

УДК 159.9

ПРОГНОЗИРОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ ПО ХАРАКТЕРИСТИКАМ СБАЛАНСИРОВАННОСТИ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ

О.Н. Попова^а

^а Сибирский университет потребительской кооперации (СибУПК), 630087, Россия, Новосибирск, пр. Карла Маркса, д. 26

Изложены результаты исследования прогностического потенциала временной перспективы личности. Гипотеза о том, что эффективность самоопределения связана с мотивационным репертуаром, и именно со сбалансированностью временной перспективы личности, проверена на многочисленных случаях предпринимателей с длинными личными историями. Схематизирован алгоритм прогноза эффективности самоопределения на основе данных об индивидуальных мотивационных репертуарах.

Ключевые слова: временная перспектива личности; сбалансированность; регуляторно-личностные характеристики; схема прогнозирования; мотивационные объекты; мотивационная структура; мотивационные направления; самоопределение.

Введение

В современной общей психологии проблема самоопределения, самоактуализации, идентичности служит важной объяснительной категорией и главным предметом изучения. В соответствии с актуальной научной тенденцией феномены самоопределения, самоидентификации рассматриваются через процессы самодетерминации, отражением которых является временная перспектива личности. Прогнозирование данных процессов становится возможным через выделение дополнительных характеристик временной перспективы и наполнение их новыми смыслами. Временная перспектива личности может быть разложена на различные составляющие, среди которых определяются сбалансированность и иерархичность структуры мотивационных репертуаров.

В настоящей статье представлены результаты исследований сбалансированности временной перспективы, связанной с эффективностью самоопределения человека в собственной жизнедеятельности. Актуальность исследования диктуется интересом к механизмам самоопределения и необходимостью пересмотра представлений об эффективности личностных стратегий в современных условиях [1].

В существующих подходах к изучению временной перспективы акцентируются:

– аффективное отношение к периодам времени жизни, связанное с эмоциональной ориентированностью на события прошлого, настоящего и будущего (Ф. Зимбардо, Дж. Бойд, М.Р. Хачатурова, А.К. Болотова и др.) [2, 3];

– субъективность переживания времени жизни и его организации (К.А. Абульханова-Славская, Т.Н. Березина, Л.П. Караваева, А.Н. Афанасьева и др.);

– мотивационные установки, отражающие способность достижения цели (Ж. Нюттен, В. Ленс, Т. Гисме, З. Залески) [4, 5];

– структура межсобытийных связей (Е.И. Головаха и А.А. Кроник).

Проблема временной перспективы личности определяется ее основными характеристиками, такими как протяженность, согласованность, плотность, структурированность, эффективность. Развитие временной перспективы и ее изменение происходят параллельно развитию личности и обусловлены внутренними и внешними условиями, такими как культурно-исторический период, социально-экономическое состояние страны и т.д. [2]. Общие закономерности построения временной перспективы прослеживаются у большинства народов, что находит подтверждение в межкультуральных исследованиях [7, 8]. Но в то же время временная перспектива может быть рассмотрена как статичная характеристика, имеющая достаточно устойчивые параметры. Так, Ф. Зимбардо считал, что временная перспектива личности представляет собой стабильную личностную характеристику, отражающую индивидуальные различия, и одновременно временная перспектива является процессом, на который влияют внешние социальные и биологические факторы [2, 3]. При этом, по мнению ученого, основой служат ценностные ориентации личности, закладываемые в раннем возрасте, имеющие иерархичную структуру и устойчивые формы у зрелой личности.

С середины XX в. произошел сдвиг внимания в мотивационных теориях от статических в сторону динамических. Д.А. Леонтьев назвал этот этап ситуационно-динамическим. Г. Олпорт разработал концепцию функциональной автономии мотивов, необихевиористы изучали механизмы мотивации конкретной деятельности и изменение мотивационных тенденций [9–13]. Исследованием временной перспективы в связи с самооэффективностью и волевой регуляцией занимались Ж. Нюттен, Х. Хекхаузен [5, 14, 15]. Эти изменения в научном мире привели к тому, что исследователи стали рассматривать временную перспективу личности как мотивационную структуру, отражающую поведение человека в настоящем.

Ж. Нюттен считал, что совокупность осуществленных целей-мотивов формирует прошлое, а будущее предстает как совокупность потенциальных ожидаемых результатов усилий, предпринимаемых в настоящем [4, 5]. Таким образом, временная перспектива становится мотивационной направляющей деятельности [4]. Наиболее часто исследовались параметры, опосредующие поведение в настоящем и аффективное восприятие человеком своих периодов жизни [18].

