

Бехтер А.А.¹, Куфтяк Е.В.², Филатова О.А.¹ Взаимосвязь временной перспективы и рефлексивности в реактивно-проактивном совладании у молодых людей (на примере ранней взрослости)

Bekhter A.A.¹, Kuftyak E.V.², Filatova O.A.¹ Relationship between time perspective and reflexivity in reactive-proactive coping in young people (on the example of early adulthood)

¹ Тихоокеанский государственный университет, Хабаровск, Российская Федерация

² Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Москва, Российская Федерация

В статье обсуждается роль рефлексии и временной перспективы в реактивно-проактивном совладающем поведении в период ранней взрослости. Обсуждается роль рефлексивности и рефлексии прошлого опыта в реактивно-проактивном совладании с учетом описанных функций рефлексивных процессов в генезе совладающего поведения. Эмпирическое исследование с помощью методики индивидуальной меры рефлексивности (А.В.Карпова, В.В.Пономаревой), опросника проактивного совладающего поведения (в адаптации Е.С.Старченковой), копинг-теста Р.Лазаруса и С.Фолкман (в адаптации Т.Л.Крюковой, Е.В.Куфтяк, М.С.Замышляевой) и опросника временной перспективы Ф.Зимбардо (в адаптации А.Сырцовой и др.) показало, что рефлексивность и онтогенетическая рефлексия не связаны с реактивно-проактивными стратегиями и параметрами временной перспективы. В большей степени ориентация на будущее связана с реактивными стратегиями, имеющими проактивный потенциал, отношение к прошлому – с реактивными стратегиями, направленными на бегство-избегание; ориентация на настоящее – с разными реактивными стратегиями. Дендрограмма методом Варда показала, что только рефлексивность объединяется с реактивно-проактивными стратегиями в одном из кластеров, а онтогенетическая рефлексия образует отдельный кластер, как и проактивные стратегии с показателями временной перспективы. Полученные данные говорят о том, что рефлексивность может являться механизмом, который способствует объединению разных стратегий в реактивно-проактивное совладание.

Ключевые слова: реактивно-проактивное совладание, рефлексивность, онтогенетическая рефлексия, временная перспектива, молодой возраст (ранняя взрослость)

Введение

В период ранней взрослости (20-25 лет) человек сталкивается с разными ситуациями, которые происходят в его жизни впервые – начало профессиональной деятельности, брак и рождение первых детей, новый социальный статус. Несмотря на относительную стабильность и сформированность поведенческих паттернов, молодые люди еще неустойчивы в трудных жизненных ситуациях. На этот возрастной период приходится достаточно много случаев возникновения негативных психических состояний и зависимостей вследствие межличностных конфликтов и неудач в профессиональной сфере [Фомина, 2021]. Основными проблемами в этот период являются неудовлетворенность своим материальным положением, высокая загруженность работой или учебой, отношения в семье [Чернобровкина, 2007]. Неумение предвидеть проблемные ситуации значительно сказывается на совладающем поведении молодежи – преобладают стратегии избегания и дистанцирования [Там же, 2007], в то же время предпосылками преодоления ситуаций неопределенности для молодых людей является разнообразный репертуар копинг-стратегий и форм социальной активности [Усова, 2020]. В контексте возрастного развития молодежи (22-25 лет) отмечена тенденция к повышению значимости ценностных ориентаций и направленности на реализацию жизненных предназначений и на наслаждение жизнью [Арендачук, 2018]. Также необходимо обратить внимание на этническую принадлежность молодых людей и особенности совладания с неопределенностью в связи с этим [D'Anastasi, Frydenberg, 2005]. Сегодня большое внимание уделяется прогностическому потенциалу поведения человека в трудной ситуации. По мнению Т.В.Корниловой, предвосхищение будущего – это своеобразные новообразования, помогающие справиться с неопределенностью [Корнилова, 2016]. Ведущая роль в этом принадлежит познавательным процессам, которые конструируют «образ мира» и запускают систему анализа различных ситуаций, учитывая, что в основе интуитивных предвосхищений ситуаций все-таки лежат свернутые интеллектуальные акты [Там же, 2016]. Таким образом, рассматривать реактивно-проактивное преодоление необходимо с учетом рефлексирования человеком настоящей и будущей ситуации.

Проблема исследования

Среди стратегий проактивного совладающего поведения выделяют: проактивное преодоление, рефлексивное преодоление, стратегическое планирование, превентивное преодоление, поиск инструментальной поддержки и поиск эмоциональной поддержки [Greenglass et al., 1998]. Все указанные виды паттернов трактуются как *процессы* [Старченкова, 2009а] и включены в уровневую систему проактивного совладания. Эти уровни

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности (реактивный, антиципаторно-превентивный и проактивный) предполагают поэтапную сформированность стратегий во временном континууме и могут изменяться [Starchenkova, 2020b]. Рефлексивное преодоление трактуется Е.С.Старченковой как представление и размышления о возможных поведенческих альтернативах путем сравнения их возможной эффективности [Старченкова, 2009а]. Оно включает в себя оценку стрессоров, анализ проблем и имеющихся ресурсов, генерирование предполагаемого плана действий, прогноз вероятностного исхода деятельности и выбор способов выполнения действий (перспективная рефлексия). Учитывая вышеизложенный материал, мы будем рассматривать рефлексивное преодоление как стратегию, в которой рефлексивность является ключевым моментом.

К реактивным формам совладающего поведения (которые также называют классическим «копинг-поведением») относят стратегии, ориентированные на решение конкретных проблем в настоящем и прошлом времени и имеющие своей целью адаптацию (включая минимизацию рисков трудной ситуации, выживание, совладание с прошлыми трудностями, дистанцирование и др.) [Бехтер, 2020с]. Реакция на стрессовое событие, как правило, и запускает реактивные формы совладания [Старченкова, 2009а], но эффективность этих форм может быть низкой, несмотря на то, что человек их использует в каждой ситуации [Слабинский и др., 2019]. Существует феномен «неэффективной эффективной стратегии» – человек выбирает эффективную стратегию реактивного совладания, которая абсолютно не подходит к данной ситуации [Bolger, Zuskerman, 1995]. На наш взгляд, успех в данном случае зависит от ресурсов человека [Сергиенко, 2009], то есть интеллектуально-когнитивных особенностей, обеспечивающих создание некоего «комплаенса» внутреннего плана действий (паттернов поведения) и отрефлексированного образа ситуации. Под реактивно-проактивным совладанием мы понимаем комплекс стратегий, направленных на преодоление трудной ситуации или ее предвосхищение. В целом суть реактивно-проактивного совладания сводится к реализации различных стратегий, которые облегчают преодоление ситуаций и достижение важных целей, способствующих личностному росту и обретению нового опыта.

На наш взгляд, одним из значимых свойств, помогающих человеку прояснить трудную ситуацию и собственный статус в ней, является рефлексивность как свойство личности. С ее помощью происходит тот самый анализ обстоятельств, регуляция достижения мини-целей на пути к основной цели, анализ полученных результатов, а также регуляция и вовлечение в процесс принятия решения других познавательных процессов [Карпов, 2008]. Под рефлексивностью мы будем подразумевать системное интегративное свойство личности, являющееся структурообразующим для всех когнитивных, эмоциональных, волевых,

