

Ванин, А.В. Роль индивидуальных особенностей временной перспективы и осознанной саморегуляции при выборе профессии старшеклассниками / В.И. Моросанова, А.В. Ванин // Психологические исследования: электрон. науч. журн., 2010, № 5 (13).

<http://psystudy.ru/index.php/num/2010n5-13/384-morosanova-vanin13.html>

Моросанова В.И., Ванин А.В. Роль индивидуальных особенностей временной перспективы и осознанной саморегуляции при выборе профессии старшеклассниками

Morosanova V.I., Vanin A.V. Role of individual features of time perspective and self-regulation in choosing a profession of high school students

Психологический институт Российской академии образования, Москва, Россия

**Резюме.** Статья посвящена исследованию индивидуальных особенностей временной перспективы и осознанной саморегуляции учащихся, находящихся в ситуации выбора профессии. Результаты, полученные на выборке старшеклассников (251 человек), свидетельствуют о наличии взаимосвязи между стилевыми особенностями саморегуляции и отношением ко времени. Показано, что ориентация школьника на будущее и высокий уровень развития осознанной саморегуляции способствуют решительности профессионального выбора, что позволяет снизить неопределенность при выборе профессии.

**Ключевые слова.** Временная перспектива, осознанная саморегуляция, индивидуальные особенности, выбор профессии, профессиональные установки.

Первый шаг на пути овладения профессией – это выбор профессии, что является одной из ключевых задач периода раннего юношества. В современных условиях рынка труда человеку предоставляется, с одной стороны фактически полная свобода профессионального выбора (тем самым и ответственность за его успешность и профессиональный рост в последующем возлагается на самого человека), а с другой – ориентация на возможности реализации в профессии (не исключая смены профессии – не всегда на смежную). Все это накладывает дополнительные требования к субъекту выбора, к его индивидуальным особенностям, уровню личностного развития. Выбрать профессию - значит определить направление своей активности на годы вперед, что является необходимым условием гармоничного развития личности в переломный момент жизненного пути. Не выбрать – значит пустить все на самотек, не быть своевременным, не разрешить противоречие между социальным и личностным временем [Абульханова-Славская, 1991].

Исследование, результаты которого мы представляем в данной статье, было направлено на изучение первичного профессионального самоопределения старшеклассников, под которым в самом общем виде нами понимается результат процесса профессионального ориентирования, инициированный как общественными институтами, так и самим человеком. Говоря «первичный» мы подразумеваем, что выбор старшеклассника не является окончательным, а только предваряет его, но, не смотря на это, он уже в полной мере обнаруживает на себе влияние индивидуальных особенностей личности, которые и подлежали изучению в данном исследовании.

Предметом изучения в нашем исследовании явились индивидуальные особенности временной перспективы, содействие в формировании которой служит эффективным инструментом активизации личностного развития старшеклассника, а так же оптимизации процесса его профессионального самоопределения. Будучи сформирована (организована), временная перспектива в дальнейшем для самого человека становится средством его личностного роста [Дубровина, 2000].

Под временной перспективой вслед за К. Левиным [Левин, 2001] мы понимаем существующую в настоящий момент (психологическое настоящее) целостность видения индивидом своего психологического будущего и своего психологического прошлого. Временная перспектива означает интеграцию прошлого, настоящего и будущего в психологическом жизненном пространстве индивида. К. Левин отмечал, что с возрастом происходит последовательное увеличение (расширение, удлинение) временной перспективы, также увеличивается степень дифференциации уровня реальности и различных уровней нереальности в представлениях о будущем. Разные уровни ирреальности при этом он связывал с разными уровнями фантазии, включая как позитивные желания, так и страхи. Скорость роста и дифференциации жизненного пространства представляет собой индивидуальную особенность человека, которую К. Левин связывал с интеллектом (точнее с психологическим возрастом ребенка, личностным развитием), предлагая рассматривать различия в интеллекте как различия в скорости дифференциации жизненного пространства [Левин, 2001].

