Yu. Biographical crises and their overcoming in youth. *World of Science. Pedagogy and Psychology*, 2024, 12(2). (In Russ.)] URL: <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN224.pdf> (accessed 20 Jan 2025). <https://elibrary.ru/ychenx>
- Кулик А. А. Специфика временной перспективы личности в условиях социальной экстремальности. *Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности*. 2024. № 14. С. 117–128. [Kulik A. A. Specificity of personality's time perspective in conditions of social extreme. *Lichnost v ekstremalnykh usloviyakh i krizisnykh situatsiyakh zhiznedeiatelnosti*, 2024, (14): 117–128. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/njkujv>
- Майер С. В., Серый А. В., Яницкий М. С. Смысловые и темпоральные характеристики кризиса профессиональной идентичности в среднем возрасте. *Психология человека в образовании*. 2023. Т. 5. № 4. С. 594–606. [Mayer S. V., Seryy A. V., Yanitskiy M. S. Semantic and temporal characteristics of the crisis of professional identity in middle age. *Psychology in Education*, 2023, 5(4): 594–606. (In Russ.)] <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2023-5-4-594-606>
- Манукян В. Р. Нормативные кризисы развития в период взрослости. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Психология. Социология. Педагогика*. 2010. № 1. С. 39–45. [Manukyan V. R. Normative crises in adult development. *Vestnik of Saint Petersburg University. Series 12. Psychology. Sociology. Pedagogy*, 2010, (1): 39–45. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/mvubhx>
- Мещерякова Е. М., Серый А. В., Яницкий М. С. Временная перспектива личности как ресурс преодоления кризиса идентичности на различных этапах жизнеосуществления. *Социальная психология и общество*. 2024. Т. 15. № 4. С. 75–93. [Meshcheryakova E. M., Seryy A. V., Yanitskiy M. S. Personality's time perspective as a resource for overcoming the identity crisis at different stages of life realization. *Social Psychology and Society*, 2024, 15(4): 75–93. (In Russ.)] <https://doi.org/10.17759/sps.2024150406>
- Нестик Т. А., Шаповалова О. С., Плужник С. А. Социальная идентичность и временная перспектива личности как предпосылки отношения к коллективному прошлому, настоящему и будущему. *Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология*. 2019. Т. 4. № 4. С. 102–126. [Nestik T. A., Shapovalova O. S., Pluzhnik S. A. Person's social identity and time perspective as predictors of attitudes toward common past, present, and future. *Institute of Psychology Russian Academy of Sciences. Social and Economic Psychology*, 2019, 4(4): 102–126. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/yliima>
- Неяскина Ю. Ю. Сценарий отложенной жизни как один из вариантов деформации временной перспективы личности. *Теория и практика современных гуманитарных и естественных наук: межрегион. науч.-практ. конф. (Петропавловск-Камчатский, 8–11 февраля 2011 г.)* Петропавловск-Камчатский: КамГУ им. Витуса Беринга, 2012. Вып. 1. Ч. 2. С. 184–191. [Neyaskina Yu. Yu. The scenario of deferred life as a distortion of personality temporal perspective. *Theory and practice of modern humanities and natural sciences: Ptoc. Interregional Sci.-Prac. Conf., Petropavlovsk-Kamchatsky, 8–11 Feb 2011*. Petropavlovsk-Kamchatsky: Vitus Bering KamSU, 2012, iss. 1, pt. 2, 184–191. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/wbssjl>
- Попова О. Н. Прогнозирование эффективности самоопределения личности по характеристикам сбалансированности временной перспективы. *Сибирский психологический журнал*. 2020. № 75. С. 195–208. [Popova O. N. Predictive efficiency of self-determination based on the balance types of the time perspective. *Sibirskiy Psikhologicheskii Zhurnal*, 2020, (75): 195–208. (In Russ.)] <https://doi.org/10.17223/17267080/75/11>
- Сарычева Ю. В., Курусь И. А., Пономаренко И. В., Хафизова К. В. Особенности временной перспективы студентов в зависимости от специфики проявлений кризиса идентичности. *Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология*. 2020. № 2. С. 49–54. [Sarycheva Yu. V., Kurus I. A., Ponomarenko I. V., Khafizova K. V. Features of time perspective of students depending on the specifics of manifestations of identity crisis. *Vektor nauki Toliattinskogo gosudarstvennogo universiteta. Seria: Pedagogika, psikhologiya*, 2020, (2): 49–54. (In Russ.)] <https://doi.org/10.18323/2221-5662-2020-2-49-54>