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности мотивационных и смысловых аспектов совладающего поведения [Бехтер, 2014b]. Выделяют следующие признаки рефлексивности в совладающем поведении [Скитяева, 2002]: рефлексивный анализ личностью актуальной ситуации и своих мыслей в данной ситуации, а также оценка деятельности другого субъекта в этой ситуации; построение субъектом предположения о том, что чувствовал и о чём думал другой субъект в похожей ситуации; размышления субъекта ситуации о том, как он расценивается другой личностью. Учитывая общую рефлексию человека как составляющую рефлексивного совладания, мы выделяем её динамичный характер и поэтапное развертывание – все то, что называется рефлексивной стратегией [Карпов, 2008; Карпов, Пономарева, 2000; Скитяева, 2002]. Активность рефлексивности мы можем наблюдать через актуализацию личностью рефлексивных стратегий. С их помощью осуществляется регуляция этапов совладающего поведения, и при правильном их выстраивании в алгоритм субъект достигает конечной цели [Бехтер, 2014b]. В наших прошлых исследованиях были выделены свойства рефлексивности, имеющие значение для совладающего поведения: интегративность – согласованность компонентов между собой и с другими качествами личности; диверсифицированность – многовариативность связи рефлексивности с другими личностными процессами Мы предполагаем, что они справедливы для реактивно-проактивного совладания. Такая линия связей между психическими процессами, предопределённых рефлексивностью, помогает созданию новых смыслов, суждений и вариаций решений в реактивно-проактивном совладании. Рефлексивность как интегративное свойство личности является проявлением общей рефлексии человека как более глубокого и динамического процесса. Выделяют различные виды рефлексии как общего процесса сознания – онтогенетическую (рефлексию прошлого опыта), саногенную (рефлексию эмоциональных состояний) [Морозюк, Морозюк, 2012], системную («объективная» рефлексия ситуации), квазирефлексию («пустая» рефлексия или «самокопание») [Леонтьев, Осин, 2014] и др. В нашей работе мы сконцентрированы в большей степени на изучении рефлексивности как умения анализировать ситуацию.

Участие рефлексивности в преодолении трудных ситуаций недостаточно изучено. Ранее нами было установлено, что возрастание уровня рефлексивности снижает интенсивность проблемно-ориентированных стратегий и активизирует эмоционально-ориентированные и избегающие стратегии [Бехтер, 2014b]. В других исследованиях были установлены ее положительные связи с рациональностью и толерантностью к неопределенности [Корнилова, Веденева, 2014], с саморегуляцией [Леонтьев, Осин, 2014], с просоциальными стратегиями совладания [Авраменко, 2016], с волевым аспектом личности [Валиуллина, 2020], с эмоциональным благополучием [Ткач, Бондарева, 2016], со стрессоустойчивостью [Морозюк

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности Ю.В., Морозюк С.Н., 2012], эмоциональной компетентностью [Крайнова, 2010]. Вопросы о связи рефлексивных процессов с реактивно-проактивным совладанием остаются открытыми, поскольку на данный момент немногочисленные исследования свидетельствуют о разных эффектах влияния рефлексивности на совладающее поведение человека.

В зарубежных исследованиях рефлексивность часто представлена как «саморефлексия», которая определяется как психологический процесс, включающий «самоанализ и оценку своих мыслей, чувств и поведения» [Grant et al., 2002, p. 822]. Показано, что чрезмерная рефлексивность может негативно влиять на психическое здоровье в целом [Takano, Tanno, 2009; Trapnell, Campbell, 1999; Treynor et al., 2003], особенно когда приобретает вид повторяющихся и неконтролируемых мыслей о причинах и негативных последствиях ситуации [Nolen-Hoeksema, 1991], предполагаемых угрозах и потерях [Takano, Tanno, 2009]. Некоторые работы указывают на положительный эффект рефлексивности в отношении самооценки и резилентности [Cowden, Meyer-Weitz, 2016], самопознания [Trapnell, Campbell, 1999], личностного роста и самопринятия [Harrington, Loffredo, 2011]. Есть также исследования, где описана дезадаптивная роль рефлексивности в генезе социально-тревожного расстройства [Falon et al., 2021] и депрессии [Kashdan, Roberts, 2007]. Исследователи в области нейронауки выделяют такой биполярный когнитивный конструкт, как «импульсивность-рефлексивность», который включает в себя способность принимать спонтанные быстрые решения в неопределенной ситуации с ориентацией на эмоционально значимые признаки и допускать множество ошибочных решений (крайний полюс импульсивности), либо более замедленный темп принятия решений с тщательной проверкой фактов и продуманными стратегиями решения (полюс рефлексивности). Отечественные авторы Е.В.Волкова, В.М.Русалов и М.А.Холодная считают, что человек может одновременно проявлять разнообразные когнитивно-стилевые особенности поведения и деятельности такие как импульсивность и рефлексивность, но в разной мере выраженности (когнитивный стиль «импульсивность-рефлексивность» распределяется среди «быстрых/точных», «быстрых/неточных» (импульсивных), «медленных/неточных» и «медленных/точных» (рефлексивных) испытуемых [Волкова, Докучаев, 2022]). Таким образом, мы понимаем, что развитость рефлексивности совсем не означает ее продуктивности [Карпов, 2008]. Важными оказывается не столько уровень рефлексивности, сколько качество и количество ее связей с другими свойствами личности (в частности, с временной перспективой), которые помогают выстраивать совладающие стратегии, в том числе и проактивные.

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности

В исследованиях последних лет активно обсуждается вопрос о роли временной перспективы в реактивно-проактивных формах совладания. Временная перспектива – фундаментальный и неосознаваемый процесс, с помощью которого общественный и индивидуальный опыт соотносятся с временными категориями, что позволяет придать смысл и связанность прожитому опыту [Сырцова и др., 2008]. Сегодня применение эффективных стратегий совладания требует от людей «хорошего видения перспективы ситуации» [Рассказова и др., 2021]. Под «перспективой» понимается «точка видения» (по Зимбардо (Zimbardo F.)), из которой человек смотрит на всю свою жизнь как через фильтр и тем или иным образом воспринимает свое прошлое, настоящее и будущее [Бухарина, 2019]. Иными словами, требуется умение не только прогнозировать, но и позитивно относиться к будущему.

Успешные люди с высоким уровнем личностного развития и психического здоровья обладают позитивной ориентацией на будущее [Толстых, 1997]. Установлено, что выбор стратегий проактивного копинга меняется в зависимости от временной ориентации личности: при ориентации на будущее личность имеет возможность выбрать стратегию проактивного копинга, рефлексивного преодоления и стратегического планирования. Ориентация на прошлое актуализирует стратегию поиска эмоциональной поддержки, но не дает возможности реализовывать проактивный копинг, вне зависимости от позитивной или негативной оценки прошлого [Куфтяк, Секацкая, 2021]. В ряде работ показано, что временная ориентация как «гедонистическое настоящее» имеет значение в становлении не только проактивных, но и реактивных стратегий поведения у молодых людей [Пилишвили, Старостина, 2017; Слабинский и др., 2019; Бухарина, 2019; Бехтер, 2020с; Бехтер, Филатова, 2021]. Таким образом, временная перспектива является одним из важнейших факторов в становлении реактивно-проактивных стратегий совладания молодежи. Но характер взаимосвязей между временной перспективой и рефлексивностью в данном возрастном диапазоне прицельно не исследовался. Таким образом, проблема исследования состоит в установлении взаимосвязей рефлексивности и временной перспективы со стратегиями реактивно-проактивного совладания в период ранней взрослости.

Цель настоящего исследования – выявить включенность рефлексивности и временной перспективы в структуру реактивно-проактивного совладания в период ранней взрослости. Гипотезой исследования являются допущения о том, что: а) рефлексивность и ориентация на будущее (как показатель временной перспективы) взаимосвязаны со стратегиями реактивно-проактивного совладающего поведения – положительно связаны со стратегиями, имеющими проактивный потенциал (такими как планирование решения проблемы, положительная

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности переоценка проблемы и др.) и отрицательно связаны с реактивными стратегиями, ориентированными на решение актуального стресса (такими как бегство-избегание, дистанцирование, конфронтация и др.); б) рефлексивность и временная перспектива связаны между собой, являясь важными элементами в построении реактивно-проактивных стратегий.

