

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра общей и консультативной психологии
наименование кафедры

**Субъективные представления старших школьников о своем
будущем в контексте современных вызовов и угроз**
наименование темы выпускной квалификационной работы

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТРА

студента (ки) 3 курса 374 группы

направления
(специальности) 37.04.01 «Психология»
код и наименование направления (специальности)

факультета психологии
наименование факультета, института, колледжа

Валуевой Юлии Вячеславовны
фамилия, имя, отчество

Научный руководитель
Зав. кафедрой, д.псих.н.,
доцент

должность, уч. степень, уч.
звание

подпись, дата

Е.В. Рягузова

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой, д.псих.н.,
доцент

должность, уч. степень, уч.
звание

подпись, дата

С.В. Фролова

инициалы, фамилия

Введение

Актуальность исследования. В наше время мир меняется со значительной скоростью: высокий тем развития технологий, глобализация и социальные изменения создают как новые возможности, но также и новые вызовы для человека. Современное поколение старших школьников сталкивается с уникальными трудностями, с которыми ранее юноши и девушки не встречались – неопределенность в будущем, нестабильность рынка труда, растущая конкуренция, непрерывность образования, социально-экономическая турбулентность. Для старшеклассников, которые находятся на пороге взрослой жизни, эти вызовы и угрозы могут создавать повышенный уровень тревожности и стресса относительно своего будущего, ведь они в таком юном возрасте должны принимать решения о построении долгосрочных планов, связанных с образованием и профессиональной карьерой.

Поскольку постановка целей на будущее для старших школьников затрудняется отсутствием четких ориентиров и высоким уровнем неопределенности, появляется необходимость в развитии способности предварительного планирования и активного реагирования на стрессовые ситуации или вызовы, прежде чем они возникнут или усилятся, что помогает формировать гибкость и адаптивность в реагировании на изменяющиеся обстоятельства, ставшие данностью для современного мира.

Таким образом, в настоящее время, когда мир меняется быстро, а современный человек на постоянной основе сталкивается с различными вызовами и угрозами, субъективные представления о будущем могут быть подвержены значительным изменениям. В связи с этим актуальным становится развитие проактивного копинга, то есть способности активного планирования и подготовки к возможным трудностям, а также развитие адаптивных стратегий преодоления проблем. Старшеклассникам

проактивный копинг может помочь разработать реалистичные и адаптивные стратегии достижения своих целей и преодоления возможных препятствий в контексте современных вызовов и угроз.

В отечественных и зарубежных исследованиях имеется ряд работ, посвященных исследованию временной перспективы личности и представлений о будущем (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анциферова, А.А. Кроник, Е.И. Головаха, Е.П. Белинская, Т.Н. Березина, Ф. Зимбардо, К. Левин, В.И. Ковалев, А.В. Михальский и др.); современных вызовов, угроз и глобальных рисков (Т.А. Нестик, А.Л. Журавлев, Д.А. Леонтьев и др.); представлений о будущем среди старшеклассников (С.Б. Абрамова, А.А. Бочавер, В.Н. Петрова, А.В. Михальский, Н.П. Шилова и др.); совладанию с вызовами при помощи проактивного копинга (К. Ботелло, Е.С. Старченкова, Е.П. Белинская, А.В. Вечерин, Е.Р. Агадуллина, Т.А. Нестик и др.).

Цель исследования: изучение субъективных представлений старших школьников о своем будущем в контексте современных вызовов и угроз.

Поставленная цель предполагает решение теоретических, эмпирических и практико-ориентированных задач.

Теоретические задачи:

1. Уточнить психологические особенности старших школьников.
2. Изучить проблему субъективных представлений о будущем, выделить основные подходы и функции данных представлений, проанализировать проблему современных вызовов и угроз, с которыми сталкивается человек и общество.
3. Выявить особенности субъективных представлений о будущем старших школьников в контексте современных вызовов и угроз.
4. Провести анализ понятия «проективный копинг», выяснить его возможности в совладании со стрессовыми вызовами.

Эмпирические задачи:

1. Проанализировать субъективные представления старших школьников о будущем, возможных вызовах, угрозах и стратегиях совладания с ними.
2. Измерить основные характеристики личности участников исследования.
3. Провести качественный анализ субъективных представлений о будущем в зависимости от степени выраженности основных личностных свойств старшеклассников, принимающих участие в исследовании.
4. Изучить особенности восприятия старшими школьниками собственного будущего, степень готовности преодолевать всевозможные трудности, способность планировать, вовлеченность в жизнь, настрой на реализацию планов.
5. Выявить отношение старших школьников к психологическим концептам прошлого, настоящего и будущего.
6. Провести сравнительный анализ субъективных представлений о будущем и данных, полученных с помощью методик «Открытость будущему» и «Временная перспектива».
7. Провести диагностику механизмов проактивных способов совладания со стрессовыми ситуациями.
8. Установить связь субъективных представлений старших школьников о будущем, детерминированных личностными особенностями и временной перспективой, открытостью будущему, со способностью справляться со стрессовыми вызовами при помощи проактивного копинга.

