

ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ, ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ И РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА

УДК 159.9

ГРНТИ 15.41.21

ФАКТОРЫ ВОСПРИЯТИЯ БУДУЩЕГО ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ ПОКОЛЕНИЯ «Х»¹

© 2022 г. Е.Н.Викентьева*, М.А.Гагарина**, Т.П. Емельянова***

* *Кандидат психологических наук, доцент, доцент, Финансовый университет при
Правительстве Российской Федерации; Москва, Россия
E-mail: vikentieva@mail.ru*

** *Кандидат психологических наук, доцент, доцент, Финансовый университет при
Правительстве Российской Федерации; Москва, Россия
E-mail: mgagarina224@gmail.com*

*** *Доктор психологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник, Институт
психологии РАН; Москва, Россия
E-mail: t_emelyanova@inbox.ru*

Статья посвящена изучению психологических процессов восприятия будущего представителями двух возрастных групп — «младшей» (до 45 лет) и «старшей» (от 45 лет) — поколения «Х». В исследовании решалась проблема выявления комплекса феноменов, определяющих восприятие и оценку будущего людьми предпенсионного возраста во взаимосвязи с их психоэмоциональным состоянием. В исследовании приняли участие респонденты в возрасте от 38 до 53 лет (N=1310). Использовались следующие методики: «Долгосрочная ориентация личности», «Методика учета будущих последствий», краткая версия стэндфордского опросника временной перспективы Ф. Зимбардо, краткая версия «Опросника оценки здоровья пациента» (RHQ — Patient Health Questionnaire). С помощью анкетирования выявлялись социально-демографические характеристики респондентов (пол, возраст, образовательный статус, профессиональный статус). На первом этапе были выявлены различия в восприятии

¹ Исследование выполнено в рамках госзадания по теме НИР № 0138-2021-0010

будущего между двумя подгруппами поколения «X» («младшей» и «старшей»), затем сделан анализ характера взаимосвязей между параметрами восприятия будущего и реактивным состоянием тревоги и депрессии, а также выявлен характер предикторов по отношению к реактивному состоянию тревоги и депрессии таких параметров восприятия будущего, как низкая уверенность в результативности затраченных усилий, неопределенность и непредсказуемость будущего. Обнаружено, что исследованные параметры ценностно-мотивационной и регуляторной сфер, определяющие характер отношения к будущему в рамках поколения, гомогенны, в отличие от аффективной, когнитивной и предповеденческой, различающихся в двух группах — «младшей» (до 45 лет) и старшей (от 45 лет). Аффективная составляющая старшей группы раскрывается как негативно окрашенная, с элементами напряженности, пессимизма, фаталистичности. Подчеркивается особое место этой группы на рынке труда. Намечены перспективы дальнейших исследований.

Ключевые слова: поколение X, предпенсионный возраст, восприятие будущего, долгосрочная ориентация личности, тревожно-депрессивное состояние.

ВВЕДЕНИЕ

Люди в возрасте 45-53 лет в современном мире, с одной стороны, являются активными субъектами трудовых отношений, в большинстве своем обладающими опытом и профессиональными знаниями, включенностью в соответствующие социальные отношения, но, при этом, оказываются социальной группой, испытывающей на себе влияние стереотипов возраста (эйджизма). Обзор исследований российских ученых феномена эйджизма как стереотипа приведен в работе В.В. Колосовой (Колосова, 2019). При этом необходимо констатировать вполне осязаемые эффекты данного стереотипа, которые проявляются в меньшей заинтересованности работодателей в приеме на работу людей этой возрастной категории (Садкова, 2019; Панькова, 2018; Забелина, 2018 и др.). Очевидно, что это обстоятельство создает определенный социальный контекст, в том числе для работающих людей, каждый из которых теоретически может столкнуться с проблемой потери имеющейся работы и трудностями при поиске новой. С другой стороны, авторы пишут о психологических феноменах внутренней подготовки человека к выходу на пенсию, в частности, описывают важность когнитивного компонента «осознания и принятия» предстоящих изменений социального статуса и его

взаимосвязи с самочувствием и выраженностью депрессивных состояний, также подчеркивая возрастную границу в 45 лет (Мельник, 2020).

Анализируя психологические процессы восприятия будущего, их сходства и различия, у людей до и после 45 лет мы, безусловно, отталкиваемся от поколенческого подхода, позволяющего выделить общие концепты, объединяющие представителей одного поколения, а именно, поколения X по теории поколений Н. Хоува и В. Штрауса. Прежде всего, поколение — это совокупность людей, родившихся в интервале около 20 лет и переживших в период своего становления определенные исторические и общественные события (Ryder, 1965). Вследствие этого представители одного и того же поколения сформировали сходные ценности, убеждения и образ жизни (Howe, Strauss, 1991). Ценности — это тот фактор, который объединяет представителей одного поколения и отличает их от представителей других поколений (Шамис, 2017). Ценностями поколения X являются самостоятельность, независимость, оптимизм, ответственность, а в работе важна гибкость, осмысленность и приоритет качества выполненной работы над количеством (Эскиндаров и др., 2021). При этом, можно предположить, что, в силу упомянутых факторов, внутри поколения будут иметься определенные различия, особенно между «ранними» (моложе 45 лет) и «поздними» (старше 45 лет) его представителями. Несмотря на общность условий социализации, в настоящее время эти подгруппы поколения «X» занимают разные позиции на рынке труда, и, вероятно, обладают разными психологическими характеристиками, связанными с восприятием и переживанием будущего. Как было показано в работах социальных психологов, переживания, обращенные в будущее, оказывают значительное воздействие на психологическое благополучие человека (Нестик, 2020; Drake et al., 2008; Webster et al., 2014).

В связи с тем, что не только реальная потеря работы, но угроза потери работы является стрессогенным фактором для работника (Смирнова, 2018), актуальным становится исследование психоэмоционального состояния работающих людей,

принадлежащих к поколению «Х». Это обстоятельство осложняется еще и тем, что, как справедливо указывают А.А. Алдашева с соавторами, «спад экономики и неопределенность, связанная с коронавирусом, выступают стрессогенными факторами, оказывающими негативное воздействие на психологическое благополучие субъектов труда, вызывая тревогу, депрессию и появление признаков синдрома безработного» (Алдашева и др., 2020, с. 269). При том, что факторы совладания с потерей работы достаточно хорошо описаны (Смирнова, 2018; Емельянова и др., 2018b), в этом контексте недостаточно внимания уделено роли восприятия времени.