Процедура и методика исследования

Наше исследование состояло из нескольких этапов. На первом этапе были отобраны психодиагностические методики согласно гипотезам, целям и задачам исследования. Методики были размещены в Google-форме в сети интернет, и ссылка на опрос была предоставлена студентам-добровольцам (через кураторов и старост групп), которые согласились принять участие в исследовании. На втором этапе был произведен опрос студентов очного отделения различных факультетов Тихоокеанского государственного университета (май-июнь 2021 г.). В качестве диагностического инструментария использовались следующие методики: методика индивидуальной меры рефлексивности (А.В.Карпова, В.В.Пономаревой) [Карпов, Пономарева, 2000], опросник проактивного совладающего поведения (в адаптации Е.П.Белинской и др.) [Белинская и др., 2018], копинг-тест Р.Лазаруса и С.Фолкман (R.Lazarus and S.Folkman) (в адаптации Т.Л.Крюковой, Е.В.Куфтяк, М.С.Замышляевой) [Крюкова и др., 2005]; опросник временной перспективы Ф.Зимбардо (в адаптации А.Сырцовой и др.) [Сырцова и др., 2008], методика изучения онтогенетической рефлексии [Фетискин и др., 2002].

Выборка

В исследовании приняло участие 260 молодых людей (105 женского пола и 155 мужского пола) в возрасте от 20 до 25 лет ($M = 22,5$; $SD = 1,34$). Все испытуемые являются студентами. На третьем этапе были проанализированы полученные результаты.

Выбранные нами методики соответствуют цели и задачам исследования, адаптированы на русских выборках, использовались нами неоднократно в прошлых исследованиях, показали приемлемую внутреннюю согласованность в настоящем исследовании (таблица 1).

Показатели асимметрии и эксцесса говорят о том, что распределение в нашей выборке отличается от нормального. Одновыборочный критерий Колмогорова-Смирнова также подтверждает, что нормальное распределение имеют только несколько шкал (значение z и асимптотической значимости остальных шкал – меньше 0,05), внутренняя согласованность измеряемых шкал приемлемая (Альфа Кронбаха составила от 0,675 до 0,900).

Таблица 1

Описательные статистики по шкалам, значения критерия Колмогорова-Смирнова и показатели надежности шкал (N = 260)

	Среднее	Стандартное отклонение	Асимметрия	Экцесс	Критерий Колмогорова-Смирнова (z) / уровень асимптот. значимости (p)	Альфа-Кронбаха (α)
Онтогенетическая рефлексия	63,635	19,820	0,299	-0,228	0,107 / 0,005	0,902
Проактивное преодоление	38,208	5,704	0,197	0,088	0,060 / 0,304	0,697
Рефлексивное преодоление	31,092	6,263	-0,186	-0,128	0,048 / 0,587	0,699
Стратегическое планирование	10,396	3,583	1,985	10,996	0,125 / 0,001	0,675
Превентивное преодоление	28,015	5,898	0,061	0,330	0,046 / 0,646	0,704
Поиск инструментальной поддержки	18,085	5,009	0,290	-0,294	0,078 / 0,084	0,895
Поиск эмоциональной поддержки	13,423	3,833	-0,59	-0,706	0,072 / 0,133	0,803
Рефлексивность	4,942	2,206	-0,085	-0,172	0,131 / 0,001	0,801
Конфронтация	8,804	3,026	0,144	0,040	0,085 / 0,048	0,802
Дистанцирование	9,050	3,493	-0,008	-0,140	0,077 / 0,088	0,702
Самоконтроль	12,427	3,311	-0,351	0,784	0,083 / 0,054	0,700
Поиск социальной поддержки	10,265	3,624	-0,443	-0,039	0,102 / 0,009	0,900
Принятие ответственности	7,242	2,670	-0,191	-0,473	0,099 / 0,013	0,698
Бегство-избегание	12,077	4,478	0,125	-0,349	0,104 / 0,007	0,897
Планирование решения проблемы	11,538	3,575	-0,228	-0,305	0,085 / 0,046	0,808
Положительная переоценка проблемы	11,962	3,806	-0,190	-0,266	0,064 / 0,231	0,707
Негативное прошлое	30,262	8,825	-0,030	-0,696	0,077 / 0,088	0,804
Гедонистическое настоящее	50,046	10,258	-0,419	0,269	0,074 / 0,116	0,807
Будущее	44,565	8,591	-0,108	-0,345	0,039 / 0,814	0,808
Позитивное прошлое	31,404	6,684	-0,332	-0,509	0,083 / 0,054	0,805

Фаталистическое настоящее	24,823	6,664	0,156	0,148	0,072 / 0,137	0,807
---------------------------	--------	-------	-------	-------	---------------	-------

Для обработки результатов исследования использовались программы SPSS Statistics 24.0 и MS Excel; применялся коэффициент ранговой корреляции Спирмена, а также иерархический кластерный анализ (дендрограмма методом Варда) для выделения кластеров.

Результаты и их обсуждение

Для исследования связи стратегий проактивного и реактивного совладания с временной перспективой был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Так как в исследовании было много обнаруженных связей, нами был введен жесткий уровень значимости $p < 0,01$. Поэтому результаты взаимосвязей между рефлексивностью и стратегиями реактивно-проактивного совладания, параметрами временной перспективы и проактивными стратегиями мы не приводим.

Особенностью исследуемой выборки является значительная отрицательная связь проактивного преодоления с реактивными стратегиями «Дистанцирование» ($r = -0,184$, при $p = 0,003$) и «Бегство-избегание» ($r = -0,192$, при $p = 0,002$). Мы это связываем с тем, что снижение проактивной саморегуляции предполагает склонность молодых людей дистанцироваться и уходить от проблемной ситуации (думать об этом по мере поступления проблем). Все стратегии бегства, как правило, возникают при сильных негативных переживаниях и невозможности преодолеть проблему, поэтому в такой ситуации индивид не в состоянии планировать будущее, строить планы.

Выявлены значимые положительные связи между стратегией «Положительная переоценка проблемы» и показателями временной перспективы «Гедонистическое настоящее» ($r = 0,168$ при $p = 0,006$), «Позитивное прошлое» ($r = 0,166$ при $p = 0,007$) и «Будущее» ($r = 0,241$ при $p = 0,001$) соответственно. Это отражает принцип «здесь и сейчас», который связан с нахождением позитивных моментов в происходящем с целью оптимизации собственного совладающего поведения. Соответственно, люди, оценивающие позитивно свое прошлое и умеющие переоценить свои проблемы с позитивным настроем, оптимистично смотрят в будущее. Похожая ситуация обстоит и с реактивной стратегией «Конфронтация», которая положительно связана с показателями «Гедонистическое настоящее» ($r = 0,261$ при $p = 0,001$) и «Негативное прошлое» ($r = 0,203$ при $p = 0,0010$). В молодом возрасте стратегия

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности конфронтации часто используется для установления собственных границ и отстаивания собственного мнения, так как к этому моменту времени молодые люди часто уже живут самостоятельно, формируя собственный взгляд на свой жизненный опыт, который может быть негативным или позитивным.

Таблица 2

Коэффициенты ранговой корреляции Спирмена показателей реактивно-проактивных стратегий совладания и временной перспективы (N = 260)

Показатели	Гедонистическое настоящее	Фаталистическое настоящее	Негативное прошлое	Позитивное прошлое	Будущее
Планирование решения проблемы	–	–	–	–	0,267***
Поиск социальной поддержки	0,211**	–	–	–	0,163**
Положительная переоценка проблемы	0,168**	–	–	0,166**	0,241***
Конфронтация	0,261***	–	0,203**	–	–
Бегство-избегание	0,271**	0,255***	0,342**	–	–
Дистанцирование	–	0,267***	0,176**	–	–

Примечания. «*» – уровень значимости коэффициента корреляции $p < 0,05$; «**» – уровень значимости коэффициента корреляции $p < 0,01$; «***» – уровень значимости коэффициента корреляции $p < 0,001$.

