

Психолог

*Правильная ссылка на статью:*

Браташ Р.И., Емельяненко Б.О. Связь удовлетворенности жизнью с образом будущего при преодолении трудной жизненной ситуации // Психолог. 2024. № 6. DOI: 10.25136/2409-8701.2024.6.72067 EDN: JXQOVG  
URL: [https://nbpublish.com/library\\_read\\_article.php?id=72067](https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=72067)

## **Связь удовлетворенности жизнью с образом будущего при преодолении трудной жизненной ситуации**

**Браташ Руфь Ивановна**

магистр; кафедра генетической и клинической психологии; Томский государственный университет

634050, Россия, Томская область, г. Томск, ул. Московский Тракт, 8

✉ [rufina.barhatova12@gmail.com](mailto:rufina.barhatova12@gmail.com)



**Емельяненко Богдан Олегович**

магистр; кафедра общей и педагогической психологии; Национальный исследовательский Томский государственный университет

634050, Россия, Томская область, г. Томск, ул. Московский Тракт, 8

✉ [bogdan\\_eme@mail.ru](mailto:bogdan_eme@mail.ru)



[Статья из рубрики "Личностный рост"](#)

**DOI:**

10.25136/2409-8701.2024.6.72067

**EDN:**

JXQOVG

**Дата направления статьи в редакцию:**

24-10-2024

**Дата публикации:**

17-11-2024

**Аннотация:** В статье представлены результаты исследования особенностей связи удовлетворенности жизнью с образом будущего у людей, проживающих трудную жизненную ситуацию. Дизайн исследования основан на смешанной методологии. Выборка была набрана по принципу доступности и ее составили 100 респондентов. Для

определения опыта преодоления трудной жизненной ситуации были использованы открытые вопросы с последующим качественным контент-анализом ответов. В итоге были сформированы три группы: респонденты первой находятся в процессе преодоления жизненных трудностей, второй – недавно преодолели трудности, а третьей – не сталкивались с трудной жизненной ситуацией в недавнем прошлом. Удовлетворенность жизнью оценивалась по методике Э. Динера в адаптации Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева. Для описания характеристик образа будущего использовались тест диспозиционного оптимизма Ч. Карвера и М. Шейера в адаптации Т.О. Гордеевой, О.А. Сычева, Е.Н. Осина; опросник «Профессиональная временная перспектива будущего» Х. Цахера и М. Фрезе в адаптации Т.Ю. Базарова, А.В. Парамузова; методика «Индекс стремлений» Э. Деси и Р. Райан в адаптации Т.Д. Василенко, Ю.А. Котельниковой, А.В. Селиной. Проведенное сравнение выделенных групп выявило, что респонденты, пребывающие в трудной жизненной ситуации, имеют достоверно более низкие показатели удовлетворенности жизнью и более пессимистичное обобщенное видение будущего. В то же время проведенный регрессионный анализ показал, что для этих участников различные аспекты образа будущего, а именно обобщенные позитивные ожидания от будущего, фокусирование на возможностях в профессиональной среде, ориентация на выстраивание близких отношений со значимыми людьми, выступают ресурсами удовлетворенности жизнью. В группе, где респонденты в недавнем прошлом преодолели жизненные трудности и в группе, в которой участники сообщили об отсутствии недавнего опыта столкновения с трудными ситуациями, характеристики образа будущего оказались не связанными с удовлетворенностью жизнью. Научная новизна исследования заключается в получении более детализированных данных относительно вклада образа будущего в удовлетворенность жизнью при преодолении трудной жизненной ситуации, включая обобщённые ожидания от будущего и ожидания в различных жизненных сферах.

#### **Ключевые слова:**

трудная жизненная ситуация, удовлетворенность жизнью, образ будущего, психологические ресурсы, временная перспектива будущего, оптимизм, пессимизм, фокусирование на возможностях, совладание, психологическое благополучие

#### **Введение**

Ряд современных исследователей, описывая нынешнюю социальную действительность, используют такое понятие как транзитивность [\[1; 2\]](#), характеризующее «множественность социокультурных контекстов, постоянную изменчивость окружающего мира и его неопределенность» [\[3, с. 135\]](#). Происходит изменение социальных ценностей, представлений, размываются нормы и установки [\[1\]](#), провоцируя появление различного рода трудных жизненных ситуаций для человека, преодолевая которые он использует продуктивные, непродуктивные и даже вредоносные способы совладания [\[4\]](#).

Психологи по-разному определяют понятие «трудная жизненная ситуация» (далее ТЖС). Некоторые рассматривают это как «ситуацию, ухудшающую условия жизнедеятельности человека, которую он не может преодолеть самостоятельно» [\[5, с. 70\]](#), другие как «ситуацию несоответствия между стремлениями, ценностями, целями и возможностями их реализации, либо качествами личности» [\[6, с. 462\]](#) или как «ситуацию, значительно превышающую адаптивный потенциал личности, т. е. предъявляющую к человеку

требования, превышающие его обычные ресурсы» [7]. Нами будет принято следующее определение ТЖС: «это значимая негативная ситуация, сопровождающаяся беспокойством, повышенными затратами ресурсов, неподконтрольностью, неопределенностью, необходимостью быстрого реагирования, затруднениями в прогнозировании, трудностями принятия решения и признанием собственной некомпетентности в ее разрешении» [8, с. 179]. При таком подходе ТЖС может быть ситуация поступление в ВУЗ и адаптация в нем [8; 9], развод [10], столкновение с онкологическим заболеванием [11] и т.д.

Как указывают исследователи, ТЖС характеризуется, во-первых, нарушением адаптации, во-вторых, невозможностью удовлетворить доминирующие потребности и, в-третьих, необходимостью выработки конструктивных моделей поведения [12]. Однако ситуация является трудной лишь в том случае, если человек оценил ее для себя как таковую [13], а значит и критерии разрешения ТЖС являются субъективными.

Интерес представляет вопрос специфики удовлетворенности жизнью у людей, переживающих ТЖС. Удовлетворенность жизнью, согласно Э. Динеру, рассматривается как базовый компонент субъективного благополучия, отражающий когнитивную оценку жизни [14]. Так удовлетворенность жизнью можно охарактеризовать как «общую оценку чувств и установок относительно жизни в определенный момент времени; один из основных показателей благосостояния человека, основанный на сравнении текущих жизненных условий с ожидаемыми эталонами» [15, с. 17]. «Человек тем более удовлетворен, чем меньше разрыв между этим идеальным положением и реальной ситуацией» [16, с. 109]. В свою очередь ТЖС предъявляет к человеку новые условия, отдаляя реальное положение от идеального, что может вести к снижению удовлетворенности жизнью. Однако отсутствует прямая связь между попаданием в ТЖС и снижением удовлетворенности жизнью. Отмечается, что важнейшую роль играет когнитивная оценка ТЖС [17]: можно негативно переживать ситуацию, но позитивно относиться к ней [18]. Другие исследователи подчеркивают, что «для удовлетворённости жизнью ... важны не столько объективные трудности и связанный с ними воспринимаемый стресс, сколько личностные и социальные ресурсы совладания с ними» [19].

