

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ВОЕННОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«НОВОСИБИРСКИЙ ВОЕННЫЙ ИНСТИТУТ ИМЕНИ ГЕНЕРАЛА АРМИИ  
И.К. ЯКОВЛЕВА ВОЙСК НАЦИОНАЛЬНОЙ ГВАРДИИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»

*На правах рукописи*



**КУЗНЕЦОВ Андрей Владимирович**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОБРАЗА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО БУДУЩЕГО КУРСАНТОВ-СПОРТСМЕНОВ  
ВОЙСК НАЦИОНАЛЬНОЙ ГВАРДИИ В ПРОЦЕССЕ ВУЗОВСКОЙ  
ПОДГОТОВКИ**

**Специальность 5.3.4.** – Педагогическая психология,  
психодиагностика цифровых образовательных сред  
(психологические науки)

**ДИССЕРТАЦИЯ**

на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

**Научный руководитель:**  
доктор психологических наук, доцент  
**Утюганов Алексей Анатольевич**

Новосибирск – 2021

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение .....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИЗУЧЕНИЯ ОБРАЗА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО БУДУЩЕГО У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВУЗЕ .....	18
1.1. Основные подходы к изучению образа и образных явлений в психологии .	18
1.2. Проблема будущего в исследованиях психологического времени .....	29
1.3. Подходы к изучению профессионального будущего в психологии .....	43
1.4. Модель образа профессионального будущего у обучающихся в вузе .....	55
Выводы по первой главе .....	62
ГЛАВА 2. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ВОЕННОГО ВУЗА.....	66
2.1. Психолого-педагогическая характеристика спортивной деятельности и индивидуально-психологических особенностей спортсменов .....	66
2.2. Физкультурно-спортивная деятельность курсантов в образовательном процессе вуза войск национальной гвардии .....	79
2.3. Психологические особенности совмещения учебной и спортивной деятельности курсантов в процессе обучения .....	86
Выводы по второй главе .....	98
ГЛАВА 3. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ОБРАЗА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО БУДУЩЕГО У КУРСАНТОВ-СПОРТСМЕНОВ .....	102
3.1. Организация и методы исследования .....	102
3.2. Психологические особенности образа профессионального будущего у курсантов на разных этапах вузовской подготовки .....	107
3.3. Сформированность и содержание образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов.....	122
3.4. Психолого-педагогические условия формирования образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов .....	128

Выводы по третьей главе .....	141
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	147
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	152
Приложение А. Анкета № 1. ....	168
Приложение Б. Анкета № 2.....	170
Приложение В. Опорный план сочинения .....	172
Приложение Г. Программа формирования образа профессионального будущего курсантов-спортсменов вузов войск национальной гвардии РФ .....	173

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность темы исследования.** Интенсивная физическая подготовка является неотъемлемой частью обучения будущих офицеров войск национальной гвардии. В образовательные программы по всем направлениям подготовки интегрированы не только учебные занятия по физической подготовке, но и обязательные самостоятельные занятия, спортивно-массовая работа, физическая тренировка в процессе служебно-боевой деятельности. При этом, традиционно, многие курсанты занимаются физической подготовкой интенсивнее, чем того требует образовательная программа: активно тренируются в конкретных видах спорта, участвуют в соревнованиях, достигают высокого уровня спортивного мастерства. Наконец, что наиболее важно, у них появляется спортивная мотивация, которая отличается от учебной, что позволяет считать их занимающимися уже не просто физической подготовкой с элементами спорта, а полноценной спортивной деятельностью.

Проблема, изучаемая в настоящем исследовании, касается психолого-педагогических аспектов совмещения в процессе обучения в военном вузе двух сложных видов деятельности, учебной и спортивной, каждая из которых оказывает свое формирующее влияние на личность курсанта, имеет свои ценностно-смысловые и мотивационные основания, предполагает разные пути профессионального развития. Проблема заключается в том, что, с одной стороны, занятия спортом предполагают интенсивную физическую нагрузку, и этим способствуют профессиональной подготовке будущих офицеров, что в целом поощряется в военном вузе, но, с другой стороны, спорт отнимает время, отвлекает внимание курсанта от учебной деятельности, может оказывать влияние на расстановку приоритетов в формирующихся представлениях о своем профессиональном будущем.

Проблема образа профессионального будущего и его формирования в процессе высшего образования до сих пор не поставлена в психологии. В психолого-педагогических исследованиях изучаются различные явления, в динамике которых отражается профессиональное становление: образ

профессии, представления о профессии, профессиональные намерения и т. п. Между тем, результат профессионального образования выходит за пределы явлений, связанных с представлением о профессии, и проявляется в том, насколько обучающийся представляет себе то, как именно он будет зарабатывать себе на жизнь, чем конкретно будет приносить пользу обществу, в какой сфере реализует себя. Образ профессионального будущего глубоко личностно обусловлен, в нем отражается пристрастность сознания, он предстает субъекту в широком видении своего желаемого будущего в профессиональной его части, и, совершенно очевидно, не сводятся к представлениям о конкретной профессии. Особую остроту проблема формирования образа профессионального будущего в период обучения в вузе обретает тогда, когда обучающийся одновременно с основной профессией осваивает и другую сложную деятельность, способную определить профессиональное будущее, например, спортивную деятельность.

Изучение психолого-педагогических закономерностей совмещения учебной и спортивной деятельности позволит понять, как сделать это совмещение оптимальным и всецело использовать спортивную деятельность для решения задач военного образования. У спортивной деятельности имеется существенный и на сегодняшний день не раскрытый потенциал формирующего воздействия на профессионализацию будущего офицера. Многие умения и навыки, в том числе входящие в перечни формируемых согласно ФГОС и образовательным программам компетенций, могут эффективнее развиваться в занятиях спортом, например, навыки, связанные с работой в команде, готовностью к саморазвитию, трудолюбием и ответственностью, и другими качествами, формирующимися в спортивной деятельности. Сказанное согласуется с тем, что в образовательной практике военных вузов в настоящее время существует социальный заказ как на поиск средств достижения высокого уровня здоровьесбережения, так и на поиск способов повышения эффективности формирования необходимых компетенций в учебно-воспитательном процессе.

Таким образом, актуальность исследования определяется существованием противоречий: между необходимостью исследования проблемы

профессиональной подготовки в контексте образа профессионального будущего и недостаточной ее изученностью в психолого-педагогических исследованиях; между значительным количеством в военных вузах курсантов, активно занимающихся спортом, и недостатком психолого-педагогических исследований, направленных на выявление роли спортивной деятельности в успешности их обучения и освоения военной профессии; востребованностью обоснованных психолого-педагогических рекомендаций по эффективной организации профессионального обучения курсантов-спортсменов и недостаточным уровнем его планирования со стороны всех участников образовательного процесса.

**Степень разработанности темы исследования.** В психологии и педагогике сложилась традиция изучения профессионально-личностного развития в процессе обучения, как явления профессионального сознания и самосознания, выраженного в различных психолого-педагогических характеристиках, таких как: профессиональное самоопределение, профессиональное становление, профессиональная субъектность, профессиональное планирование и т. д. В качестве особого предмета исследования выступают также образные психические явления: образ мира профессионала (Е. А. Климов), образ жизни профессионала (В. П. Серкин), образ «Я-профессиональное» (И. С. Кон, Н. С. Пряжников), образ будущей профессии (К. А. Володина).

Преимущество изучения образных явлений состоит в том, что, согласно многочисленным исследованиям, образ существует и может изучаться не только в семантических реконструкциях, но и в чувственно-образной репрезентации субъекту (П. Я. Гальперин, Н. Н. Ланге, А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов, И. М. Сеченов и др.), которая может быть вербализована и представлять материал для более полного исследования содержания сознания, в том числе, связанного с профессиональным будущим. Образы могут иметь комбинированный характер (включают зрительные, слуховые и пр., а также вербальные компоненты), они взаимосвязаны с идеомоторными представлениями и имеют важное значение

в различных видах деятельности, в том числе учебной (В. С. Нургалеев, П. А. Рудик и др.).

Интегративным понятием, включающим в себя характеристики профессиональной идентификации, представлений о профессии, профессиональных стратегиях, мотивах, ценностях и пр. выступает образ профессионального будущего, который изучается с позиций профессионального прогнозирования и самоопределения в исследованиях Э. Ф. Зеера и Э. Э. Сыманюк, Д. А. Леонтьева и Е. В. Шелобановой, Л. Ф. Алексеевой, Т. Г. Бохан, С. В. Заболотной, С. А. Моревой, М. В. Шабаловской, и включает в себя совокупность образных репрезентаций, в которых отражены в сознании субъекта различные аспекты будущей профессиональной деятельности. Это позволяет рассматривать формирование образа профессионального будущего в контексте процессов личностно-профессионального становления студентов как психический механизм и, одновременно, индикатор тех изменений, которые происходят на разных этапах профессионального обучения (Л. Ф. Алексеева, Т. Г. Бохан, А. В. Михальский, С. А. Морева, М. В. Шабаловская, Ф. Б. Червинский, К. Г. Языков).

Многочисленные психологические исследования в области спорта свидетельствуют о специфичности спортивной деятельности в отношении ее мотивации и целевых ориентиров, требований к индивидуально-психологическим особенностям, роли спорта в развитии определенных личностных качеств и, что особенно важно, о ее неоднозначных отношениях с другими видами деятельности (Ю. М. Блудов, Г. Б. Горская, А. В. Гутко, В. Л. Марищук, Р. А. Пилоян, В. А. Плахтиенко, А. Ц. Пуни, С. Н. Сорокоумова, Н. Б. Стамбулова, О. В. Суворова, А. В. Шаболтас и др.). Существуют разные точки зрения о влиянии спортивных увлечений обучающихся на успешность вузовского обучения.

Вместе с тем, большинство авторов сходятся во мнении, что включение занятий физкультурой и спортом в образовательный процесс высшего профессионального образования обеспечивают поддерживающий эффект для функционального состояния

организма в динамике обучения и улучшают физическую подготовленность студентов (Н. И. Айзман, Р. И. Айзман, В. М. Климов, А. В. Лебедев, В. Б. Рубанович). Рядом авторов показано, что интеграция занятий физической культурой и спортом в образовательный процесс способствует решению многих проблем организации здоровьесберегающей среды вуза (Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина, И. А. Свиридова). Показано, что у студентов разных направлений обучения, даже в рамках одного вуза, существуют индивидуальные различия по психофизиологическим показателям, что также может учитываться в организации их занятий физкультурой и спортом (Н. Г. Блинова, Л. А. Варич, Е. В. Васина, Э. М. Казин, Н. Н. Кошко, С. Л. Лесникова).

Совмещение спортсменами спортивной деятельности и основной профессии активно изучается в психологических исследованиях как проблема «двойной карьеры» (“dual career”). Авторы указывают как на положительные эффекты такого совмещения, например, формирование редких компетенций, существенно повышающих востребованность и успешность профессионала, так и на серьезные проблемы – стресс и эмоциональное выгорание, проблемы идентичности, психические нарушения (Н. Б. Стамбулова, G. A. Kerr, L. A. Killeya-Jones, P. S. Miller, T. V. Ryba).

**Цель исследования** – выявить психологические особенности формирования образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов войск национальной гвардии в процессе вузовской подготовки.

**Объект исследования** – образ профессионального будущего курсантов-спортсменов войск национальной гвардии.

**Предмет исследования** – психологические особенности формирования образа профессионального будущего курсантов-спортсменов войск национальной гвардии в процессе вузовской подготовки.

**Основные гипотезы исследования:**

1. У курсантов в процессе обучения в военном вузе активно формируется образ профессионального будущего, причем наиболее интенсивно в первые три года обучения.

2. Курсанты, занимающиеся в период обучения в военном вузе спортивной деятельностью умеренной интенсивности, отличаются более высокими показателями сформированности образа профессионального будущего.

3. Существуют содержательные особенности образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов, усиливающиеся с нарастанием вовлеченности курсантов в спортивную деятельность: развитие в осваиваемой профессии, связь будущей работы со спортом, достижение профессиональных целей собственными силами, причем за счет качеств, формируемых в спортивной деятельности.

#### **Частные гипотезы:**

1. Умеренная вовлеченность курсантов в спортивную деятельность сочетается с более серьезным отношением к обучению и не снижает их академическую успеваемость.

2. Существует оптимальный уровень вовлеченности в спортивную деятельность, при превышении которого показатели учебной деятельности курсантов снижаются.

На основании поставленной цели и выдвинутых гипотез ставились и решались следующие **задачи исследования**:

#### *Теоретические задачи:*

1. Обобщить теоретические и методологические подходы к проблеме образа профессионального будущего в свете изучения образных психических явлений, проблем жизненного пути личности и психологии профессиональной деятельности.

2. Теоретически определить понятие образа профессионального будущего, построить и описать модель, отражающую его структуру и содержательные характеристики, доступные эмпирическому измерению.

3. Провести анализ литературы, посвященный изучению психологических характеристик спортивной деятельности, психологических особенностей спортсменов.

4. Разработать представление о психолого-педагогических условиях организации физкультурно-спортивной деятельности в структуре образовательного процесса военного вуза.

*Методические задачи:*

5. Определить показатели, по которым может оцениваться сформированность образа профессионального будущего курсантов военного вуза.

6. Сформировать батарею методов, адекватных поставленным задачам исследования.

7. Разработать дизайн эмпирической части исследования.

*Эмпирические задачи:*

8. Эмпирически выявить показатели сформированности образа профессионального будущего у курсантов на разных этапах обучения, определить и описать характер их изменения.

9. Изучить содержательную специфику образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов при разном уровне их вовлеченности в спортивную деятельность.

10. Провести сравнительное исследование образа профессионального будущего у курсантов с разной степенью вовлеченности в профессиональную деятельность, а также с курсантами, не занимающимися спортом.

11. Выявить и описать условия учебного процесса и характеристики спортивной деятельности, связанные с формированием у курсантов образа профессионального будущего.

12. Исследовать индивидуально-психологические особенности курсантов-спортсменов, связанные с формированием у них образа профессионального будущего.

**Научная новизна диссертационного исследования** состоит в следующем:

– впервые описано содержание образа профессионального будущего курсантов-спортсменов и особенности его формирования в процессе обучения в военном вузе. Выявлены компоненты образа профессионального будущего,

особенно успешно формирующиеся в результате сочетания обучения со спортивной деятельностью;

– доказано, что спортивная деятельность в военном вузе, при условии эффективной организации ее совмещения с учебной деятельностью, способствует повышению уровня сформированности образа профессионального будущего и достижению более высоких результатов профессионального обучения;

– показано, что вовлеченность в спортивную деятельность при обучении в военном вузе способствует формированию содержательно иного, потенциально более эффективного и реалистичного образа профессионального будущего на основе известного «спортивного характера», включающего волевые качества, уверенность в себе, целеустремленность;

– показано, что представления обучающихся о своем профессиональном будущем могут изучаться как проблема образа профессионального будущего, что позволяет при исследовании данной проблематики применить теорию и методологию изучения образных явлений, расширяя границы сложившихся подходов в традиционных исследованиях. Полученные данные позволяют рассматривать образ профессионального будущего как целостную картину предполагаемого будущего, полностью охватывающую сферу жизни, связанную с реализацией себя, что развивает существующие представления о профессиональном будущем как ограниченного реализацией себя в осваиваемой профессии;

– разработана и обоснована авторская модель образа профессионального будущего, включающая образ «Я-профессиональное» в будущем, образ профессиональной сферы жизни в будущем и представления о средствах достижения профессионального будущего. Выделены характеристики образа профессионального будущего, на основании которых описаны показатели его сформированности: определенность, насыщенность, конкретность, перспективность и целостность.

**Теоретическая значимость работы.** Заключается в переосмыслении образа профессионального будущего как элемента образа будущего, связанного

с профессиональной самореализацией, тесно включенного в систему образа мира в целом, формируемого в единстве личностного развития и профессионального становления обучающегося, что позволяет в изучении образа профессионального будущего выйти за границы его понимания как образа будущей профессиональной деятельности, и изучать образ профессионального будущего в педагогической психологии в единстве теории образных явлений, психологии жизненного пути и временной перспективы, психологии профессиональной деятельности и профессионального становления. Получено научное обоснование идеи о необходимости концептуального изменения отношения к пониманию роли спортивной деятельности в военном образовании.

Установлено, что положительный эффект от сочетания учебной и спортивной деятельности в военном вузе может выходить за границы проблематики укрепления здоровья и эффектов повышения уровня физической подготовки. Обосновано, что объектом формирующего воздействия спортивной деятельности при определенных условиях могут становиться и основные цели профессионального образования – профессиональные компетенции, профессиональное сознание и самосознание.

#### **Практическая значимость исследования:**

1. Результаты исследования могут быть использованы руководителями и методистами системы образования, специалистами, занимающимися разработкой программ военно-профессионального образования. Также результаты исследования могут быть использованы на курсах повышения квалификации и переподготовки научно-педагогического персонала военных вузов.

2. Выявленные психолого-педагогические особенности совмещения учебной и спортивной деятельности в военном вузе, учитывая показанный исследованием образовательный потенциал спортивной деятельности, может использоваться при организации занятий спортом курсантов с разной степенью вовлеченности в спортивную деятельность. Конкретные количественные показатели оптимальной интенсивности спортивной нагрузки могут использоваться преподавателями и спортивными тренерами при решении

индивидуальных проблем организации спортивной деятельности курсантов-спортсменов.

3. Разработана программа развития образа профессионального будущего курсантов-спортсменов вузов войск национальной гвардии Российской Федерации, направленная на содействие осмыслению и внутреннему принятию представлений, выступающих компонентами образа профессионального будущего.

**Теоретико-методологической основой исследования** являются: положения деятельностного подхода в отечественной психологии, согласно которому сознание и личность развивается и реализуется в деятельности (А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн и др.); исследования категории образа (П. Я. Гальперин, С. Косслин, Н. Н. Ланге, А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов, В. С. Нургалеев, И. М. Сеченов, Р. Солсо) и «образа Я» в психологии (И. С. Кон, Ч. Кули, Дж. Мид, К. Роджерс, О. А. Устинова и др.), исследования жизненного пути, психологического времени и временной перспективы (К. А. Абульханова-Славская, Е. И. Головаха, А. А. Кроник, К. Левин, Ж. Нюттен, Л. К. Франк), теория развития профессионального сознания и самосознания в процессе профессионализации (Э. Ф. Зеер, Е. А. Климов, Ю. П. Поваренков), психологические исследования спортивной деятельности в отечественной психологии (Ю. М. Блудов, Г. Б. Горская, В. Л. Марищук, В. С. Нургалеев, Р. А. Пилюян, В. А. Плахтиенко, А. Ц. Пуни, П. А. Рудик, Н. Б. Стамбулова).

**Методы и организация исследования.** На разных этапах работы и при решении различных задач применялись методы теоретического анализа, сбора фактического материала и его обработки.

Для решения теоретических задач осуществлялись: анализ, обобщение и систематизация психологических и педагогических исследований в области категории образа, профессионального образования и профессионального будущего, спортивной деятельности, индивидуально-личностных особенностей спортсменов; психологическое моделирование как теоретический метод реконструкции существенных черт психического явления.

В качестве методов сбора эмпирических данных использовались: метод вербального самоотчета в виде сочинения на тему «Мое профессиональное будущее»; субъективная оценка сформированности представлений о своем профессиональном будущем, основанная на шкальной технике с биполярным шкалированием пар противоположных утверждений; самописание в открытой форме, построенное по принципу методики «Кто Я?» М. Куна и Т. Маркпартленда; анкетный опрос, направленный на изучение отношения к учебной и спортивной деятельности; психологическое тестирование («Тест смысложизненных ориентаций», разработанный Д. А. Леонтьевым; «Самоактуализационный тест», разработанный Ю. Е. Алешиной, Л. Я. Гозманом, М. В. Загикой и М. В. Крозом; методика диагностики мотивации обучения С. А. Пакулиной и С. М. Кетько; опросник «Мотивация спортивной деятельности» Е. А. Калинина).

Для качественного и количественного анализа данных применялись: контент-анализ, экспертная оценка, методы математической обработки данных: корреляционный анализ, сравнительный анализ с применением U-критерия Манна-Уитни, критерий согласия К. Пирсона ( $\chi^2$ ), частотный (процентный) анализ.

### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Образ профессионального будущего выступает частью образа мира профессионала и включает следующие основные составляющие: образ «Я-профессиональное» в будущем, образ профессиональной сферы жизни в будущем, представления о средствах достижения профессионального будущего. Основными характеристиками и показателями сформированности образа профессионального будущего выступают его определенность, насыщенность, конкретность, перспективность и целостность.

2. Образ профессионального будущего формируется в процессе обучения в военном вузе, причем наиболее интенсивно в первые три года обучения, формирование образа происходит в большей мере в направлении его

определенности и конкретности. Наиболее содержательные изменения связаны с представлениями о средствах достижения своего профессионального будущего.

3. Спортивная деятельность умеренной интенсивности повышает эффективность профессиональной подготовки в военном вузе, что может проявляться в улучшении успеваемости курсантов-спортсменов, их более серьезном отношении к учебной деятельности, улучшении сформированности у них образа профессионального будущего. Педагогическим условием эффективной подготовки курсантов-спортсменов выступает готовность преподавательского состава обеспечить индивидуальный подход в организации учебного процесса таких курсантов с повышением доли самостоятельных и факультативных занятий.

4. Спортивная деятельность в военном вузе определяет ряд психологических особенностей образа профессионального будущего у курсантов: намерение реализовать себя в осваиваемой профессии, связать профессиональное будущее со спортом, достигать профессиональных целей за счет волевых качеств, настойчивости и самодисциплины. Занятия спортом способствуют формированию более зрелого и реалистичного образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов, ядром которого выступает самореализация с опорой на собственные силы. Оптимальная сформированность образа профессионального будущего достигается при умеренном уровне вовлеченности курсантов в спортивную деятельность.

**Степень достоверности результатов.** Обоснованность и достоверность результатов диссертационного исследования обеспечивались теоретическими и методологическими основаниями исследования, применением надежных и валидных методов и методик, соответствующих цели, задачам, предмету исследования, репрезентативностью выборки, качественным и количественным анализом полученных данных на основе применения адекватных методов математической статистики.

**Апробация результатов исследования.** Результаты диссертационного исследования внедрены в практику учебной работы кафедры военной педагогики

и психологии Новосибирского военного института имени генерала армии И. К. Яковлева войск национальной гвардии Российской Федерации.

Основные результаты диссертационного исследования докладывались на семинарах, заседаниях кафедры военной педагогики и психологии Новосибирского военного института войск национальной гвардии РФ. Основные положения исследования были апробированы на международных (Петропавловск 2014, 2016, Новосибирск 2015, 2017, 2019, Ялта 2016, 2019, Красноярск 2013, Горно-Алтайск 2014, Кемерово 2018) и всероссийских (Екатеринбург 2015, 2019, 2021, Санкт-Петербург 2020) научно-практических конференциях. По теме диссертации опубликовано 23 работы, из них 5 – в изданиях, рекомендованных ВАК РФ для публикации результатов диссертационных исследований.

**Описание выборки.** В исследовании приняли участие 228 курсантов 1-5 курсов Новосибирского военного института имени генерала армии И. К. Яковлева войск национальной гвардии, обучающиеся по направлению «Правовое обеспечение национальной безопасности», возраст испытуемых от 18 до 23 лет, средний возраст 20,9 года. Среди испытуемых 50% сочетают обучение в вузе со спортивной деятельностью на момент обследования, имеют присвоенный уровень спортивного мастерства от III спортивного разряда до мастера спорта, занимаются единоборствами, многоборьем, скоростно-силовыми, циклическими и игровыми видами спорта, являются победителями и призерами спортивных соревнований разного уровня; 50% – не занимаются спортом.

**Этапы исследования:**

Первый этап (2012-2016 гг.) – анализ научной литературы по теме исследования; систематизация понятийного аппарата; формулировка гипотезы, цели, постановка задач и выбор методов исследования.

Второй этап (2017-2018 гг.) – разработка программы исследования, подбор методик для решения ее задач; проведение эмпирического исследования; качественная и количественная обработка результатов.

Третий этап (2019-2021 гг.) – обобщение и интерпретация полученных данных, оформление диссертационного исследования.

**Соответствие диссертации паспорту специальности научных работников:** диссертационное исследование соответствует паспорту специальности 19.00.07 – Педагогическая психология, п. 2. «Психология образовательной среды», п. 4. «Психологические особенности обучающихся как субъектов учебной деятельности».

**Структура диссертации** состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы и 4-х приложений. Текст диссертации представлен на 175 страницах и содержит 27 таблиц и 7 рисунков.

# **Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИЗУЧЕНИЯ ОБРАЗА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО БУДУЩЕГО У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВУЗЕ**

## **1.1. Основные подходы к изучению образа и образных явлений в психологии**

По устоявшейся в отечественной психологии традиции понятие образа как феномена психического отражения относят к основным категориям психологии, наряду с категориями действия, мотива, отношения, переживания. Анализируя понятийный аппарат теории психологии, А. В. Петровский и М. Г. Ярошевский называют образ центральным элементом «ядерной триады» категорий психологии, включающей также категории мотива и действия [95]. В психологическом словаре авторы определяют образ как «субъективную картину мира или его фрагментов, включающую самого субъекта, других людей, пространственное окружение и временную последовательность событий» [96]. Авторы также указывают, что в психологии понятие образа используется в двух значениях. Кроме широкого понимания, которое согласуется с понятиями «отражение» и «психика», сформировалась традиция изучать через понятие «образа перцептивные формы знания» [100].

Анализируя историю становления категории «образ» в науке, П. Кюглер утверждает, что «идея образа не является чем-то застывшим, постоянным и вечным, образ – это текучая концепция, которая претерпела множество изменений на протяжении веков» [71]. Проследив эволюцию категории образа от древнегреческих философов, автор находит первые идеи, связанные с понятием образа, в учении Платона, который «рассматривал преходящий материальный мир, в котором мы живем, как копию, отражение в зеркале материальности, а образ, в свою очередь, это отражение материального мира, копия копии идеи, пребывающей в вечности» [71].

Аристотель сформулировал другие предположения по поводу образа, его идеи были ближе к психологии, чем к метафизике. Согласно Аристотелю, образ формируется внутри человека, а его источником выступает материальный мир, а не идеальный. Аристотель понимает образы в качестве своеобразных «психических посредников» между разумом и чувствами, это как бы мост между материальной действительностью и идеальным внутренним миром сознания. Ключевым отличием идей Аристотеля от подхода Платона является то, что для него первичными выступают сенсорные данные, полученные из внешнего мира, образ же является отражением этих данных, а не их источником. При этом, П. Кюглер указывает и на общие черты в подходах Платона и Аристотеля – они относятся к психическому образу как к вторичному отражению некоего более первичного источника, находящегося вне человека, а формирование образа рассматривают как «процесс имитации, репродуцирования, а не творчества» [71].

В известном труде «Основы теоретической психологии», осуществляя историко-психологический анализ категорий психологии, А. В. Петровский и М. Г. Ярошевский находят более раннее упоминание об образе в античной психологии – в трудах Демокрита. Демокрит разделил знания на относящиеся к реальности и существующие только «во мнении», чем заложил научное представление о двух категориях качеств – «первичных, которые присущи самим вещам, и вторичных, возникающих в результате психического отражения» [95].

По мнению П. Кюглера, поворотным этапом в развитии научных представлений об образе выступает идея Дж. Бруно, который впервые предположил, что воображение человека само является источником познания, а не просто воспроизводит прошлый опыт. Также автор указывает на весомую роль предложенного Дж. Локком различения между «реальной» и «номинальной» сущностями, когда под реальными понимаются свойства вещей, не отделимые от них и неизменно присущие, а номинальные обозначают лингвистическое приспособление, вербальную категорию, предназначенную, чтобы назвать и категоризировать вещь. Локк указывал, что реальные сущности открываются, а номинальные – производятся. Еще один прорыв в понимании образа, по мнению

Кюглера, совершил И. Кант, который предположил, что «формирование образа выступает неотъемлемым условием получения любого знания» [71].

Существенным достижением применения категории образа в научной психологии можно считать учение К. Г. Юнга об архетипах коллективного бессознательного. Юнг считает образы формой существования опыта, аналогичной когнитивным, ментальным, но, в отличие от ментальных, представленной в виде категории воображения, а не разума: «Можно описать эти формы как категории, аналогичные логическим категориям. Последние присутствуют всегда и повсюду как основные постулаты разума. Просто в случае наших «форм» мы имеем дело не с категориями разума, а с категориями воображения...» [71].

А. В. Петровский и М. Г. Ярошевский отводят весомую роль в истории развития категории образа Гельмгольцу и его последователю И. М. Сеченову: «Гельмгольц сделал принципиально важный шаг к новому объяснению образа, предложив гипотезу, согласно которой работа зрительной системы при построении пространственного образа происходит по аналогу логической схемы» [95]. Авторы утверждают, что Гельмгольц сомкнул психический образ с психическим действием, назвав эту схему «бессознательным умозаключением». Создающий зрительные образы глаз, осматривая (осуществляя разнообразные движения) предметы, производит операции, аналогичные тому, как работает мышление, анализируя условия. Тем самым Гельмгольц доказывает общий принцип работы процессов мышления и перцептивных процессов, причем человек сначала научается восприятию, а затем, на его основе, мышлению. Позднее И. М. Сеченов доказал рефлекторный принцип работы психики, представив чувственную и двигательную активность глаза как модель «согласования движения с чувствованием» [95].

Понятие психологического образа по-особому раскрылось в теории гештальт-психологии. Основное понятие теории – «гештальт» и означает «образ», «целостность». Гештальтисты доказывали, что психика целиком состоит из гештальтов, а построение психического образа является основным механизмом

работы психики. Несмотря на то, что понятие образа стало ключевым для гештальт-теории, в ней не накоплено сколько-нибудь существенного знания о его структуре, функциях, механизмах. Историки психологии отмечают, что ориентация гештальт-психологии на изучение психологического настоящего («здесь и теперь») препятствовали разработке категории психического образа в его динамике и единстве прошлого, настоящего и будущего. Также, по мнению А. В. Петровского и М. Г. Ярошевского, гештальтисты игнорировали то, что в «ткани» психического образа имеются различные уровни «организации» [95].

Для когнитивной психологии категория образа также является одной из центральных и используется в основном в значении умственного образа, представлений, картины мира. Образ понимается как «репрезентация в уме не присутствующего объекта или события» [125]. В этом значении в когнитивной психологии используется понятие «картина мира», под которой понимается в прямом смысле «картинка в голове», как проекция, сцена из памяти, своеобразная фотография ситуации из прошлого. Именно сохранение в памяти сцен из реального мира считается задачей этого психического явления. В этом и состоит ключевое различие «картины мира» в когнитивной психологии и «образа мира»: образ мира – это не просто «картинка в голове», а имеющая чувственную ткань и смысловое наполнение полный слепок, модель реальности, всеобъемлющий результат психического отражения. Несмотря на это упрощение, в когнитивной психологии детально разработаны такие понятия, как мысленный образ, распознавание образов, представление.

Анализируя становление категории образа в психологии, Л. В. Восковская приходит к выводу, что изучение психического образа начиналось как изучение образа восприятия (перцептивного образа), являющегося результатом восприятия. Автор указывает: «Образ восприятия, как продукт перцептивного процесса, является чувственной формой психического явления, имеющей в идеальном плане пространственную организацию и временную динамику» [24]. Впоследствии исследователи обратились к изучению умственного образа, т.е. результата мыслительного процесса. Под умственным (мыслительным,

ментальным) образом («mental imagery»), по определению Дж. Ричардсона, понимают все виды перцептивного опыта, сохраненного в памяти не в виде вербальных конструкций, а в своей первоначальной форме, в зависимости от сенсорной модальности: зрительный опыт сохраняется как картина, слуховой – как звук и т. д.: «Мысленные образы являются эффективным инструментом для извлечения из памяти информации, которая никогда не кодировалась в явном виде» [108].

