



*Розата е синтез на времето!
Да съберем листенцата му...*



ПСИХОЛОГИЧЕСКО ВРЕМЕ И ЖИЗНЕН ПЪТ: КАУЗОМЕТРИЯ И ДРУГИ ПОДХОДИ

Сборник с резюмета на научните доклади
от международната конференция
посветена на 40-годишнината на каузометрията



Казанлък, 1-3 юни, 2022

Съставители: К.Н. Кирилов, А.А. Кроник

При оформлението на корицата са използвани:
горе - репродукция на картината на Катерина Кроник «Първоначалото» (2000),
по-долу - снимки на Кирил Кирилов от цикъла «Долината на розите» (2022).

1-3 юни 2022, «Хеликон», Казанлък, България

© Психологически център «Пътеки», България

© LifeLook.Net LLC, USA

ISBN 978-954-8197-86-1

Резюметата са публикувани в авторската им редакция.

Rose is an essence of time!

Let's take a closer look at it...

**International Scientific Conference
Dedicated to the 40th Anniversary of Causometry**

**PSYCHOLOGICAL TIME AND HUMAN LIFE PATH:
CAUSOMETRY AND OTHER APPROACHES**

Kazanlak, Rose Valley, Bulgaria, June 1-3, 2022

Роза это синтез времени!

Пора собирать его лепестки...

**Международная научная конференция
посвященная 40-летию каузометрии**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВРЕМЯ И ЖИЗНЕННЫЙ ПУТЬ:
КАУЗОМЕТРИЯ И ДРУГИЕ ПОДХОДЫ**

г. Казанлык, Долина роз, Болгария, 1-3 июня 2022 года

Троянда це синтез часу!

Пора збирати її пелюстки...

**Міжнародна наукова конференція
присвячена 40-річчю каузометрії**

**ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧАС І ЖИТТЄВИЙ ШЛЯХ:
КАУЗОМЕТРІЯ ТА ІНШІ ПІДХОДИ**

м. Казанлик, Долина троянд, Болгарія, 1-3 червня 2022 року

Розата е синтез на времето!

Да съберем листенцата му...

**Международна научна конференция
посветена на 40-годишнината на каузометрията**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКО ВРЕМЕ И ЖИЗНЕН ПЪТ:
КАУЗОМЕТРИЯ И ДРУГИ ПОДХОДИ**

България, гр. Казанлък - Долината на розите, 1-3 юни, 2022 г.

abstracts • тезиси • тези • резюмета

2022

**International Association of Causometrists
The Paths Psychological Center
LifeLook.Net LLC**

Our conference will provide an inspiring space for fruitful communication between developers of causometry and other specialists in the study of psychological time and life paths (psychologists, sociologists, philosophers/theologians, physicists, mathematicians, neurophysiologists, physicians/clinicians, philologists/linguists, etc), who are interested in the causometric approach. The conference will focus on discussing four issues* that turned out to be of most interest to those who submitted requests, as well as other issues raised by the speakers.

Наша конференция предоставит вдохновляющее пространство для плодотворного общения между разработчиками метода и интересующимися каузометрией специалистами по изучению психологического времени и жизненного пути разных научных направлений (психологами, социологами, философами/теологами, физиками, математиками, нейрофизиологами, врачами/клиницистами, филологами/лингвистами и др.). Конференция строится вокруг обсуждения четырёх вопросов*, наиболее интересных для тех, кто прислал предварительные заявки, а также других вопросов, затронутых докладчиками.

Наша конференція надасть надихаючий простір для плідного спілкування між розробниками методу, членами Міжнародної Асоціації Каузометристів і зацікавленими каузометрією фахівцями з вивчення психологічного часу і життєвого шляху різних наукових напрямків (психологами, соціологами, філософами/теологами, фізиками, математиками, нейрофізіологами, лікарями/клініцистами, філологами/лінгвістами та ін.). Конференція буде утворюватися навколо обговорення чотирьох питань*, найцікавіших для тих, хто надіслав попередні заявки, а також інших питань, порушених доповідачами.

Нашата конференция ще предостави вдъхновяващо пространство за ползотворно общуване между авторите на метода и интересующите се от каузометрия специалисти по изучаване на психологическото време и жизнения път в различни научни направления (психолози, социолози, философи/теолози, физици, математици, неврофизиолози, лекари/клиницисти, филолози/лингвисти и др.). Конференцията ще се фокусира върху обсъждане на въпросите*, оказали се най-интересни за тези, които изпратиха предварителни заявки, а също и други въпроси, засегнати от участниците с доклади.

* From the book: How Young Are You? Understanding psychological age, time, causometry to create meaningful, harmonious, productive lives. Washington, DC: New Academia Publishing, 2018, p. 133.

PROGRAM (expected speakers)

June 1. Registration of participants from 9:00.

09:30-10:00 Opening of the conference. *Three conceptions of psychological time: An overview* (Kronik)

10:00-13:00 Section 1. *How can the paradoxes of psychological age and time be resolved?* (Arkhipova, Atmadzhov, Harlanova, Kosina, Kronik, Puzyrina, Rusina)

14:00-17:00 Section 2. *How can we measure the significance of life events and wisdom?* (Ageenkova & Hreben, Aleksandrov, Larionova & Kochemirova, Lesin, Ryazantseva, Sapogova, Tashimova & Sultanaliyeva)

June 2. Registration of participants from 9:00.

09:30-10:00 *Puzzle of age and history of causometry: An overview* (Kronik)

10:00-13:00 Section 3. *How do we categorize life events? Is a universal, culture-free dictionary possible?* (Karpinskiy & Gizhuk, Kirilov, Klementyeva, Maksimenko, Melnyk, Somik & Gavrilov, Tikhonova & Adeeva)

14:00-17:00 Section 4. *How can we employ causometry to reach consensus among groups of people, such as partners, families, communities, nations, and others?* (Akhmerov, Ast, Beloded, Dostovalov & Dostovalov, Ejzenberg, Kronik, Levkova)

June 3. Registration of participants from 9:30.

10:00-12:00 Closing of the conference. *Overview of the results and discussion of possible joint projects.*

We are confident that your answers and ideas will move our world knowledge forward!

ПРОГРАММА (ожидаемые докладчики)

1 июня. Регистрация участников с 9:00 утра.

09:30-10:00 Открытие конференции. *Три концепции психологического времени: обзор* (Кроник).

10:00-13:00 Секция 1. *Как могут быть решены парадоксы психологического возраста и времени?* (Архипова, Атмаджов, Косина, Кроник, Пузырина, Русина, Харланова).

14:00-17:00 Секция 2. *Как мы можем измерять значимость жизненных событий и мудрость?* (Агеенкова и Гребень, Александров, Ларионова и Кочемирова, Лесин, Рязанцева, Сапогова, Ташимова и Султаналиева).

2 июня. Регистрация участников с 9:00 утра.

09:30-10:00 *Загадка возраста и история каузометрии: обзор* (Кроник).

10:00-13:00 Секция 3. *Как мы категоризируем жизненные события? Возможен ли универсальный словарь событий, который свободен от влияния культуры?* (Карпинский и Гижук, Кирилов, Клементьева, Максименко, Мельник, Сомик и Гаврилов, Тихонова и Адеева).

14:00-17:00 Секция 4. *Как мы можем использовать каузометрию для достижения консенсуса между группами людей, такими как партнёры, семьи, общины, народы, и другие?* (Аст, Ахмеров, Белодед, Достовалов и Достовалов, Кроник, Левкова, Эйзенберг).

3 июня. Регистрация участников с 9:30 утра

10:00-12:00 Заккрытие конференции. *Обобщение результатов и обсуждение возможных совместных проектов.*

Мы уверены, что ваши ответы и идеи продвинули познание нашего мира вперед!

СЕКЦИЯ 1

ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЕ ВРЕМЕНИ ПОДРОСТКАМИ

Татьяна Архипова

аспирантка кафедры практической и клинической психологии,

ФПСР ОНУ имени И. И. Мечникова

г. Одесса, Украина.

Проблема восприятия времени является одной из самых интересных и важных в теоретической и практической психологии. Подростковый возраст – это период личностного, профессионального и жизненного самоопределения, важный этап формирования системы временных отношений, в котором начинает реализовываться восприятие и переживание времени. В работах Д. Г. Элькина, К. Левина, Г. И. Челпанова, Е. И. Головахи, С. Л. Рубинштейна, Б. Г. Ананьева, К. А. Абульхановой-Славской, А. А. Кроника и других ученых изучалась проблема времени, типологию восприятия времени предложил Б. И. Цуканов, согласно которому все личности делятся на «торопливых», «точных» и «медленных». По Б. Г. Ананьеву, восприятие есть непосредственное чувственное отражение внешнего мира человеком и регулятор взаимодействия человека с предметами и явлениями окружающей среды.

