

ЭМПИРИЧЕСКИЕ И ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

УДК 159.9.07

Согласованность представлений о себе и жизненное пространство личности: опыт качественного исследования*

М. О. Аванесян^а, Н. Л. Москвичева

Санкт-Петербургский государственный университет,
Российская Федерация, 199034, Санкт-Петербург, Университетская наб., 7–9

Для цитирования: Аванесян М. О., Москвичева Н. Л. Согласованность представлений о себе и жизненное пространство личности: опыт качественного исследования // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2025. Т. 15. Вып. 4. С. 000–000. EDN GLKPNY

Недостаточно изучено, как человек воспринимает себя относительно разных сфер жизни, как согласует представления о себе. Проведен качественный анализ жизненного пространства личности с применением метода глубинного интервью как наиболее релевантного для решения данной задачи. Ответы респондентов обрабатывались в методологии качественного подхода с применением тематического анализа. Выборка: 25 взрослых от 21 до 43 лет, $25 \pm 3,8$ (22 женщины, 3 мужчины). Всего было проанализировано 574 свободных ответов/высказываний. Результаты показали, что опора на жизненный сценарий позволяет структурировать время жизни, обеспечивая целостность и направленность жизненного пути, даже если некоторые периоды воспринимаются как неопределенные. Горизонты планирования для разных сфер различаются, однако после определенной точки отдаленного будущего — поздней взрослости — идентичность человека и его самоощущение представляются ему как неизменные. Различие между периодами настоящего и будущего субъективно маркируется респондентами через «пороги», переход через которые характеризуется сменой эмоционального отношения и степенью их неопределенности. Описаны способы соединения сфер жизни: упорядочение их по времени, выделение приоритетов, пространственное соположение представлений («жизненных фрагментов») в едином мысленном обзоре, объединение сфер через активное действующее Я. Выявлено, что респонденты по-разному переживают ситуацию выбора — как вынужденное ограничение или, наоборот, появление новых возможностей. Сделаны выводы о четырех способах согласованности Я во

* Исследование выполнено при поддержке гранта РНФ № 24-18-00308 «Процессуальная модель целостности личности: теоретическое обоснование и эмпирические референты».

^а Автор для корреспонденции.

времени, частично совпадающих с описанными в литературе типами автобиографической согласованности: 1) через сохранение приверженности определенной роли или ценности (тематическая согласованность); 2) через сохранение приверженности плану, последовательности шагов для достижения цели (каузально-мотивационная согласованность); 3) через сохранение и/или воспроизведение желаемого состояния; 4) через сохранение контекста жизни как устойчивого во времени. Полученные результаты позволяют шире взглянуть на понятие жизненного пути, роли согласованности представлений о себе в создании единого жизненного пространства личности.

Ключевые слова: согласованность представлений о себе, представления о будущем, сферы жизни, жизненное пространство личности, целостность жизненного пространства.

Целостность является одной из фундаментальных характеристик личности и важнейшим принципом ее понимания. В рамках наиболее разработанных на сегодняшний день подходов целостность рассматривается как согласованность диспозиций человека и его поведения (Human et al., 2014), согласованность его когнитивно-аффективных компонентов (Kuhl et al., 2021), целевых устремлений (Costin, Vignoles, 2022). Однако следует признать, что такие подходы сосредоточивают внимание на отдельных аспектах целостности, см. обзор: (Москвичева, Мамаева-Найлз, 2024). Другие авторы рассматривают целостность как феноменологическое самоощущение человека, определяемое его автономным функционированием в реальной жизни, то есть степенью, в которой человек считает, что его поведение инициируется его волевым действием и лично им одобряется, а не является навязанным (Weinstein et al., 2013; и др.). В рамках нарративного подхода целостность рассматривается как интегративная характеристика, объединяющая несколько уровней функционирования личности, каждый из которых, в свою очередь, определяется собственным способом согласования компонентов. Самый вершинный из них — уровень жизненных историй (life-stories), поскольку именно в автобиографическом нарративе, через конкретную позицию рассказчика «собираются воедино» и объясняются нижележащие уровни¹ (Person-as-actor, Person-as-agent, Person-as-author) (McAdams, 2013; Habermas, Bluck, 2000; Habermas, 2011). В современных исследованиях разрабатываются идеи проявления целостности как когерентности внутренних процессов личности; как организующего (мета)механизма, позволяющего достигнуть интегрированного Я (integrative self), как ощущения личностью своей целостности и уникальности, см., например: (Quirin, Kuhl, 2022).

Исследователи личности постепенно приходят к мысли, что в исследовании целостности важно учитывать самоощущение личности в ее повседневном существовании. Однако множественность повседневных и ситуационных задач, которые личность решает в своей текущей жизни, предполагает также и их взаимосвязь с контекстами более высокого уровня, сопоставимыми с жизненными целями и задачами (жизненным контекстом), а также жизненными смыслами и ценностями (бытийным контекстом). Как предполагает Н. В. Гришина, учет взаимовлияния личности и ее жизненных контекстов позволяет перейти к описанию двух важней-

¹ Самый базовый уровень — уровень согласованности черт, поведения и межличностных ценностей; следующий, более динамичный уровень — согласованности краткосрочных и долгосрочных целей; и самый подвижный — уровень нарративно согласованных жизненных историй и воспоминаний.

ших интегральных психологических феноменов — идентичности и аутентичности личности, складывающихся на основе ее целостности (Гришина, 2024).

Цель статьи — описать, как пространственно-временная согласованность представлений личности о себе отражается в ее представлениях о своем будущем. Говоря о будущем, мы опирались на понятие сфер жизни. Сферы жизни рассматривались как компоненты единого жизненного пространства личности. При этом, с одной стороны, они дифференцируют жизненное пространство, а с другой, каждая сфера сама является тем пространством, в котором личность решает множество разноуровневых задач. Таким образом, мы получаем горизонтальное измерение (совокупность разных сфер жизни) и вертикальное измерение (разные уровни контекстов внутри каждой сферы) (Гришина, 2018). Рассмотрение жизненного пространства в его целостности позволяет поставить вопрос о том, как создаются и сохраняются взаимосвязи между сферами жизни и какова роль идентичности личности в процессе их интеграции. Используя инструменты нарративного подхода (в частности, понятие согласованности жизненной истории), попробуем учесть внутреннюю метрику и структуру жизненного пространства, описать его компоненты и их взаимосвязи.

Теоретическое обоснование

Рассмотрим, как в психологии принято исследовать представления человека о своем будущем.

Они могут проявляться в нескольких формах:

- построение модели как мысленной симуляции будущего;
- предсказание как оценка вероятности будущего результата;
- намерение как постановка цели;
- планирование как организация шагов для достижения цели (Szpunar et al., 2014; Schacter et al., 2017).

Результатом таких размышлений могут быть конкретные (например, встреча с другом на будущей неделе) или обобщенные репрезентации (представление о состоянии мира через год), которые черпаются из эпизодической памяти. Однако, прежде чем сгенерировать конкретный эпизод, люди не просто заимствуют детали из прошлого: они обращаются к своим знаниям о мире как таковом, организуют эпизодические мысли о будущем в кластеры событий, которые отражают влияние схематических, концептуальных и аффективных знаний более высокого порядка (например, жизненных сценариев) (Schacter et al., 2017); обзор и схему памяти см.: (Нуркова, 2010), обзор см.: (Lajko, Must, 2023).