Анализируя проблему образа в психологии, Б. Ф. Ломов с соавторами отмечает, что в отечественной психологии изучение категории образа началось еще И. М. Сеченовым, продолжилось Н. Н. Ланге и получило очень глубокую разработку в трудах многих ученых советского периода. Было сформулировано общее положение о предметности психического образа (любого уровня сложности), т. е. о его отнесенности к предметам объективной действительности. Доказана субъективность образа, которая заключается в пристрастности, зависимости образа от потребностей, мотивов, целей, установок, эмоций человека. Изучен и описан процесс отражения, в ходе которого непрерывно происходит реконструкция образа в направлении повышения уровня его адекватности предмету и в зависимости от целей деятельности, которые «человек ставит перед собой» [42].

Б. Ф. Ломов использует понятие «образ-цель», обращая особое внимание на цель деятельности, в контексте которой образ формируется. Автор указывает на «неодномоментность» образа, имея в виду обязательное наличие сложной и многоаспектной динамики его формирования. На каждой фазе процесса формирования образа выявляются новые свойства предмета и уточняются ранее выявленные. Б. Ф. Ломов подчеркивает, что «образ является субъективным отражением объективной реальности, и, поэтому, одновременно, и субъективен, и объективен» [101].

П. Я. Гальперин в своих исследованиях проблемы образа идет дальше и использует понятие «образ-результат», утверждая, что психический образ отражает не объективную действительность, существующую в настоящем

времени, а, что в нем как бы предвосхищается будущая действительность, в каком-то смысле идеальная, связанная с ожидаемым результатом деятельности, некая картина намеченного действия. Поэтому, согласно автору, образ субъективен и идеален, даже иллюзорен, поскольку состоит из отражений не предметов материального мира, а построенных на их основе представлениях об ожидаемом будущем. Автор пишет: «Это иллюзия мышления, начинающего рассуждать об образах, располагая лишь теми представлениями, которые оно приобрело в опыте с физическими вещами» [26]. Наиболее существенными свойствами образа П. Я. Гальперин считал «иллюзорность, идеальность, предметность и субъективность» [101]. Ориентированность психического образа на будущее, как результат деятельности, показанная в исследованиях П. Я. Гальперина, особенно важна для понимания объекта нашего исследования – образа профессионального будущего, который и должен пониматься как идеализированное, в каком-то смысле иллюзорное представление о предполагаемом будущем.

Постепенно сложилась целая система изучения так называемых «образных явлений» в психологии, базирующаяся на категории психического образа. В основе классификации образных явлений лежит принцип деления образов на первичные и вторичные. «Первичный образ формируется при непосредственном отражении предмета органами чувств, как результат восприятия, поэтому первичный образ еще называют перцептивным. Вторичный образ является результатом более сложной психической деятельности и понимается как образ предмета или явления, представленный в сознании человека в отсутствие непосредственного восприятия в данный момент времени» [32]. Вторичный образ также называется репрезентативным, поскольку он представляет собой результат репрезентации, или реконструкции в сознании, в отсутствие непосредственной сенсорной стимуляции.

Анализируя проблемы изучения психического образа, Л. В. Восковская отмечает, что существует две формы представления информации в сознании: первая выступает в виде знаний, мыслей, не соотнесенных с наглядными

представлениями – мысленный образ; вторая – образ восприятия – это информация, обладающая наглядными свойствами, т. е. соотнесенная с представлениями разных модальностей, в зависимости от тех сенсорно-перцептивных систем, которыми была воспринята соответствующая информация [24]. Автор отмечает, что в зарубежной когнитивной психологии указанная идея о разных формах репрезентации реализовалась в теории двойного кодирования А. Пайвио, который доказывал существование двух форм хранения и обработки информации – образную и вербальную, которые могут представлять информацию об одном и том же явлении, но образная – в виде конкретного образа, а вербальная – в виде вербального описания [155; 156]. Сторонник противоположной точки зрения С. Кослин, утверждает, что мысленный образ и образ восприятия – суть одно и то же, поскольку информация об окружающем мире всегда представлена в сознании в той или иной мере перцептивно окрашенной. Автор утверждает, что в «сознании не существует абсолютно «сухих» знаний, т. е. не соединенных ни с какой перцептивной информацией – по крайней мере это касается тех знаний, которые поступили в сознание непосредственно от органов чувств» [150].

Проблема произвольности построения психического образа подробно обсуждается в исследованиях В. С. Нургалева, который, изучая воображение, предлагает разделять его на процесс и деятельность, и вводит понятие «имажитивные действия», т. е. действия, направленные на синтез образов субъективного характера на основе объективных внешних образов, полученных в результате психического отражения. Автор доказывает, что «в имажитивной деятельности происходит развитие когнитивной сферы психики и личности в целом, поскольку способность к выполнению имажитивных действий развивается у субъектов в процессе жизнедеятельности, интериоризируется и становится «личным опытом» субъекта» [88].

Весомый вклад в изучение проблемы образа внес А. Н. Леонтьев, который предложил понятие «образ мира». Как отмечает В. П. Серкин, «проводя аналогию, можно сказать, что, как понятие «образ» является интегрирующим для

описания восприятия предмета (в широком смысле слова), так понятие «образ мира» является интегрирующим понятием для описания всей феноменологии восприятия мира» [115]. А. Н. Леонтьев называет образ мира «пятым квазизмерением» реальности, наряду с известными в физике четырьмя измерениями пространства-времени. В. П. Серкин справедливо отмечает, что именно это пятое измерение, привносит в образ мира новое свойство, которое можно вслед за А. А. Кроником [121] назвать «парциальностью психологического настоящего и психологического времени вообще». Это свойство образа мира имеет важное значение для изучения понятия «образ будущего», определяя его высокую взаимосвязанность с образом настоящего, и вообще взаимопроникаемость образа настоящего в образы будущего и, наоборот, при понимании всей условности темпоральных характеристик различных временных образов мира, что и доказывает А. Н. Леонтьев.

При этом автор описывает образ мира как систему значений и смыслов, хотя и соотнесенных с чувственной тканью сознания, т. е. перцептивными представлениями, но все же, в отличие от традиционных идей образа именно как перцептивного образа, А. Н. Леонтьев указывает на то, что ядром образа мира выступает система значений и смыслов, а вовсе не перцептивные элементы. А. Н. Леонтьев описывает образ мира как результат работы сознания, которое, обладая пристрастностью, выделяет в объективной реальности лишь существенное, функциональное в контексте реализуемой субъектом деятельности. А. Н. Леонтьев выдвигает прорывное предположение, существенно опережающее свое время, о том, что образ мира конструируется субъектом в процессе познания мира, а не является результатом отражения, фактически, закладывая основы конструктивистского подхода в психологии, в противовес доминировавшей «отражательной» парадигме.

А. Н. Леонтьев доказывает зависимость восприятия от всего предметного мира в целом: «Оказывается, что условием адекватности восприятия отдельного предмета является адекватное восприятие предметного мира в целом и отнесенность предмета к этому миру» [46]. Анализируя незаконченные работы

А. Н. Леонтьева, А. А. Леонтьев указывает на важные признаки образа мира: «а) предзаданность этого означенного, осмысленного предметного мира каждому конкретному акту восприятия, необходимость «включения» этого акта в уже готовую картину мира; б) эта картина мира выступает как единство индивидуального и социального опыта» [115, с. 36].

Изучая образ будущего в методологической традиции психосемантики и психологии субъективной семантики, Е. Ю. Артемьева, Ю. К. Стрелков, В. П. Серкин обосновывают так называемую «трехслойную модель» образа мира. Перцептивный слой образа мира включает в себя совокупность модальных кодов, а также характеристики объектов, связанные с их протяженностью во времени. Семантический слой представлен амодальными признаками, изучаемыми при помощи психосемантических методов. Ядерный слой образа мира включает в себя глубинные смысловые структуры, проявляющиеся в нижележащих слоях в форме проекции [8]. Процесс образования смысловых структур описывается в рамках данной модели как непрерывное взаимодействие различных слоёв. Семантический слой, или «картина мира», являющаяся промежуточным звеном между перцептивным и ядерным слоями, обеспечивает взаимодействие между ними. С одной стороны, образ мира управляет картиной мира, проецируя на неё часть отношений и, таким образом, оказывая влияние на процесс восприятия. С другой стороны, отношения к объектам, возникающие в процессе деятельности, находят отражение в картине мира и могут передаваться ядерному слою, включаясь в его структуру [119]. В этом контексте В. П. Яссман использует понятие «образ мира личности» [140].

Отдельным психическим явлением, относимым к образным явлениям, выступает образ «Я». Образ «Я» обычно определяют как установку по отношению к самому себе или систему представлений о самом себе (также используется термин «Я-концепция»), включающую несколько компонентов: когнитивный – образ своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости и т. д. (самосознание); эмоциональный – самоуважение, себялюбие, самоуничижение и т. д.; оценочно-волевой – стремление повысить самооценку,

завоевать уважение и т. д. Ч. Кули и Дж. Мид доказывают, что «образ «Я» выступает предпосылкой и следствием социального взаимодействия, определяется социальным опытом» [84]. Принцип социальной детерминированности самосознания отражен в большинстве психологических теорий, в том числе, концепции психического развития и культурно-исторической теории Л. С. Выготского, теории деятельности А. Н. Леонтьева, психологии субъектности С. Л. Рубинштейна.

Отличительной особенностью образа «Я» является множественность его параллельных проявлений: различными исследованиями доказано, что в сознании одновременно присутствуют «реальное Я» (представление о себе в настоящем времени), «идеальное Я» (то, каким субъект, по его мнению, должен был бы стать, ориентируясь на моральные нормы), «динамическое Я» (то, каким субъект намерен стать), «фантастическое Я» (то, каким субъект желал бы стать, если бы это оказалось возможным) и другие вариации образа «Я» [97]. Взаимодействие между «Я-реальным» и «Я-идеальным» подробно изучалось К. Роджерсом, который видел «в их противоречии один из основных личностных конфликтов» [109].

Существует множество научных фактов, свидетельствующих в пользу подтверждения того, что явлению «образа Я» присущи основные характеристики явления психического образа, что укрепляет нас во мнении о существовании образных психических явлений как группы явлений, обладающих сходными признаками, связанных с построением в сознании психического образа. Так, И. С. Кон, изучая образ «Я», приходит к выводу о том, что образ «Я» включает в себя два компонента: 1) «Я» как субъект мышления, рефлексивное «Я» (активное, действующее, субъективное, экзистенциальное «Я», или эго) и 2) «Я» как объект восприятия и внутреннего чувства (объектное, рефлексивное, феноменальное, категориальное «Я» [63].

В контексте нашего рассмотрения категории образа в психологии, становится совершенно очевидной параллель в двухкомпонентной структуре образа «Я» и аналогичной структуре психического образа вообще, в структуре

которого выделяются умственный (ментальный, мысленный) образ и перцептивный (чувственный) образ. Это не только доказывает, что все образные явления (образ «Я», образ мира, образ будущего и т. д.) имеют общие характеристики и сходную структуру, но и может означать, что все они имеют единую природу и представленность в сознании как части единого образа, лишь условно разделяемого нами при изучении на отдельные образы («Я», мира, будущего и т. п.). Это разделение может быть таким же условным, как и разделение сознания и самосознания. Кроме того, это означает, что есть возможность переноса результатов изучения образа «Я» на образ мира, будущего и другие образные явления. Например, доказанная множественность образа «Я», если образные явления функционируют по единым законам, означает, что и образ мира множественен в сознании, как и образ будущего. По аналогии с образом «Я-идеальное» может существовать и образ «мира-идеального», идеального будущего, равно как и реального, фантастического и т. д.

Таким образом, теоретико-методологически и исторически понятие «образ профессионального будущего» основывается, в первую очередь, на достаточно глубоко изученном понятии психического образа, являющегося категорией психологии (П. Я. Гальперин, С. Кослин, А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов, Дж. Ричардсон, И. М. Сеченов, Р. Солсо и др.). Представленный анализ показывает, что в психологии сложилась целая система изучения так называемых «образных явлений». В основе классификации образных явлений лежит принцип разделения образов на первичные – образы восприятия или перцептивные образы и вторичные – репрезентативные, представленные в сознании в отсутствие непосредственной сенсорной стимуляции. Если первичный образ понимается как относительно пассивный результат психического отражения, то вторичный образ представляет собой принципиально иное психическое явление, основанное на активном творческом реконструировании в сознании картины мира или его фрагментов. Среди подробно описанных в психологии образных явлений – «образ Я», «образ мира», «образ будущего». В своем теоретическом исследовании мы приходим к выводу, что все образные явления обладают сходными свойствами, а

результаты изучения одного образного явления могут быть применимы и к другим. Так, хорошо изученные понятия «образ Я-профессиональное» (Э. Ф. Зеер, И. С. Кон, Н. С. Пряжников), «образ мира профессионала» (Е. А. Климов) и «образ будущего» (Т. Г. Бохан) создают достаточные основания для использования понятия «образ профессионального будущего» как образного психического явления.

## **1.2. Проблема будущего в исследованиях психологического времени**

Общая способность информационных систем в той или иной форме предвидеть развитие событий, явлений, результатов действий называется антиципацией. О наличии и важности этой способности у живых существ и человека писали еще древнегреческие философы. А. В. Петровский и М. Г. Ярошевский, анализируя значение антиципации в психологии, различают два смысловых аспекта понятия: 1) способность человека представить себе возможный результат действия до его осуществления (впервые описан В. Вундтом), а также возможность его мышления представить способ решения проблемы до того, как она реально будет решена (отдельно изучается в психологии как интуиция); 2) способность организма человека или животного подготовиться к реакции на какое-либо событие до его наступления. Это ожидание (или «опережающее отражение») обычно выражается в определенной позе или движении и обеспечивается механизмом акцептора результатов действия (согласно теории функциональных систем П. К. Анохина).

Способность предполагать будущее как свойство живых систем, выступающее необходимым условием их выживания, описал в своих физиологических и психофизиологических исследованиях П. К. Анохин [5]. В своей известной теории функциональных систем автор описывает эту способность как опережающее психическое отражение, которое заключается у простых организмов в своеобразной экстраполяции прошлого опыта на

предстоящие события, имеющую рефлекторную основу, а у высших животных и человека выступает в более сложных формах прогнозирования и предвидения. К сходным результатам также со стороны физиологии приходит и Н. А. Бернштейн, который, разрабатывая теорию рефлекторного кольца, вводит понятие «модель потребного будущего», под которой понимает психическую задачу, к решению которой стремится мозг в процессе научения и овладения навыками. Согласно теории автора, для реализации этой модели запускается процесс «вероятностного прогнозирования», которое разворачивается на основе восприятия актуальной ситуации и «программирование действия», что и приводит к реализации «потребного будущего» [13].

После исследований П. К. Анохина проблему антиципации к психологии почти полностью стали сводить к проблеме опережающего отражения. Дальнейшие разработки проблемы опережающего отражения позволили описать различные формы опережающего отражения: «предчувствие, предвидение, предугадывание, предсказание, прогнозирование и т. п.» [107]. В зависимости от типа решаемых в процессе деятельности задач «выделяется пять уровней антиципации, по сути характеризующих уровни организации психического отражения человека: сенсомоторный, перцептивный, представленческий, речемыслительный, субсенсорный» [127].

Анализируя развитие идей отечественных ученых о системном, многоуровневом характере антиципации, Л. А. Регуш отмечает исследования, касающиеся личностного уровня опережающего отражения: временных ориентаций на прошлое, настоящее или будущее (Е. И. Головаха, А. А. Кроник), потребности «экстраполировать себя в будущее» (К. А. Абульханова-Славская), адаптационных свойств, позволяющих упреждать будущее (С. Т. Посохова, А. Тоффлер), эмоциональных ожиданий (А. Г. Закаблук, А. В. Запорожец, Я. З. Неверович).

Анализируя будущее как психологическое понятие, Л. А. Регуш определяет его как «своеобразное психологическое образование, результат внутренней

работы личности, направленной на создание непрерывности личной истории, целостности «Я», перспективы жизненного пути» [107].

К. Обуховский называет «будущее формирующей действительностью. Личность должна неустанно развиваться и изменяться таким образом, чтобы ее свойства и возможности были лучше приспособлены к новым, более сложным задачам. Будущее для человека является сферой, знание о которой конструируется, моделируется самим субъектом, создается на основе преобразования» [92].

Накоплено много данных о взаимосвязи ожидания будущего и уровня стресса, тревоги, страха – все эти негативные проявления в большинстве случаев связаны с предвосхищением грядущего, а не осмыслением произошедшего. Например, в исследованиях И. А. Баевой показано, что «размытость представлений о перспективах предстоящего будущего снижает у старшеклассников ощущение психологической безопасности» [9].

Антиципация и опережающее психическое отражение во всех их формах представляются процессами или механизмами, той работой, которую совершает психика в отношении отражения еще не произошедших событий. Авторы, изучающие эти процессы, по-разному называют их результат, результат опережающего отражения, антиципации. Для автора понятия «опережающее отражение» П. К. Анохина результатом опережающего отражения выступает функциональная система, как определенным образом перестраиваемая под задачу психическая структура, существующая лишь на время выполнения этой задачи. Н. А. Бернштейн, который говорит о «модели потребного будущего», явным образом не описывает то, в какой форме эта модель представлена в нервной системе и психике.

Изучаемый нами в данном исследовании «образ будущего», очевидно, является продуктом, результатом как раз той психической работы, которая изучается как антиципация и опережающее отражение, или, во всяком случае, имеет к этому отношение. Парадоксальным образом исследователи антиципации и опережающего отражения очень мало в своих работах касаются результата

этого отражения, их в основном интересует процесс. Исследователи же образа будущего, наоборот, редко касаются вопроса психических механизмов построения этого образа, их интересует сам образ как результат, представленность в психике результата той работы, которую она совершает по предвосхищению будущего. Можно сказать, что, в целом, это два разных направления изучения проблемы психологического будущего – изучение процесса (исследования антиципации и опережающего отражения во всех их формах) и изучение результата (психического образа, образа будущего, представлений о будущем и т. д.). Также непосредственным образом касаются рассматриваемой проблемы исследования временной перспективы и так называемых «темпоральных» психических характеристик и свойств личности.

Термин «временная перспектива» одним из первых был введен в понятийное поле психологии Л. К. Франком, который обосновывал определяющую роль временной перспективы в поведении человека. Своими исследованиями Л. К. Франк показал различия во временной перспективе личности в зависимости от принадлежности индивида к той или иной культуре, социальному классу. Критериями различий Франк называет «диапазон планирования и предусмотрительность» [86].

Для К. Левина временное измерение жизненного пространства было одной из основных характеристик психологического поля. Автор использует в своей теории понятие «уровней ирреального», противопоставляя реальность, т. е. то, что происходит здесь и теперь, в настоящей действительности, всему остальному. Так, например, К. Левин считал ирреальностью игровую деятельность. Психологическое прошлое (воспоминания) и психологическое будущее (планы) для К. Левина также слои ирреального и постоянно меняются, в каждый момент, в зависимости от изменения реальности. Поскольку психологическое прошлое и будущее являются частью психологического поля, они имеют свое влияние на поведение индивида, поскольку поведение, «согласно теории поля, определяется состоянием всего поля в целом» [152]. Будучи гештальтистом, К. Левин отстаивал незыблемость настоящего в детерминации поведения, но временная перспектива,

в его понимании, не противоречит принципу «здесь и теперь», поскольку «значение имеют не события в прошлом или будущем, а их переживание и восприятие в настоящем» [45].

Еще одно понятие в контексте изучения временной перспективы – «временной кругозор» – предложил П. Фресс. Под временным кругозором автор понимает интегративную характеристику временных представлений [146]. Автор обращается к историческому значению психологического времени и утверждает, что «общество, являясь носителем коллективной памяти, определяет свое настоящее исходя из отношения к прошлому, а способность предвидеть и планировать будущее детерминирует поведение в настоящем» [132]. Изучая временную перспективу, М. Уоллас выделил такие ее характеристики, как протяженность и согласованность. Под протяженностью автор понимает «продолжительность личного будущего, т. е. горизонт планирования, а согласованностью определяется, насколько будущие события логически упорядочены и согласованы друг с другом, представляют целостную картину» [157].

В дополнение к выделенным характеристикам Р. Кастенбаум предлагает учитывать такие показатели временной перспективы, как плотность и направленность. В своей модели временной перспективы личности автор определяет плотность как количественную характеристику, отражающую степень насыщенности событиями ожидаемого будущего индивида, что достигается и степенью конкретизации, детализации будущего. Качественной характеристикой психологического будущего, согласно автору, выступает «направленность, которая представляется автору показателем динамики намерений о будущем, тем, куда и с какой интенсивностью намеревается двигаться человек в будущем» [149].

Целый ряд исследований посвящен изучению установки по отношению к времени жизни. Так, Дж. М. Голдрич выделял оптимистические и пессимистические установки к будущему [147]. В своих исследованиях Л. К. Хеймберг подробно описывает «фаталистические установки к будущему»

[148]. Такие качества установок к времени, как беспокойство, покорность, отнесенность и гибкость изучались Р. Калабреззи и Дж. Коэн [145].

Обобщая результаты указанных исследований, Ж. Нюттен выделяет три значения, в которых употребляется понятие временной перспективы. Первое значение – собственно, временная перспектива, которая характеризуется протяженностью, глубиной, насыщенностью, структурированностью и уровнем реалистичности. Другое значение – временная установка, т. е. позитивное или негативное отношение субъекта к своему прошлому, настоящему и будущему. И третье значение – временная ориентация, которая характеризует преобладающую направленность отношения и поведения субъекта на события прошлого, настоящего или будущего [90]. Согласно автору, временная перспектива – это когнитивная репрезентация событий прошлого или будущего в настоящее. Эти когнитивные репрезентации существуют в сознании совместно с элементами настоящего опыта и аналогичны им по своей психической феноменологии, но отмечены так называемыми темпоральными знаками, которыми сознание маркирует опыт, относящийся к тому или иному временному периоду.

Еще одной особенностью подхода Ж. Нюттена является предположение о множественности временных перспектив, которые на самом деле не ограничены лишь одной перспективой прошлого и одной перспективой будущего, а существуют как множество временных перспектив, относящихся к различным аспектам жизни и деятельности человека, сфер его самореализации, а также реализует вариативность психологического будущего. Всю совокупность этого множества временных перспектив Ж. Нюттен предлагает называть «тотальной временной перспективой». Также автор разделяет временные перспективы на действенные, которые содержат побуждение и определяют поведение, и когнитивные, имеющие характер мечтаний, не определяющих поведение. Автор использует понятие «темпоральный градиент» для характеристики степени влияния временной перспективы на поведение – менее действенные и более удаленные во времени и пространстве перспективы меньше влияют на поведение,

поскольку являются менее реальными (или более ирреальными, в терминологии К. Левина). В развитие этого предположения Ж. Нюттен доказывает, что «темпоральный градиент также определяется темпоральной интеграцией, т. е. тем, насколько временная перспектива будущего представляется субъекту продолжением прошлого и настоящего, а также установкой на интернальную каузальность, под которой автор понимает роль личной активности субъекта в реализации временной перспективы» [90].

Продолжая исследование мотивационной функции временной перспективы, В. Ленс описывает временную перспективу будущего в связи с целевой мотивационной установкой, отмечая определяющую роль временной перспективы в постановке и достижении целей в жизни. Основной функцией временной перспективы, по мнению В. Ленса, является предвосхищение будущих событий в настоящем. Также большое значение В. Ленс придает «аффективной установке на будущее, под которой понимает эмоциональную окраску отношения к психологическому прошлому или будущему – позитивную, негативную или нейтральную» [79].

Недавние исследования Д. Коойжа с соавторами показали, что потенциал изучения временной перспективы будущего отнюдь не исчерпан. Авторы показали, что сформированность временной перспективы будущего взаимосвязаны с показателями ощущения благополучия, достижениями, здорового образа жизни, рискованного поведения, а также были обнаружены корреляции с показателями черт «большой пятерки» [151]. Сходные результаты получил и А. Муни с соавторами, показав, что нарушения формирования временной перспективы будущего сопровождаются депрессией, тревогой, стрессом и негативным мировоззрением, а также существенным образом определяет «пенсионное планирование» [153].

Изучая механизмы функционирования системы личностных смыслов, А. В. Серый использует понятие «временной локус смысла» и, совмещая темпоральные и смысловые характеристики личности, доказывает, что эффективность восприятия психологического времени тесно связана со

смысловыми процессами, и даже обеспечена ими. По мнению автора, состояние системы личностных смыслов в каждый момент времени может быть описано как «актуальное смысловое состояние», которое определяется «открытостью» или «закрытостью» временных локусов смысла субъекту. Наиболее оптимальное смысловое состояние достигается, когда все локусы смысла открыты, т. е. субъект в равной степени хорошо осмысливает свое прошлое, настоящее и будущее, за счет чего ощущает единство и целостность психологического времени жизни, или «смысложизненную транспективу» [117].

Изучая психологию личности и отношений с позиций игры, Э. Бёрн для обозначения психологического будущего использует понятие «жизненный сценарий личности», представляющий собой не всегда полностью осознаваемый план своей жизни, в котором субъект как бы размечает отдельные отрезки жизни, наполняя их теми или иными событиями, деятельностью, времяпрепровождением, играми [15]. В зависимости от содержания выделяются типы жизненного сценария: сценарий победителя, сценарий побежденного и «банальный» сценарий. «Сценарий победителя характеризуется эффективным достижением поставленных целей. Сценарий побеждённого отличается недостижением целей, или неоправданно высокими издержками в их достижении. Банальный сценарий представляет собой нечто среднее, когда человек просто живет день за днем, не рискует, не особо при этом выигрывает и не сильно проигрывает» [121].

Еще один исследователь в этой области З. Залески вводит понятие «личное будущее», под которым подразумевает «способность прогнозировать и предвосхищать будущие события, строить планы разного уровня срочности и ориентироваться в своих возможностях» [80]. По результатам своих исследований автор утверждает, что увеличение временного отрезка до момента достижения поставленной цели снижает настойчивость субъекта в достижении этой цели, что приводит к снижению волевого усилия и мотивации. Намного эффективнее, по мнению автора, ставить промежуточные, менее долгосрочные цели, которые могут выступать как промежуточные по отношению к основной цели. Полученные автором результаты показывают, что «люди с более протяженной

временной перспективой, но не просто растянутой в будущее, а более детализированной в последовательности промежуточных целей, будут более постоянны в своем стремлении к достижению и получают от процесса достижения цели большее удовольствие по сравнению с теми, кто имеет короткую временную перспективу будущего, либо протяженную, но не разделенную на промежуточные задачи» [62].

Отдельного внимания в рамках нашего исследования заслуживают результаты исследований временной перспективы у обучающихся в вузе, т. е. у молодых людей, осваивающих профессию. Многими исследованиями показано, что в этот особый для человека период идет интенсивное формирование временной перспективы, и профессиональное образование выступает в этом процессе важнейшим фактором и условием. Так, по мнению Е. М. Родина, студенческий возраст является особенным с точки зрения проблемы временной перспективы, представляя собой своего рода сензитивный период формирования этой психической функции. В этот период, по мнению автора, «личность проживает особую социальную ситуацию развития, в которой активно формируются намерения, связанные с профессиональной и личностной самореализацией в будущем, поэтому все сознание в этот период обращено в будущее, а формирование временной перспективы является основной сферой, в которой происходит личностное развитие» [110].

В исследованиях А. С. Ковдры выявлены факторы формирования временной перспективы студентов, к которым относятся «сфера профессиональной подготовки студентов, курс обучения, пол. К психологическим факторам относится успешность формирования у них профессиональной идентичности» [61]. Связь направления подготовки с временной перспективой у студентов подчеркивается и в работах А. С. Шумиловой, в исследованиях которой показаны существенные различия в содержании образа «Я-реальное» и «Я-идеальное» во временной перспективе студентов разных специальностей. Так, «будущие финансисты более адекватно оценивают свой психологический возраст, их реальный образ «Я» более

реалистичен, а идеальный более достижим в реальности, чем у будущих психологов, которые воспринимают себя моложе физического возраста, а образы «Я-реального» и особенно «Я-идеального» у них более оторваны от реальности» [138].

Вслед за А. С. Ковдрой, Е. В. Лебедева и О. Е. Сурнина в своих исследованиях изучают «временную компетентность личности» в контексте становления профессиональной идентичности. Авторы указывают, что актуальный уровень временной компетентности и профессиональная идентичность «представляют собой два относительно независимых конструкта и являются проявлением процесса самоидентификации» [73]. Кроме того, оказалось, что у обучающихся, переживающих кризис профессиональной идентичности, «наблюдается взаимосвязь характеристик временной ориентации и показателей идентичности, характер которой свидетельствует о дискретности временной трансспективы» [73].

Изучая явление прокрастинации среди студентов Л. И. Дементий и Н. Н. Карловская приводят данные о том, что дисгармоничная временная перспектива со сниженной ориентацией на будущее и высокими показателями параметров негативного прошлого, фаталистического и гедонистического настоящего приводит к снижению мотивации обучения у студентов, ухудшению успеваемости и депрессивным настроениям в целом [34]. На связь успешности формирования временной перспективы студентов с результативностью профессиональной подготовки также указывает А. С. Ковдра [62].

Также в исследованиях О. А. Проконица установлено, что студенты со сбалансированной временной перспективой, т. е. у которых наблюдаются преобладание позитивных представлений о своем прошлом, способность получать удовольствие от настоящего и устремленность в будущее, проявляют большую включенность в образовательный процесс вуза с позитивной эмоциональной окраской. Автор утверждает, что «такие студенты меньше пропускают занятия по неважной причине, более ответственно подходят к их подготовке, в целом удовлетворены процессом обучения и рассматривают его

как средство для самореализации и достижения конкурентоспособности на рынке труда» [100].

Получено достаточное количество экспериментальных данных о динамике временной перспективы в процессе обучения в вузе. По данным А. С. Ковдры, «в процессе обучения снижаются негативные тенденции в репрезентации прошлого, как и гедонистическое отношение к настоящему. Динамика ориентации на будущее имеет нелинейный характер, например, восприятие будущего как позитивного достигает пика на третьем курсе и наименьших значений к окончанию обучения» [61].

Третий курс, или середину обучения, отмечают в качестве своеобразного рубежа, порога, значимой отсечки в формировании временной перспективы и другие авторы. Так, Е. А. Медовикова и И. С. Морозова указывают, что временная перспектива студентов вуза также именно к третьему курсу приобретает качественно более зрелый характер по сравнению с предыдущими курсами обучения. На основании результатов своих исследований, авторы отмечают, «именно на третьем курсе студенты начинают проецировать свое будущее через призму выбранной специальности, а формирование компетентности во времени начинает определяться оценкой пройденного отрезка жизни» [83].

С позиции психологии феномен образа будущего рассматривала Т. Г. Бохан с соавторами, они определяют его роль в современной психологической науке как конструкт развития человека. Анализируя понятие образа будущего, авторы пришли к выводу, что «в литературе оно трактуется как результат внутренней проективной деятельности человека, в котором отражаются возможности, жизненные стремления, ценностные ориентации человека, перспективы его развития и самореализации» [20]. Авторы упоминают о том, что образ будущего изучал Л. С. Выготский. Он был убежден, что анализ действия личности и самой личности должен происходить не только в связи с прошлым, но и с будущим. Л. С. Выготский утверждал, что нельзя понять личность, если рассматривать ее вне жизненного плана, превращающего «историю жизни человека из ряда

бессвязных и разрозненных эпизодов в связный, единый биографический процесс» [20].