В качестве метода исследования рационально использовать графическую методику изучения отношения ко времени Ю. К. Стрелкова, которая позволяет представить актуальную для субъекта идею времени, отражает скрытые и наиболее значимые для респондента особенности взаимодействия с ним, потому как во время рисования снижается уровень психологической защиты и отражается самое важное для респондента.

Результаты исследований многих ученых показывают, что восприятие времени у подростков обусловлено социальной ситуацией развития. В работе Е. Н. Кутеевой сравнительный анализ показал, что существуют различия в восприятии времени между группами подростков из учреждений и семей, причем первые чаще, чем их сверстники из семей, устремлены в прошлое.

Выводами изучаемого вопроса является следующее: восприятие времени у подростков, как и всякое психическое отражение, представляет собой субъективный образ объективной действительности. Продолжительность небольшого интервала времени, как правило, немного преувеличена, а течение более долгого времени, наоборот - несколько укорочена. Быстрый темп также приводит к преувеличению временного интервала, а медленный – к его занижению. Промежуток времени, связанный с интересными, значимыми событиями, кажется короче, а при упоминании, наоборот - длиннее.

"Psychic idea of time in Freud's theorie"

Atmadzhov Lazar Stefanov, Phd candidate, Plovdiv, Bulgaria

Problem: Much of the variation in psychopathology, from the most banal to the deepest relationships, should call into question the psychic temporal foundations of the fundamental anxieties realized by the psyche. It is believed that in the neurotic functioning of the mental time invested by the libidinal and aggressive driving forces, it reveals the helplessness over it, before the built inevitability of the flow line and in the time causing anxiety during castration. In time, the desired object is missing by definition, which must always be conquered: "later I will be able, later I will know".

Method: The interest of tests and project methodology in clinical practice and in psychopolitics: It is plausible to think that Rorschach traces the image of himself and therefore the image of the body, referring to the spatial dimension, where TAT requires adjustment in history by representing relationships. They construct an appropriate methodological analysis of tools for clinical research of mental temporality. Some authors have worked in particular on the linguistic analysis of the formulation of Rorschach responses and in TAT reports to explain time series translations and their shortcomings.

Result: the translations of the elimination of time in the psychotic functioning of adolescence in the project tests are explained. According to P. Aulanier (1975), for the psychotic personality "everything has already been announced, planned, foreseen, written" because there is only the desire of the parent. Thus, the desire and denial of time can be associated with the lack of mental handwriting of temporality, which is monitored in psychosis. Therefore, two new indicators have been added to the classic language markers related to time, which may or may not indicate access or temporality.

Conclusion: it can be said that projective tests are especially suitable for the study of mental temporality and its various translations in the clinic and in psychopathology.

**ПИЛОТАЖНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ И АНАЛИЗ
НЕКОТОРЫХ КАУЗОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ У ЖЕНЩИН
С СИМПТОМАМИ ТРЕВОЖНО-ДЕПРЕССИВНЫХ РАССТРОЙСТВ**

Косина Алла, практикующий психолог, Москва, Россия

Проблема. При консультировании женщин с симптомами тревожно депрессивных расстройств (ЖСТДР), часто наблюдаются признаки бесперспективности: беспокойство неопределенности будущего, фаталистическое восприятие настоящего, фиксация на прошлое. Это привело нас к идее и цели исследовать их состояние с помощью некоторых каузометрических показателей. В работе показаны результаты и анализ, проведенного нами пилотажного исследования.

Метод. Каузометрия в сокращенном объеме - «ручной вариант». Обследовано 40 женщин в возрасте от 23 до 50 лет. Респонденты распределены на две подгруппы: ЖСТДР (n=20) и женщины контрольной группы - ЖКГ (n=20), выбранные случайным образом. Все респонденты должны были ответить на вопрос: "Сколько лет Вы надеетесь прожить, если в Вашей жизни всё складывается нормально?", и представить список из 15 важнейших событий в их жизни, включая будущих. В списке событий, напротив каждого события, они должны были указать (приблизительную или точную, согласно оригинальной методике) дату его возникновения. Таким образом, были определены каузометрические показатели ОПЖ, количество прошлых событий (ПС), событийная реализованность (Re) и событийный возраст (ePA), как один из показателей психологического возраста (Кирилов и Кроник, 2020). Был учтен и хронологический возраст (ХВ), как независимая переменная.

Результаты. Для анализа результатов был использован *t*-тест. Существенные различия между *средними* величинами двух подгрупп были установлены (см. таблицу), по отношению каузометрических показателей ПС, Re и ePA.

Группы		Показатели				
		ХВ	ОПЖ	ПС	Re	ePA
ЖСТДР n = 20	\bar{X}	40.4	85.5	12*	0.82*	69.9*
	σ	8.2	8.5	2	0.13	13.5
ЖКГ n = 20	\bar{X}	39.3	86.5	8*	0.52*	44.4*
	σ	7.1	7.1	2	0.13	10.5

Х - средняя величина; σ - стандартное отклонение.
Различия значимы при: * $p < 0.001$

Выводы. ЖСТДР, по показателю ePA, значимо старше не только по отношению своему ХВ, но и по отношению ePA ЖКГ, хотя нет существенных различий между ХВ и ОПЖ в подгруппах. В данной выборке у ЖСТДР наблюдается биографический кризис бесперспективности. Считаем, что работа в данном направлении перспективна.

- СЕКЦИЯ 1 -
**WHO LIVES LONGER: ONE WHOSE PSYCHOLOGICAL AGE IS OLDER,
 YOUNGER, OR CLOSE TO ACTUAL CHRONOLOGICAL AGE?**

Aleksandr A. Kronik, Sc.D., North Bethesda, USA

Problem & Definitions. The wording of the problem is given in the heading above. Psychological Age (PA) is defined as equal to the product of Realization x Years That One Expects to Live. Realization equals the ratio of the psychological past (one’s memories) to the sum of the whole (psychological past, present and future). The formula is $PA = R \times L$, where R is realization, and L is the number of years one expects to live.

Methods. Clinical data from 2007-2019, with 34 deceased American patients was analyzed: 13 men and 21 women, Chronological Age (CA) 71-91 years old at the time of their PA testing. PA-test “Assessment of Five-Year Periods” was used in a paper form or in a computerized off-line version. For statistical analysis, the Kolmogorov-Smirnov test of normality and Student’s *t*-test of significance were used on-line: www.socscistatistics.com. The data was divided into two groups: Age Balanced (AB) – with the difference between PA and CA of not more than one year, and Age Misbalanced (AM) – with the difference between PA and CA of two years or more. Two AM subgroups were analyzed: Psychologically Older (PO) and Psychologically Younger (PY).

Results. AB patients were significantly older and they lived longer - on average, an additional 3 years and 6 months, while AM patients lived, on average, an additional 2 years and 4 months ($p < .10$). The average Real Lifespan (RL) was 90 years for AB patients, and 85 years for AM, PO, and PY patients ($p < .01$ and $p < .05$). Values of average indexes of longevity (in years) were almost the same for PO and PY patients (see Table).

PA groups	CA	RL-CA	RL
AB (n = 15)	87	3.5	90
AM (n = 19)	83**	2.3*	85***
PO (n = 14)	83**	2.2*	85***
PY (n = 5)	82**	2.4*	85**
The differences between AB group and others are significant at: $p < .01$ ***, $p < .05$ **, $p < .10$ *			

Conclusions. For longevity, the optimal value is when one’s psychological age corresponds most closely with his/her chronological age. There is reason to believe that monitoring of psychological age will have the same importance for mental health as monitoring of blood pressure for physical health – psychologically older or younger people tend to live less. A patented on-line version of PA-test is available at www.PsychologicalAge.com.

- СЕКЦИЯ 1 -

**ВОСПРИЯТИЕ ВРЕМЕНИ В СТРУКТУРЕ ИНФОРМАЦИОННОГО
МЕТАБОЛИЗМА**

Анастасия Пузырина

Магистр психологии, Вон (Vaughan), Канада

Проблема. Окружающая действительность, равно как и физиологические и психологические процессы личности можно рассматривать как информационное поле, в котором находится личность. Психологическое время представляясь информацией, выступает раздражителем либо детерминантой определенных психологических процессов и состояний, также является информацией. Разные модальности восприятия времени такие как причины и следствия, могут по-разному детерминировать включенность личности в ансамбль общественных отношений, равно как и восприятия себя.