Люди, находящиеся на разных этапах жизненного пути, наделяют разной значимостью свое прошлое, настоящее и будущее, то есть, имеют разные временные перспективы. Однако в контексте здоровья и благополучия имеет значение баланс между различными временными ориентациями и способность гибко переключаться между ними в соответствии с требованиями определенной ситуации (Boniwell and Zimbardo, 2004). Идея временного баланса как предиктора различных показателей благополучия активно разрабатывается и получила эмпирическое подтверждение (например, см. Sobol-Kwapinska and Jankowski, 2016; Mooney et al., 2017). Ф. Зимбардо и Дж. Бойд (2008) предложили параметры «сбалансированной временной перспективы», основываясь на опроснике «Zimbardo Time Perspective Inventory» из 56 пунктов (ZTPI; Zimbardo and Boyd, 1999) с использованием шкалы от 1 до 5, получили показатель, состоящий из сочетания высокого уровня гедонистического настоящего (4,33), умеренно высокого уровня ориентаций на прошлое (3,67) и ориентаций на будущее (3,69) и низкого уровня негативного прошлого (2,1) и фаталистического настоящего (1,67) (Zimbardo, Boyd, 2008).

Сбалансированная временная перспектива связана с субъективным благополучием (Drake et al., 2008; Webster et al., 2014); настроением (Stolarski et al., 2014); самооценкой, удовлетворенностью жизнью и оптимизмом (Sobol-Kwapinska and Jankowski, 2016) и позитивным функционированием (Drake et al., 2008; Boniwell et al.,

2010). Сопоставив разные методы измерения сбалансированной временной перспективы, Дж. Занг с соавторами пришли к выводу, что лучшим показателем сбалансированности /не сбалансированности является «отклонение от сбалансированной временной перспективы» (Zhang et al., 2013).

Еще одной темпоральной характеристикой человека является долгосрочная ориентация. В качестве рабочего мы используем определение долгосрочной ориентации, предложенное Т.А. Нестиком: «это многомерный феномен, включающий ценностно-мотивационные (ориентацию на отложенное вознаграждение и выраженность дисконтирования будущего, ценность преемственности, устойчивых к времени достижений и следа в истории, ценность непрерывного саморазвития, ценность прогнозирования будущего, ценность долгосрочного целеполагания и планирования, ценность долгосрочных отношений, ответственность перед будущими поколениями), когнитивные (протяженность временной перспективы, горизонт планирования, убеждение в возможности влиять на отдаленное будущее и прогнозировать его, убеждение в том, что затраченные усилия будут вознаграждены в будущем), аффективные (удовольствие от фантазирования в отношении долгосрочного будущего, интерес к долгосрочным прогнозам, оптимизм в отношении долгосрочного будущего) и поведенческие компоненты (постановку долгосрочных целей, ориентацию на учет долгосрочных последствий, поиск информации о долгосрочном будущем, готовность обсуждать его с друзьями и коллегами, ориентацию на приобретение товаров длительного пользования)» (Нестик, 2020а, с. 110).

Учет будущих последствий, как психологическая категория, определяется как когнитивно-мотивационный конструкт, участвующий в регуляции человеческого поведения, опосредованный и социальным контекстом развития личности, и рядом личностных черт. Так, показаны связи учета будущих последствий с добросовестностью, самоконтролем, поиском ощущений, межвременным выбором (Joireman, King, 2016). Конструкт учета будущих последствий, согласно авторам, имеет достаточно устойчивый

характер, в этой связи возникает вопрос о значимости поколенческого фактора в проявлении данного феномена, который также будет рассмотрен в настоящем исследовании.

ПРОГРАММА ИССЛЕДОВАНИЯ

Цель исследования состоит в изучении комплекса феноменов, определяющих восприятие и оценку будущего людьми предпенсионного возраста во взаимосвязи с их психоэмоциональным состоянием.

Задачи исследования:

1. Выявить особенности временной перспективы, долгосрочной ориентации, особенностей учета будущих последствий, а также психо-эмоционального состояния в возрастной группе предпенсионеров и людей потенциально готовящихся к статусу предпенсионера (45-53 года), по сравнению с группой более младших представителей того же поколения «Х» (38-44 года).
2. Раскрыть структуру взаимосвязей исследованных переменных между собой, а также их связь с психоэмоциональным состоянием респондентов исследуемой старшей группы (45-53 года) поколения «Х».
3. Изучить характер взаимосвязи между параметрами восприятия будущего и реактивным состоянием тревоги и депрессии, а также выявить предикторы психоэмоционального состояния в исследуемой старшей возрастной группе.

Методы исследования. Долгосрочная ориентация личности Т.А. Нестика (Нестик, 2021); Методика учета будущих последствий А. Стратмена (CFC-14 – Consideration of Future Consequences Scale) в адаптации Т.А. Нестика, короткая версия (Нестик, 2020б); краткая версия стэндфордского опросника временной перспективы Ф. Зимбардо, адаптированная русскоязычная версия, ZTRI-S (Нестик, Никишина, 2021); Для выявления признаков тревожно-депрессивного расстройства использовалась краткая версия «Опросника оценки здоровья пациента» (PHQ – Patient Health Questionnaire) PHQ-4 в адаптации Н.В. Погосовой с соавторами (Погосова и др., 2014). С помощью

анкетирования выявлялись социально-демографические характеристики респондентов (пол, возраст, образовательный статус, профессиональный статус). Полученные данные подвергались статистической обработке с использованием пакетов прикладных программ «SPSS 23.0»

Выборка. В исследовании принимали участие две группы (общий объем выборки составил 1310 человек), проживающих в городах шести федеральных округов России. Все респонденты относятся к поколению X, границы которого определяются 1969–1984 годами рождения, в соответствии с теорией поколений Н. Хоува и В. Штрауса в адаптации российских авторов (Эскиндаров и др., 2021).

