

Мечта как предмет психологического исследования

П.А. Егорова,

практикующий психолог, преподаватель, Институт «Высшая школа психологии», Москва, Россия, umrick@gmail.com

Обсуждаются основные теоретические концепции мечты: содержащиеся в них определения мечты, представления о ее генезе, функциях, месте мечты в структуре деятельности. Проанализированы сходства и отличия подходов. Обобщены результаты эмпирических исследований мечты подростков и взрослых, проанализированы функции мечты в подростковом возрасте. На основе анализа различных подходов выбрано теоретическое основание собственного исследования – теория деятельности А.Н. Леонтьева, концепция Л.С. Выготского, модель К. Левина. Сформулированы и обоснованы определение мечты как эмоционально окрашенного образа желаемого будущего, имеющего субъективную значимость, а также ценность и гипотезы собственного исследования: 1) содержание мечты связано не только с ситуацией фрустрации, но также со способностями подростка; 2) мечта участвует в регуляции ценностного выбора; 3) восстановление и развитие способности мечтать может использоваться в практике консультирования и психотерапии как эффективный инструмент помощи подросткам и взрослым.

Ключевые слова: психология, мечта, подростки, способности, нравственный выбор, психологическое консультирование, психотерапия.

Для цитаты:

Егорова П.А. Мечта как предмет психологического исследования [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2014. №1. URL: <http://psyedu.ru/journal/2014/1/Egorova.phtml> дата обращения: дд.мм.гггг

Egorova P.A. Dream as a subject of psychological research [Elektronnyj resurs «Psihologicheskaja nauka i obrazovanie psyedu.ru», E-journal «Psychological Science and Education psyedu.ru», 2014. no. 1. Available at: <http://psyedu.ru/journal/2014/1/Egorova.phtml> (Accessed dd.mm.yyyy)

Идеалы создаются не для того, чтобы их достигать, а для

того, чтобы указывать путь

Ганс Селье. От мечты к открытию

Мечта – одно из наиболее ярких событий нашей внутренней жизни. Образы, мечты создают в нашем воображении целый мир желаемого. Они могут быть очень реалистичными или причудливыми и фантастичными, они могут уносить нас далеко в прошлое и будущее или мгновенно изменять происходящее здесь и сейчас. Эти образы всегда притягательны, они приносят удовольствие и радость, но иногда и грусть, и тоску, если действительность, в которой мы живем, сильно отличается от того, о чем мы мечтаем.

Подростковый возраст – возраст самых смелых, амбициозных, альтруистических, героических и, порой, далеких от осуществления мечтаний. Погружаясь в них, подросток нередко проживает и переживает созданные им сюжеты, как если бы все, о чем он мечтал, происходило в реальности. Именно в этот период мечта занимает большую часть душевной жизни молодого человека. В этом смысле исследование мечты в подростковом возрасте

представляется нам важным как для изучения ее роли в развитии личности подростка, так и для понимания феномена мечты в целом.

Методологическое основание

В своей работе мы опираемся на несколько теоретических подходов. Прежде всего, это – теория деятельности А.Н. Леонтьева [10]. В рамках данного подхода мечту можно рассматривать как продукт деятельности и, одновременно, как одно из важных звеньев, которое эту деятельность регулирует. Кроме того, мечтание как процесс можно рассматривать как отдельную деятельность со своей мотивацией, целью, действиями, операциями и результатом. Мы также исходим из культурно-исторического подхода к анализу явления, сформулированного Л.С. Выготским [3]. Содержание и функции мечты мы рассматриваем в тесной связи с историей и процессом ее формирования. Еще одна концепция, на которую мы опираемся, – теория поля К. Левина и предложенные им понятия «жизненное пространство личности» и «ситуация» [8].

Что же мы знаем о мечте?