Таким образом, при преодолении ТЖС «первое на что необходимо акцентировать внимание ... – на наличие внутренних ресурсов, которые будут способствовать совладанию с этой ситуацией» [20, с. 56], а значит и служить опорами для удовлетворенности жизнью. Д. А. Леонтьев характеризует ресурсы как «средства, наличие и достаточность которых способствуют достижению цели и поддержанию благополучия, а отсутствие или недостаточность затрудняет достижение цели и поддержание благополучия» [21, с. 25]. Описывая психологические ресурсы, Д. А. Леонтьев выделяет ресурсы устойчивости, мотивационные ресурсы, ресурсы саморегуляции, инструментальные ресурсы и ресурсы трансформации [21].

Аспекты, связанные с образом будущего, то есть «ожидания, базирующиеся на имеющемся опыте прошлого и на реалиях настоящего» [22, с. 635], могут являться мотивационным ресурсом, предоставляя энергетическое обеспечения для преодоления ТЖС [23]. Так «наши субъективные образы будущего определяют реальный ход событий» [24, с. 46]. К тому же исследователи характеризуют образ будущего как «динамическое психологическое образование, обеспечивающее смысложизненную определенность

бытия человека и задающее направленность жизни» [24, с. 46], тем самым давая основания охарактеризовать образ будущего и как ресурс саморегуляции. В частности, исследователями продемонстрирована ресурсность позитивных ожиданий от будущего при преодолении стресса, возникающего в результате попадания в ТЖС [25; 26;].

Известно, что образ будущего у людей, попавших в ТЖС, имеет ряд особенностей [22; 27]. В частности отмечается, что у подростков, находящихся в ТЖС, он может быть несформированным, нереалистичным и искаженным [22; 28]. О. С. Сулим указывает на то, что «кризисные ситуации заставляют людей сфокусироваться на настоящем ..., зачастую искажая или полностью препятствуя восприятию будущего» [26]. Другие исследователи отмечают, что в ТЖС образ будущего при этом может быть связан с позитивными ожиданиями [25; 29], быть хорошо выстроенным и выступать основой для выбора продуктивных копинг-стратегий [30].

И хотя отечественными психологами подробно рассмотрены ресурсы преодоления ТЖС [7; 9; 10; 13; 19; 31], аспекты образа будущего по отношению к удовлетворенности жизнью в ситуации совладания с жизненными трудностями рассмотрены недостаточно. Отмечено, например, что позитивные ожидания в совокупности с верой в преодолимость ситуации положительно связаны с удовлетворенностью жизнью в ТЖС [32], но слабо конкретизированы другие аспекты образа будущего, хотя еще Дж. Келли отмечал, что люди главным образом ориентированы на будущие события, а не на прошлое или настоящее [33], тем самым показывая ресурсность образа будущего. Таким образом актуальным представляется изучить какие структуры ожидаемого будущего в ситуации совладания с трудностями формируют удовлетворенность жизнью.

Цель исследования состоит в выявлении связей между удовлетворенностью жизнью и образом будущего у людей, преодолевающих ТЖС.

Объект исследования: удовлетворенность жизнью.

Предмет исследования: оценка вклада различных характеристик образа будущего в удовлетворенность жизнью у людей, преодолевающих ТЖС.

Гипотеза исследования заключалась в том, что у людей, находящихся в процессе преодоления ТЖС, существуют особые значимые характеристики в образе будущего, которые выступают ресурсами формирования удовлетворенности жизнью.

### **Методика проведения исследования**

В исследовании приняло участие 100 человек. Выборка набиралась по принципу доступности (convenience sampling) и её составили 57 респондентов женского пола, 43 мужского. Средний возраст – 26,7 лет (SD = 9.9 лет).

Для выявления того, находится ли респондент в данный момент в ТЖС, нами использовались открытые вопросы с последующим качественным контент-анализом ответов. Отметим, что использование качественных методов при изучении трудных жизненных ситуаций является распространенной практикой, поскольку «в целом специально разработанные стандартизованные опросники для изучения восприятия ТЖС редки ..., чаще всего охватывают отдельные аспекты репрезентации ТЖС» [34, с. 144].

Нами были сформированы три открытых вопроса. Первый вопрос касался того, были ли

за последний год у респондентов сложные периоды, связанные с трудностями в понимании себя, общении, личностном развитии и жизни в целом. Мы просили участников исследования подробно описать эти ситуации. Во втором вопросе мы спросили у респондентов смогли ли они, по их мнению, преодолеть указанные трудности, а если да, то за счет чего. Третий вопрос был контрольным, где респондентов просили написать «уроки», которые они извлекли из опыта преодоления трудностей. Этот вопрос был сформирован, чтобы проверить степень осмысленности полученного опыта, и в случае, если ответ на этот вопрос не вытекал из логики предыдущих, то более пристально отнестись к полученным от респондента ответам. Однако подобных случаев нами встречено не было.

Для оценки удовлетворенности жизнью была использована шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера в адаптации Е. Н. Осина, Д. А. Леонтьева<sup>[14]</sup>, состоящая из 5 утверждений, суммирование баллов по которым и формирует общий показатель.

Для изучения характеристик образа будущего нами использовались три методики.

Тест диспозиционного оптимизма Ч. Карвера и М. Шейера в адаптации Т. О. Гордеевой, О. А. Сычева, Е. Н. Осина<sup>[35]</sup>. Методика состоит из 12 утверждений и содержит шкалы позитивных и негативных ожиданий, где позитивные ожидания отражают оптимистичное видение будущего, а негативные – пессимистичное. Кроме этого, имеется обобщенный показатель диспозиционного оптимизма. Отметим, что методика часто «применяется в исследованиях психологической адаптации и болезни»<sup>[35, с. 37]</sup>, что и обусловило ее включение в наше исследование.

Опросник «Профессиональная временная перспектива будущего» Х. Цахера и М. Фрезе в адаптации Т. Ю. Базарова, А. В. Парамузова<sup>[36]</sup>. Методика состоит из 10 утверждений, которые образуют три шкалы: фокусирование на возможностях; фокусирование на ограничениях; оставшееся время, которое характеризует оценку перспективы профессионального будущего как ограниченную или неограниченную. Данный опросник использовался нами, поскольку работа занимает важное место в жизни человека и служит важнейшим источником опыта, что важно учитывать для характеристики удовлетворенности жизнью.

Методика «Индекс стремлений» Э. Деси и Р. Райан в адаптации Т. Д. Василенко, Ю. А. Котельниковой, А. В. Селиной<sup>[37]</sup>. Опросник был разработан в рамках теории самодетерминации и содержит 35 пунктов, образующих 7 шкал: богатство, привлекательная внешность, известность, личностный рост, отношения, общество, здоровье. Первые три стремления характеризуются как внешние, а остальные как внутренние. Кроме этого, каждый вопрос оценивается через три фактора: 1. важность цели (Важность); 2. вероятность достижения цели в будущем (Вероятность); 3. насколько цель достигнута на настоящий момент (Достижение). Методика была включена в наше исследование, поскольку отражает не только актуальные жизненные стремления, но и как они отражаются в образе будущего.