Л.К. Франк основными параметрами временной перспективы считал уровни реальности временных периодов. К. Левин полагал, что поведение зависит не столько от временных перспектив прошлого или будущего, сколько от психологического поля в целом, включающего различные его синхронные части. Для В. Ленса важными параметрами во временной перспективе стали когнитивный и аффективный аспекты. Когнитивный аспект связан с планированием деятельности активности и предвидением событий в будущем, аффективный аспект отражает эмоциональное восприятие будущего и установку на ожидаемые события [18–21].

М. Уоллас предположил, что временная перспектива включает такой параметр, как согласованность. Р. Кастенбаум, рассматривая временную перспективу, делал акцент на плотности размещения объектов-целей в темпоральных зонах и направленности данных целей [22].

В концепции временной перспективы Ж. Нюттена существуют перспективы будущего и прошлого, включенные в различные сферы жизнедеятельности человека. Для обозначения совокупности всех перспектив Ж. Нюттен ввел понятие «тотальная временная перспектива» и определения, разделяющие временную перспективу на два вида – действенную и когнитивную. Действенная содержит мотивы-объекты, влияющие на поведение в настоящем [4].

Рассматривая временную перспективу с позиции детерминированности ситуациями и одновременно как достаточно стабильный процесс (личностную черту), Ф. Зимбардо определял в отношении человека ко времени своей жизни следующие характеристики: негативное или позитивное отношение к прошлому, гедонистическое или фаталистическое настоящее и отношение к будущему как ко времени, содержащему цели и планы, на реализацию которых направлено поведение [2, 3, 22–24].

Разработанные на сегодняшний день методики измерения временной перспективы личности позволяют изучать индивидуальные представления личности о своей жизни. Однако нормативы качественных параметров мотивационной структуры временной перспективы личности, соответствующие благополучному и эффективному самоопределению, не конкретизированы.

Ф. Зимбардо и Дж. Бойд допустили существование определенного баланса во временной перспективе и предположили, что существует гармоничная (сбалансированная) временная перспектива, имеющая оптимальную конфигурацию аффективного отношения человека к трем периодам своей жизни: настоящему, прошлому и будущему [25]. Однако они не рассматривают саму структуру мотивационных репертуаров временной перспективы, тем самым оставив без внимания возможность сбалансированности других ее характеристик [18].

В данном исследовании была решена задача по схематизации алгоритма прогнозирования эффективности самоопределения через сбалансированность временной перспективы, выраженную мотивационными репертуарами.

Материалы и методы исследования

В исследовании были использованы методики сбора данных о регуляторно-личностных характеристиках человека: метод мотивационных индукторов (ММИ) Ж. Нюттена в адаптации Д.А. Леонтьева, «Жизнестойкости» в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой, опросник временной перспективы Зимбардо в адаптации А. Сырцовой, тест «Смысложизненные ориентации» в разработке Д.А. Леонтьева, «Новый опросник толерантности к неопределенности», разработанный Т.В. Корниловой, методика В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения» для изучения личностных процессов регулирования поведения.

Обработка и анализ полученных данных проводились с помощью статистической программы SPSS 24 (U-критерий Манна–Уитни).

Респондентами для исследования являлись взрослые жители Новосибирской области. Изучались случаи людей, занимавшихся предпринимательством. Мы предположили, что для людей, занимающихся предпринимательством, изменчивость временной перспективы, обусловленная личной активностью, более характерна, чем для людей, живущих иным образом. Согласно статистическим данным, предоставленным администрацией Новосибирской области, на конец 2016 г. в реестр субъектов малого и среднего бизнеса входило 130 тыс. предприятий, из них не более 40% реально действующих (по данным Российского Делового Клуба Предпринимателей). Можно предположить, что экономическая неустойчивость предпринимательской деятельности связана, кроме всего прочего, с психологическими причинами, в частности с неспособностью длительное время осуществлять сложную деятельность, требующую творческого подхода, стрессоустойчивости и эффективной саморегуляции.

В исследовании участвовали взрослые люди, имеющие длительный период трудовой деятельности в сфере предпринимательства (не менее 15 лет). Всего были опрошены 53 человека, в том числе 17 женщин и 36 мужчин.

