

УДК 159.923.2

Аванесян М.О.

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия

Воплощенное Я во временной перспективе личности¹

Implemented Self in the Time Perspective of Personality

Аннотация

Введено понятие воплощенного возможного Я, в котором отражена временная динамика прошлых ожиданий от себя, степени их воплощения в настоящем и образ «потребного будущего». Цель статьи – исследовать феномен воплощенного Я в связи с особенностями временных модусов личности. Верификации конструкта воплощенного Я в разных сферах жизни проводилось с помощью разработанного опросника. Для определения временной ориентации использовался опросник Ф. Зимбардо. В исследовании участвовали 350 молодых взрослых. Определено 3 фактора воплощенного Я: (1) самоэффективность, (2) соответствие прошлым ожиданиям относительно себя; (3) готовность к изменениям себя для достижения целей в будущем. Фактор самоэффективности показал самую сильную связь с временной ориентацией на будущее, отрицательную связь с фаталистическим настоящим (антифатализм), слабую связь с позитивным отношением к прошлому. Готовность к изменениям себя в будущем не связана ни с одной из временных ориентаций, что говорит о вариативности мотиваций к изменению. Сделан вывод, что переживание своей целостности, согласованности во времени, которые можно рассматривать как свойства воплощенного Я, предполагает особый тип временной интеграции своего опыта.

Ключевые слова: воплощенное возможное Я, временная ориентация, сферы жизни, личность

Abstract

The concept of an implemented possible Self is introduced, which reflects the temporal dynamics associated with the ratio of past expectations from oneself, the degree of their implementation in the present, and the image of the “required future”. The purpose of the article is to explore the phenomenon of the embodied Self in connection with the peculiarities of the temporary modes of personality. To define the characteristics of the embodied Self in different areas of life we used a special questionnaire. F. Zimbardo's questionnaire was used to determine the temporal orientation. The study involved 350 people (84.8% aged 17 to 25; 54% male, 46% female). 3 factors of the embodied Self are defined: (1) self-efficacy, (2) compliance with one's expectations regarding oneself; (3) willingness to change oneself to achieve goals in the future. The self-efficacy factor showed the strongest connection with a temporal orientation to the future, a negative connection with the fatalistic present (anti-fatalism), and a weak connection with a positive attitude towards the past. Readiness for self-change in the future is not associated with any of the time orientations, which indicates the variability of motivations for change. It is concluded that the experience of one's integrity, coherence in time, which can be considered as properties of the implemented possible Self, implies a special type of temporal integration of one's experience.

Keywords: implemented possible Self, time perspective, spheres of life, personality

¹ Статья подготовлена при поддержке гранта РНФ № 22-28-00871.

Введение

Планирование времени своей жизни актуально в связи с ценностью времени и необратимостью его течения. Трудность исследования будущего определяется тем, что оно, с одной стороны, осязаемо, поскольку опирается на материальные носители в виде календарей и ежедневников, а с другой стороны, является абстрактным концептом, создаваемым психикой человека. По мнению известного исследователя временной перспективы Ж. Нюттена, психологическое будущее в отличие от физического времени, конструируется на репрезентационном уровне (Нюттен, 2006, с. 352). Это определяет то, что именно уровень реалистичности перспективы будущего, является основным условием его влияния на текущее поведение человека (Нюттен, 2006). «Достаточно появиться мотивации – и все ритмы, скорости изменяются сами собой», а ценность и значимость переживания как бы «вырывает переживаемое из времени, отдает его вечности» (Абульханова, Березина, 2001, с. 39). Отношение ко времени можно определить как «сердцевину всех отношений личности»: в зависимости от ценностей человека, того, что он считает в своей жизни самым важным, образуется его отношение к использованию времени своей жизни (Ковалев. цит. по Абульханова, Березина, 2001). Однако, когда речь идет о временной перспективе, мы сталкиваемся с тем, что понятие «перспектива» является достаточно обобщенным и может обладать большим количеством характеристик, по которым люди будут различаться друг от друга. Методики, которые позволяют определить эмоционально-чувственный тон времени, например, семантический дифференциал времени, не делают фокус на содержании временной перспективы. Другой тип методик, который направлен на изучение когнитивных характеристик временной перспективы, позволяет получить репрезентацию целевых объектов, но при этом не выявляет их влияние на реальное поведение человека (Нюттен, 2006).