О существовании мечты нам известно, в первую очередь, из собственного опыта – каждый из нас когда-нибудь о чем-нибудь мечтал. Если внимательно понаблюдать за собой, то легко обнаружить, что «мечтательными» фантазиями пронизан весь наш день: мечты могут застать нас за важной работой, разговором с друзьями, в метро, перед сном. Это могут быть наши давние мечты, которые мы уже не раз представляли себе, или мимолетные фантазии о чем-то хорошем, которые, возможно, никогда больше не повторятся. В художественной литературе можно встретить описание мечты героя, из которой мы больше узнаем о его личности и самых сокровенных желаниях. Из биографий известных ученых, художников, писателей мы узнаем, как мечта становилась двигателем научных открытий и многих других социальных достижений [12;13;16].

Несмотря на то, что мечты настолько сильно занимают внимание человека, так ярко эмоционально окрашены и, как будет показано ниже, столь тесно связаны с самыми центральными структурами личности, психологических исследований, посвященных мечте, сравнительно немного. В данной статье мы попытаемся кратко изложить существующие в научной литературе представления о мечте и результаты исследований, проведенных отечественными и зарубежными авторами, а также сформулируем собственный взгляд на содержание этого понятия, проблемы и рабочие гипотезы будущего исследования.

Что мы называем мечтой?

В обыденном языке мечтой называется целый круг явлений: это и грезы («сны наяву»), и сильные желания, и наиболее важные в жизни цели, которые человек планирует осуществить в будущем, и реализация ценностей, важных для всех людей, – справедливость, равенство, милосердие, мир. В психологической литературе определения мечты также разнообразны. В целом, можно выделить понимание мечты в широком и узком смысле.

Авторы, сделавшие прорыв в исследованиях, посвященных мечте и спонтанному потоку мыслей, – американские ученые Дж. Л. Зингер, Дж. С. Антробус и Э. Клиндер [18; 19]. Они так же, как их последователи, понимают мечту и процесс мечтания предельно широко. Мечтание («daydreaming») – это мысли, образы, фантазии, которые возникают спонтанно, часто в процессе достижения другой, сознательно поставленной, цели.

Вот как определяет мечтание Дж. Л. Зингер: «Возможно, единственное, наиболее распространенное понимание процесса мечтания («daydreaming») – это переключение внимания с первоначальной физической или умственной задачи, которую мы себе поставили, от того, на что мы непосредственно смотрели или что слушали во внешней среде, на разворачивающуюся последовательность внутренних [private] ответов на некоторые внутренние стимулы» [19, с. 3]. К феноменам мечты Дж. Л. Зингер относит широкий круг явлений: это и сиюминутные ассоциации, вызванные внешними стимулами, и

сложные воспоминания ближайших или далеких событий прошлого, и «более обширные фантазии, которые объединяют прошлый материал в новые формы – в ожидания будущих возможностей, в причудливо, творчески преобразованные прошлый опыт, желания и надежды» [там же, с. 9]. По мнению Дж. С. Зингера, процесс мечтания лучше всего можно понять, если рассматривать его как одно из проявлений «потока сознания», описанного Уильямом Джеймсом.

Похожим образом описывает мечту Э. Клингер. Автор относит к мечтам спонтанно возникающие, а также фантастические, причудливые мысли («fanciful thoughts»), которые могут далеко отстоять от реальности. И хотя оба исследователя указывают на то, что определить четкую границу между «рабочими» мыслями, связанными с текущей целью, и мечтами довольно трудно, спонтанность появления является одним из важных критериев их отличия.

В отечественной психологии исследований, посвященных мечте, крайне мало. Вместе с тем, на уровне теории ей отводится важное место в структуре деятельности человека. В классической работе С.Л. Рубинштейна «Основы общей психологии» мечта рассматривается как форма воображения, связанная с предвосхищением будущего результата деятельности. По мнению С.Л. Рубинштейна, именно эта возможность представить, вообразить то, что в данный момент еще не существует или кажется невозможным, создает и поддерживает мотивацию любой творческой деятельности [12]. Говоря о воображении, автор различает два вида мечты: «бездеятельную, пустую “мечтательность”», которая «служит лишь для того, чтобы дымкой фантазии заслониться от реального дела» и мечты «действенного воображения», которые мотивируют деятельность и получают воплощение в творчестве [12, с. 371]. Л.Ф. Божович, описывая подростковый возраст, рассматривает мечту как возможность моделировать свое будущее и себя в нем. И в этом, по ее мнению, есть большое сходство подростковой мечты и сюжетно-ролевой игры в старшем дошкольном возрасте [2]. В российских психологических словарях мечта чаще всего определяется как форма воображения, которая содержит эмоционально окрашенный образ желаемого будущего, не требующий в то же время немедленного осуществления, а также полного совпадения с образом желаемого [11].