Методы. Экстраполяция теории информационного метаболизма А. Кемпински в понимании психологического времени.

Результаты. Мы выделяем три типа восприятия психологического времени как информации. В первом случае восприятие психического времени является причиной, личность выступает субъектом и с позиции субъекта взаимодействует с объективным миром. Во втором случае психическое время является следствием и личность выступает объектом. В третьем случае информация, детерминированная восприятием времени балансирует причину и следствие.

Выводы. В зависимости от специфики восприятия информации через призму психологического времени формируется позиционирование себя как личности и индивида, как субъекта либо объекта в структуре межличностных отношений, в структуре восприятия себя как личности, а также в событийной структуре социума.

- СЕКЦИЯ 1 -
**ВЗАИМОСВЯЗЬ СУБЪЕКТИВНОГО ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕНИ И
УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ
ВОЗРАСТА**

Наталья Русина

Кандидат психологических наук. г. Ярославль, Россия

Проблема: Восприятие времени в пространственном масштабе (эмоционально значимое отношение к своему настоящему, прошедшему и будущему времени) при разных психических состояниях изменяется. Как психические расстройства различного генеза, степень выраженности симптомов аффективной патологии и личностно-типологические свойства влияют на интуитивное представление индивида о времени - эти вопросы остаются мало разработанными и в психиатрии, и в клинической психологии. Для современной науки значимой задачей становится исследование психологического времени в зависимости от возраста личности, а для клинической психологии - исследование психологического времени пациентов при различных заболеваниях. Важным является изучение взаимосвязи удовлетворенности жизнью с субъективной оценкой прошлого, настоящего и будущего личности.

Методы: «Методика семантического дифференциала времени» Л.И. Вассермана, опросник «Удовлетворенность жизнью Н.Н. Мельниковой». 2 возрастные группы: 1 группа (18-29 лет), 2 группа (30-59 лет).

Результаты: 2-я группа наиболее ярко выражает удовлетворенность субъективно-оцениваемым прошлым психологическим временем и более точно понимает величину прошлого времени. Это означает, что общий мотивационный потенциал и эмоциональное состояние респондента в прошлом выше во 2-й группе. Структура настоящего времени более важна для 2-й группы, чем для 1-й, т.е. структура настоящего времени во 2-й группе понятна и ритмична. Преобладающие показатели величины будущего времени в 1-й группе свидетельствуют о том, что будущее воспринимается более объёмным. Субъективно переживаемое состояние, являющееся реакцией на качество взаимодействия «Я – Жизнь», во 2-й группе имеет положительную окраску в сравнении с 1-й. Факторы «Удовлетворенность жизнью», «Жизненная включенность (активность, полнота жизни, радость, удовольствие, душевное равновесие)» выше во 2-й группе. Факторы «Разочарование в жизни», «Усталость от жизни», «Беспокойство о будущем» выше в 1-й.

Выводы: На субъективное восприятие психологического времени влияет не только индивидуальный опыт и эмоциональное состояние, но и ощущение стабильности – нестабильности окружающего мира, общее эмоциональное состояние в связи с жизненной ситуацией и удовлетворенность, связанная с реализацией планов.

КЛИПОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СПОСОБ УВЕЛИЧЕНИЯ СУБЪЕКТИВНОГО ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕНИ

Юлия Харланова кандидат

педагогических наук

г. Тула, Россия

Проблема. Оценить качество жизни человека можно по уровню его удовлетворённости тем, как он проводит время своей жизни. В частности, если у него возникает ощущение, что время он проводит непродуктивно, то это негативно сказывается на оценке им своей активности. В результате, если человек не занят делом, которое захватывает его мысли, то субъективно время воспринимается им как медленно текущее, и наоборот. Но в современном мире человек имеет много времени на досуг и за счёт большого количества информации вокруг у него формируется клиповое мышление. Другими словами, он не может долгое время заниматься одной деятельностью непрерывно. Выходом из этого противоречия является организация активности человека таким образом, чтобы разные виды деятельности динамично сменяли друг друга.

Методы. Исследование проводилось на занятиях по психологии со студентами Тульского государственного педагогического университета им. Л.Н. Толстого. Методами исследования послужили анализ литературы, а также практические методы: эксперимент, наблюдение и анкетирование. Для определения субъективного восприятия времени использовался классический эксперимент, состоящий в определении количества секунд испытуемыми. Наблюдение использовалось для фиксации уровня клиповости деятельности. Анкетирование было направлено на выявления уровня удовлетворённости проведенного занятия у студентов.

Результаты. Исследование показало, что чем выше уровень клиповости деятельности, тем выше уровень удовлетворённости и быстрее субъективное восприятие времени. Хотя при достижении слишком большой скорости переключения между разными видами активности уровень удовлетворённости снижается.

Выводы. Субъективность времени является двояким понятием. При осуществлении клиповой деятельности в моменте субъективная скорость времени высокая, но при проведении самоанализа через определенное время после деятельности восприятие времени меняется. Оно увеличивается за счёт того, что жизнь была насыщена различными событиями. Таким образом, человеку необходимо строить свою жизнь по клиповому принципу, но оставлять время на анализ своей продуктивности.

СЕКЦИЯ 2

ЖИЗНЕННЫЙ СЦЕНАРИЙ БЕЛОРУССКИХ ДЕВУШЕК СКВОЗЬ ПРИЗМУ ПРОЕКТИВНОЙ ПСИХОДИАГНОСТИКИ

Екатерина Агеенкова

кандидат психологических наук, Минск, Республика Беларусь

Гребень Наталия Федоровна

специалист психолог, Минск, Республика Беларусь

Понять женщину, как, впрочем, и любого человека, можно исходя из целостного понимания ее личности и ее жизненного пути, познание которого можно осуществить с помощью такого конструкта, как «жизненный сценарий» (Э. Берн), равнозначный понятию «жизненный план» (А. Адлер), «миропроект» (Л. Бинсвангер); «субъективный план жизнедеятельности человека» (В.Н. Мясищев).

Методология выявления жизненных сценариев с использованием персональной сказки основывается на представлениях о связи действий их главных героев с жизненными историями их сочинителей, а также на методологии проективного, психолингвистического и нарративного исследования. Инструкция для анализантов: «Сочините, пожалуйста, сказку». Были избраны следующие элементы анализа: 1) оценка персонажа проекции в начале сказочного сюжета; 2) динамика состояния персонажа проекции при развитии сюжета; 3) характеристика персонажа проекции в конце сказочного сюжета; 4) действия персонажа проекции, предпринимаемые им в процессе достижения конечного состояния.

При анализе выделены следующие типы сказочных сюжетов: «Сказки о поиске гармонии и мира» (жизненной целью главных героев является достижение мира и благополучия); «Назидательные сказки» (о необходимости соблюдения «правильного поведения»); «Сказки о решении проблем людей» (задачей главного героя является установление справедливости); «Сказки о достижении личных жизненных успехов» (деятельность главных героев направлена на достижение личного благополучия); «Сказки о любви» (истории о единении возлюбленных); «Сказки о печальном» (сюжет имеет печальный конец); «Сказки о поиске себя» (целью является поиск смысла своей жизни); «Сказки о поиске истины» (главные герои находят правильные решения).

Изучение персональных сказок позволило обнаружить черты аутентичной феминности, которые игнорируются или слабо отражены современными исследователями. В сказках молодых женщин не обнаружено стремление их героинь стать лидерами, управлять людьми или становиться во главе больших сообществ. В сказках с андрогинно выраженными чертам главных героинь не обнаружено наличие у них управленческих стратегий поведения.

**USING CAUSOMETRY IN ATTEMPT TO INCREASE ONE'S OPTIMISM
AND MEANING IN LIFE.**

Stanislav R. Aleksandrov, PhD Student, Plovdiv University, Bulgaria

Problem. The causometry study of psychological time and the human life path offers to provide a unique perspective of a person's significant events, their connections and consistency. However, this method might prove to be more valuable in the context of human well-being. Such a perspective on one's life path could be enough to inspire and stimulate the optimistic thinking and facilitate the searching and/or finding meaning and purpose in one's life.