При первичной обработке респонденты были разделены на три категории по социальному признаку: «самоопределившиеся», «сменившие деятельность» и «неопределившиеся». Подгруппы респондентов, участвовавших в исследовании, были представлены следующим образом: группа № 1 (15 человек) – «Самоопределившиеся», имеющие успешный бизнес, приносящий доход; группа № 2 (18 человек) – «Сменившие деятельность», закрывшие свои предприятия и перешедшие на работу по найму в другие организации или не работающие на момент исследований; группа № 3 (11 человек) – «Неопределившиеся», предпринимавшие ряд попыток организовать собственный бизнес и на момент исследований продолжающие этим заниматься; 9 человек не вошли ни в одну из групп, так как возникли трудности с определением результативности их предпринимательской деятельности. По возрастным параметрам и половому соотношению группы имеют достаточно равные составы. Средний возраст респондентов по

группам составляет 48–50 лет, процентное соотношение женщин и мужчин в группах находится в пределах 29–36% женщин и 64–71% мужчин.

Сведения о предпринимателях собирались различными способами, в том числе с помощью анкеты, сведений из налоговых органов и устной беседы с респондентами. Дополнительно использовалось письменное неструктурированное интервью, в котором в хронологическом порядке описывались история предпринимательской деятельности и результаты, получаемые от этой деятельности на протяжении более 15 лет.

Результаты исследования

Первичные данные собирались с помощью опросников и объединялись в общую базу для дальнейшей обработки методами статистического анализа. Анализ полученных данных, проведенный с помощью статистического U-критерия Манна–Уитни, используемого для оценки различий между двумя независимыми выборками, выявил значимые различия между группами по количественному наполнению временной перспективы мотивационными объектами.

При сравнении групп «Самоопределившихся» и «Неопределившихся» определяется U-критерий со статистической значимостью $p = 0,002$ (при среднем ранге показателя количественного наполнения мотивационными объектами временной перспективы у «Самоопределившихся», равном 9,53, у «Неопределившихся» – 18,91). Это говорит о том, что различие между группами составляет более 95%. Показатель количественной наполняемости мотивационными объектами временной перспективы у «Неопределившихся» значительно выше, чем у «Самоопределившихся».

При сравнении групп «Самоопределившихся» и «Сменивших деятельность» определяется U-критерий со статистической значимостью $p = 0,000$ (при среднем ранге показателя количественного наполнения мотивационными объектами временной перспективы у «Самоопределившихся», равном 24,00, у «Сменивших деятельность» – 11,17). Различие между группами составляет более 99%. Показатель количественной наполняемости мотивационными объектами временной перспективы у «Самоопределившихся» значительно выше, чем у «Сменивших деятельность».

При сравнении групп «Сменивших деятельность» и «Неопределившихся» определяется U-критерий со статистической значимостью $p = 0,000$ (при среднем ранге показателя количественного наполнения мотивационными объектами временной перспективы у «Сменивших деятельность», равном 9,69, у «Неопределившихся» – 23,68). Различие между группами составляет более 99%. Показатель количественной наполняемости мотивационными объектами временной перспективы у «Неопределившихся» значительно выше, чем у «Сменивших деятельность».

Полученные результаты статистического анализа позволили принять за оптимальное количество мотивационных объектов во временной перспективе показатели группы «Самоопределившихся». Далее были введены

обозначения трех типов сбалансированности временной перспективы: «оптимальный» тип временной перспективы при котором во временной перспективе размещено от 24 до 36 мотивационных объектов; «обедненный» – менее 24 мотивационных объектов; «квазинасыщенный» – более 36 мотивационных объектов во временной перспективе.

Сравнение мотивационных репертуаров трех экспериментальных групп с различным типом сбалансированности временной перспективы выявило различия. Также была исследована взаимозависимость типа сбалансированности временной перспективы с личностными характеристиками, помогающими человеку справляться с трудными жизненными ситуациями. Были изучены различные регуляторно-личностные характеристики, такие как факторы эмоционального восприятия временных периодов, компоненты жизнестойкости, толерантность к неопределенности, уровень саморегуляции поведения.