Размышления о собственном будущем сопровождаются особым типом субъективного ощущения — «предпереживанием» будущих событий. Личностный аспект в размышлениях о будущем появляется тогда, когда в фокусе внимания оказываются не только сами прогнозы, которые личность делает относительно своего будущего, но и то, как они затрагивают ее чувство Я и идентичность. Такого рода прогнозы получили название самоопределяющих проектов (self-defining future projection, SDFP). Они были выделены по аналогии с самоопределяющими автобиографическими воспоминаниями (self-defining memories, SDMs), но относятся не прошлому, а к будущему человека, обзор см.: (Нуркова, 2022). Проекты характеризуются целым рядом особенностей:

- они оцениваются человеком как важные;
- помогают ему и другим людям понять, каков он как личность;
- отражают важную тему, проблему или конфликт, которые повторяются в жизни человека или связаны с другими событиями жизни, относящимися к сходным темам;

- эмоционально насыщены;
- носят наглядный характер;
- человек в своих мыслях часто к ним обращается (D'Argembeau et al., 2012).

Я-проекты, в отличие от Я-воспоминаний, оцениваются самим человеком более позитивно, при этом они менее конкретны, сопровождаются меньшей автобиографической рефлексией. Однако оба вида событий (SDMs и SDFP), согласно самоотчетам, дают людям высокий уровень чувства преемственности своего Я во времени. Были найдены тематические различия между Я-прогнозами и Я-воспоминаниями. Наиболее распространенной темой в прогнозах молодых людей 18–22 лет была тема достижений, в то время как в их воспоминаниях она встречалась почти в два раза меньше (57% vs 30%), за ней следовала тема отношений (21% vs 32%), затем отдыха/познания (по 10%); угрожающих жизни событий в будущем было названо почти вчетверо меньше, чем в прошлом (5% vs 23%), вины/стыда (0 vs 1%).

Для отражения содержательного аспекта представлений, касающихся будущего, исследователи ввели понятие визионных образов (visionary images). Как и Я-определяющие прогнозы, они соотносятся с идентичностью, к которой стремится человек (Baumeister, 1997). Визуальная форма образов, воплощенных в конкретных картинках, обеспечивает возможность симуляции будущей реальности. Визионные образы позволяют человеку получить представление о конечном состоянии, в котором стоящие перед ним задачи уже решены, и почувствовать вкус возможных достижений. Благодаря очень конкретному (квазиперцептивному) формату они соединены с имплицитной мотивационной системой и тем самым активируют импульс к действию (Rawolle et al., 2017). Так же как и самоопределяющие прогнозы, они:

- касаются того или иного состояния в будущем;
- соотнесены с идентичностью (identity-relevant);
- носят позитивный характер и являются желательными и достижимыми;
- представляют собой отражение долгосрочной перспективы и регулярно возникают в потоке мыслей человека.

Данные образы стоит отличать от возможных Я, позитивных фантазий и образов цели, а также от личных целей (которые не обязательно являются детализированными картинками, а также не обязательно связаны с идентичностью) (Rawolle et al., 2017).

Однако важно не только само событие и его описание, но и способ согласования событий между собой. Рассказывая свою автобиографию, люди используют разные способы поддержания ее согласованности:

- временную согласованность (как способность выстраивать события жизни в хронологическом порядке);
- биографическую согласованность (как умение опираться на нормативные культурно-типичные жизненные сценарии);

- мотивационно-каузальную согласованность (как способность выстроить причинно-следственные связи между событиями жизни и личностными изменениями);

- тематическую согласованность (как высвечивание доминирующей темы — в виде ценности, жизненного принципа, который пронизывает конкретное жизнеописание) (Habermas, Bluck, 2000; Зайцева, 2017).

Именно тематическая согласованность событий усиливается в связи с взрослением личности: «Принятая логика воспроизводится автобиографическим нарративом, выполняя в этом случае не только функцию упорядочивания жизненных происшествий и извлечения из них смысла, но и функцию планирования, конструирования жизни на будущее (самопрограммирования)» (Сапогова, 2017, с. 38). Экзистенциальный подход, в свою очередь, позволяет говорить об экзистенциальной логике жизни, которая представляет собой обобщенную идею, которой человек подчиняет свою жизнь.

В отечественной психологии активно разрабатывается понятие событийной структуры жизненной перспективы, см., например: (Коржова и др., 2020), и жизненного сценария, отражающего в современной интерпретации активность и авторство человека в конструировании и планировании своей жизни (Костромина и др., 2018). Операционализацией понятия «жизненный сценарий» может служить конструкт «жизненная модель», в котором интегрируются разные составляющие жизненного сценария (в частности, жизненные события) и осуществляется его конкретизация относительно определенной жизненной сферы: профессиональной, близких отношений и персональной (Костромина и др., 2018).

Исследование целостного образа будущего достаточно сложно, поскольку речь идет о разных образах, которые достаточно неоднозначно соотносятся друг с другом (личное будущее, будущее своей страны и мира в целом), могут включать в себя не всегда согласованные или даже противоречащие друг другу элементы (Rubin, 2013). Исследователь сталкивается с вопросами: как происходит переключение от одной сферы жизни к другой? сохраняется ли при этом ощущение согласованности своего Я? как респонденты соединяют эпизодические и обобщенные представления о себе в будущем?

Эмпирические исследования показали, что существует несколько основных стратегий управления структурами своей идентичности (которые могут определяться как множественные идентичности). Особенно ярко стратегии управления удалось выделить на выборке людей, чьи жизненные контексты меняются достаточно явно. В качестве целевой группы исследования выступила группа людей, для которых место работы и дом были разделены географически и они могут отсутствовать дома от 1 до 4 недель (так называемый вахтовый метод, fly-in, fly-out work context). Глубинные интервью позволили выявить три стратегии управления идентичностями (Manzi et al., 2023). Первая стратегия — согласование своих идентичностей, когда человек пытается быть одним и тем же дома и на работе, признавая при этом существование двух разных сторон себя, двух жизней, которые помогают друг другу (называется один и тот же набор идентичностей для двух разных контекстов; например «руководитель», «женщина», «мать двоих детей»). Вторая стратегия основана на том, чтобы сделать доминирующей одну из множественных идентичностей, например рабочую («она/он везде командует»). Третья стратегия заключа-

лась в создании новой интегральной идентичности вокруг важного для человека дела (например, рабочего соглашения относительно того или иного образа жизни) и отказе от всех других идентичностей. В целом можно говорить о конфигурации идентичностей, роли самого человека и ситуационного контекста в их проявлении. Результаты другого исследования выявили три типа когнитивных структур идентичности (identity networks): иерархическую, интегративную и сетевую, определяемые тем, как люди организовывали свои идентичности относительно друг друга и как распределяли свое время (Fenters et al., 2025). Структура идентичности влияет на мышление, чувства и действия человека. Например, иерархическая структура идентичности скорее всего способствует поведению, которое реализует идентичность (или идентичности) высшего порядка. Интегративная структура — поведению, отражающему значимые для человека совпадения между перекрывающимися идентичностями (например, соединяя как творчество («Я писатель»), так и призвание («Я служу людям»)), что предполагает реализацию этой общей направленности (например, «Я детский писатель, своим творчеством я служу людям»). Сетевая структура, соединяя идентичности, имеющие отношение к разным деятельности и ресурсам, как предполагают авторы исследования, способствует реализации сложных целей (Fenters et al., 2025). Недавние исследования социальной идентичности показывают, что уровень адаптации и психологического благополучия выше у тех людей, которые воспринимают свою идентичность как хорошо интегрированную (Unsworth, Seivwright, 2023).