Methods. The current study was conducted in 2022. It involved 60 people, of whom 30 men (50%) and 30 women (50%), between ages of 20 and 40. *Life Orientation Scale (LOT-R)* (Scheier et al., 1994). This is a 5 degree Likert scale with 10 items, 3 items measuring optimism, 3 - pessimism and 4 filler items. *The Life Orientation Scale (LOS)* (Wong, 2012). The scale is designed to measure orientation in the search for meaning and the search for pleasure. The scale consists of 10 items. *Causometry* (manual version). The participants were asked to write down 15 significant events in their lives. After that they determined the connections, predictors and cause-and effect relationships between them.

Results. Optimism correlates with positive emotions, achievement, and the overall well-being. Significant correlations were found between the results of the used methods and those of the causometric analysis. Discussing the results of causometric research stimulates and/or increase levels of optimism in people and deepens the understanding of life, as the results shown.

Conclusions. Engaging the participants to think and write about upcoming events cannot be a minor activity in itself, which does not affect the perception of expected future events, in which they've achieved their goals. Such a practice is worth being considered in the field of enhancing human well-being. The development of optimistic thinking, the search for meaning, and finding meaning in life is associated with the overall well-being of the person, as well as with longevity. In this sense, causometric analysis and causometry as an approach find their natural place in psychodiagnostics and psychotherapy.

- СЕКЦИЯ 2 -
**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВРЕМЯ В РАЗВИТИИ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ
ЛИЧНОСТИ**

Людмила Ларионова,

доктор психологических наук, профессор, город Москва, Россия.

Наталья Кочемирова,

преподаватель, город Москва, Россия.

Проблема: Жизненный путь личности рассматривался в психологии многими отечественными и зарубежными авторами, однако изучен недостаточно, поэтому по-прежнему вызывает интерес, как у представителей науки, так и практики.

Исследование психологического времени и жизненного пути в отечественной психологии стало возможным благодаря работам С. Л. Рубинштейна, Л.И. Анциферовой, А.А. Кроника и др., которые рассматривали время, как статус реальности, требующей специального научного анализа и исследования.

Метод: «Психологическая автобиография» Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю., позволяет выявить особенности восприятия значимых событий жизненного пути личности.

Результаты: исследования проводились на респондентах 20 – 50 лет, в выборке приняли участие 95 человек. В результате исследования было установлено, что самым значимым для испытуемых является биологический тип события, т.е. свое рождение, рождение ребенка. На втором по значимости месте находятся события, относящихся к изменениям социальной среды (вступление в брак, построение карьеры), на третьем месте - личностно-психологический тип событий (поступление в ВУЗ, использование свободного времени).

По виду событий преобладают события связанные с браком, рождением детей, здоровьем, на втором месте связанные с категорией «Я» такие, как учеба, повышение квалификации. Изучение времени ретроспекции и антиципации событий позволило установить, что средний показатель ретроспекции испытуемых значительно выше, чем средний показатель антиципации, что может свидетельствовать о большей значимости прошлого опыта в жизни личности.

Вывод: Проведенные исследования показали, что испытуемые в качестве основных событий чаще всего отмечают прошедшие события, что отражает большую роль прошлого опыта и являются естественной основой для ориентации человека на будущие радостные события. Наше эмпирическое исследование позволило выявить аспекты психологического времени связанные с отношением личности к будущему, через прошлое.

**ЖИЗНЕННАЯ МУДРОСТЬ ВО ВЗАИМОСВЯЗИ С ДРУГИМИ
ЦЕННОСТЯМИ-ЦЕЛЯМИ В ПРЕДСТАВЛЕНИИ МОЛОДЫХ
ЛЮДЕЙ**

Александр Лесин кандидат
психологических наук, Рязань, Россия

Проблема. Детальное изучение различных ценностей молодых людей является важной задачей психологической науки, поскольку позволяет определить их смысловое наполнение и мотивообразующий потенциал у тех, кто в ближайшем будущем будет определять развитие общества в целом. При этом, одной из наиболее важных ценностей, которая характеризует важность зрелости суждений для молодежи, является жизненная мудрость. Однако основная проблема подобных исследований состоит в неоднозначности определения такой ценности молодыми людьми, в том числе в силу их особенностей личности и временной перспективы.

Методы. Для изучения смыслопорождающих особенностей ценности жизненной мудрости были проведено исследование взаимосвязи значимости данной ценности со значимостью других терминальных ценностей молодых людей в возрасте от 17 до 23 лет обоих полов с помощью методики «Ценностные ориентации» М. Рокича.

Результаты. Были обнаружены отрицательные взаимосвязи значимости ценности жизненной мудрости со значимостью других терминальных ценностей: любви, наличия хороших и верных друзей, счастливой семейной жизни, удовольствия; положительная – красоты природы и искусства. Чем большую важность имеет для молодежи способность к зрелости суждений на основе своего жизненного опыта, тем больше они склонны к переживанию прекрасного, но тем менее для них важны теплые отношения с другими людьми, духовная и физическая близость, построение крепкой семьи и необременительное времяпрепровождение.

Выводы. Таким образом, полученные результаты могут говорить о том, что ценность жизненной мудрости в понимании молодых людей положительно взаимосвязана с возможностью наслаждаться прекрасным, созерцательностью и умиротворенностью. При этом, повышение значимости жизненной мудрости для них подразумевает уменьшение возможности получения удовольствий от жизни, развлечений. Также мудрость в ценностной картине мира молодежи связана с определённой сепарацией по отношению к другим людям. Образ мудрого человека во многом ассоциируется молодыми людьми с человеком, лишенным теплых отношений со своими друзьями, близкими и родными людьми.

- СЕКЦИЯ 2 -
**ВЗАИМОСВЯЗЬ ЛИЧНОСТНЫХ ПРОЕКТОВ И ЛИЧНОСТНОЙ ЗРЕЛОСТИ В
ЮНОСТИ И МОЛОДОСТИ**

Рязанцева Е.Ю., Тула, ассистент кафедры психологии ФГБОУ ВО

«Тульский государственный университет»

Проблема. Изменения в современном мире требуют от молодых людей включенности в решение задач, связанных с самостоятельным и ответственным принятием жизненного выбора. Особую актуальность приобретают личностные проекты (ЛП), направленные на осуществление желаемого успеха (B.R. Little, 2007). ЛП изучены в рамках социально-экологического (B.R. Little, 2007), интегративного (Р.А. Эммонс, 2004), деятельностного (М.В. Клементьева, 2018) подходов. Мы полагаем, что наибольшую актуальность ЛП приобретают в период, когда человек направлен на поиск своей идентичности и развитие личностной автономии.

Методы. Исследование проведено с целью изучения взаимосвязи ЛП с показателями личностной зрелости: саморегуляция, самостоятельность, достижение высоких результатов, уверенность в своих возможностях, целеустремленность. Выборку составили молодые люди 16-30 лет (N=308). Выборка ранжирована по критерию возраста: юность (16-17 лет) и молодость (18-25 и 26-30 лет). Использована методика Б.Р. Литтла «Анализ личностных проектов» в авторской адаптации (Е.Ю. Рязанцева, 2019), методика изучения стилевой саморегуляции поведения, тест СЖО. Статистический анализ проводился с использованием корреляционного анализа (критерий Спирмена).

Результаты. В 16-17 выявлена положительная связь между показателем ЛП «взгляд других» (при $p \leq 0,05$) и отрицательная между показателем «ответственность» (при $p \leq 0,01$) с саморегуляцией поведения. В 18-25 обнаружена положительная связь показателей ЛП «ответственность» с мотивацией достижений (при $p \leq 0,05$), «взгляд других» с жизненными целями (при $p \leq 0,01$). В 26-30 установлена связь между показателями «автономия» и «ответственность» с «Я концепция» (при $p \leq 0,05$), «адекватность времени» и «компетенция» с жизненными целями (при $p \leq 0,01$). Молодые люди, уверенные в своих возможностях готовы самостоятельно брать ответственность за реализацию своих ЛП, в которых они компетентны, адекватно рассчитывая время.

Выводы. Показатели ЛП взаимосвязаны с характеристиками личностной зрелости. Возраст 16-17 ярко выражен низкой ответственностью и проявлением социальных экспектаций. С возрастом 18-25, 26-30 ответственность и самостоятельность повышаются. В 26-30 снижается зависимость от социокультурных институтов.