Сбор данных происходил с использованием сервиса «Google Формы». Качественная обработка данных была произведена обоими соавторами, а количественная – в программе JASP 0.18.0.0. Использовались описательные статистики, критерий Краскела-Уоллиса, U-критерий Манна-Уитни, множественный регрессионный анализ.

## Результаты исследования

На первом этапе анализа полученных данных нами были проанализированы ответы респондентов на открытые вопросы и выделены группы в зависимости от опыта преодоления ТЖС. Всего нами были сформированы три группы. Первую группу (Группа 1) составили 38 респондентов, которые в настоящий момент находятся в ТЖС (в соответствии с принятым нами определением ТЖС). Во вторую группу (Группа 2) вошли 34 респондента, которые сообщили, что недавно сталкивались с ТЖС, но к моменту исследования преодолели трудности. То есть во втором вопросе они ответили утвердительно, а ответ на третий вопрос подтверждал это. Те респонденты, которые указали, что они переживают две и более независимые ТЖС (в разных сферах жизни), но к моменту исследования еще субъективно не преодолели хотя бы одну, относились нами к первой группе. Третья группа (Группа 3) была сформирована из 28 респондентов, которые указали на отсутствие в их жизни в последнее время каких-либо значимых трудностей, либо описали трудности, которые нельзя отнести к переживанию ТЖС.

Отметим, что респонденты описывали самые разнообразные ТЖС. В основном они касались значимых трудностей, связанных с идентичностью и поиском своего места в этой жизни (непонимание самого/-ой себя, чего действительно хочется); трудностей в отношениях с партнерами/близкими (тяжелые расставания/разводы, острая нехватка общения с близкими людьми, болезненный опыт общения с близкими); негативный опыт в работе/учебе (эмоциональное выгорание); столкновение со смертью близких; проживание тяжелой болезни. Описывая эти трудности, респонденты использовали такие слова как, «тревожность», «страх», «разочарование», «отчаяние», «истощение сил», «потеря смысла», «потеря понимания себя», «бесцельное существование», «непонимание своих целей», «всё рухнуло» и др.

Примерами трудностей, которые описали респонденты, но которые мы не отнесли к пребыванию ТЖС (а сами респонденты были отнесены нами к Группе 3), поскольку они не отвечали всем требованиям принятого нами определения ТЖС, являлись проблемы в коммуникации с коллегами или финансовые трудности без указания на субъективно значимую негативную оценку ситуаций, академические задолженности в учебной деятельности и др.

Далее мы определили средние значения в каждой группе по шкалам методик. Результаты представлены в Таблицах 1 и 2 (значения по методике «Индекс стремлений» из-за сложной структуры опросника были вынесены в отдельную таблицу).

Таблица 1 – Средние значения групп респондентов с разным опытом преодоления ТЖС по методикам «Шкала удовлетворенности жизнью», «Тест диспозиционного оптимизма», «Профессиональная временная перспектива будущего».

Группы	Шкала удовлетворенности жизнью	Тест диспозиционного оптимизма			Профессиональная временная перспектива будущего		
		Шкала диспозиционного оптимизма	Позитивные ожидания	Негативные ожидания	Оставшееся время	Фокусирование на возможностях	Фокусирование на ограничениях
Гр1	16.97	19.66	9.53	5.87	13.97	14.55	8.71
Гр2	22.06	24.24	11.24	3.12	16.29	15.68	6.85
Гр3	22.64	23.29	12.21	4.93	15.21	14.68	9.86

Таблица 2 – Средние значения групп респондентов с разным опытом преодоления ТЖС по методике «Индекс стремлений».

Группы	Индекс стремлений						
	Богатство	Известность	Внешность	Личностный рост	Отношения	Общество	Здоровье
	Фактор «Важность»						
Гр1	26.92	16.74	18.18	29.87	30.32	21.92	30.11
Гр2	28.32	17.94	18.24	30.68	31.50	23.59	31.21
Гр3	28.07	19.89	21.39	29.68	29.79	22.75	31.11
Группы	Фактор «Вероятность»						
	Богатство	Известность	Внешность	Личностный рост	Отношения	Общество	Здоровье
	Фактор «Достижение»						
Гр1	24.29	15.32	18.79	26.13	25.82	20.71	26.21
Гр2	26.21	18.71	20.35	29.65	29.62	24.06	28.41
Гр3	26.11	19.82	21.96	27.54	27.04	22.32	27.51
Группы	Фактор «Достижение»						
	Богатство	Известность	Внешность	Личностный рост	Отношения	Общество	Здоровье
	Фактор «Достижение»						
Гр1	13.26	11.13	15.76	18.76	20.47	15.34	20.81
Гр2	14.94	13.15	17.71	23.53	23.44	18.27	20.71
Гр3	17.95	15.11	18.43	22.82	23.93	17.68	22.21

Далее был проведен сравнительный анализ показателей респондентов разных групп по шкалам методик (Таблица 3). Использовался критерий Краскела-Уоллиса, а там, где были получены значения  $p \leq 0,05$ , использовался U-критерий Манна-Уитни для нахождения различий между конкретными группами. Поскольку группы сравнивались по большому количеству переменных, то было принято решение в таблицу занести различия только по тем переменным, где значения по критерию Краскела-Уоллиса были на уровне  $p \leq 0,05$ .

Таблица 3 – Результаты сравнительного анализа удовлетворенности жизнью и аспектов образа будущего среди групп респондентов с разным опытом преодоления ТЖС.

Шкала	Критерий Краскела-Уоллиса (по трем группам)	Попарные сравнения		
		Группы	U-критерий Манна-Уитни	Величина эффекта
Шкала удовлетворенности жизнью				
Шкала удовлетворенности жизнью	<.001	Гр1-Гр2	<0.001	-0.453
		Гр2-Гр3	0.650	
		Гр3-Гр1	<0.001	-0.571
Тест диспозиционного оптимизма				
Шкала диспозиционного оптимизма	0.005	Гр1-Гр2	0.002	-0.432
		Гр2-Гр3	0.294	
		Гр3-Гр1	0.037	-0.302
Позитивные ожидания	0.002	Гр1-Гр2	0.026	-0.303
		Гр2-Гр3	0.155	
		Гр3-Гр1	<0.001	-0.500
Негативные ожидания	0.007	Гр1-Гр2	0.002	0.416
		Гр2-Гр3	0.040	-0.304
		Гр3-Гр1	0.415	
Профессиональная временная перспектива будущего				
Оставшееся время	0.029	Гр1-Гр2	0.007	-0.372
		Гр2-Гр3	0.316	
		Гр3-Гр1	0.196	