В *группу 1* (младшие представители поколения «X») вошли респонденты от 38 до 44 лет, 702 человека (47,3% – женщины, 52,7% – мужчины). Занятость: 82,3% – работают. Образовательный статус: 54,4% имели высшее образование, 8,4% имели два и более высших образования, 17,8% – среднее специальное, остальные – среднее. Субъективный материальный статус: 37,7% могут позволить себе товары длительного пользования, 35,6% – денег хватает на еду и одежду, 12% могут позволить себе практически все кроме покупки квартиры.

В *Группу 2* (старшие представители поколения «X») вошли респонденты в возрасте от 45 до 53 лет, 608 человек (36,2% – женщины, 63,8% – мужчины). Занятость: 85,4% – работают. Образовательный статус: 53,6% имели высшее образование, 8,1% имели два и более высших образования, 19,2% – среднее специальное, остальные – неоконченное высшее и среднее. Субъективный материальный статус: 40,3% могут позволить себе товары длительного пользования, 35% - денег хватает на еду и одежду, 12,5% могут позволить себе практически все кроме покупки квартиры.

Обе группы (младшие и старшие представители поколения «X»), близки по уровню занятости, образованию и субъективной оценке экономического благополучия.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В соответствии с задачей 1 выявления особенностей восприятия временной перспективы, долгосрочной ориентации, особенностей учета будущих последствий, а также психо-эмоционального статуса респондентов группы 2 по сравнению с респондентами группы 1, был осуществлен анализ значимых различий между двумя исследуемыми группами с применением t-теста Стьюдента для независимых выборок. Значимые различия были выявлены по параметрам, представленным в табл.1.

Таблица 1

Результаты дескриптивной статистики и сравнение между группами респондентов

Параметры	Группа 1	Группа 2	Различия между группами
	М (σ)	М (σ)	T (p)
Оптимизм в отношении долгосрочного будущего (ДОЛ)	3,45 (0,55)	3,38 (0,58)	2,25 (0,025)
Вера в вознаграждение долгосрочных усилий (ДОЛ)	3,84 (0,74)	3,73 (0,83)	2,45 (0,015)
Долгосрочное целеполагание и планирование (ДОЛ)	3,48 (0,86)	3,38 (0,95)	2,07 (0,039)
Фаталистическое настоящее	2,88 (0,85)	3,00 (0,84)	2,41 (0,016)

Примечание: М – среднее; σ – среднее значение стандартного отклонения; T – значение коэффициента Стьюдента; p – уровень значимости

Анализ дескриптивной статистики параметров, по которым были выявлены значимые различия, показал следующие тенденции. У исследуемой группы 2 (старшие представители поколения «Х») показатели по шкалам «Оптимизм в отношении долгосрочного будущего» (аффективный компонент долгосрочной ориентации), «Вера в вознаграждение долгосрочных усилий» (когнитивный компонент долгосрочной ориентации) и «Долгосрочное целеполагание и планирование» (поведенческий компонент долгосрочной ориентации) значимо ниже по сравнению с группой 1. При этом, показатели по шкале «Фаталистическое настоящее» методики ZTP1-S выше. Как видно из результатов, представители поколения «Х» в возрасте старше 45 лет, по сравнению с

более младшими представителями того же поколения, в большей степени ощущают свою беспомощность в отношении будущего и жизни, в целом, менее оптимистичны и уверены в том, что усилия будут вознаграждены в будущем, а также меньше строят долгосрочные планы. Различий по шкалам, относящимся к мотивационно-ценностному компоненту долгосрочной ориентации получено не было. Не было обнаружено различий ни по показателю «отклонение от сбалансированной перспективы», ни по отдельным шкалам, входящим в этот показатель (гедонистическое настоящее, позитивное прошлое и будущее). Особенность «будущего» как шкалы опросника Ф. Зимбардо, заключается в том, что здесь будущее не имеет ни аффективной окраски, ни указаний на его протяженность. В этой связи еще раз подчеркнем, что полученные нами различия затрагивают не будущее вообще, а его аффективную оценку и готовность к действию в будущем.

Предположение о наличии различий между группами по шкалам методики учета будущих последствий «Ориентация на учет отдаленных последствий», «Ориентация на учет ближних последствий» и «Ориентация на учет будущих последствий» не подтвердилось. Согласно полученному результату, люди, относящиеся к возрастной группе 45-53 года, при целеполагании, принятии решений предполагают и оценивают потенциальные последствия своих действий аналогично людям, относящимся к возрастной группе 38-44 года. Анализ дескриптивной статистики по шкалам показывает, что ориентация на учет отдаленных последствий в группе 1 (38-44 года) и в группе 2 (45-53 года) соответствуют средним показателям по выборке, приведенным в работе Т.А. Нестика (Нестик, 2020b) ($M=4,7$; $M=4,6$ соответственно), данные автора: $M=4,77$; $SD=0,946$. Ориентация на учет ближних последствий, находится в диапазоне значений, приведенных автором ($M=3,8$ в обеих группах), данные автора — $M=3,41$; $SD=1,259$. Общая ориентация на учет будущих последствий также соответствует показателям по выборке, приведенным автором ($M=4,5$; $M=4,4$ соответственно), данные автора: $M=4,95$; $SD=1,131$. Также не были выявлены различия между группами

по шкале тревоги и депрессии РНQ-4, что свидетельствует о соизмеримом психоэмоциональном состоянии респондентов обеих групп. При этом можно констатировать несколько повышенные показатели по шкале РНQ-4 у исследованных групп (средние значения 3,4 в группе 1 и 3,6 в группе 2), что может быть связано с общей напряженностью на фоне глобальной пандемии COVID-19, во время которой проводился опрос.

Анализ полученных эмпирических данных, произведенный с помощью теста Колмогорова-Смирнова, показал, что распределение внутри группы 45-53 года по исследуемым параметрам не отличается от нормального. В соответствии с задачей 2 — раскрыть структуру взаимосвязей параметров, по которым обнаружались значимые различия, а также их связь с психоэмоциональным состоянием респондентов группы 2 (45-53 года) — был осуществлен корреляционный анализ параметров, по которым обнаружались значимые различия с группой 1 (38-44 года), с использованием r -коэффициента Пирсона. Также в корреляционную матрицу была включена шкала тревоги и депрессии РНQ-4 для проверки предположения о наличии взаимосвязей между изучаемыми параметрами и психоэмоциональным состоянием представителей группы предпенсионеров.