СМЫСЛОВЫЕ СИНТАГМЫ АВТОБИОГРАФИЧЕСКИХ ТЕКСТОВ

Елена Е. Сапогова

доктор психологических наук, профессор, Москва, Россия

Проблема. Автобиографический текст рассматривается как принятая субъектом ментальная репрезентация себя и своего жизненного пути, осуществленная путем смысловой амплификации – превращения человеком случаев и происшествий жизни в «для–себя–события». Ее механизмы – создание насыщенных описаний, избыточных по отношению к некоторым эпизодам, и их нарратизация. Автобиографирование конструирует и конституирует «Я» для самого субъекта и для других, порождает его как самобытную смысловую систему. Ряд эпизодов, преломляясь через индивидуальное сознание, становятся смысло- и текстообразующими, поскольку соотносятся с «горячими точками», «точками бифуркации» в жизни человека и могут быть развернуты из частного факта («ядра») в целостный биографический нарратив. Такие эпизоды переходят в ранг событий сознания (смысловых доминант, экзистенциальных синтагм), которые человек и соотносит с индивидуальной жизнью.

Метод. Исследование основано на биографическом анализе 168 автонарративов клиентов консультативной практики автора (1982-2022 гг.).

Результаты. В анализе автобиографических текстов были выделены базовые экзистенциальные «смысловые синтагмы»: «развилки» (неоднозначные и до конца неотрагированные события индивидуальной жизни), «пик–переживания» (единичные переживания, представляющиеся субъекту нетипичными для его опыта, а потому сверхзначимыми), «персонажи» (значимые фигуры социального окружения субъекта, рефлекслируемые как повлиявшие на его личность и жизнь), «нарративные константы» («закрытые» в смысловом плане и не получающие дальнейшего событийного продолжения в дальнейшей жизни эпизоды, обретшие символическую ценность), «вариации» (вероятностно-возможностные включения в автонарратив), «оправдания» (рационализации в структуре автобиографии), «жизненные уроки» (личные «моралите», формулировки жизненных кредо), «испытания» (эпизоды, связанные со сломом, сбоем привычных культурных кодов респондентов), «прецеденты» (образцы клиентских идентификаций), «судьбоносные вопросы» (итоги персональной рефлексии существенных экзистенциальных проблем).

Выводы. Анализ биографических текстов показывает наличие в них ряда смысловых доминант (экзистенциальных смысловых синтагм), используемых для осмысления и нарративного упорядочивания субъектом событий своей жизни.

ПРОЩЕНИЕ КАК МЕТОД ИЗМЕРЕНИЯ ЗНАЧИМОСТИ ЖИЗНЕННЫХ СОБЫТИЙ И ПУТЬ К СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ

Ташимова Ф.С., Султаналиева Ш.А.

Казахский национальный университет им. аль-Фараби,

Казахстан, г. Алматы

Проблема. Прощение является важным элементом в межличностных коммуникациях, который помогает улучшать отношения и освобождаться от боли и обид. Тема прощения берет свое начало в философии, религии и теологии. Актуальность данного феномена становится яркой и значимой в психологии. Доклад предоставляет информацию об исследованиях феномена прощения в психологии и результаты исследования на казахстанской выборке. Цель доклада – показать результаты исследования влияния терапии прощением на стрессоустойчивость, оптимизм и счастье у женщин, проживающих в Казахстане.

Методы. В исследовании были включены 76 участниц из разных городов Казахстана. Возраст участниц варьировался от 38 до 45 лет ($M = 43,0$; $SD = 40,41$). Это 2 группы по 36 человек в каждой. Первая группа не проходила никакие терапевтические вмешательства. Вторая прошла 10 сессий индивидуальной терапии прощением. Все участницы прошли Методику «Оценивание пятилетних интервалов» (ОПИ) Е. И. Головахи и А. А. Кроника, Опросник «Склонность к прощению и установки по отношению к прощению» Р.Энрайта, Обновленный Оксфордский опросник счастья (ОНИ, Oxford Happiness Inventory), Методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях CISS» С. Норман, Д.Ф.Эндлер, Д.А.Джеймс, М.И.Паркер, адаптированный вариант Т.А.Крюковой и Тест диспозиционного оптимизма (ТДО).

Результаты. В ходе анализа полученных данных было выявлено, что терапия прощением положительно повлияла на такие психологические признаки как позитивный оптимизм, снятие вины, повышением уровня субъективного благополучия личности, удовлетворенности собой, отношения к окружающим, оценки себя и собственных способностей, установки к жизни в целом, энергии, здоровья и наличия интересов, увлечений.

Выводы. Результаты исследования вносят практический вклад в психологическую науку. Это разработка эффективных позитивных вмешательств для улучшения субъективного благополучия женщин средних лет (38-45)

СЕКЦИЯ 3

СУБЪЕКТИВНАЯ КАРТИНА КАРЬЕРЫ: МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ

Константин Карпинский

доктор психологических наук, профессор, Гродно, Беларусь

Татьяна Гижук

кандидат психологических наук, доцент

Гродно, Республика Беларусь, Гродно, Беларусь

Проблема. Включенность субъективной картины карьеры в структуру субъективной картины жизненного пути позволяет экстраполировать категориальный аппарат и методический инструментарий, разработанный для целей ее изучения, на изучаемый нами феномен. С этих позиций субъективную картину карьеры можно определить следующим образом: *Субъективная картина карьеры (СКК) – это психический образ личностно значимых и профессионально важных событий карьерного развития личности в их детерминационных (причинных и целевых) взаимосвязях.*

Временной масштаб субъективной картины карьеры соотносим с масштабом профессиональной жизни: этот образ вбирает в себя профессиональное прошлое (профессиональную историю личности), профессиональное настоящее (переживания текущего периода карьеры) и профессиональное будущее (планы, надежды, сомнения).

Методы. Помимо детальной теоретической и эмпирической проработки характеристик, закономерностей формирования и функционирования субъективной картины жизни А.А. Кроник и Е.И. Головаха разработали методику «Оценивание пятилетних интервалов», которая приобрела широкую популярность в рамках диагностики субъективной картины жизненного пути личности. Данная методика была модифицирована нами для изучения основных характеристик многомерной СКК.

Результаты. Работа с методикой «Оценивание пятилетних интервалов карьеры (ОПИК)» включает в себя два этапа: 1) респондент отмечает возраст начала собственной карьеры, называя при этом «стартовое» для него событие и указывает предположительный возраст её завершения; 2) испытуемый оценивает каждое пятилетие карьеры по 10-бальной шкале в зависимости от степени насыщенности значимыми событиями.

Выводы. ОПИК направлена на выявление следующих показателей: ожидаемая продолжительность карьеры, профессионально-психологический возраст, реализованность карьеры, коэффициент своевременности, насыщенность значимыми событиями прошлого, настоящего, будущего и в целом СКК, профессиональный оптимизм. Подробное описание методики приведено в [Карпинский, 2017].

**ПОЗИЦИЯ РЕСПОНДЕНТА К КАЖДОМУ СОБЫТИЮ
ПРИ ПРОВЕДЕНИИ КАУЗОМЕТРИИ**

Кирил Н. Кирилов, к.пс.н., Казанлык, Болгария

Проблема. При проведении каузометрии, респонденты указывают события, к которым они показывают разные степени «включенности» в них: *информированные* (И) о данном событии, *наблюдатели* (Н) данного события, *участники* (У) в данном событии. С соответствующими изменениями выражения, это относится и к указанным будущим событиям. Это привело к введению и исследованию нового каузометрического показателя «позиция» к событию, согласно критерию «информированный-наблюдатель-участник».

Метод. Каузометрия - «ручной вариант». Обследовано 108 человек в возрасте от 40 до 65 лет. Респонденты были распределены по подгруппам, в зависимости от хронологического возраста - А-группа: 40-49 лет, и Б-группа: 50-65 лет, биологического пола - женщины (Ж) и мужчины (М), и уровня образования - до среднего образования вкл. ($\leq CO$), и выше среднего образования ($> CO$). При каузометрическом исследовании был задан вопрос респонденту об его *позиции* к каждому из событий. Респонденты могли выбирать количество указанных ими событий в интервале [15, 21]. В среднем, для всей выборки, было указано по 16 событий. Однако в Б-группе указали, в среднем, на 1 событие больше, чем в А-группе и выборке в целом.

Результаты. Для анализа результатов был использован *t*-тест. Существенные различия в количестве событий (см. таблицу), по отношению *позиции*, были найдены между подгруппами по признаку «хронологический возраст» (А и Б), а также между подгруппами по признаку «уровень образования». Между подгруппами Ж и М существенного различия *не установлено*. Все подгруппы указывают, в среднем, по 1 событию в позиции «информированный».