Изучая проблему образа будущего в русле феноменологической психологии, Т. В. Гаврилюк описывает два возможных подхода к изучению понятия – «кантианский», основанный на философии И. Канта, и «гуссерлианский», основанный на подходе Э. Гуссерля и А. Шюца. Первый подход исходит из того, что будущее недоступно чувствам, а значит и восприятию, и поэтому образ будущего может формироваться только воображением, которое и воссоздает образ будущего в категориях рассудка и апперцепции несуществующего объекта как форма априорного познания возможного опыта. Второй подход предполагает учет категории темпоральности – внутреннего переживания времени, а также описанного Э. Гуссерлем феномена ретроспективного обнаружения типического в человеческом опыте, на основании чего может происходить типизация ожиданий будущего поведения. Это позволяет понимать образ будущего «как типизацию предшествующего опыта в его соотносительности с индивидуальным переживанием времени» [25].

Изучая проблемы смыслообразования, Б. С. Братусь приходит к выводу, что в сложных формах активности человек действует не ради достижения самого предмета потребности, он действует ради целостного образа новой жизни, в которую будет включен этот предмет. Им установлены особые закономерности смыслопорождения: смыслы «более простых, замкнутых на себе деятельностей порождаются отношением мотива к цели, а смыслы жизни порождаются образом будущего, творящим настоящее» [21].

Е. Б. Быкова изучает образ будущего в картине мира (образе мира) и Я-концепции (Я-образе) личности, имея в виду, что образ будущего не является самостоятельным образным явлением, а выступает одним из вариантов, или одним из компонентов, с одной стороны, образа «Я» (образ «Я» в будущем), с другой стороны – образа мира (образ мира в будущем). Своим исследованием автор подтверждает предположение о том, что образ «Я» и образ мира тесно взаимосвязаны и не существуют друг без друга. Под образом будущего

Е. Б. Быкова понимает «синтез когнитивных и эмоциональных процессов, в ходе которых осознаются и наделяются смыслом и эмоциональной окраской события прошлого, прогнозируемые события и обстоятельства будущего» [22]. По результатам психосемантического анализа содержания образа будущего автор выделяет несколько основных факторов, осей семантического пространства, выражающего характеристику образа будущего: «страдающий-наслаждающийся», «реалистичный-фантазирующий», «активный-пассивный», «определенный-неопределенный» [22].

Н. Б. Костенко рассматривает образ будущего в русле ценностно-смысловой парадигмы, добавляя к традиционно выделяющимся эмоциональному и когнитивному компоненту образа еще и ценностно-смысловой: «образ будущего, являясь отражением субъективных представлений личности, есть сложная, многоуровневая система, составляющими которой являются взаимосвязанные и взаимодополняющие компоненты (ценностно-смысловой, когнитивный и эмоциональный)» [64].

Продолжая рассмотрение образа будущего в русле ценностно-смысловой концепции, Е. В. Разгоняева изучает процесс построения образа будущего и понимает его как динамичное психологическое образование, обеспечивающее, с одной стороны, смысложизненную определенность бытия человека, а с другой стороны, выступая как результат проявления смысла жизни в ее мотивационно-целевых составляющих, задающее ее общую направленность. Автор доказывает «зависимость построения образа будущего от психологического возраста, особенностей ценностных ориентаций и уровня мотивации достижения личности» [106].

А. А. Тихонова использует понятие «образ будущего Я», включающий когнитивный и эмоционально-оценочный компоненты. По мнению автора, когнитивный компонент представлен глубиной рефлексии в настоящем и будущем Я, креативностью Я-образа в настоящем и будущем, содержательностью, системностью и реалистичностью образа будущего Я. Эмоционально-оценочный компонент представлен отношением к настоящему и

будущему Я. Автор доказывает «высокую взаимосвязанность Я-образа в настоящем и будущем» [131].

М. А. Канищева изучает особенности образа будущего студентов и приходит к выводу, что образ будущего студентов, выступающий в качестве пространства становления их личности, представлен пространственно-временным компонентом, включающим пространственный диапазон, организованность, темпоральность, и ценностно-смысловым компонентом, содержащим осмысленность, ценностную определенность, эмоциональную окрашенность, личностное проецирование. Автор, анализируя содержание образа будущего у студентов, выделяет «четыре типа сформированности образа будущего: сформированный, несформированный, рассогласованный и дисгармоничный» [51].

Э. В. Прусова доказывает, что удовлетворенность сделанным профессиональным выбором положительно сочетается с дифференцированностью и оптимистичностью образа будущего у студентов, их большей инициативностью и лучшей адаптированностью к жизненным реалиям по сравнению со сверстниками, не удовлетворенными выбранной профессией. Интересно, что автор, изучая фактически образ профессионального будущего, не использует это понятие, а говорит о «профессиональных представлениях в образе будущего» [102].

Таким образом, в данном параграфе проанализирована еще одна исследовательская традиция, имеющая отношение к теоретико-методологическим основаниям изучения образа профессионального будущего, связанная с изучением психологического будущего. Представленный анализ показывает, что в основе этой исследовательской традиции лежат исследования явлений, относящихся к представлению, предчувствованию будущего, объединяемых общим понятием «антиципация», под которой, по общему определению, понимается способность представить себе возможный результат действия до его осуществления (В. Вундт, П. К. Анохин, Н. А. Бернштейн и др.). С появлением теории функциональных систем П. К. Анохина проблема антиципации сводится к

проблеме опережающего психического отражения. Описаны различные формы опережающего отражения: предчувствие, предвидение, предугадывание, предсказание, прогнозирование и т. п.

Хотя исследования антиципации лежат примерно в том же исследовательском поле изучения сознания и психических процессов, что изучение образных явлений, проведенный теоретический анализ показывает, что исследования антиципации по своим результатам ближе, а, возможно, являются одним из оснований другой большой исследовательской традиции, связанной с изучением психологического будущего в контексте проблемы жизненного пути, психологического времени, темпоральных характеристик личности (К. А. Абульханова-Славская, Б. Г. Ананьев, Е. И. Головаха, А. А. Кроник, К. Левин, Дж. Нюттен, Л. К. Франк и др.). Именно в этой традиции описано понятие «будущее» в его психологическом значении, в частности, в определении К. Обуховского, как «формирующая действительность», и, в дополнении Л. А. Регуш, обеспечивающая «непрерывность личной истории». Изучение временной перспективы доказывает единство переживания субъектом своего прошлого, настоящего и будущего, взаимопроникаемость образов психологического времени. Именно благодаря исследованиям временной и жизненной перспективы появилось понимание того, что образ будущего – это не абстрактная конструкция дискретно представляемого будущего, а проявление образа мира, субъективного настоящего и прошлого в предполагаемой динамике развития.

### **1.3. Подходы к изучению профессионального будущего в психологии**

Проблема профессионального будущего изучается с позиций профессионализации, профессионального становления, самоопределения – в целом, с точки зрения профессионального самосознания личности. Так, например, одно из немногих исследований образа профессионального будущего,

встречаемого в доступной литературе – исследование образа профессионального будущего студентов-медиков, проведенное С. Г. Заболотной, как раз связано с вопросом «образа профессионального будущего с позиций психологии профессионального сознания и самосознания» [40].

Анализируя подходы к изучению профессионального самосознания, Е. А. Эннс отмечает, что понятие определяется по-разному: как осознание человеком своей принадлежности к профессиональной группе (Б. Д. Парыгин), как процесс анализа человеком самого себя в рамках профессиональной деятельности (М. И. Кряхтунов), как деятельность личности по осознанию своего собственного соответствия избранной профессии (М. С. Гуткина), как «избирательная деятельность самосознания, направленная на собственное профессиональное самоопределение» (А. П. Шавир) [139].

С. В. Кошелева пришла к выводу, что профессиональное самосознание – это осознание и целостная оценка специалистом себя, процесса и результата своей профессиональной деятельности. Т. Н. Фам определяет профессиональное самосознание как «средство саморегуляции личности, выражающееся в осознании собственных психических особенностей, анализе себя как субъекта деятельности, осознании и оценке системы отношений» [128].

С. В. Васьковская трактует профессиональное самосознание как особый феномен человеческой психики, обуславливающий саморегуляцию личностью своих действий в профессиональной сфере на основе познания профессиональных требований, своих профессиональных возможностей и эмоционального отношения к себе как к субъекту профессиональной деятельности. А. К. Маркова определяет профессиональное самосознание как «комплекс представлений человека о себе как профессионале, это целостный образ себя как профессионала, система отношений и установок к себе как к профессионалу» [139].

В исследовании Т. Л. Мироновой профессиональное самосознание как разновидность социально-специфического самосознания представляет собой сложное личностное образование, формирующееся под воздействием профессиональной среды и активного участия субъекта в профессиональной

деятельности. Профессиональное самосознание через мотивы личности профессионала связано с реальной профессиональной деятельностью и сигнализирует о смысле «Я» профессионала. В. Д. Брагина делает основной акцент в «понимании профессионального самосознания на познании и оценке профессиональных качеств и отношении к ним» [11].

Е. А. Климов в своей работе «Психология профессионала» выделяет элементы в структуре профессионального самосознания: «сознание своей принадлежности к определенной профессиональной общности; знание о степени своего соответствия профессиональным эталонам, о своем месте в системе профессиональных ролей; знание человека о степени признания в профессиональной группе; знание о своих сильных и слабых сторонах, путях самосовершенствования, вероятных зонах успехов и неудач, знание своих индивидуальных способов успешного действия; представление о себе и своей работе в будущем» [58].

Л. М. Митина предлагает рассматривать следующую структуру профессионального самосознания: каждый компонент необходимо рассматривать двояко – «с точки зрения динамической (протекания и развертывания процесса) и с точки зрения результативной (появления и наличия определенного продукта). В когнитивном компоненте предлагается различать процесс самопознания и результат - систему знаний о себе, образующуюся в результате процессов осознания себя в трех взаимодополняющих и взаимоперескающих системах: в системе профессиональной деятельности, в системе профессионального общения и в системе личностного развития» [85].

С. В. Кошелева предлагает для анализа следующие компоненты профессионального самосознания: «1) представление о себе; 2) представление о содержании; 3) представление об условиях деятельности (социально-психологические факторы); 4) представление о целях и средствах деятельности» [65].

Большинство отечественных исследователей (Е. М. Васильева; В. Н. Козиев; Л. М. Митина) и некоторые зарубежные психологи (М. Кун,

Т. Макпартленд) предполагают, что профессиональное самосознание - это установка на себя в профессионально-трудовой сфере. И как любая установка, самосознание имеет когнитивную, аффективную и поведенческую подструктуру (Я-понимание, Я-отношение, Я-поведение). Следовательно, «ключевыми компонентами структуры профессионального самосознания являются компоненты, которые характеризуют когнитивный, аффективный, поведенческий уровни и процессы профессиональной идентификации как ключевые механизмы интеграции «профессионального Я»» [39].

С. Г. Заболотная анализирует понятие «Я-профессиональное» у студентов, опираясь на исследования И. С. Кона, она пишет, что фактически, индивид обладает множеством разнообразных образов «Я-профессиональное»: «Я-идеальное профессиональное» - то есть представление студента об идеале, модели профессионала, то, каким студент хотел бы стать; «Я-реальное профессиональное» - то, каким студент является в данный момент в профессиональном плане; «Я-динамическое профессиональное» - то, каким студент намерен стать в ближайшее время; «Я - будущее профессиональное» - то, каким студент намерен стать в своей будущей профессиональной деятельности [41, с.28].

Е. А. Климов, занимаясь изучением психологии профессионализации человека в широком смысле, закладывает традицию изучения в психологии так называемого «образа мира профессионала», т. е. определенного видения мира представителями разных профессий, причем имеется в виду не только та часть образа мира, которая относится к профессиональной сфере жизни, но и всего мира в целом. Автор утверждает, что модель реального мира, конструируемая субъектом, существенно определяются его профессиональной направленностью и, соответственно, различаются у профессионалов разных типов профессий. Е. А. Климов доказывал положение о том, что, поскольку специфические особенности профессиональной деятельности определяют специфику образа мира, постольку профессиональная деятельность выступает основным фактором типологизации индивидуальных образов мира человека. Описывая профессии в

их предметной отнесенности, Е. А. Климов выделил следующие положения: «1) образы окрестного мира у представителей разнотипных профессий существенно различаются; 2) социум квантуется на различные объекты по-разному в описаниях профессий разного типа; 3) существуют специфические различия в картине предметной отнесенности гнозиса разнотипных профессионалов; 4) разные профессионалы живут в разных субъективных мирах» [59].

Кроме того, Е. А. Климов отмечает, что «представления профессионала об окружающем мире и самом себе – область существования важнейших условий регулирования и саморегуляции его активности». Автор пишет, что «профессия, трудовое занятие в каждом случае представляет собой сложный мир... незримых объектов переживаний, владения определенными профессиональными целостностями - «гештальтами» [59]. В работе Е. А. Климова «Образ мира в разнотипных профессиях» установлен факт неслучайных различий содержательных характеристик образа мира в зависимости от типа профессии. Автор отмечает, что остается недостаточно изученным вопрос о направленности причинно-следственной связи – возможно формируемые под влиянием других факторов особенности образа мира предопределяют выбор человеком той или иной профессиональной деятельности, а не наоборот, как предполагается теоретически [59].

Весомый вклад в развитие современных представлений о сущности профессионального образа мира был сделан О. А. Гараниной, В. П. Серкиным, В. А. Склейнисом и др., которые в своих психосемантических исследованиях предложили так называемую «трехслойную модель» образа мира, включающую «ядерный, семантический и перцептивный слои, и показали профессиональную специфичность семантического и перцептивного слоев образа мира» [115].

Е. Ю. Артемьева использует термин «мир профессии», понимая под этим образ мира в сознании профессионала, который отличается не столько по содержанию, сколько по «системе акцентов», зависящей от конкретной профессии. Изучая ряд профессий в рамках собственной концепции образа мира,

автор выделяет разные семантические векторы, свойственные каждой из них и проявляющиеся в языке семантических структур: «сопоставление семантических типологий с профессиональной принадлежностью даст существенное предвидение в понимании проблемы соответствия человека профессии, глубины принятия профессии, разработке системы мероприятий, способствующих принятию профессии» [7].

Отсутствие устоявшегося понятийного аппарата, обозначающего профессиональное опосредование образа мира, позволяет отнести к разряду родственных и понятие «профессиональная ментальность». Т. С. Дорохова, описывая понятие «профессиональная ментальность» (менталитет), выделяет следующие характеристики: принадлежность к некоей профессиональной группе; наличие собственного видения мира, характера поведенческих действий и эмоционально-волевых установок; опора, с одной стороны, на национальный, общественный менталитет, а с другой - на особенности индивидуального ментального опыта; репрезентация в профессиональной деятельности» [36].

По мнению Д. В. Обориной, профессиональная ментальность характеризует профессионалов в какой-либо области и проявляется «в профессиональных социальных установках, ценностных ориентациях, особенностях восприятия профессионально значимых объектов и поведения по отношению к ним» [91].

О. Л. Медведкова, рассматривая профессиональную ментальность в структуре школьного управления, отмечает, что в ней скрывается особая реальность, которая проявляется в особенностях профессионального образа мира учителей, структуре их терминальных ценностей, мотивационной готовности к включению в инновационные процессы, типологических особенностях профессионально-педагогических установок. Ментальность, по мнению автора, выражается в виде различной степени осознанности профессиональных установок как готовности реализовать имеющиеся знания, умения и навыки. При этом «установки могут иметь как позитивный (например, обеспечивая устойчивость и направленность педагогической деятельности), так и негативный смысл - в виде профессиональных деформаций» [82].

Изучая формирование личности в процессе профессионализации, М. В. Сокольская использует понятие «личностное здоровье», под которым понимает метасистемное качество личности, которое интегрирует в себе ресурсы личности и профессиональной деятельности, обеспечивает личности субъективное благополучие, обуславливающее психологический комфорт, баланс мотивационно-потребностной сферы личности в системе интеграция-индивидуализация во всех сферах ее жизнедеятельности. «Личностное здоровье позволяет человеку самостоятельно, осознанно регулировать, управлять своим физическим, психическим и душевным состоянием, активизировать собственные ресурсы и возможности» [123; 124].

В исследованиях О. М. Краснорядцевой показано, что категория ментальности может быть сведена к четырем инвариантам: образ мира, система ценностей, мотивационная готовность к реализации в деятельности системы ценностей и установки, которые объективируются в реальной жизнедеятельности [67], включающей в себя составляющие жизни конкретного человека - быт, работу, систему жизненных отношений, смыслов, ценностей. Реальная жизнедеятельность представляет собой систему деятельностей, каждая из которых может быть наиболее значимой в образе жизни человека и потому определяет его образ мира. Такой может быть и профессиональная деятельность, которая «превращается в профессиональный образ жизни, а мировосприятие преломляется через профессиональный образ мира» [66].

Продолжая эти исследования, И. Б. Ханина, опираясь на представления А. Н. Леонтьева, считает необходимым рассматривать профессиональную деятельность человека через его видение окружающего мира, особую категоризацию действительности, особое отношение к ряду объектов, а иногда и особые свойства перцепции. Автор выделяет профессиональный инвариант образа мира как структурный компонент в индивидуальном образе мира, назвав его профессиональным видением мира. Определяя профессиональное видение мира как систему отношений специалиста-профессионала с объектами мира, И. Б. Ханина обозначила следующие образующие: «1) профессиональная

семантика; 2) особенности профессионального отражения ситуаций; 3) особенности профессионального межличностного восприятия; 4) профессиональные аспекты общения» [133].

В русле направления изучения профессионального самосознания достаточно хорошо изученным понятием является профессиональное самоопределение личности, особенно ценное для педагогической психологии, поскольку затрагивает сразу несколько областей научного интереса и педагогики, и психологии. Профессиональное и личностное самоопределение стало предметом глубокого исследования Н. С. Пряжникова. Подчеркивая неразрывную связь профессионального самоопределения с самореализацией человека в других важных сферах жизни, он пишет: «Сущностью профессионального самоопределения является самостоятельное и осознанное нахождение смыслов выполняемой работы и всей жизнедеятельности в конкретной культурно-исторической (социально-экономической) ситуации» [103].

Многие авторы справедливо отмечают, что профессиональное самоопределение является процессом, который обеспечивается функционированием профессионального самосознания. Действительно, имеется целый ряд процессов, обеспечиваемых работой профессионального самосознания – формирование профессионального плана, профессиональной перспективы, профессиональной стратегии, профессиональное становление, профессионализация в широком смысле, или, как предлагает Ю. П. Поваренков, «профессионалгенез» [99]. Это еще раз убеждает нас в том, что профессиональное самосознание является обобщающим понятием, под которым можно рассматривать все разнообразие «профессиональных психологических процессов».

Исследуя профессиональное самоопределение личности, Н. С. Пряжников выделяет в его структуре следующие компоненты: 1) осознание ценности общественно-полезного труда и необходимости профессиональной подготовки (ценностно-нравственная основа самоопределения); 2) ориентировка в социально-экономической ситуации и прогнозирование престижности выбираемого труда;

3) общая ориентировка в мире профессионального труда и выделение профессиональной цели – мечты; 4) определение ближних профессиональных целей как этапов и путей к дальней цели; 5) информирование о профессиях и специальностях, соответствующих профессиональных учебных заведениях и местах трудоустройства; 6) представление о препятствиях, осложняющих достижение профессиональных целей, а также знание своих достоинств, способствующих реализации намеченных планов и перспектив; 7) наличие системы резервных вариантов выбора на случай неудачи по основному варианту самоопределения; 8) начало практической реализации личной профессиональной перспективы и постоянная корректировка намеченных планов по принципу обратной связи.

Если обратиться к одному из наиболее интересных (по мнению Е. А. Климова) определению профессии, предложенному еще в 20-е годы XX века С. М. Богословским, то получается, что «профессия – есть деятельность, и деятельность такая, посредством которой данное лицо участвует в жизни общества и которая служит ему главным источником материальных средств к существованию...», но при этом она должна «...признаваться за профессию личным самосознанием данного лица» [104, с.28].

По мнению Е. А. Климова, структура профессионального самосознания предполагает: осознание своей принадлежности к определенной профессиональной общности; знание человека о степени своего соответствия профессиональным эталонам, о своем месте в профессиональной системе; о степени его признания в профессиональной группе; о своих сильных и слабых сторонах, путях самосовершенствования, вероятных зонах успеха и неудач; представление о себе и своей работе в будущем.

К. А. Володина использует понятие «образ профессии», понимая под ним целостную, многоуровневую систему субъективных представлений человека о профессии, отражающую его эмоциональное отношение к ней и мотивационный потенциал дальнейшего профессионального развития и совершенствования. Автор «определяет структуру образа профессии у студентов как

трехкомпонентную: мотивационный компонент включает в себя осознанность выбора профессии, потребность в профессиональном развитии и совершенствовании, когнитивный – предполагает овладение системой знаний о будущей профессиональной деятельности, представлений о профессионально-важных качествах специалиста и эмоциональный, который представляет собой эмоциональное отношение к своей будущей профессии и профессиональной деятельности» [23].

Л. И. Божович доказывает, что «процесс самоопределения носит двухплановый характер, осуществляясь «через деловой выбор профессии и через общие, лишенные конкретности искания смысла своего существования» [16]. На то, что самоопределение связано с ценностями, потребностью в формировании смысловой системы, в которой центральное место занимает проблема смысла жизни и ориентацией на будущее, пишет М. Р. Гинзбург. По его мнению, личностное самоопределение задает личностно значимую ориентацию на достижение определенного уровня в системе социальных отношений, требования, предъявляемые к нему, и, тем самым, задает социальное самоопределение. Социальное самоопределение является основой для формирования требований к определенной профессиональной области, т. е. осуществления (естественно, не без влияния многих других факторов) профессионального самоопределения» [100].

Изучая процесс адаптации к вузовскому обучению, М. С. Яницкий пишет о существовании трех взаимосвязанных и взаимообусловленных динамических и одновременно протекающих процессов, присущих периоду обучения в вузе: профессиональное самоопределение и связанное с ним развитие профессионально значимых качеств; личностное самоопределение, включающее формирование системы личностных смыслов и ценностных ориентаций; адаптация к условиям обучения и социальной среде, также включающей усвоение и принятие социальных норм и ценностей [141]. В дальнейшем, разрабатывая проблему ценностных ориентаций личности, М. С. Яницкий приходит к выводу, что «формирование системы ценностных ориентаций личности происходит через

интернализацию ценностей и может иметь вид адаптации, социализации и индивидуализации, в ходе которых последовательно формируются три уровня или «пласта» системы ценностных ориентаций личности: «защитный», «заимствованный» и «автономный», причем именно последний представляет собой наивысший уровень развития системы» [142].

Профессиональное самоопределение становится постоянной задачей современного образования. Как отмечает Л. Н. Антилогова, «профессиональное самоопределение не заканчивается с выбором выпускником школы того или иного учебного заведения. По мере обучения в вузе студент продолжает рефлексировать о правильности выбранного пути. В качестве психологических факторов, препятствующих трудоустройству выпускников вузов, автор называет: несовпадение идеальных представлений молодежи о будущей трудовой деятельности с реальной ситуацией на рынке труда; завышенный уровень притязаний; отсутствие у молодых людей способности самостоятельно планировать карьеру, вносить необходимые изменения, продумывать запасные варианты, постоянно повышать свой образовательный уровень, быть готовым к принятию гибких решений» [6].

Таким образом, нами рассмотрено еще одно направление исследований, имеющее прямое отношение к определению теоретико-методологических оснований изучения образа профессионального будущего – это психология профессиональной деятельности, профессионального становления, профессионализации, в широком смысле – исследования профессионального сознания и самосознания. В исследованиях Е. А. Климова, Э. Ф. Зеера и др. доказано, что профессия человека – это стержневой компонент его самосознания, вокруг которого разворачивается важнейшая часть жизни человека: его профессиональная деятельность, профессиональная самореализация. Профессия во многом определяет личность человека, особенности видения им мира, других людей и самого себя. Основываясь на понятии «образ мира» в психологии профессиональной деятельности, Е. А. Климовым и его последователями было

описано понятие «образ мира профессионала», а впоследствии на основе «образа Я» изучен «образ Я-профессиональное».

Завершая обзор проблемы образа профессионального будущего, можно заключить, что понятие образа профессионального будущего исторически происходит из нескольких разных исследовательских традиций и методологически основано на научных результатах, достигнутых в этих исследовательских направлениях (рисунок 1):

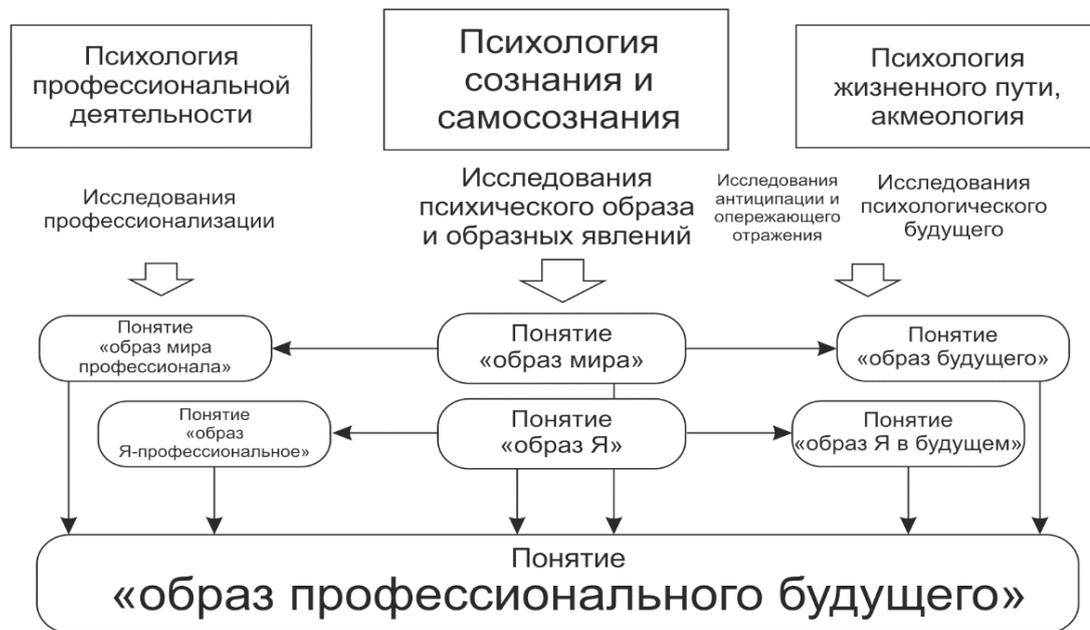


Рисунок 1 – Теоретико-методологические традиции изучения образа профессионального будущего в психологии

1) исследования категории психологического образа и проблемы антиципации в психологии сознания и самосознания, результатом которых стали понятия образа, образа мира, образа «Я», выступают центральным направлением развития исследуемого понятия; 2) исследования психологического будущего в психологии жизненного пути и темпоральности, которые на стыке с исследованиями антиципации, образа мира и образа «Я» сформировали понятие «образ будущего» и «образ Я в будущем»; 3) исследования профессионализации и профессионального самосознания в психологии профессиональной деятельности, а также педагогической психологии и педагогике профессионального

самоопределения, результатом которых стали понятия профессионального образа мира и образа «Я-профессиональное», изучаемые на основании категории психического образа.

#### **1.4. Модель образа профессионального будущего у обучающихся в вузе**

Изучение образа профессионального будущего является достаточно новой областью психологического и психолого-педагогического исследования. Анализируя состояние проблемы, Т. Г. Бохан отмечает, что «специальных исследований, посвященных собственно образу профессионального будущего, относительно немного» и указывает, что понятие имеет потенциал изучения как «показатель и детерминанта личностно-профессионального становления студентов в современных условиях развития высшего образования» [20].

Определить понятие «образ профессионального будущего» пытаются Д. П. Заводчиков и Н. Н. Ледерман [43]. Авторы подробно анализируют понятия образа профессии, образа профессиональной деятельности, профессионального самосознания, профессиональной Я-концепции как имеющих отношение к образу профессионального будущего, но не раскрывают ни психологического содержания, собственно, образа профессионального будущего, ни его структуры и не дают определения.

Также образ профессионального будущего изучается в исследовании Т. Н. Балиной о взаимосвязи социальной зрелости студентов и образа профессионального будущего. Здесь понятие образа профессионального будущего используется, скорее, в значении представлений о профессии, снова упускается образное содержание образа [10]. Также отметим попытку изучения образа профессионального будущего Я. В. Сайко, но автор использует понятие, скорее, в значении «профессиональный план», в крайнем случае, «представления о профессиональном будущем», также «не изучая образное содержание феномена» [114].

Как уже отмечалось, единственное подробное изучение понятия «образ профессионального будущего» встречается в педагогическом исследовании студентов медицинского вуза, проведенном С. Г. Заболотной. Автор использует понятие «образ профессионального будущего» в значении интегративного понятия, рассмотренного в методологии профессионального самосознания, и доказывает, что становление целостного образа профессионального будущего у студентов – это педагогически управляемый процесс обогащения ценностных представлений о профессии при восхождении от образа мира будущей профессии через образ «Я-профессиональное» к образу профессионального будущего на основе присвоения ценностей профессиональной деятельности, «аккумуляции профессиональных знаний, совершенствования профессиональных практических умений и навыков, осуществляемый в ходе профессионального развития» [41].

Несмотря на то, что исследование выполнено в методологии педагогики, его результаты весьма интересны и своим психологическим содержанием. Так, изучая студентов-медиков, автор утверждает, что на этапе становления образа мира будущей профессии врача происходит присвоение студентом ценностей профессионального медицинского сообщества, что способствует формированию ценностного отношения к будущей профессии и профессиональной деятельности; этап становления образа «Я-профессиональное» (будущий врач) подразумевает преобразование личности будущего специалиста в области медицины на основе присвоенных профессиональных ценностей и осознания их личностно-значимыми; третий этап – прогнозирование, целеполагание и проектирование профессионального будущего – «обеспечивает формирование образа профессионального будущего, на этом этапе происходит систематизация и выстраивание иерархии собственной шкалы ценностей, формируется жизненная перспектива» [41].

Таким образом, анализируя немногочисленные исследования образа профессионального будущего, следует отметить, во-первых, стремление исследователей изучать понятие с позиций методологии профессионального

становления, профессионализации, профессионального самосознания; во-вторых, как следствие, недостаточное внимание уделяется феноменологии собственно образных явлений при изучении понятия, что приводит к утрате его уникальности и фактическому отождествлению с родственными понятиями представлений о профессиональном будущем, профессиональных планов и т. д.

В данном исследовании мы предлагаем собственную теоретическую модель образа профессионального будущего, под которым предлагаем понимать психический образ, имеющий как когнитивный, так и эмоционально-чувственный компоненты, в котором по механизму опережающего психического отражения динамически конструируется и презентуется субъекту ожидаемое будущее в виде образного представления предполагаемой психической реальности в части профессиональной сферы жизни и ее промежуточных результатов. Образ профессионального будущего является частью образа будущего, который основывается на целостном образе мира, существующего в единстве психологического прошлого, настоящего и будущего.

В отличие от предложенного в исследовании С. Г. Заболотной разграничения понятий «Я-профессиональное» и «образ профессионального будущего», предлагается включить «Я-профессиональное», как проекцию Я-образа на профессиональную сферу жизненного пути, в структуру образа профессионального будущего. Это обусловлено теоретико-методологическими основаниями изучения образных явлений, которые предполагают рассмотрение Я-образа как части образа мира и образа будущего. Также рассмотрение образа профессионального будущего с применением методологии изучения жизненного пути и самореализации определяет необходимость включения в структуру образа профессионального будущего представлений о средствах достижения этого профессионального будущего. Таким образом, в предлагаемой модели образ профессионального будущего включает следующие основные компоненты: образ «Я-профессиональное» в будущем, образ профессиональной сферы жизни в будущем, представления о средствах достижения профессионального будущего (рисунок 2).