В контексте выбора профессии можно говорить о степени дифференциации жизненного пространства, как о качестве

определяющим в какой мере выбор старшеклассника будет реалистичным и, следовательно, достижимым в будущем. По нашему мнению индикатором степени дифференциации жизненного пространства может являться способность индивида к построению целенаправленной активности, его осознанная саморегуляция, являющаяся одновременно показателем личностной и социальной зрелости [Моросанова, Аронова, 2008]. Не только представлять себе желаемое будущее, но и всеми силами стремиться к нему, учитывая при этом значимые условия его достижения и строя конкретные программы действий, таким образом, приближая его – это и означает дифференцировать жизненное пространство, структурировать временную перспективу, овладеть временем своей жизни.

Под осознанной саморегуляцией нами понимается многоуровневый процесс по инициации, построению психической активности и управлению ею для достижения осознанно выдвинутых и субъектно-принятых целей деятельности [Моросанова, 1998]. Его реализацию осуществляет многоуровневая система регуляторных процессов, основные из которых: планирование целей, моделирование значимых условий их достижения, программирование конкретных действий, оценивание и корректирование их результатов. Их взаимодействие в процессе самоорганизации деятельности описывается системно-функциональной моделью осознанной саморегуляции, разработанной и раскрытой в работах основателя лаборатории психологии саморегуляции ПИ РАО О.А. Конопкина [Конопкин, 1980].

В настоящее время сотрудниками лаборатории психологии саморегуляции активно разрабатывается дифференциальный подход к исследованию осознанной саморегуляции произвольной активности человека (В.И. Моросанова). На данном этапе исследований показано,

что существуют индивидуальные различия как в общем уровне осознанной саморегуляции, так и в развитии регуляторных процессов, реализующих различные компоненты целостной системы саморегуляции. В рамках дифференциального подхода созданы методы диагностики индивидуального развития саморегуляции, стилевых особенностей осознанной саморегуляции произвольной активности человека [Моросанова, 2004]. Показано, что развитие и индивидуальные особенности саморегуляции во многом определяют продуктивные аспекты деятельности человека, а также опосредствуют влияние личностных и характерологических переменных на его поведение. Дифференциальный подход к исследованию осознанной саморегуляции произвольной активности человека доказал свою применимость и в отношении таких сложных научных проблем, как проблема самосознания [Моросанова, Аронова, 2008] и проблема принятия решений [Моросанова, Индина, 2007].

Данное исследование продолжает цикл работ лаборатории, в нем мы обращаемся к проблеме изучения регуляторных аспектов временной перспективы. Целенаправленное изучение временной перспективы как переменной, влияющей на регуляторный процесс и испытывающей обратное влияние, ранее не проводилось и это несмотря на то, что на “глубину” временной перспективы доступной адекватному программированию деятельности и поведенческой активности указывал еще О.А. Конопкин, считая ее существенной характеристикой совершенства реализуемых человеком конкретных процессов саморегуляции и ее общего индивидуального стиля [Конопкин, 1989]. По нашему мнению недостаточное количество исследований роли временной перспективы в общем процессе осознанной саморегуляции связано с тем, что только недавно начали зарождаться методологические и методические основы для

проведения подобного исследования. С одной стороны, это развитие основ дифференциального подхода к исследованию осознанной саморегуляции [Моросанова, 2010], с другой, появление методов диагностики стилевых особенностей саморегуляции [Моросанова, 2004] и индивидуальных особенностей временной перспективы [Сырцова, Соколова, Митина, 2007].

Проведенное нами экспериментальное исследование было направлено на изучение индивидуальных особенностей временной перспективы, их роли в регуляции выбора профессии старшеклассниками. Основная гипотеза исследования заключалась в том, что индивидуальные особенности временной перспективы участвуют в формировании общего уровня и стилевых особенностей осознанной саморегуляции, при этом снятие неопределенности, создаваемой в юношеском возрасте ситуацией выбора профессии, возможно при ориентации учащегося на будущее и средствами осознанной саморегуляции.