Фокусирование на ограничениях	0.026	Гр1-Гр2	0.041	0.279
		Гр2-Гр3	0.031	-0.317
		Гр3-Гр1	0.527	
Индекс стремлений				
Богатство (достижение)	0.004	Гр1-Гр2	0.144	
		Гр2-Гр3	0.036	-0.312
		Гр3-Гр1	0.001	-0.462
Известность (вероятность)	0.037	Гр1-Гр2	0.060	
		Гр2-Гр3	0.645	
		Гр3-Гр1	0.015	-0.352
Известность (достижение)	0.048	Гр1-Гр2	0.095	
		Гр2-Гр3	0.364	
		Гр3-Гр1	0.022	-0.333
Личностный рост (вероятность)	0.009	Гр1-Гр2	0.002	-0.416
		Гр2-Гр3	0.083	
		Гр3-Гр1	0.279	
Личностный рост (достижение)	<.001	Гр1-Гр2	<0.001	-0.556
		Гр2-Гр3	0.599	
		Гр3-Гр1	<0.001	-0.480
Отношения (вероятность)	0.010	Гр1-Гр2	0.002	-0.423
		Гр2-Гр3	0.123	
		Гр3-Гр1	0.289	

*Примечание:* в таблице представлены сравнительные характеристики только по тем шкалам, где критерий Краскела-Уоллиса показал различия на уровне  $p \leq 0,05$ ; для критерия Манна-Уитни величина эффекта определялась ранговой бисериальной корреляцией (данные величины эффекта представлены, если критерий Манна-Уитни показал различия на уровне  $p \leq 0,05$ ).

Таким образом было выявлено, что группы, различающиеся по опыту проживания ТЖС, имеют множественные достоверные различия в выраженности удовлетворенности жизнью и ожиданий от будущего.

Группа респондентов, пребывающих в ТЖС в данный момент, имеет показатели по удовлетворенности жизнью достоверно ниже, чем две другие группы. Кроме этого, респонденты из Группы 1 имеют более пессимистичное видение своего будущего и более ограниченную временную перспективу в профессиональной сфере. В то же время респонденты, которые уже справились с ТЖС (Группа 2), имеют менее выраженное негативное ожидание от будущего, в профессиональной сфере видят меньше препятствий для развития и при этом верят, что в будущем они продолжат личностно расти. А у респондентов из Группы 3 нет каких-то ярко выраженных особенностей по сравнению с Группой 2: они более удовлетворены жизнью, чем представители Группы 1, но примерно также, как и респонденты из Группы 2. Похожая картина и в оценке будущего.

Далее нами использовался множественный регрессионный анализ, чтобы оценить вклад различных аспектов образа будущего в удовлетворенность жизнью в группах с разным опытом преодоления ТЖС. Для каждой методики нами строилась отдельная модель, поскольку мы хотели оценить независимый друг от друга вклад различных переменных. Однако в Тесте диспозиционного оптимизма нами использовался только общий



показатель диспозиционного оптимизма, поскольку, как пишут авторы адаптации методики: «отсутствуют убедительные теоретические обоснования двухфакторной природы оптимизма/пессимизма» [35, с. 58]. А для методики «Индекс стремлений» строились три разные модели отдельно для факторов «Важность», «Вероятность» и «Достижение». При построении регрессии нами использовался метод принудительного включения. Для более наглядного соотнесения вклада предикторов в удовлетворенность жизнью данные по трем группам представлены в Таблице 4 друг за другом по каждой методике.

Таблица 4 – Аспекты образа будущего, как предикторы удовлетворенности жизнью, в группах респондентов с разным опытом преодоления ТЖС.

Группы	Предикторы	R2	$\beta$	p
<b>Тест диспозиционного оптимизма</b>				
Группа 1	Шкала диспозиционного оптимизма	0,277	0,526	<.001
Группа 2	Нет значимых предикторов			
Группа 3	Нет значимых предикторов			
<b>Профессиональная временная перспектива будущего</b>				
Группа 1	Фокусирование на возможностях	0,376	0,439	0.030
Группа 2	Фокусирование на возможностях	0,313	0,425	0.015
Группа 3	Нет значимых предикторов			
<b>Индекс стремлений (фактор Важность)</b>				
Группа 1	Здоровье	0,159	0,484	0,045
Группа 2	Нет значимых предикторов			
Группа 3	Нет значимых предикторов			
<b>Индекс стремлений (фактор Вероятность)</b>				
Группа 1	Отношения	0,380	0,533	0,012
Группа 2	Нет значимых предикторов			
Группа 3	Нет значимых предикторов			
<b>Индекс стремлений (фактор Достижение)</b>				
Группа 1	Отношения	0,451	0,464	0,005
Группа 2	Нет значимых предикторов			
Группа 3	Нет значимых предикторов			

*Примечание.* В таблице представлены только значимые предикторы.

Регрессионный анализ показал, что для Группы 1, респонденты которой находятся в процессе преодоления ТЖС, различные аспекты образа будущего действительно выступают ресурсами формирования удовлетворенности жизнью. Позитивные ожидания от будущего в целом и в профессиональной сфере в частности дают опору в настоящем. Кроме этого, центральным аспектом жизни в ТЖС для респондентов является стремление чувствовать себя здоровым, а позитивные отношения с близкими людьми выступают наиболее важным ресурсом. Так, с одной стороны, уже имеющиеся отношения придают респондентам устойчивость в преодолении ТЖС, а вера в то, что в будущем отношения будут служить источником положительного опыта, придает энергию в настоящем.

Иная картина в двух других группах, которые не находятся в ТЖС. Удовлетворенность жизнью у этих групп обусловлена факторами, которые не основаны на образе будущего.

Лишь «Фокусирование на возможностях» в профессиональной сфере в Группе 2 выступило значимым предиктором.

### **Обсуждение результатов**

Полученные результаты подтверждают выдвинутую нами гипотезу о том, что у респондентов, находящихся в процессе преодоления ТЖС, существуют особенности в образе будущего, которые выступают ресурсами формирования удовлетворенности жизнью. Такими ресурсами выступили, во-первых, обобщенное позитивное ожидание от будущего, надежда на хорошие события в дальнейшем. Можно утверждать, что это универсальная опора при проживании значимых трудностей, поскольку «люди совершают усилия, направленные на преодоление трудностей для достижения поставленных целей, лишь до тех пор, пока их ожидания будущих успехов достаточно благоприятны» [\[35, с. 37\]](#). И в целом существует большое количество данных, указывающих на тесную связь оптимизма и психологического благополучия [\[38; 39\]](#).

Во-вторых, было выявлено, что ресурсом преодоления трудностей служат позитивные ожидания конкретно в профессиональной сфере. Фокусирование на возможностях, стремление к достижению целей на рабочем месте придает энергию при проживании ТЖС. Вернемся к этому ниже.