Рисунок 2 – Структура образа профессионального будущего

Все компоненты образа профессионального будущего могут быть рассмотрены как составляющие образа будущего применительно к профессиональной сфере жизни, в то время как образ будущего является темпоральной проекцией образа мира в психологическое будущее. Образ «Я-профессиональное в будущем» может быть реконструирован по ответу на вопрос «Кем я буду в профессиональном плане?». Это один из вариантов Я-образа, производный от образа «Я» в будущем (реконструкция на вопрос «Кем я буду?») как темпоральная проекция образа «Я» в будущее. Образ будущей профессиональной сферы жизни может быть получен как ответ на вопросы «Как я буду зарабатывать на жизнь?», «В каком деле я буду самореализовываться?». Этот образ является фрагментом образа будущей жизни в целом («Как я буду жить?») как формирующий действительность для образа жизни в настоящем («Как я живу?»). Третьим компонентом выступают представления о средствах достижения профессионального будущего как часть стратегии жизни («Как я приду к этому будущему?»).

Если в отношении первых двух компонентов предлагаемая модель согласуется с результатами ряда исследований, авторы которых также доказывают, что в образ будущего неотъемлемо включаются образ «Я» и образ мира (Е. Б. Быкова, А. А. Тихонова), то включение в него представлений о средствах достижения встречается реже. Представления о средствах достижения профессионального будущего рассматриваются как часть образа профессионального будущего, точно так же, как и стратегия жизни выступает частью образа будущего, поскольку, если субъект не представляет себе средств достижения своего будущего, не знает, как он собирается его достигать, то и само будущее не может быть ясно ему представлено. Образ будущего – это не абстрактная картинка, оторванная от жизни, это реальный ориентир деятельности, имеющий мотивационную составляющую, представленную в сознании в виде намерения достичь этого будущего, а, значит, включающего и представления о средствах достижения. Образ профессионального будущего не обязательно включает в себя конкретный план достижения этого будущего, но обязательно включает общие представления о средствах достижения – без этого он просто фантазия, не выступающая частью реальной временной перспективы личности.

Помимо предложенной компонентной структуры образа профессионального будущего, для решения задач исследования необходимо определить его содержательную структуру, или выявить содержательные характеристики, по которым, в том числе, может впоследствии оцениваться и сформированность образа профессионального будущего у того или иного субъекта.

В исследовании образа профессионального будущего С. Г. Заболотная выделяет следующие его характеристики: «насыщенность планируемыми событиями; достижимость (средства достижения поставленных планов); конкретность, т. е. степень детального представления планируемых событий; перспективность, т. е. временной период, к которому относится планируемое событие; целостность» [40].

Проведенный теоретический анализ показывает, что данные характеристики в том или ином виде и наименовании выделяются большинством авторов

исследований временной перспективы. В интересах настоящего исследования на основании проведенного анализа мы предлагаем использовать следующие содержательные характеристики образа профессионального будущего:

1. *Определенность*, как ясность образа будущего в сознании субъекта. Определенность выступает одной из основных характеристик психического образа, поскольку именно в определенности репрезентуемого субъекту образа заключается качество психического отражения, приведшего к формированию образа, в чем сходятся большинство исследователей образных явлений. Высокая определенность означает, что субъект отчетливо понимает, «видит» свое профессиональное будущее, что сопровождается уверенностью в будущем, ощущением контролируемости и стабильности. Определенности противопоставляется размытость, нечеткость образа.

2. *Насыщенность*, как содержательная наполненность образа разными событиями. Отражает развернутость, полноту описания образа профессионального будущего, насколько будущее представляется наполненным разными событиями. Насыщенность событиями выступает одной из основных характеристик временной перспективы в теории Ж. Нюттена, выделяется также и С.Г. Заболотной в структуре образа профессионального будущего.

3. *Конкретность*, как степень детальности событий. Показатель, имеющий прямое отношение к сформированности образа будущего, отражающий детализированность описания событий в будущем, обычно связанную с их большей привязкой к реальности. Выделяется вслед за С. Г. Заболотной, поскольку представляется важным в решении задач дифференциации образов профессионального будущего у разных субъектов, отличающихся разной глубиной и субъективной проработанностью.

4. *Перспективность*, как протяженность и последовательность событий во времени. Согласно теоретическим положениям исследования, образ будущего – это не застывшая конструкция, «слепок» или фотография конкретного момента, а динамическое образование, включающее протяженность и последовательность событий во времени. Подобная характеристика, называемая «протяженностью»,

была выделена в исследовании временной перспективы М. Уолласом и далее использована в теории Ж. Нюттена. В нашем исследовании считаем более уместным использовать, вслед за С. Г. Заболотной, понятие «проспективность», как более соответствующее характеристике образа будущего, включающее не только период охвата временной перспективы, но и понимание последовательности наступления событий.

5. *Целостность*, как внутренняя согласованность событий образа профессионального будущего. Обобщенная характеристика образа профессионального будущего, отражающая внутреннюю согласованность всех элементов образа, непротиворечивость, логичность, что в каком-то смысле определяет «жизнеспособность» образа будущего, его реализуемость в практике жизни. Ж. Нюттен так же выделял подобную характеристику временной перспективы, которую называл степенью структурированности объектов временной перспективы.

Таким образом, в нашем понимании образ профессионального будущего не тождественен образу будущей профессии и не ограничивается представлением о своей профессиональной деятельности в будущем. Образ профессионального будущего у студента шире, чем видение своего развития в выбранной профессии, и включает представление субъекта о том, как он будет зарабатывать на жизнь, чем будет заниматься, как будет самореализовываться в профессиональном плане. В таком понимании образ профессионального будущего расширяет границы сложившегося изучения профессионализации в традициях психологии профессиональной деятельности и профессионального самосознания и, вбирая в себя методологию изучения жизненного пути и временной перспективы, позволяет изучать профессиональное будущее как часть будущего, сферу жизни, связанную с реализацией себя в деятельности, не ограниченных специальностью и профессиональным образованием. Представленная модель и набор характеристик позволяют при изучении образа профессионального будущего не упустить его феноменологию как образного явления, который, на наш взгляд, и

определяет его аутентичность, отличая его от многочисленных «интегральных» конструкций, связанных с профессиональным самосознанием.

### **Выводы по первой главе**

В представленном теоретическом анализе методологических оснований изучения образа профессионального будущего в психологии был проанализирован достаточно широкий круг понятий и категорий психологии, относящихся к разным и, на первый взгляд, достаточно далеким друг от друга направлениям исследования и исследовательским традициям. Однако, как показывают результаты проведенного анализа, понятие «образ профессионального будущего» может и должен изучаться на пересечении столь разнообразных направлений и подходов. Далее подытожим результаты и конкретизируем выводы проведенного теоретического этапа исследования.

1. Теоретико-методологически и исторически понятие «образ профессионального будущего» основывается, в первую очередь, на достаточно глубоко изученном понятии психического образа, являющегося категорией психологии (П. Я. Гальперин, С. Кослин, А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов, Дж. Ричардсон, И. М. Сеченов, Р. Солсо и др.). В психологии сложилась целая система изучения так называемых «образных явлений». В основе классификации образных явлений лежит принцип деления образов на первичные – образы восприятия или перцептивные образы и вторичные – репрезентативные, представленные в сознании в отсутствие непосредственной сенсорной стимуляции. Если первичный образ понимается как относительно пассивный результат психического отражения, то вторичный образ представляет собой принципиально иное психическое явление, основанное на активном творческом реконструировании в сознании картины мира или его фрагментов. Среди подробно описанных в психологии образных явлений – «образ Я», «образ мира», «образ будущего». В своем теоретическом исследовании мы приходим к выводу, что все образные явления обладают сходными свойствами, а результаты изучения

одного образного явления могут быть применимы и к другим. Так, хорошо изученные понятия «образ Я-профессиональное» (Э. Ф. Зеер, И. С. Кон, Н. С. Пряжников), «образ мира профессионала» (Е.А. Климов) и «образ будущего» (Т. Г. Бохан) создают достаточные основания для использования понятия «образ профессионального будущего» как образного психического явления.

2. Анализ теорий психологического времени, психологии темпоральности, жизненного пути и самореализации показывает, что эта большая исследовательская традиция имеет прямое отношение к теоретико-методологическим основаниям изучения образа профессионального будущего. В основе этого направления лежат исследования явлений, относящихся к представлению, предчувствованию будущего, объединяемых общим понятием «антиципация», под которой, по общему определению, понимается способность представить себе возможный результат действия до его осуществления. Именно в этой традиции описано понятие «будущее» в его психологическом значении, в частности, в определении К. Обуховского, как «формирующая действительность», и, в дополнении Л. А. Регуш, обеспечивающая «непрерывность личной истории». Изучение временной перспективы доказывает единство переживания субъектом своего прошлого, настоящего и будущего, взаимопроникаемость образов психологического времени. Именно благодаря исследованиям временной и жизненной перспективы появилось понимание того, что образ будущего – это не абстрактная конструкция дискретно представляемого будущего, а проявление образа мира, субъективного настоящего и прошлого в предполагаемой динамике развития.

3. Изучение психологии профессиональной деятельности, профессионального становления, профессионализации показывает, что исследования профессионального сознания и самосознания также относятся к теоретико-методологическим основаниям изучения образа профессионального будущего. В исследованиях Е. А. Климова, Э. Ф. Зеера и др. доказано, что профессия человека – это стержневой компонент его самосознания, вокруг

которого разворачивается важнейшая часть жизни человека: его профессиональная деятельность, профессиональная самореализация. Профессия во многом определяет личность человека, особенности видения им мира, других людей и самого себя. Основываясь на понятии «образ мира» в психологии профессиональной деятельности, Е. А. Климовым и его последователями было описано понятие «образ мира профессионала», а впоследствии на основе «образа Я» изучен «образ Я-профессиональное».

4. Таким образом, в результате теоретического анализа показано, что понятие образа профессионального будущего исторически происходит из нескольких разных исследовательских традиций и методологически основано на научных результатах, достигнутых в этих исследовательских направлениях: 1) исследования категории психологического образа и проблемы антиципации в психологии сознания и самосознания, результатом которых стали понятия образа, образа мира, образа «Я», выступают центральным направлением развития исследуемого понятия; 2) исследования психологического будущего в психологии жизненного пути и темпоральности, которые на стыке с исследованиями антиципации, образа мира и образа «Я» сформировали понятие «образ будущего» и «образ Я в будущем»; 3) исследования профессионализации и профессионального самосознания в психологии профессиональной деятельности, а также педагогической психологии и педагогике профессионального самоопределения, результатом которых стали понятия профессионального образа мира и образа «Я-профессиональное», изучаемые на основании категории психического образа.

5. Теоретический этап исследования позволил построить и описать авторскую теоретическую модель, согласно которой образ профессионального будущего понимается как психический образ, имеющий когнитивный и эмоционально-чувственный компоненты, в котором по механизму опережающего психического отражения динамически конструируется и репрезентуется субъекту ожидаемое будущее в виде образного представления предполагаемой психической реальности в части профессиональной сферы жизни и ее

промежуточных результатов. Образ профессионального будущего является частью образа будущего, который основывается на целостном образе мира, существующего в единстве психологического прошлого, настоящего и будущего, и включает следующие основные компоненты: образ «Я-профессиональное» в будущем, образ профессиональной сферы жизни в будущем, представления о достижении профессионального будущего. В качестве содержательных характеристик образа профессионального будущего выступают: определенность (ясность представленности субъекту), насыщенность (наполненность образа элементами), конкретность (детализация элементов образа), перспективность (представленность образа во временной протяженности) и целостность (внутренняя согласованность, логичность).

## **Глава 2. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ВОЕННОГО ВУЗА**

### **2.1. Психолого-педагогическая характеристика спортивной деятельности и индивидуально-психологических особенностей спортсменов**

Психология спорта и спортивной деятельности, как в нашей стране, так и за рубежом, представляют отдельную сферу психологических исследований, последовательно формирующуюся на протяжении многих десятилетий. За это время было проведено множество исследований, получены весьма значительные результаты, во многом определяющие облик современного спорта. Так, Н. А. Бернштейн на модели труда и спорта раскрыл физиологические механизмы управления движениями [14], Л. П. Матвеев создал теорию тренировки [81], В. Н. Платонов с соавторами [129; 130] заложили основы теории спорта, четко отделив друг от друга физическое воспитание и спорт, как специфические и различные по содержанию и мотивационно-целевому наполнению виды деятельности. Многие в этом направлении было сделано Р. А. Пилояном, который, изучая развитие науки о спорте, отмечал, что более углубленное изучение спорта сдерживает то, что его продолжают рассматривать лишь как одно из средств физического воспитания человека. Первой попыткой выйти за рамки теории спортивной тренировки стали работы В. В. Кузнецова, А. А. Новикова [70], В. М. Дьячкова [38] и др., связанные с формулировкой представления о системе подготовки спортсменов высшей квалификации [97].

Исследователь спорта и психологии спорта Е.П. Ильин определяет спорт как «специфический вид человеческой деятельности и в то же время – социальное явление, способствующее поднятию престижа не только отдельных личностей, но и целых общностей, в том числе и государства» [48]. Автор отмечает, что спорт

делится на три категории: массовый спорт, спорт высших достижений и профессиональный спорт.

Основной целью занятия массовым спортом выступает укрепление здоровья, приятное и одновременно полезное времяпрепровождение, форма организации общения и т. п. В спорте высших достижений цели совсем другие и связаны с достижением максимально высоких спортивных результатов, выявлением предельных физических и психических возможностей человека. Профессиональный спорт – это вид профессиональной деятельности для спортсменов, предполагающий материальный доход, сфера шоу-бизнеса, развлечений, привлекающая не только спортсменов, тренеров и других людей, интересующихся спортом и вовлеченных в спорт, но и большое количество людей, относительно равнодушных к содержанию спортивной деятельности, но желающих посмотреть на шоу [48].

Несмотря на существенные отличия массового спорта от спорта высших достижений, и, особенно, профессионального спорта, спортивная деятельность по своим основным характеристикам везде остается одной и той же со всеми присущими ей закономерностями и особенностями. Деятельность спортсменов носит соревновательный характер и по своей сути направлена на достижение максимального результата, независимо от уровня квалификации спортсменов. И. П. Ильин отмечает, что «без состязательного момента спортивная деятельность утрачивает свой смысл» [48].

Деятельность спортсменов – это многолетний непрерывный процесс обучения и физического развития, то есть тренировочных занятий с использованием больших, а порой и предельных, физических нагрузок. Полноценность спортивной деятельности требует соблюдения спортсменом режима жизни в целом, а не только режима тренировок и соревнований. Режим жизни спортсмена связан со многими ограничениями, лишением себя многих удовольствий, в том числе и общения с родными и близкими в течение длительного времени [48].

В. А. Плахтиенко и Ю. М. Блудов [98] определяют спортивную деятельность как «более общее и широкое понятие, чем соревновательная деятельность», под спортивной деятельностью понимают активный, целенаправленный на высшие спортивные достижения процесс совершенствования мастерства спортсмена.

А. В. Родионов указывает, что существует официально сформированное понятие «психология физического воспитания и спорта», которое употребляют в тех случаях, когда рассматривается определенная отрасль психологической науки вообще. В тех случаях, когда речь идет о конкретных проблемах, эта интегральная отрасль неизбежно делится на две части и выделяется определенный раздел: или «Психология физического воспитания» или «Психология спорта». Психология спорта, по мнению автора – это, прежде всего, отрасль психологической науки, изучающая особенности личности, действующей в специфических условиях спортивной деятельности и оказывающейся при этом в специфических психических состояниях [111].

Несмотря на специфичность спортивной деятельности, смысловой основой спорта является физическое совершенствование человека, физическое развитие, познание физических пределов организма и психики. Неотъемлемой частью спортивной подготовки является взаимодействие тренера (учителя) и спортсмена (ученика), раскрывающееся в педагогическом в своей основе процессе воспитания. Важной частью этого воспитательного процесса является физическое воспитание. При этом, если говорить о спорте, физическое воспитание здесь – только часть воспитательного процесса, поскольку в процессе спортивной тренировки происходит формирование личности спортсмена, его волевых, деловых качеств, организаторских и других способностей, жизненное применение которых выходит далеко за пределы спортивной деятельности. Важно понимать несводимость спортивной деятельности участника образовательного процесса к физическому воспитанию. Даже на занятиях физической культурой в школе учитель воспитывает у ученика дисциплину, умение терпеть нагрузки – это уже выходит за рамки только физического воспитания, является частью воспитания

характера и личности. И все же в основе физической культуры и спорта как части образовательного процесса лежит физическое воспитание.

По общеупотребимому определению, физическое воспитание – это «педагогический процесс, направленный на всестороннее физическое развитие людей, их специфическую подготовку к выполнению социальных обязанностей в обществе» [105]. Физическое воспитание является важнейшим элементом в системе воспитания человека. В этом аспекте физическое воспитание представляет собой образовательно-воспитательный процесс и характеризуется принципами, присущими педагогическому процессу.

Е. Н. Гогунев и Б. И. Мартьянов указывают, что в физическом воспитании определена роль педагога (учителя физической культуры, преподавателя, тренера), место и функции воспитываемых (учеников, студентов, спортсменов), их совместная деятельность, которая направлена на реализацию задач образовательного и воспитательного характера. Авторы утверждают, что система занятий в физическом воспитании практически соответствует дидактическим принципам и нормам организации педагогического процесса, однако имеет свои специфические особенности: это непрерывный многолетний процесс, распространяющийся на все периоды жизни каждого человека, начинается сразу после рождения, содержание и формы которого всегда находятся в зависимости от особенностей закономерностей, свойственных возрастной периодизации развития человека. Авторы считают, что основное предназначение психологии физического воспитания – это оптимизация воспитательно-образовательного процесса, осуществляемого в типичных формах физической культуры, используя закономерности и особенности психического развития человека для формирования его личности как социального существа [27].

Изучая взаимозависимость физического воспитания и спорта, Е. Н. Гогунев и Б. И. Мартьянов считают их различными процессами, но имеющими много общего. Так, по мнению авторов, у них похожая структура деятельности, направленная на занятия физическими упражнениями: и в физическом воспитании, и в спортивной деятельности целенаправленно осуществляются

процессы развития и совершенствования психических качеств, умений и навыков (саморегуляции, самоконтроля и т. п.), а также психических процессов (двигательной памяти, мышления, воображения, внимания и т. д.) и свойств личности (характера, воли, способностей, личностных установок, эмоций и мотивационной сферы). Процессы воспитания моральных, нравственных, этических и эстетических норм личности и поведения человека в результате составляют единое целое. Кроме того, достаточно схожи межличностные отношения членов спортивных групп и групп, работающих по программе физического воспитания, в плане общения, лидерства и средств обмена информацией [27].

Анализируя различия физического воспитания и спорта, Е. Н. Гогунев и Б. И. Мартьянов отмечают, что цель физического воспитания – развитие и совершенствование необходимых и достаточных физических кондиций, психофизиологического уровня функционального состояния организма каждого человека, укрепление его здоровья, а целью занятий спортом является достижение наивысших результатов в спортивной деятельности. Также спорт, в отличие от физического воспитания, в основном решает проблемы специальной подготовки человека к достаточно высоким нагрузкам, при этом главной является узкая направленность задач. Кроме того, спортивная деятельность, в отличие от физического воспитания, не обязательна для каждого человека, спортом занимаются увлеченные, «избранные» люди, которых называют спортсменами [27].

Интегральная подготовка квалифицированных спортсменов в настоящее время представляет собой сложный многолетний и многоэтапный процесс спортивного совершенствования. В этом процессе необходимо учитывать и общие закономерности адаптации спортсмена к тренировочным и соревновательным нагрузкам, и частные особенности формирования спортивного мастерства в зависимости от структуры и динамики физических и психических качеств, морфофункционального и психического статуса спортсмена, наличия своеобразного сочетания специальных способностей. В то же время, как

справедливо отмечает А. В. Родионов, «становится все более ясным, что система подготовки квалифицированных спортсменов к соревнованиям во многом исчерпывает свои возможности, базирующиеся на общих закономерностях адаптации организма к нагрузкам. Все более очевидно, что только при тренировочной нагрузке, адекватной психологическим особенностям спортсмена, повышается реактивность центральной нервной системы и совершенствуются механизмы обеспечения эффективной спортивной деятельности в экстремальных условиях, которые, по существу, сопровождают любое крупное соревнование» [111].

Г. Б. Горская закладывает основы так называемой «личностно-деятельностной концепции самореализации личности в спорте», считая ее основными чертами и принципами следующие: 1) осознание невозможности подготовки профессионала высокого класса посредством решения частных задач совершенствования отдельных сторон спортивной деятельности; 2) ориентация на психологически ориентированное проектирование деятельности; 3) рассмотрение в качестве критериев профессионализма как высокий уровень достижений, так и их психологическую стоимость, профессиональное долголетие, сохранение физического и психического здоровья, благополучие жизненного пути; 4) включение в круг условий профессиональной самореализации не только освоение операционального состава деятельности, но и характер взаимодействия с жизненным контекстом спортивной деятельности; 5) рассмотрение в качестве существенного регулятора профессиональной самореализации субъективной картины деятельности, складывающейся у высококлассного профессионала; 6) принятие во внимание долговременность включения спортсменов в спортивную деятельность и возникновение в связи с этим ее долговременных регуляторов, способных повлиять на то, как воспринимаются те или иные ситуативные воздействия [31].

В контексте нашего исследования особое значение имеет изучение спорта как части жизненного пути и самореализации, как объекта планирования и жизненной перспективы. Н. В. Сизикова отмечает, что «в современной

психологии спорта через развитие идей онтопсихологии прослеживается постепенный переход от изучения частных вопросов к более общим, глобальным – изучается психология уже не только предстартовых состояний, но спортивной карьеры в целом, при понимании спортивной деятельности как сложной деятельности, системы деятельностей, части жизненного пути, включающей в себя более частные деятельности на разных уровнях соподчиненности» [118].

В этой связи нельзя не отметить исследования спортивной карьеры, под которой понимается многолетняя спортивная деятельность, нацеленная на достижение высоких спортивных результатов и связанная с постоянным самосовершенствованием спортсмена в одном или нескольких видах спорта [126]. В исследованиях, проведенных Н. Е. Ильиной, Н. Б. Стамбуловой, Е. Е. Хвацкой, А. Д. Черемных и др., спортивная карьера рассматривается именно с позиций онтопсихологии, т. е. как часть жизненного пути спортсмена, вносящая существенный вклад в жизненную карьеру в целом. Описание спортивной карьеры Н. Б. Стамбуловой дает представление о таких характеристиках карьеры в целом, как: а) ее длительность; б) генерализованность (количество освоенных видов спорта); в) уровень достижений, включая спортивные результаты и достижения в развитии спортсмена; г) «цена» карьеры. Кроме того, это описание позволило выяснить факторы удовлетворенности спортивной карьерой [126].

Анализируя разные варианты спортивной карьеры в своих исследованиях, Н. Б. Стамбулова рассматривает спортивную карьеру как многолетнюю деятельность с определенным числом этапов, где в центре внимания находятся ее кризисы-переходы и ситуационные кризисы, от преодоления которых в большой степени зависит успешное продолжение карьеры в целом. Автор доказывает, что переход к каждому новому этапу спортивной карьеры связан с возникновением новых требований к спортсмену, что ставит перед ним необходимость решения ряда проблем (противоречий) в тренировке, соревнованиях, спортивной жизни в целом или в сочетании спорта с другими видами деятельности [126].

Особенное значение в контексте нашего исследования имеет периодизация кризисов спортивной карьеры, описанная Н. Б. Стамбуловой, в которой автор

выделяет следующие основные кризисы: 1) начала спортивной специализации; 2) перехода к углубленной тренировке в избранном виде спорта; 3) перехода в спорт высших достижений; 4) перехода из юношеского спорта во взрослый спорт; 5) перехода из любительского спорта высших достижений в профессиональный спорт; 6) перехода от кульминации к финишу спортивной карьеры; 7) ухода из спорта и перехода к другой карьере [126].

Отдельное направление психологических исследований в области спорта связано с проблемами мотивации и индивидуально-психологических особенностей спортсменов. На начальной стадии занятия спортом И. Г. Келишев выделяет мотив внутригрупповой симпатии как основной мотив занятий спортом. Сущность его выражается в желании детей и подростков заниматься каким-либо видом спорта ради того, чтобы постоянно находиться в среде своих товарищей и сверстников, то есть, чтобы быть вместе и постоянно вступать в контакты друг с другом [54]. Далее, важное место в поддержании мотивации занятий спортом начинают играть отношения с тренером. При складывающихся положительных отношениях у спортсменов второго-третьего разрядов мотив, связанный с ответственностью перед тренером, является одним из ведущих [94].

На стадии спортивного мастерства основными мотивационными факторами являются стремление поддержать и развить насколько это возможно свои достижения, умножить престиж и славу в спортивном мире. Среди мотивов, побуждающих заниматься спортом, Дж. Кретти выделяет стремление к стрессу и его преодолению. Автор отмечает, что бороться, чтобы преодолевать препятствия, подвергать себя воздействию стресса, изменять обстоятельства и добиваться успеха – мощные мотивы спортивной деятельности [68].

Чешские психологи М. Ванек, В. Гошек, и Б. Свобода представили обобщенную динамику мотивации спортивной деятельности и обозначили ее как стадии генерализации, дифференциации, стабилизации и инволюции [33].

А. В. Шаболтас изучала мотивы спортивной деятельности у юных спортсменов в возрасте 10–17 лет и показала, что возрастная динамика формирования мотивов проходит две стадии. Первая – «принятие» социально

постулируемых, одобряемых социальным окружением целей занятия спортом. Вторая – формирование отношения к спорту на основе личного смысла: что побуждает данного спортсмена заниматься спортом [137].

Ф. Б. Березин и Р. В. Рожанец выявили пять типов личностей студентов-спортсменов, и каждому типу была присуща склонность к выбору определенного вида спорта. Например, студенты, обладавшие высокой активностью, инициативностью, жизнерадостностью, избыточностью энергии, общительностью, чаще всего выбирали игровые виды спорта. Склонные к формированию аффективно насыщенных и очень прочных установок, возникающих подчас без достаточного логического обоснования, непримиримые, категоричные и обидчивые, то есть агрессивные, предпочитали единоборства [12].

Исследователями описываются особенности характера спортсменов, бытует даже понятие «спортивный характер» или «бойцовский характер», определяющий, насколько единообразно и статистически «компактно» у большинства спортсменов присутствует определенная группа черт. Серова Л. К. отмечает, что для спортсмена любой спортивной специализации нужно иметь так называемый «бойцовский» характер [116]. Исследователи различных видов спорта перечисляют тот набор качеств, который характеризует спортивного бойца.

Так, представители восточных единоборств имеют следующий набор характерологических черт: смелость, независимость, самостоятельность, эмоциональная устойчивость, общительность, развитое воображение [77]. В японском наставлении для дзюдоистов перечислены следующие необходимые для борца качества: волевое, борцовское настроение, уверенность в себе, полное самообладание, ясный ум [47]. Исследование А. А. Карелиным характерологических черт борцов высокого класса показывает, что наиболее важными для спортсменов являются следующие качества: целеустремленность, трудолюбие, решительность, уверенность, самообладание, дисциплинированность [53]. Дорохов С. И. приходит к выводу, что в гандболе самым главным качеством считается решительность [35]. Яхонтов Е. Р. доказывает, что у баскетболистов

спортивный характер включает следующие черты: хладнокровие, уверенность в себе, боевой дух, сплоченность команды [144]. Т. Хуцинский выявил, что с результативностью соревновательной деятельности наиболее связаны следующие психологические черты личности: быстрая реакция на изменяющиеся игровые ситуации, стремление к разнообразию действий, активность, уверенность в себе, решительность, оптимистический настрой, открытость, коммуникативность [134].

В состав характера входят и моральные качества: ответственность, честность, уважение к личности других. Как пишет В. Л. Марищук, прочно сформированные профессионально значимые качества, связанные с нравственностью, более стабильны и малокорректируемы в сравнении с показателями психических, психомоторных процессов, физических качеств. Это определяется тем, что в основе устойчивых установок лежат механизмы доминанты, а воспитывающие воздействия только укрепляют доминанту, усиливая и положительные, и негативные ее проявления [80].

Немало исследований посвящено изучению психофизиологических проблем занятия физкультурой и спортом, которые также раскрывают сущность спортивной деятельности и представляют интерес в контексте нашего исследования. Доказано наличие индивидуальных различий по широкому спектру психофизиологических, психических и личностных характеристик спортсменов, в сравнении с не занимающимися спортом, а также между спортсменами, занимающимися разными видами спорта [30].

Изучаются и проблемы студенческого спорта, роль занятий физкультурой и спортом в образовательном процессе. Так, Р. И. Айзман с соавторами, изучая студентов-спортсменов, убедительно показывают, что спортсмены, в отличие от студентов, не занимающихся спортом, характеризуются более высокими адаптивными возможностями кардио-респираторной системы, показателями физической работоспособности и аэробной производительности, а также имеют меньшее содержание резервного жира и превосходят по мышечной силе [69]. В этом же исследовательском ключе Р. И. Айзман и В. М. Климов изучают различия в эффективности занятий физкультурой в вузе в зависимости от

физкультурно-спортивной направленности занятий и показывают, что занятия, предполагающие игру в баскетбол, способствуют повышению целого ряда показателей психофизиологического состояния студентов-бакалавров в большей степени, чем занятия, предполагающие атлетическую гимнастику или общую физическую подготовку [56; 57].

Особое значение в контексте нашей работы имеют исследования образных явлений в спортивной деятельности, результаты которых свидетельствуют в пользу важной роли двигательного образа в спортивной тренировке, что предполагает более интенсивное развитие образных процессов у спортсменов. Как отмечает П. А. Рудик, овладение высокой техникой сложных и трудных действий и движений, характерных для современного развития мирового спорта, немыслимо вне формирования у спортсмена соответствующих идеомоторных представлений; более того, автор полагает, что тренировка построения идеомоторных представлений способствует развитию образных явлений и других модальностей, поскольку психологическая природа идеомоторных представлений органически объединяет мышечные, зрительные, осязательные и слуховые образы [113].

В своих исследованиях формирования двигательного образа у спортсменов В. С. Нургалеев называет спорт «родом когнитивной деятельности» и предполагает, что постоянные когнитивные упражнения, связанные с формированием и воспроизведением двигательных образов, присущие спортивной тренировке, могут способствовать развитию воображения и образной сферы психики в целом, улучшая качество и других образных процессов, не связанных со спортивными движениями. Автор указывает, что, «когда человек занимается спортом, его когнитивная деятельность приобретает специфические характеристики, а в его воображении ведущими становятся образы движения, что проявляется соответственно в освоении окружающего мира. Образы движения в контексте спортивной деятельности проецируются на основные функции труда, которые приобретают специфический характер» [89].

Проведенный анализ позволяет выделить основные характеристики спортивной деятельности, важные в контексте психолого-педагогического исследования, обеспечивающие ее специфичность и самостоятельность. Данные характеристики выступают признаками спортивной деятельности, а многие из них могут быть и критериями отнесения деятельности, связанной с физической или иной подготовкой, к категории спортивной деятельности по психологическим основаниям, а занимающихся физической и иной подготовкой – к категории спортсменов.

1. Спортивная деятельность имеет особую структуру, в которую входят тренировочная, соревновательная и восстановительная деятельность. При этом соревновательная деятельность является основной в структуре спортивной деятельности. Тренировочная и восстановительная деятельность подчинены соревновательной и реализуются с целью обеспечения эффективности выступления на соревнованиях. В деятельности спортсмена присутствуют все три указанных вида деятельности, они соподчинены и взаимосвязаны. Если хотя бы один из видов деятельности отсутствует, то деятельность нельзя называть спортивной.