Исследование подтвердило существование нижнего и верхнего порогов количественной наполняемости целями (мотивами) временной перспективы личности, за которыми жизнедеятельность человека оказывается в трансспективном рассмотрении непродуктивной, что позволило установить типичные мотивационные репертуары, коррелирующие с успешностью самоопределения. Были определены три типа сбалансированности временной перспективы: «оптимальный» – для оптимально сбалансированной временной перспективы; «обедненный» – низкое количество мотивационных объектов во временной перспективе; «квазинасыщенный» – больше оптимального количества мотивационных объектов. Анализ связи регуляторно-личностных характеристик с определенным типом сбалансированности временной перспективы дал возможность составить прогностические схемы для определения у человека способности к самоопределению и успешной жизнедеятельности.

Тип **обедненной временной перспективы личности**, отражающий неуспешность деятельности, можно определить по следующим параметрам:

- количество мотивационных объектов, представленных во временной перспективе, – до 24;
- наиболее приоритетны мотивационные направления, связанные с аспектами личности и отношениями с другими;
- преобладание негативных эмоций относительно прошлого, надежды на будущее, ограниченное количество желаний и интересов в текущем настоящем;
- средняя выраженность показателя жизнестойкости, особенно в вопросах веры в собственные способности влиять на события;
- средние способности справляться с тревогой в ситуациях неопределенности, в том числе и с неопределенностью в межличностных отношениях;
- более низкий уровень общей осмысленности жизни и наполненности ее ценностно-смысловыми ориентирами;
- достаточно хорошая сформированность регуляторных процессов моделирования и оценки результатов деятельности, средний уровень общего

процесса саморегуляции при низкой выраженности процесса программирования.

Обедненная временная перспектива имеет значительно меньшее количество мотивационных объектов, чем у квазинасыщенного и оптимального типов, по всем жизненно важным направлениям, за исключением вопросов, связанных с верой в Бога. Общая малочисленность целей говорит о том, что люди данной категории ограничены в своих желаниях и стремлениях.

Другая по форме поведения ситуация – с большим количеством мотивационных объектов сверх оптимального уровня (квазинасыщенный тип сбалансированности) – также однозначно коррелирует с неуспешностью, но при этом человек стремится сохранить репутацию успешного предпринимателя, безрезультативно продолжая пытаться самореализоваться в выбранном направлении. Люди, имеющие квазинасыщенный тип сбалансированности временной перспективы, раз за разом генерируют идеи по организации собственного бизнеса, пытаются воплотить их в жизнь, иногда на непродолжительное время получают положительный результат, но в последующем становятся банкротами.

Для типа **квазинасыщенной временной перспективы личности** свойственны следующие параметры:

- количество мотивационных объектов во временной перспективе – более 36;

- приоритетны мотивационные направления, связанные с отношениями с другими и с деятельностью;

- преобладание негативных эмоций относительно прошлого, выраженный оптимизм по отношению к перспективному будущему и большое количество желаний и интересов в текущем настоящем;

- средний уровень жизнестойкости по всем показателям, особенно в вопросах веры в собственные способности влиять на события;

- средние способности справляться с тревогой в ситуациях неопределенности и низкий уровень способности справляться с неопределенностью в межличностных отношениях;

- средний уровень общей осмысленности жизни и наполненности ее ценностно-смысловыми ориентирами;

- развитость регуляторных процессов программирования и планирования, средние регуляторные способности по моделированию и оцениванию результатов при менее развитом процессе моделирования, что соответствует среднему уровню общей системы саморегуляции.

Отличительной особенностью жизненного пути людей с квазинасыщенной временной перспективой является стремление реализовать в деятельности, связанной с творческим подходом, повышенной ответственностью и автономией, каковой является предпринимательская деятельность. Однако они не могут добиться положительных результатов в данном направлении и не находят в себе возможности признать это, чтобы направить свои усилия в другую сферу.

Тип **оптимальной временной перспективы личности**, отражающий успешную деятельность, имеет следующие параметры:

- количество мотивационных объектов во временной перспективе от 24 до 35;
- наиболее приоритетны мотивационные направления, связанные с аспектами личности и отношениями с другими;
- достаточно позитивное эмоциональное отношение к своему прошлому, оптимистичное отношение к будущему и присутствие интересов в настоящем;
- значительный уровень жизнестойкости по всем показателям, в том числе вовлеченности в жизненные процессы и способности получать удовольствие от собственной деятельности;
- средние способности справляться с тревогой в ситуациях неопределенности, в том числе и с неопределенностью в межличностных отношениях;
- высокий уровень общей осмысленности жизни и наполненности ее ценностно-смысловыми ориентирами;
- хорошо развиты процессы моделирования внешних и внутренних условий, оценки полученных результатов и слабая развитость регуляторных процессов выстраивания планов (программирования). Общая выраженность способности к саморегуляции средняя.