Для изучения мотивационных аспектов Я-концепции нами было введено понятие *воплощенного возможного Я*. Целью данной статьи стала верификация этого понятия, исследование его возможностей в области интеграции представлений личности о себе, отражения динамического аспекта Я-концепции.

Для понимания природы реалистичности временной перспективы обратимся к понятию «субъективного временного расстояния» (subjective temporal distance), которое было введено для описания «психологического опыта близости между своим нынешним Я с прошлым и будущим Я» (Wilson, Ross, 2000, с. 5). Изменение локализации возможных Я на временной оси использовалось Уилсон и Росс для выявления ее мотивационной и регуляторной функции. В качестве примера данной экспериментальной парадигмы приведем их исследование, в котором студентам предлагалось отметить время окончания университета (через 3 года) на линии времени с разным масштабом («сейчас» – «5 лет», «сейчас» – «25 лет»)² (Wilson, Ross, 2000). Затем участников попросили назвать свои надежды и опасения в форме будущих Я к моменту окончания университета («возможные Я»). Оказалось, что ни количество, ни проработанность желаемых или избегаемых возможных Я у двух групп не различались. Однако, различия обнаружились тогда, когда студентам предложили в свободной форме написать о стратегиях, планируемых для достижения представляемых ими академических успехов. Студенты, которые переживали окончание университета как субъективно более близкое (масштаб в 25 лет), при перечислении своих планов больше фокусировались на текущих действиях, которые касались процесса достижения целей (например, «Я планирую посещать лекции каждую неделю»), а не на ожидаемых результатах (например, «Я планирую получать высокие оценки»); также они меньше внимания уделяли другим сферам жизни

² Расстояние от «сейчас» до точки «3 года» на линии в «5 лет» было больше, чем на линии в «25 лет», что создавало иллюзию временной отдаленности или приближенности».

(например, реже использовали такие суждения как «Я планирую проводить больше времени со своими друзьями»).

В других исследованиях, выполненных с использованием понятия «субъективная временная дистанция» было показано, что будущие Я, переживаемые как психологически близкие к настоящему, оцениваются более позитивно, больше влияют на текущую идентичность человека. Таким образом, временная близость будущих возможных Я влияла на текущую мотивацию людей действовать для достижения своих будущих целей.

Глубина временной перспективы создается за счет темпоральных знаков располагаемых там репрезентаций целевых объектов, имеющих отношение к удовлетворению потребностей человека (Нюттен, 2006). Целевые объекты носят темпоральные знаки, определяющие их расположение относительно друг друга. В целом, расположение во временной перспективе еще не реализованных событий или объектов определено знанием культурных нормативов (в каком возрасте обычно женятся, достигают пика карьеры, рожают детей, выходят на пенсию и проч.). Идя дальше когнитивного подхода, предложенного Ж. Нюттенем, К.А. Абульханова и Т.Н. Березина предложили более глубинный подход к исследованию взаимосвязи мотивации личности и особенностей ее временной перспективы (Абульханова, Березина, 2001). Они исходили из того, что существует дифференциация способности людей предвидеть и прогнозировать будущее и что только когнитивный компонент не гарантирует его воплощения. На основе сочетания метода интервью, методики на мотивацию достижения и метода незаконченных предложений были выявлены три типа жизненных перспектив (Абульханова, Березина, 2001), которые приведены ниже.

1) Когнитивная перспектива определяется способностью сознательно и достаточно детально строить жизненные планы, видеть свои перспективы и себя в будущем. Однако планирование может быть оторвано от реальной

мотивации, уровня притязаний, инициативности личности, что приводит к отсутствию личностной готовности воплощать такие перспективы.

2) Личностно-мотивационная перспектива характеризуется тем, что отсутствует когнитивный план или ясные представления о будущем, однако мотивация достижения создает мощную направленность личности в будущее и определенную гарантию его реализации, несмотря на возможные трудности.

3) Жизненная перспектива создается предшествующей жизнью, это реальный жизненный потенциал личности, заложенный ее прошлым опытом, уровнем ее развития, ее наличными способностями, что и составляет реальную движущую силу, гарантируя успешность ее будущего.

Последний тип временной перспективы можно назвать зрелым, предполагающим высокий уровень самодетерминации.