В результате было выявлено большое количество корреляций между исследуемыми параметрами восприятия будущего с высоким уровнем значимости ($p < 0.01$). Вероятно, это связано с тем, что данные параметры измеряют разные аспекты одного феномена (см. табл. 2). При этом, шкала «Фаталистическое настоящее» имеет отрицательные взаимосвязи с исследуемыми шкалами временной перспективы, что объясняется характером шкал. Уровень тревоги и депрессии имеет высокие взаимосвязи со шкалами «Фаталистическое настоящее» (связь прямая), «Оптимизм в отношении долгосрочного будущего» и «Вера в вознаграждение усилий» (связь обратная).

Результаты корреляционного анализа

Параметры	Оптимизм в отношении долгосрочного будущего	Вера в вознаграждение долгосрочных усилий	Долгосрочное целеполагание и планирование	Фаталистическое настоящее	Уровень тревоги и депрессии
Оптимизм в отношении долгосрочного будущего	1				
Вера в вознаграждение долгосрочных усилий	,538**	1			
Долгосрочное целеполагание и планирование	,457**	,425**	1		
Фаталистическое настоящее	-,123**	-,244**	-,159**	1	
Уровень тревоги и депрессии	-,120**	-,207**	-0,045	,269**	1

Примечание: (N=608) **Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя)

Для решения задачи 3 выявить предикторы психоэмоционального состояния в старшей возрастной группе поколения «Х» из числа исследованных факторов, был предпринят линейный регрессионный анализ методом «Ввод». Перед построением модели была проведена проверка данных на гомоскедастичность. При визуальном анализе диаграммы рассеяния была выявлено, что дисперсия вдоль прямой регрессии является постоянной. Показатели модели: $R=0,32$; $R^2=0,1$; $F=18,6$; $SE=3,16$; $p \leq 0,001$.

В результате выявлены следующие закономерности: значимые связи установлены только для параметров «Вера в вознаграждение долгосрочных усилий» ($\beta=-0,155$; $t=-3,217$; $p=,001$), «Долгосрочное целеполагание и планирование» ($\beta=0,093$; $t=2,092$; $p=,037$), «Фаталистическое настоящее» ($\beta=0,250$; $t=6,291$; $p<,001$).

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

При решении первой задачи — выявить особенности восприятия временной перспективы, долгосрочной ориентации, особенностей учета будущих последствий, а также психо-эмоционального состояния в возрастной группе предпенсионеров и людей потенциально готовящихся к статусу предпенсионера (45-53 года), по сравнению с группой более младших представителей того же поколения «X» (38-44 года) — были обнаружены значимые различия между исследованными группами по отдельным параметрам долгосрочной ориентации и временной перспективы. Полученный результат, по сути, раскрывает аффективную, когнитивную и предповеденческую составляющие переживания будущего респондентами старшей возрастной группы изучаемого поколения как «значимости для личности и группы долгосрочного целеполагания, прогнозирования и планирования, достижения и сохранения устойчивых к изменениям результатов своей и чужой деятельности, а также учета долгосрочных последствий этой деятельности для себя, других людей и окружающей среды» (Нестик, 2021, с. 28). Представители старшей группы поколения «X», по сравнению с более младшей группой, характеризуются более негативной оценкой долгосрочного будущего, относятся к будущему с большим пессимизмом, недоверием, тревожностью и неуверенностью в возможности влиять на реализацию долгосрочных планов. Эти результаты согласуются с данными по безработным до 45 лет и старше, последние обладают выраженным пессимизмом в отношении будущего и меньшей уверенностью в возможности трудоустройства (Емельянова и др., 2018а).

При этом, отсутствие различий между исследуемыми подгруппами поколения X по мотивационно-ценностным составляющим долгосрочной ориентации личности — ориентация на прогнозирование долгосрочного будущего, ценности традиций, саморазвития, ориентация на учет последствий отдаленного будущего — говорит о поколенческой целостности. Единодушие ранних и поздних представителей поколения X в стремлении оставить след в истории, ценности традиций и непрерывного развития,

согласуется с их ценностями, объединяющими их как одно поколение, описанными в других работах. Е. Шамис описывает их как ориентированных на упорный труд, достижение успеха и постоянное развитие (Шамис, 2017). А.М. Рикель и С.В. Доренская указывают на то, что «для поколения 1965–1984 годов характерны ценности социальной полезности обществу, патриотизма и героизма в наибольшей степени, а «независимость», «космополитизм» и «индивидуальность» – в наименьшей» (Рикель, Доренская, 2017, с. 211). А в исследованиях В.И. Пищик показано, что у представителей «переходного поколения» (X, в типологии Хоува и Штрауса) «доминирует ценность культуры и имеется большое желание ее удержать» (Пищик, 2019, с. 73). Также поколенческая однородность проявилась в отсутствии различий между подгруппами в таких регуляторных составляющих, как компоненты учета долгосрочных последствий. В целом, исследованных представителей поколения X можно описать как ориентированных на добросовестность и заинтересованных в будущем результате, что согласуется с описанной Ю.А. Левадой ориентацией на «потребительские ("рады жизни") и достижительные (доход, стремление жить лучше других)» ценности этого поколения.