Группы	Позиция		
	И	Н	У
Все: n = 108	1	2	13
А: n = 62	1	3**	12***
Б: n = 46	1	2**	14***
Ж: n = 69	1	2	13
М: n = 39	1	2	13
$\leq CO$: n = 50	1	3***	12*
$> CO$: n = 58	1	2***	13*
Различия значимы при: *** p < 0.001; ** p < 0.01; * p < 0.05			

Выводы. Взрослые 50-ти лет и старше, и с образованием выше среднего больше вовлечены в события своей жизни, чем те, кто моложе и менее образованы. Показатель «позиция» заслуживает внимание при интерпретации каузометрических данных.

- СЕКЦИЯ 3 -
«ВЗРОСЛОСТЬ» КАК СОБЫТИЕ ЖИЗНИ

Марина Клементьева

доктор психологических наук, Москва, Россия

Проблема. Можно ли быть «чуть-чуть взрослым» и можно ли измерить «степень» взрослости? Постановка вопроса и способ его решения лежат в противоречии современной социальной ситуации развития молодых людей в развитых странах. Современное транзитивное общество усиливает разрыв между социальными ожиданиями в отношении молодых людей как взрослых и их желанием отложить вступление во взрослость когнитивно, эмоционально и поведенчески. Рефлексия индивидуальной жизни как цепочки событий, формирующих автобиографию от рождения до смерти, связывает архетипические константы жизни – «детство» и «взрослость» многомерно и асинхронно. Взрослость осмыслена на основе нормативных представлений о событиях жизни, социально маркирующих возраст, однако рефлексивный механизм переживания взрослости в субъективном пространстве жизненного пути как события жизни остается неизвестным.

Методы. Гипотезой исследования стало предположение о том, что взрослость, обладая онтологическим статусом событийности, может быть измерена на основании субъективной оценки цепочек событий жизни. Выборку составили данные, полученные от 250 человек 18-28 лет (все холосты и бездетны). Измерены показатели (по шкале Лейкерта) субъективной оценки достижения взрослости в событиях жизни и степень связности этих событий в каузограмме. Связи между показателями изучены с использованием кластерного анализа.

Результаты. Выделены 4 кластера признаков взрослости: независимость, релятивность, самостоятельность, ответственность, аутентичность. Темы событий жизни, с которыми соотнесены признаки взрослости, касались: ухода из дома родителей, смерти близкого человека, начала трудовой деятельности, выбора профессии, переживания любви. Каузограммы событий «взрослости» имели высокий показатель целевых связей, а также реализованных и актуальных связей. Субъективные оценки достижения взрослости оптимистичны: люди в возрасте 18-28 лет оценили себя как еще не достигших полноценной взрослости, но относящихся к когорте взрослых людей.

Выводы. Современное понимание взрослости помимо нормативных признаков включают характеристики утверждения аутентичности и собственного достоинства в событийном пространстве жизни молодых людей, открывая возможности для её многомерного измерения.

- СЕКЦИЯ 3 -
**ПЕРЕХОД В ДРУГУЮ РЕЛИГИЮ КАК ОДНО ИЗ ПОВОРОТНЫХ
ЖИЗНЕННЫХ СОБЫТИЙ**

Ольга Максименко

магистр психологии

Киев, Украина

Постановка проблемы. На основании интервью, проведённых с новообращёнными мусульманами из Украины, попытаться выделить факторы, способствующие принятию этого решения, а также определить место этого решения среди других значимых событий в жизни интервьюируемых.

Методы. Основным методом исследования послужило полуструктурированное глубинное интервью с последующим анализом и обобщением полученной информации. Респондентам задавали следующие вопросы: а) в какой семье они росли; б) когда впервые слышали об исламе и что именно узнали; в) когда и как произошло их обращение в ислам; г) как отреагировало ближайшее окружение на это решение; д) что их больше всего привлекает в исламе, а что кажется ещё не совсем понятным и т. п. Как формулировка, так и порядок вопросов могли варьировать от одного интервьюируемого к другому. В общей сложности было опрошено 12 человек — жителей Киева, Львова, Кривого Рога и других городов Украины, мужчин и женщин, в возрасте от 20 до 45 лет.

Результаты. Практически все участники интервью расценивали переход в ислам как самое значимое событие в их жизни, меняющее коренным образом их привычный образ мышления и стратегии поведения (выбор места работы, окружения для общения, построение семьи в соответствии с требованиями этой религии и т. д.). Факторами, способствующими принятию респондентами этого решения, чаще всего являлись: а) знакомство с человеком, исповедующим ислам и тщательно соблюдающим предписания Корана, что вызвало большую симпатию к нему, а впоследствии — желание глубже изучить основы этой религии и приобщиться к ней; б) низкая удовлетворённость собственной жизнью, ощущение бессмысленности собственных планов и поступков; в) наличие родственников-мусульман; г) стремление исповедовать религию единого Бога (возможно, из-за недостаточного понимания догмата Троицы); д) ненадлежащее внимание к той религии, к которой интервьюируемые относили себя раньше (христианству), либо отсутствие связи с какой-либо религией вообще.

Выводы. Принятие ислама участниками интервью истолковывалось ими как переход в другую религию, более, на их взгляд, совершенную. Впрочем, на самом деле это был переход от светского образа жизни к религиозному, поскольку большинство из них не соблюдало предписаний той религии, с которой они отождествляли себя раньше.

- СЕКЦИЯ 3 -
**СТОРИТЕЛЛИНГ (STORYTELLING) - ИНСТРУМЕНТ ОПИСАНИЯ
ЖИЗНЕННОГО ПУТИ**

Ирина Мельник

кандидат технических наук

Киев, Украина

Проблемы. В современных условиях ведения образовательного процесса в дистанционном формате меняется перечень компетентностей необходимых для эффективной организации процесса: коммуникация, цифровая грамотность, организация командной работы, тайм-менеджмент, инновации, способности к самопознанию и развитию.

Методы. Стортеллинг – метод в основе которого построение интересной истории с глубокими эмоциями, переживаниями, с исследованием внутреннего мира, жизненного пути. Истории, созданные при помощи цифровых ресурсов представляются живо, обсуждаются всеми заинтересованными сторонами и запоминаются лучше.

Результаты. Результаты исследовательской работы студентов связаны с актуальными проблемами современности, например влиянием COVID-19 на формирование индивидуальных траекторий обучения молодежи или исследованием пути к обранной специальности от школьной парты до университета. В качестве примера представлены работы студентов II курса специальности «Менеджмент» Киевского университета имени Бориса Гринченка, в которых студенты исследовали свой жизненный путь и процесс входжения в специальность «Менеджмент». Результатом исследования как изменилась их жизненная траектория после выбора специальности стала графическая работа, выполненная с использованием современных цифровых инструментов статической инфографики - сервисов Easel.ly, Piktochart, интеллектуальных информационных ресурсов - ментальных карт MindMeister, Mindomo, MindMup, Bubbl.us.



Выводы. Проведенные исследования тесно связаны с вопросами: какие этапы прошло современное молодое поколение для формирования жизненных ценностей, какие skills сформировались в новых условиях какие новые interest появились.

ОРГАНИЗАЦИЯ АКТИВНОСТИ МОЗГА В СОСТОЯНИИ ВЛЮБЛЕННОСТИ

Сомик Лада Евгеньевна,

магистр, Институт психологии РАН, Москва, Россия

Гаврилов Владимир Викторович,

старший научный сотрудник, Институт психологии РАН, Москва, Россия

Проблема:

Влюбленность или страстная любовь рассматривается как нехимическая зависимость и проявляется в изменениях в эмоциональной, поведенческой и когнитивной сферах личности. Целью нашего исследования было выявление особенностей организации активности мозга в состоянии влюбленности.

Методы:

Для определения состояния влюбленности у 5 юношей и 10 девушек (средний возраст - 23 года), 13 из которых перед началом исследования дали утвердительный ответ на вопрос «Вы влюблены в данный момент?», нами были использованы опросник «Шкала страстной любви» - ШСЛ (Hatfield & Sprecher) и компьютерная версия метода исследования автобиографической памяти LifeLine (А. Кроник, Е. Головаха). Во время работы с LifeLine у всех испытуемых регистрировали суммарную электрическую активность мозга (ЭЭГ) в 19 стандартных отведениях по системе 10-20. Потенциалы мозга усреднялись от моментов появления на экране монитора пары событий, между которыми определялось наличие или отсутствие связи, и от ответа о наличии или отсутствии связи путем нажатия на одну из двух кнопок на клавиатуре.