Практико-ориентированные задачи:

1. Сформулировать на основании результатов эмпирического исследования практические рекомендации по развитию эффективного совладающего поведения с будущими трудностями у старших школьников.

Объект исследования: личность подростка как субъект развития и становления.

Предмет исследования: субъективные представления старших школьников о своем будущем в контексте современных вызовов и угроз.

Гипотезой исследования является предположение о наличии связи субъективных представлений старших школьников о будущем, детерминированных личностными особенностями и временной перспективой, со способностью справляться со стрессовыми вызовами при помощи проактивного копинга.

Методы исследования: теоретические (теоретико-методологический анализ философской, педагогической, психологической литературы), эмпирические (опрос и тестирование), статистические (описательная статистика, контент-анализ, t-критерий Стьюдента, корреляционный анализ Спирмена).

Опрос проводился по специально разработанной анкете «Представления о будущем», которая включала в себя открытые и закрытые вопросы о субъективных представлениях старших школьников о будущем, вызовах и угрозах, которые они ожидают, а также о копинговых стратегиях совладания с ними.

Тестирование включало следующие методики:

1. Шкала открытости будущему (Openness to the Future Scale, OFS), адаптация А.С. Хегай и др.
2. Методика изучения временной перспективы, Ф. Зимбардо, адаптация Е.Т. Соколова, О.В. Митина и др.
3. Опросник проактивного копинга (Proactive Coping Inventory, PCI), Э. Грингласс, Р. Шварцер, адаптация Е.П. Белинской, А.В. Вечерина.
4. Пятифакторный опросник личности (5PFQ) в адаптации А.Б. Хромова.

Эмпирическая база. В проведенном исследовании приняли участие обучающиеся 10-11-х классов МАОУ «Лицей математики и информатики», а также участники Летней школы учащихся области «Созвездие». Всего

опрошено 93 человека в возрасте от 15 до 18 лет, среди которых 46 респондентов мужского пола и 47 – женского.

Теоретическая значимость. По результатам первой главы конкретизированы субъективные представления старших школьников о будущем в контексте современных вызовов и угроз, связанных с отсутствием четких жизненных ориентиров и высоким уровнем неопределенности современной эпохи. Установлено, что проактивный копинг является одним из эффективных способов совладания со стрессами, который направлен на антиципацию трудностей в будущем и включает в себя постановку значимых целей, оценку рисков, накопление ресурсов и просоциальное поведение, что способствует поддержанию жизнеспособности личности в современных реалиях.

Практическая значимость заключается в том, что материалы исследования могут быть использованы в диагностической и коррекционной работе практических педагогов-психологов, направленной на развитие психологических ресурсов проективного копинга. Полученные результаты расширяют представления о психологических особенностях восприятия будущего старшими школьниками и позволяют специалистам определить направление для технологий просвещения в области проактивного копинга, а также подобрать оптимальные методы коррекционно-развивающей работы со старшими школьниками, способствующие развитию стратегий совладания со стрессовыми вызовами при помощи антиципации будущих трудностей и накоплению необходимых личностных и других ресурсов.

Новизна работы заключается в комплексном подходе к изучению субъективных представлений старших школьников о будущем, включающем анализ их временной перспективы, открытостью будущему, личностных свойств и стратегий совладания с вызовами при помощи проактивного копинга. Определены взаимосвязи между личностными характеристиками (экстраверсией, самоконтролем) и способностью использовать проактивные

стратегии преодоления стрессовых ситуаций. Показано, что позитивная временная перспектива и открытость будущему связана с формированием конструктивных стратегий преодоления трудностей. Выявленные специфические взаимосвязи между временной перспективой и готовностью к проактивному копингу расширяют понимание связи системы отношений старшеклассников к временному континууму и стратегий совладания, сфокусированных на антиципации будущих трудностей, которые способствуют психологической устойчивости.

Основное содержание работы

Во введении к данной работе определена актуальность, объект, предмет, степень научной разработанности темы, теоретическая основа исследования, практическая значимость, а также гипотезы исследования.

Первая глава содержит теоретический анализ педагогических, психолого-педагогических, психологических источников по исследуемой проблеме. Уточнены психологические особенности старших школьников, сложности, с которыми сталкиваются на современном этапе лица подросткового и юношеского возраста. Изучен феномен субъективных представлений о будущем, выявлены особенности субъективных представлений о будущем старших школьников в контексте современных вызовов и угроз. Сделан вывод о том, что проактивный копинг выделяется авторами в качестве одного из эффективных способов совладания, направленного на трудности в будущем.

Во второй главе представлено описание организации и характеристики методов исследования, а также результаты исследования, их обобщение и выводы. Изучены субъективные представления старших школьников о будущем, возможных вызовах, угрозах и стратегиях совладания с ними. Проведен сравнительный анализ субъективных

представлений о будущем, в зависимости от степени выраженности основных личностных свойств старшеклассников, принимающих участие в исследовании. Исследована связь личностных особенностей, временной перспективы, открытости будущему и способностью справляться со стрессовыми вызовами при помощи проактивного копинга.