При решении второй и третьей задач были получены результаты, выявляющие наличие комплекса социально-психологических феноменов, в совокупности описывающих настрой старшей подгруппы представителей поколения X в отношении будущего, который характеризуется выраженной аффективной окраской. Данные регрессионного анализа позволили выявить характер предикторов по отношению к реактивному состоянию тревоги и депрессии таких параметров восприятия будущего, как низкая уверенность в результативности затраченных усилий, неопределенность и непредсказуемость будущего. Таким образом можно констатировать, что представители старшей подгруппы поколения X, с одной стороны, имеют схожие с представителями младшей группы побудительные и регуляторные механизмы, определяющие направленность на будущее, но характеризуются большей напряженностью в отношении

будущего. Можно предположить, что данный результат связан с внутренней подготовкой к предстоящим изменениям своего социального статуса, а также с социальным контекстом, характеризующимся особым отношением к людям, перешедшим возрастную границу в 45 лет.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Социально-психологический анализ опрошенных, включавших представителей поколения X, показал, что исследованные параметры ценностно-мотивационной и регуляторной сфер, определяющие характер отношения к будущему в рамках поколения гомогенны, в отличие от аффективной, когнитивной и предповеденческой сфер, различающихся в двух группах — «младшей» (до 45 лет) и «старшей» (от 45 лет). Аффективная составляющая старшей группы раскрывается как негативно окрашенная, с элементами напряженности, пессимизма, фаталистичности. В этой связи возникает вопрос, что в большей степени определяет выявленные закономерности — внутренние процессы подготовки к выходу на пенсию или социальный контекст, проявляющийся в феномене «эйджизма» на фоне потенциальной угрозы потери работы? Возможно ли снизить чувство неопределенности и непредсказуемости по отношению к будущему у людей старше 45 лет? Полученный результат определенно создает перспективы дальнейших исследований, которые позволили бы также дополнительно изучить изменчивость характера аффективной окраски восприятия будущего и, таким образом, предложить комплекс практических мер, направленных на повышение уверенности в завтрашнем дне у людей, относящихся к возрастной группе 45-53 года.

ЛИТЕРАТУРА

Алдашева А.А., Баканов А.С., Зеленова М.Е., Рунец О.В. Профессиональный менталитет и особенности профориентации и переориентации в период социально-экономического кризиса: на примере пандемии вируса COVID-19 // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 269—290. DOI:10.38098/iprap.sep.2020.18.2.009.

- Емельянова Т.П., Белых Т.В., Шабанова В.Н., Мельницкая А.А.* Символический коупинг в ситуации потери работы: роль возрастного фактора // Вестник Университета Российской академии образования. 2018а. № 2. С. 36–42.
- Емельянова Т.П., Белых Т.В., Шабанова В.Н., Шмидт Д.А.* Личностные ресурсы совладания в условиях потери работы у представителей социономических профессий // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2018б. Т. 3. № 4. С. 74–89.
- Забелина О.В.* Особенности занятости и проблемы трудоустройства лиц старших возрастных групп на российском рынке труда // Экономика труда. 2018. Т. 5. № 1. С. 165–176. DOI:10.18334/et.5.1.38874.
- Колосова В.В.* Исследования стереотипов возраста в новой социально-психологической реальности (взгляды отечественных учёных) // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. №5. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/53PSMN519.pdf> (дата доступа: 25.01.2022).
- Левада Ю.А.* Поколения XX века: возможности исследования // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2001. № 5(55). С. 7–14.
- Мельник В.П.* Взаимосвязь показателей удовлетворенности жизнью и параметров биопсихологического возраста у лиц предпенсионного возраста // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. №6. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/64PSMN620.pdf> (дата доступа: 25.01.2022).
- Нартова-Бочавер С.К., Подлипняк М.Б., Хохлова А.Ю.* Вера в справедливый мир и психологическое благополучие у глухих и слышащих подростков и взрослых [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2013. Том 2. № 3. URL: <https://psyjournals.ru/psyclin/2013/n3/64003.shtml> (дата обращения: 26.01.2022).
- Нестик Т.А.* Долгосрочная ориентация личности: состояние и перспективы исследований // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2020а. Том 5. № 3 (19). С. 110–140. DOI: 10.38098/ipran.sep.2020.19.3.005.
- Нестик Т.А.* Ориентация на учет будущих последствий: результаты апробации методики SFC-14 на русскоязычной выборке // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2020б. Т. 5. № 3. С. 55–88. DOI: <https://doi.org/10.38098/ipran.opwp.2020.16.3.003>.

- Нестик Т.А.* Социально-психологические предпосылки и типы долгосрочной ориентации: результаты эмпирического исследования // Психологический журнал. 2021. Т. 42. № 4. С. 28–39. DOI:10.31857/S020595920016008-4.
- Нестик Т.А., Никишина О.С.* Отношение к пандемии и временная перспектива личности: психометрические характеристики краткой версии Стэнфордского опросника временной перспективы // Ярославский психологический вестник. 2021. № 3 (51). С. 29–36.
- Панькова А.А.* Проблемы трудоустройства лиц старшего возраста [Электронный ресурс] // Human progress. 2018. Т. 4. № 11. URL: http://progress-human.com/images/2018/Tom4_11/Pankova.pdf (дата доступа 30.01.2022).
- Пищик В.И.* Ценностные измерения поколений через актуализируемые страхи // Социальная психология и общество. 2019. Том 10. № 2. С. 67–81. DOI:10.17759/sps.2019100206.
- Погосова Н.В., Довженко Т.В., Бабин А.Г., Курсаков А.А., Выгодин В.А.* Русскоязычная версия опросников РНҚ-2 и 9: чувствительность и специфичность при выявлении депрессии у пациентов общемедицинской амбулаторной практики // Кардиоваскулярная терапия и профилактика. 2014. Т. 13 (3). С. 18–24. DOI: <https://doi.org/10.15829/1728-8800-2014-3-18-24>.
- Рикель А.М., Доренская С.В.* Социально-психологическая модель ценностей различных поколений современного российского общества // Российский психологический журнал. 2017. Т. 14. № 4. С. 205–225.
- Садкова И.В.* Особенности трудоустройства людей предпенсионного возраста // Human Progress. 2019. Т. 5. № 2. DOI:10.34709/IM.152.3 URL: http://progress-human.com/images/2019/Tom5_2/Sadkova.pdf (дата доступа 30.01.2022).
- Смирнова А.Ю.* Значение поддержки социального окружения в сохранении психологической защищенности работником в ситуации угрозы потери работы // Психологические исследования. 2018. Т. 11. № 58. С. 10.
- Шамис Е.* Теория поколений. Необыкновенный Икс. М.: Литагент Синергия Пресс, 2017.
- Эскиндаров М.А., Ручкина Г.Ф., Беседкина Н.И., Гагарина М.А. и др.* Трансформация образовательного процесса в условиях смены поколений. М.: Проспект, 2021.
- Boniwell I., Zimbardo P.G.* Balancing time perspective in pursuit of optimal functioning. In: P.A. Linley and S. Joseph (eds.), Positive Psychology in Practice, (pp. 165–178). NJ: John Wiley and Sons, Inc., 2004.