2. Для спорта характерна особая мотивационно-целевая и смысловая структура деятельности. В структуре спортивной мотивации выделяют мотивы состязания, борьбы, достижения, поощрения и общения, при этом мотив состязания считается основным и обязательным для спортсмена. Если у человека, занимающегося физической или иной подготовкой, не возникает состязательной мотивации, это означает, что то, чем занимается, не является спортивной деятельностью.

3. Спорт – это социально-общественная деятельность, система спорта – это социальный институт, занятия спортом всегда организованы и представляют собой систему. Любой спортсмен обязательно состоит в спортивной организации, отнесен к той или иной спортивной федерации, лиге и т. п. Это обусловлено основной направленностью спорта – соревновательной. Только принадлежность к спортивной системе позволяет организовать постоянную соревновательную

деятельность спортсмена, без которой спорт невозможен. Возможно, этот признак спортивной деятельности и не является строгим критерием отнесения человека к категории спортсмена, но на практике неорганизованных спортсменов, соответствующих всем другим критериям спортивной деятельности, почти не встречается.

4. Участие в соревнованиях и организованность спортсмена в спортивную систему предполагают официальное присвоение ему уровней спортивного мастерства и спортивных званий. Система постоянной оценки достижений на соответствие нормативам является обязательной операционной характеристикой спортивной деятельности. Присвоение уровней спортивного мастерства – это не просто бюрократическая формальность в спорте, это важнейшая функция спортивной организации, имеющая для спортсмена мотивационное, направляющее, оценивающее значение. Строго говоря, пока спортсмен не имеет присвоенного уровня спортивного мастерства, он не является спортсменом, поскольку либо не организован, либо не участвует в соревнованиях.

5. Спортивная деятельность, конечно, сопровождается высокой интенсивностью тренировочного, соревновательного и, при необходимости, реабилитационно-восстановительного процесса. Интенсивность занятий трудно считать конкретным критерием спортивной деятельности: во-первых, в каждом виде спорта она разная, во-вторых, она существенно различается для спортсменов разного уровня и находящихся на разных этапах подготовки к соревнованиям и физической формы. Однако, в целом, увеличение интенсивности спортивной деятельности является признаком повышения уровня вовлеченности спортсмена в спорт, а, значит, признаком спортивной деятельности.

6. Необходимо обратить внимание на доказанное многими исследованиями в области психологии спорта обстоятельство – спортивная деятельность формирует у спортсмена специфический комплекс важных для этой деятельности индивидуально-психологических характеристик, также известных как «спортивный характер». В число этих характеристик разные авторы обычно включают черты характера – дисциплинированность, целеустремленность,

решительность, упорство; развитые волевые качества – самоконтроль, умение терпеть, преодолевать трудности; мотивационные характеристики – выраженная мотивация достижения успеха и соревновательность, причем не только в спорте, но в других сферах жизни. Наличие «спортивного характера», наверное, неправильно будет считать строгим критерием спортивной деятельности, однако доказанная исследованиями высокая устойчивость индивидуально-психологических характеристик, присущих спортсменам, заставляет говорить о них, как минимум, как о признаке спортивной деятельности.

## **2.2. Физкультурно-спортивная деятельность курсантов в образовательном процессе вуза войск национальной гвардии**

Необходимость и эффективность включения занятий физкультурой и спортом в образовательный процесс высшего профессионального образования доказана множеством исследований, в том числе современных, показывающих, что при поступлении в вуз студенты имеют низкий уровень развития по многим функциональным показателям [72], а занятия физической культурой и спортом в вузе обеспечивают поддерживающий эффект для функционального состояния организма в динамике обучения и улучшают физическую подготовленность студентов [55]. Изучая психолого-педагогические проблемы организации здоровьесберегающей среды вуза, Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина и И. А. Свиридова показывают, что одним из условий создания такой среды выступает интеграция занятий физической культурой и спортом в образовательный процесс [49]. Казин Э. М. с соавторами также доказывают, что у студентов разных направлений обучения, даже в рамках одного вуза, существуют индивидуальные различия по психофизиологическим показателям, что также может учитываться в организации их занятий физкультурой и спортом [50].

Психолого-педагогические аспекты профессиональной подготовки в военных вузах изучаются достаточно подробно. Известный отечественный

военный психолог А. Г. Караяни в целой серии исследований раскрывает сущность военной профессии, военного образования, различных методов и технологий профессионального обучения военнослужащих [3; 4; 52]. В психологических исследованиях А. А. Утюганов обосновывает центральное место системы ценностно-смысловых ориентаций личности в структуре профессионально-важных качеств военнослужащих, которые основаны на ценностях офицера – воинский долг, верность Военной присяге, патриотизм и т. д., формирование которых является стержневым элементом профессиональной подготовки офицеров [135; 136]. Анализируя профессионально-важные качества военнослужащих, Н. Я. Большунова и М. В. Алещенко особое внимание уделяют дисциплинированности, которая является условием эффективной самоорганизации военнослужащего и воинского коллектива, в том числе и в процессе обучения [17].

Изучая проблемы психологической устойчивости курсантов-спортсменов военного вуза к интенсивной спортивной и учебной нагрузке, Н. Я. Большунова и А. В. Кузнецов указывают на наличие «аксиологического конфликта» и противоречия в мотивационно-ценностной сфере личности обучающихся-спортсменов, что выступает фактором снижения их уровня готовности к соревнованиям [18].

Результаты целого ряда исследований показывают, что курсанты военных вузов превосходят своих сверстников из гражданских вузов по многим психологическим характеристикам, в том числе личностной и социальной зрелости, сформированности жизненных установок, идентичности. Так, например, Д. Г. Орлова доказывает, что курсанты военного института демонстрируют более высокие показатели психологического благополучия, что свидетельствует о том, что юноши, обучающиеся в военном вузе, характеризуются более позитивной оценкой себя и собственной жизни в целом, более уверены в своих возможностях и в дальнейшей самореализации [93].

Поскольку эффективность и успешность сочетания учебной и спортивной деятельности обучающегося зависит не только от условий организации

образовательного процесса, но и в высокой степени от самого обучающегося, его личных качеств и способностей, организацию сочетания спортивной и учебной деятельности в вузе представляется уместным разделить на две сферы: организационная и самоорганизационная. Под организационной сферой в нашем случае понимается вся совокупность организационно-педагогических, административно-образовательных, правовых и иных, внешних по отношению к субъекту, условий и факторов, определяющих организацию сочетания учебной и спортивной деятельности в вузе. Под сферой самоорганизации будем понимать все внутренние с позиций субъекта, индивидуально-психологические факторы и условия, определяющие то, насколько эффективно он может сочетать занятия учебной и спортивной деятельностью. Опишем обе эти сферы на основании анализа имеющихся психологических и педагогических исследований, анализа документов, регламентирующих учебную и спортивную деятельность в вузах, а также анкетного опроса обучающихся, позволившего выявить проблемы организации и самоорганизации рассматриваемой деятельности.

Организация учебного процесса в военных вузах (на примере Новосибирского военного института имени генерала армии И.К. Яковлева войск национальной гвардии Российской Федерации) в настоящее время основано на сочетании обучения по направлениям или специальностям, определяющимся в номенклатуре гражданских, с получением гражданской специальности, и, одновременно, подготовке по военно-учетной специальности. Подготовка по гражданской специальности (направлению) строится на основании Федеральных государственных образовательных стандартов, утверждаемых Министерством науки и высшего образования Российской Федерации, а по военно-учетной специальности – на основании Квалификационных требований к военно-профессиональной подготовке, утверждаемых отраслевыми министерствами, в ведении которых находится тот или иной военный вуз (в нашем случае Федеральная служба войск национальной гвардии Российской Федерации). Основные образовательные программы, разрабатываемые военными вузами, таким образом, сочетают в себе подготовку по гражданской и военно-учетной

специальности, а результатом освоения данных ОПОП являются развитые компетенции как в соответствии с ФГОС, так и квалификационными характеристиками.

Далее кратко охарактеризуем условия образовательного процесса в военном институте, определяемые Основной профессиональной образовательной программой (ОПОП), на примере специальности «Перевод и переводоведение». Программа разработана военным институтом на основании ФГОС ВО, Квалификационных требований и примерной образовательной программы с учетом региональной специфики. Согласно ОПОП, продолжительность всех видов учебных занятий под руководством преподавателя устанавливается равной 6 академическим часам в день. Продолжительность учебных занятий в период проведения полевых занятий в учебных центрах, на войсковых стрельбищах, полигонах устанавливается равной 10 академическим часам. Продолжительность самостоятельной работы – 3 часа. Продолжительность академического часа занятий под руководством преподавателя и часа самостоятельной работы – 45 минут.

Продолжительность учебного дня не ограничивается во время проведения полевых выходов, тактических (тактико-специальных) учений и боевых стрельб в составе подразделений. Согласно ОПОП, все занятия, в том числе и полевые, должны начинаться и заканчиваться в установленное расписанием дня и расписанием занятий время. Перемещения подразделений к местам занятий в течение учебного дня осуществляются из расчета своевременного прибытия их к началу очередных занятий.

Физическая подготовка является неотъемлемой частью профессиональной деятельности офицера и, следовательно, его профессионального обучения. Обязательность физической подготовки в вузах предписана ст. 28.2 Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 27.12.2018) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». При разработке ОПОП также учитываются отраслевые требования к подготовке личного состава, в нашем случае – требования, отраженные в «Наставлении по физической подготовке в войсках

национальной гвардии Российской Федерации» от 29.03.2018 №100. Для курсантов военных вузов предписываются учебные занятия по физической подготовке – не менее двух академических часов в неделю в соответствии с расписанием занятий; физическая тренировка в процессе служебно-боевой деятельности, проводимая при попутных физических тренировках; спортивно-массовая работа – два раза по одному часу в рабочие дни в свободное от занятий время и не менее одного часа в воскресные и праздничные дни; время на проведение утренней физической зарядки – не менее 30 минут ежедневно, кроме воскресных и праздничных дней, которое должно быть предусмотрено распорядком дня и планом утренней физической зарядки; самостоятельная физическая тренировка – 3-4 часа в неделю, но не менее двух занятий в неделю.

Основным видом физической подготовки являются учебные занятия, которые проводятся в виде теоретических и практических (учебно-тренировочных, учебно-методических, инструкторско-методических и показательных) занятий. Также физическая подготовка курсантов осуществляется в процессе спортивной работы, стажировок, факультативных занятий, утренней физической зарядки, физической тренировки в процессе учебно-боевой деятельности и в ходе самостоятельной физической тренировки.

Спортивно-массовая работа направлена на физическое совершенствование военнослужащих и предназначена для организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий, повышения физической подготовленности, организации досуга и пропаганды здорового образа жизни. Спортивно-массовая работа включает массовый спорт и подготовку сборных команд по военно-прикладным видам спорта. Основными видами спортивно-массовой работы являются: учебно-тренировочные занятия по видам спорта, военно-спортивные и спортивные соревнования, смотры спортивно-массовой работы, спортивные праздники.

Спортивные соревнования проводятся в виде состязания среди спортсменов или спортивных команд по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания, проводимого по утвержденному

его организатором положению (регламенту). Спортивные соревнования организуются, в том числе в форме отраслевых спартакиад по видам спорта, в нашем случае – Спартакиада войск национальной гвардии РФ, которая проводится ежегодно среди всех военнослужащих войск национальной гвардии, в том числе курсантов военных вузов. Согласно Положению о проведении спартакиады войск национальной гвардии Российской Федерации, участие в Спартакиаде является для курсантов добровольным. Смотр спортивно-массовой работы проводится в виде комплексного заочного соревнования по упражнениям военно-спортивного комплекса, военно-прикладным видам спорта с определением мест каждому подразделению (до взвода включительно), военно-учебного заведения. Спортивные праздники проводятся в виде мероприятий с массовым привлечением военнослужащих, с применением показательных выступлений, комплексных и легкоатлетических эстафет, забегов, игр и т. д., как правило, приуроченных к какому-либо знаменательному событию.

Также ОПОП предполагает так называемую «попутную физическую тренировку», которая организуется и проводится при передвижениях подразделений к местам занятий, а также в ходе практических занятий по другим предметам обучения. В содержание попутной физической тренировки включаются: марш-броски и передвижение на лыжах с попутным преодолением искусственных и естественных препятствий; тренировка в посадке и высадке из военно-транспортной техники; буксирование на лыжах за боевой техникой и другие приемы и действия, входящие в содержание боевой подготовки.

Важной отличительной особенностью физической подготовки в военных вузах является то, что, согласно ОПОП, она должна соответствовать на первом и втором курсах – нормативу третьего спортивного разряда по любому виду спорта, на третьем-пятом курсах – нормативу не ниже второго спортивного разряда по любому виду спорта.

Анализируя ОПОП военного образования, мы приходим к выводу, что нагрузка на военнослужащего-курсанта, включая самостоятельную подготовку, физическую подготовку, может составлять до 9 академических часов в сутки (6

под руководством преподавателей и 3 самостоятельно). В период проведения полевых занятий в учебных центрах, на войсковых стрельбищах, полигонах только работа под руководством преподавателей может достигать 10 академических часов, а во время проведения полевых выходов, тактических (тактико-специальных) учений и боевых стрельб в составе подразделений продолжительность учебного дня не ограничивается.

Такая высокая интенсивность учебной нагрузки, включающей физическую подготовку, обусловлена спецификой будущей профессии офицера и обеспечивается, в том числе, за счет постоянного проживания курсантов на территории военного вуза в течение учебного семестра.

Курсанты занимаются интенсивной физической подготовкой на протяжении всех пяти лет обучения в вузе. Физическая подготовка курсантов не ограничивается занятиями физкультурой, включает в себя многие другие виды тренировочной и соревновательной деятельности. По своей структуре, интенсивности и высоким нормативным требованиям деятельность по физической подготовке в военном вузе близка к спортивной деятельности.

Итак, важной особенностью военного образования является единство физической и спортивной подготовки, что проявляется не только в интенсивности занятий, но и в отнесении каждого курсанта к предпочитаемому виду спорта по его выбору, а также в том, что курсант в процессе прохождения обучения обязан выполнить нормативы спортивного разряда. Последнее принципиально важно, поскольку определяет результаты физической подготовки в виде спортивных результатов – этого нет в физической подготовке в гражданских вузах. Все это позволяет предполагать, что, как минимум отчасти, деятельность по физической подготовке курсанта в военных вузах можно считать спортивной деятельностью курсанта, со всеми присущими спортивной деятельности структурно-содержательными особенностями и операционной стороной. Отчасти потому, что, как показано теоретическим анализом спортивной деятельности, ее обязательным условием является высокая внутренняя мотивация на занятие именно спортивной деятельностью, имеющей в качестве своей обязательной цели достижение

высоких спортивных результатов и (или) высоких соревновательных результатов. Еще один важный момент касается спортивной организованности в военных вузах – все курсанты являются членами спортивной организации военнослужащих «Динамо», что, фактически, придает им статус организованных спортсменов.

### **2.3. Психологические особенности совмещения учебной и спортивной деятельности курсантов в процессе обучения**

Под особенностями сочетания учебной и спортивной деятельности в вузе в данном исследовании понимаются феномены психолого-педагогического характера, имеющие отношение к факту совмещения обучающимися учебной деятельности и активных занятий спортом. Данные особенности рассматриваются на основании проанализированных психологических аспектов спортивной деятельности, психолого-педагогических особенностей образовательного процесса в части физического воспитания и спорта, а также специально проведенного эмпирического исследования, результаты которого представлены в данном параграфе.

Помимо анализа документов, регламентирующих учебный процесс, были проанализированы ответы обучающихся на вопросы анкеты, касающиеся их отношения к своей учебной деятельности, и характеристик этой деятельности, позволяющих оценить интенсивность учебной нагрузки, спортивной деятельности и проблемы сочетания этих деятельностей.

Важным моментом нашего исследования является правильное и обоснованное выделение критериев «спортивности», т. е. отнесения курсанта к категории спортсменов, поскольку это разделение лежит в основе проверки основных гипотез, касающихся и особенностей образа профессионального будущего у студентов-спортсменов.

Анализ психолого-педагогических особенностей спортивной деятельности показывает, что не всякая деятельность по физической подготовке, даже интенсивной, является спортивной деятельностью, критерий «занятия спортом» не вполне строго определен на организационном и правовом уровнях и весьма размыт на уровне субъективных оценок обучающихся. Проще говоря, не всегда можно строго определить, занимается ли человек физкультурой, интенсивной физической подготовкой, или уже занимается спортом. Трудно определить границу между физкультурой и спортом – это отмечается и исследователями, и, как показывают результаты данного исследования, и сами испытуемые не всегда способны точно ощутить это различие.

Именно по этой причине сравнительный анализ между группами курсантов, разделенных по субъективному критерию занятия спортивной деятельностью (ответ на прямой вопрос анкеты «Сочетаете ли вы в настоящее время обучение в вузе со спортивной деятельностью?») по характеристикам образа профессионального будущего не дает сколько-нибудь значимых различий. Среди курсантов, ответивших на указанный вопрос отрицательно, были те, которые тренируются, но, по их мнению, недостаточно интенсивно, чтобы считать это спортивной деятельностью, а были и те, которые в настоящее время не тренируются или почти не тренируются, но имеют богатый опыт спортивной деятельности в недавнем прошлом, который, очевидно, уже оказал свое влияние на личность и, в том числе, на образ профессионального будущего (говорят, «бывших» спортсменов не бывает). Анализ различий между группами курсантов, разделенных по объективному критерию нулевой и ненулевой интенсивности тренировочного процесса, также не дает ощутимых результатов.

В психологических исследованиях спорта весьма определенно описаны отличительные особенности спортивной деятельности, на основании которых сформулированы критерии отнесения деятельности по физической подготовке к спортивной, включающие, помимо интенсивности тренировочного и соревновательного процесса, еще и особенности мотивации личности, субъективного отношения к своей деятельности. Основываясь на данных

критериях, выборка была разделена на курсантов, действительно занимающихся спортивной деятельностью (далее будем называть их «спортсмены»), и тех, кого нельзя считать занимающимися спортивной деятельностью (среди них есть те, кто не занимается физической подготовкой вообще, и те, кто занимается физической подготовкой, но не спортом – далее будем называть их «не-спортсмены»). Спортсменов также представилось уместным разделить, отделив относительно немногочисленную группу имеющих среди наших испытуемых курсантов-спортсменов высокого уровня спортивного мастерства, которые вовлечены в спорт высших достижений всероссийского и международного уровня. В основе разделения – не только количественные характеристики интенсивности тренировочной и соревновательной деятельности, и формальная результативность спортивной карьеры, но и некоторые психологические особенности, обязательно присущие настоящему спортсмену – в первую очередь, особенности мотивации, связанные со стремлением к достижению высоких спортивных результатов и соревновательным достижениям.

Таким образом, были выделены три группы испытуемых: 1) «не-спортсмены», не занимающиеся физическим развитием вообще или занимающиеся физкультурой, физической подготовкой, не позволяющей отнести эти занятия к занятиям спортом ввиду недостаточной интенсивности тренировочной и (или) соревновательной нагрузки, а также недостаточности мотивации личности на спортивные достижения и победы; 2) «спортсмены», занимающиеся деятельностью, соответствующей критериям спортивной деятельности; 3) «спортсмены высокого класса», занимающиеся спортивной деятельностью на уровне спорта высших достижений и (или) профессионального спорта. Характеристика выделенных групп по формально-количественным критериям интенсивности спортивной деятельности представлена в таблице 1.

Таким образом, к группе «не-спортсменов» были отнесены 57% испытуемых (средний возраст 21,1 года). Большинство их них не имеют соревновательных достижений (82%), уровня спортивного мастерства (65%), тренируются в среднем 6,1 часа в неделю и участвуют в соревнованиях в среднем

2 раза в год (имеются в виду соревнования разного уровня, в том числе местные, вузовские).

Таблица 1 – Формально-количественная характеристика интенсивности спортивной деятельности по группам испытуемых

Характеристики	Не-спортсмены (n=115)	Спортсмены (n=78)	Спортсмены выс. класса (n=10)
Уровень соревновательных достижений, %:			
Всероссийский	0	13	70
Федеральный округ	0	12	30
Региональный	7	9	0
Городской	2	8	0
Местный/вузовский	9	10	0
Нет	82	48	0
Уровень спортивного мастерства, %:			
Мастер спорта	0	0	60
Кандидат в мастера спорта	1	38	40
I спортивный разряд	10	40	0
II и ниже спортивный разряд	7	0	0
Нет	65	20	0
Количество тренировок в неделю, %:			
6	7	42	40
4-5	35	33	60
3	35	25	0
Менее 3-х	23	0	0
Часов тренировок в неделю (кол-во, среднее)	M=6,1	M=12,1	M=21,3
Участие в соревнованиях в год (кол-во, ср.)	M=2,0	M=5,0	M=14,0

Попали в эту группу и испытуемые, ответившие, что имеют достижения на соревнованиях регионального (7%) и городского/местного уровней (11%), а также и имеющие I спортивный разряд (10%) и даже 1 кандидат в мастера спорта. Но по совокупности критериев, учитывая также не отраженные среди представленных в таблице данные по спортивной мотивации, эти испытуемые не были отнесены к категории спортсменов. Можно обратить внимание также, что многие из них достаточно интенсивно тренируются: 7% - 6 раз в неделю, 35% - 4-5 раз в неделю, 35% - 3 раза в неделю. Но показатель частоты тренировок у них, как правило, не соответствует объему тренировочной нагрузки – в среднем по группе 6,1 часа в неделю, что не так много для курсанта военного вуза, где обязательная физическая подготовка и составляет приблизительно 6 часов в неделю. К тому же,

как было неоднократно отмечено, интенсивность тренировочного процесса не является единственным критерием спортивной деятельности.

К группе «спортсменов» были отнесены 38% испытуемых (средний возраст 21,3 года). Большинство из них имеют весомые соревновательные достижения, являясь победителями или призерами соревнований всероссийского (13%), окружного (12%), регионального (9%) и других уровней. Большинство имеют уровень спортивного мастерства: 28% кандидаты в мастера спорта, 40% имеют I спортивный разряд. Большинство испытуемых в этой группе достаточно интенсивно тренируются: 42% тренируются 6 раз в неделю, 33% – 4-5 раз в неделю, 25% – 3 раза в неделю, никто не тренируется меньше трех раз в неделю. Средний объем недельной тренировочной нагрузки по группе составляет 12,1 часа в неделю, средний годовой объем соревновательной активности составляет 5 соревнований в год. Как можно заметить, в эту группу попали и спортсмены, не имеющие присвоенного уровня спортивного мастерства (22%) или соревновательных достижений (48%), но по совокупности соответствия критериям, отнесенные к категории спортсменов.

Наконец, к группе «спортсменов высокого класса» отнесены 5% испытуемых (средний возраст 20,6 года), из которых 70% являются победителями или призерами соревнований всероссийского уровня, 30% - уровня Федерального округа; 60% являются мастерами спорта, 40% - кандидатами в мастера спорта. Объем тренировочной нагрузки по этой группе составляет в среднем 21,3 часа в неделю, объем соревновательной активности – 14 соревнований в год.

Отметим, что выделенные группы оказались почти равными по среднему возрасту и курсу обучения, что принципиально важно в нашем психолого-педагогическом исследовании, поскольку делает все выявленные на основе анализа различий между этими группами закономерности свободными от факторов возраста и периода обучения.

Выполненное разделение на группы позволяет осуществлять анализ особенностей учебной и спортивной деятельности, а также проблем их сочетания при обучении в вузе (соответствующие анкеты представлены в приложении А).

Данные по характеристикам учебной деятельности курсантов представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Характеристики учебной деятельности и отношения к ней среди курсантов-спортсменов с разным уровнем вовлеченности в спорт (%)

Варианты ответов	Не-спортсмены	Спортсмены	Спортсмены выс. класса
Обычно сколько дней в неделю Вы посещаете аудиторные занятия в вузе?			
6–7	100	90	70
4–5	0	9	20
3 и менее	0	1	10
Вы посещаете дополнительные занятия, факультативы?			
Да	86	76	70
Нет	14	24	30
Как часто Вы занимаетесь учебной самостоятельно (выполнение домашних заданий, подготовка к аудиторным занятиям, чтение учебной литературы и т.п.)?			
Занимаюсь почти каждый день	100	98	70
Занимаюсь 1–2 раза в неделю	0	2	20
Занимаюсь редко	0	0	10
Ваша успеваемость в вузе (на какие оценки Вы учитесь)?			
На 5	7	8	0
На 4–5	57	69	60
На 4	29	19	20
На 3–4	7	4	20
Охарактеризуйте свое отношение к учебе			
Стараюсь взять от обучения максимум, занимаюсь дополнительно, делаю больше, чем требуют преподаватели	57	64	50
Отношусь средне, делаю основное, что требуется	43	35	50
Пока удастся только делать минимум, достаточный для получения диплома	0	0	0

В приведенной таблице и аналогичных далее, если сумма по вопросу не дает 100%, это означает, что не все испытуемые дали ответ на этот вопрос. Из данных, представленных в таблице 2, видно, что по большинству показателей, связанных с организацией учебной деятельности, курсанты, занимающиеся спортом, не отстают от своих товарищей, не занимающихся активной спортивной деятельностью, а по характеристикам субъективного отношения к учебе и успеваемости даже превосходят. Анализируя показатели по группам спортсменов с разным уровнем вовлеченности в спорт, можно заметить, что оцутимые

отличия по всем учебным показателям наблюдаются у спортсменов высшего уровня. Среди них меньше курсантов, которые активно посещают факультативные занятия (70%), они реже занимаются учебной самостоятельной работой (70% занимаются каждый день), среди них нет круглых отличников и 20% учатся на 3-4. Половина из них (50%), отвечая на вопрос об отношении к учебе, отвечают «отношусь средне, делаю основное, что требуется». Видно, что учебная деятельность не является их единственной деятельностью, и, возможно, даже не всегда является приоритетной. Это можно понять, учитывая, что курсанты-спортсмены, отнесенные к этой группе, тренируются 6 раз в неделю, иногда по 3 раза в день и ежемесячно или чаще участвуют в выездных соревнованиях.

Если рассмотреть на группу «спортсменов», то они уже по показателям и отношению к своей учебной деятельности практически ничем не отличаются от сокурсников, не занимающихся спортом. Они активно посещают факультативы (76% из них), что ненамного уступает этому показателю среди не занимающихся спортом (86%), тогда как успеваемость у них даже выше – 8% учатся на отлично и 67% на 4-5, в то время как среди не-спортсменов 7% отличников и только 57% учатся на 4-5. Самый высокий процент курсантов-спортсменов, ответивших на вопрос об отношении к учебной деятельности «отношусь серьезно, стараюсь взять от обучения максимум», среди спортсменов (64%).

В целом, полученные результаты указывают, что учебная деятельность наиболее успешна при ее сочетании со спортивной деятельностью тогда, когда спортивная деятельность реализуется с интенсивностью, соответствующей уровню, отнесенному к категории «спортсмен». Более высокая вовлеченность курсантов в спорт может снижать показатели учебной деятельности. Одновременно с этим отсутствие всякой вовлеченности курсантов в спорт также чаще соответствует более низким показателям по учебной деятельности.

Далее проанализируем ответы на вопросы анкеты, связанные с особенностями и проблемами сочетания учебной и спортивной деятельности среди курсантов-спортсменов. Результаты приведены в таблице 3.

Таблица 3 – Проблемы сочетания спортивной и учебной деятельности у курсантов-спортсменов с разным уровнем вовлеченности в спорт (%)

Варианты ответов	Не-спортсмены	Спортсмены	Спортсмены выс. класса
Вам приходилось не посещать учебные занятия по несколько дней для участия в соревнованиях?			
Да, много раз	4	25	60
Да, 1–2 раза	21	39	40
Нет, не приходилось	50	32	0
У Вас бывают проблемы с учебой из-за Ваших занятий спортом?			
Да, постоянно	0	0	0
Да, иногда бывают	1	12	30
Нет	75	87	70
Насколько Вам сложно «увязывать» учебу и спорт?			
Сложно	0	1	0
Не очень сложно, но этим приходится заниматься	17	21	40
Это вообще не проблема	57	74	60
Как относятся преподаватели и руководство вуза к Вашим занятиям спортом?			
В большинстве случаев положительно, поддерживают, идут навстречу	49	58	60
По-разному	14	28	40
Чаще без понимания, «твой спорт – твои проблемы»	4	7	0

Данные, представленные в таблице 3, указывают, что большинство курсантов-спортсменов не отмечают особых проблем, связанных с сочетанием их учебной и спортивной деятельности в вузе. Однако доля курсантов, отмечающих проблемы, возрастает с повышением степени вовлеченности в спортивную деятельность. Так, на то, что проблемы с учебой из-за спорта возникают «иногда», ответили 1% не-спортсменов, 12% спортсменов и 30% спортсменов высокого класса. То, что для «увязывания» учебы и спорта приходится прикладывать усилия, отмечают 17% не-спортсменов (видимо, многие из них в данном случае понимают под спортом свои занятия физической подготовкой в вузе), 21% спортсменов и 40% спортсменов высокого класса. Проблемы с преподавателями из-за занятий спортом отметили 18% не-спортсменов, 35% спортсменов и 40% спортсменов высокого класса.

Дополнительные результаты получены по оценкам испытуемыми учебной и спортивной деятельности, построенной по принципу семантического дифференциала. Испытуемые оценивали полярные утверждения, относящиеся

сначала к учебной деятельности, а затем к спортивной: «интересная – скучная», «помогает жить – мешает жить», «полезная для будущего – бесполезная для будущего». Оценки от «-3» до «+3» при анализе были переведены в 7-балльную шкалу. Результаты представлены совместно по курсантам и студентам в таблице 4.

В крайнем правом столбце таблицы здесь и далее цифрами указаны номера пар столбцов, в которых представлены средние значения по группам, по которым обнаружены достоверно значимые различия при  $p < 0,05$ . В качестве статистического критерия применялся U-критерий Манна-Уитни, поскольку распределение переменных отличается от нормального.

Таблица 4 – Субъективные оценки учебной и спортивной деятельности по методике семантического дифференциала (7-балльная шкала)

Положительные утверждения в шкалах семантического дифференциала	Общее по выборке	Не-спортсмены	Спортсмены	Спортсмены выс. класса	Статистически значимые различия в парах при $p < 0,05$
		0	1	2	
<b>Учебная деятельность:</b>					
Интересная	6,27	6,16	6,43	6,30	-
Помогает жить	6,16	6,01	6,37	6,30	0-1
Полезная для будущего	6,64	6,58	6,68	6,90	-
<b>Спортивная деятельность:</b>					
Интересная	6,61	6,48	6,75	6,90	0-1
Помогает жить	6,66	6,54	6,79	6,90	0-1
Полезная для будущего	6,74	6,62	6,88	6,90	0-1

Представленные данные указывают, что курсанты в целом склонны крайне положительно и позитивно оценивать как спортивную, так и учебную деятельность, причем оценки среди «спортсменов» выше по всем без исключения вопросам, а по многим это различие статистически значимо. Сравнивая оценки учебной и спортивной деятельности, что особенно важно в контексте изучения проблемы сочетания учебной и спортивной деятельности, отметим, что оценки спортивной деятельности в среднем немного выше, она представляется обучающимся более интересной и полезной, чем учебная деятельность. Особенно примечательно, что спортивная деятельность получает более высокие оценки по своей полезности для будущего ( $M=6,74$ ), чем учебная деятельность ( $M=6,64$ ).

Предполагается, что эта оценка более серьезная, чем предыдущие дихотомии «интересная-скучная» и «помогает жить-мешает жить», предполагающие более эмоциональные оценки.