Люди со сбалансированной временной перспективой представляют личность, способную организовать свою жизнедеятельность достаточно успешно, чтобы не беспокоиться о текущих повседневных нуждах в перспективе. Поэтому их планы выходят за рамки текущего дня и распространяются на дальнейший период. Профессиональная рабочая деятельность находится в текущем режиме без значительных психических затрат на планирование и сосредоточенности на достижении результата.

При оптимальном типе временной перспективы у человека сильнее проявляются беспокойство о своих близких и желание содействовать им в улучшении жизненной ситуации. Возможно, это связано с тем, что, успешно реализовавшись в своей жизни, такие люди прикладывают усилия для помощи в этом направлении другим, и в первую очередь своим детям. Рабочая деятельность у данной категории людей является, скорее, сопровождающим направлением, необходимым, но не приоритетным.

На основании полученных результатов и проведенного тщательного анализа отличительных особенностей людей с различной сбалансированностью временной перспективы был разработан алгоритм диагностирования и прогнозирования способности человека к успешной деятельности. Данный алгоритм позволяет с высокой степенью достоверности определить текущее состояние самореализованности и успешности человека и прогнозировать его дальнейшую траекторию жизненного самоопределения. Основным критерием диагностирования является тип сбалансированности временной перспективы в сочетании с выраженностью регуляторно-когнитивных характеристик.



Рис. 1. Схема-алгоритм прогнозирования способности к успешному самоопределению

Для практического применения, с целью прогнозирования успешной деятельности, может быть использован следующий алгоритм:

1. Определение типа сбалансированности в зависимости от количества мотивационных объектов.

2. При определении оптимального типа сбалансированности временной перспективы требуется дополнительная проверка регуляторных и личностных характеристик, так как наличие оптимального типа сбалансированности является необходимым, но недостаточным показателем успешности:

– определение уровня жизнестойкости и ведущих регуляторно-поведенческих процессов;

– определение уровня осмысленности жизни.

В случае выявления на первом этапе несбалансированного типа сбалансированности временной перспективы дополнительного исследования регуляторных и личностных характеристик не требуется.

Схема-алгоритм прогнозирования способности к успешному самоопределению и жизнедеятельности показана на рис. 1.

Заключение

Подводя итог, можно говорить о том, что сбалансированность временной перспективы личности позволяет прогнозировать способность человека к эффективному самоопределению. Существуют определенные мотивационные репертуары временной перспективы, взаимосвязанные с результатами активной деятельности. Выявлены три таких репертуара, два из которых связаны с неуспешным самоопределением, самореализацией, самоопределением и один – предполагающий способность к эффективному самоопределению. Тип сбалансированности временной перспективы, позволяющий прогнозировать наличие способности к успешному самоопределению, определен как оптимальный. Наличие оптимально сбалансированной временной перспективы не гарантирует успешности деятельности, но является необходимым условием, при котором возможно формирование эффективных способов самореализации и достижения успешности. Квазинасыщенный и обедненный типы временной перспективы однозначно коррелируют с неуспешностью самореализации человека и неспособностью к эффективному самоопределению.

Каждый тип сбалансированности временной перспективы имеет свои характерные особенности в содержательном и структурном аспектах, которые проявляются в виде определенных предпочтений мотивационных направленностей и способностей личности справляться с ситуациями неопределенности, использовать эффективные стили саморегуляции и осмысленно осуществлять жизнедеятельность.

В заключение можно сказать о том, что без рассмотрения сбалансированности временной перспективы на сегодняшний день невозможно в полном объеме объяснить феномены эффективного самоопределения, свойств самоидентичности человека. Открываются перспективы для дальнейшего

исследования выявленного нами феномена сбалансированности временной перспективы личности, включенного в сложную систему характеристик различных стилей деятельности человека.