- Boniwell I., Osin E., Linley P. A., Ivanchenko G. V.* A question of balance: time perspective and well-being in British and Russian samples // *Journal of Positive Psychology*. 2010. V. 5. P. 24–40. DOI: 10.1080/17439760903271181.
- Drake L., Duncan E., Sutherland F., Abernethy C., Henry C.* Time perspective and correlates of wellbeing // *Time and Society*. 2008. V. 17. P. 47–61. DOI: 10.1177/0961463X07086304 .
- Joireman J., King S.* Individual differences in the consideration of future and (more) immediate consequences: A review and directions for future research // *Social and Personality Psychology Compass*. 2016. V. 10. P.313–326. DOI: 10.1111/spc3.12252.
- Howe N., Strauss W.* *Generations: The History of America's Future, 1584 to 2069*. N.Y.: William Morrow & Company, 1991. 554 p.
- Mooney A, Earl J.K., Mooney C.H., Bateman H.* Using Balanced Time Perspective to Explain Well-Being and Planning in Retirement // *Frontiers in Psychology*. 2017. V. 8. 1781. DOI: 10.3389/fpsyg.2017.01781.
- Ryder N.B.* The cohort as a concept in the study of social change // *American Sociological Review*. 1965. V. 30. P. 843–861. DOI: <https://doi.org/10.2307/2090964>.
- Stolarski M., Matthews G., Postek S., Zimbardo P. G., Bitner J.* How we feel is a matter of time: relationships between time perspectives and mood // *Journal of Happiness Studies*. 2004. V. 15. P. 809–827. DOI:10.1007/s10902-013-9450-y.
- Webster J. D., Bohlmeijer E. T., Westerhof G. J.* Time to flourish: the relationship of temporal perspective to well-being and wisdom across adulthood // *Aging & Mental Health*. 2014. V. 18. P. 1046–1056. DOI:10.1080/13607863.2014.908458.
- Zhang J.W., Howell R.T., Stolarski M.* Comparing Three methods to measure a balanced time perspective: the relationship between a balanced time perspective and subjective well-being // *Journal of Happiness Studies*. 2013. V.14. P. 169–184. DOI: 10.1007/s10902-012-9322-x.
- Zimbardo P.G., Boyd J.N.* Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. V. 77. P. 1271–1288. DOI: 10.1037/0022-3514.77.6.1271.
- Zimbardo P.G., Boyd J.N.* *The Time Paradox: The New Psychology of Time That Will Change Your Life*. NY: Free Press, 2008.

Статья поступила в редакцию: 28.02.2022. Статья опубликована: 30.03..2022.

FACTORS OF PERCEPTION OF THE FUTURE GENERATION X

© 2022 Eva N. Vikentieva*, Marija A. Gagarina**,

Tatyana P. Emelyanova***

**PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor, Financial University
under the Government of the Russian Federation; Moscow, Russia
E-mail: vikentieva@mail.ru*

*** PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor, Financial University
under the Government of the Russian Federation; Moscow, Russia
E-mail: mgagarina224@gmail.com*

**** Doctor of Sciences (Psychology), Professor, leading researcher, Institute of
Psychology, Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia
E-mail: t_emelyanova@inbox.ru*

The article is devoted to the study of the psychological processes of the perception of the future by representatives of two age groups - the "younger" (under 45 years old) and the "older" (from 45 years old) - generation X. The study solved the problem of identifying a complex of phenomena that determine the perception and assessment of the future by people of pre-retirement age in relationship with their psycho-emotional state. The study involved respondents aged 38 to 53 (N=1310). The following methods were used: "Long-term orientation of the personality", "Methodology for considering future consequences", a short version of the Stanford time perspective questionnaire by F. Zimbardo, a short version of the "Patient Health Questionnaire" (PHQ - Patient Health Questionnaire). With the help of a questionnaire, the socio-demographic characteristics of the respondents (gender, age, educational status, professional status) were revealed. At the first stage, differences in the perception of the future between the two subgroups of generation X ("younger" and "older") were identified, then an analysis was made of the nature of the relationship between the parameters of the perception of the future and the reactive state of anxiety and depression, and the nature of predictors in relation to a reactive state of anxiety and depression of such parameters of perception of the future as low confidence in the effectiveness of the efforts expended, uncertainty and unpredictability of the future. It was found that the studied parameters of the value-motivational and regulatory spheres that determine the nature of attitudes towards the future within the generation are homogeneous, in contrast to the affective, cognitive and pre-behavioral ones, which differ in two groups - the "younger" (under 45 years old) and the older (from 45 years old). The affective component of the older group is revealed as negatively colored, with

elements of tension, pessimism, and fatalism. The special place of this group in the labor market is emphasized. Prospects for further research are outlined.

Keywords: generation X, pre-retirement age, perception of the future, long-term orientation of the individual, anxiety-depressive state.