Продолжая анализ особенностей учебной деятельности у спортсменов, перейдем от рассмотрения формальных характеристик деятельности к анализу ее психологических особенностей. Важнейшей психологической характеристикой учебной деятельности выступает мотивация учебной деятельности. Статистически значимые различия результатов анализа мотивов обучения в выделенных группах испытуемых представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Мотивы обучения у обучающихся с разной степенью вовлеченности в спортивную деятельность (5-балльная шкала)

Мотивы учебной деятельности	Не-спортсмены	Спортсмены	Спортсмены выс. класса	Статистически значимые различия в парах при $p < 0,05$
	0	1	2	
<b>Что способствовало Вашему выбору данной специальности?</b>				
Престиж, авторитет вуза и факультета	3,69	4,08	3,56	0-1
Высокая значимость профессии для государства и общества	4,27	4,67	4,60	0-1
Наилучшие способности именно в этой области	3,98	4,35	4,70	0-1; 0-2
<b>Что наиболее значимо для Вас в обучении?</b>				
Успешно продолжить обучение на последующих курсах	4,37	4,64	4,80	0-1
Приобрести глубокие и прочные знания	4,71	4,79	4,50	1-2
Быть постоянно готовым к очередным занятиям	4,06	4,47	4,30	0-1
Выполнять педагогические требования	4,04	4,35	4,40	0-1
Добиться одобрения окружающих	3,19	3,60	3,60	0-1
Избежать осуждения и наказания за плохую учебу	2,73	3,37	3,10	0-1
<b>Успешное завершение обучения даст Вам возможность:</b>				
Достичь социального признания, уважения	3,78	3,97	4,50	0-2
Получить высокооплачиваемую работу	3,97	3,57	4,10	0-1
Работать в государственных структурах	3,98	4,57	5,00	0-1; 0-2
Самосовершенствования	4,66	4,84	4,60	0-1

Анализ результатов показывает, что при выборе специальности спортсмены чаще руководствуются высокой значимостью профессии для государства и общества ( $M=4,67$ ), чем не-спортсмены ( $M=4,27$ ), ощущением наилучших способностей именно в этой области ( $M=4,35$  и  $M=3,98$ ). Значимо ниже курсанты-

спортсмены мотивированы получением высокооплачиваемой работы ( $M=3,57$  и  $M=3,97$ ) и значимо выше – возможностью самосовершенствования ( $M=4,84$  и  $M=4,66$ ).

Позволяет изучить проблемы учебной деятельности спортсменов анализ, так называемых, процессуальных мотивов, т. е. лично значимых мотивов, связанных с процессом обучения. Наиболее значимым для спортсменов, в отличие от не-спортсменов, выступает мотив «добиваться одобрения окружающих» ( $M=3,6$  и  $M=3,19$ ) – это объясняется психологическими особенностями спортивной деятельности, в основе которой лежит соревновательная составляющая. Наряду с этим, обнаружены значимые различия по целому ряду характеристик, которые объясняются не только указанным соревновательным желанием «быть лучше», но могут указывать и на наличие трудностей в организации своей учебной деятельности.

Так, спортсмены значимо сильнее мотивированы выполнять педагогические требования ( $M=4,35$  и  $M=4,04$ ), постоянно быть готовым к очередным занятиям ( $M=4,47$  и  $M=4,06$ ), и особенно высокие различия в оценках получены по мотиву «избежать осуждения и наказания за плохую учебу» ( $M=3,37$  и  $M=2,73$ ).

Анализ различий в значимости мотивов указывает, что основные различия в мотивации существуют между группами «не-спортсменов» и «спортсменов», т. е. возникают при «переходе» курсанта в категорию «спортсмен». Хотя различий в мотивации между «спортсменами» и «спортсменами высокого класса» существенно меньше, они имеют другое содержание, например, спортсмены высокого класса менее мотивированы на приобретение глубоких и прочных знаний ( $M=4,5$ ), чем просто спортсмены ( $M=4,79$ ) и даже не-спортсмены ( $4,71$ ). Это согласуется и с другими полученными в ходе исследования и представленными в данной работе данными о том, что при переходе на высокий уровень вовлеченности в спортивную деятельность, относящийся к области профессионального спорта и спорта высших достижений, спортивная деятельность начинает занимать приоритетные позиции, учебная деятельность отходит на второй план. Это объясняется тем, что физически невозможно

сочетать 40 часов тренировок и 50 учебных часов в неделю, и иногда несколько раз в месяц участвовать в выездных соревнованиях.

Были проанализированы также различия в мотивации спортивной деятельности, полученные с помощью опросника Е. А. Калинина. Результаты представлены в таблице 6.

Таблица 6 - Мотивы занятия спортом среди обучающихся с разной степенью вовлеченности в спортивную деятельность (опросник Е. А. Калинина)

Мотивы спортивной деятельности	Не-спортсмены	Спортсмены	Спортсмены выс. класса	Статистически значимые различия в парах при $p < 0,05$
	0	1	2	
Потребность в достижении	32,16	33,05	31,10	-
Потребность в борьбе	27,44	29,47	28,10	0-1
Потребность в самосовершенствовании	31,16	32,56	30,30	-
Потребность в общении	28,17	28,91	26,50	-
Потребность в поощрении	26,46	28,94	25,80	0-1

Данные показывают, что в группе «спортсменов» все мотивы спортивной деятельности выражены в среднем выше, чем в группе «не-спортсменов». Значимые различия получены по мотивам, основанным на потребности в борьбе и потребности в поощрении. Группа спортсменов высокого класса вновь демонстрирует снижение результатов, подтверждая отсутствие линейной взаимосвязи между психологическими характеристиками и степенью вовлеченности в спортивную деятельность.

Таким образом, анализ спортивной и учебной деятельности, а также особенностей мотивации курсантов-спортсменов и их отношения к обучению и спорту показывает, что одновременная реализация учебной и спортивной деятельности в вузе сопровождается определенным взаимодействием мотивов, целей и средств этих двух самостоятельных видов деятельности. Совмещение учебной и спортивной деятельности реализуется в процессе обучения и занятий спортом, и оказывает формирующее влияние на личность курсанта-спортсмена. Высокая интеграция занятий спортом в образовательный процесс военного вуза

позволяет формировать целостную личность офицера, сочетающую качества военнослужащего и спортсмена (рисунок 3).

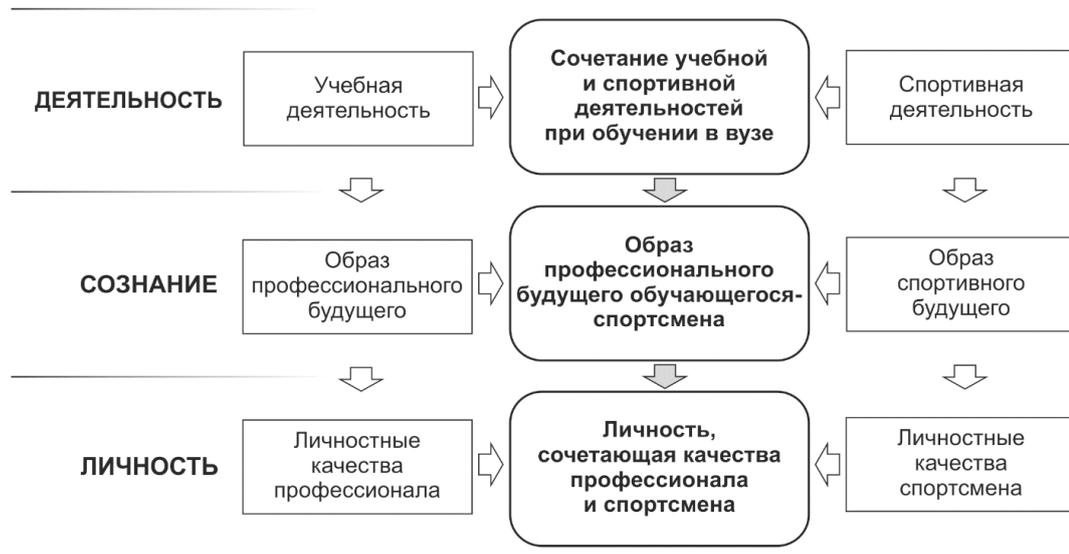


Рисунок 3 – Формирование образа профессионального будущего и личности курсанта-спортсмена в единстве учебной и спортивной деятельности

### Выводы по второй главе

Проведенный теоретический анализ проблем изучения в психологии физического воспитания и спортивной деятельности, анализ организационных и правовых оснований студенческого спорта как части образовательного процесса в военных вузах, а также представленные результаты собственного эмпирического исследования особенностей и проблем сочетания учебной и спортивной деятельности при обучении в вузе позволяют сформулировать ряд выводов, касающихся психолого-педагогических характеристик спортивной деятельности и проблем ее сочетания с обучением в вузе.

1. Спортивная деятельность существенно отличается по своим структурным и содержательным характеристикам от любой другой деятельности по физической и иной подготовке. Основными психологически и педагогически важными признаками спортивной деятельности выступают: 1) соревновательная, тренировочная и восстановительная деятельность, причем соревновательная

деятельность является основной; 2) для спорта характерна особая мотивационно-целевая структура деятельности, когда основным мотивом выступает мотив состязания, а целью – достижение высокого уровня соревновательных результатов, соревновательность выступает смыслообразующим компонентом спортивной деятельности; 3) спорт предполагает включенность в социальные группы и организации, обеспечивающие единство и постоянство тренировочно-соревновательного процесса; 4) включенность в государственную систему спорта предполагает обязательное присвоение спортсмену уровней спортивного мастерства и званий, что несет важную мотивирующую, направляющую и оценочную функцию; 5) спортивная деятельность сопровождается высокой интенсивностью тренировочного процесса; 6) спортивная деятельность формирует устойчивый комплекс индивидуально-психологических особенностей, в том числе особенностей характера и личности спортсмена, его морально-волевых качеств.

2. Физкультурно-спортивная деятельность тесно интегрирована в образовательный процесс военных вузов войск национальной гвардии. Важной особенностью военного образования является единство физической и спортивной подготовки, что проявляется не только в интенсивности занятий, но и в отношении каждого курсанта к предпочитаемому виду спорта по его выбору, а также в том, что курсант в процессе прохождения обучения обязан выполнить нормативы спортивного разряда. Объем тренировочной нагрузки курсантов не является критерием спортивной деятельности, поскольку в вузах войск национальной гвардии достаточно высокие требования к объему занятий по физической подготовке. Поэтому не всякая физическая подготовка, даже интенсивная и предполагающая участие в соревнованиях, может означать вовлеченность курсанта в спортивную деятельность. Наличие спортивного разряда также не выступает критерием, поскольку и в этой части к курсантам имеются требования со стороны вуза. Как показано теоретическим анализом спортивной деятельности, ее обязательным условием является высокая внутренняя мотивация на занятие именно спортивной деятельностью, имеющей в качестве своей обязательной цели

достижение высоких спортивных результатов и (или) высоких соревновательных результатов. На основании этого положения критерием отнесения курсантов военного вуза к категории спортсменов выступило добровольное превышение курсантом требуемого объема физической подготовки, превышение требуемой интенсивности участия в соревнованиях и требований по уровню спортивного мастерства, что указывает на спортивную мотивацию курсанта.

3. Анализ спортивной и учебной деятельности курсантов в процессе вузовской подготовки, а также особенностей мотивации курсантов-спортсменов и их отношения к обучению и спорту показывает, что одновременная реализация учебной и спортивной деятельности в вузе сопровождается определенным взаимодействием мотивов, целей и средств этих двух самостоятельных видов деятельности. Возникает явление, называемое в данном исследовании совмещением учебной и спортивной деятельности, предполагающее параллельную реализацию субъектом двух самостоятельных сложных деятельностей, которая сопровождается не смешением, но частичным взаимопроникновением этих деятельностей друг в друга с соответствующим взаимным влиянием. Совмещение учебной и спортивной деятельности реализуется в процессе обучения и занятий спортом и оказывает формирующее влияние на личность курсанта-спортсмена. Образ профессионального будущего у курсантов-спортсменов формируется в единстве учебной и спортивной деятельностей и поэтому сочетает в себе образ будущей как профессиональной, так и спортивной реализации. Высокая интеграция занятий спортом в образовательный процесс военного вуза позволяет формировать целостную личность офицера, сочетающую качества военнослужащего и спортсмена.

4. Учебная деятельность наиболее успешна при ее совмещении со спортивной деятельностью в военном вузе тогда, когда спортивная деятельность реализуется с умеренной интенсивностью, соответствующей уровню спорта, но не спорта высших достижений. Такие курсанты-спортсмены не уступают своим сокурсникам, не занимающимся спортом, по академической успеваемости, компенсируя пропуски занятий, которые неизбежны из-за участия в

соревнованиях, самостоятельной работой, усердием, воспитываемой спортом дисциплиной и трудолюбием. Высокая вовлеченность обучающихся в спортивную деятельность может снижать показатели учебной деятельности, что вызвано большой занятостью спортсменов высокого класса в тренировочном и соревновательном процессе, а также, вероятно, изменением приоритетов, когда спортивная деятельность становится основной, с которой часто связывается будущее, в том числе и профессиональное. Наоборот, отсутствие вовлеченности в спорт часто соответствует более низким показателям учебной деятельности. Вероятно, это объясняется тем, что те обучающиеся, которые в целом менее мотивированы, менее дисциплинированы, слабее успевают в учебной деятельности, либо не успевают заниматься спортом, либо не имеют на то должной мотивации и воли. Выявленная нелинейная зависимость соответствует известному в психологии принципу оптимума, когда наибольшая эффективность достигается при среднем уровне воздействующего фактора. Все это позволяет заключить, что совмещение обучения в военном вузе со спортивной деятельностью при определенных условиях способствует повышению эффективности обучения, а спортивная деятельность выступает фактором эффективности образовательного процесса.

### **Глава 3. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ОБРАЗА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО БУДУЩЕГО У КУРСАНТОВ-СПОРТСМЕНОВ**

#### **3.1. Организация и методы исследования**

**Общая характеристика выборки.** В общей сложности в исследовании приняли участие 228 испытуемых – курсантов 1-5-го курсов Новосибирского военного института имени генерала армии И.К. Яковлева войск национальной гвардии, обучающиеся по направлению «Правовое обеспечение национальной безопасности». Все курсанты мужского пола. Возраст испытуемых от 18 до 27 лет, средний возраст 20,9 года. Распределение испытуемых по годам обучения: 1-й курс – 21%, 3-й курс – 54%, 5-й курс – 25%.

Среди испытуемых 43% сочетают обучение в вузе с активной спортивной деятельностью на момент обследования, 57% - не занимаются спортом, хотя некоторые из них занимались спортом ранее. Из общей численности испытуемых присвоенный уровень спортивного мастерства имеют: мастер спорта – 3%, кандидат в мастера спорта – 17%, I спортивный разряд – 21%, II и III спортивный разряды – 4%, не имеют уровня спортивного мастерства, но занимаются спортом – 44%. По видам спорта, из числа занимающихся спортом, 29% испытуемых занимаются циклическими, скоростно-силовыми видами спорта или многоборьем, 24% - единоборствами, 19% - игровыми видами спорта, 8% - военно-прикладными видами спорта. Среди испытуемых, занимающихся спортом, 27% имеют соревновательные достижения, являются победителями и призерами спортивных соревнований разного уровня, в том числе: Всероссийские – 7%, Федерального округа – 6%, субъекта Федерации – 7%, городские и межвузовские – 4%, местные, вузовские – 1%.

**Методы исследования.** Применялся широкий спектр методов психолого-педагогического исследования, подобранных или разработанных с учетом возраста испытуемых и их уровня образования.

1. Метод вербального самоотчета в форме самостоятельного письменного выполнения задания, которое заключалось в написании курсантами сочинения на тему «Мое профессиональное будущее» с использованием опорного плана (приложение В). Опорный план разработан с учетом возрастных особенностей испытуемых. Методы обработки полученных данных:

а) Контент-анализ текстов сочинений с группированием сходных по значению описаний профессионального будущего и соответствующей категоризацией. Анализ индивидуальных наборов категоризированных описаний профессионального будущего позволяет реконструировать индивидуальное содержание образа профессионального будущего, а представленность этих описаний в группах испытуемых позволяет анализировать общие для групп тенденции.

б) Экспертная оценка текстов сочинений с целью измерения выделенных на этапе теоретического анализа параметров, выступающих характеристиками образа профессионального будущего. Экспертами выступили преподаватели военного вуза, офицеры, педагоги и психологи. Оценивание проводилось по 5-балльной шкале по каждому показателю на основании единых критериев, что обеспечивает унифицированность и сопоставимость оценок экспертов. В качестве результирующей оценки по каждому показателю принималось среднее арифметическое оценок всех экспертов. Описание критериев оценки по каждому показателю:

**Определенность.** Показывает, насколько испытуемый определился в отношении своего профессионального будущего, уверенность в достижимости этого профессионального будущего. Высокая определенность означает, что испытуемый отчетливо понимает, «видит» свое профессиональное будущее, что сопровождается уверенностью за будущее, ощущением контролируемости. Оценка «5» ставится в том случае, если образ профессионального будущего

представляется испытуемому предельно ясно и при проявлении полной уверенности в том, что это будущее будет достигнуто. Оценка «1» означает отсутствие описания образа будущего.

При оценивании этого параметра не учитывалась развернутость и полнота описания образа, оценивалась только определенность при отсутствии сомнений, колебаний. Даже краткое описание образа профессионального будущего: «Через 10 лет я являюсь офицером войск национальной гвардии в звании майора» оценивается высоко по этому параметру, поскольку отражает определенность, уверенность испытуемого. Высокие оценки также получали описания, содержащие вариативность профессионального будущего, если все варианты описаны как определенные. Низкие оценки по данному параметру получали описания, хотя и более развернутые, но не столь определенно сформулированные, что выражается в использовании слов «мне кажется», «наверное», «может быть», «возможно» и т. п.

Насыщенность. Отражает развернутость, полноту описания образа профессионального будущего, насколько будущее представляется насыщенным разными событиями. Оценка по данному параметру определяется количеством описываемых событий в будущем. В пилотажном исследовании было установлено, что испытуемые упоминают от 1 до 9 событий, в среднем 5. Анализ распределения определяет шкалу оценивания: оценка «5» ставится при упоминании 8 и более событий, «4» - 6 и 7 событий, «3» - 4 и 5 событий, «2» - 2 или 3 события, «1» - одно событие или отсутствие описания.

При оценивании насыщенности не учитывается развернутость и конкретность описания самих событий, их реалистичность, логичность их взаимосвязи и т. д., например, упомянутое описание «Через 10 лет я являюсь офицером войск национальной гвардии в звании майора» будет оценено в 2 балла по параметру насыщенности, поскольку оно содержит описание двух событий в будущем – служить в войсках национальной гвардии и стать майором.

Конкретность. Важный показатель, имеющий прямое отношение к сформированности образа будущего, отражающий детализированность описания

событий в будущем, а также их «привязку» к реальности. Оценка «5» выставлялась за описания, содержащие упоминания о конкретных результатах по всем событиям, которых планирует добиться испытуемый, в противовес обобщенным формулировкам (например, конкретное «у меня будет сеть кофеен», вместо обобщенного «у меня будет свой бизнес»). Повышало балл также упоминание конкретных мест будущей работы, узких специализаций в профессии, которыми планирует заниматься испытуемый. Низкие оценки получали описания образов профессионального будущего, изложенные в общих чертах.

**Проспективность.** Согласно теоретическим положениям исследования, образ будущего – это не застывшая конструкция, «слепок» или фотография конкретного момента, а динамическое образование, включающее протяженность и последовательность событий во времени. Высокие оценки по этому показателю получали описания, содержащие как раз последовательность событий, указывающие на наличие в сознании субъекта образа не как картинки из будущего, а как жизненной перспективы, протяженной во времени.

**Целостность.** Характеристика образа профессионального будущего, отражающая внутреннюю согласованность всех элементов образа, непротиворечивость, логичность, своего рода «жизнеспособность» образа будущего. У экспертов возникали проблемы с оценкой кратких описаний, как, например, уже упоминавшееся достаточно лаконичное описание образа профессионального будущего, типичное для курсантов военного вуза. С одной стороны, такие описания нельзя оценивать низко по параметру целостности, поскольку они не противоречивы и вполне согласованы. С другой стороны, когда указан лишь один элемент образа будущего («буду офицером»), он и не может быть несогласованным, поскольку ему не с чем согласовываться. В таких случаях ставились средние оценки.

2. Методика субъективной оценки сформированности представлений о своем профессиональном будущем, основанная на шкальной технике с биполярным шкалированием пар противоположных утверждений с биполярной 7-

балльной шкалой от -3 до +3, приведенная на этапе анализа к шкале от 1 до 7 баллов. Предложена испытуемым в виде письменного задания (приложение Б). Испытуемым предлагалось оценить пары противоположных утверждений, касающихся своего будущего и профессионального будущего, например, пара «Я очень ясно представляю себе свое будущее» и «Я не представляю себе свое будущее». Всего предлагалось 8 пар утверждений, в том числе: одна пара утверждений на сформированность образа будущего в целом, одна пара – на сформированность образа профессионального будущего и по две пары утверждений на каждый компонент образа профессионального будущего, выделенных на этапе теоретического анализа – образ «Я-профессиональное» в будущем, образ профессиональной сферы жизни в будущем, представления о достижении профессионального будущего.

3. Методика изучения отношения к учебной и спортивной деятельности, построенная по принципу семантического дифференциала (приложение Б). Биполярные шкалы-антонимы образованы прилагательными (например, интересная-скучная) или глаголами (помогает-мешает), позволяющими оценить отношение испытуемых к учебной и спортивной деятельности. Использование глаголов в методике семантического дифференциала обосновано в работах Е. Л. Доценко [37].

4. Методика «Кто Я?», предложенная М. Куном и Т. Маркпартлендом, для сбора информации об образе «Я-профессиональное» в настоящем, который дополняет образ профессионального будущего.

5. Психологическое тестирование. Для дополнительного изучения сформированности образа профессионального будущего и его психологических факторов применялись «Тест смысловых ориентаций», адаптированный Д. А. Леонтьевым на основе методики Л. Махолика и Дж. Крамбо, а также «Самоактуализационный тест», разработанный Ю. Е. Алешиной, Л. Я. Гозманом, М. В. Загикой и М. В. Крозом на основе методики Э. Шострома. Для изучения мотивации учебной и спортивной деятельности применялись методики

диагностики мотивации обучения С. А. Пакулиной и С. М. Кетько и опросник «Мотивация спортивной деятельности» Е.А. Калинина.

6. Анкета для сбора общих сведений об испытуемых, а также информации об особенностях занятий учебной и спортивной деятельностью и их сочетания (приложение А).

При обработке данных применялся частотный (процентный анализ), сравнительный анализ с использованием U-критерия Манна-Уитни, критерий согласия К. Пирсона «хи-квадрат», корреляционный анализ К. Пирсона.

### **3.2. Психологические особенности образа профессионального будущего у курсантов на разных этапах вузовской подготовки**

Обследование курсантов, обучающихся на разных курсах, позволяет выявить характеристики и содержание образа профессионального будущего в целом, а также проследить его изменение по годам обучения, что позволяет проследить динамику, а при учете психолого-педагогических условий образовательного процесса – определить и особенности его формирования в процессе обучения. Усредненные оценки параметров образа профессионального будущего в зависимости от курса (года) обучения представлены в таблице 7.

Таблица 7 – Усредненные оценки параметров образа профессионального будущего в зависимости от курса обучения (5-балльная шкала)

Параметры образа профессионального будущего	Общее по выборке	1 курс	3 курс	5 курс	Статистически значимые различия в парах при $p < 0,05$
1	2	3	4	5	6
Определенность	2,67	2,08	2,79	2,77	3-4; 3-5
Насыщенность	2,18	1,67	2,29	2,32	3-4; 3-5
Конкретность	2,13	1,67	2,25	2,23	3-4; 3-5
Перспективность	1,96	1,41	2,10	2,13	3-4; 3-5
Целостность	2,51	2,11	2,61	2,64	3-4; 3-5

В крайнем правом столбце таблицы здесь и далее цифрами указаны номера пар столбцов, в которых представлены средние значения по группам, по которым обнаружены достоверно значимые различия при  $p < 0,05$ . В качестве

статистического критерия применялся U-критерий Манна-Уитни, поскольку распределение переменных отличается от нормального.

В целом по выборке можно оценить уровень сформированности образа профессионального будущего у испытуемых как средний. Наиболее высокие оценки получил параметр «Определенность» ( $M=2,67$ ), а самые низкие – «Перспективность» ( $M=1,96$ ) и «Конкретность» ( $M=2,13$ ).

Опираясь на эти данные, образ профессионального будущего у обучающихся в целом можно охарактеризовать как вполне определенный, представляющийся ясным, четким и, вместе с тем, достаточно целостный, внутренне логичный, согласованный, но, при этом, значительно менее конкретный, выраженный в общих чертах, без должной детализации, и не перспективный, т. е. не содержащий в достаточной мере простроенной протяженности последовательных событий.

Анализируя изменение оценок по курсам обучения, отметим, что по всем без исключения характеристикам средние значения оценок у обучающихся 3-го курса статистически значимо выше, чем аналогичные показатели у первокурсников, на что указывают результаты статистического сравнительного анализа с применением U-критерия Манна-Уитни. Это свидетельствует в пользу подтверждения предположения о том, что образ профессионального будущего формируется в процессе обучения в вузе (рисунок 4).

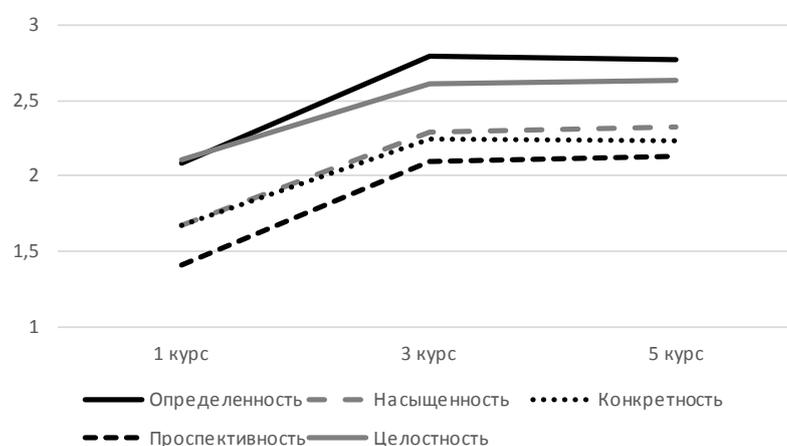


Рисунок 4 – Изменение показателей образа профессионального будущего на разных этапах обучения

Между показателями обучающихся 3-го и 5-го курсов статистически значимых различий не выявлено. Это может означать, что образ профессионального будущего интенсивно формируется в первой половине периода обучения в вузе, после чего его формирование замедляется, по крайней мере по тем параметрам, которые подлежали оценке в нашем исследовании.

Данные о субъективной оценке сформированности образа будущего и образа профессионального будущего у курсантов представлены в таблице 8.

Таблица 8 – Усредненные субъективные оценки образа будущего и образа профессионального будущего по годам обучения (7-балльная шкала)

Положительные утверждения в парах	Общее по выборке	1 курс	3 курс	5 курс	Статистическое и значимые различия в парах при $p < 0,05$
1	2	3	4	5	6
<i>Образ «Я-профессиональное» в будущем:</i>					
Я знаю, кем я стану в профессиональном плане	6,24	6,54	6,14	6,52	4-5
Я знаю, чего я хочу достичь в профессиональном плане	6,52	6,54	6,55	6,73	-
<b>Среднее по «образ «Я-профессиональное»<sup>1</sup></b>	<b>6,38</b>	<b>6,54</b>	<b>6,34</b>	<b>6,63</b>	
<i>Образ профессиональной сферы жизни в будущем:</i>					
Я точно знаю, как именно я буду зарабатывать на жизнь	6,18	6,31	6,07	6,63	4-5
Я знаю, в какой сфере я буду работать	6,14	6,20	5,95	6,60	4-5
<b>Среднее по «образ профессиональной сферы»</b>	<b>6,16</b>	<b>6,26</b>	<b>6,01</b>	<b>6,62</b>	
<i>Стратегия профессионального становления:</i>					
Я хорошо представляю себе свою профессиональную карьеру	6,1	6,20	5,98	6,38	4-5
Моя работа будет тесно связана со специальностью, которую я сейчас получаю в вузе	6,16	6,14	6,14	6,52	4-5
<b>Среднее по «профессиональная стратегия»</b>	<b>6,13</b>	<b>6,17</b>	<b>6,06</b>	<b>6,45</b>	
<i>Образ профессионального будущего в целом:</i>					
Я спокоен за свое профессиональное будущее	6,13	6,49	6,01	6,52	4-5
<i>Образ будущего в целом:</i>					
Я очень ясно представляю себе свое будущее	6,22	6,37	6,06	6,52	4-5

Анализируя приведенные данные, необходимо, в первую очередь, отметить достаточно высокие субъективные оценки сформированности образа будущего и профессионального будущего у испытуемых. По всем парам утверждений усредненные оценки превышают 6 баллов по 7-балльной шкале (или более +2 по

<sup>1</sup> Среднее значение оценок по утверждениям опросника, относящимся к каждому компоненту образа профессионального будущего

исходной предложенной испытуемым шкале от -3 до +3). При общем высоком уровне оценок все же можно отметить, что наиболее высокие оценки получены по вопросам, касающимся сформированности образа «Я-профессиональное» в будущем (среднее значение оценок параметров, относящихся к этому компоненту  $M=6,38$ ): «Я знаю, кем я стану в профессиональном плане» ( $M=6,24$ ) и, особенно, «Я знаю, чего я хочу достичь в профессиональном плане» ( $M=6,52$ ). Ниже других выглядят оценки, касающиеся стратегии профессионального становления (среднее значение по компоненту  $M=6,13$ ): «Я хорошо представляю себе свою профессиональную карьеру» ( $M=6,1$ ), «Моя работа будет тесно связана со специальностью, которую я сейчас получаю в вузе» ( $M=6,16$ ). Характеризуя оценки в целом, можно сказать, что курсанты хорошо представляют себя в своем профессиональном будущем, но хуже представляют профессиональную сферу своей жизни в целом и то, как этого профессионального будущего достичь.

Динамика субъективных оценок сформированности образа профессионального будущего по курсам обучения значительно отличается от экспертных оценок. Так, обучающиеся первого курса демонстрируют очень высокие оценки почти по всем компонентам образа профессионального будущего. У обучающихся 3-го курса оценки оказываются даже в среднем ниже, чем у первокурсников. Курсанты-выпускники имеют снова более высокие оценки, которые почти по всем показателям статистически значимо выше, чем у курсантов 3-го курса. Это позволяет говорить о разнонаправленности динамики субъективных оценок сформированности образа профессионального будущего в процессе обучения, которая, будучи изначально высокой при поступлении, снижается к середине обучения, а затем вновь возрастает к его окончанию (рисунок 5).

Подобные результаты нередко встречаются при обследовании обучающихся в вузах, особенно при измерении субъективно оцениваемых показателей, связанных с будущим. Как и в нашем случае, это, вероятно, связано с эмоциональным подъемом, внезапным ощущением успеха от поступления в вуз, началом взрослой жизни, открывающимися перспективами, что часто

наблюдается у первокурсников, и на основе чего они склонны давать завышенные, часто излишне оптимистичные оценки в отношении своего будущего. В процессе обучения эти настроения постепенно сглаживаются, в ходе освоения профессии появляется более реалистичная картина, в том числе и в отношении будущего, поэтому оценки снижаются, становятся более адекватными. К концу обучения оценки вновь возрастают, но этот рост уже отражает реальную готовность к будущей жизни, основанную на личностной и профессиональной зрелости.