Результаты:

1. Была выявлена значимая корреляция между шкалами "группа по ШСЛ" с рангом события влюбленности в каузограмме ($R=0.665$, $p=0.007$).
2. Была выявлена значимая корреляция между количеством баллов по ШСЛ с рангом события влюбленности в каузограмме ($R=0.614$, $p=0.015$).
3. Не было выявлено значимой корреляции между субъективной оценкой состояния влюбленности и рангом этого события в каузограмме ($R=0,414$, $p=0.46$).
4. Амплитуда усредненных колебаний ЭЭГ при актуализации событий у испытуемых из группы влюбленных больше, чем в контрольной группе.
5. Колебания ЭЭГ имеют разную конфигурацию при актуализации разных по значимости событий.

Выводы:

1. У влюбленных в данный момент людей события из домен «любовь» являются самыми значимыми (ранг 1-5) среди других значимых событий их жизни. Методика LifeLine может быть использована для исследования влюбленности и имеет ряд преимуществ перед другими, поскольку позволяет анализировать воспоминания о реальных событиях жизни индивида и активность мозга при актуализации этих событий.
2. У людей, находящихся в состоянии влюбленности, актуализация событий проявляется в сходной динамике потенциалов и более выраженных компонентах ЭЭГ при установлении отношений между важными событиями их жизни, чем у в данный момент не влюбленных.
3. Колебания суммарной электрической активности мозга имеют разную конфигурацию при актуализации сходных по значимости событий из домена «любовь» и других, а также разную конфигурацию при актуализации разных по значимости событий.
4. Интерпретация данных ЭЭГ затрудняется в связи с разнообразием событий жизни субъектов, различающихся давностью, субъективной значимостью, эмоциональной окраской, отношением к различным доменам. Возможно, что это всё можно будет минимизировать инструкцией по составлению списка событий.

СТРЕССОВЫЕ СОБЫТИЯ РОДИТЕЛЬСКОЙ ЖИЗНИ

Инна Тихонова, Татьяна Адеева

Кандидат психологических наук, доцент; Кострома, Россия

Исследование выполнено при поддержке РФФ, проект № 22-28-00678

Проблема. Существует противоречие между современной интенсификацией родительства и недостаточностью внимания к субъектно- эмоциональной стороне родительства. Исследовательский инструментарий ограничен опросными методами. Нашей целью являлось исследование феноменологии стрессовых событий родительской жизни.

Методы. В пилотажном исследовании использовался метод полуструктурированного интервью, изучающего стрессы родительства в разные периоды развития ребенка, включающий использование приема «стресс-термометра», разработанный перечень родительских трудностей. Выборка состояла из 18 родителей (4 мужчин и 14 женщин).

Результаты. Получены результаты в двух группах родителей с использованием контентанализа данных. Группа родителей 30-40 лет (11 человек) отмечает большее количество *родительских проблем* (трудностей) в каждом возрастном периоде развития ребенка ($M=12$), чем родители старше 45 лет ($M=7$) (7 человек). Наибольшая разница по этому параметру отмечена в периоды развития ребенка до 7 лет. Родители более молодого возраста указывают на «проблемы ухода и режима», «эмоциональность ребенка», «разногласия с супругом», что не свойственно родителям старше 45 лет. *Феноменология стрессовых событий родительства* респондентов 30-40 лет имеет широкий перечень напряженных ситуаций: «переезд», «рождение другого ребенка», «развод», «послеродовая депрессия», «конфликты с собственными родителями». В старшей группе респондентов формулировки стрессовых ситуаций более лаконичны: «травмы, болезни ребенка», «ранняя беременность», «стресс при поступлении в вуз». У «молодых» родителей отмечена большая выраженность родительского стресса на этапе младшего школьного и подросткового возраста ребенка ($M=10$), чем у родителей старше 45 лет ($M=8$).

Выводы. Родители более молодого возраста склонны воспринимать родительство как проблемную (трудную) роль в дошкольные периоды жизни ребенка, но субъективное переживание напряженности родительской роли выше в младшем школьном и подростковом периоде. Феноменология стрессовых ситуаций содержит семейные системные стрессы. Для «возрастных» родителей характерна меньшая напряженность родительской роли, родительские стрессы переживаются в связи с событиями жизни ребенка.

СЕКЦИЯ 4

VISUAL REPRESENTATIONS OF TIME

Olga AST

Artist/Curator, The ArcheTime project, archetime.net, New York, USA

This proposal is for an interactive presentation that seeks to examine the history and current state of visual interpretations of time and their connection to how we as a society relate to our larger environment. It can be supplemented with a poster artwork on visualization of time.

For many years, my artistic action-driven investigation into the nature of time, has focused on exploring our shifting perception of time from the ancient world to the present day as embodied in changes in its visualization; from the earliest depictions of the flowing river and the circular uroboros, to the linear arrow and the paintings of Dali and Magritte, who depict time with modern metaphors such as clocks and trains. How have these images influenced our everyday models of life and place?

My presentation seeks to address visual metaphors of time and their connection to present-day pictorial and verbal messages and advertising practices. These uncover and stimulate our desires and influence personal and societal experience of time and space, creating an addiction to constant change and technological innovation that pulls us to the future.

Over the last centuries, we have departed from a traditional cyclical understanding of time. We have been crafting artificial realities with synthetic straight lines between a dark past and a bright future – and conversely, between a Golden Age and an Apocalypse. This gradual shift is symbolic not only of our changing perception of the nature of time, but of our attitude toward the natural world. In our artificial environments, we look at nature as a resource – a starting point with the end-goal of an artificial product.

I will argue that the cultural preoccupation with narrowing our reality to the straight line going from Past to Future generates an atmosphere of anxiety in our society, which consequently causes overproduction and overconsumption.

I can exhibit a poster that includes more than forty different visualizations of time and invite several participants of the ArcheTime project to an online panel discussion on the Visual Representations of Time and how they structure our reality and influence our life experience and perception of time.

ТРАНСПОКОЛЕННАЯ КАУЗОМЕТРИЯ: ПЕРВЫЙ ОПЫТ

Рашид Ахмеров

кандидат психологических наук, доцент

Набережные Челны, Россия

Проблема. Психогенеалогия как наука и практика разрабатывается в двух методологических подходах. Первый разрабатывается на основе психоанализа (З.Фрейд, К.Юнг, Мюррей Боуэн, А.Шутценбергер и другие). Второй основан на каузометрическом психобиографическом подходе (Р.А.Ахмеров, Е.И.Головаха, А.А.Кроник). В исследовании на основе второго подхода попытались ответить на следующие вопросы:

- 1) совпадают ли психобиографические характеристики у представителей одной семьи и рода?
- 2) проявляются ли ценности семьи и рода в событиях жизни семьи и рода?
- 3) повторяются ли какие-либо события из поколения в поколение?

Методы. Индивидуальная каузометрия, транспоколенная каузометрия, включенное наблюдение, самонаблюдение.

Результаты. Для ответа на указанные вопросы предложена ценностная концепция жизненных сценариев семьи и рода. В ходе разработки концепции уточнены понятия «психогенеалогия», «психобиография» и другие. Предложены процедуры транспоколенной каузометрии.

Выявлены:

- 1) сходство психобиографического профиля членов одной семьи и рода;
- 2) объективация ценностей рода в событиях жизни рода;
- 3) объективация в главных сферах событий экзистенциального типа членов рода;
- 4) генетически обусловленная и социально воспитанная природа жизненного стиля представителей рода;
- 5) тенденция повторения одинаковых по содержанию событий в жизни у отца и сына.

Выводы. Наше исследование показало обоснованность ценностной концепции жизненных сценариев семьи и рода, заключающаяся в том, что из поколения в поколение передаются жизненные ценности, лежащие в основе жизненных сценариев представителей рода.

**ПЕРСПЕКТИВЫ ПРИМЕНЕНИЯ КАУЗОМЕТРИИ В СУДЕБНОЙ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЭКСПЕРТИЗЕ**

Белодед Диана Роландовна

Профессия психолога вносит существенный вклад в развитие психологического здоровья общества. Все разделы психологии посвящены человеку и его благополучному взаимодействию с окружающим миром и с самим собой. Проведение психодиагностики осуществляется при наличии достаточного комплекса средств, инструментов, которые можно объединить в диагностические методы, методики и процедуры. В работе судебного эксперта-психолога могут быть использованы стандартизированные отечественные и адаптированные зарубежные методы исследования личности, интеллекта, познавательных процессов, ситуативных состояний и пр. В процессе расследования преступлений зачастую на помощь следствию приходят различные виды экспертиз, которые оказывают существенное влияние на реконструкцию обстоятельств правонарушения и определение виновности лиц, причастных к нему.

