

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

Представления человека о своем будущем и конструкт возможного Я

Научный руководитель – Гришина Наталия Владимировна

Залеская Мария Андреевна

Студент (магистр)

Санкт-Петербургский государственный университет, Факультет психологии,
Санкт-Петербург, Россия

E-mail: marisa_love_me@mail.ru

Феномен возможных Я занимает особое место в области исследования категории «возможного» в психологии. В зарубежных журналах этому феномену посвящены многие исследования, в отечественной же науке таких исследований единицы (Василевская Е.Ю., Молчанова О. Н., 2016).

Впервые о содержании данного феномена написали Х. Маркус и П. Нуриус в 1986 г. Они определяют возможное Я как представление человека о том, каким он хотел бы стать, мог бы стать или боится стать в будущем.

Основное отличие от идеального Я - возможные Я включают как позитивные, так и негативные компоненты. Возможные Я - более конкретные и индивидуализированные представления о самом себе и обладают мощным мотивационным потенциалом.

Возможное Я в любом случае - отражение собственной мотивации индивида, и предполагает как положительное, так и отрицательное отношение к его содержанию (Костенко В.Ю., Гришутина М.М., 2018).

Возможное Я - это не некоторое стабильное образование, но всегда опыт, переживание: не факт и не результат оценки, но *субъективное пространство потенциальной активности субъекта* - как желаемой, так и избегаемой.

Для диагностики возможных Я использовалась методика американского исследователя Карен Хукер, позволяющая измерить качественные и количественные характеристики возможных Я (Hooker K., 1992).

В исследовании приняли участие респонденты в возрасте 30-50 лет, в количестве 150 человек, из которых 75 мужчин и 75 женщин.

Для более детальной проверки гипотез мы выделили несколько групп в нашей выборке по следующим критериям: пол, характеристика окружения, место проживания (с точки зрения численности населения).

Выраженность средних значений позитивного Я по всей выборке выше, чем негативного Я. Если рассматривать отдельные показатели, видно, что большей выраженностью обладает «Степень важности воплощения» позитивного Возможного Я, а меньшей - «Частота в мыслях» о негативном возможном Я.

Вероятно, для наших респондентов более значимо, более приятно рассматривать именно свое желательное (позитивное) Я, когда затрагивается контекст их возможных будущих изменений.

Желаемые Я описываются многими респондентами более подробно и/или эмоционально-насыщенно, чем избегаемые возможные Я. Например:

«Я много путешествую со своей семьей, зарабатываю приличное количество денег на новой поприще, становлюсь спокойной и уравновешенной» - «Я плохо воспитаю своих детей» (женщина, 44 года).

Выраженность средних значений позитивного Я у мужчин и женщин примерно одинакова, выраженность же негативного Возможного Я у женщин чуть больше. Если рассматривать отдельные показатели, видно, что большей выраженностью у мужчин и у женщин обладает «Степень важности воплощения» позитивного возможного Я, а меньшей -

у мужчин «Возможность воплощения» негативного Я, у женщин «Частота в мыслях» о негативном Я.

Обнаружено существование статистически значимых различий количества позитивных возможных Я в группах мужчин и женщин (значение критерия равно 1874,500 при $p < 0,001$). Средний ранг для группы мужчин равен 62,99, для группы женщин - 88,01. Это означает, что у женщин статистически значимо больше позитивных ожиданий от своего Я в будущем.

Можно предположить, что женщины более открыты к возможным негативным представлениям о своем будущем Я, тем не менее, наименьшая выраженность показателя частоты мыслей о негативном Возможном Я у женщин, делает такое утверждение спорным. У мужчин наблюдается низкая оценка возможности воплощения их нежелательного Возможного Я, — это может быть связано с некими позитивными ожиданиями по отношению к своему негативному Возможному Я.

Выраженность средних значений позитивного Я у респондентов с поддерживающим окружением и у респондентов с ограничивающим примерно одинакова. Если рассматривать отдельные показатели, видно, что большей выраженностью у первой группы является вероятность воплощения позитивного Возможного Я, а у второй группы - степень важности воплощения того же позитивного Я. Меньшей выраженностью обладает в обеих группах возможность воплощения негативного Возможного Я.

Несмотря на то, что здесь представлены группы по критерию поддерживающего и ограничивающего окружения, респонденты и там, и там отметили для себя более значимым воплощение позитивного Возможного Я, просто в первом случае это касается вероятности его воплощения, а во втором - степени важности. И та, и другая группы меньше всего оценила возможность реализации нежелательного Я.

Обнаружено существование статистически значимых различий в вероятности воплощения позитивного Возможного Я в данных группах (значение критерия равно 1525,000 при $p < 0,05$). Средний ранг для группы с поддерживающим окружением равен 79,35, для группы с ограничивающим - 62,35.

То есть, у тех респондентов, кого окружение поддерживает по их оценке статистически значимо больше вероятность воплощения их позитивного возможного Я в жизни.

Выраженность средних значений позитивного Я у респондентов из разных групп городов примерно одинакова. Если рассматривать отдельные показатели, видно, что большей выраженностью у первой группы является степень важности воплощения позитивного Я, у второй и третьей группы - вероятность воплощения того же позитивного Я. Меньшей выраженностью обладает во всех группах возможность воплощения негативного Возможного Я.

Самая низкая выраженность негативного Возможного Я, как и самое низкое число упоминаемых желательных и нежелательных Возможных Я наблюдается в мелких городах, что, вероятно, можно объяснить с одной стороны защитными механизмами, которые помогают человеку дистанцироваться от негатива в условиях, где его и так много, с другой стороны некой возможной ограниченностью проживаемого опыта, его рутинностью, что может не способствовать более обширным, распространенным описаниям компонентов Возможных Я.

Источники и литература

- 1) асилевская Е.Ю., Молчанова О. Н. Возможные я: обзор зарубежных исследований // Психология. Журнал ВШЭ. 2016. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vo>

[zmozhnye-ya-obzor-zarubezhnyh-issledovaniy](#) (дата обращения: 08.12.2018).

- 2) Костенко В.Ю., Гришутина М.М. Невозможное Я: предварительное исследование в контексте теории Хейзел Маркус «Пензенский психологический вестник» 2018 №1 (10)
- 3) Hooker K. Possible Selves and Perceived Health in Older Adults and College Students // Journal of Gerontology: Psychological Sciences. 1992. Vol. 47. № 2. P. 85–95.
- 4) Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. American Psychologist, 41(9), 954–969. doi:10.1037/0003-066X.41.9.954