## **Методы и организация исследования**

Было проведено экспериментальное исследование на выборке 251 учащихся старших классов (9-11) общеобразовательных школ и школ-лицеев г. Москвы, в возрасте от 14 до 18 лет. Для диагностики индивидуальных особенностей временной перспективы применялся «Опросник временной перспективы личности, ZTPI» (Ф. Зимбардо) [Сырцова, Соколова, Митина, 2007]. Индивидуальные особенности саморегуляции исследовались с помощью опросника «Стиль саморегуляции поведения, ССПМ» (В.И. Моросанова) [Моросанова, 2004]. Индивидуальные особенности выбора профессии исследовались с помощью методики «Диагностика профессиональных

установок подростков” (И.М. Кондаков) [Кондаков, 1997].  
Статистическая обработка полученных в исследовании данных проводилась с использованием пакета SPSS 11.5 for Windows.

## **Особенности взаимосвязи временной перспективы и саморегуляции произвольной активности**

Изучая особенности взаимосвязи временной перспективы и саморегуляции, первым делом мы провели корреляционный анализ (по Пирсону) показателей методик “Опросник временной перспективы личности” и “Стиль саморегуляции поведения” (таблица 1).

**Таблица 1**

Взаимосвязь показателей ориентации во времени и стилевых особенностей саморегуляции

Показатели	Пл	М	Пр	Ор	Г	С	ОУ
Негативное прошлое	-	-,439**	-,141*	-,245**	-,224**	,151*	-,242**
Гедонистическое настоящее	-,177**	-,268**	-,198**	-,271**	,245**	,295**	-,155*
Будущее	,570**	,296**	,558**	,446**	,149*	-	,599**
Позитивное прошлое	-	-	,157*	,153*	,195**	-	,158*
Фаталистическое настоящее	-,260**	-,463**	-,268**	-,406**	-,185**	-	-,442**

**Примечание.** \* -  $p < 0,05$ ; \*\* -  $p < 0,01$

Пл – планирование, М – моделирование, Пр – Программирование, Ор – оценка результатов, Г – гибкость, С – самостоятельность, ОУ – общий уровень саморегуляции.

Из корреляционного анализа следует, что между временной перспективой (представленной ориентациями во времени) и компонентами саморегуляции существует значимая связь. Отрицательно связаны с основными процессами саморегуляции

ориентации на негативное прошлое, гедонистическое настоящее и фаталистическое настоящее. Положительно связаны – ориентации на позитивное прошлое и на будущее.

Полученные результаты позволяют предположить, что учащиеся с различным уровнем развития осознанной саморегуляции будут отличаться и особенностями временной перспективы, ориентацией во времени. Для проверки данного предположения нами были выделены группы испытуемых с низким (37 чел.), средним (133 чел.) и высоким (81 чел.) общим уровнем саморегуляции (ОУ). После чего относительно данных групп испытуемых были подсчитаны средние значения показателей ориентации во времени (таблица 2).

**Таблица 2**

Средние значения ориентации во времени в группах низкого, среднего и высокого уровней саморегуляции

Уровень саморегуляции (ОУ)		Негативное прошлое	Гедонистическое настоящее	Будущее	Позитивное прошлое	Фаталистическое настоящее
Низкий уровень	Среднее	3,0489	3,5914	2,8232	3,5403	2,9697
	Стд.Отклон	,88520	,53061	,60494	,58096	,52558
Средний уровень	Среднее	2,8688	3,6365	3,2049	3,6081	2,8090
	Стд.Отклон	,72657	,53619	,50349	,70872	,58713
Высокий уровень	Среднее	2,5843	3,4080	3,8227	3,7849	2,2968
	Стд.Отклон	,72899	,59411	,49276	,66524	,58426
Средние значения по всей выборке	Среднее	2,8035	3,5561	3,3480	3,6552	2,6674
	Стд.Отклон	,76706	,56216	,62363	,68118	,63224

Обращает на себя внимание тот факт, что были подтверждены данные корреляционного анализа. При сравнении групп отчетливо видно, что с ростом показателя развития саморегуляции (ОУ)

наблюдается тенденция к повышению показателей ориентации на будущее и ориентации на позитивное прошлое, а также снижение показателей ориентации на негативное прошлое, фаталистическое настоящее и в меньшей степени показателя ориентации на гедонистическое настоящее. Последовавшее за этим сравнение крайних групп развития саморегуляции путем использования непараметрического критерия U Манна-Уитни подтвердило наличие статистически значимых различий показателей ориентации во времени.