Вклад психологических служб в работу системы правоохранительных органов не всегда очевиден, хотя профессиональные компетенции психолога применяются на многих этапах функционирования системы. Внедрение новых и совершенствование имеющихся методов исследования личности – необходимое условие успешного выполнения задач, стоящих перед государственными органами, противостоящими преступности. Каузометрический метод психодиагностики позволяет получить важные данные об индивидуально-психологических особенностях исследуемого, в том числе для выявления уязвимости психологической безопасности. Целью каузометрического анализа является воспроизведение жизненного пути человека на основании его собственных оценок и создание системы причинных и целевых связей между жизненными событиями, свойствами личности, значимыми людьми. Получаемая в результате субъективная картина человеческой жизни носит диагностический характер, что позволяет изучить личность подэкспертного глубже и раскрыть истинные мотивы его поведения.

ОЦЕНКА ОЖИДАЕМОЙ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ЖИЗНИ У ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РАЗЛИЧНЫХ КОНФЕССИЙ

*Достовалов Т.С.
г. Екатеринбург, Россия*

*Достовалов С.Г.
кандидат психологических наук, доцент, г. Курган, Россия*

Проблема. Ожидаемая продолжительность жизни (ОПЖ) представляет собой субъективную оценку личностью перспективы своего жизненного пути и является интегральной характеристикой - комплексом внешних и внутренних факторов, влияющих на данный показатель. Одной из детерминант ОПЖ является религиозность личности как основа субъективной картины мира в целом. Результаты исследований религиозности личности свидетельствуют о том, что религиозные люди оценивают качество и продолжительность своей жизни положительно, однако при этом воспринимают угрозы своей жизни особенно остро (Дубограй Е.В., 2018; Holbrook С. et al, 2016; Purzycki В. et al, 2016). В то же время является очевидным то, что конфессиональная принадлежность может дифференцировать ОПЖ в значительной степени, однако специальные исследования влияния конфессиональной принадлежности на ОПЖ единичны. Данное положение определило направление и содержание исследования.

Методы. Методика «Оценивание пятилетних интервалов».

Результаты. В исследовании приняли участие 113 человек – представители различных конфессиональных групп: 36 человек - православные христиане; 37 человек – мусульмане-сунниты; 18 человек – буддисты (представители ламаизма), 22 человека - буддисты (представители течения Махаяна). Анализ результатов исследования показал, что православные христиане, а также буддисты – представители течения Махаяна указывали ОПЖ в значениях, близких к среднестатистической продолжительности жизни современного человека – 70-80 лет. Представители ламаистского буддизма указывали ОПЖ в показателях, значительно превышающих среднестатистическую продолжительность жизни современного человека (средний показатель ОПЖ – 103 года). Мусульмане-сунниты в большом числе случаев отказывались от указания ОПЖ, аргументируя это тем, что указать данный показатель невозможно, так как это неизвестно человеку, а обладателем данной информации является только Аллах (Всевышний).

Выводы: исследование выявило различия в показателях ОПЖ у представителей различных конфессий, что позволяет предположить влияние конфессиональной принадлежности на оценку перспективы жизненного пути личности и определяет направление дальнейших исследований.

КОНЦЕПЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВРЕМЕНИ И ПРИНЦИПЫ КОНСТРУКТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ (ОТ ИНТРОСПЕКТИВНОЙ РЕКОНСТРУКЦИИ К КОНСТРУИРОВАНИЮ ЗНАНИЯ)

Александр Кроник, д.п.н., Бефесда, США; Евгений Головаха, д.ф.н., Киев, Украина

Проблема. Реконструировать познавательный процесс, который привёл к разработке причинно-целевой концепции психологического времени.

Методы. Ретроспективный самоанализ, социокультурный анализ.

Результат. Описаны этапы возникновения причинно-целевой концепции психологического времени:

1. Формирования независимых индивидуальных интересов к проблеме времени.
2. Общее стремление к уходу от идеологизации психологических проблем.
3. Первый результат: синтез "квантового" и событийного подходов, чувство разочарования.
4. Исследователи увидели множество причинных и целевых межсобытийных связей, которые стали единицами измерения психологического времени.
5. Эта картина находила подтверждение в эмпирических проверках.
6. Попытка превратить найденную закономерность в универсальный закон.
7. Обсуждение вопроса "что есть познание психической реальности?"

Выводы. Формирование идеи конструктивной психологии, принципами которой стали:

1. *Опережающее развитие психологического знания по отношению к существующим психическим явлениям.* Это означает акцент на конструировании нового в психике человека, а не на описании и объяснении старого. Задача учёного состоит в разработке альтернативных моделей развития психики человека.
2. *Эвристичность несоответствия конструируемых и существующих психических образований.* Это означает принципиальную фальсифицируемость конструктивного психологического знания (наличие противоречащих ему фактов в момент его выдвижения). Фактом конструктивной психологии является созданный намеренно или обнаруженный прецедент, который является как бы зародышем нового в развитии психики.
3. *Гуманистическая направленность психологических новообразований.* Это означает, что создаваемые новые механизмы человеческой психики должны быть такими средствами познания и регуляции, которые доступны самоконтролю со стороны личности и не подвластны внешнему манипулированию.

Некоторые психологические инструменты саморазвития, созданные на основе идей конструктивной психологии, доступны на сайте www.LifeLook.Net.

КАУЗОМЕТРИЯ И АНАЛИЗ СЦЕНАРИЯ ЛИЧНОСТИ

Ирена Левкова

Доктор, София, Болгария

Эрик Берн создал транзактный анализ для объяснения человеческих отношений. Но транзактный анализ вскоре стал более широкой теорией. Он включает в себя структурный анализ, анализ трансакций и анализ сценариев. В его основе лежит идея эго-состояний. Личность можно описать через три состояния эго — Родитель, Ребенок и Взрослый. Эго-состояния изучаются структурным анализом. Взаимодействия между людьми можно свести к мельчайшей единице общения — трансакция. Трансакции бывают простые и сложные и изучаются анализом трансакций.

Еще в детстве Родитель, Взрослый и Ребенок участвуют в создании сценария личности. Сценарий – это что-то вроде плана жизни человека. В ней он играет главную роль, а остальные люди - второстепенные. Сценарий адаптируется в подростковом возрасте во взаимоотношениях со сверстниками. Хотя сценарий не осознается человеком, он руководит его жизнью. По этой причине основные события в жизни человека тесно связаны с его сценарием.

Поскольку сценарий представляет собой неосознанный жизненный план, сформированный в детстве, он не всегда подходит для жизни взрослого человека. Сценарные аналитики стремятся помочь людям осознать свой сценарий и бессознательный смысл своей жизни.

В докладе делается попытка использовать метод причинно-следственной связи, чтобы помочь в анализе сценариев. Представлено исследование взаимосвязи между важнейшими событиями в жизни человека и его сценарием. Особое внимание уделено выходу из сценария и связанных с ним событий, а также их связи с более ранними событиями в жизни субъекта.

ANECDOTAL EVIDENCE OF CAUSOMETRY AT WORK

Roseli Ejzenberg, Ph.D., Rockville, USA

Problem. In the context of some deep-seated questions about my professional and spiritual goals, I was engaged in a 4-month causometry journey. The first “diagnosis” was that my Psychological Age was older than my Chronological Age and that a paradigm shift would address this and the existing issues.

Methods. I had about 16 causometry sessions when we worked on identifying the most significant events in my life, the most important symbols/metaphors and establishing connections between my personal past events, present experiences and future goals, the result of which was the elaboration of a multicolor causometry graph or life map. As a sociolinguist with a Vygotskian theoretical framework, I was also interested in the impact of language on perceived feelings and psychological age.

Results. There was a shift in the psychological age towards a more youthful perception of self, praxis, and goals. There was an increase in the Life Satisfaction parameter as well as in temporal mode (from past to present focused) and a renewed desire to plan, corroborating the findings reported in Kronik (2018, pages 100-101).

Conclusion. The causometry approach yielded appreciable results within a relatively short intervention, which is very encouraging. Given the limitations of a non-quantitative research methodology of a case study, resources should be directed to conduct a quantitative study of the effects of causometry intervention on subjects that undergo the “treatment”.

Source. Kronik, A.A. (2018). *How Young Are You? Understanding psychological age, time, causometry to create meaningful, harmonious, productive lives.* Washington, DC: New Academia Publishing.