Реактивные стратегии «Бегство-избегание» и «Дистанцирование» также связаны со всеми показателями временной перспективы, кроме «Будущее» и «Позитивное прошлое». Это объясняется неприятием собственного прошлого, которое молодые люди из выборки оценивают, как полное разочарования, а также возможным переносом прошлого опыта на настоящую жизнь посредством доминирования когнитивных иррациональных установок (например, генерализации) и отрицанием реальности. Стоит заметить, что гедонистические установки личности также требуют подкрепления извне (например, популярные лозунги в интернет-сетях: «получай удовольствие от жизни», «живем один раз» и т.п.). Очевидно, что чем больше личность ориентирована на гедонизм, тем больше происходит «отрыв» от

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности реальности (ее отрицание) путем избегания проблем или открытой конфронтации. Восприятие фаталистического настоящего показало положительные связи с реактивными стратегиями «Дистанцирование» ($r = 0,267$ при $p = 0,00001$) и «Бегство-избегание» ($r = 0,255$ при $p = 0,00003$). Это показывает наличие выраженной фаталистической установки личности у респондентов из нашей выборки, когда нет необходимости предпринимать рефлексивные и поведенческие попытки для преодоления в силу уверенности в зависимости собственного будущего от случая (судьбы, рока).

Закономерны значимые положительные связи стратегии «Поиск социальной поддержки» со всеми показателями временной перспективы, кроме позитивного прошлого и фаталистического настоящего. Безусловно, человек чаще обращается за помощью, если испытывает негативные ощущения от полученного им опыта. Показатель временной перспективы ориентации на будущее прочно положительно связан со стратегиями «Планирование решения проблемы» ($r = 0,267$ при $p = 0,00001$) и «Положительная переоценка проблемы» ($r = 0,241$ при $p = 0,0008$). Данные стратегии относятся к категории эффективных способов совладания, способствующих развитию у молодых людей жизнестойкости, выражают наличие у них целей и планов на будущее. Это позволяет молодым людям позитивно переосмыслить текущую проблемную ситуацию и спланировать дальнейшие действия.

Результаты корреляционного анализа позволяют заключить, что показатели временной перспективы, в частности ориентация на будущее и гедонистическое настоящее, имеют положительные связи с реактивными стратегиями совладания, в том числе теми, которые имеют проактивный потенциал. Таким образом, первая наша гипотеза подтверждена частично.

Мы применили иерархический кластерный анализ методом дендрограммы (систематизация параметров), используя полученные результаты тестов 260 человек, с целью выяснения причастности рефлексивности и онтогенетической рефлексии к реактивно– проактивным стратегиям и временной перспективе.

В первый кластер вошла только онтогенетическая рефлексия. Присутствие лишь одного показателя онтогенетической рефлексии (рефлексии прошлого опыта) мы можем объяснить следующими причинами. Во-первых, возможно, роль рефлексии прошлого опыта в период ранней взрослости стала снижаться (нет временного ресурса для анализа своей прошлой

Бехтер А.А., Куфтык Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности жизни из-за постоянного информационного потока или загруженности). Во-вторых, доступ в интернет-сети к «чужому опыту» привел к доверию к навязанным стратегиям. Вероятно, этим и объясняется отрицательная связь онтогенетической рефлексии с фаталистическим настоящим. В-третьих, возможно, здесь мы столкнулись с проявлением квазирефлексии (по Д.А.Леонтьеву), которая ориентирована на пустое ретроспективное фантазирование. Стоит заметить, что период ранней взрослости – это период, когда многие ситуации появляются впервые (устройство на работу, брак, рождение первого ребенка и т.д.), поэтому анализировать, а тем более опираться на собственный прошлый опыт, трудно, поскольку таких событий просто еще не было в жизни человека.

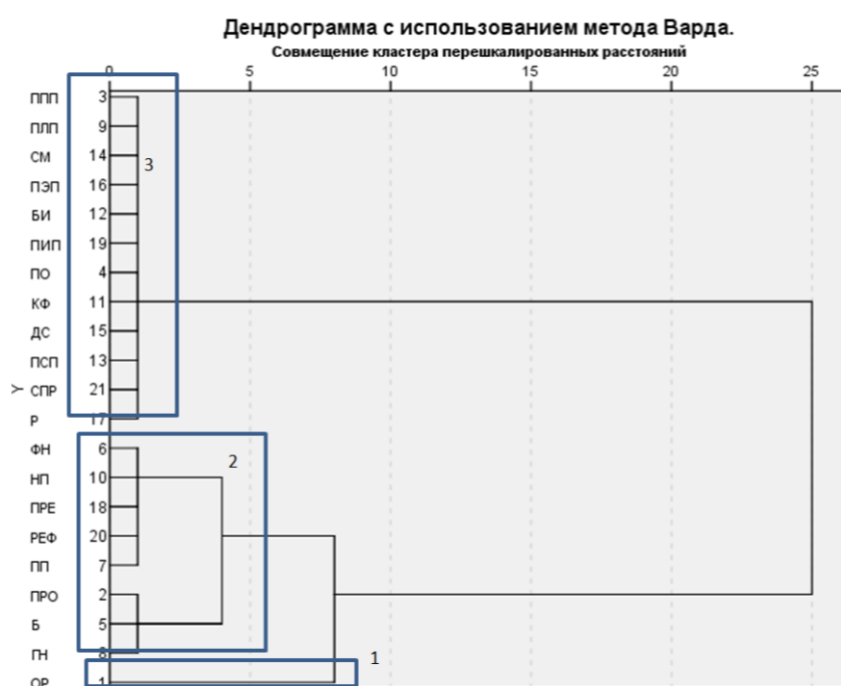


Рис. 1. Дендрограмма переменных (метод Варда, $n = 260$).

Примечания. ППП – планирование решения проблемы; ППП – позитивная переоценка проблемы; СМ – самоконтроль; БИ – бегство-избегание; ПО – принятие ответственности; КФ – конфронтация; ДС – дистанцирование; ПСП – поиск социальной поддержки; ПРО – проактивное преодоление; РЕФ – рефлексивное преодоление; ПЭП – поиск эмоциональной поддержки; ПИП – поиск инструментальной поддержки; СТР – стратегическое планирование; Р – рефлексивность; ОР – онтогенетическая рефлексия; ФН – фаталистическое настоящее; НП – негативное прошлое; ПП – позитивное прошлое; Б – будущее; ГН – гедонистическое настоящее.

Во второй кластер вошли все показатели временной перспективы (будущее, фаталистическое настоящее, позитивное прошлое, гедонистическое настоящее, негативное прошлое) и

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности стратегии проактивного совладания (проактивное, рефлексивное и превентивное преодоление). Наши прошлые исследования показали, что для формирования проактивного совладания необходима позитивная оценка прошлого, положительное отношение к настоящему и будущему. Мы предполагали, что в данном кластере отразится либо рефлексивность, либо онтогенетическая рефлексия (так как в нем присутствует стратегия рефлексивного преодоления), но наша гипотеза не подтвердилась. Скорее всего, в проактивном, рефлексивном и превентивном преодолении молодежи в большей степени важны отношение со временем, прогнозирование, самоэффективность и перспективная рефлексия (или рефлексия «будущего»), чем рефлексия прошлого опыта [Леонтьев, Осин, 2014]. С точки зрения уровневой организации проактивного совладания (реактивный, антиципаторно-превентивный и проактивный уровни) по Е.С.Старченковой, присутствие в данном кластере временной перспективы и основных стратегий проактивного совладания логично. Проактивный человек руководствуется мотивами, связанными чаще с будущими событиями. Этот кластер показывает также, что в нашей выборке временная перспектива напрямую не связана с рефлексивностью, тем самым опровергая вторую гипотезу.