Таким образом, было показано, что при высоком уровне саморегуляции учащиеся ориентированы на будущее, являются активными преобразователями своей жизни, ставят и удерживают цели, моделируют значимые условия, программируют действия и оценивают результаты. И, наоборот, при низком уровне саморегуляции наблюдается тенденция учащихся быть ориентированными на фаталистическое настоящее и негативное прошлое, установку принимать жизнь такой, какая она есть, отказ от сознательного ее преобразования, акцентирование своего внимания на всем том плохом, что было с ними в жизни.

### **Индивидуальные особенности временной перспективы и осознанной саморегуляции при выборе профессии**

Мы предположили, что ориентация на будущее, а также высокий уровень развития регуляторных процессов и саморегуляции в целом выступают предиктором снятия неопределенности при выборе профессии старшеклассниками.

Для проверки данного предположения был проведен корреляционный анализ показателей методик “Профессиональные установки подростков”, “Стиль саморегуляции поведения”, “Опросник временной перспективы личности” (таблица 3).

**Таблица 3**

Взаимосвязь показателей ориентации во времени, стилевых особенностей саморегуляции и профессиональных установок выбора профессии

Показатели	Нерешительность	Рационализм	Оптимизм	Самооценка	Зависимость
Негативное прошлое	,334**	,155*	-	-,137*	,175**
Гедонистическое настоящее	,140*	-	,254**	-	-
Будущее	-,173**	-	,170**	,226**	-
Позитивное прошлое	-	-	-	-	,131*
Фаталистическое настоящее	,391**	-	-	-,159*	,283**
Планирование	-,162**	-	,206**	,193**	-
Моделирование	-,354**	-	-	,142*	-,169**
Программирование	-,193**	-	,129*	,153*	-,130*
Оценка результатов	-,235**	-	-	-	-,215**
Гибкость	-,200**	-	-	-	-
Самостоятельность	-	-	,249**	-	-
Общий уровень саморегуляции	-,321**	-	,202**	,258**	-,197**

Из корреляционного анализа следует, что нерешительность в выборе профессии отрицательно связана со всеми регуляторными процессами. Также отрицательно связана она и с ориентацией на будущее, положительно – с ориентацией на негативное прошлое и фаталистическое настоящее.

Для более детального рассмотрения связи переменных был проведен факторный анализ методом главных компонент с последующим Varimax-вращением (таблица 4). Было принято решение остановиться на трехфакторном решении, как наиболее содержательно интерпретируемым. Выделенные факторы имеют собственные значения больше единицы и объясняют 49 % дисперсии.

**Таблица 4**

Матрица факторных нагрузок после поворота

Показатели	Фактор		
	Б	П	Н
Общий уровень саморегуляции	,872	-,344	,140
Будущее	,812	-	-
Программирование	,785	-,128	-
Планирование	,714	-	,133
Оценка результатов	,635	-,346	-,164
Гибкость	,364	-,302	,200
Позитивное прошлое	,291	-	-
Нерешительность	-,109	,739	-
Негативное прошлое	-,103	,642	,244
Зависимость	-	,619	-,270
Фаталистическое настоящее	-,372	,596	,128
Моделирование	,451	-,587	-,199
Рационализм	,244	,489	,133
Оптимизм	,228	-	,693
Гедонистическое настоящее	-,239	,194	,669
Самостоятельность	-	-	,636
Самооценка	,214	-,294	,485

Вращение сошлось за 5 итераций.

В первый фактор (22% суммарной дисперсии) вошли показатели исключительно с положительным знаком - общий уровень саморегуляции, будущее, программирование, планирование, оценка результатов, гибкость, позитивное прошлое. Фактор получил название

“будущее”. Во второй фактор (16% суммарной дисперсии) вошли показатели: с положительным знаком - нерешительность, негативное прошлое, зависимость, фаталистическое настоящее, рационализм; с отрицательным знаком – моделирование. Фактор получил название “прошлое”. В третий фактор (11% суммарной дисперсии) вошли показатели исключительно с положительным знаком - оптимизм, гедонистическое настоящее, самостоятельность, самооценка. Фактор получил название “настоящее”.