REFERENCES

- Aldasheva, A.A., Bakanov, A.S., Zelenova, M.E., & Runec O.V. (2020). Professional'nyj Mentalitet i Osobennosti Proforientacii i Pereorientacii v Period Social'no-Ekonomicheskogo Krizisa: na Primere Pandemii Virusа COVID-19 [Professional Mentality and Features of Vocational Guidance and Reorientation During the Socio-Economic Crisis: On The Example of The COVID-19 Pandemic]. *Institut Psihologii Rossijskoj Akademii Nauk. Social'naya i Ekonomicheskaya Psihologiya [Institute of Psychology of Russian Academy of Sciences. Social and Economic Psychology]*, 5, 2 (18), 269–290. (In Russian). DOI:10.38098/ipran.sep.2020.18.2.009.
- Emel'yanova, T.P., Belyh, T.V., Shabanova, V.N., & Mel'nickaya, A.A. (2018a). Simvolicheskij Kouping v Situacii Poteri Raboty: Rol' Vozrastnogo Faktora [Symbolic Coping in the Situation of Job Loss: The Role of the Age Factor]. *Vestnik Universiteta Rossijskoj akademii obrazovaniya [Bulletin of the University of the Russian Academy of Education]*, 2, 36–42. (In Russian).
- Emel'yanova, T.P., Belyh, T.V., Shabanova, V.N., & Shmidt, D.A. (2018b). Lichnostnye Resursy Sovladaniya v Usloviyah Poteri Raboty u Predstavitelej Socionomicheskikh Professij [Personal Resources of Coping in the Conditions of Job Loss Among Representatives of Socionomic Professions]. *Institut Psihologii Rossijskoj Akademii Nauk. Organizacionnaya Psihologiya i Psihologiya Truda [Institute of Psychology of Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Psychology of Labor]*, 3 (4), 74–89. (In Russian).
- Zabelina, O.V. (2018). Osobennosti Zanyatosti i Problemy Trudoustrojstva Lic Starshih Vozrastnyh Grupp na Rossijskom Rynke Truda [Features of Employment and Problems of Employment of Persons of Older Age Groups in the Russian Labor Market]. *Ekonomika Truda [Labor Economics]*, 5 (1), 165–176. (In Russian). DOI:10.18334/et.5.1.38874 .
- Kolosova, V.V. (2019). Issledovaniya Stereotipov Vozrasta v Novoj Social'no-Psihologicheskoy Real'nosti (Vzglyady Otechestvennyh Uchyonyh) [Studies of Age Stereotypes in the New Socio-Psychological Reality (The Views of Domestic Scientists)]. *Mir Nauki. Pedagogika I Psihologiya. [World of Science. Pedagogy and psychology]*, 5. (In Russian). URL: <https://mir-nauki.com/PDF/53PSMN519.pdf> (Accessed: 25.01.2022).

- Levada, Yu.A. (2001). Pokoleniya XX Veka: Vozmozhnosti Issledovaniya [Generations of the 20th Century: Research Opportunities]. *Monitoring Obshchestvennogo Mneniya: Ekonomicheskie i Social'nye Peremeny [Public Opinion Monitoring: Economic and Social Changes]*, 5 (55), 7–14. (In Russian).
- Mel'nik, V.P. (2020). Vzaimosvyaz' Pokazatelej Udovletvorennosti Zhizn'yu i Parametrov Biopsihologicheskogo Vozrasta u Lic Predpensionnogo Vozrasta [Relationship Between Indicators of Life Satisfaction and Parameters of Biopsychological Age in Persons of Pre-Retirement Age.]. *Mir nauki. Pedagogika i psihologiya [World of Science. Pedagogy and psychology]*, 6. (In Russian). URL: <https://mir-nauki.com/PDF/64PSMN620.pdf> (Accessed: 25.01.2022).
- Nartova-Bochaver, S.K., Podlipnyak, M.B., & Hohlova, A.Yu. (2013). Vera v Spravedlivyj Mir i Psihologicheskoe Blagopoluchie u Gluhih i Slyshashchih Podroستkov i Vzroslyh [Belief in a Just World and Psychological Well-Being in Deaf and Hearing Adolescents and Adults]. *Klinicheskaya i special'naya psihologiya [Clinical and Special Psychology]*, 2 (3). (In Russian). URL: <https://psyjournals.ru/psyclin/2013/n3/64003.shtml> (data obrashcheniya: 26.01.2022).
- Nestik, T.A. (2020a). Dolgosrochnaya orientaciya lichnosti: sostoyanie i perspektivy issledovaniy [Long-term orientation of personality: state and prospects of research]. *Institut Psihologii Rossijskoj Akademii Nauk. Social'naya i Ekonomicheskaya Psihologiya [Institute of Psychology of Russian Academy of Sciences. Social and Economic Psychology]*, 5, 3 (19), 110–140. (In Russian). DOI: 10.38098/ipran.sep.2020.19.3.005.
- Nestik, T.A. (2020b). Orientaciya na Uchet Budushchih Posledstvij: Rezul'taty Aprobacii Metodiki CFC-14 na Russkoyazychnoj Vyborke [Concideration for Future Consequences: The Results of Testing the CFC-14 Methodology on a Russian-Speaking Sample]. *Institut Psihologii Rossijskoj Akademii Nauk. Organizacionnaya Psihologiya i Psihologiya Truda [Institute of Psychology of Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Psychology of Labor]*, 5 (3), 55–88. (In Russian). DOI: <https://doi.org/10.38098/ipran.opwp.2020.16.3.003>.
- Nestik, T.A. (2021). Social'no-Psihologicheskie Predposylki i Tipy Dolgosrochnoj Orientacii: Rezul'taty Empiricheskogo Issledovaniya [Socio-Psychological Preconditions and Types of Long-Term Orientation: Findings from an Empirical Study]. *Psihologicheskij Zhurnal [Psychological Journal]*, 42 (4), 28–39. (In Russian). DOI:10.31857/S020595920016008-4.
- Nestik, T.A. & Nikishina, O.S. (2021). Otnoshenie k Pandemii i Vremennaya Perspektiva Lichnosti: Psihometricheskie Harakteristiki Kratkoj Versii Stendfordskogo Oprosnika Vremennoj Perspektivy [Attitude to the Pandemic and the Time Perspective of the Personality: Russian Validatiton of the Short Version of the Stanford Time Perspective

Questionnaire]. *Yaroslavskij psihologicheskij vestnik [Yaroslavl Psychological Bulletin]*, 3 (51), 29–36. (In Russian).

Pan'kova, A.A. (2018). Problemy Trudoustrojstva Lic Starshego Vozrasta [Problems of Employment of Older People]. *Human progress*, 4 (11). (In Russian). URL: http://progress-human.com/images/2018/Tom4_11/Pankova.pdf (Accessed: 30.01.2022).

Pishchik, V.I. (2019). Cennostnye Izmereniya Pokolenij Cherez Aktualiziruemye Strahi [Value Measurements of Generations through Actualized Fears]. *Social'naya Psihologiya i Obshchestvo [Social Psychology and Society]*, 10 (2), 67–81. (In Russian). doi:10.17759/sps.2019100206.