Исследуя то, как самость человека переживается во времени, можно предположить, что переживание своей целостности, согласованности во времени предполагает особый тип временной интеграции своего опыта. Важность соотношения временных модусов для понимания личности активно разрабатывается в рамках нарративной психологии. При анализе жизненной истории (life story) предполагается, что автор рассказывает свою историю из точки настоящего, поскольку ему уже заранее известно, чем на данный момент закончилась история. Время тут может выступать как мера изменчивости, позволяющая индивиду фиксировать отличия себя в прошлом от себя в настоящем; идентичность героя жизненного пути в значительном числе случаев создается как результат сравнения фактически проходимой «линии жизни» и гипотетических альтернатив (Зайцева, 2016, с. 130).

В 1986 году Маркус и Нуриус предложили концепт возможных Я, позволяющий им учесть аспект будущего в самоопределении (Markus, Nurius, 1986). Под возможными Я они понимали представления людей о том, кем они надеются и ожидают стать в будущем или, наоборот, кем стать

боятся. Исследования возможных Я показали очень эвристичными, поскольку они позволяли учитывать множественность и вариативность будущих Я, которые рассматривались как «когнитивный мост» от «настоящего Я» к «будущему Я». Однако они по-прежнему остаются, скорее, теоретическим конструктом, чем реальным инструментом для прогнозирования поведения человека.

В поисках конструкта, связывающего Я индивида и его поведение, было введено понятие воплощенного Я. В нем отражена временная динамика, отражающая ожидания от себя в прошлом, степень их воплощения в настоящем, а также образ «потребного будущего». Основными сферами жизни в англоязычных исследованиях чаще всего называют профессиональную, религиозную, политическую, полоролевых ценностей, отношений с другими (Kroger, Green, 1996); личностное развитие и физическое здоровье (Pals, 2006).

Для того, чтобы изучать «реальное Я в реальной ситуации», жизненное пространство личности было структурировано посредством четырех сфер жизни: (1) профессиональная сфера, (2) сфера материального и финансового благополучия, (3) сфера отношений с людьми, (4) сфера развития, совершенствования себя (см. Костромина, Гришина и др., 2021). Предполагается, что факторы окружающей среды и ситуации, проявляющиеся в данных сферах, устанавливают ограничения на возможное поведение личности, однако внутри воздействия этих факторов люди демонстрируют разные пути формирования своей идентичности и своего образа жизни.

Методы

Выборка

В исследовании участвовало 350 респондентов, в основном молодые люди (84,8% в возрасте от 17 до 25 лет); 63,8% из них учатся, 23,6% учатся и

работают; 45,9% женщин и 53,8% мужчин. Выборка набиралась методом снежного кома, исследование проводилось в сети Интернет. Привлечение такой выборки определилось тем, что в период юности и ранней взрослости происходит установление «доминирующей позитивной идентичности», когда «будущее, в обозримых пределах, становится частью сознательного плана жизни» (Эриксон, 1996, с. 420). Опросник, с помощью которого производилась верификация понятия «воплощенное возможное Я», входил в состав батареи методик, посвященных отношению к будущему.

Методика

Для того, чтобы учесть процессуальные характеристики возможного воплощенного Я, в разрабатываемой методике были учтены два параметра: (1) временные модусы воплощения Я (временная перспектива личности) и (2) сферы воплощения Я (жизненное пространство личности как проявление 4 сфер жизни).

Опросник состоял из 17 вопросов, по каждой из 4 сфер задавались 4 вопроса, которые касались удовлетворенности сферой, соответствию ожиданий, агентности, готовности к изменениям себя. В совокупности эти 4 вопроса позволяли учитывать процессуальные характеристики идентичности, общую согласованность между ожиданиями от своей жизни в разных сферах и того, как они воплощены в текущем Я. Ответы оценивались по 5-балльной шкале от (1) «совершенно не удовлетворен / не согласен» до (5) «безусловно удовлетворен / согласен».

1) *Удовлетворенность сферой жизни*: «В какой мере Вы сейчас удовлетворены < > сферой, насколько она интересна и перспективна для Вас?» (в каждой из четырех сфер).

2) *Соответствие ожиданиям*: «Насколько то, какой Вы сейчас, соответствует Вашим ожиданиям о себе в прошлом?»

3) *Агентность*: «Оглянувшись назад, считаете ли Вы, что то, какой Вы сейчас в <> сфере, определилось Вашими жизненными выборами, интересами, Вашей личностью (4 сферы)?»

4) *Готовность к самоизменениям*: «Были бы Вы готовы для достижения своих целей в этой сфере изменить себя, свой характер, поведение и т.д.?»