В данной работе мы продолжаем исследование того, как личность поддерживает свою согласованность, сосредоточив внимание на психологических способах поддержания целостности своего жизненного пространства в перспективе своего будущего.

Метод

Глубинное интервью использовалось для того, чтобы описать устройство жизненного пространства, его компоненты и способ их репрезентации, индивидуальные стратегии их связывания. Это определило целесообразность небольшого объема выборки, которую составили 25 взрослых в возрасте от 21 до 43 лет, $25 \pm 3,8$ (22 женщины, 3 мужчины) (все респонденты с высшим образованием, проживают в Петербурге, участвовали в исследовании добровольно). С респондентами проводилось интервью об основных сферах жизни, длительность которого составляла от 45 до 60 минут. Это позволило апробировать и выявить возможности и ограничения данного метода для изучения целостности личности. В основу интервью легло разделение жизни на четыре основные сферы:

- 1) профессиональная сфера;
- 2) сфера материального и финансового благополучия;
- 3) сфера отношений с людьми;
- 4) сфера развития, совершенствования себя (персональная сфера).

Интервью носило полуструктурированный характер и содержало 20 вопросов, направленных на исследование образа Я в данных сферах жизни. Беседа о каждой из сфер жизни предварялась следующими вопросами: «Когда Вы думаете о <сфера жизни>, какие представления о себе у Вас возникают? Расскажите о себе в бу-

душем. Как Вам кажется, каковы корни этих образов? (например, детские мечты и фантазии, фильмы, книги, образец в ближайшем окружении)». Таким образом выявлялись:

- визионные образы;
- представления о будущем в разных сферах;
- представления респондентов об источниках этих образов будущего, связанные с разными временными точками.

Полученные данные были обработаны при помощи метода тематического анализа. Говоря о тематическом анализе, мы отличаем его от количественного контент-анализа, поскольку показателем значимости темы для нас выступала не частота ее встречаемости, а ее эмоционально-смысловая нагрузка. Нас интересовало получение общего паттерна значений, смысловая конфигурация данных, что подразумевало выявление как очевидных, так и латентных тем (Хорошилов, Мельникова, 2020). Это дало возможность найти логические и структурные отношения между выделенными темами, получить целостное видение изучаемого феномена — в нашем случае психического мира человека и того, как представления личности о себе воплощаются в разного рода сферах жизни и контекстах ее существования.

Результаты

Анализ текста был сфокусирован на двух категориях:

- 1) временные модусы (прошлое, настоящее, будущее) в основных сферах жизни;
- 2) идентичность.

Это позволяло учесть ситуационный и жизненный контекст, в который погружена личность. Психологи часто указывают на неоднородность временной перспективы и ее многослойность, в частности выделяя психологическую, личностную и жизненную перспективы (Абульханова-Славская, 1991). В данном исследовании мы акцентировали внимание на том, что позволяет человеку в своем внутреннем плане увязывать столь неоднородные компоненты временной перспективы, и на том, как происходит согласование разных сфер жизни («областей»). Проведенный анализ позволил описать:

- основные пути поддержания целостности жизненного пространства и особенности переживания временных периодов;
- роль нормативного жизненного сценария в поддержании временной согласованности личности;
- способы дифференциации настоящего и будущего в представлении респондентов.

Согласование сфер жизни. Для описания будущего мы изначально просили респондентов описать жизнь через ее основные сферы. Этот подход активно развивается в рамках концептуализации жизненного сценария (Костромина и др., 2018). В процессе интервью мы убедились, что такой способ структурирования жизни как многокомпонентного явления довольно естественен для респондентов, но способы согласования разных сфер в единое пространство жизни могут быть различными.

Опишем выявленные типы согласования, которые были выделены на основе анализа ответов респондентов, и приведем типичное высказывание по каждому варианту (табл. 1):

- согласование жизненных сфер может происходить за счет их упорядочивания в краткосрочной временной перспективе с опорой на структуру дня или недели (например, «время для работы» / «время для семьи» / «время для хобби»: вечером / днем / на выходных / на каникулах);
- жизненные сферы согласуются за счет их упорядочивания в более длительной временной перспективе («после повышения можно выйти в декрет» / «отдохну после выхода на пенсию»);
- согласование жизненных сфер осуществляется как вынужденный выбор, сопровождающийся переживанием упущенной возможности и потери («что-то в ущерб чему-то»);
- или, наоборот, как приобретение возможности развития (одни сферы жизни позволяют организовывать другие);
- жизненные сферы объединяются через образ Я или стиль жизни, когда жизнь воспринимается как единое жизненное пространство для самореализации;
- жизненные сферы удерживаются в формате единого одномоментного жизненного обзора с возможностью развертки отдельных периодов (независимо друг от друга).

Опора на нормативный жизненный сценарий как временную метрику жизни. Все респонденты имели представление о нормативном жизненном сценарии, на который периодически ссылались как на установленную последовательность событий и этапов. Он задает систему координат, в которой изначально есть временная разметка нормативных жизненных событий. Это определяет представление о нормативной скорости, относительно которой происходит определение себя как запаздывающего или, наоборот, опережающего предвосхищаемые события. Кроме того, оперирование сценарием позволяет схватывать жизнь в ее целостности: «как дело начиналось, что было, чем дело кончилось». При этом, планируя будущее, респонденты опирались на нормативный сценарий, но уже в контексте своей индивидуальной жизненной ситуации, например: «У меня есть представление, что *хотелось бы* самостоятельно пожить *прежде, чем* создавать свою семью... *Пока* мы только переехали <с родителями>... Надо *еще* закончить учебу» (ж., 22 г.).

Анализ данных показал неоднородность переживания времени жизни.

Во-первых, периоды жизни на временной линии у одного и того же респондента были представлены неодинаково. Изначально заданная прототипическая последовательность жизненного сценария позволяет, даже при пропуске или отсутствии представления о каком-то периоде («мысли дальше не идут», «пробел», «смутный образ»), не нарушать общую направленность жизни и целостность ее представления респондентами. Например, «квартира своя — пока смутный образ, тяжело думать о квартире, поначалу снимать придется. Пока нет заработка — мысли не идут» (ж., 22 г.); «...есть пробел между 35 и 50 годами, есть ощущение, что придется выбирать — либо семья, либо карьера...» (ж., 23 г.).

Говоря об отдаленном будущем, респонденты описывали, что после достаточно активного социального периода для них наступало своего рода плато, после которого они «как будто больше не менялись». «Я хочу старость встретить одна, в доме деревенском, у меня будет лошадь. Но я не вижу себя какой-то немощной, я смотрю на это глазами сегодняшнего дня. Какая сейчас — среднего неопределенного возраста...» (ж., 39 л.). «Есть представление, образ, который связан с работой — где-то