Подробный и содержательный анализ мечты был проведен Б.И. Додоновым [5]. Определяя мечту, автор отличает ее как от сильных желаний, которые могут рождать мечту, но сами по себе ею не являются, так и от грез. Б.И. Додонов выделяет следующие критерии «настоящей мечты»: мечта всегда проявляется в работе воображения, в ней создается образ желаемого будущего, она ярко эмоционально окрашена, осознана и «прочно закреплена в личности». Автор также выделяет два вида мечты: «мечту-игру» и более рациональную ее форму – «мечту-план». Первая во многом характерна для детского и подросткового возрастов, это, как пишет Б.И. Додонов, «мечта-фантазия», и сами мечтатели осознают, что предмет желания нереален. Согласно результатам исследования, проведенного автором, у половины опрошенных студентов мечта-игра в детстве переходила в мечту-план в более взрослом возрасте. Из этого следует, что подобные фантазии детей и подростков являются более ранней формой мечты-плана, и, следовательно, играют важную роль в развитии личности ребенка.

В целом, как видно из приведенных определений, в отечественной традиции понятие «мечта» описывает более узкий круг явлений.

Наш взгляд на мечту во многом близок пониманию отечественных авторов. **Мы определяем мечту как эмоционально окрашенный образ желаемого будущего, имеющий субъективную значимость, ценность.** Продолжая идею тесной связи мечты с центральными структурами личности и ее роли в проектировании будущего, мы предполагаем, что мечта в узком смысле – это идеальная форма и наиболее общее выражение ценностей человека, целей и мотивов жизненного пути личности. Мечта, являясь именно идеальным проектом и ориентиром, имеет самостоятельную ценность и не требует

немедленного и полного осуществления. Мечта – не единственный образ-представление желаемого.

В завершении этой части обзора обозначим основные отличия мечты от близких к ней понятий – «желания», «цели» и «грезы». *Желание*, согласно А.Н. Леонтьеву, – это субъективное переживание потребности, оно осознанно и предметно. В отличие от мечты желание отнесено в настоящее и требует немедленного удовлетворения [10]. *Цель* – осознанный образ желаемого результата. Цель направлена в будущее, вместе с тем, она конкретна и принципиально осуществима [11]. *Грезы* – это также продукты воображаемой реальности. Основное их отличие от мечты, как нам кажется, состоит в том, что они не стимулируют, не создают новую деятельность [10, 12]. В отличие от содержания грез, содержание мечты проецируется на личную и общественную жизненную перспективу.

Как возникает мечта?

Появление мечты многие авторы связывают с ситуацией фрустрации, когда предмет желания оказывается недостижим в настоящем или ближайшем будущем, а мечта выполняет функцию утешения или разрядки. Это представление подкреплено результатами ряда исследований и с ним сложно не согласиться [5; 8; 9; 15]. Вместе с тем, фрустрация – не единственное, что рождает мечту. В исследовании Б.И. Додонова около 30 % студентов описывали появление мечты после ситуации успеха, одобрения, яркого зрелища и других эмоционально захватывающих событий. Кроме того, из самоотчетов было ясно видно, что мечта продолжала жить в сознании, даже после того, как травмирующая ситуация исчезла.