В третий кластер вошли 11 показателей реактивно-проактивного преодоления (планирование решения проблемы, позитивная переоценка проблемы, самоконтроль, бегство-избегание, принятие ответственности, конфронтация, дистанцирование, поиск социальной, эмоциональной и инструментальной поддержки, стратегическое планирование) и рефлексивность. Это говорит о том, что в большей степени рефлексивность обеспечивает не только конкретные привычные для человека стратегии преодоления стресса, но и является инструментом становления стратегий проактивного совладания (например, стратегического планирования или поиска инструментальной поддержки). У респондентов данного кластера рефлексивность в большей степени проявляется в деятельностно-поведенческом аспекте (сфокусирована на действии). Возможно, здесь мы наблюдаем проявление системной рефлексии (по Д.А.Леонтьеву), которая позволяет субъекту видеть ситуацию с разных сторон и себя в ней, обуславливая разную вариацию совладающих паттернов. Таким образом, представителей этого кластера можно охарактеризовать как носителей преимущественно адаптивно-реактивных форм поведения, ориентированных на поддержку. С точки зрения уровневой организации проактивного совладания по Е.С.Старченковой, представители этого кластера находятся на этапе антиципаторно-превентивного совладания, когда временно проактивные стратегии соседствуют с реактивными, устремляя свой вектор развития в проактивную сторону.

Выводы

Наше исследование призвано было прояснить несколько моментов в отношении взаимосвязи рефлексивности и рефлексии прошлого опыта с реактивно-проактивным совладанием и временной перспективой в период ранней взрослости. Его результаты позволили сделать ряд выводов:

1. Рефлексивность напрямую не связана с реактивно-проактивными стратегиями совладания в период ранней взрослости, однако, по результатам кластерного анализа, может быть механизмом, который объединяет эти стратегии, поскольку выбор конкретной стратегии реактивного совладания тесно связан с переживанием «прошлого-будущего-настоящего».

2. Рефлексия прошлого опыта (онтогенетическая рефлексия) не связана со стратегиями, направленными на планирование будущего, и временной перспективой. В период ранней взрослости данный вид рефлексии больше проявляется как «самокопание» (по Д.А.Леонтьеву), которое не только не способствует переработке прошлого опыта, но и тормозит планирование жизненных целей. Таким образом, рефлексия прошлого опыта не является определяющей в построении реактивно-проактивных стратегий совладания.

3. Ориентация на будущее тесно связана со стратегиями, в которых присутствует проактивный потенциал (планирование решения проблемы, позитивная переоценка проблемы), что говорит о значимой роли категории будущего в становлении проактивных форм поведения. Отношение к прошлому связано с реактивными стратегиями, направленными в большей степени на дистанцирование, конфронтацию и поиск поддержки. Роль отношения к настоящему, текущему моменту («здесь и сейчас»), связана с различными реактивными стратегиями. Это говорит в пользу того, что в большей степени молодые люди все-таки ориентированы на настоящее и получение от него удовольствия в силу собственных установок на «красивую жизнь», сформировавшихся под влиянием социальных сетей. Первая гипотеза нашего исследования подтвердилась частично.

4. Отсутствие связей между рефлексивностью и временной перспективой говорит в пользу того, что молодые люди минуют рефлексивный анализ ситуации в контексте отношений со временем: он осуществляется слабо (или же совсем не осуществляется), и решения сразу претворяются в жизнь на основе гедонистических мотивов. Отсутствие данной связи говорит о специфике осуществления реактивно-проактивного преодоления среди современных молодых людей, так как рефлексивный анализ в разрыве с временной перспективой является

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности проявлением непоследовательности (импульсивности личности) или нежелания рефлексировать по поводу того, что невозможно контролировать в ситуации неопределенности. Таким образом, вторая гипотеза нашего исследования не подтвердилась.

5. Отсутствие репрезентативной выборки не позволяет нам генерализовать выводы и результаты нашего исследования, применяя их ко всем возрастным группам людей. Однако выполненное исследование рефлексивности и временной перспективы в реактивно-проактивном совладании молодежи, вероятно, позволит немного расширить представления о сущности и проявлениях этого типа совладания, а также о его связи с временным континуумом человека и со способностью рефлексировать. Наши исследования будут продолжены в поле совладания с трудными жизненными ситуациями в период ранней взрослости. Перспектива исследования состоит в расширении выборки, в добавлении инструментария для изучения рефлексивных процессов, а также в изучении кросс-культурных аспектов реактивно-проактивного совладания.

Финансирование

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ и МОНРЮО, проект 21-513-07004 «Совладание с вызовами сложности изменяющегося мира в период ранней взрослости (молодости)».

Литература

Абрамов В.В. Временная ориентация личности как фактор формирования копинг поведения. Теоретическая и экспериментальная психология, 2014, 1, 66–72.

Авраменко Н.Н. Роль рефлексивных процессов в выборе стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями у студентов. Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова, 2016, 22, 128–132.

Арендчук И.В. Динамика ценностно-смысловых характеристик социальной активности современной молодежи. Вестник Российского университета дружбы народов. Сер.: Психология и педагогика, 2018, 15(3), 287-307. doi:10.22363/2313-1683-2018-15-3-287-307.

Белинская Е.П., Вечерин А.В., Агадуллина Е.Р. Опросник проактивного копинга: адаптация на неклинической выборке и прогностические возможности. Клиническая и специальная психология, 2018, 7(3), 192–211. doi:1017759/psyclin.2018070312.

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности
Бехтер А.А. Рефлексивное оценивание трудных жизненных ситуаций в выборе копинг-
стратегий будущими специалистами. *Акмеология*, 2012а, 2(42), 114–117.

Бехтер А.А. Рефлексивность как субъектный ресурс совладающего поведения специалиста:
автореф. дис. ... канд. психол. наук. Рос. акад. нар. хоз-ва и гос. службы при Президенте РФ,
М., 2014б.

Бехтер А.А. Психологический анализ реактивно-проактивного совладания наркозависимых
мужчин. *Клиническая и специальная психология*, 2020с, 9(4), 21–35.

Бехтер А.А., Филатова О.А. Временная перспектива и реактивные стратегии как факторы
проактивного совладания в молодом возрасте. В кн.: *Ананьевские чтения – 2021: материалы*.
СПб.: Скифия-принт, 2021. С. 173–174.

Битюцкая Е.В., Корнеев А.А. Диагностика факторов копинга: апробация опросника «Типы
ориентаций в трудных ситуациях». *Психологический журнал*, 2020, 41(1), 97–111.
doi:10.31857/S020595920007902-8.

Бухарина А.Ю. Временная перспектива и временная компетентность как факторы учебной
мотивации. *Современная зарубежная психология*, 2019, 8(2), 36–48.
doi:10.17759/jmfp.2019080204.

Валиуллина Е.В. Связь онтогенетической рефлексии с уровнем волевого потенциала
личности. *Вестник общественных и гуманитарных наук*, 2020, 1(2), 66–69.

Волкова Е.В., Докучаев Д.А. Импульсивность-рефлексивность и нейроэффективность
интеллектуальной деятельности. *Экспериментальная психология*, 2022, 15(2), 125–143.
doi:10.17759/exppsy.2022150210.

Карпов А.В., Пономарева В.В. Психология рефлексивных процессов управления. М.;
Ярославль: ДИА-ПРЕСС, 2000.

Карпов А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. М.: Институт психологии
РАН, 2004.

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности Кочкарева И.В. Рефлексивный механизм мобилизации ресурсов совладающего поведения: автореф. дис. ... канд. психол. наук. УрФУ имени первого президента России Б.Н.Ельцина, Екатеринбург, 2013.

Корнилова Т.В. Интеллектуально-личностный потенциал человека в стратегиях совладания. Вестник Московского университета. Сер. 14, Психология, 2010а, 1, 46–57.

Корнилова Т.В. Психология неопределенности: единство интеллектуально-личностной регуляции решений и выборов. Психологический журнал, 2013b, 34(3), 89–100.

Корнилова Т.В. Прогнозирования и «образа мира» в актуалгенезе динамического контроля неопределенности. // В кн.: Ментальные ресурсы личности: теоретические и прикладные исследования (материалы третьего международного симпозиума). М., 2016с. С. 21–25.