Таблица 1. Способы согласования сфер жизни относительно друг друга

Пространственно-временные координаты	Способы согласования	
	упорядочивание / выбор	связывание
Пространство	<p>Строгое разделение сфер жизни за счет их регламентации Часть респондентов была удовлетворена тем, как организована их жизнь, совмещающая разные сферы, например: «Я разделяю профессиональную сферу и сферу семьи» (ж., 23 г.). Типичной стратегией совмещения всех сфер жизни был повседневный распорядок («утром — поход в бассейн, днем — работа, вечером — отдых с семьей и друзьями»), что создавало образ жизни как целостной и гармоничной</p>	<p>Взаимное влияние сфер жизни как ресурс (приобретение) «Какие-то сферы я понимаю, вижу: в отношениях — я ресурс для себя получаю, мне это видится комфортнее и стабильнее. Другие сферы — профессия, дом, зависят от карьеры. Но целостного будущего — пока нет... Может быть, это связано с тем, что сфера отношений дает надежду на другие сферы» (м., 23 г.)</p>
	<p>Необходимость выбора, конфликт между разными сферами жизни (потери) «Если брать полностью образы — это про развитие меня как человека, на протяжении всей жизни. Но у меня разбивается сфера отношений и профессии. Как будто вопрос — куда вкладываться больше. Как будто бы надо выбирать. Что-то в ущерб. Когда ты больше занимаешься семьей, то меньше успехов в работе» (ж., 22 г.)</p>	<p>Интегративный образ жизненного пространства за счет объединения сфер через образ Я или свой стиль жизни; жизнь воспринимается как единое пространство «Я понимаю, что в разных сферах жизни, чем бы я ни занималась — работа, моя семья, увлечения, которые у меня есть, — это все Я, все про меня» (ж., 21 г.)</p>
Время	<p>Расстановка приоритетов в разные периоды жизни как протяженной во времени целостности «Мне бы хотелось все успеть. Сейчас учеба и карьера, потом семья и рождение детей и возвращение на работу» (ж., 21 г.)</p>	<p>Удержание единого одномоментного жизненного обзора с возможностью развертки отдельных периодов (независимо друг от друга) «Обычно представляю себе какие-то эпизоды, на которые смотрю со стороны как ролики — я куда-то иду, что-то делаю» (ж., 39 л.)</p>

до пенсионного возраста, не могу сказать точно. Но когда я отработаю — там буду жить на берегу моря. Знаю уже — Черное море. Даже есть город — Ялта» (ж., 43 г.). «Как будто бы есть образ только в 50 лет, где я вижу себя: я читаю книгу... большая часть жизни прожита. Ты сидишь и думаешь — я много понял про себя, про других, у меня есть опыт, который ценен, что это все, что было... это я... Как-будто я тут обрезала себе будущее, непонятно, как развиваться дальше» (ж., 24 г.).

Во-вторых, при планировании разных сфер жизни один и тот же респондент оперировал различными временными периодами. Приведем типичный ответ, в котором респондентка размышляет о планировании будущего: «Смотря чего касается: работа — горизонт планирования — 3 года. Семьи — 10 лет, а что я выхожу замуж — 25 лет, 26 лет. Потом уже... на 30 лет — нет точных представлений... Выйти замуж, родить, ребенок уже более-менее взрослый» (ж., 22 г.).

Итак, опора на жизненный сценарий позволяет структурировать время жизни, в разной степени заполняя различные периоды будущего, и не теряя при этом общей целостности и направленности жизненного пути. Респонденты дифференцируют горизонты планирования для разных сфер, но для большинства из них в определенной точке отдаленного будущего — поздней взрослости — собственная идентичность и самоощущение как бы застывают и больше не меняются. Отметим, что данная особенность проявилась в нашей, достаточно молодой выборке, и требует дальнейшего изучения для людей старшего возраста.

Дифференциация временных периодов как сопоставление будущего и настоящего. «Прошрое», «настоящее», «будущее» часто рассматриваются как независимые когнитивные конструкты, но феноменологически они представляют для человека целостное жизненное пространство, см., например: (Левин, 2008). Каким образом тогда осуществляется оперирование разными временными модусами? В проведенном исследовании почти все респонденты описывают различимую границу между настоящим и будущим, оперируя двумя сравнительными параметрами. Первый параметр — «лучше/хуже»: будущее может быть лучше или хуже настоящего. Второй параметр — уровень неопределенности: будущее описывалось как более спокойное и умиротворенное («лучшее будущее»), либо как более неопределенное и тревожащее, чем настоящее (табл. 2). В нашей выборке не было респондентов, которые бы отметили однородность перспективы и отсутствие такого перехода, но можно предположить, что такой ответ тоже может встречаться.

Таким образом, области времени характеризуются эмоциональной разметкой (чаще всего контрастной), которую проводит сам человек. Можно говорить о некотором пороге, определяющем субъективно различающийся переход между областями настоящего и будущего.

Способы согласования образа Я во времени. Поскольку нашей целью было изучить способы сохранения самосогласованности в контексте разных сфер жизни, то мы опирались в своем анализе на уже описанные ранее нарративные способы согласования автобиографии, см.: (Зайцева, 2017). На основе анализа ответов респондентов о себе в будущем было выявлено четыре способа сохранения самосогласованности. Два из них совпали с ранее упомянутыми способами согласованности автобиографического Я-нарратива:

- 1) сохранение приверженности определенной роли или ценности (тематическая согласованность в нарративе) (20% выборки.);
- 2) сохранение приверженности плану, то есть последовательности шагов для достижения важной цели (мотивационно-каузальная согласованность в нарративе) (28%);
- 3) сохранение и воспроизведение знакомого/идеального состояния (44%);
- 4) сохранение определенного контекста жизни как устойчивого во времени (8%).

На данном этапе работы мы определили для каждого респондента ведущий тип согласованности. Однако уже сейчас можно отметить, что один и тот же респондент может использовать разные виды согласованности внутри разных сфер жизни; также встречаются единичные случаи, когда тип согласованности остается единым для всех сфер (в нашей выборке из 25 человек таких респондентов было 6, из которых 4 — согласованность по состоянию, 2 — согласованность шагов для

Таблица 2. Примеры способов дифференциации временных периодов «настоящего» и «будущего»

Параметры сопоставления	Образы будущего	
Лучше/хуже	<p>Будущее лучше, чем настоящее «Первое, что приходит в голову, что все более радужное, легче, происходит само собой без чрезмерное напряжения, там тепло, светло и приятно... Если какой-то молодой человек предложит с ним жить, и я буду понимать, что условия мои ухудшатся, то я никуда от родителей не уйду, ухудшения условий не хотелось бы» (ж., 23 г.)</p>	<p>Будущее хуже, чем настоящее «У меня был страх, что я никогда нигде не буду себя чувствовать так хорошо, как в родном городе N» (ж., 24 г.)</p>
Определенное/неопределенное	<p>Будущее более определенное Практически нет примеров относительно определенности будущего в целом; но можно говорить о большей определенности относительно некоторых сфер: «...В основном это с работой связано — как я вижу себя... и с семьей. Больше — ничего такого» (ж., 25 л.)</p>	<p>Будущее менее определенное «Раньше — больше мечтал о будущем. Но сейчас потерял многие смыслы. Понял, что если буду мыслить будущим — то разочаруюсь. До этого было не просто планирование, это были мечты о дальнейшем, о разном, сейчас нет четких мечт» (м., 27 г.)</p>

достижения цели). В целом в нашей выборке доминирующим типом согласованности была согласованность по состояниям.

Подробнее раскроем каждый из них.

1. Представление о себе сохраняется устойчивым за счет приверженности определенной роли или ценностям. Пример ролевого соответствия: «Хотелось бы быть для брата такой сестрой, которая его любит, поддерживает» (ж., 22 г.). Пример ценностного соответствия — поддержание представлений о себе как человеке, которому «нравится учиться, узнавать что-то новое»: «Пока ты что-то новое делаешь, ты живешь полно, полноценно. Это просто ощущение динамики, новизны, я много где училась» (ж., 21 г.).