Исследования американских коллег существенно продвинули представление о возникновении и течении процесса мечтания [18; 19]. Э. Клиндер предположил, что процесс мечтания тесно связан с целями и намерениями личности. Поскольку одновременно человек может сосредотачиваться только на одной задаче, спонтанные фантазии помогают ему помнить о других целях, которые продолжают быть активными и «разрабатываться» в фоне. Проведя ряд замечательных экспериментов, авторы сформулировали несколько важных выводов относительно появления спонтанных фантазий. Мечтание, во-первых, связано с текущими целями личности, во-вторых, появляется в ответ на ключевой стимул, соответствующий какой-либо цели, и, в-третьих, возникает в тот момент, когда действие, продиктованное намерением, в данной ситуации невозможно осуществить. При этом важным фактором выбора, который также может запускать процесс мечтания, являются эмоции. Именно эмоциональная реакция, вероятно, сигнализируя о важности осуществления той или иной цели, определяет порядок появления мыслей об этом намерении в поле внимания.

Наряду с изучением механизмов возникновения мечты, нам представляется важным рассмотреть еще два вопроса: 1) в каком возрасте впервые возникает мечта; 2) с чем связано, от чего зависит ее содержание?

Вопрос о времени возникновения мечты в онтогенезе практически не обсуждается. Вместе с тем, многие авторы видят тесную связь мечты с сюжетно-ролевой игрой. Так, Дж.Л. Зингер прямо указывает на то, что мечтание есть не что иное, как интериоризированная форма детской игры, различия в которой можно увидеть уже у 2-летних детей. По мнению Дж.Л. Зингера, подростки и взрослые продолжают «играть», т. е. проигрывать воображаемые ситуации, но уже не во внешнем плане, а в плане внутреннем [19]. С.Л. Рубинштейн и Л.Ф. Божович отмечают, что функции сюжетно-ролевой игры дошкольников и мечты в подростковом возрасте схожи – это освоение будущих ролей, которые пока не доступны, и проектирование своего будущего [2; 7; 12].

Однако вопрос о времени возникновения мечты эти авторы не рассматривают. Мы предполагаем, что мечта как синтез наиболее важных ценностей и целей человека формируется и впервые возникает в старшем дошкольном возрасте (5–6 лет) и является

одним из первых актов творчества, авторства в собственной жизни. Наша гипотеза связана с тем, что именно в этом возрасте формируется развитый внутренний план действий, ребенок учится сознательно ставить цели и достигать их, развивается мировоззрение, нравственное сознание, а главное – возникает потребность осваивать будущие роли [2]. В пользу того, что мечта возникает в этом возрасте, говорят самоотчеты подростков и взрослых людей, которые относят первые воспоминания о мечте или похожей игре к 5–6-летнему возрасту. Вместе с тем, наше предположение нуждается в экспериментальной проверке.

Вопрос о содержании мечты долгое время связывался с идеей компенсации фрустрирующей ситуации. Но, как нам кажется, для создания мечты одной только фрустрации не достаточно. Мы предполагаем, что *в мечте соединяются наиболее важные для человека ценности и мотивы, возможности ситуации, в которой он оказался, а также его способности и чувствительность в определенной сфере*. Термин «способности» мы определяем, по Б.М. Теплову, как индивидуально-психологические особенности человека, которые имеют отношение к успешности освоения и выполнения деятельности, но не сводимы к знаниям, умениям и навыкам [14]. Другими словами, в мечте не столько компенсируется фрустрация, сколько моделируется будущая реализация и развитие способностей человека. Здесь нужно подчеркнуть, что мечту не стоит трактовать буквально, для понимания содержания каждой мечты требуется ее глубокий и тонкий анализ.

Зачем человеку мечта?

В работах начала XX в. авторы отмечали способность мечты смягчать неприятные переживания и отсрочить удовлетворение потребности [1; 15]. Отчасти поэтому, как мы уже писали выше, мечта долгое время рассматривалась негативно – с точки зрения снижения напряжения, ухода от деятельности и ее замены бесплодной фантазией. Вместе с тем, в современных исследованиях выделен ряд важных функций мечты, которые не сводятся только к сбросу напряжения. Во-первых, в мечте разрабатывается будущая ситуация – уточняются ее детали, проигрываются возможные сценарии поведения и развития событий [5; 18]. Следовательно, мечта выполняет функцию предвосхищения, подготовки, а нередко даже тренировки будущего поведения. Во-вторых, мечта поддерживает мобилизацию, включенность человека в деятельность, позволяет удерживать образ желаемого будущего, сохраняет его [18]. Это означает, что во многом благодаря мечтам, в том числе спонтанным, человек, как мы отмечали выше, может удерживать и не забывать большое количество своих целей, которые продолжают разрабатываться в фоне. В третьих, согласно исследованиям Р.Г. Натадзе, мечта создает настройку, формирует эмоциональную установку как готовность переживать определенные эмоции в будущем [5]. Кроме того, мечта насыщает человека определенными эмоциями, в которых он испытывает потребность. Многие авторы также указывают на то, что мечта позволяет творчески переработать фрустрацию [5; 18; 19]. Как мы уже писали выше, мечта позволяет моделировать собственное будущее и себя в нем. И, наконец, исследования Б.И. Додонова позволили автору обоснованно предположить, что, мечтавая, человек создает для себя новую деятельность и, осуществляя ее, меняется сам [5].