Корнилова Т.В. Психология выбора как мыслительное и личностное опосредование преодоления неопределенности. Психологический журнал, 2016d, 37(3), 113–124.

Корнилова Т.В., Веденеева Н.В. Самоэффективность и ретроспективные самооценки, проявляемые при личностном выборе для себя и предполагаемые при выборе за другого человека. Вестник МГОУ. Сер.: Психологические науки, 2014, 2, 6–17.

Крайнова Ю.Н. Саногенная рефлексия как системообразующий компонент эмоциональной компетентности. Вестник Московского городского педагогического университета. Сер.: Педагогика и психология, 2010, 4(14), 122–130.

Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В., Замышляева М.С. Адаптация методик, изучение совладающего поведения Way Of Coping Questionnaire (опросник способов совладания Р. Лазаруса и С. Фолкмана). Психологическая диагностика, 2005, 3, 57–76.

Куфтяк Е.В., Секацкая Е.О. Связь проактивного совладания и индивидуально-личностных показателей в период взросления. В кн.: Ананьевские чтения – 2021: материалы. СПб.: Скифия-принт, 2021. С. 682–684.

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности
Леонтьев Д.А., Осин Е.Н. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: от объяснительной модели к
дифференциальной диагностике. Психология. Журнал высшей школы экономики, 2014, 11(4),
110–135.

Морозюк Ю.В., Морозюк С.Н. Саногенная рефлексия как фактор стрессоустойчивости
персонала организации. Вестник Финансового университета, 2012, 4(70), 99–101.

Пилишвили Т.С., Старостина А.А. Особенности стрессоустойчивости студентов с разной
временной перспективой. Акмеология, 2017, 1(61), 94–97.

Рассказова Е.И., Леонтьев Д.А., Лебедева А.А. Пандемия как вызов субъективному
благополучию: тревога и совладание. Консультативная психология и психотерапия, 2020,
28(2), 90–108. doi:10.17759/cpp.2020280205.

Секацкая Е.О. Временная перспектива личности как детерминанта проактивного копинг-
поведения. Наука: комплексные проблемы, 2020, 2(16), 19–24.

Сергиенко Е.А. Контроль поведения: индивидуальные ресурсы субъектной регуляции.
Психологические исследования, 2009, 5(7), 1.

Скитяева И.М. Закономерности структурно-функциональной организации рефлексии и их
роль в формировании личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2002.

Слабинский В.Ю., Воищева Н.М., Незнанов Н.Г., Никифоров Г.С., Ульянов И.Г.
Психологические особенности реактивного, активного и проактивного типов совладающего
поведения: уровневый подход. Психиатрия, психотерапия и клиническая психология, 2019,
10(3), 539–545. doi:10.33396/1728-0869-2019-11-28-34.

Старченкова Е.С. Концепция проактивного совладающего поведения. Вестник Санкт-
Петербургского университета. Сер. 12, 2009а, 2(1), 198–205.

Сырцова А., Соколова Е.Т., Митина О.В. Адаптация опросника временной перспективы
личности Ф. Зимбардо. Психологический журнал, 2008, 29(3), 101–109.

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности
Ткач Е.Н., Бондарева М.Ю. Особенности онтогенетической рефлексии у подростков с разным
содержанием эмоционального благополучия. *Акмеология*, 2016, 2(58), 83–86.

Толстых Н.Н. Временная перспектива и психическое здоровье. В кн.: И.В. Дубровина (Ред.),
Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков в контексте
психологической службы. М.: Академия, 1997. С. 146–153.

Усова Н.В. Изучение соотношения характеристик совладающего поведения и социальной
активности личности в условиях социальной и трудовой неопределенности. *Перспективы
науки и образования*, 2020, 5(47), 357–367. doi:10.32744/pse.2020.5.25.

Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика
развития личности и малых групп. // В кн.: Н.П. Фетискин (Ред.), В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов,
Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во
Института Психотерапии, 2002. С. 59.

Фомина Ю.И. Особенности проявлений защитно-совладающего поведения молодых мужчин,
зависимых от психоактивных веществ. *Мир науки. Педагогика и психология*, 2021, 4.
<https://mir-nauki.com/PDF/57PSMN421.pdf>.

Чернобровкина С.В. Кризис ранней взрослости: особенности его переживания и преодоления
молодыми людьми с различными социально-демографическими характеристиками. *ОмГУ*,
2007, 2, 27–36.

Bolger N., Zuskerman A. A Framework for studying personality in the stress process. *Journal of
Personality and Social Psychology*, 1995, 69(5), 890–902.

Boud D., Keogh R., Walker D. Reflection: Turning experience into learning. Kogan Page, 1985.

Cowden R.G., Meyer-Weitz A. Self-reflection and self-insight predict resilience and stress in
competitive tennis. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 2016, 44(7), 1133–
1149. doi:10.2224/sbp.2016.44.7.1133.

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности
Falon S., Crane M., Kangas M. The coping insights involved in strengthening resilience: The Self-Reflection and Coping Insight Framework. *Anxiety, Stress, and Coping*, 2021, 34(6), 734–750. doi:10.1080/10615806.2021.1910676.

Grant A.M., Franklin J., Langford P. The Self-Reflection and Insight Scale: A new measure of private self-consciousness. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 2002, 30(8), 821–835. doi:10.2224/sbp.2002.30.8.821.

Greenglass E., Schwarzer R., Jakubiec D., Fiksenbaum L., Taubert S. The Proactive Coping Inventory (PCI): A Multidimensional Research Instrument. *Stress and Anxiety Research Society (STAR): Proceedings of the 20th International Conference, Cracow, Poland, 1999.*

Kashdan T.B., Roberts J.E. Social anxiety, depressive symptoms, and post-event rumination: Affective consequences and social contextual influences. *Journal of Anxiety Disorders*, 2007, 21(3), 284–301. doi:10.1016/j.janxdis.2006.05.009.

Nolen-Hoeksema S. Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 1991, 100(4), 569–582. doi:10.1037/0021-843X.100.4.569.

Schwarzer R. Stress, resources, and proactive coping. *Applied Psychology: An International Review*, 2001, 50(3), 400–407.

Starchenkova E.S. Phenomenon of proactive coping behavior in occupational health psychology. *Organizational psychology*, 2020b, 10(4), 156–183.

Takano K., Tanno Y. Self-rumination, self-reflection, and depression: Self-rumination counteracts the adaptive effect of self-reflection. *Behavior Research and Therapy*, 2009, 47(3), 260–264. doi:10.1016/j.brat.2008.12.008.

Trapnell P.D., Campbell J.D. Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1999, 76(2), 284–304. doi:10.1037/0022-3514.76.2.284.

Treynor W., Gonzalez R., Nolen-Hoeksema S. Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 2003, 27(3), 247–259. doi:10.1023/A:1023910315561.

D'Anastasi T., Frydenberg E. Ethnicity and Coping: What Young People Do and What Young People Learn. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 15(1), 2005, 43–59. doi:10.1375/ajgc.15.1.43.

Поступила в редакцию: 10 января 2022 г. Дата публикации: 31 октября 2022 г.

Сведения об авторах

Бехтер Анна Александровна. Кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, факультет психологии и социально-гуманитарных технологий, Тихоокеанский государственный университет, ул. Карла Маркса, д. 68, 680000 Хабаровск, Россия.

E-mail: behter2004@mail.ru

Куфтяк Елена Владимировна. Доктор психологических наук, профессор кафедры общей психологии, Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, пр. Вернадского, д. 82, 119571 Москва, Россия.

E-mail: elena.kuftyak@inbox.ru

Филатова Олеся Анатольевна. Преподаватель кафедры психологии, факультет психологии и социально-гуманитарных технологий, Тихоокеанский государственный университет, ул. Карла Маркса, д. 68, 680000 Хабаровск, Россия.