2. Преемственность представлений сохраняется благодаря тому, что респондент придерживается последовательности шагов или действий, которые предпринимаются для достижения представляемой им конечной цели («Я-сейчас делаю что-то важное для себя в будущем»). Данный способ согласования относится не только к текущим жизненным целям. Осмысливая жизнь в более широком масштабе, респонденты делают это в рамке «логики судьбы», представлений чего-то важного для себя в будущем: «Даже несмотря на то что профессионально изменялась жизнь, разводилась с мужем, но ощущение себя, как одно... что жизненный путь начался и идет к какой-то цели, которая уже была...» (ж., 39 л.). У некоторых респондентов было желание устроить будущее только «не так, как было...»: «Как /я это вижу — у меня было детство такое страшное, моя глобальная цель — от него уходить. У меня было много картинок — как будет по-другому» (ж., 43 г.).

3. Преемственность представлений о себе в будущем сохраняется через преемственность состояния, чаще всего основанного на предыдущем опыте: «Это опять про состояние, что мне хорошо быть в этом моменте — то, чем я занимаюсь, где

живу, с кем нахожусь и как ощущаю себя» (ж., 21 г.). «По большей части на уровне чувств — что я больше реализованный, самоактуализованный. Неважно, каким именно я буду, мне важнее это состояние. Возможно, это медитативный опыт» (м., 23 г.). Часто мы наблюдали ссылки на интегративные образы-состояния, которые из детства или других периодов жизни переносятся в будущую жизнь. Эти яркие образы, с одной стороны, носят конкретный характер, а с другой, становятся обобщенными моделями — метафорами: «Дедушка преподавал математику в Военно-морской академии: он мне говорил о том, как что-то рассказываешь студентам, им интересно, ты перед ними стоишь. И меня просили: “N., скажи, стишок почитай... тетрадочку открой”. Это так и осталось с детства — картинка. Я что-то рассказываю, и меня слушают» (ж., 43 г.); «Есть какая-то картинка, но она смутная, приятно думать о чувстве — чувстве теплоты — картинка, что несколько человек сидят рядом, скорее важно чувство тепла» (ж., 22 г.).

4. Представление о себе сохраняется за счет представления части контекста жизни как устойчивого. Респондент мыслит одну из сфер жизни как определенную и стабильную («дети окончат школу... потом окончат университет»). Например, респондентка так определяет свое будущее: «У меня есть планы на день, неделю, полгода, на два, есть очертания на 5 лет. В большинстве случаев это задачи. Есть точки — у меня две дочери. Ближайшие 5–10 лет привязаны к их жизни. Старшая поступит в институт, будет что-то, младшая поступит, кто-то уедет» (ж., 39 л.).

«Монтирование» эпизодов как создание целостности. Нас интересовало, как респонденты из возникающих картинок, эпизодов в итоге создавали определенную целостность восприятия жизни. Когда респонденты упоминали какие-то события, мы просили рассказать о них чуть подробнее. Данные эпизоды могли быть разной степени обобщенности — конкретные эпизоды или более обобщенные образы. Представим подробнее типичные ответы респондентов, которые достаточно легко их описывали по нашей просьбе.

Первая группа представляет собой описание картинок эпизодов повседневной жизни.

(1) «Обычно представляю себе какие-то эпизоды, на которые смотрю со стороны как ролики — я куда-то иду, что-то делаю. Я вижу этот образ, меня в будущем, в нем не бывает чего-то негативного. Это не абстрактное счастье — я не лежу в ванне из лепестков роз, это конкретные события, ситуации, очень реальные, связанные с повседневностью, не вымышленные. Например, я думаю, как мне жить в квартире отдельной, или я, наконец, ем одна со своими детьми за столом. Я себя вижу в повседневности, эта повседневность, которая мне нравится» (ж., 39 л.).

(2) «Картинка — работа на факультете — как я добираюсь до факультета на машине, как захожу, как студенты со мной здороваются. Как я с кем-то работаю. Семья — квартира, детская, как я мужа буду встречать с работы. Как я буду одета. Картинка развития — я в бассейне, как личное саморазвитие — или в лесу или где-то йогой занимаюсь самостоятельно. Или белый рояль, я одна дома — кто-то ушел на работу, кто-то в школу, я заварила себе кофе... Очень много картинок» (ж., 23 г.).

(3) Углубленное понимание «жизненного обзора», с акцентированием его целостности и связности, демонстрирует ответ респондента: «Не особо целостная, она <картина будущего>. Если смотреть на это как на один фильм — то она становится целостной — мы видим разные промежутки времени, как человек менялся,

каким он стал, но все равно пока есть просто кадры. Сонаправленность внутренняя — как клей. Она должна пронизывать мое будущее» (м., 23 г.).

Вторая группа примеров показывает, как отсутствие опыта заполняется образами, которые могут быть «картинками», набором идеализированных представлений, «ассоциациями, но без четких картинок», эмоционально-чувственными образами. Источником такого рода обобщенных образов, часто по типу коллажей, может быть опыт близких людей (например, недавно родился ребенок у подруги), книги и фильмы, стереотипы. Однако, несмотря на «картинность» и искусственность, наличие этих картинок важно в представлении будущего и себя в будущем, поскольку они рассматриваются респондентами как неотъемлемая часть их собственной жизни, примеры чего представлены ниже:

(1) «Есть прям образ идеализированного человека. На это отчасти могли повлиять сериалы и книги. Я прочитала “Бусидо”, на это накладывается философия» (ж., 23 г.);

(2) «Пришел образ — есть близкий человек, с которым я сажусь вместе ужинать, пить чай, скорее визуальные картинки, это атмосфера какого-то уюта и спокойствия» (ж., 22 г.);

(3) «Это, скорее всего, я и моя семья и как бы я хотела, чтобы это выглядело идеально, только то место, где я бы хотела жить, — другое» (ж., 22 г.).

В некоторых случаях респонденты хорошо улавливают эмоционально-чувственную и смысловую составляющую образа, но сам он остается достаточно схематичным: «Уверенность, не наполненная конкретикой... Эпизоды крепких хороших отношений. Начало их не особо представляю» (ж., 22 г.), «Сложно это как-то развернуть» (м., 24 г.).

В приведенных примерах, на наш взгляд, представлен один из базовых механизмов автобиографической памяти — конденсация, усиление уникального и единичного при элиминации повторяющегося. По В. Н. Нурковой, механизм конденсации лежит в основе формирования фотографических и «характерных» воспоминаний, представления о своей судьбе как целостности, а также феномена мгновенного жизненного обзора. Он проявляется в том, что перед мысленным взором человека проносятся разные события жизни, создающие эмоциональное переживание ее целостности, в то время как последовательность воспоминаний может быть как прямой, так и обратной, нелинейной, панорамной (голографической) (Нуркова, 2011). Люди описывают мгновенный жизненный обзор, используя метафоры фильма, слайд-шоу, клипа, панорамы, что передает идею того, что все события жизни словно происходят одновременно. Отвечая на вопросы о будущем, респонденты предстали в интервью как монтажеры, которые из динамичных эпизодов или отдельных сцен склеивают представление о своем будущем, которое, как видно в рассказах интервью, достаточно далеко от целостной и связной автобиографической истории, но воспринимается как достоверное личное будущее.

Обсуждение результатов

В психологии используется понятие жизненного пространства, позволяющее учесть влияние на поведение человека здесь-и-сейчас значимых внутренних и внешних факторов, среди которых одновременно могут быть как временные пер-

спективы, так и разные жизненные сферы. В данной работе способы и механизмы согласования человеком представлений о собственном будущем изучались в рамках феноменологического подхода, для выявления типичных способов самосогласования личности во времени и пространстве как одного из проявлений целостности ее жизненного пространства. Интервью с респондентами, участвовавшими в исследовании, выявили представления о будущем как фрагментарные, часто состоящие из картинок, идеальных («типичных») представлений. Однако, несмотря на фрагментарность представлений о будущем, существуют психологические механизмы, которые позволяют сохранять образ будущего психологически достоверным, а образ Я — согласованным во времени, хоть и с разной степенью четкости.