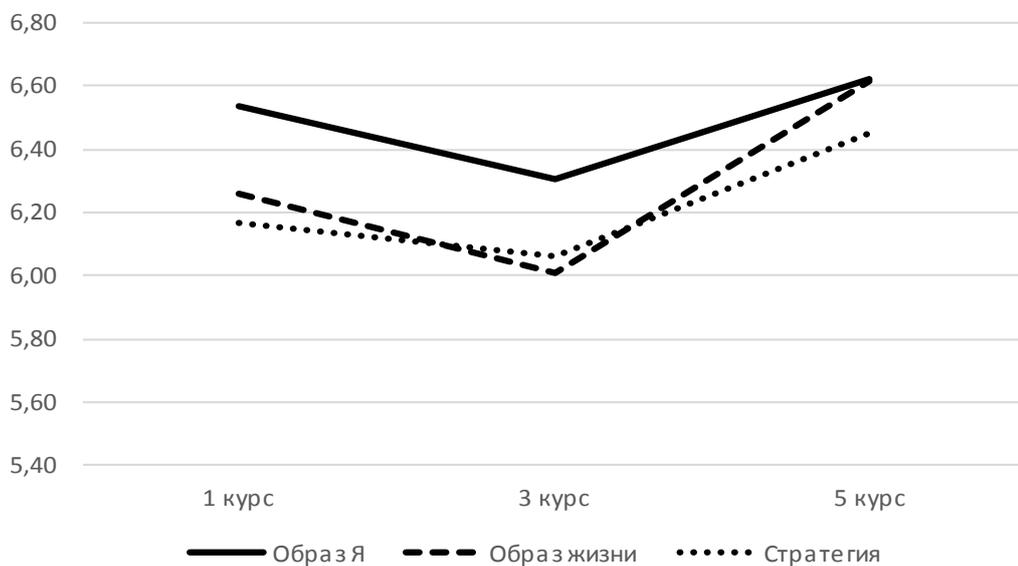


Рисунок 5 – Изменение субъективных оценок компонентов сформированности образа профессионального будущего на разных этапах обучения

Наиболее интересные, на наш взгляд, результаты исследования связаны с содержанием образа профессионального будущего. Тексты описаний образа профессионального будущего были проанализированы по содержанию: выделены семантические единицы и сгруппированы в семантические категории, которые можно считать элементами содержания образа профессионального будущего. Представленность этих элементов по курсам обучения приведена в таблице 9. Поскольку данные представлены в процентах, в качестве статистического критерия используется критерий согласия Пирсона «хи-квадрат» ( $\chi^2$ ). В крайнем правом столбце таблицы указаны пары столбцов, соответствующие группам испытуемых, по которым обнаружены значимые различия.

Таблица 9 - Представленность отдельных элементов содержания в образе профессионального будущего по курсам обучения, %

Элементы содержания образа профессионального будущего	Общее по выборке	1 курс	3 курс	5 курс	Статистически значимая согласованность ( $\chi^2$ ) в парах при $p < 0,05$
1	2	3	4	5	6
<b>Образ «Я-профессиональное» в будущем:</b>					
Работа по специальности	84,7	88,2	80,7	97,9	4-5
Узкие интересы в профессии	6,5	0	7,0	12,8	-
Реализация профессиональных ценностей	10,2	9	10,5	14,9	-
Спорт как профессия	4,7	0	3,5	8,5	-
<b>Образ профессиональной жизни в будущем:</b>					
Выраженные карьерные цели	19	14,7	20,2	21,3	-
Получение второго высшего образования	7	0	10,5	6,4	3-4
Дальнейшее обучение по специальности	7,9	0	7,0	14,9	-
Намерение открыть свой бизнес	7,9	9	7,9	4,3	-
Упоминание семьи или других сфер жизни	11,2	11,7	10,5	14,9	
<b>Стратегия профессионального становления:</b>					
За счет образования	18,6	11,8	20,2	17	-
За счет занятий спортом	17,2	23,5	14,9	19,1	-
За счет собственных усилий	26,5	20,6	24,6	38,3	-
За счет личных качеств	13,9	11,8	11,4	12,8	-
<b>Образ профессионального будущего в целом:</b>					
Вариативность образа будущего	5,6	3	8,8	2,1	-

Все элементы содержания образа будущего можно разделить по выделенным на этапе теоретического анализа компонентам образа будущего, что и представлено в таблице 9, хотя это разделение достаточно условно – почти в каждом из выделенных элементов образа будущего содержится и часть из образа «Я-профессиональное», и часть из образа будущей профессиональной жизни. Это подтверждает показанное еще на этапе теоретического анализа единство образа «Я» и образа жизни в составе образа мира человека. Далее рассмотрим и проанализируем отдельно каждый элемент, принципы их выделения при обработке и особенности представленности в образе профессионального будущего.

К содержанию образа «Я-профессиональное» в будущем отнесены следующие элементы.

Работа по специальности (выявлено у 84,7% испытуемых). Наиболее часто встречающийся элемент содержания образа профессионального будущего – это характеристика образа «Я-профессиональное», которое в большинстве случаев является ответом на вопрос «Кем я буду работать?». Большинство описаний начинаются именно с указания своих намерений в будущем работать в той или иной профессии, быть специалистом в той или иной области. Сопоставив указанное намерение с направлением обучения, по которому обучается курсант в момент обследования, можно выявить, совпадает ли его профессиональное намерение, видение себя в профессиональном будущем с той профессией, которую он осваивает. Будущая сфера профессиональной деятельности курсантов вуза войск национальной гвардии соответствует специальности, если она находится в сфере военной службы. Несмотря на то, что курсанты в процессе обучения, одновременно с военно-учетной специальностью, получают и гражданскую специальность, все же их профессия – офицер, и только профессиональное будущее офицера традиционно считается соответствующим специальности. В нашей выборке 84,7% курсантов высказали намерение работать именно по специальности. В процессе обучения доля обучающихся, намеревающихся в будущем работать по получаемой специальности, снижается от 1-го к 3-му курсу, а затем возрастает к 5-му курсу: на 1 курсе таких обучающихся 88,2%, на 3 курсе – 80,7%, а на 5 курсе – 97,9%. Рост от 3-го к 5-му курсу имеет статистически значимое подтверждение применением критерия хи-квадрат Пирсона при  $p < 0,05$ .

Конкретность представлений о профессии (6,5%). Некоторые испытуемые при описании образа профессионального будущего указывали не только профессию или специальность, в которой они себя видят в будущем, но и более конкретный род занятий. Например, курсант пишет, что видит себя «офицером, профессионалом в области систем вооружений». Наличие видения конкретной специализации в образе профессионального будущего свидетельствует о более сформированных представлениях о профессии, формировании профессионального самосознания. В процессе обучения наблюдается динамика по

увеличению доли обучающихся, имеющих конкретные представления о своем образе профессионального будущего: таковых не обнаружено среди студентов 1-го курса, что объяснимо слабостью представлений о профессии и несформированностью профессионального самосознания в начале обучения; на 3 курсе таких испытуемых уже 7%, а на 5 курсе – 12,8%.

Реализация профессиональных ценностей (10,2% испытуемых). Наличие данного элемента в содержании образа профессионального будущего отмечается, если описание содержит упоминание о развитии или реализации профессиональных ценностей в процессе профессионального становления, или профессиональные ценности содержатся в самом описании образа профессионального будущего. Например, в описании курсанта военного вуза «Я буду верно служить Родине» упоминаются ценности профессии офицера – служение, Военная присяга; «Я стану хорошим командиром, под моим командованием все будут целы и невредимы» - ценность ответственности за подчиненных. Содержание таких элементов указывает на высокий уровень профессионального самосознания у обучающихся, наличие сформированных представлений о профессии и образе профессионала. В процессе обучения доля испытуемых с таким элементом в образе будущего увеличивается – на 1 курсе их 9%, на 3 курсе 10,5%, на 5 курсе 14,9%.

Спорт как профессия (4,7%). Поскольку значительную часть выборки составляют курсанты, активно занимающиеся спортом, некоторые указывают, что видят себя в профессиональном плане как профессиональных спортсменов, тренеров или спортивных руководителей, предпринимателей в сфере спорта. В процессе обучения доля таких испытуемых возрастает с нулевой на 1 курсе до 3,5% на 3 курсе и 8,5% на 5 курсе.

Следующий компонент содержания образа профессионального будущего – образ профессиональной жизни в будущем. К образу жизни были отнесены следующие элементы содержания:

Выраженные карьерные цели (19%). Образ профессионального будущего маркировался как содержащий этот элемент в том случае, если в его описании

прямо указываются карьерные планы, карьерные устремления и цели, понимаемые как должностное продвижение – последовательное описание повышения с одной должности на другую. Данным маркером не отмечались описания, которые просто содержат указание должности или звания, в котором себя видит испытуемый в будущем (например, «... буду офицером в звании майора»), а также те, в которых содержится слово «карьера» или его производные, но употребляемые в значении «профессиональный путь», а не «должностной рост».

Получение второго высшего образования (7%). В данный элемент образа будущего включены только намерения к получению в будущем второго высшего образования по другой специальности. Намерение получить дополнительное образование в той же профессии отнесено к другому элементу. Динамика в процессе обучения по этому элементу разнонаправленная: на 1 курсе испытуемых с таким намерением не встречается, к 3 курсу их доля возрастает до 10,5%, а к 5 курсу снижается до 6,4%.

Дальнейшее обучение по специальности (7,9%). К данному элементу отнесены те описания, которые касаются намерения продолжать обучение по выбранной профессии после окончания нынешнего вуза. Например, многие курсанты военного вуза намерены поступать в Военную академию, чтобы продолжить свое профессиональное совершенствование как офицера. Доля испытуемых, образ будущего у которых содержит данный элемент, возрастает от начала обучения (0% на 1 курсе) к середине (7% на 3 курсе) и окончанию обучения (14,9% на 5 курсе).

Намерение открыть свой бизнес (7,9%). К данной категории мы отнесли любые упоминания о намерении открыть свой бизнес, иметь свое дело, стать собственником предприятия и т.п., причем вне зависимости от того, предполагает ли испытуемый заниматься этим совместно с работой по основной профессии, или рассматривает как отдельный источник дохода, поскольку в большинстве случаев это было затруднительно сделать без уточнений к описаниям. Доля обучающихся, которые видят себя в будущем собственниками бизнеса, снижается

от начала обучения (9% на 1 курсе) к его середине (7,9% на 3 курсе) и окончанию вуза (4,3% на 5 курсе).

Упоминание семьи или других сфер жизни. Данный элемент содержания образа профессионального будущего представлен в описаниях многих испытуемых, несмотря на то, что в инструкции к заданию и в опорном плане сочинения содержатся указания на описание только профессиональной сферы. Наличие этого элемента в образе профессионального будущего может указывать, с одной стороны, на смысловую связь профессиональной и других важных сфер жизни (чаще всего, семейной), без которых испытуемый не мыслит ни профессионального, никакого будущего вообще; с другой стороны, иногда эти описания выглядят подменяющими требуемые описания профессионального будущего, как будто испытуемый хорошо видит свое будущее в семейной и иных сферах, а профессиональная сфера закрыта от представлений. Динамика этого элемента разнонаправлена: среди курсантов оказалось 11,7% таких первокурсников, 10,5% на 3 курсе и 14,9% на 5 курсе.

Третий компонент образа профессионального будущего касается средств достижения желаемого будущего. Опорный план сочинения включал в себя специальный пункт, в котором испытуемого просили указать, за счет чего он намеревается достичь желаемого состояния в будущем. На основании описаний были выделены следующие элементы:

За счет получения образования (18,6%). Сюда были отнесены любые описания, связанные с получением образования как средства достижения профессиональных целей – будь то прямое упоминание о военном вузе, или описание образования, обучения в целом. Доля описаний с подобными упоминаниями возрастает в процессе обучения (11,8% на 1 курсе, 20,2% на 3 курсе, 17% на 5 курсе).

За счет занятий спортом (17,2%). К этой категории были отнесены все описания, связывающие средства достижения будущих целей со спортом.

За счет собственных усилий (26,5%) – самый популярный в нашей выборке ответ о средствах достижения желаемого будущего. К этой категории были

отнесены все описания, связанные с достижением за счет собственных усилий – «добьюсь своим трудом», «преодолеваю трудности», «своими усилиями» и т. п. Доля обучающихся, намеренных достигать своего будущего своими усилиями, возрастает от 1 курса (20,6%) к 3 курсу (24,6%) и достигает на 5 курсе 38,3%.

За счет личных качеств (13,9%). К этой категории отнесены описания, содержащие намерения достигать профессиональных целей не своими действиями, усилиями, а за счет тех или иных собственных качеств. Например, высказывания: «добьюсь всего своим трудом» мы относили к категории «За счет собственных усилий», а: «благодаря своему трудолюбию» - относили уже к данной категории, потому что указано качество, а не действие. В большинстве своем сюда отнесены такие описания, как «за счет воли и дисциплины», «своей целеустремленностью», «благодаря сильному желанию» и т. п. Доля испытуемых с таким пониманием средств достижения профессиональных целей остается почти неизменной на всем протяжении обучения с незначительной тенденцией к повышению (11,8%, 11,4%, 12,8% на 1, 3 и 5 курсах соответственно).

Еще один элемент содержания образа профессионального будущего, который был выделен по результатам анализа, затруднительно отнести к какому-либо из трех компонентов, поэтому он оставлен вне этой классификации и назван «Вариативность образа будущего». Это важная составляющая описаний образов будущего, когда испытуемый описывает несколько вариантов своего профессионального будущего. Этот элемент описания наблюдается у 5,6% испытуемых, его динамика в процессе обучения разнонаправленна (3% на 1 курсе, 8,8% на 3 курсе, 2,1% на 5 курсе).

Далее были проанализированы результаты, полученные по методике «Кто Я?». Описания образов «Я» были сгруппированы по категориям, имеющим значение в контексте нашего исследования:

Категория «Будущее». К этой категории были отнесены все описания, представляющие собой характеристику себя в будущем, чаще всего включающие слова, определяющие действие или состояние в будущем: «будущее», «буду», «стану» и другие сходные по значению конструкции. Примеры ответов

испытуемых: «Я – будущий командир», «Я буду офицером». Эта категория важна для нашего исследования, поскольку указывает на устремленность образа «Я» в будущее, что свидетельствует о направленности сознания на формирование образа будущего. Фактически, когда субъект дает подобный ответ на вопрос «Кто Я?», он описывает не образ «Я в настоящем», а образ «Я в будущем», что свидетельствует о взаимном пересечении этих образов в сознании – ранее при теоретическом анализе проблемы образа мы уже останавливались на этом свойстве темпоральных образных явлений.

Категория «Профессиональная идентичность». Вторая важная для нашего исследования образа профессионального будущего категория, к которой были отнесены любые описания, указывающие на формирующуюся у обучающихся, а у некоторых и уже достаточно сформированную, профессиональную идентичность. Учитывалось соответствие профессиональной идентичности, на которую указывает описание, профессии офицера, например, «Я – будущий генерал армии».

Категория «Цели». По результатам анализа описаний выделяется достаточно широко представленный тип описаний, связанный с представлением о себе, как достигающим целей в жизни. Такие описания важны в контексте нашего исследования, поскольку указывают на устремленность сознания и самосознания респондента в будущее. Примеры ответов: «Я человек, у которого цель достойно закончить обучение и стать офицером», «Я человек, четко определяющий себе цель».

Категория «Спортивная идентичность». К данной категории были отнесены описания, указывающие на наличие сформированной на каком-либо уровне спортивной идентичности. Сюда не относились описания типа: «я занимаюсь спортом» или «я спортивный», поскольку такие описания не указывают на то, что человек считает себя спортсменом. Примеры ответов «Я спортсмен», «Я легкоатлет».

Категория «Личные качества спортсмена». Поскольку значительное количество испытуемых являются спортсменами, в описаниях образа «Я» среди

многочисленных описаний себя часто встречаются описания личных качеств, относящихся к группе индивидуально-психологических особенностей спортсменов. Эта группа качеств, иногда называемых спортивным характером, хорошо изучена в психологии спорта и была описана при теоретическом анализе. Примеры ответов: «Я дисциплинированный», «Я целеустремленный», «Я трудолюбивый», «Я тот, кто умеет преодолевать трудности».

Категория «Идентичность курсанта». К данной категории были отнесены все описания, указывающие на восприятие себя как курсанта, например, «Я курсант», «Я военнослужащий» (курсанты военного института являются военнослужащими, поэтому данное описание указывает на идентичность курсанта; на профессиональную идентичность в нашем случае указывало бы описание «Я офицер»).

Категория «Я-человек». В данную категорию попали описания, встречающиеся в большинстве ответов, связанные либо с максимально обобщенной абстрактной идентификацией себя, или, наоборот, фундаментальной, базовой, исходной, например, «Я-человек», «Я-млекопитающее», «Я-живое существо». Сюда же были отнесены характеристики, свидетельствующие о принадлежности к государству и народу, например, «Я гражданин», «Я русский».

Категория «Семейная идентичность». Сюда отнесены все описания, связанные с идентификацией себя в контексте родственных отношений, например: «Я сын», «Я внук», «Я будущий отец».

Категория «Описания себя». Сюда отнесены все многочисленные описания себя: внешности, физических параметров, черт характера, субъективные эмоционально окрашенные характеристики. Категория получилась широкая, содержащая описания, наименее важные в контексте данного исследования. Примеры ответов: «Я молодец», «Я большой», «Я любознательный». Представленность категорий в зависимости от курса обучения показана в таблице 10.

Данные по методике «Кто Я?» еще более отчетливо указывают на динамику представлений обучающихся о себе в процессе обучения, в том числе динамику

образа профессионального будущего. Результаты, представленные в таблице 10, указывают, что в процессе обучения сокращается представленность описаний себя как студента – с 88% на 1 курсе до 60% на 3 курсе и лишь 17% на 5 курсе, что указывает на опережающую работу сознания, когда большинство обучающихся 5 курса уже не мыслят себя курсантами. Их осознание себя уже как бы «забегает вперед», их образ «Я», фактически, является образом «Я в будущем». Это подтверждается постепенным нарастанием в процессе обучения представленности элементов, относящихся к категории профессиональной идентичности. Необходимо также обратить внимание на существенное увеличение представленности описаний себя через призму достигаемых или поставленных целей: по категории «Цели» представленность с 15% на 1 курсе возрастает до 20% на 3 курсе и до 48% на 5 курсе и становится одной из основных по представленности характеристикой образа «Я» среди выпускников. Все это вместе указывает на развитие образа профессионального будущего в процессе обучения.

Таблица 10 – Представленность категорий образа «Я» по методике «Кто Я?» по курсам обучения в %

Категории	Общее по выборке	1 курс	3 курс	5 курс	Статистически значимая согласованность ( $\chi^2$ ) в парах при $p < 0,05$
1	2	3	4	5	6
Будущее	29	38	34	15	3-5; 4-5
Я-человек	38	35	42	31	-
Профессиональная идентичность	31	38	31	35	-
Идентичность курсанта	52	88	60	17	3-4; 3-5; 4-5
Семейная идентичность	22	32	21	13	3-5
Спортивная идентичность	27	44	25	17	3-4; 3-5
Личные качества спортсмена	20	18	21	23	-
Описания себя	37	38	29	52	4-5
Цели	25	15	20	48	3-5; 4-5

Дополнительной характеристикой образа профессионального будущего выступает осмысленность будущего, измеряемая методикой СЖО. Шкала «Цели» данного теста показывает, насколько осмысленным представляется будущее, а по

шкалам «Локус контроля – Я» и «Локус контроля – жизнь» можно с некоторой долей условности предполагать о значении образа «Я» и образа жизни в общей структуре образа мира. Данные по методике СЖО, с разбивкой по курсам обучения и указанием пар групп, по которым обнаружены статистически значимые различия по U-критерию Манна-Уитни, приведены в таблице 11.

Таблица 11 – Усредненные значения по шкалам теста СЖО у обучающихся по курсам обучения

Шкалы теста СЖО	Общее по выборке	1 курс	3 курс	5 курс	Статистически значимые различия в парах при $p < 0,05$
1	2	3	4	5	6
Общая осмысленность жизни	119,9	120,9	117,4	125,7	4-5
Цели	37,3	38	36,7	39,6	4-5
Процесс	34,4	34,6	34,0	35,8	-
Результат	29,9	30,5	29,1	32,0	4-5
Локус контроля Я	25,6	29,7	24,5	26,1	3-4; 3-5; 4-5
Локус контроля жизни	36,5	36,6	35,7	39,0	3-5; 4-5

Как видно из таблицы 11, курсанты в нашей выборке в целом характеризуются достаточно высокими показателями как общей осмысленности жизни ( $M=119,9$ ), так и по отдельным временным локусам, в том числе по наиболее интересующей нас осмысленности будущего ( $M=37,3$ ). Осмысленность будущего, как и общая осмысленность жизни и показатели по другим шкалам, несколько снижаются к середине обучения, а затем вновь возрастают к его окончанию, повторяя описанную ранее динамику показателей субъективной оценки сформированности образа будущего (рисунок 6).

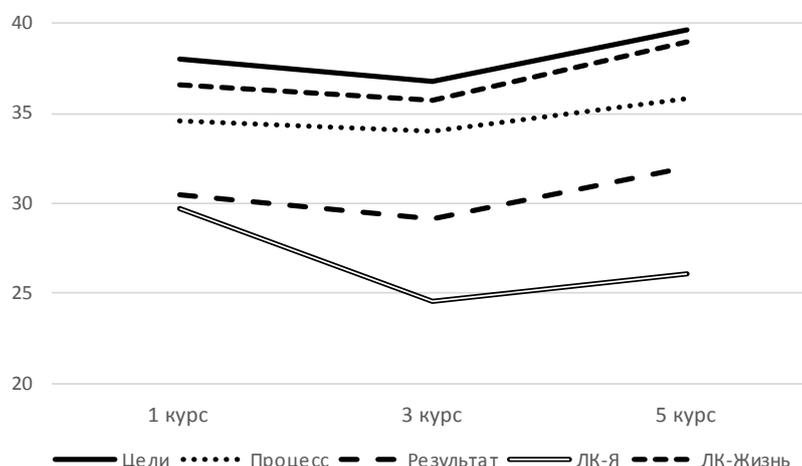


Рисунок 6 – Изменение показателей по шкалам теста СЖО в процессе обучения

Наблюдаемое «провисание» осмысленности жизни в середине обучения согласуется с подобной же картиной динамики субъективной оценки сформированности образа профессионального будущего. Эти результаты согласуются с имеющимися данными психолого-педагогических исследований, указывающими на кризис третьего года обучения, когда самосознание и личность обучающихся претерпевает серьезное развитие, сопровождающееся временным снижением самооценки и ряда других показателей.

### **3.3. Сформированность и содержание образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов**

На следующем этапе анализа решается очередная задача: показать, что образ профессионального будущего у курсантов-спортсменов значительно отличается от такового у студентов, не занимающихся спортом. Решение этой задачи, на наш взгляд, позволит обосновать одно из основных положений исследования о том, что спортивная деятельность в военном вузе выступает фактором формирования образа профессионального будущего у курсантов, а те различия, которые обнаруживаются у курсантов-спортсменов и не-спортсменов и являются элементами, которые привносятся в образ профессионального будущего вовлеченностью в спортивную деятельность.

Для решения этой задачи необходимо осуществить сравнительный анализ изучаемых характеристик оценок и содержания образа профессионального будущего между курсантами, занимающимися спортом, и не занимающимися спортом, в том числе между курсантами с разным уровнем вовлеченности в спортивную деятельность. Сравнительный анализ параметров образа профессионального будущего между обучающимися, занимающимися и не занимающимися спортивной деятельностью, представленный в данной главе, основан на разделении выборки на группы «не-спортсменов», «спортсменов» и «спортсменов высокого класса», которое было подробно описано ранее при анализе различий в организации учебной и спортивной деятельности.

Данные по оценкам параметров образа профессионального будущего среди обучающихся с разной вовлеченностью в спорт представлены в таблице 12.

Результаты позволяют говорить об имеющихся закономерностях в характеристиках образа профессионального будущего у курсантов, по-разному вовлеченных в спорт. Значимые различия по критерию Манна-Уитни обнаружены по оценкам четырех из пяти параметров – обучающиеся, сочетающие обучение со спортивной деятельностью, имеют значимо более определенные, насыщенные, перспективные и целостные образы профессионального будущего, чем не занимающиеся спортом.

Таблица 12 – Усредненные оценки параметров образа профессионального будущего среди курсантов с разной вовлеченностью в спорт (5-балльная шкала)

Показатели образа профессионального будущего	Не-спортсмены	Спортсмены	Спортсмены выс. класса	Статистически значимые различия в парах при $p < 0,05$
	1	2	3	
Определенность	2,67	2,77	3,30	1-3; 2-3
Насыщенность	2,11	2,44	2,60	1-2
Конкретность	2,08	2,30	2,50	-
Перспективность	1,91	2,25	2,20	1-2
Целостность	2,42	2,66	3,50	1-3; 2-3

По показателям определенности и целостности оценки в группе спортсменов высокого класса значимо выше, чем в группе спортсменов, по ним же оценки в целом наиболее высокие. Это указывает на связь сформированности образа профессионального будущего с уровнем вовлеченности в спортивную деятельность.

Усредненные субъективные оценки образа профессионального будущего среди обучающихся с разной вовлеченностью в спорт представлены в таблице 13.

Анализируя данные, можно констатировать, что по субъективным оценкам сформированности образа профессионального будущего обучающиеся, занимающиеся спортом, превосходят своих товарищей, не занимающихся спортом, по всем без исключения показателям. Примечательно, что по обоим показателям компонента образ «Я-профессиональное» в будущем («Я знаю, кем я

стану в профессиональном плане» и «Я знаю, чего я хочу достичь в профессиональном плане») обнаружены достоверно значимые различия.

Таблица 13 – Усредненные субъективные оценки образа профессионального будущего среди обучающихся с разной вовлеченностью в спорт (7-балльная шкала)

Положительные утверждения в парах	Не-спортсмены	Спортсмены	Спортсмены выс. класса	Статистическое и значимые различия в парах при $p < 0,05$
	1	2	3	
<b>Образ «Я-профессиональное» в будущем:</b>				
Я знаю, кем я стану в профессиональном плане	6,04	6,36	6,30	1-2
Я знаю, чего я хочу достичь в профессиональном плане	6,38	6,69	6,40	1-2
<b>Образ профессиональной сферы жизни в будущем:</b>				
Я точно знаю, как именно я буду зарабатывать на жизнь	6,04	6,29	6,20	-
Я знаю, в какой сфере я буду работать	6,08	6,18	6,00	-
<b>Представления о средствах достижения профессионального будущего:</b>				
Я хорошо представляю себе свою профессиональную карьеру	5,95	6,24	6,20	-
Моя работа будет тесно связана со специальностью, которую я сейчас получаю в вузе	6,03	6,26	6,00	-
<b>Образ профессионального будущего в целом:</b>				
Я спокоен за свое профессиональное будущее	5,88	6,29	6,30	1-2
<b>Образ будущего в целом:</b>				
Я очень ясно представляю себе свое будущее	6,08	6,33	6,10	-

Достоверно значимое различие обнаружено также по вопросу, относящемуся к общей эмоциональной оценке «Я спокоен за свое профессиональное будущее». Все это позволяет предположить, что спортивная деятельность способствует формированию образа профессионального будущего в части «Я-образа» и общей уверенности в достижимости успешного профессионального будущего. Курсантам-спортсменам их профессиональное будущее представляется более конкретным в части того, кем будут они (и, возможно, кем не будут) в профессиональном плане, и они более уверены в том, что они найдут себя в профессиональном плане. Возможно, в этом и заключается особое влияние фактора совмещения обучения в вузе со спортивной деятельностью на формирование образа профессионального будущего.

Далее представим результат сравнения между группами испытуемых образа профессионального будущего по содержанию. Этот результат имеет отношение к проверке основной гипотезы и достижению цели исследования. Данные представлены в таблице 14.

Таблица 14 – Представленность элементов содержания образа профессионального будущего у обучающихся с разной вовлеченностью в спорт, %

Элементы содержания образа профессионального будущего	Не-спортсмены	Спортсмены	Спортсмены выс. класса	Статистически значимая согласованность ( $\chi^2$ ) в парах при $p < 0,05$
	1	2	3	
<b>Образ «Я-профессиональное» в будущем:</b>				
Работа по специальности	77	90	100	1-2; 1-3
Узкие интересы в профессии	7	8	10	-
Реализация профессиональных ценностей	7	12	30	1-3
Спорт как профессия	1	8	30	1-2; 1-3; 2-3
<b>Образ профессиональной жизни в будущем:</b>				
Выраженные карьерные цели	21	18	10	-
Получение второго высшего образования	9	7	0	-
Дальнейшее обучение по специальности	11	5	10	-
Намерение открыть свой бизнес	8	8	10	-
Упоминание семьи или других сфер жизни	13	11	10	-
<b>Представления о средствах достижения профессионального будущего:</b>				
За счет образования	24	11	40	1-2; 2-3
За счет занятий спортом	8	27	40	1-2; 1-3
За счет собственных усилий	21	33	40	-
За счет личных качеств	8	19	30	1-2; 1-3
<b>Характеристики образа будущего в целом:</b>				
Вариативность образа будущего	7	5	0	-

Анализируя результаты, представленные в таблице 14, можно проследить закономерности в изменении представленности в образе профессионального будущего отдельных групп элементов в зависимости от степени вовлеченности в спортивную деятельность. Так, в будущем видят себя работающими по специальности 77% не-спортсменов, 90% спортсменов и 100% спортсменов высокого класса. Поскольку критерий согласия Пирсона указывает на согласованность соответствующих распределений, эти данные можно рассматривать как закономерность. Закономерность прослеживается также в представленности в образе профессионального будущего профессиональных

ценностей. Ранее мы уже описывали подробно этот элемент образа будущего – он заключается в сформированности профессиональных ценностей в сознании обучающегося и видении реализации этих ценностей в профессиональном будущем. Еще одна закономерность прослеживается в отношении намерения связать профессиональное будущее со спортом, но сколько-нибудь высокой представленности этот элемент достигает только среди спортсменов высокого класса (30%) – многие из них видят себя в будущем спортивными тренерами или функционерами, руководителями в сфере спорта. Все перечисленные характеристики относятся к компоненту «образ Я-профессиональное», т. е. той части образа профессионального будущего, в которой представлен «Я-образ» в будущем. Эти результаты согласуются с ранее полученными данными о значимо более высоких субъективных оценках по компоненту «Я-образа» у спортсменов.

Не менее интересные и выразительные результаты получены по элементам, относящимся к еще одному компоненту образа профессионального будущего – стратегии профессионального становления. Значимые различия обнаружены по представленности элемента, связанного с намерением достигать будущего за счет личных качеств, причем отмечались качества, традиционно формирующиеся в процессе спортивной деятельности, или так или иначе связанные со спортом – дисциплинированность, волевые качества, целеустремленность. Среди спортсменов намерение достигать профессиональное будущее за счет этих качеств представлено значимо шире (19 %), чем у не-спортсменов (8 %), а среди спортсменов высокого класса этот элемент представлен у 30% испытуемых. Еще более выраженная закономерность наблюдается в отношении намерения достигать профессионального будущего за счет занятия спортом (8% среди не-спортсменов, 27 % среди спортсменов и 40 % среди спортсменов высокого класса). Это позволяет говорить о том, что спортивная деятельность при обучении в вузе формирует образ профессионального будущего в части стратегии профессионального становления в связи с занятием спортом как средством достижения профессионального будущего и реализацией личных качеств, формирующихся также в спортивной деятельности.

Здесь, как и при анализе субъективной оценки сформированности образа профессионального будущего, не наблюдается значимых различий по элементам, связанным с третьим компонентом – образом профессиональной жизни в будущем. Некоторые тенденции прослеживаются: например, с нарастанием вовлеченности в спорт испытуемые реже видят свое профессиональное будущее исключительно карьерных позиций. Это хорошо видно по текстам сочинений, в которых не занимающиеся спортом курсанты чаще пишут про карьеру и карьерные цели, уделяя меньше внимания реализации профессиональных ценностей. Спортсмены также реже намереваются получать второе высшее образование по другой специальности.