В-третьих, стремление поддерживать конструктивные отношения с близкими людьми – еще один важнейший ресурс совладания с ТЖС. И поскольку методика «Индекс стремлений» основана на теории содержания целей – одной из мини-теорий теории самодетерминации Э. Деси и Р. Райана [\[40\]](#), то полученные данные хорошо описываются другой мини-теорией – теорией существования трех базовых психологических потребностей в автономии, компетентности и связанности, удовлетворение которых лежит в основе психологического благополучия [\[40\]](#). То есть, как было установлено в нашем исследовании, в ТЖС респонденты находят опору в близких отношениях со значимыми людьми не только в настоящем, но и верят, что отношения будут приносить пользу и в будущем.

Кроме этого, потребность в компетентности может лежать в основе ресурсности профессиональной сферы, описанной нами ранее. Так человек, фокусируясь на возможностях в рабочей среде, может воспринимать их сквозь призму допустимости в будущем проявить свои лучшие качества, показать свою эффективность. И таким образом профессиональное будущее воспринимается как пространство, позволяющее раскрыть свой потенциал.

В Группе 2, респонденты которой сталкивались с ТЖС ранее, но субъективно преодолели ее, а также в Группе 3, где респонденты не сталкивались с ТЖС в последнее время, получена иная картина. Для участников этих групп образ будущего почти не имеет вклада в оценку удовлетворенности жизнью, а сама удовлетворенность жизнью основана на других факторах. Полученные результаты можно объяснить тем, что, как отмечают исследователи, образ будущего может одновременно выступать пространством, наполненным активными действиями, где можно реализовать себя, но и трудностями, проблемами, которые нужно будет решать, тем самым создавая когнитивный диссонанс, что не позволяет говорить об однозначной связи между воспринимаемым будущим и удовлетворенностью жизнью [\[41\]](#). И если респонденты Группы 1 остро чувствуют потребность в изменениях, зная, что это принесет пользу, формируя ресурсность в образе будущего, то респонденты Группы 2 и Группы 3 в целом адаптированы к жизни и

чувствуют благополучие, опираясь на уже имеющийся опыт.

Кроме этого, заслуживают внимание результаты, полученные при сравнении групп, а именно по Группе 2, респонденты которой уже преодолели ТЖС. Так было выявлено, что у участников этой группы, уровень удовлетворенности жизнью примерно такой же, как и у представителей Группы 3, однако у них достоверно ниже негативные ожидания от будущего, и эти участники имеют заметно выраженное ожидание личностного роста в будущем. Таким образом, данные определенно согласуются с тем, что исследователи называют посттравматическим ростом, то есть «переживанием позитивных изменений в результате столкновения со сложными жизненными обстоятельствами» [\[42, с. 356\]](#).

### **Заключение**

В данном исследовании ТЖС характеризовалась, как значимая негативная ситуация, пребывание в которой сопровождается беспокойством, чувствами неподконтрольности и неопределенности, а также трудностями при принятии решений. Хотя преодоление подобной ситуации требует от человека приложения значительных усилий, это не всегда сопровождается снижением удовлетворенности жизнью. Решающую роль играют когнитивная оценка ситуации, а также доступные ресурсы.

Ряд аспектов образа будущего уже описаны исследователями, как ресурсы для поддержания удовлетворенности жизни в ТЖС. В проведенном исследовании были найдены ряд других характеристик образа будущего, связанных с удовлетворенностью жизнью в условиях ТЖС.

Прежде всего нами были выделены группы респондентов на основе опыта столкновения с трудными жизненными ситуациями и их преодолению. Эти группы значимо различались по уровню удовлетворенности жизнью и выраженности различных аспектов образа будущего.

Далее было установлено, что в ситуации преодоления значимых трудностей обобщенные позитивные ожидания от будущего, фокусирование на возможностях в профессиональной среде, ориентация на выстраивание близких отношений со значимыми людьми, выступают ресурсами удовлетворенности жизнью.

Однако у респондентов, которые не находятся непосредственно в ситуации преодоления ТЖС, аспекты образа будущего не выступают ресурсами формирования удовлетворенности жизнью.

Практическая значимость исследования заключается в том, что результаты могут быть использованы в рамках психологического консультирования клиентов, находящихся в ТЖС. Так образ будущего может выступать мощным мотивационным ресурсом при решении актуальных жизненных проблем и повышения удовлетворенности жизнью. В то же время формирование позитивных ожиданий от будущего выступает важной мишенью психологической интервенции при консультировании клиентов, пребывающих в условиях ТЖС.

Дальнейшие исследования по данной теме могут быть посвящены изучению конкретных ТЖС, а именно общим и частным закономерностям взаимосвязи удовлетворенности жизнью с образом будущего. Предстоит более детально проанализировать особенности вклада различных характеристик образа будущего в удовлетворенность жизнью в зависимости от типа ТЖС, субъективной оценки трудностей и ориентаций совладания с ТЖС. К тому же исследователями уже предложены как различные типологии ТЖС [\[8; 18\]](#),

так и способы оценки субъективных трудностей [\[43\]](#) и ориентаций совладания [\[34\]](#).

## Библиография

1. Марцинковская Т.Д., Полева Н.С. Поколения эпохи транзитивности: ценности, идентичность, общение // Мир психологии. 2017. №1(89). С. 24-37. EDN: YZICSH.
2. Хорошилов Д.А. Онтологическая, социальная и психологическая прекарность: пути взаимодействия в транзитивном обществе // Новые психологические исследования. 2021. Т.1. №2. С. 64-83. DOI: 10.51217/npsyresearch\_2021\_01\_02\_04.
3. Марцинковская Т.Д., Орестова В.Р. Эстетическая парадигма в транзитивном мире // Артикульт. 2017. №3(27). С. 134-143. DOI: 10.28995/2227-6165-2017-3-134-143.
4. Орестова В.Р., Ткаченко Д.П., Манчхашвили М.А. Иррациональность мышления как способ совладания с неопределенностью современного мира // Вестник РГГУ. Серия: Психология. Педагогика. Образование. 2021. №4. С. 50-64. DOI: 10.28995/2073-6398-2021-4-50-64.
5. Барцалкина В.В., Волкова Л.В., Кулагина И.Ю. Особенности ценностно-смысловой сферы при переживании трудной жизненной ситуации в зрелости // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т.27. №2. С. 69-81. DOI: 10.17759/cpr.2019270205.
6. Морозова Н.Н., Никишов С.Н., Осипова И.С., Баляев С.И. Особенности психологической адаптации подростков к трудным жизненным ситуациям // Гуманитарий: актуальные проблемы гуманитарной науки и образования. 2022. Т.22. №4. С. 459-476. DOI: 10.15507/2078-9823.060.022.202204.459-476.
7. Кайипбекова И.У., Гагай В.В. Жизнестойкость как основание преодоления трудных жизненных ситуаций подростками из семей // Мир науки. Педагогика и психология. 2021. Т.9. №2. EDN: ZHYZQX.
8. Нартова-Бочавер С.К., Бардадымов В.А., Ерофеева В.Г., Хачатурова М.Р., Хачатрян Н.Г. Трудные жизненные ситуации обучающейся молодежи // Вопросы образования. 2024. №2. С. 170-202. DOI: 10.17323/vo-2024-17187.
9. Гаевская Л.Г. Смыслообразование в процессе адаптации к трудной жизненной ситуации // 2022. Т.13. №4. DOI: 10.17150/2411-6262.2022.13(4).10.
10. Черкевич Е.А. Смыслжизненные ориентации и рефлексивность женщин зрелого возраста в трудной жизненной ситуации // Ученые записки Крымского федерального университета имени В.И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. 2022. Т.8(74). №1. С. 140-152. EDN: HWSCXK.
11. Циринг Д.А., Пахомова Я.Н. Совладающее поведение женщин с онкологическими заболеваниями (на примере пациентов с раком молочной железы) // Сибирский психологический журнал. 2020. №78. С. 130-144. DOI: 10.17223/17267080/78/8.
12. Кошелева Ю.П. Возможности сказкотерапии в работе консультанта с трудными жизненными ситуациями // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Образование и педагогические науки. 2021. №1(838). С. 202-219. DOI: 10.52070/2500-3488\_2021\_1\_838\_202.
13. Леонова Е.Н. Жизнестойкость и когнитивная оценка трудной жизненной ситуации как предикторы способов совладания // Человеческий капитал. 2021. №4(148). С. 90-103. DOI: 10.25629/НС.2021.04.08.
14. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. №1. С. 117-142. DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.06.
15. Щукина М.А., Ширман Л.А. Психологические предикторы удовлетворенности жизнью людей старшего возраста (на примере клиентов благотворительного фонда) // Национальный психологический журнал. 2022. №1(45). С. 15-29. DOI:

10.11621/npj.2022.0102.

16. Попова Т.А., Затонский В.А. Субъективное благополучие, переживание повседневного стресса и копинг-поведение в ранней взрослости // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия №1. Психологические и педагогические науки. 2022. №1. С. 106-117. DOI: 10.24412/2308-717X-2022-1-106-117.

17. Дерманова И.Б., Александрова О.В., Ткаченко А.Е., Кушнарева И.В. Рациональные и иррациональные компоненты оценки трудной жизненной ситуации взрослыми (на примере родственников детей, больных тяжелыми и угрожающими жизни заболеваниями) // Педиатр. 2017. Т.8. №6. С. 118-124. DOI: 10.17816/PED86118-124.

18. Битюцкая Е.В. Структура и динамика образа трудной жизненной ситуации // Вопросы психологии. 2020. Т.66. №3. С. 116-131. EDN: OVORME.

19. Казанцева О.А., Гурьянова Т.А. Роль социальной поддержки и произвольной регуляции в психологическом благополучии подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации // Российский социально-гуманитарный журнал. 2023. № 3. DOI: 10.18384/2224-0209-2023-2-1321.

20. Лактионова Е.Б., Матюшина М.Г. Взаимосвязь субъективного благополучия и стратегий поведения в сложных жизненных ситуациях // Психологическое сопровождение безопасности образовательной среды школы в условиях внедрения новых образовательных и профессиональных стандартов: сборник научных статей по материалам конференции. Москва, Московский городской психолого-педагогический университет, 2015. С. 52-56. совладания с ними.

21. Леонтьев Д.А. Личностный потенциал: оптика психологии // Образовательная политика. 2023. №2(94). С. 20-31. DOI: 10.22394/2078-838X-2023-2-20-31.

22. Елизаров С.Г. Особенности образа будущего у подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации (гендерный аспект) // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. 2021. №4(60). С. 634-640. EDN: HPRXHV.

23. Мартыянова Г.Ю. Исследование связи временной перспективы и саморегуляции в трудной жизненной ситуации // Психолог. 2020. № 1. С.34-43. DOI: 10.25136/2409-8701.2020.1.32180 URL: [https://e-notabene.ru/psp/article\\_32180.html](https://e-notabene.ru/psp/article_32180.html)

24. Шилова Н.П., Бруданов П.П. Изменение представлений об образе будущего в юношеском возрасте // Психолог. 2020. № 4. С.45-59. DOI: 10.25136/2409-8701.2020.4.32736 URL: [https://e-notabene.ru/psp/article\\_32736.html](https://e-notabene.ru/psp/article_32736.html)

25. Абитов И.Р., Ергунова Н.Г., Городецкая И.М. Оптимизм как ресурс преодоления трудной жизненной ситуации в ранней и средней взрослости // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. 2019. №2. С. 15-22. DOI: 10.33910/herzenpsyconf-2019-2-1.

26. Сулим О.С. Событийная временная перспектива будущего как адаптационный ресурс в условиях глобальных кризисов. Психологические исследования. 2024. Т.17. №93. DOI: 10.54359/ps.v17i93.1515.

27. Вечканова Е.М. Специфика временной перспективы личности при различных уровнях переживания кризиса идентичности // Вестник Кемеровского государственного университета. 2014. № 4-2(60). С. 117-122. EDN: TELMQR.

28. Розинкина С.А., Образ будущего у социально дезадаптированных подростков в условиях социально-реабилитационного центра // Отечественный журнал социальной работы. 2023. №1(92). С. 144-148. EDN: SCBMPX.

29. Трофимова Е.Л., Геранюшкина Г.П., Малахаева С.К. Особенности временной перспективы подростков с ограниченными возможностями здоровья // Baikal Research Journal. 2019. Т.10. №4. С. 6. DOI: 10.17150/2411-6262.2019.10(4).6.