- Секацкая Е. О. Исследование взаимосвязи проактивных копинг-стратегий с эмоциональным состоянием, временной перспективой и личностными характеристиками. *Мир науки. Педагогика и психология*. 2024. Т. 12. № 1. [Sekatskaya E. O. Study of the relationship between proactive coping strategies and emotional state, time perspective and personality characteristics. *World of Science. Pedagogy and Psychology*, 2024, 12(1). (In Russ.)] <https://elibrary.ru/olyjvb>

- Сырцова А., Митина О. В., Бойд Д., Давыдова И. С., Зимбардо Ф., Непряхо Т. Л., Никитина Е. А., Семенова Н. С., Фьёлен Н., Ясная В. А. Феномен временной перспективы в разных культурах (по материалам исследований с помощью методики ZTPI). *Культурно-историческая психология*. 2007. № 4. С. 19–31. [Sircova A., Mitina O. V., Boyd J., Davydova I. S., Zimbardo P. G., Nepryaho T. L., Nikitina E. A., Semyonova N. S., Fieulaine N., Yasnaya V. A. The phenomenon of time perspective across different cultures: Review of researches using ZTPI scale. *Cultural-Historical Psychology*, 2007, (4): 19–31. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/jxuizt>
- Сырцова А., Соколова Е. Т., Митина О. В. Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо. *Психологический журнал*. 2008. Т. 29. № 3. С. 101–109. [Sircova A., Sokolova E. T., Mitina O. V. Adaptation of Zimbardo time perspective inventory. *Psikhologicheskii Zhurnal*, 2008, 29(3): 101–109. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/inmjij>
- Удодова А. Н. Временная перспектива в контексте личностного благополучия. *Вестник Владимирского государственного университета им. Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых. Серия: Педагогические и психологические науки*. 2024. № 1. С. 91–100. [Udodova A. N. The study of the time perspective in the context of personal well-being. *Vestnik Vladimirskogo gosudarstvennogo universiteta imeni Aleksandra Grigorevicha i Nikolaia Grigorevicha Stoletovykh. Seriya. Pedagogicheskie i psikhologicheskie nauki*, 2024, (1): 91–100. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/nmghmy>
- Фризен М. А., Неяскина Ю. Ю., Ширяева О. С., Кулик А. А., Водинчар Е. А. Взаимосвязь оценки безопасности места проживания и субъективного благополучия личности (на примере молодежи Камчатского края). *Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования*. 2024. Т. 13. № 3-1. С. 22–36. [Frizen M. A., Neyaskina Yu. Yu., Shiryayeva O. S., Kulik A. A., Vodinchar E. A. The relationship between the assessment of the security of the place of residence and the subjective well-being of the individual (on the example of the youth of the Kamchatka Territory). *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya*, 13(3-1): 22–36. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/mnodbi>
- Шнейдер Л. Б. Психология идентичности. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Юрайт, 2020. 328 с. [Shneider L. B. *Psychology of identity*. 2nd ed. Moscow: Iurait, 2020, 328. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/wevmsz>
- Boniwell I., Osin E., Sircova A. Introducing time perspective coaching: A new approach to improve time management and enhance well-being. *International Journal of Evidence Based Coaching & Mentoring*, 2014, 12(2): 24–40.
- Drake L., Duncan E., Sutherland F., Abernethy C., Henry C. Time perspective and correlates of well-being. *Time & Society*, 2008, 17(1): 47–61. <https://doi.org/10.1177/0961463X07086304>
- Mello Z. R., Barber S. J., Vasilenko S. A., Chandler J., Howell R. Thinking about the past, present, and future: Time perspective and self-esteem in adolescents, young adults, middle-aged adults, and older adults. *British Journal of Developmental Psychology*, 2022, 40(1): 92–111. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12393>
- Zimbardo P. G., Boyd J. N. Putting time in perspective: A valid, reliable individual differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1999, 77(6): 1271–1288. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>