Наши данные проиллюстрировали, что в представлениях о себе в будущем респонденты прежде всего опираются на схему типичного сценария жизни и его временную разметку. Это подкрепляет данные предыдущих исследований, в которых показано, что при распаде автобиографической памяти именно типичный жизненный сценарий остается самым сохранным (Allé et al., 2015). Сценарий создает интегративную рамку для жизненного контекста человека, удерживая ее даже в случае, если он смутно представляет какие-то определенные периоды своей жизни. Области настоящего и будущего по-разному эмоционально маркируются людьми и различаются ими по степени определенности. Горизонты планирования для разных сфер у одного и того же респондента чаще всего различались. Субъектность человека проявлялась в том, как он организовывал взаимосвязи между сферами своей жизни и согласовывал их друг с другом, насколько они были взаимопроницаемы относительно друг друга.

Опираясь на представления об уровне структуры организации личности (Гришина и др., 2018), можно предположить, что наличие картинок позволяет ситуационному контексту присутствовать в более широких контекстах других уровней — жизненном и бытийном. Возможность сохранить приверженность определенной роли или ценности, действовать согласно намеченному плану как в рамках повседневной жизни, так и жизненных периодов и жизни в целом позволяют человеку интегрировать жизненный и бытийный контексты. Некоторые респонденты также ориентировались на часть жизненного контекста как устойчивую, используя для этого внешние точки опоры, например планировали свою жизнь, согласовывая ее с планами родных, рассматривая их как устойчивый и стабильный во времени способ организации своей жизни.

Относительно новым методом сохранения самосогласованности во времени, в дополнение к описанным в психологической литературе способам согласованности автобиографического нарратива (приверженность определенной роли или ценностям, выстраивание последовательности шагов для достижения важной цели), было выявленное в исследовании стремление к желаемому психологическому состоянию, знакомому по предыдущему опыту.

Выводы

Исследование показало, что опора на прототипический жизненный сценарий позволяет структурировать время жизни, обеспечивая целостность и направленность жизненного пути, даже если некоторые периоды воспринимаются человеком

как неопределенные. Горизонты планирования событий для разных сфер жизни различаются, однако после определенной точки отдаленного будущего (в нашей выборке — поздней взрослости) идентичность человека и его самоощущение представляются им как неизменные. Можно говорить о субъективных порогах между периодами прошлого и будущего, переход через которые характеризуется изменением эмоционального отношения и степени неопределенности представлений.

Выявлено четыре способа согласованности Я во времени, для каждого из которых характерна опора на тот или иной вид неизменных и устойчивых во времени компонентов:

- 1) через сохранение приверженности определенной роли или ценности (тематическая согласованность);
- 2) через сохранение приверженности плану, представления последовательности шагов для достижения важной цели (каузально-мотивационная согласованность);
- 3) через сохранение и/или воспроизведение желаемого состояния;
- 4) через сохранение контекста жизни как устойчивого во времени.

Для согласования сфер жизни респонденты использовали разные способы их соединения:

- упорядочивание по времени;
- выделение приоритетов;
- пространственное соположение представлений (жизненных фрагментов) в едином мысленном обзоре;
- объединение сфер через активное действующее Я.

Мы также обнаружили, что респонденты по-разному переживают ситуацию выбора — как вынужденное ограничение или, наоборот, как появление новых возможностей.

Говоря о методических сторонах исследования, мы можем отметить, что биографическое интервью с опорой на сферы жизни позволяет увидеть целостность восприятия жизни, дополняя известные нарративные автобиографические практики, событийные методики (линия жизни), диагностику типичных жизненных сценариев («судьбы»), экспериментальные методы мгновенного жизненного обзора. Несмотря на то что в исследовании речь шла о представлениях о будущем, они составляют неотъемлемый фон внутреннего психологического плана человека. Такого рода интервью позволяет одновременно учитывать описательные и нарративные компоненты образа будущего, замечать его фрагментарность, легкость сворачивания и развертки определенных элементов с сохранением его общей целостности.

Данное исследование, обращенное к сферам жизни, позволяет также дополнить работы, связанные с исследованием когнитивных стратегий построения «сети идентичностей» человека: оно демонстрирует, как именно личность интегрирована в реальный контекст своей жизнедеятельности, как происходит переключение идентичностей.

Рассматривая перспективы исследования, согласимся, что дальнейшее направление исследований жизненного сценария может осуществляться через концепт «жизненный стиль» (Костромина и др., 2018). Можно предположить, что жизненный стиль будет проявляться в том, как человек организует свое жизненное про-

странство относительно разных сфер жизни, на чем основывается его приверженность себе (самосогласованность) во времени, как он представляет границы настоящего времени и когда оно переходит в будущее.

Литература

- Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991.
- Гришина Н. В. Проблема концептуализации контекста в современной психологии // Социальная психология и общество. 2018. Т. 9, № 3. С. 10–20.
- Гришина Н. В. Идентичность как проявление целостности личности // Социальная психология и общество. 2024. Т. 15, № 4. С. 12–24.
- Гришина Н. В., Костромина С. Н., Мироненко И. А. Структура проблемного поля современной психологии личности // Психологический журнал. 2018. Т. 39, № 1. С. 26–35.
- Зайцева Ю. Е. Стратегии и стили конструирования идентичности в автобиографических Я-нарративах // Психологические исследования. 2017. Т. 10, № 52. С. 3.
- Коржова Е. Ю., Волкова Е. Н., Микляева А. В., Безгодова С. А., Юркова Е. В. Событийная наполненность жизненной перспективы опекунов как характеристика отношений в семьях кровной и некровной опеки // Социальная психология и общество. 2020. Т. 11, № 3. С. 86–98. <https://doi.org/10.17759/sps.2020110306>
- Костромина С. Н., Гришина Н. В., Зиновьева Е. В., Москвичева Н. Л. Жизненная модель как конструкт изучения жизненного сценария личности // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2018. Т. 8, вып. 4. С. 341–357.
- Левин К. Теория поля в социальных науках. СПб.: Речь, 2008.
- Москвичева Н. Л., Мамаева-Найлз В. Д. Концепт «целостности» личности в современных зарубежных исследованиях: терминология и содержание понятия // Новые психологические исследования. 2024. № 4. С. 62–90.
- Нуркова В. В. Автобиографическая память в оптике культурно-исторической и деятельностной методологии // Психология. Журнал ВШЭ. 2010. № 2. С. 64–82.
- Нуркова В. В. Мгновенный жизненный обзор. Метафора? Реальный мнемический опыт? Ретроспективный артефакт? К вопросу о перспективах исследования // Психологические исследования. 2011. № 4 (18). URL: <https://psystudy.ru/num/article/view/835> (дата обращения: 25.03.2025).
- Нуркова В. В. Самоопределяющие автобиографические воспоминания в системе личностно-мнемических межфункциональных связей // Культурно-историческая психология. 2022. Т. 18, № 1. С. 79–89.
- Сапогова Е. Е. Лабиринты автобиографии. Экзистенциально-нарративный анализ личных историй. СПб.: Алетейя, 2017.
- Хорошилов Д. А., Мельникова О. Т. Метод тематического анализа в изучении представлений о женском лидерстве // Организационная психология. 2020. Т. 10, № 3. С. 85–99.
- Allé M. C., Potheegadoo J., Köber C., Schneider P., Coutelle R., Habermas T., Danion J. M., Berna F. Impaired coherence of life narratives of patients with schizophrenia // Sci Rep. 2015. Vol. 10, no. 5. Art. 12934.
- Baumeister R. F. Identity, self-concept, and self-esteem: The self lost and found // R. Hogan, J. Johnson, S. Briggs (eds). Handbook of Personality Psychology. San Diego: Academic Press, 1997. P. 681–710.
- Costin V., Vignoles V. L. What do people find most meaningful? How representations of the self and the world provide meaning in life // Journal of Personality. 2022. no. 90. P. 541–558. <https://doi.org/10.1111/jopy.12682>
- D'Argebeau A., Lardi C., Van der Linden M. Exploring the identity function of thinking about the future // Memory. 2012. Vol. 20. P. 110–120.
- Fenters V. W., Balven R. M., Ashforth B. E., Waldman D. A., Siegel D. S. How identity structure influences identity adoption: The case of hybrid entrepreneurs // Academy of Management Journal. 2025. Vol. 68 (3) P. 567–597. <https://doi.org/10.5465/amj.2023.0520>
- Habermas T. Autobiographical reasoning: Arguing and narrating from a biographical perspective // New direction for child and adolescent development. 2011. no. 131. P. 1–17.
- Habermas T., Bluck S. Getting a life: The emergence of the life story in adolescence // Psychological Bulletin. 2000. Vol. 126, no. 5. P. 748–769.