Также был общий вопрос, который касался потенциала жизненной ситуации человека: «Насколько Ваша сегодняшняя жизненная ситуация позволяет Вам реализовать себя, свой потенциал, свои возможности?». Ответы оценивались по 5-балльной шкале от (5) «полностью позволяет, все зависит только от меня» до (1) «совершенно не дает мне такой возможности».

Для определения особенностей временной ориентации применялся опросник Ф. Зимбардо, который определял профиль респондента по пяти временным ориентациям: ориентация на будущее, ориентация на гедонистическое настоящее, ориентация на фаталистическое настоящее, ориентация на негативное прошлое, ориентация на позитивное прошлое (Митина, Сырцова, 2008).

Результаты

Методом факторного анализа³, были выделены 3 фактора. Первый фактор, который мы обозначили «Самозффективность», объединил то, насколько человек (а) удовлетворен профессиональной сферой и сферой отношений, (б) чувствует агентность в этих сферах, (в) считает, что его текущая жизненная ситуация позволяет ему реализовывать свой потенциал. Во второй фактор вошли ответы на вопрос, «Насколько то, какой Вы сейчас, соответствует Вашим ожиданиям о себе в прошлом?», которые показали

³ Метод вращения: варимакс с нормализацией Кайзера, вращение сошлось за 11 итераций, выделены 7 факторов с использованием метода главных компонент, позволяют объяснить 55,467%, на основе согласованности переменных внутри факторов были определены 3 фактора (переменные, входящие в три главных фактора, имеют высокие показатели согласованности по Альфа Кронбаху, от 0,805 до 0,770).

высокую согласованность по всем 4 сферам. В третий фактор вошли ответы на вопрос «Были бы Вы готовы для достижения своих целей в профессиональной сфере изменить себя, свой характер, поведение и т.д.?», которые также показали высокую согласованность по всем 4 сферам.

Затем были выявлены взаимосвязи трех факторов с особенностями временной перспективы личности (таблица 1).

Таблица 1 – Взаимосвязь временной ориентации и воплощения Я (N=350 чел)

	1 фактор (самоэффективность)	2 фактор (соответствие своим ожиданиям относительно себя)	3 фактор (готовность к самоизменениям в будущем)
ориентация на будущее	0,332**	0,172**	0,154**
ориентация на гедонистическое настоящее	-0,176**	-0,142**	-
ориентация на фаталистическое настоящее	-0,410**	-0,192**	-
ориентация на негативное прошлое	-0,358**	-0,339**	-
ориентация на позитивное прошлое	0,115*	0,217**	-

Именно первый фактор показал самую сильную связь с временной ориентацией на будущее (0,332**), когда поведение в большей степени определяется планированием и стремлениями к достижению будущих целей. Более того, отрицательная корреляция с фаталистическим настоящим (-0,410**) показала, что личность активно противостоит тому, чтобы воспринимать свое будущее изначально predetermined, а себя – подчиненной судьбе. Отношение к прошлому скорее позитивное (0,115*), не предполагающее фиксацию на сентиментальном к нему отношении или разочарованию в нем (-0,358**). Низкая отрицательная корреляция с

гедонистическим настоящим отражает, что нет фиксации на настоящем в отрыве от его связи с прошлым и будущим (-0,176**).

Второй фактор – соответствие себя своим прошлым ожиданиям – показал несколько иной рисунок связей: он меньше связан с ориентацией на будущее (0,172**) и больше – с ориентацией на позитивное прошлое (0,217**), но уже не с таким активным отрицанием фатализма настоящего (-0,192** vs -0,410**). Этот фактор можно определить как самосогласованность во времени.

Для третьего фактора – готовности к изменениям для достижения результата в будущем – была выявлена только одна слабая взаимосвязь с ориентацией на будущее (0,154**). Можно предположить, что сама мотивация к изменению себя и своего поведения может быть связана с разными временными ориентациями: кого-то к изменению может мотивировать неудовлетворенность настоящим, кого-то желание изменить свою, казалось бы, предначертанную судьбу, кого-то влечет образ будущих целей.