Обобщая теоретические и экспериментальные работы отечественных и зарубежных авторов, можно выделить ряд функций мечты в подростковом возрасте: мечта позволяет предвосхищать и осваивать будущие взрослые роли; мечта продолжает процесс ассимиляции, благодаря ей подросток находит способы справляться с пугающими событиями; мечта развивает ощущение силы и автономии не только по отношению к родителям, но и по отношению к ситуации своей жизни в целом [2; 4; 7; 14; 19]. Все это, безусловно, говорит о большой важности мечты для развития личности – как подростка, так и взрослого человека.

Наша собственная гипотеза состоит в том, что мечта в структуре деятельности является ценностным ориентиром и помогает осуществлять ценностные выборы. Это

предположение основано на анализе случаев клинической практики (психотерапии). Так, недовольство своей жизнью, переживание тоски, растерянности, даже подавленности нередко оказывались связаны с мечтой: чем дальше в своих выборах человек «отходил» от своей мечты, тем большую тоску он испытывал. И наоборот, выборы в пользу мечты приносили радость, надежду и возвращали перспективу будущего. Мечта позволяет не только построить образ желаемого идеального будущего, но и затем осуществлять ценностные выборы, которые приближают человека к его мечте. Другими словами, способность мечтать – это способность проектировать и воплощать свой уникальный жизненный путь.

Мечта в практике психотерапии

Американские коллеги провели целый ряд экспериментов, ясно подтверждающих, что мечтание в широком смысле является очень действенным инструментом для многих помогающих практик, в первую очередь для психотерапии [18; 19]. Практически все современные направления психотерапии так или иначе используют технику направленного фантазирования для символизации и более ясного представления желаний и целей человека, его системы отношений, а также для поиска ресурсов и поддержки в непростых жизненных ситуациях. В частности, немецкие психологи П. Гольвитцер (P.Gollwitzer), Х. Хекзаузен и Х. Ратайжак (H.Ratajczak) доказали, что направленное фантазирование способствует принятию решений [18].

В литературе также есть данные, косвенно указывающие на то, что способность мечтать может быть связана с успешной адаптацией личности [19]. В исследовании Дж. Спайвака и М. Левина принимали участие подростки, имевшие и не имевшие опыт правонарушений. Первых отличали трудности в мысленном протраивании шагов к достижению целей и низкая критичность к последствиям нарушения закона, т. е. подросткам первой группы было сложно проиграть всю ситуацию в уме, а между тем именно эта способность тренируется в том числе, когда человек мечтает. Кроме того, у подростков, уже имевших трудности с законом, была сужена временная перспектива как в области отдаленного прошлого, так и будущего. Следовательно, у подростков этой группы способность проектировать, моделировать свое будущее (мечтать о нем) оказывается не сформированной. А это в свою очередь означает, что для будущего как регулятора поведения в настоящем нет места в психологической реальности молодого человека.

В российском диссертационном исследовании Т.А. Юрьевой была показана также связь мечты как модели будущего с успешностью личностно-профессионального развития [17]. Результаты, полученные автором, имеют прямой выход в практику профессионального консультирования подростков и взрослых.