Литература

1. Попова О.Н. Проблема сбалансированности временной перспективы личности // Сибирский психологический журнал. 2017. № 66. С. 85–99. DOI: 10.17223/17267080/66/2.
2. Зимбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. СПб. : Речь, 2010. 352 с.
3. Zimbardo P.G., Boyd, J. The time paradox. The new psychology of time that will change your life. London ; Toronto ; Sydney : Free Press, 2008. 378 p.
4. Нюттен Ж. Мотивация, действия и перспектива будущего. М. : Смысл, 2004. 608 с.
5. Nuttin J. Motivation, planning, and action: a relational theory of behavior dynamics. Leuven : Leuven University Press ; Lawrence Erlbaum Associates, 1984. 251 p.
6. Лукьянов О.В. Экзистенциальный анализ и природа времени. Транстемпоральный характер экзистенциального опыта // Вестник Томского государственного университета. 2007. № 299. С. 164–170.
7. Dorien T.A., Kooij M. Future Time Perspective: a Systematic Review and Meta-Analysis // Journal of Applied Psychology. 2018. № 103 (8) P. 867–893.
8. Webster J.D., Bohlmeijer E.T., Westerhof G.J. Time to flourish: the relationship of temporal perspective to well-being and wisdom across adulthood // Aging Ment. Health. 2014. № 18. P. 1046–1056.
9. Леонтьев Д.А. Современная психология мотивации / под ред. Д.А. Леонтьева. М. : Смысл, 2002. 343 с.
10. Леонтьев Д.А. Теория личности А.Н. Леонтьева. URL: <http://refdb.ru/look/2771770.html> (дата обращения: 11.06.2015).
11. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М. : Смысл, 2003. 487 с.
12. Олпорт Г. Становление личности : избранные труды. М. : Смысл, 2002. 462 с.
13. Осин Е.Н., Орел Е.А. Возрастная динамика временной перспективы (на материале российских женщин) // Перспективные направления психологической науки : сб. науч. ст. М. : НИУ Высш. школа экономики, 2012. Вып. 2. С. 85–103.
14. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения. СПб. : Речь, 2001. 240 с.
15. Henry H. Future time perspective in the work context: a systematic review of quantitative. 2017. 413 p. // Frontiers in Psychology. URL: <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg> (accessed: 05.05.2018).
16. Deci E.A., Ryan R., Dienstbier Ed.R. A motivational approach to self: Integration in personality // Perspectives on motivation. Lincoln : University of Nebraska Press, 1991. Vol. 38. P. 237–288.
17. Sobol-Kwapinska M., Jankowski T. Positive time: balanced time perspective and positive orientation // J. Happiness Stud. 2016. № 17. P. 1511–1528.
18. Попова О.Н. Проблематизация определения характеристик сбалансированности временной перспективы личности // Сибирский психологический журнал. 2018. № 69. С. 85–99. DOI: 10.17223/17267080/69/5.
19. Мандрикова Е.Ю. Психологическое сопровождение профильного обучения: выбор жизненных целей // Психология образования: проблемы и перспективы : материалы междунар. науч.-практ. конф. М. : Смысл, 2004. С. 254–255.
20. Мандрикова Е.Ю. Расширение временной перспективы в ситуации личностного выбора // Материалы сообщений 2-й конф. по экзистенциальной психологии / под ред. Д.А. Леонтьева. М. : Смысл, 2004. С. 107–109.

21. Медовикова Е.А. Параметры временной перспективы во взаимосвязи с личностными особенностями студентов на различных этапах обучения // Мир науки, культуры, образования. 2015. № 1 (50). С. 185–188.
22. Проконич О.А. Взаимосвязь характеристик временной перспективы личности студентов вуза со смысловыми аспектами отношения к процессу обучения // Вестник Кемеровского государственного университета. 2014. Т. 3, № 4 (60). С. 117–122.
23. Sword R.M., Sword K.M., Brunskill S.R. Time perspective therapy: transforming zimbar-do's temporal theory into clinical practice // Time Perspective Theory : Review, Research and Application / eds. M. Stolarski, N. Fieulaine, W. van Beek. London : Springer International Publishing, 2015. P. 481–498.
24. Zimbardo P.G., Boyd J. The Time Paradox: The New Psychology of Time That Will Change Your Life. 2016. URL: <http://www.thetimeparadox.com/> (accessed: 01.11.2017).
25. Mooney A., Earl J.K., Mooney C.H., Bateman H. Using Balanced Time Perspective to Explain Well-Being and Planning in Retirement. 2017. 7p. // Frontiers in Psychology. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2017.01781/full> (accessed: 30.01.2019).