- Human L. J., Biesanz J. C., Finseth S. M., Pierce B., Le M. To thine own self be true: Psychological adjustment promotes judgeability via personality — behavior congruence // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2014. Vol. 106, no. 2. P. 286–303.
- Kuhl J., Quirin M., Koole S. L. The functional architecture of human motivation: Personality systems interactions theory // *Advances in Motivation Science*. 2021. Vol. 8. P. 1–62.
- Lajko P., Must A. A jövő emlékei — Az epizodikus jövőgondolkodás narratív irodalmi áttekintése [Memories of the future — A narrative literature review of episodic future thinking] // *Neuropsychopharmacol Hung*. 2023. Vol. 25, no. 3. P. 142–154.
- Manzi C., Paderi F., Benet-Martinez V. Multiple social identities and well-being: Insights from a person-centred approach // *Br. J. Soc. Psychol*. 2023. Vol. 63, no. 2. P. 792–810. URL: <https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/bjso.12704> (дата обращения: 25.03.2025).
- McAdams D. P. The psychological self as actor, agent, and author // *Perspectives on Psychological Science*. 2013. Vol. 8, no. 3. P. 272–295.
- Quirin M., Kuhl J. The concert of personality: Explaining personality functioning and coherence by personality systems interactions // *European Journal of Personality*. 2022. Vol. 36, no. 3. P. 274–292.
- Rawolle M., Schultheiss O. C., Strasser A., Kehr H. M. The motivating power of visionary images: Effects on motivation, affect, and behavior // *J. Pers.* 2017. Vol. 85, no. 6. P. 769–781. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27716917/> (дата обращения: 25.03.2025).
- Rubin A. Hidden, inconsistent, and influential: Images of the future in changing time // *Futures*. 2013. no. 45 (3). P. 38–44. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0016328712002169> (дата обращения: 25.03.2025).
- Schacter D. L., Benoit R. G., Szpunar K. K. Episodic future thinking: Mechanisms and functions // *Curr. Opin. Behav. Sci.* 2017. no. 17. P. 41–50.
- Szpunar K. K., Spreng R. N., Schacter D. L. A taxonomy of prospection: introducing an organizational framework for future-oriented cognition // *Proc. Natl. Acad. Sci. USA*. 2014. no. 11. P. 18414–18421.
- Unsworth K. L., Seivwright A. N. Managing multiple, geographically-separated identities, and its effect on employee retention // *Front. Psychol. Sec. Organizational Psychology*. 2023. Vol. 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1189823>
- Weinstein N., Przybylski A. K., Ryan R. M. The integrative process: New research and future directions // *Current Directions in Psychological Science*. 2013. Vol. 22, no. 1. P. 69–74.

Статья поступила в редакцию 20 мая 2025 г.;
рекомендована к печати 9 июля 2025 г.

Контактная информация:

Аванесян Марина Олеговна — канд. психол. наук, доц.; <https://orcid.org/0000-0003-2482-9043>,
m.avanesyan@spbu.ru
Москвичева Наталья Львовна — канд. психол. наук, доц.; <https://orcid.org/0000-0002-5024-1094>,
n.moskvicheva@spbu.ru

Coherence of self-concepts and individual's life space: A qualitative study

M. O. Avanesyana, N. L. Moskvicheva

St. Petersburg State University,
7–9, Universitetskaya nab., St. Petersburg, 199034, Russian Federation

For citation: Avanesyan M. O., Moskvicheva N. L. Coherence of self-concepts and individual's life space: A qualitative study. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 2025, vol. 15, issue 4, pp. 000–000. EDN GLKPNY <https://elibrary.ru/glkpny> (In Russian)

* This study was funded by the Russian Science Foundation Grant no. 24-18-00308 “Processual model of personality integrity: theoretical foundation and empirical referents”.

^a Author for correspondence.

The question of how a person perceives himself in relation to different spheres of life, how he integrates them in his living space, has not been sufficiently studied. The study conducted a qualitative analysis of future representations using the in-depth interview, processing respondents' answers through content and thematic analysis. The sample: 25 adults aged 21 to 43 years, $25 \pm 3,8$ (22 women). A total of 574 free statements were analyzed. The results showed that reference to the life scenario allows structuring the time of life, ensuring the integrity and direction of the life path, while some periods may be perceived as vague. Planning horizons for different spheres differ, but after a certain point in the distant future — late adulthood — a person's identity and sense of self are presented to them as unchanging. The distinction between present and future time is subjectively marked by respondents through thresholds, the transition across which is characterized by a change in emotional attitude and the degree of uncertainty. There were described four ways of coherence of the self in time (partially coinciding with the ways of coherence of the autobiographical narrative): 1) through maintaining commitment to a certain role or value (thematic coherence); 2) through maintaining commitment to a plan, presenting a sequence of steps to achieve an important goal (causal-motivational coherence); 3) through maintaining and/or reproducing a desired state; 4) through maintaining the context of life as stable in time. To establish the coherence of life spheres, respondents used different ways of their connection: time ordering, prioritisation, spatial arrangement of representations (life fragments) in a single mental overview, unification of spheres through the active acting self. We also registered that respondents experience the situation of life choice in different ways — as a forced restriction or, on the contrary, as the emergence of new opportunities. The results allow us more fully describe ideas about the psychology of the life path, the role of coherence of self-concepts in integrity of the individual's life space.

Keywords: coherence of self-concepts, ideas about the future, life spheres, personal life space, life space integrity.