E-mail: 0409800911@mail.ru

Ссылка для цитирования

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Взаимосвязь временной перспективы и рефлексивности в реактивно-проактивном совладании у молодых людей (на примере ранней взрослости). *Психологические исследования*. 2022. Т. 15, № 85. С. 5. URL: <https://psystudy.ru>

Адрес статьи: <https://doi.org/10.54359/ps.v15i85.1276>

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности
Бехтер А.А.¹, Куфтяк Е.В.², Филатова О.А.¹ Взаимосвязь временной
перспективы и рефлексивности в реактивно-проактивном совладании
у молодых людей (на примере ранней взрослости)

*Bekhter A.A.¹, Kuftyak E.V.², Filatova O.A.¹ Relationship between time perspective
and reflexivity in reactive-proactive coping in young people (on the example of early
adulthood)*

¹ Pacific National University, Khabarovsk, Russia.

² Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Moscow, Russia.

The current study is aimed to examine the role of reflection and time perspective in reactive-proactive coping behavior in early adulthood. We discuss the role of reflexivity and reflection of past experience in reactive-proactive coping, taking into account their functions in the development of coping behavior. Empirical study was conducted with the use of the following questionnaires: Individual Measure of Reflexivity, Questionnaire of Proactive Coping Behavior, Ways of Coping Questionnaire and Time Perspective Inventory. Results of the study showed that reflexivity and ontogenetic reflection were not associated with reactive-proactive strategies as well as with time perspective parameters. Orientation to the future was shown to be associated with the reactive strategies with a proactive potential; attitudes towards the past in turn were more associated with reactive strategies aimed at flight-avoidance; orientation to the present - to different reactive strategies. The dendrogram built by means of the Ward's method showed that only reflexivity was combined with reactive-proactive strategies in one of the clusters, whereas the ontogenetic reflection formed a separate cluster with time perspective parameters, similarly to the proactive strategies. Our findings suggest that reflexivity may represent a mechanism, which facilitates the integration of different strategies into reactive-proactive coping behavior.

Keywords: reactive-proactive coping, reflexivity, ontogenetic reflection, time perspective, young age (early adulthood)

Funding

The study was financially supported by the Russian Foundation for Basic Research and MONRYUO project 21-513-07004 "Coping with the challenges of the complexity of a changing world in the period of early adulthood (youth)".

References

Abramov V.V. Vremennaya orientaciya lichnosti kak faktor formirovaniya koping povedeniya. Teoreticheskaya i eksperimental'naya psihologiya, 2014, 1, 66–72. (in Russian)

Arendachuk I.V. Dinamika cennostno-smyslovyh harakteristik social'noj aktivnosti sovremennoj molodezhi. Vestnik Rossijskogo universiteta druzhby narodov. Seriya: Psihologiya i pedagogika, 2018, 15(3), 287–307. doi:10.22363/2313-1683-2018-15-3-287-307 (in Russian)

Avramenko N.N. Rol' reflektivnyh processov v vybore strategij sovladaniya s trudnymi zhiznennymi situacijami u studentov. Vestnik KGU im. N.A. Nekrasova, 2016, 22, 128–132. (in Russian)

Bekhter A.A. Refleksivnoe ocenivanie trudnyh zhiznennyh situacij v vybore koping-strategij budushchimi specialistami. Akmeologiya, 2012a, 2(42), 114–117. (in Russian)

Bekhter A.A. Reflexivity as a subjective resource of coping of a specialist. Extended abstract of PhD dissertation (Psychology). Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Moscow, 2014b. (in Russian)

Bekhter A.A. Psihologicheskij analiz reaktivno-proaktivnogo sovladaniya narkozavisimyh muzhchin. Klinicheskaya i special'naya psihologiya, 2020c, 9(4), 21–35. (in Russian)

Bekhter A.A., Filatova O.A. Vremennaya perspektiva i reaktivnye strategii kak faktory proaktivnogo sovladaniya v molodom vozraste. In: Anan'evskie chteniya – 2021: materialy. St. Petersburg: Skifiya-print, 2021. pp. 173–174. (in Russian)

Belinskaya E.P., Vecherin A.V., Agadullina E.R. Oprosnik proaktivnogo kopinga: adaptaciya na neklinicheskoy vyborke i prognosticheskie vozmozhnosti. Klinicheskaya i special'naya psihologiya, 2018, 7(3), 192–211. doi:1017759/psyclin.2018070312 (in Russian)

Bityuckaya E.V., Korneev A.A. Diagnostika faktorov kopinga: aprobaciya oprosnika “Tipy orientacij v trudnyh situacijah”. Psihologicheskij zhurnal, 2020, 41(1), 97–111. doi:10.31857/S020595920007902-8 (in Russian)

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности
Bolger N., Zuskerman A. A Framework for studying personality in the stress process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995, 69(5), 890-902.

Boud D., Keogh R., Walker D. *Reflection: Turning experience into learning*. Kogan Page, 1985.

Buharina A.YU. Vremennaya perspektiva i vremennaya kompetentnost' kak faktory uchebnoj motivacii. *Sovremennaya zarubezhnaya psihologiya*, 2019, 8(2), 36–48. doi:10.17759/jmfp.2019080204 (in Russian)

CHernobrovkina S.V. Krizis rannej vzroslosti: osobennosti ego perezhivaniya i preodoleniya molodymi lyud'mi s razlichnymi social'no-demograficheskimi harakteristikami. *OmGU*, 2007, 2, 27–36. (in Russian)

Cowden R.G., Meyer-Weitz A. Self-reflection and self-insight predict resilience and stress in competitive tennis. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 2016, 44(7), 1133–1149. doi:10.2224/sbp.2016.44.7.1133.

D'Anastasi T., Frydenberg E. Ethnicity and Coping: What Young People Do and What Young People Learn. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 2005, 15(1), 43–59. doi:10.1375/ajgc.15.1.43.

Falon S., Crane M., Kangas M. The coping insights involved in strengthening resilience: The Self-Reflection and Coping Insight Framework. *Anxiety, Stress, and Coping*, 2021, 34(2), 1–17. doi: 10.1080/10615806.2021.1910676.

Grant A.M., Franklin J., Langford P. The Self-Reflection and Insight Scale: A new measure of private self-consciousness. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 2002, 30(8), 821–835. doi:10.2224/sbp.2002.30.8.821.

Greenglass E., Schwarzer R., Jakubiec D., Fiksenbaum L., Taubert S. The Proactive Coping Inventory (PCI): A Multidimensional Research Instrument. *Stress and Anxiety Research Society (STAR): Proceeding of the 20th International Conference, Cracow, Poland, 1999*.

Karpov A.V. *Psihologiya refleksivnyh mekhanizmov deyatel'nosti*. Moscow: Institut psihologii RAN, 2004a. (in Russian)

Karpov A.V., Ponomareva V.V. *Psihologiya refleksivnyh processov upravleniya*. Moscow; Yaroslavl': DIA-PRESS, 2000. (in Russian)

Kashdan T.B., Roberts J.E. Social anxiety, depressive symptoms, and post-event rumination: Affective consequences and social contextual influences. *Journal of Anxiety Disorders*, 2007, 21(3), 284–301. doi:10.1016/j.janxdis.2006.05.009.