*Поступила в редакцию 23.09.2019 г.; повторно 09.02.2020 г.;
принята 13.02.2020 г.*

Попова Оксана Николаевна – старший преподаватель Сибирского университета потребительской кооперации.
E-mail: ankor-akc@yandex.ru

For citation: Popova, O.N. Predictive Efficiency of Self-Determination Based on the Balance Types of the Time Perspective. *Sibirskiy Psikhologicheskii Zhurnal – Siberian journal of psychology*. 2020; 75: 195–208. doi: 10.17223/17267080/75/11. In Russian. English Summary

Predictive Efficiency of Self-Determination Based on the Balance Types of the Time Perspective

O.N. Popova^a

^a *Siberian University of Consumer Cooperation (SibUCC), 26, Karl Marx Ave., Novosibirsk, 630087, Russian Federation*

Abstract

The article summarizes the research results of personality time perspective conducted on a group of entrepreneurs with different evaluations of their own vital activities. The interdependence of time perspective repertoires with a person's ability to self-determination in life was examined. The paper specifies such characteristics of the time perspective as balance and motivational structure. We have defined three balance types of the personality time perspective as well as the regulatory and personal characteristics correlating with them. A scheme for predicting self-determination efficiency, based on the obtained data, is presented. It allows predicting existing trends for successful life.

As a methodological tool, we used questionnaires to determine the regulatory and personal characteristics (V. I. Morosanova, D.A. Leontieva, E.I. Rasskazova), F. Zimbardo's technique to define the affective and cognitive characteristics of an individual time perspective component and J. Nuttin's projective method to specify the time perspective motivational structure.

As a result, we obtained the analysis of three balance types of the time perspective. These types are optimal, impoverished and quasi-saturated. The fundamentals for identifying the balance type of the time perspective were such criteria as quantitative content of temporal zones with motivational objects and structure of motivational preferences. Initially, the opti-

mal balance type of the time perspective correlating with successful activities of the subjects was determined. Afterwards, two unbalanced types of the time perspective with their own peculiarities were identified. An algorithm for predicting the efficiency of life self-determination based on the balance types of the perspective of personality combined with regulatory and personal characteristics was developed. This algorithm provides a high possibility to predict the presence of potential abilities of a person to carry out effectively a complex activity as well as the potential to efficient self-determination.

This research opens up additional directions for studying the perspective of personality, typology of the process of human life and process of self-determination. The opportunities of using J. Nuttin's method of studying the time perspective are increasing and can be successfully applied in the practice of psychologists in various professional spheres.

Keywords: personality time perspective; balance; regulatory and personal characteristics; predictive scheme; motivational objects; motivational structure; motivational directions; self-determination.

References

1. Popova, O.N. (2017) The problem of a person's time perspective balance. *Sibirskiy psikhologicheskij zhurnal – Siberian Journal of Psychology*. 66. pp. 85–99. (In Russian). DOI: 10.17223/17267080/66/2
2. Zimbardo, F. & Boyd, J. (2010) *Paradoks vremeni. Novaya psikhologiya vremeni, kotoraya uluchshit vashu zhizn'* [The time paradox. The new psychology of time that will change your life]. Translated from English by O.Yu. Gatanova. St. Petersburg: Rech'.
3. Zimbardo, R.G. & Boyd, J. (2008) *The time paradox. The new psychology of time that will change your life*. London; Toronto; Sydney: Free Press.
4. Nuttin, J. (2004) *Motivatsiya, deystviya i perspektiva budushchego* [Motivation, action and future perspective]. Translated from French by E.Yu. Pyataeva, N.N. Tolstykh, V.I. Shchevyakhova. Moscow: Smysl.
5. Nuttin, J. (1984) *Motivation, planning, and action: a relational theory of behavior dynamics*. Leuven: Leuven University Press; Lawrence Erlbaum Associates.
6. Lukyanov, O.V. (2007) Ekzistentsial'nyy analiz i priroda vremeni. Transtemporal'nyy kharakter ekzistentsial'nogo opyta [Existential analysis and the nature of time. The transtemporal nature of existential experience]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*. 299. pp. 164–170
7. Dorien, T.A. & Kooij, M. (2018) Future Time Perspective: a Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Applied Psychology*. 103(8) pp. 867–893. DOI: 10.1037/apl0000306
8. Webster, J.D., Bohlmeijer, E.T. & Westerhof, G.J. (2014) Time to flourish: the relationship of temporal perspective to well-being and wisdom across adulthood. *Aging Ment. Health*. 18. pp. 1046–1056. DOI: 10.1080/13607863.2014.908458
9. Leontiev, D.A. (2002) *Sovremennaya psikhologiya motivatsii* [Modern Psychology of Motivation]. Moscow: Smysl.
10. Leontiev, D.A. *Teoriya lichnosti A.N. Leont'eva* [A.N. Leontiev's Theory of Personality]. [Online] Available from: <http://refdb.ru/look/2771770.html>
11. Leontiev, D.A. (2003) *Psikhologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoy real'nosti* [Psychology of Meaning: Nature, Structure and Dynamics of Semantic Reality]. Moscow: Smysl.
12. Allport, G. (2002) *Stanovlenie lichnosti: izbrannye trudy* [Becoming Personality: Selected Works]. Translated from English. Moscow: Smysl.
13. Osin, E.N. & Orel, E.A. (2012) *Vozrastnaya dinamika vremennoy perspektivy (na materiale rossiyskikh zhenshchin)* [Age-related dynamics of the time perspective (a case study