30. Кольчик Е.Ю. Особенности копинг-стратегий лиц, находящихся в трудной жизненной ситуации, с различным восприятием временной перспективы // Вестник Кемеровского государственного университета. 2022. Т.24. №6(94). С. 778-784. DOI: 10.21603/2078-8975-2022-24-6-778-784.
31. Petrovsky V.A., Shmelev I.M. Personology of Difficult Life Situations: At the Intersection of Three Cultures // Psychology. Journal of Higher School of Economics. 2019. Vol.16. №3. P. 408-433. DOI: 10.17323/1813-8918-2019-3-408-433.
32. Александрова О.В., Дерманова И.Б. Семантический дифференциал жизненной ситуации // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т.26, №3(101). С. 127-145. DOI: 10.17759/cpp.2018260307.
33. Kelli G. A theory of personality: The psychology of personal constructs. New York, W.W. Norton, 1963. 190 p.
34. Битюцкая Е.В., Корнеев А.А. Диагностика восприятия жизненных трудностей: ситуационный опросник "Типы ориентаций в трудной ситуации" // Вестник Московского государственного областного университета. 2020. №4. С. 141-163. DOI: 10.18384/2224-0209-2020-4-1047.
35. Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н. Разработка русскоязычной версии Теста диспозиционного оптимизма (LOT) // Психологическая диагностика. 2010. №2. С. 36-64. EDN: SUFPGP.
36. Базаров Т.Ю., Парамузов А.В. Психометрический анализ русскоязычной версии опросника Х. Цахера и М. Фрезе "Профессиональная временная перспектива будущего" // Организационная психология. 2019. Т.9. №1. С. 57-80. EDN: FCIVMY.
37. Котельникова Ю.А. Жизненные стремления как личностный конструкт. Методика диагностики [Электронный ресурс]. URL: <http://www.b17.ru/article/14186/> (дата обращения: 22.10.2024).
38. Гордеева Т.О., Сычев О.А., Егоров В.А. Диагностика жизненных целей: Краткая версия опросника «Индекс стремлений» // Психологический журнал. 2023. Т.44. №4. С. 49-62. DOI: 10.31857/S020595920027085-9.
39. Gordeeva T., Sheldon K., Sychev O. Linking academic performance to optimistic attributional style: attributions following positive events matter most // European Journal of Psychology of Education. 2020. Vol. 35. P. 21-48. DOI: 10.1007/s10212-019-00414-y.
40. Ryan R.M., Deci E.L. Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. New York City, The Guilford Press, 2017. 756 p.
41. Петрова В.Н., Галажинский Э.В., Блохина Е.В. Временные установки и удовлетворенность жизнью у студентов вузов в смешанной образовательной среде // Вестник Томского государственного университета. История. 2023. №82. С. 187-193. DOI: 10.17223/19988613/82/23.
42. Трусова А.Д., Фаустова А.Г. Влияние генеза психологической травмы на проявления посттравматического роста: теоретический обзор // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2021. Т.9. №4(35). С. 355-365. DOI: 10.23888/humJ20214355-365.
43. Битюцкая Е.В., Корнеев А.А. Диагностика субъективного оценивания трудных жизненных задач // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2023. №1. С. 247-279. DOI: 10.11621/vsp.2023.01.11

## Результаты процедуры рецензирования статьи

*В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.*

*Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).*

Предмет исследования: оценка вклада различных характеристик образа будущего в удовлетворенность жизнью у людей, преодолевающих ТЖС.

Методология исследования: В исследовании приняло участие 100 человек.

Для оценки удовлетворенности жизнью была использована шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера в адаптации Е. Н. Осина, Д. А. Леонтьева.

Тест диспозиционного оптимизма Ч. Карвера и М. Шейера в адаптации Т. О. Гордеевой, О. А. Сычева и Е. Н. Осина.

Опросник «Профессиональная временная перспектива будущего» Х. Цахера и М. Фрезе в адаптации Т. Ю. Базарова и А. В. Парамузова.

Методика «Индекс стремлений» Э. Деси и Р. Райан в адаптации Т. Д. Василенко, Ю. А. Котельниковой, А. В. Селиной.

Сбор данных происходил с использованием сервиса «Google Формы». Качественная обработка данных была произведена обоими соавторами, а количественная – в программе JASP 0.18.0.0. Использовались описательные статистики, критерий Краскела-Уоллиса, U-критерий Манна-Уитни, множественный регрессионный анализ.

Актуальность исследования: Известно, что образ будущего у людей, попавших в ТЖС, имеет ряд особенностей. Однако анализ публикаций отечественных психологов, где подробно описываются ресурсы преодоления ТЖС, всё же показал, что аспекты образа будущего по отношению к удовлетворенности жизнью в ситуации совладания с жизненными трудностями рассмотрены недостаточно. Отмечено, например, что временная ориентация является ресурсом совладания с ТЖС и то, что позитивные ожидания положительно связаны с удовлетворенностью жизнью в ТЖС, но слабо конкретизированы другие аспекты образа будущего, хотя еще Дж. Келли отмечал, что люди главным образом ориентированы на будущие события, а не на прошлое или настоящее, тем самым показывая ресурсность образа будущего. Таким образом, актуальным представляется изучить какие структуры воспринимаемого будущего в ситуации совладания с трудностями формируют удовлетворенность жизнью.

Научная новизна: Рецензируемая статья обладает научной новизной.

Стиль, структура, содержание: Статья выполнена на высоком научном уровне, содержит ряд выводов, представляющих практический интерес.

Библиография: Все разделы статьи логически взаимосвязаны, а положения статьи подтверждены цитатами из авторитетных источников и ссылками на научные исследования.

Апелляция к оппонентам: авторами проанализировано достаточное количество публикаций по тематике эмпирического исследования.

Выводы, интерес читательской аудитории: Выделенные на основе опыта столкновения с трудными жизненными ситуациями и их преодолению группы респондентов значимо различаются по выраженности удовлетворенности жизнью и различным аспектам образа будущего. В ситуации преодоления значимых трудностей различные аспекты образа будущего, а именно обобщенные позитивные ожидания от будущего, фокусирование на возможностях в профессиональной среде, ориентация на выстраивание близких отношений со значимыми людьми, выступают ресурсами удовлетворенности жизнью. У респондентов, которые не находятся непосредственно в ситуации преодоления трудной



жизненной ситуации, различные аспекты образа будущего не выступают ресурсами формирования удовлетворенности жизнью.

Среди основных замечаний: Необходимо изменить название статьи на "Связь удовлетворенности жизнью с образом будущего при преодолении трудной жизненной ситуации", поскольку особенности могут быть только у людей. Не во всех цитируемых источниках указан doi. Не представлены практические рекомендации. В актуальности необходимо представить актуальные статистические данные по проблеме исследования.

## **Результаты процедуры повторного рецензирования статьи**

*В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.*

*Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).*

Предметом исследования в представленной статье является связь удовлетворенности жизнью с образом будущего при преодолении трудной жизненной ситуации.

В качестве методологии предметной области исследования в данной статье были использованы дескриптивный метод, метод категоризации, метод анализа, а также опросный метод с применением шкалы удовлетворенностью жизнью Э. Динера в адаптации Е. Н. Осина, Д. А. Леонтьева, теста диспозиционного оптимизма Ч. Карвера и М. Шейера в адаптации Т. О. Гордеевой, О. А. Сычева и Е. Н. Осина, опросник «Профессиональная временная перспектива будущего» Х. Цахера и М. Фрезе в адаптации Т. Ю. Базарова и А. В. Парамузова, методики «Индекс стремлений» Э. Деси и Р. Райан в адаптации Т. Д. Василенко, Ю. А. Котельниковой, А. В. Селиной, количественная обработка полученных данных осуществлялась с помощью методов математической статистики, в частности, с использованием критерия Краскела-Уоллиса, U-критерия Манна-Уитни, множественного регрессионного анализа.

Актуальность статьи не вызывает сомнения, поскольку трудная жизненная ситуация (ТСЖ) в условиях современной социальной реальности становится достаточно распространенным явлением. Наиболее подверженными трудной жизненной ситуации оказываются представители наиболее уязвимых и незащищенных социальных групп. При этом способы преодоления трудной жизненной ситуации отличаются множественностью и разнообразием, но при этом они могут иметь продуктивный, непродуктивный, а иногда, даже вредоносный характер для личности. Поэтому изучение связи удовлетворенности жизнью с образом будущего при преодолении трудной жизненной ситуации представляет научно-исследовательский интерес среди различных ученых.