References

- Abulkhanova-Slavskaya, K. A. (1991). *Life strategy*. Moscow, Mysl Publ. (In Russian)
- Allé, M. C., Potheegadoo, J., Köber, C., Schneider, P., Coutelle, R., Habermas, T., Danion, J. M., Berna, F. (2015). Impaired coherence of life narratives of patients with schizophrenia. *Sci. Rep.*, 10, 5, 12934.
- D'Argembeau, A., Lardi, C., Van der Linden, M. (2012). Exploring the identity function of thinking about the future. *Memory*, 20, 110–120.
- Fenters, V. W., Balven, R. M., Ashforth, B. E., Waldman, D. A., Siegel, D. S., Virgil W. (2025). How identity structure influences identity adoption: The case of hybrid entrepreneurs. *Academy of Management Journal*, 68 (3), 567–597. <https://doi.org/10.5465/amj.2023.0520>
- Grishina, N. V. (2018). The problem of context conceptualization in modern psychology. *Sotsial'naiia psikhologiya i obshchestvo*, 9, 3, 10–20. (In Russian)
- Grishina, N. V. (2024). Identity as a manifestation of personality integrity. *Sotsial'naiia psikhologiya i obshchestvo*, 15, 4, 12–24. (In Russian)
- Grishina, N. V., Kostromina, S. N., Mironenko, I. A. (2018). The structure of the problem field of modern personality psychology. *Psikhologicheskii zhurnal*, 39, 1, 26–35. (In Russian)
- Habermas, T. (2011). Autobiographical reasoning: Arguing and narrating from a biographical perspective. *New direction for child and adolescent development*, 131, 1–17.
- Habermas, T., Bluck, S. (2000). Getting a life: The emergence of the life story in adolescence. *Psychological Bulletin*, 126 (5), 748–769.
- Khoroshilov, D., Melnikova, O. (2020). Thematic analysis method in the study of ideas about women's leadership. *Organizatsionnaia psikhologiya*, 10, 3, 85–99. (In Russian)
- Korjova, E. Yu., Volkova, E. N., Miklyaeva, A. V., Bezgodova, S. A., Yurkova, E. V. (2020). Event fullness of the guardians' life perspective as a relationship characteristic in the kinship and non-kinship guardians' families. *Sotsial'naiia psikhologiya i obshchestvo*, 11, 3, 86–98. <https://doi.org/10.17759/sps.2020110306>

- Kostromina, S.N., Grishina, N.V., Zinovieva, E.V., Moskvicheva, N.L. (2018). Life model as a construct for studying a personality's life scenario. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 8, 4, 341–357. (In Russian)
- Kuhl, J., Quirin, M., Koole, S.L. (2021). The functional architecture of human motivation: Personality systems interactions theory. *Advances in Motivation Science*, 8, 1–62.
- Lajko, P., Must, A. (2023). Memories of the Future — A Narrative Literature Review of Episodic Future Thinking. *Neuropsychopharmacol Hung.*, 25 (3), 142–154. (In Hungarian)
- Levin, K. (2008). *Field theory in the social sciences*. St. Petersburg, Rech Publ. (In Russian)
- Moskvicheva, N.L., Mamaeva-Niles, V.D. (2024). The concept of “integrity” of personality in modern foreign research: Terminology and content of the concept. *Novye psikhologicheskie issledovaniia*, 4, 62–90. (In Russian)
- Nurkova, V.V. (2011). Instant life review. Metaphor? Real Mnemonic Experience? Retrospective Artifact? On the prospects of research. *Psikhologicheskie issledovaniia*, 4 (18). Available at: <https://psystudy.ru/num/article/view/835> (accessed: 25.03.2025). (In Russian)
- Nurkova, V.V. (2010). Autobiographic memory in a view of cultural-historical and activity theory methodology. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki*, 7 (2), 64–82. (In Russian)
- Nurkova, V.V. (2022). Self-defining autobiographical memories in the system of personal-mnemonic inter-functional connections. *Kul'turno-istoricheskaiia psikhologiya*, 18, 1, 79–89. (In Russian)
- Quirin, M., Kuhl, J. (2022). The concert of personality: Explaining personality functioning and coherence by personality systems interactions. *European Journal of Personality*, 36, 3, 274–292.
- Rubin, A. (2013). Hidden, inconsistent, and influential: Images of the future in changing time. *Futures*, 45 (3), 38–44. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0016328712002169> (accessed: 25.03.2025).
- Sapogova, E.E. (2017). *Labyrinths of autobiography. Existential-narrative analysis of personal stories*. St. Petersburg, Aletya Publ. (In Russian)
- Schacter, D.L., Benoit, R.G., Szpunar, K.K. (2017). Episodic future thinking: Mechanisms and functions. *Curr. Opin. Behav. Sci.*, 17, 41–50.
- Szpunar, K.K., Spreng, R.N., Schacter, D.L. (2014). A taxonomy of prospection: introducing an organizational framework for future-oriented cognition. *Proc. Natl. Acad. Sci.*, 111, 18414–18421.
- Unsworth, K.L., Seiwright, A.N. (2023). Managing multiple, geographically-separated identities, and its effect on employee retention. *Front. Psychol. Sec. Organizational Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1189823>
- Weinstein, N., Przybylski, A.K., Ryan, R.M. (2013). The integrative process: New research and future directions. *Current Directions in Psychological Science*, 22, 1, 69–74.
- Zaitseva, Yu. E. (2017). Strategies and styles of identity construction in autobiographical self-narratives. *Psikhologicheskie issledovaniia*, 10, 52, 3. (In Russian)
- Zheltikova, I.V. (2020). Studies of the future and the place of the concept of “Image of the Future”. *Filosofskaiia mysl'*, 2, 15–32. Available at: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=32302 (accessed: 31.03.2025). (In Russian)

Received: May 20, 2025

Accepted: July 9, 2025

Authors' information:

Marina O. Avanesyan — PhD in Psychology, Associate Professor; <https://orcid.org/0000-0003-2482-9043>, m.avanesyan@spbu.ru

Natalia L. Moskvicheva — PhD in Psychology, Associate Professor; <https://orcid.org/0000-0002-5024-1094>, n.moskvicheva@spbu.ru

Инструкция для респондента

1. Бывает ли такое, что Вы задумываетесь о своем будущем, о том, какими Вы будете в будущем?

1) Попробуйте описать образы, картинки, ассоциации, мысли, которые у Вас возникают, когда Вы думаете об этом.

2) К какому периоду времени относится этот образ(ы)? (исследуется вместе с респондентом)

2. Когда Вы думаете о будущем, какой у Вас горизонт планирования, на какое время вперед Вы планируете свое будущее (в повседневности? «вообще»)? Какие представления в связи с этим возникают?

3. Когда Вы думаете о себе в <сфере>, какие представления о себе у Вас возникают? Расскажите о себе в будущем в этой сфере. Каковы корни этих образов? (Детские мечты и фантазии, фильмы, книги, образец в ближайшем окружении). Меняется ли он при перемещении на оси времени — ближнее будущее, среднее и дальнее будущее?

Отдельно рассматривается каждая из четырех сфер.

(1) в сфере отношений (семейных, романтических, дружеских),

(2) работе или обучении,

(3) материальной и бытовой сфере,

(4) сфере саморазвития.

Комментарий для интервьюера: попробуйте проследить происхождение образов — откуда они взялись? насколько детализированы? они связаны с детством? Если они менялись, то что способствовало их переосмыслению — какие-то жизненные обстоятельства, собственные мысли, жизненные кризисы?

4. Затем вместе с респондентом исследуется: Соотносятся ли представления из разных сфер? Что обеспечивает их взаимосвязь, если она есть? Как именно респондент их связывает (тип связи — хронологический, каузальный, ценностный, желаемое состояние, часть контекста жизни) или они, наоборот, не связаны друг с другом, фрагментарны, относятся к разному времени? Одинаково ли он мыслит/ощущает себя (Я) в разных сферах и в разное время?

Для того чтобы обработать полученные в процессе интервью ответы, отдельно выписываются все образы/представления, создается своеобразная «карта» представлений.