- of Russian women)]. In: Bolotova, A.K. (ed.) *Perspektivnye napravleniya psikhologicheskoy nauki* [Promising Areas of Psychology]. Moscow: HSE. pp. 85–103
14. Hekhausen, H. (2001) *Psikhologiya motivatsii dostizheniya* [Psychology of Achievement Motivation]. Translated from German by Yu.E. Zaitsev. St. Petersburg: Rech'.
 15. Henry, H. (2017) Future time perspective in the work context: a systematic review of quantitative. *Frontiers in Psychology*. 08(1007). DOI: 10.3389/fpsyg
 16. Deci, E.A., Ryan, R. & Dienstbier Ed.R. (1991) A motivational approach to self: Integration in Personality. *Perspectives on motivation*. 38. pp. 237–288.
 17. Sobol-Kwapinska, M. & Jankowski, T. (2016) Positive time: balanced time perspective and positive orientation. *Journal of Happiness Studies*. 17. pp. 1511–1528. DOI: 10.1007/s10902-015-9656-2
 18. Popova, O.N. (2018) Characteristics of the time perspective balance of the personality. *Sibirskiy psikhologicheskii zhurnal – Siberian Journal of Psychology*. 69. pp. 85–99. (In Russian). DOI: 10.17223/17267080/69/5
 19. Mandrikova, E.Yu. (2004) Psikhologicheskoe soprovozhdenie profil'nogo obucheniya: vybor zhiznennykh tseyei [Psychological support of profile training: choice of life goals]. In: *Psikhologiya obrazovaniya: problemy i perspektivy* [Education Psychology: problems and prospects]. Moscow: Smysl. pp. 254–255
 20. Mandrikova, E.Yu. (2004) Rasshiren timerennoy perspektivy v situatsii lichnostnogo vybora [Expansion of the time perspective in the situation of personal choice]. In: Leon-tiev, D.A. (ed.) *Materialy soobshcheniy 2-y konf. po ekzistentsial'noy psikhologii* [Proc. of the Second Conference in Existential Psychology]. Moscow: Smysl. pp. 107–109.
 21. Medovikova, E.A. (2015) Time perspective parameters in conjunction with students' personal characteristics at different stages of education. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya – The World of Science, Culture and Education*. 1(50). pp. 185–188. (In Russian).
 22. Prokonich, O.A. (2014) Interrelation between the time perspective of university students' personality and the meaning aspects of their attitude to education. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta – Bulletin of Kemerovo State University*. 3(4). pp. 117–122. (In Russian).
 23. Sword, R.M., Sword, K.M. & Brunskill, S.R. (2015) Time perspective therapy: transforming zimbar-do's temporal theory into clinical practice. In: Stolarski, M., Van Beek, W. & Fieulaine, N. (eds) *Time Perspective Theory : Review, Research and Application*. London: Springer. pp. 481–498.
 24. Zimbardo, P.G. & Boyd, J. (2016) *The Time Paradox: The New Psychology of Time That Will Change Your Life*. [Online] Available from: <http://www.thetimeparadox.com>
 25. Mooney, A., Earl, J.K., Mooney, C.H. & Bateman, H. (2017) Using Balanced Time Perspective to Explain Well-Being and Planning in Retirement. *Frontiers in Psychology*. DOI: 10.3389/fpsyg.2017.01781/full

Received 23.09.2019; Revised 09.02.2020;

Accepted 13.02.2020

Oksana N. Popova – Senior Lecturer, Department of Pedagogy, Psychology and Sociology, Siberian University of Consumer Cooperation (SibUCC).
E-mail: ankor-akc@yandex.ru