Эти и ряд других исследований, а также собственной опыт клинической практики позволили нам предположить, что **восстановление способности мечтать может быть отдельной психотерапевтической задачей и, одновременно, инструментом практических психологов и психотерапевтов**, которая поддерживает личностную целостность и автономию, возвращает личностные смыслы и перспективу будущего, а следовательно, авторство своей жизни.

Заключение

Подводя итоги, сформулируем основные предположения нашего исследования мечты в подростковом возрасте, которые нуждаются в дальнейшей экспериментальной проверке.

1. Образ мечты как модели идеального будущего отражает не только фрустрирующую ситуацию, но и способности подростка развиваться и быть успешным именно в той области, о которой он мечтает, а также возможности этой ситуации.

2. Мечта является ценностным ориентиром деятельности, ее наличие помогает подростку осуществлять и реализовывать ценностный выбор.

3. Восстановление и развитие способности мечтать является эффективным методом психотерапевтической практики, который поддерживает личностную целостность и создает перспективу будущего, способствуя гармоничному развитию личности подростка.

Литература

1. Адлер А. Индивидуальная психология как путь к познанию и самопознанию человека. Киев: Наука жить, 1997. 357 с.
2. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: Избр. психол. труды / Под ред. Д. И. Фельдштейна. М.; Воронеж: Ин-т практической психологии, 1995. 352 с.
3. Выготский Л.С. Проблема культурного развития ребенка // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1991. № 4. С. 5–19.
4. Гобова Е.С., Игнатова О.Н. Цель, дело, мечта. Психологический портрет поколения. М.: Московский Технологический Институт, 2009. 230 с.
5. Додонов Б.И. Эмоция как ценность. М.: Политиздат, 1978. 272 с.
6. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2011. 512 с.
7. Карабанова О. А. Ориентирующий образ в структуре социальной ситуации развития ребенка: от Л.С. Выготского к П.Я. Гальперину// Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 2012. № 2. С. 73—82.
8. Левин К. Динамическая психология: Избр. труды. М.: Смысл, 2001. 572 с.
9. Левит Л.З., Радчикова Н.П. Личностно-ориентированная концепция счастья: теория и практика // Национальный психологический журнал. – 2012. – № 2(8). – С. 81-89.
10. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. М.: Политиздат, 1975. 121 с.
11. Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь/ Сост. и общ. ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. 672 с.
12. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2002. 720 с.
13. Селье Г. От мечты к открытию. М.: Прогресс, 1987. 368 с.
14. Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1961. 356 с.
15. Шибутани Т. Социальная психология. М.: Прогресс, 1969. 534 с.
16. Штоль Г. Шлиман: Мечта о Трое. М.: КДУ, 2005. 432 с.
17. Юрьева Т.В. Влияние мечты как модели будущего на личностно-профессиональное развитие студента: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Тамбов, 2007.
18. Klinger E. Daydreaming: Using Waking Fantasy and Imagery for Selfknowledge and Creativity. Los Angeles: Jeremy P. Tarcher, INC., 1990. 331 p.
19. Singer J.L. The Inner World of Daydreaming. N.Y.: Harper and Row, 1975. 273 p.

Dream as a subject of psychological research

P.A. Egorova,

Practicing Psychologist, Lecturer, Institute "Higher School of Psychology", Moscow, Russia, umrick@gmail.com

We discuss the main theoretical concepts of a dream: dream definitions, ideas about its genesis, functions, dream location in the structure of activity. We analyze the similarities and differences between the approaches. The results of empirical studies of adolescent and adult dreams are generalized, dream functions in adolescence are analyzed. Based on the analysis of different approaches, we chose theoretical basis of our own research – A. Leontiev activity theory, L.S. Vygotsky concept, K. Lewin's model. We formulated and substantiated the definition of dream as emotionally colored image of the desired future, having a subjective significance. We show the significance and hypotheses of our research: 1) the content of dreams is connected not only with a situation of frustration, but also with the teenager abilities, 2) the dream is involved in regulating of values choice; 3) restoration and development of the ability to dream can be used in the practice of counseling and psychotherapy as an effective tool to help adolescents and adults.

Keywords: psychology, dream, teenagers, abilities, moral choice, psychological counseling, psychotherapy.