В трудных жизненных ситуациях при достижении целей в контексте осознанной саморегуляции поведения (по методике Моросановой) описана иная, чем полученная нами, конфигурация ориентаций. Прежде всего, для людей, находящихся в трудных жизненных ситуациях, характерна ориентация на негативное прошлое, затем – ориентация на позитивное прошлое, менее значимы ориентация на будущее, на гедонистическое настоящее и фаталистическое настоящее (Мартьянова, 2020). В отношении будущего для данной выборки показано, что «чем более человек направлен на решение жизненных задач в будущем, тем компетентнее он в определении условий трудной ситуации и программ действий», но при этом у ориентации на будущее нет связей с планированием, оценкой результата своей

активности и гибкостью регуляторного опыта⁴ (Мартьянова, 2020, с. 39). Интересно, что особенности восприятия будущего характерны и для людей, обладающих высокой выраженностью самотрансценденции – свойством личностной зрелости, проявляющимся в экспансии границ Я и ориентации на расширенные жизненные перспективы и цели (Reed, 1991). Временная перспектива у людей с высоким уровнем самотрансцендентности проявляется в позитивном отношении к прошлому, усиленном присутствии человека в настоящем времени, отсутствии страха перед будущим и, при этом, отказе от планирования своего будущего (Ольховский, 2022). Таким образом, мы видим, что роль временной ориентации определяется не какой-то одной доминирующей ориентацией, а, скорее, временной перспективой в целом, с определенными отношениями между ее областями.

Обобщение результатов исследования позволило сделать следующие *выводы*.

Переживание своей целостности, согласованности во времени, которые можно рассматривать как свойства воплощенного Я, предполагает особый тип временной интеграции своего опыта.

1) Удалось выявить фактор самооффективности, который интегрировал показатели трех временных модусов: настоящего времени (удовлетворенность сферами жизни); прошедшего времени (признание вклада своих жизненных выборов, интересов и своей личности в целом в то, какой человек сейчас); будущего времени (определение текущей жизненной ситуации как позволяющей реализовать себя, свой потенциал). Определение человеком своей текущей ситуации как перспективной показывает его чувствительность к ее возможностям (возможности как «окно» в будущее).

⁴ Осознанная саморегуляция произвольной активности измерялась опросником «Стиль саморегуляции поведения (ССПМ)» В.И. Моросановой, позволяющим оценить: планирование (постановка и принятие целей), моделирование (выбор условий достижения цели), программирование (построение программ конкретных действий по достижению целей) и оценивание результатов собственной активности по достижению целей, а также самостоятельность и гибкость.

2) Анализ временной ориентации показал, что важна не столько временная ориентация, сколько «напряженность» между разными типами временной ориентации, в которой проявляется личностная позиция респондентов. Этот результат можно интерпретировать в терминах концепции временной перспективы и жизненного пространства К. Левина.

3) Соответствие Я ожиданиям о себе в прошлом оказалось комплексной характеристикой, объединившей все четыре сферы жизни, что можно объяснить генерализованностью самооценки человека, некотором общем взгляде на себя. Готовность к изменениям себя в будущем не обнаружила связей ни с какой из временных ориентаций личности, что говорит о потенциальном разнообразии мотиваций к изменению.

Заключение

Можно предположить, что для описания возможного воплощенного Я необходимы знания не только о доминирующей временной ориентации человека, но и типе взаимосвязи между модусами времени в пространстве жизненного пути личности. О мотивационном потенциале планов может свидетельствовать не только степень их разработанности (не оспаривая ее значимости), а вовлеченность личности в свою жизнь, видение целостности своего пути. Предложенная методика может стать основой для разработки и уточнения понятия «возможного воплощенного Я».

Список использованных источников

- Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. СПб., Алетейя, 2001. 304 с.
- Зайцева Ю.Е. Я-нарратив как инструмент конструирования идентичности: экзистенциально-нарративный подход // Вестник СПбГУ. Сер. 16, 2016. Вып. 1. С. 118-136.