Pogosova, N.V., Dovzhenko, T.V., Babin, A.G., Kursakov, A.A. & Vygodin, V.A. (2014). Russkoyazychnaya Versiya Oprosnikov PHQ-2 i 9: Chuvstvitel'nost' i Specifichnost' pri Vyyavlenii Depressii u Pacientov Obshchemedicinskoj Ambulatornoj Praktiki [Russian Version of the PHQ-2 and 9 Questionnaires: Sensitivity and Specificity in Detecting Depression in Patients of General Medical Outpatient Practice]. *Kardiovaskulyarnaya terapiya i profilaktika [Cardiovascular Therapy and Prevention]*, 13 (3), 18–24. (In Russian). DOI: <https://doi.org/10.15829/1728-8800-2014-3-18-24>.

Rikel', A.M. & Dorenskaya, S.V. (2017). Social'no-psihologicheskaya Model' Cennostej Razlichnyh Pokolenij Sovremennogo Rossijskogo Obshchestva [Socio-Psychological Model of Values of Different Generations of Modern Russian Society]. *Rossijskij Psihologicheskij Zhurnal [Russian Psychological Journal]*, 14 (4), 205–225. (In Russian).

Sadkova, I.V. (2019). Osobennosti Trudoustrojstva Lyudej Predpensionnogo Vozrasta [Features of Employment of People of Pre-Retirement Age]. *Human Progress*. 5 (2). (In Russian). DOI:10.34709/IM.152.3 URL: http://progress-human.com/images/2019/Tom5_2/Sadkova.pdf (Accessed: 30.01.2022).

Smirnova, A.Yu. (2018). Znachenie Podderzhki Social'nogo Okruzeniya v Sohranenii Psihologicheskoy Zashchishchennosti Rabotnikom v Situacii Ugrozy Poteri Raboty [The Importance of Supporting the Social Environment in Maintaining the Psychological Security of the Employee in a Situation of the Threat of Job Loss]. *Psihologicheskie Issledovaniya [Psychological Studies]*, 11 (58), 10. (In Russian).

Shamis, E. (2017). *Teoriya pokolenij. Neobyknovennyj Iks [The Theory of Generations. Extraordinary X]*. Moscow: Litagent Sinergiya Press Publ. (In Russian).

Eskindarov M.A. Ruchkina G.F., Besedkina N.I., Gagarina M.A., Kirakosyan S.A., etc. (2021). *Transformaciya Obrazovatel'nogo Processa v Usloviyah Smeny Pokolenij*

[*Transformation of The Educational Process in the Context of Generational Change*].
Moscow: Prospekt Publ. (In Russian).

- Boniwell I., & Zimbardo P.G. (2004). Balancing time perspective in pursuit of optimal functioning. In: P.A. Linley and S. Joseph (eds.), *Positive Psychology in Practice*, (pp. 165–178). New Jersey: John Wiley and Sons, Inc. Publ.
- Boniwell, I., Osin, E., Linley, P. A. & Ivanchenko, G. V. (2010). A Question of Balance: Time Perspective and Well-Being in British and Russian Samples. *Journal of Positive Psychology*, 5, 24–40. DOI:10.1080/17439760903271181.
- Drake, L., Duncan, E., Sutherland, F., Abernethy, C., & Henry, C. (2008). Time Perspective and Correlates of Wellbeing. *Time and Society*, 17, 47–61. DOI:10.1177/0961463X07086304 .
- Joireman, J., King, S. (2016). Individual Differences in The Consideration of Future and (More) Immediate Consequences: A Review and Directions for Future Research. *Social and Personality Psychology Compass*, 10, 313–326. DOI:10.1111/spc3.12252.
- Howe, N. & Strauss, W. (1991). *Generations: The History of America's Future, 1584 to 2069*. New York: William Morrow & Company.
- Mooney, A, Earl, J.K., Mooney, C.H. & Bateman, H. (2017). Using Balanced Time Perspective to Explain Well-Being and Planning in Retirement. *Frontiers in Psychology*, 8, 1781. DOI:10.3389/fpsyg.2017.01781.
- Ryder, N.B. (1965). The Cohort as a Concept in the Study of Social Change. *American Sociological Review*, 30, 843–861. DOI: <https://doi.org/10.2307/2090964>.
- Stolarski, M., Matthews, G., Postek, S., Zimbardo, P.G., & Bitner, J. (2004). How We Feel Is a Matter of Time: Relationships Between Time Perspectives and Mood. *Journal of Happiness Studies*, 15, 809–827. DOI:10.1007/s10902-013-9450-y.
- Webster, J.D., Bohlmeijer E.T., & Westerhof, G.J. (2014). Time to Flourish: The Relationship of Temporal Perspective to Well-Being and Wisdom Across Adulthood. *Aging & Mental Health*, 18, 1046–1056. DOI:10.1080/13607863.2014.908458.
- Zhang, J.W., Howell, R.T., & Stolarski, M. (2013). Comparing Three Methods to Measure a Balanced Time Perspective: The Relationship Between a Balanced Time Perspective and Subjective Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 14, 169–184. DOI:10.1007/s10902-012-9322-x.
- Zimbardo, P.G., & Boyd, J.N. (1999). Putting Time in Perspective: A Valid, Reliable Individual-Differences Metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1271–1288. DOI:10.1037/0022-3514.77.6.1271.

Zimbardo, P.G., & Boyd, J.N. (2008). *The Time Paradox: The New Psychology of Time That Will Change Your Life*. New York: Free Press Publ.

The article was received: 28.02.2022. Published online: 30.03.2022

Библиографическая ссылка на статью:

Викентьева Е.Н., Гагарина М.А., Емельянова Т.П. Факторы восприятия будущего представителями поколения «X». // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2022. Т. 7. № 1. С. 73 - 95. DOI: 10.38098/ipran.opwp_2022_22_1_004

Vikentieva, E.N., Gagarina, M.A., Emelyanova, T.P. (2022). Social'noe samochuvstvie molodezhi: psihologo-politicheskie aspekty [Factors of perception of the future generation X]. *Institut Psikhologii Rossiyskoy Akademii Nauk. Organizatsionnaya Psikhologiya i Psikhologiya Truda [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Psychology of Labor]*, 7 (1), 73 - 95. DOI: 10.38098/ipran.opwp_2022_22_1_004

Адрес статьи:

<http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document756.pdf>