References

1. Adler A. Individual'naiapsikhologiakak put' k poznaniuisamopoznaniucheloveka [Individual Psychology as a Path to Self-knowledge and Knowledge of Human]. Kiev: Naukazhit', 1997. 357 p.
2. Bozhovich L.I. Problemyformirovaniialichnosti: izbrannyepsikhologicheskietrudyy [Problems of Personality Formation in Children: Selected Psychological Works] / Pod red. D. I. Fel'dshteyna. Moscow; Voronezh: Institutprakticheskoiapsikhologii, 1995. 352 p.
3. Vygotskii L.S. Problemakul'turnogorazvitiiarebenka [The Problem of the Cultural Development of the Child]. Vestn. MGU. Ser. 14. Psikhologiya [Vestnik MSU. Series 14. Psychology]. 1991. № 4. P. 5–19.
4. Gbova E.S., Ignatova O.N. Tsel', delo, mechta. Psikhologicheskiiportretpokoleniia [Purpose, Business, Dream. Psychological Portrait of Generation]. Moscow: MoskovskiiTekhnologicheskiiInstitut, 2009. 230 p.
5. Dodonov B.I. Emotsiiaakaktseinnost' [Emotion as a Value]. Moscow: Politizdat, 1978. 272 p.
6. Il'in E.P. Motivatsiiaimotivy [Motivation and Motives]. Saint-Petersburg: Piter, 2011. 512 p.
7. Karabanova O.A. Orientirujushhij obraz v strukture social'noj situacii razvitiya rebenka: ot L.S. Vygotskogo k P.Ja. Gal'perinu [The Orienting Image in the Structure of the Social Situation of the Child's Development: from L. Vygotsky to P. Halperin]. Vestn. Mosk. un-ta. Ser. 14. Psihologiya. 2012. № 2. p. 73—82.
8. Levin K. Dinamicheskaiapsikhologiya: Izbrannyetrudyy [Dynamic Psychology: Selected Works]. Moscow: Smysl, 2001. 572 p.
9. Levit L.Z., Radchikova N.P. Lichnostno-orientirovannaja koncepcija schast'ja: teorija i praktika [Personality-Oriented Concept of Happiness: Theory and Practice]. Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal. 2012. № 2(8). p. 81-89

10. *Leont'ev A.N.* Deiatel'nost', soznanie, lichnost' [Activity, Consciousness, Personality]. Moscow: Politizdat, 1975. 121 p.
11. *Meshcheriakov B.G., Zinchenko V.P.* Bol'shoipsikhologicheskii slovar' [Great Psychological Vocabulary]/ sost. iobshch. red. Meshcheriakov, B.G., Zinchenko V.P. Saint-Petersburg: PRAIM-EVROZNAK, 2004. 672 p.
12. *Rubinshtein S.L.* Osnovy obshcheipsikhologii [Fundamentals of General Psychology]. Saint-Petersburg: Piter, 2002. 720 p.
13. *Sel'e G.* Otmechty k otkrytiiu [From Dream to Breakthrough]. Moscow: Progress, 1987. 368 p.
14. *Teplov B.M.* Problemy individual'nykh razlichii [The Problems of Individual Differences]. Moscow: Izd-vo APN USSR, 1961. 356 p.
15. *Shibutani T.* Sotsial'naiapsikhologiya [Social Psychology]. Moscow: Progress, 1969. 534 p.
16. *Shtol' G.* «Shliman: Mechta o Troe» [The Dream about the city of Troy]. Moscow: KDU, 2005. 432 p.
17. *Iur'eva T. V.* Vliianie mechty kak modeli budushchego na lichnostno-professional'noe razvitiie studenta : avtoref. kand. dis [Influence of Dreams as a Model for Future Professional Development of Personality-student: author's Ph.D. Theses]. Tambov, 2007.
18. *Klinger E.* Daydreaming: using waking fantasy and imagery for self-knowledge and creativity. Los Angeles: Jeremy P. Tarcher, INC., 1990. 331 p.
19. *Singer J.L.* The Inner World of Daydreaming. N.Y.: Harper and Row, 1975. 273 p.