- Костромина С.Н., Гришина Н.В., Москвичева Н.Л., Зиновьева Е.В. Жизненные модели молодежи: изменения и традиции // Вестник Российского фонда фундаментальных исследований. Гуманитарные и общественные науки, 2021. Вып. 1(103). С. 79-98.
- Мартыанова Г.Ю. Исследование связи временной перспективы и саморегуляции в трудной жизненной ситуации // Психолог, 2020. № 1. URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=32180
- Митина О.В., Сырцова А. Опросник по временной перспективе Ф. Зимбардо (ZTPИ): результаты психометрического анализа русскоязычной версии // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология, 2008. № 4. С. 67-89.
- Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Под ред. Д.А. Леонтьева. М., Смысл, 2004.
- Ольховский М.Д. Особенности временной перспективы у людей с разным уровнем самотрансценденции (текст ВКР). СПб., Санкт-Петербургский государственный университет, 2022.
- Эриксон Э.Г. Детство и общество. СПб., Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. 592 с.
- Kroger J., Green K. Events associated with identity status change // Journal of Adolescence, 1996. Vol. 19. С. 477-490.
- Markus H., Nurius P. Possible Selves // American Psychologist, 1986. Vol. 41. No. 9. Pp. 954-969. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.9.954>
- Pals J.L. Narrative identity processing of difficult life experiences: pathways of personality development and positive self-transformation in adulthood // Journal of Personality, 2006. Vol. 74. Is. 4. Pp. 1079-1109.
- Reed P.G. Toward a nursing theory of self-transcendence: deductive reformulation using developmental theories // Advances in Nursing Science, 1991. Vol. 13. Is. 4. Pp. 64-77. doi:10.1097/00012272-199106000-00008
- Ross M., Wilson A.E. It feels like yesterday: Self-esteem, valence of personal past experiences, and judgments of subjective distance // Journal of Personality and Social Psychology, 2002. No. 82. Pp. 792-803.

References

- Abul'khanova K.A., Berezina T.N. Vremia lichnosti i vremia zhizni [Personal time and life time]. St. Petersburg, Aleteiia Publ., 2001. 304 p. (In Russian)
- Zaitseva Iu.E. Ia-narrativ kak instrument konstruirovaniia identichnosti: ekzistentsial'no-narrativnyi podkhod [Self-narrative as an instrument of identity construction: existential-narrative approach] // Vestnik SPSU. Ser. 16, 2016. Is. 1. Pp. 118-136. (In Russian)
- Kostromina S.N., Grishina N.V., Moskvicheva N.L., Zinov'eva E.V. Zhiznennye modeli molodezhi: izmeneniia i traditsii [Life patterns of youth: changes and traditions] // Vestnik Rossiiskogo fonda fundamental'nykh issledovani. Gumanitarnye i obshchestvennye nauki, 2021. Is. 1(103). Pp. 79-98. (In Russian)
- Mart'ianova G.Iu. Issledovanie svyazi vremennoi perspektivy i samoregulatsii v trudnoi zhiznennoi situatsii [Study of the connection between time perspective and self-regulation

- in a difficult life situation] // *Psikholog*, 2020. No. 1. URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=32180 (In Russian)
- Mitina O.V., Syrtsova A. Oprosnik po vremennoi perspektive F. Zimbardo (ZTPI): rezul'taty psikhometricheskogo analiza russkoiazychnoi versii [F. Zimbardo Time Perspective Questionnaire (ZTPI): results of psychometric analysis of the Russian version] // *Vestnik Moskovskogo universiteta. Ser. 14. Psikhologiya*, 2008. No. 4. Pp. 67-89. (In Russian)
- Niutten Zh. Motivatsiia, deistvie i perspektiva budushchego [Motivation, Action and Future Perspective] / Pod red. D.A. Leont'eva. Moscow, Smysl Publ., 2004. (In Russian)
- Ol'khovskii M.D. Osobennosti vremennoi perspektivy u liudei s raznym urovnem samotranssendentsii (tekst VKR) [Master Degree Thesis: Features of the time perspective in people with different levels of self-transcendence]. St. Petersburg, Sankt-Peterburgskii gosudarstvennyi universitet, 2022. (In Russian)
- Erikson E.G. *Detstvo i obshchestvo* [Childhood and Society]. St. Petersburg, Lenato Publ., ACT Publ., Fond «Universitetskaia kniga», 1996. 592 p. (In Russian)
- Kroger J., Green K. Events associated with identity status change // *Journal of Adolescence*, 1996. Vol. 19. C. 477-490.
- Markus H., Nurius P. Possible Selves // *American Psychologist*, 1986. Vol. 41. No. 9. Pp. 954-969. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.9.954>
- Pals J.L. Narrative identity processing of difficult life experiences: pathways of personality development and positive self-transformation in adulthood // *Journal of Personality*, 2006. Vol. 74. Is. 4. Pp. 1079-1109.
- Reed P.G. Toward a nursing theory of self-transcendence: deductive reformulation using developmental theories // *Advances in Nursing Science*, 1991. Vol. 13. Is. 4. Pp. 64-77. doi:10.1097/00012272-199106000-00008
- Ross M., Wilson A.E. It feels like yesterday: Self-esteem, valence of personal past experiences, and judgments of subjective distance // *Journal of Personality and Social Psychology*, 2002. No. 82. Pp. 792-803.