В результате сравнительного анализа установлено, что среди старших школьников, чьи субъективные представления о будущем связаны с переживанием заинтересованности, оптимизма показатели таких личностных свойств, как «экстраверсия-интроверсия» ($t_{\text{Стьюдента}}=2,2124$, при $p<0,05$) и «экспрессивность-практичность» ($t_{\text{Стьюдента}}=1,673$, при $p<0,05$) значимо выше, чем среди старшеклассников, чьи субъективные представления о будущем связаны с ощущением опасности и грусти. Выяснено, что среди старших школьников, чьи субъективные представления о будущем связаны с переживанием заинтересованности, оптимизма показатель временной перспективы «негативное прошлое» ($t_{\text{Стьюдента}}=2,2760$, при $p<0,01$) значимо ниже, чем среди, чьи субъективные представления о будущем связаны с ощущением опасности и грусти.

Результаты корреляционного анализа показывают, что ориентация на будущее, открытость к новым перспективам и личностные свойства, такие как экстраверсия, самоконтроль и привязанность, взаимосвязаны со способностью справляться со стрессом при помощи проактивного копинга, предполагающего поставку важных целей для личности, оценку возможных стрессоров, создание продуманного плана действий, предвосхищение трудностей и поиск сочувствия у других в сложных ситуациях, соответствует восприятие будущего как пространства для возможностей.

С другой стороны, фаталистическое восприятие настоящего и беспомощная позиция по отношению к жизненным обстоятельствам, импульсивность и низкий уровень волевой саморегуляции, препятствуют

использованию проактивных стратегий.

Кроме того, корреляционный анализ позволяет сделать вывод о том, что личностные свойства, такие как экстраверсия, самоконтроль и экспрессивность, имеют важное значение в выборе и успешной реализации проактивных копинговых стратегий в совладании со стрессовыми ситуациями.

Выводы

1. Гипотеза исследования о наличии связи субъективных представлений старших школьников о будущем, детерминированных личностными особенностями и временной перспективой, со способностью справляться со стрессовыми вызовами при помощи проактивного копинга, подтверждается полностью по итогам эмпирического исследования.
2. Проанализированы субъективные представления старших школьников о будущем, возможных вызовах, угрозах и стратегиях совладания с ними, и сделаны следующие выводы:
 - старшие школьники в большей степени воспринимают будущее как пространство возможностей и саморазвития;
 - размышления о будущем вызывают у старших школьников широкий спектр эмоций;
 - мечты старших школьников отражают баланс между стремлением к профессиональному успеху, саморазвитию, созданию семьи, комфорту и материальному благополучию;
 - старшие школьники выделяют целеустремленность, упорство, организованность и социальные навыки как ключевые качества для достижения желаемого;
 - старшие школьники демонстрируют преимущественно позитивный и амбициозный настрой на будущее, при этом часть из них признает наличие потенциальных проблем и нестабильности;

- будущее воспринимается респондентами как сложный и многогранный процесс;
 - наиболее важными качествами в преодолении вызовов и проблем в будущем, респонденты считают целеустремленность, настойчивость, стрессоустойчивость, смелость и адаптивность;
 - наибольшую тревогу относительно будущего у старших школьников вызывают: профессиональная и личностная самореализация, отношения с другими людьми и материальная стабильность;
 - старшие школьники стремятся к балансу распределения времени в будущем между личностным развитием, близкими отношениями и отдыхом.
3. Старшие школьники, чьи субъективные представления о будущем связаны с ощущением опасности и грусти, обладают сниженным фоном настроения, озабочены своими переживаниями, в принятии решения и планировании будущего проявляют вдумчивость, предпочитают стабильность, постоянство в жизни и не любят перемены.
 4. Старшие школьники, чьи субъективные представления о будущем связаны с ощущением опасности и грусти, склонны давать более негативную оценку своему прошлому и смотреть на него с пессимизмом, в отличие от их сверстников, чьи субъективные представления о будущем характеризуются оптимистичностью и заинтересованностью.
 5. Ориентация на будущее, открытость к новым перспективам и личностные свойства, такие как экстраверсия, самоконтроль и привязанность, взаимосвязаны со способностью справляться со стрессом при помощи стратегий проактивного копинга.
 6. Фаталистическое восприятие настоящего и беспомощная позиция по отношению к жизненным обстоятельствам, импульсивность и низкий уровень волевой саморегуляции, препятствуют использованию проактивных стратегий.

7. Личностные свойства, такие как экстраверсия, самоконтроль и экспрессивность, имеют важное значение в выборе и успешной реализации проактивных копинговых стратегий в совладании со стрессовыми ситуациями.

Заключение обобщает основные итоги исследования, формулируются выводы о том, что гипотеза о наличии связи субъективных представлений старших школьников о будущем, детерминированных личностными особенностями и временной перспективой, со способностью справляться со стрессовыми вызовами при помощи проактивного копинга, подтверждается полностью.

Опыт апробации результатов исследования. Материалы диссертации были заслушаны на заседании кафедры общей и консультативной психологии Саратовского государственного университета.