Из проведенного факторного анализа хорошо видно, что первый фактор, “фактор будущего” представлен компонентами осознанной саморегуляции, общий уровень которой отрицательно связан со вторым фактором, “фактором прошлого”, представленным нерешительностью и зависимостью профессионального выбора. Во втором факторе с отрицательным знаком и с положительным знаком в первом факторе представлено моделирование, которое, таким образом, играет роль в решительности выбора профессии, может объяснять наличие у старшеклассника, к моменту прохождения нашего тестирования, четких представлений и критериев, касающихся профессионального развития, хорошей информированности о мире профессий, что является необходимым условием построения достижимого образа будущей профессии. Третий фактор, “фактор настоящего” определяет профессиональные установки самооценки и оптимизма при выборе профессии, которые также имеют пересечения в первом факторе, “факторе будущего”.

Результаты корреляционного и факторного анализов позволяют предположить, что в группах высокого уровня ориентации на будущее и высокого уровня саморегуляции выбор профессии будет более решительным, нежели в группах низкого уровня данных показателей.

С целью проверки этого предположения были выделены группы испытуемых с низким (42 исп.) и высоким (39 исп.) показателем ориентированности на будущее, затем подсчитаны средние значения показателя нерешительности для этих групп, а также проведено сравнение их путем использования непараметрического критерия U Манна-Уитни. Та же процедура была проделана и в отношении крайних групп развития саморегуляции. В обоих случаях было выявлено статистически достоверное различие показателя “нерешительности” в представленных группах, таким образом, что нерешительность выбора профессии была свойственна учащимся входящим в группу низких уровней развития, а решительность, напротив, входящих в группу высоких уровней развития. Мы сравнили также группы высоких и средних уровней показателей, на этот раз уже не было обнаружено статистически значимого различия для показателя будущего ( $p < 0,93$ ), но оно осталось столь же значимым для показателя саморегуляции ( $p < 0,000$ ).

Таким образом, было показано, что учащиеся, ориентированные на будущее и обладающие высоким уровнем саморегуляции решительны в выборе профессии, что означает их готовность к освоению профессии, к вступлению во взрослую жизнь.

**Заключение.** Ориентированность старшеклассника на будущее выступает условием постановки им задачи рационального и своевременного выбора профессии. Решение этой задачи опосредовано развитием у него осознанной саморегуляции, способствующей построению образа профессионального будущего. Осознанная саморегуляция при выборе профессии позволяет дифференцировать представления старшеклассника о

профессиональном будущем, приблизить его (будущее), сделать реальным и по-настоящему достижимым.

## **Литература**

*Абульханова-Славская К.А.* Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991.

*Дубровина И.В.* Практическая психология образования: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений / Под ред. И.В. Дубровиной. М.: ТЦ «Сфера», 2000.

*Кондаков И.М.* Диагностика профессиональных установок подростков // Вопросы психологии. N 2, 1997. С. 122-130

*Конопкин О.А.* Психологические механизмы регуляции деятельности. М.: Наука, 1980.

*Конопкин О.А.* Функциональная структура саморегуляции деятельности и поведения // Психология личности в социалистическом обществе: Активность и развитие личности. М.: Наука, 1989. С. 158-172.

*Левин К.* Динамическая психология: Избранные труды. М.: Смысл, 2001.

*Моросанова В.И.* Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека. М.: Наука, 1998.

*Моросанова В.И.* Опросник "Стиль саморегуляции поведения" (ССПМ): Руководство. - М.: Когито-Центр, 2004.

*Моросанова В.И., Индина Т.А.* Психологические предпосылки принятия рациональных решений на материале голосования избирателей. Вопросы психологии. 2007. № 6. С. 74-85.

*Моросанова В.И., Аронова Е.А.* Саморегуляция и самосознание субъекта // Психологический журнал. 2008. № 1, Т. 2. С. 14-22.

*Моросанова В.И.* Саморегуляция и индивидуальность человека. М.: Наука, 2010.

*Сырцова А., Соколова Е.В., Митина О.В.* Методика Ф. Зимбардо по временной перспективе // Психологическая диагностика. 2007. №1. С. 85-106.