Kochkareva I.V. Reflexive mechanism of resource mobilization of coping. Extended abstract of PhD dissertation (Psychology). Ural Federal University named after the first President of Russia B.N.Yeltsin, 2013. (in Russian)

Kornilova T.V. *Intellektual'no-lichnostnyj potencial cheloveka v strategiyah sovladaniya*. Vestnik Moskovskogo universiteta. Ser. 14, Psihologiya, 2010a, 1, 46–57. (in Russian)

Kornilova T.V. *Psihologiya neopredelennosti: edinstvo intellektual'no-lichnostnoj regulyacii reshenij i vyborov*. Psihologicheskij zhurnal, 2013b, 34(3), 89–100. (in Russian)

Kornilova T.V. *Prognozirovaniya i «obraza mira» v aktualgeneze dinamicheskogo kontrolya neopredelennosti*. In: *Mental'nye resursy lichnosti: teoreticheskie i prikladnye issledovaniya (materialy tret'ego mezhdunarodnogo simpoziuma)*. Moscow, 2016c. pp. 21–25. (in Russian)

Kornilova T.V. *Psihologiya vybora kak myslitel'noe i lichnostnoe oposredovanie preodoleniya neopredelennosti*. Psihologicheskij zhurnal, 2016d, 37(3), 113–124. (in Russian)

Kornilova T.V., Vedeneeva N.V. *Samoeffektivnost' i retrospektivnye samoocenki, proyavlyayemye pri lichnostnom vybore dlya sebya i predpolagaemye pri vybore za drugogo cheloveka*. Vestnik MGOU. Ser.: Psihologicheskie nauki, 2014, 2, 6–17. (in Russian)

Krajnova YU.N. *Sanogennaya refleksiya kak sistemoobrazuyushchij komponent emocional'noj kompetentnosti*. Vestnik Moskovskogo gorodskogo pedagogicheskogo universiteta. Ser.: Pedagogika i psihologiya, 2010, 4(14), 122–130. (in Russian)

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности Kryukova T.L., Kuftyak E.V., Zamyshlyayeva M.S. Adaptatsiya metodik, izuchenie sovladayushchego povedeniya Way Of Coping Questionnaire (oprosnik sposobov sovladaniya R. Lazarusa i S. Folkmana). Psihologicheskaya diagnostika, 2005, 3, 57–76. (in Russian)

Kuftyak E.V., Sekackaya E.O. Svyaz' proaktivnogo sovladaniya i individual'no-lichnostnyh pokazatelej v period vzrosleniya. In: Anan'evskie chteniya – 2021: materialy. St. Petersburg: Skifiya-print, 2021. pp. 682–684. (in Russian)

Leontiev D.A., Osin E.N. Refleksiya «horoshaya» i «durnaya»: ot ob"yasnitel'noj modeli k differentsial'noj diagnostike. Psihologiya. Zhurnal vysshej shkoly ekonomiki, 2014, 11(4), 110–135. (in Russian)

Morozyuk YU.V., Morozyuk S.N. Sanogennaya refleksiya kak faktor stressoustojchivosti personala organizatsii. Vestnik Finansovogo universiteta, 2012, 4(70), 99–101. (in Russian)

Nolen-Hoeksema S. Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. Journal of Abnormal Psychology, 1991, 100(4), 569–582. doi:10.1037/0021-843X.100.4.569.

Pilishvili T.S., Starostina A.A. Osobennosti stressoustojchivosti studentov s raznoj vremennoj perspektivoj. Akmeologiya, 2017, 1(61), 94–97. (in Russian)

Rasskazova E.I., Leont'ev D.A., Lebedeva A.A. Pandemiya kak vyzov sub"ektivnomu blagopoluchiyu: trevoga i sovladanie. Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya, 2020, 28(2), 90–108. doi:10.17759/cpp.2020280205 (in Russian)

Schwarzer R. Stress, resources, and proactive coping. Applied Psychology: An International Review, 2001, 50(3), 400–407.

Sekackaya E.O. Vremennaya perspektiva lichnosti kak determinanta proaktivnogo koping-povedeniya. Nauka: kompleksnye problemy, 2020, 2(16), 19–24. (in Russian)

Sergienko E.A. Kontrol' povedeniya: individual'nye resursy sub"ektnoj regulyatsii. Psihologicheskie issledovaniya, 2009, 5(7), 1. (in Russian)

Бехтер А.А., Куфтяк Е.В., Филатова О.А. Роль временной перспективы и рефлексивности Skityaeva I.M. Zakonomernosti strukturno-funkcional'noj organizacii refleksii i ih rol' v formirovanii lichnosti: Extended abstract of PhD dissertation. YArosavl', 2002. (in Russian)

Slabinskij V.YU., Voishcheva N.M., Neznanov N.G., Nikiforov G.S., Ulyanov I.G. Psihologicheskie osobennosti reaktivnogo, aktivnogo i proaktivnogo tipov sovladayushchego povedeniya: urovnevyy podhod. Psihiatriya, psihoterapiya i klinicheskaya psihologiya, 2019, 10(3), 539–545. doi:10.33396/1728-0869-2019-11-28-34 (in Russian)

Starchenkova E.S. Konceptsiya proaktivnogo sovladayushchego povedeniya. Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Ser. 12, 2009a, 2(1), 198–205. (in Russian)

Starchenkova E.S. Phenomenon of proactive coping behavior in occupational health psychology. Organizational psychology, 2020b, 10(4), 156–183.

Syrcova A., Sokolova E.T., Mitina O.V. Adaptaciya oprosnika vremennoj perspektivy lichnosti F. Zimbardo. Psihologicheskij zhurnal, 2008, 29(3), 101–109. (in Russian)

Takano K., Tanno Y. Self-rumination, self-reflection, and depression: Selfrumination counteracts the adaptive effect of self-reflection. Behavior Research and Therapy, 2009, 47(3), 260–264. doi:10.1016/j.brat.2008.12.008.

Tkach E.N., Bondareva M.YU. Osobennosti ontogeneticheskoy refleksii u podrostkov s raznym sodержaniem emocional'nogo blagopoluchiya. Akmeologiya, 2016, 2(58), 83–86. (in Russian)

Tolstyh N.N. Vremennaya perspektiva i psihicheskoe zdorov'e. In: I.V. Dubrovina (Ed.), Rukovodstvo prakticheskogo psihologa: Psihicheskoe zdorov'e detej i podrostkov v kontekste psihologicheskoy sluzhby. Moscow: Akademiya, 1997. pp. 146–153. (in Russian)

Trapnell P.D., Campbell J.D. Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. Journal of Personality and Social Psychology, 1999, 76(2), 284–304. doi:10.1037/0022-3514.76.2.284.

Treynor W., Gonzalez R., Nolen-Hoeksema S. Rumination reconsidered: Apsychometric analysis. Cognitive Therapy and Research, 2003, 27(3), 247–259. doi:10.1023/A:1023910315561.

Usova N.V. Izuchenie sootnosheniya harakteristik sovladayushchego povedeniya i social'noj aktivnosti lichnosti v usloviyah social'noj i trudovoj neopredelennosti. Perspektivy nauki i obrazovaniya, 2020, 5(47), 357–367. doi:10.32744/pse.2020.5.25 (in Russian)

Valiullina E.V. Svyaz' ontogeneticheskoy refleksii s urovnem volevogo potenciala lichnosti. Vestnik obshchestvennyh i gumanitarnykh nauk, 2020, 1(2), 66–69. (in Russian)

Volkova E.V., Dokuchaev D.A. Impul'sivnost'-refleksivnost' i nejroeffektivnost' intellektual'noj deyatel'nosti. Eksperimental'naya psihologiya, 2022, 15(2), 125–143. doi:10.17759/exppsy.2022150210 (in Russian)

Information about authors

Bekhter A.A. PhD in Psychology, Associate Professor, is Associate Professor of the Psychological Department, Pacific National University, ul. Karla Marksa, 68, 680000 Khabarovsk, Russia.

E-mail: Behter2004@mail.ru

Kuftyak E.V. PhD in Psychology, Professor Department of General Psychology, The Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, pr. Vernadskogo, 82, 119571 Moscow, Russia.

E-mail: elena.kuftyak@inbox.ru

Filatova O.A. Lecturer of the Psychological Department, Pacific National University, ul. Karla Marksa, 68, 680000 Khabarovsk, Russia.

E-mail: 0409800911@mail.ru

To cite this article

Bekhter A.A., Kuftyak E.V., Filatova O.A. Relationship between time perspective and reflexivity in reactive-proactive coping in young people (on the example of early adulthood). Psikhologicheskie Issledovaniya, 2022, Vol. 15, No. 85, p. 5. <https://psystudy.ru>