Научная новизна исследования заключается в изучении по авторской методике и «выявлении связей между удовлетворенностью жизнью и образом будущего у людей, преодолевающих ТСЖ». В опросе приняли участие 100 респондентов, в том числе «57 респондентов женского пола, 43 мужского. Средний возраст – 26,7 лет».

Статья написана языком научного стиля с использованием в тексте исследования изложения различных позиций ученых к изучаемой проблеме, а также применением терминологии, характеризующей предмет исследования, а также демонстрацией результатов исследования.

Структура рукописи, к сожалению, не полностью выдержана с учетом основных требований, предъявляемых к написанию научных статей. Структура данного исследования включает в себя введение, методику проведения исследования, результаты исследования, обсуждение результатов, основные результаты и выводы, библиографию.

Содержание статьи отражает ее структуру. В частности, особую ценность представляет



выявленные в ходе исследования тенденции, что «респонденты описывали самые разнообразные ТЖС. В основном они касались значимых трудностей, связанных с идентичностью и поиском своего места в этой жизни (непонимания самого/-ой себя, чего действительно хочется); трудностей в отношениях с партнерами/близкими (тяжелые расставания/разводы, острая нехватка общения с близкими людьми, болезненный опыт общения с близкими); негативный опыт в работе/учебе (эмоциональное выгорание); столкновение со смертью близких; проживание тяжелой болезни. Описывая эти трудности, респонденты использовали такие слова как, «тревожность», «страх», «разочарование», «отчаяние», «истощение сил», «потеря смысла», «потеря понимания себя», «бесцельное существование», «непонимание своих целей», «всё рухнуло» и др». Библиография содержит 35 источника, включающих в себя отечественные и зарубежные периодические и неперіодические издания.

В статье приводится описание различных позиций и точек зрения ученых, характеризующих различные подходы к пониманию трудной жизненной ситуации, удовлетворенности жизнью и образа будущего. В статье содержится апелляция к различным научным трудам и источникам, посвященных этой тематике, которая входит в круг научных интересов исследователей, занимающихся указанной проблематикой.

В представленном исследовании содержатся некоторые выводы, касающиеся предметной области исследования. В частности, отмечается, что «1. Выделенные на основе опыта столкновения с трудными жизненными ситуациями и их преодолению группы респондентов значимо различаются по выраженности удовлетворенности жизнью и различным аспектам образа будущего. 2. В ситуации преодоления значимых трудностей различные аспекты образа будущего, а именно обобщенные позитивные ожидания от будущего, фокусирование на возможностях в профессиональной среде, ориентация на выстраивание близких отношений со значимыми людьми, выступают ресурсами удовлетворенности жизнью. 3. У респондентов, которые не находятся непосредственно в ситуации преодоления трудной жизненной ситуации, различные аспекты образа будущего не выступают ресурсами формирования удовлетворенности жизнью».

Материалы данного исследования рассчитаны на широкий круг читательской аудитории, они могут быть интересны и использованы учеными в научных целях, педагогическими работниками в образовательном процессе, руководством и специалистами организаций, осуществляющих работу с людьми, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, специалистами кризисных центров, социологами, психологами, социальными педагогами, социальными работниками, аналитиками и экспертами.

В качестве недостатков данного исследования следует отметить, то, что в структуре статьи некоторые важные элементы либо раскрыты не полностью, либо отсутствуют. В частности, необходимо дополнить текст исследования обзором литературы по заявленной теме, большее внимание целесообразно было бы уделить заключительной части исследования. Целесообразно дополнить текст статьи обобщающим заключением, а не ограничиваться только основными результатами и выводами. При оформлении таблиц необходимо обратить внимание на требования действующего ГОСТа, оформить их в соответствии с этими требованиями. Таблица 1 очень объемна и громоздка для такого вида научно-исследовательской работы, как статья, возможно, ее целесообразно было бы заменить наглядным рисунком. В тексте статьи встречаются незначительные технические ошибки и опечатки. Указанные недостатки не снижают научную значимость самого исследования, однако их необходимо оперативно устранить и доработать текст статьи в части ее структуры и отдельных структурных элементов. Рукопись рекомендуется вернуть на доработку.

## Результаты процедуры окончательного рецензирования статьи

*В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.*

*Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).*

Статья посвящена "вечной" для психологии теме преодоления трудной жизненной ситуации. Предмет статьи определен достаточно конкретно, в явном виде прописан, само исследование и описанные результаты вполне соответствуют заявленному предмету.

Методология исследования адекватная, очень подробно и качественно прописана. Применены актуальные методики в качественных адаптациях. Корректно применен математический аппарат. Единственное незначительное замечание, выборка описана немного скудно.

Актуальность исследования показана ссылками на литературу. Работа имеет как научную, так и некоторую практическую актуальность.

Научная новизна работы заключается в том, что исследования образа будущего в принципе весьма редки в отечественной психологии.

Стиль статьи научный, работа написана качественным понятным языком, не слишком "отяжелена" наукообразными оборотами речи.

Структура статьи соответствует классической imrd, что является своего рода стандартом для эмпирических работ.

Содержание статьи весьма высокого качества. Главное, что можно сказать, исследование прописано весьма подробно. Логика исследования, ход исследования, результаты логично прослеживаются.

Корректно описана процедура обработки данных

Иллюстративный материал, таблицы, корректен и весьма обогащает работу. Единственное замечание, не умаляющее общего качества и высокого уровня работы, относится к описанию результатов регрессионного анализа.

Авторы пишут весьма сжато о регрессионном анализе: "Регрессионный анализ показал, что для Группы 1, респонденты которой находятся в процессе преодоления ТЖС, различные аспекты образа будущего действительно выступают ресурсами формирования удовлетворенности жизнью", но стоит учесть, что многие читатели, особенно практики, не всегда помнят (или даже не всегда знают) как работает регрессионный анализ, сами не применяли его. Желательно было бы в нескольких словах пояснить читателю процедуру регрессионного анализа, то, как именно он показал важные характеристики группы 1 и других групп".

Литературный обзор весьма объемный, состоит из 43 источников, в том числе, значительного количества зарубежных источников и источников не старше 5 лет. Литературный обзор отражает актуальное состояние темы и оправдывает методологию исследования. К сожалению, отсутствует четкая апелляция к оппонентам, а ведь работа лишь выиграла бы от сопоставления результатов данного исследования с другими похожими, в том числе зарубежными исследованиями. Это замечание, между тем не является существенным и не снижает общий высокий уровень статьи.

Интерес для читательской истории статья безусловно представляет. Работы, посвященные преодолению трудной жизненной ситуации в связи с образом будущего нечасты как в отечественной, так и для мировой психологии. Материалы работы выглядят подлежащими воспроизведению и применимыми даже на практике.

Выявленные недостатки и замечания не влияют на общее высокое качество статьи.  
С готовностью рекомендую указанную статью в печать.