## Сведения об авторах

Моросанова Варвара Ильинична. Доктор психологических наук, профессор, Психологический институт Российской академии образования, Россия, Москва, ул. Моховая, 9/4, 125009

E-mail: [morosanova@mail.ru](mailto:morosanova@mail.ru)

Тел.: +7 (916) 694-75-80

Ванин Александр Владимирович. Аспирант, Психологический институт Российской академии образования, Россия, Москва, ул. Моховая, 9/4, 125009

E-mail: [vanin@angarka.ru](mailto:vanin@angarka.ru)

Тел.: +7 (903) 195-96-98

Morosanova V.I., Vanin A.V. Role of individual features of time perspective and self-regulation in choosing a profession of high school students  
Psychological institute Russian Academy of Education, Moscow, Russian

**Abstract.** This article about research of individual features of time perspective and self-regulation of students, which are choosing profession. The results were obtained on a sample of high school students (251 per.) and showed that there is correlation between stylistic features of self-regulation and individual features relationship to time. In article showed that student orientation for the future and high level development of self-regulation help resolve professional choice that helps reduce uncertainty in choosing a profession.

**Keywords.** Time perspective, conscious self-regulation, individual features, choice of profession, professional attitudes.

#### *References*

*Abul'khanova-Slavskaya K.A.* Strategiya zhizni. M.: Mysl', 1991 [in Russian]

*Dubrovina I.V.* Prakticheskaya psikhologiya obrazovaniya: Uchebnik dlya studentov vysshikh i srednikh spetsial'nykh uchebnykh zavedenii / pod red. I.V. Dubrovinoi. M.: TTS "Sfera", 2000 [in Russian]

*Kondakov I.M.* Diagnostika professional'nykh ustanovok podrostkov // Voprosy psikhologii. 1997. № 2. S. 122-130 [in Russian]

*Konopkin O.A.* Psikhologicheskie mekhanizmy regulyatsii deyatel'nosti. M.: Nauka, 1980 [in Russian]

*Konopkin O.A.* Funktsional'naya struktura samoregulyatsii deyatel'nosti i povedeniya // Psikhologiya lichnosti v sotsialisticheskom obshchestve: Aktivnost' i razvitie lichnosti. M.: Nauka, 1989. s. 158-172 [in Russian]

*Lewin K.* Dinamicheskaya psikhologiya: Izbrannyye trudy. M.: Smysl, 2001 [in Russian]

*Morosanova V.I.* Individual'nyi stil' samoregulyatsii: fenomen, struktura i funktsii v proizvol'noi aktivnosti cheloveka. M.: Nauka, 1998 [in Russian]

*Morosanova V.I.* Oprosnik "Stil' samoregulyatsii povedeniya" (SSPM): Rukovodstvo. M.: Kogito-Tsentr, 2004. [in Russian]

*Morosanova V.I., Indina T.A.* Psikhologicheskie predposylki prinyatiya ratsional'nykh reshenii na materiale golosovaniya izbiratelei. // Voprosy psikhologii. 2007. № 6. s. 74-85. [in Russian]

*Morosanova V.I., Aronova E.A.* Samoregulyatsiya i samosoznanie sub"ekta // Psikhologicheskii zhurnal. 2008. № 1, T. 2. s. 14-22 [in Russian]

*Morosanova V.I.* Samoregulyatsiya i individual'nost' cheloveka. M.: Nauka, 2010. [in Russian]

*Syrtsova A., Sokolova E.V., Mitina O.V.* Metodika F. Zimbardo po vremennoi perspective // Psikhologicheskaya diagnostika. 2007. № 1. s. 85-106 [in Russian]

*Morosanova Varvara I.*, Ph.D., professor, Psychological Institute of Russian Academy of Education, ul. Mokhovaya, 9/4, 125009, Moscow, Russia  
E-mail: [morosanova@mail.ru](mailto:morosanova@mail.ru)  
Tel.: +7 (916) 694-75-80

*Vanin Alexander V.*, graduate, Psychological Institute of Russian Academy of Education, ul. Mokhovaya, 9/4, 125009, Moscow, Russia  
E-mail: [vanin@angarka.ru](mailto:vanin@angarka.ru)  
Tel.: +7 (903) 195-96-98