Проведем анализ результатов по методике «Кто Я» между обучающимися с разной степенью вовлеченности в спортивную деятельность. Статистическая значимость обеспечивается использованием критерия согласия Пирсона «хи-квадрат». Результаты в процентах представлены в таблице 15.

Таблица 15 – Представленность категорий образа «Я» по методике «Кто Я?» в группах с разной степенью вовлеченности в спорт, %

Параметры образа профессионального будущего	Не-спортсмены	Спортсмены	Спортсмены выс. класса	Статистически значимая согласованность ( $\chi^2$ ) в парах при $p < 0,05$
	1	2	3	
Будущее	28	23	44	-
Я-человек	38	40	22	-
Профессиональная идентичность	28	31	33	-
Идентичность курсанта	47	47	44	-
Семейная идентичность	20	19	22	-
Спортивная идентичность	16	40	44	1-2; 1-3
Личные качества спортсмена	13	25	56	1-2; 1-3
Описания себя	42	35	22	-
Цели	22	32	33	-

Представленные результаты указывают на ожидаемые выраженные тенденции в существенном преобладании в образе «Я» спортсменов элементов, связанных со спортивной идентичностью, а также представлений о развитых у себя личных качествах спортсмена. Это подтверждает формирующее влияние спортивной деятельности на образ «Я» обучающихся, определяя формирование идентичности спортсмена. Что касается интересующих нас элементов, связанных

с образом профессионального будущего, некоторые тенденции в изменении представленности соответствующих категорий образа «Я» присутствуют – среди спортсменов высокого класса максимальная представленность категории «Будущее» (44%) и категории «Профессиональная идентичность» (33%) по сравнению с другими группами. Величина различий недостаточна для достижения статистической значимости, однако имеющиеся тенденции согласуются с результатами, полученными по другим методикам.

### **3.4. Психолого-педагогические условия формирования образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов**

В данном параграфе приведены результаты анализа характеристик образа профессионального будущего в сочетании с различными параметрами и условиями, относящимися как к организации учебной и спортивной деятельности, так и к индивидуально-психологическим особенностям обучающихся. Такой анализ, выполненный в основном средствами корреляционного статистического анализа, позволяет выявить основные условия или факторы формирования образа профессионального будущего. Оговоримся, что здесь и далее будем использовать понятие «фактор» в значении коррелята, а не детерминанты.

В первую очередь были проанализированы взаимосвязи между показателями образа профессионального будущего и основными ранее описанными проблемами сочетания учебной и спортивной деятельности (проблемы совмещения учебы и спорта, сложность совмещения, особенности отношения преподавателей). Был проведен корреляционный анализ между характеристиками сочетания учебной и спортивной деятельности и характеристиками образа профессионального будущего. Перечень характеристик, по которым получены значимые корреляции и коэффициенты корреляций, представлены в таблице 16.

Таблица 16 – Результаты корреляционного анализа факторов сочетания учебной и спортивной деятельности и образа профессионального будущего

Характеристики образа профессионального будущего	Отсутствие проблем с учебной из-за спорта	Отсутствие сложности согласования учебы и спорта	Позитивное отношение преподавателей
<b>Оценки образа профессионального будущего</b>			
Конкретность	0,01	<b>0,23*</b>	0,09
Проспективность	0,00	<b>0,22*</b>	0,12
<b>Субъективная оценка сформированности образа профессионального будущего</b>			
Я очень ясно представляю себе свое будущее	<b>0,17*</b>	0,11	<b>0,25*</b>
Я точно знаю, как именно я буду зарабатывать на жизнь	0,15	0,13	<b>0,21*</b>
Я знаю, в какой сфере я буду работать	0,05	0,06	<b>0,18*</b>
Я знаю, кем я стану в профессиональном плане	<b>0,18*</b>	<b>0,18*</b>	<b>0,27*</b>
Я хорошо представляю себе свою профессиональную карьеру	0,16	0,16	<b>0,24*</b>
Моя работа будет тесно связана со специальностью, которую я сейчас получаю в вузе	<b>0,21*</b>	<b>0,17*</b>	<b>0,28*</b>
Я знаю, чего я хочу достичь в профессиональном плане	0,09	<b>0,20*</b>	0,15
Я спокоен за свое профессиональное будущее	<b>0,23*</b>	<b>0,24*</b>	<b>0,30*</b>
<b>Содержание образа профессионального будущего</b>			
Выраженные карьерные цели	0,03	0,01	<b>0,18*</b>
Дальнейшее обучение по специальности	0,10	0,02	<b>0,19*</b>
Работа по специальности	0,14	<b>0,20*</b>	<b>0,17*</b>
Упоминание семьи или других сфер жизни	-0,14	<b>-0,19*</b>	-0,04
Спорт как профессия	<b>-0,17*</b>	-0,03	0,01
Достижение будущего за счет личных качеств	-0,15	-0,07	-0,09

\* - статистически значимые корреляции при  $p < 0,05$

Представленные в таблице 16 корреляции позволяют утверждать, что качество организации совмещения учебной и спортивной деятельности курсанта является важным условием формирования образа профессионального будущего. Так, ответы на вопрос, характеризующий сформированность образа «Я-профессиональное в будущем», «Я знаю, кем я стану в профессиональном плане» положительно коррелируют с отсутствием проблем с учебной из-за спорта ( $r=0,18$ ), с отсутствием проблем «увязывания» учебы и спорта ( $r=0,18$ ), положительным отношением преподавателей ( $r=0,27$ ). Сила корреляции невысокая, но значимая и указывает на тенденции. Это означает, что у курсантов-спортсменов, у которых меньше проблем с организацией совмещения своей учебной и спортивной деятельности, лучше формируется образ профессионального будущего. Наиболее

важным фактором, связанным с наибольшим количеством характеристик образа будущего, выступает «отношение преподавателей к занятию спортом», под которым имеется в виду отношение к курсанту с пониманием, помощь в организации сочетания учебной и спортивной деятельности. Участие преподавателя в организации спортивной деятельности курсанта-спортсмена чрезвычайно важно. Без поддержки и понимания со стороны преподавателей и руководства вуза курсант-спортсмен остается один на один со своими проблемами совмещения спорта и учебы, которые при высокой интенсивности спортивной деятельности весьма сложны в части планирования и организации.

Другая группа условий, также имеющая значение в контексте нашего исследования, имеет отношение к особенностям организации учебной деятельности и отношения курсантов к своему обучению. Результаты корреляционного анализа факторов учебной деятельности и образа профессионального будущего приведены в таблице 17.

Таблица 17 – Результаты корреляционного анализа факторов учебной деятельности и образа профессионального будущего

Положительные утверждения в парах	Посещаемость ауд. занятий	Интенс. самост. занятий	Отношение к учебе	Успеваемость
<b>Субъективная оценка сформированности образа профессионального будущего</b>				
Я очень ясно представляю себе свое будущее	-0,14	0,12	<b>0,22*</b>	0,10
Я точно знаю, как именно я буду зарабатывать на жизнь	-0,16	<b>0,19*</b>	0,10	0,09
Я знаю, в какой сфере я буду работать	-0,05	<b>0,20*</b>	0,08	0,09
Я знаю, кем я стану в профессиональном плане	-0,09	<b>0,23*</b>	0,17	<b>0,18*</b>
Я хорошо представляю себе свою профессиональную карьеру	-0,05	<b>0,30*</b>	<b>0,23*</b>	<b>0,26*</b>
Моя работа будет тесно связана со специальностью, которую я сейчас получаю в вузе	-0,05	<b>0,24*</b>	<b>0,24*</b>	<b>0,26*</b>
Я знаю, чего я хочу достичь в профессиональном плане	-0,05	<b>0,33*</b>	<b>0,19*</b>	<b>0,27*</b>
Я спокоен за свое профессиональное будущее	<b>-0,20*</b>	<b>0,19*</b>	0,11	<b>0,20*</b>
<b>Содержание образа профессионального будущего</b>				
Работа по специальности	<b>-0,38*</b>	<b>0,18*</b>	0,11	0,14
Узкие профессиональные интересы	-0,12	0,07	<b>-0,19*</b>	-0,01
Намерение создать свой бизнес	<b>0,21*</b>	<b>-0,24*</b>	<b>-0,20*</b>	<b>-0,22*</b>
Достижение будущего за счет личных качеств	<b>0,17*</b>	-0,05	-0,04	-0,03

\* - статистически значимые корреляции при  $p < 0,05$

Анализ этих данных позволяет утверждать, что важным условием формирования образа профессионального будущего является интенсивность самостоятельной учебной работы курсанта. Эта характеристика связана почти со всеми параметрами субъективной оценки образа профессионального будущего, причем величина коэффициента корреляции в ряде случаев достаточно высокая (например,  $r=0,33$  по вопросу «Я знаю, чего я хочу достичь в профессиональном плане»). Значимо связано с целым рядом характеристик образа профессионального будущего отношение к обучению и успеваемость курсанта. Посещаемость аудиторных занятий почти не коррелирует с оценками образа будущего (за исключением  $r=0,2$  по вопросу «Я спокоен за свое профессиональное будущее»), но при этом спортсмены, исправно посещающие учебные занятия, существенно реже планируют работать по специальности ( $r=0,38$ ) и чаще намереваются создать свой бизнес ( $r=0,21$ ).

Также неожиданным оказалось отсутствие значимых корреляций показателей образа будущего с посещаемостью факультативных занятий. Некоторые из полученных корреляций также представлены в виде корреляционной плеяды (рисунок 7).

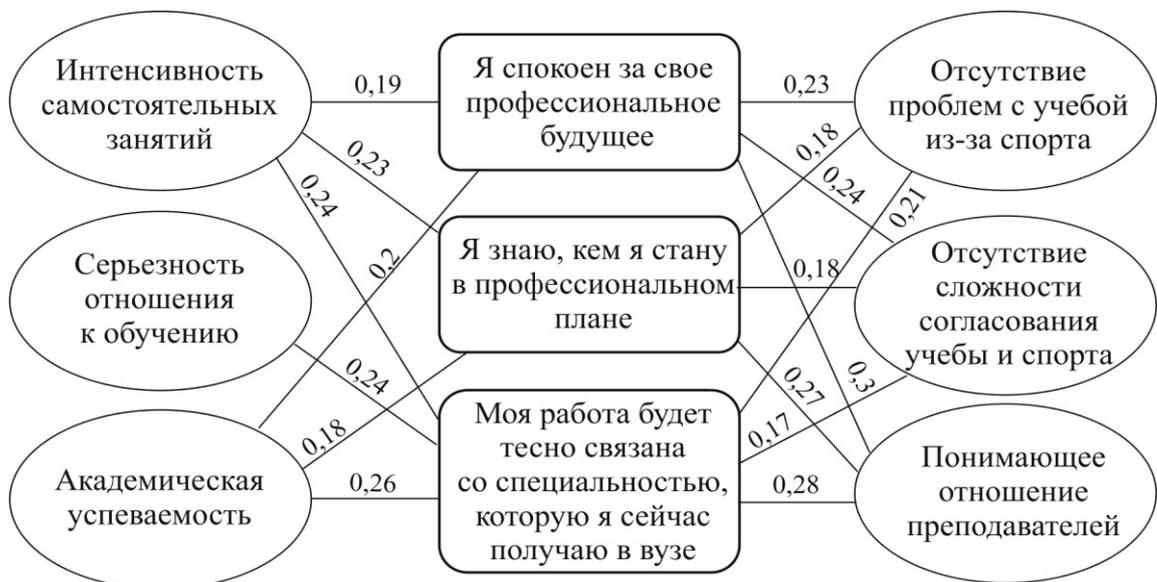


Рисунок 7 – Корреляционная плеяда факторов учебной деятельности и субъективных оценок сформированности образа профессионального будущего (указанные корреляции значимы при  $p<0,05$ )

Наиболее важной группой условий формирования образа профессионального будущего в контексте нашего исследования выступают факторы спортивной деятельности. Основные характеристики спортивной деятельности – интенсивность тренировочного процесса и участие в соревнованиях, уровень мастерства и соревновательные достижения (основные показатели, которыми определяется степень вовлеченности спортсмена в спортивную деятельность), выступающие в нашем исследовании критериями отнесения испытуемых к спортсменам и спортсменам высокого класса, что является основой проверки нашей гипотезы о существовании значимых различий показателей образа профессионального будущего в зависимости от степени интенсивности спортивной деятельности. Указанные характеристики спортивной деятельности могут выступать в качестве условий формирования образа профессионального будущего. Усредненные оценки показателей образа профессионального будущего и представленность элементов его содержания среди курсантов-спортсменов с разным уровнем спортивного мастерства и соревновательных достижений представлены в таблице 18.

Таблица 18 – Оценки образа профессионального будущего в зависимости от уровня спортивного мастерства

Параметры образа профессионального будущего	Среди спортсменов, в зависимости от уровня спортивных достижений (1 – III или II разряд; 2 – I разряд; 3 – КМС; 4 – МС)				Статистическое и значимые различия в парах при $p < 0,05$
	1	2	3	4	
«Я хорошо представляю себе свою профессиональную карьеру»	6,00	6,02	6,50	6,40	2-3
Конкретность образа проф. будущего	2,13	2,18	2,54	2,40	2-3
Проспективность образа проф. будущего	1,75	2,08	2,49	2,20	1-3; 2-3
Целостность образа проф. будущего	2,38	2,67	3,00	3,40	2-4

Представленные результаты показывают, что уровень спортивного мастерства нелинейно взаимосвязан с конкретностью и проспективностью образа будущего – оценки по этим показателям достигают максимальных значений среди кандидатов в мастера спорта ( $M=2,54$  и  $M=2,59$ ), а у мастеров спорта вновь снижаются (соответственно,  $M=2,4$  и  $M=2,2$ ). Однако показатель целостности

образа будущего нарастает линейно с повышением уровня спортивного мастерства от  $M=2,38$  среди спортсменов, имеющих II спортивный разряд и ниже до  $M=3,4$  среди мастеров спорта. Также получены статистически значимые различия по представленности элементов образа профессионального будущего по критерию уровня спортивного мастерства (таблица 19).

Таблица 19 – Представленность элементов профессионального будущего среди спортсменов с разным уровнем спортивного мастерства

Элементы образа профессионального будущего	Среди спортсменов, в зависимости от уровня спортивных достижений (1 – III или II разряд; 2 – I разряд; 3 – КМС; 4 – МС)				Статистически значимая согласованность ( $\chi^2$ ) в парах при $p < 0,05$
	1	2	3	4	
Спорт как будущая профессия	-	8	11	40	2-4
Намерение достигать будущего за счет личных качеств	13	13	17	60	2-4; 3-4

Так, с повышением уровня спортивного мастерства линейно и значимо повышается встречаемость намерения связать будущую профессиональную деятельность со спортом, а также уже ранее отмечаемое характерное для спортсменов намерение достигать своего будущего за счет личных качеств, развивающихся в процессе спортивной деятельности: дисциплина, воля, целеустремленность и т. д.

Представленные в таблице 20 результаты указывают на разнонаправленную динамику показателей образа профессионального будущего с повышением уровня соревновательных достижений. Так, показатель ясности представлений о своем профессиональном будущем возрастает вместе с ростом уровня соревновательных достижений, соответствующих уровню Федерального округа ( $M=6,42$ ), а затем вновь несколько снижается до  $M=6,38$ . По показателям насыщенности и перспективности наблюдается несколько иная динамика – показатель насыщенности достигает максимума у курсантов-спортсменов, находящихся на соревновательном уровне, соответствующем уровню субъекта Федерации ( $M=2,73$ ), а затем снижается. Это свидетельствует о том, что как мы уже ранее отмечали, при повышении уровня спортсмена до очень высокого класса наблюдается снижения по многим показателям образа профессионального

будущего. Вероятно, это связано с тем, что при сильной вовлеченности в спортивную деятельность образ будущего в сознании существенно смещается с профессиональных интересов в сторону спортивной самореализации.

Таблица 20 - Оценки образа профессионального будущего в зависимости от уровня соревновательных достижений

Характеристики	Уровень соревновательных достижений: 1-районные, 2-местные, вузовские, 3- городские и межвузовские, 4- субъекта Федерации, 5-Федерального округа, 6-Всероссийские						Статистическое и значимые различия в парах при $p < 0,05$
	1	2	3	4	5	6	
«Я хорошо представляю себе свою профессиональную карьеру»	6,27	4,67	5,88	6,40	6,42	6,38	1-2; 2-5; 2-6
Насыщенность образа проф. будущего	2,38	1,67	2,43	2,73	2,42	2,50	2-5
Перспективность образа проф. будущего	2,00	1,33	2,43	2,07	2,08	2,50	2-5; 2-6

Из таблицы 21 видно, что представленность элементов образа профессионального будущего распределена нелинейно с изменением уровня соревновательных достижений. Анализируя результаты в целом, можно все же отметить, что они вновь более выражены у спортсменов со средним уровнем соревновательных достижений.

Таблица 21 - Представленность элементов профессионального будущего в зависимости от уровня соревновательных достижений

Элементы образа профессионального будущего	Уровень соревновательных достижений: 1-районные, 2-местные, вузовские, 3- городские и межвузовские, 4- субъекта Федерации, 5-Федерального округа, 6-Всероссийские						Статистически значимая согласованность ( $\chi^2$ ) в парах при $p < 0,05$
	1	2	3	4	5	6	
Выраженные карьерные цели	23	-	57	20	25	0	1-2; 3-6; 5-6
Работа по специальности	92	67	86	73	100	88	2-5
Узкие профессиональные интересы	23	33	0	13	-	13	2-5
Спорт как профессия	0	33	0	20	8	13	1-2
Достижение профессионального будущего за счет образования	23	0	14	0	25	25	4-5; 4-6
Достижение профессионального будущего за счет занятий спортом	8	33	14	13	50	38	1-5; 4-5

Также представляют интерес характеристики спортивной деятельности, не вошедшие в оценку показателя вовлеченности в спорт, например, вид спорта,

которым занимаются спортсмены. Виды спорта классифицируются по нескольким группам по общепринятой классификации, на основании которой, с учетом специфики нашей выборки, можно выделить следующие группы видов спорта: 1) единоборства (в нашей выборке чаще всего рукопашный бой, дзюдо, самбо) – это виды спорта, принципиально отличающиеся от других тем, что в них имеется тесный физический контакт с соперником, сопровождающийся физическим воздействием на соперника; 2) игровые (в нашей выборке чаще волейбол, футбол, баскетбол) – существенно от других видов спорта отличаются наличием игрового элемента в спортивной деятельности; 3) циклические, беговые, многоборья (легкая атлетика, лыжные гонки) – отличаются тем, что почти отсутствует физический контакт с соперником и влияние на него.

Таблица 22 – Оценки образа профессионального будущего среди курсантов-спортсменов, занимающихся разными видами спорта

Показатели сформированности образа профессионального будущего	Цикл.	Единоб.	Игров	Статистически значимые различия в парах при $p < 0,05$
	1	2	3	
Определенность	2,78	2,94	2,57	2-3
Насыщенность	2,22	2,65	2,14	1-2; 2-3
Конкретность	2,13	2,42	2,14	1-2
Проспективность	1,91	2,25	2,03	1-2
Целостность	2,61	2,77	2,34	2-3

Из таблицы 22 видно, что существуют различия в оценках образа профессионального будущего между спортсменами, занимающимися разными видами спорта. Лучше других оценки по всем параметрам у спортсменов, занимающихся единоборствами, а наиболее низкие средние оценки у представителей игровых видов спорта. Образ профессионального будущего в сочинениях спортсменов-единоборцев, действительно, ощутимо чаще выглядит более серьезным, зрелым. В их описаниях меньше восторженно-эмоциональных оценок, высказываний мечтательного, романтического характера, что более свойственно спортсменам, занимающимся игровыми видами спорта.

Также обнаружены значимые различия по представленности некоторых элементов содержания образа профессионального будущего среди спортсменов, занимающихся разными видами спорта. Так, спортсмены, занимающиеся игровыми видами спорта, значимо реже, чем другие спортсмены, намерены работать по специальности в будущем (таблица 23).

Таблица 23 – Представленность элементов содержания образа будущего среди курсантов-спортсменов, занимающихся разными видами спорта, %

Элементы содержания образа профессионального будущего	Цикл.	Единоб.	Игровые	Статистически значимая согласованность ( $\chi^2$ ) в парах при $p < 0,05$
	1	2	3	
Работа по специальности	87	88	71	2-3
Спорт как профессия	7	10	0	2-3

Представленные результаты согласуются с данными по оценкам и позволяют заключить, что вид спорта является значимым фактором формирования образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов, причем наиболее способствующими формированию образа профессионального будущего являются занятия единоборствами, далее – циклическими и скоростно-силовыми видами спорта, и менее всего – игровыми видами спорта.

Изучение взаимосвязи показателей образа профессионального будущего с различными психологическими характеристиками необходимо в нашем исследовании, прежде всего, в целях дополнительной валидации этих показателей. Задача выявления психологических факторов формирования образа профессионального будущего в исследовании не является основной, поэтому в исследовании не применялся широкий круг психодиагностических методик диагностики особенностей характера, интеллекта и т. п., которые обычно применяют в целях выявления психологических факторов. Чтобы не перегружать исследование, были отобраны методики, традиционно дающие хорошие результаты при изучении разного рода психических явлений, имеющих отношение к развитию личности – методика СЖО и методика САТ. Корреляционные матрицы представлены далее в таблицах 24-30, в таблицы

включены только те шкалы и показатели, по которым получены статистически значимые корреляции.

В целом, получено много значимых корреляций, что позволяет говорить о высокой согласованности субъективных оценок сформированности образа профессионального будущего и характеристик, измеряемых методикой САТ, а также указывает в пользу валидности и надежности примененной при измерении техники биполярного шкалирования.

Анализируя коэффициенты корреляции, представленные в таблице, можно заметить, что наиболее сильные связи имеются со шкалой самоуважения (Sr), которая выявляет способность субъекта ценить свои достоинства, положительные свойства характера, уважать себя за них.

Таблица 24 – Результаты корреляционного анализа между субъективными оценками сформированности образа профессионального будущего и шкалами САТ

Утверждения	Шкалы САТ							
	Tc	I	SAV	Sr	Sa	Nc	Cog	C
Я очень ясно представляю себе свое будущее	<b>0,34*</b>	<b>0,22*</b>	<b>0,28*</b>	<b>0,45*</b>	0,15	<b>0,22*</b>	0,14	<b>0,16*</b>
Я точно знаю, как именно я буду зарабатывать на жизнь	<b>0,28*</b>	<b>0,16*</b>	<b>0,25*</b>	<b>0,39*</b>	0,09	<b>0,19*</b>	0,07	0,13
Я знаю, в какой сфере я буду работать	<b>0,22*</b>	<b>0,23*</b>	<b>0,24*</b>	<b>0,40*</b>	<b>0,16*</b>	<b>0,15*</b>	0,11	0,05
Я знаю, кем я стану в профессиональном плане	<b>0,31*</b>	<b>0,22*</b>	<b>0,28*</b>	<b>0,50*</b>	0,14	<b>0,22*</b>	<b>0,17*</b>	0,08
Я хорошо представляю себе свою профессиональную карьеру	<b>0,27*</b>	<b>0,21*</b>	<b>0,24*</b>	<b>0,49*</b>	<b>0,21*</b>	<b>0,20*</b>	0,12	0,06
Моя работа будет тесно связана со специальностью, которую я сейчас получаю в вузе	0,09	0,05	0,11	<b>0,20*</b>	0,03	<b>0,17*</b>	0,06	-0,01
Я знаю, чего я хочу достичь в профессиональном плане	0,12	0,12	<b>0,18*</b>	<b>0,34*</b>	0,01	0,12	0,13	0,04
Я спокоен за свое профессиональное будущее	<b>0,33*</b>	<b>0,2*</b>	<b>0,2*</b>	<b>0,45*</b>	<b>0,19*</b>	<b>0,18*</b>	<b>0,15*</b>	<b>0,17*</b>

\* - статистически значимые корреляции при  $p < 0,05$

Также сильные корреляции имеются с основной шкалой методики – компетентности во времени (Tc), которая измеряет, во-первых, способность субъекта жить настоящим, то есть переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, а не как фатальное следствие прошлого или подготовку к

будущей «настоящей жизни»; а, во-вторых, ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, то есть видеть свою жизнь целостной. Корреляция этой шкалы с оценками сформированности образа будущего указывает на то, что способность личности ощущать неразрывность психологического времени, которую иногда называют темпоральностью, связана с формированием образа профессионального будущего.

Полученные результаты подтверждаются и результатами корреляционного анализа экспертных оценок сформированности образа профессионального будущего со шкалами САТ, приведенными в таблице 25.

Таблица 25 – Результаты корреляционного анализа между экспертными оценками сформированности образа профессионального будущего и шкалами САТ

Показатели сформированности образа профессионального будущего	Шкалы САТ			
	SAV	Sr	Nc	Sy
Определенность	0,01	0,07	0,07	-0,03
Насыщенность	0,08	<b>0,16*</b>	<b>0,16*</b>	0,11
Конкретность	0,14	0,12	<b>0,20*</b>	0,13
Перспективность	<b>0,19*</b>	<b>0,26*</b>	<b>0,25*</b>	<b>0,18*</b>
Целостность	0,06	<b>0,15*</b>	<b>0,16*</b>	0,08

\* - статистически значимые корреляции при  $p < 0,05$

Результаты, представленные в таблице 25, свидетельствуют в пользу валидности экспертных оценок, выбранных критериев оценивания и структуры показателей образа профессионального будущего.

Результаты, представленные в таблице 26, указывают на высокую степень взаимосвязи оценок образа профессионального будущего и шкал теста СЖО – значимые корреляции с весьма высокими значениями коэффициентов обнаружены по всем без исключения шкалам и оценкам. Наиболее высокая взаимосвязь ожидаемо обнаруживается по шкале «Цели», которая показывает осмысленность психологического будущего. Самый высокий коэффициент корреляции ( $r=0,71$ ) получен между оценкой по утверждению «Я знаю, кем я стану в профессиональном плане» и шкалой «Цели».

Таблица 26 – Результаты корреляционного анализа между субъективными оценками сформированности образа профессионального будущего и шкалами СЖО

Утверждения	Шкалы СЖО					
	ОЖ	Цели	Процесс	Результат	ЛК-Я	ЛК-Ж
Я очень ясно представляю себе свое будущее	<b>0,64*</b>	<b>0,65*</b>	<b>0,55*</b>	<b>0,59*</b>	<b>0,58*</b>	<b>0,60*</b>
Я точно знаю, как именно я буду зарабатывать на жизнь	<b>0,63*</b>	<b>0,64*</b>	<b>0,50*</b>	<b>0,59*</b>	<b>0,54*</b>	<b>0,66*</b>
Я знаю, в какой сфере я буду работать	<b>0,59*</b>	<b>0,64*</b>	<b>0,51*</b>	<b>0,55*</b>	<b>0,56*</b>	<b>0,56*</b>
Я знаю, кем я стану в профессиональном плане	<b>0,66*</b>	<b>0,71*</b>	<b>0,56*</b>	<b>0,64*</b>	<b>0,59*</b>	<b>0,61*</b>
Я хорошо представляю себе свою профессиональную карьеру	<b>0,60*</b>	<b>0,64*</b>	<b>0,46*</b>	<b>0,58*</b>	<b>0,53*</b>	<b>0,57*</b>
Моя работа будет тесно связана со специальностью, которую я сейчас получаю в вузе	<b>0,33*</b>	<b>0,32*</b>	<b>0,28*</b>	<b>0,37*</b>	<b>0,25*</b>	<b>0,29*</b>
Я знаю, чего я хочу достичь в профессиональном плане	<b>0,50*</b>	<b>0,54*</b>	<b>0,39*</b>	<b>0,48*</b>	<b>0,42*</b>	<b>0,46*</b>
Я спокоен за свое профессиональное будущее	<b>0,55*</b>	<b>0,58*</b>	<b>0,44*</b>	<b>0,54*</b>	<b>0,45*</b>	<b>0,53*</b>

\* - статистически значимые корреляции при  $p < 0,05$

Множество корреляций получено также с экспертными оценками сформированности образа профессионального будущего. Данные представлены в таблице 27.

Таблица 27 – Результаты корреляционного анализа между субъективными оценками сформированности образа профессионального будущего и шкалами СЖО

Показатели сформированности образа профессионального будущего	Шкалы СЖО					
	ОЖ	Цели	Процесс	Результат	ЛК-Я	ЛК-Ж
Определенность	<b>0,19*</b>	<b>0,18*</b>	0,13	<b>0,19*</b>	<b>0,16*</b>	<b>0,20*</b>
Насыщенность	<b>0,24*</b>	<b>0,24*</b>	<b>0,17*</b>	<b>0,23*</b>	<b>0,22*</b>	<b>0,20*</b>
Конкретность	<b>0,31*</b>	<b>0,27*</b>	<b>0,24*</b>	<b>0,30*</b>	<b>0,29*</b>	<b>0,28*</b>
Перспективность	<b>0,27*</b>	<b>0,24*</b>	<b>0,23*</b>	<b>0,30*</b>	<b>0,20*</b>	<b>0,22*</b>
Целостность	<b>0,25*</b>	<b>0,22*</b>	0,14	<b>0,26*</b>	<b>0,21*</b>	<b>0,27*</b>

\* - статистически значимые корреляции при  $p < 0,05$

Высокие показатели корреляционной связи с надежными психологическими методиками указывают на достаточную внешнюю валидность используемых в исследовании приемов измерения показателей образа профессионального будущего. Обнаруженные корреляции позволяют также утверждать, что

психологические характеристики, измеряемые методиками САТ и СЖО (характеристики самоактуализирующейся личности и уровень осмысленности жизни), связаны с формированием образа профессионального будущего.

Анализ психолого-педагогических условий формирования образа профессионального будущего позволил разработать программу развития образа профессионального будущего курсантов-спортсменов вузов национальной гвардии (приложение Г). Программа разработана в соответствии с особенностями образовательной среды военных вузов войск национальной гвардии Российской Федерации, требованиями военных спортивных организаций, государственного заказа как в отношении подготовки офицеров национальной гвардии, так и в области спорта и здоровьесберегающих технологий в образовании.

Цель программы – развитие компонентов образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов, совмещающих обучение в военном вузе со спортивной деятельностью.

Данная программа состоит из трех структурных блоков: 1) психодиагностический; 2) профилактический; 3) психокоррекционный.

- психодиагностический блок – основной задачей данного блока является создание и апробирование пакета психодиагностических методов и методик, направленных на изучение уровня сформированности образа профессионального будущего;

- профилактический блок - неотъемлемым элементом выступает проведение просветительских мероприятий, направленных на развитие компонентов образа профессионального будущего. К основным формам реализации профилактического блока относятся воспитательная работа с курсантами в рамках индивидуальных бесед и консультаций, проведение лекционных и семинарских занятий, круглых столов по проблематике будущей профессии и ее совмещения со спортивной деятельностью, а также встреч с действующими офицерами, совмещающими военную службу со спортивной деятельностью;

- психокоррекционный блок - включает в себя использование психокоррекционных технологий, техник и приемов психологического

воздействия на личность с целью формирования компонентов образа профессионального будущего. По результатам данного блока происходит коррекция сформированности компонентов образа профессионального будущего, входящих в его структуру.

В зависимости от уровня сформированности образа профессионального будущего участники программы делятся на группы с достаточным и недостаточным уровнем сформированности, в зависимости от чего курсантам подбирается необходимый комплекс мероприятий. Первичная апробация программы, проведенная в Новосибирском военном институте войск национальной гвардии, показала возможность включения ее в образовательный процесс военного вуза.

### **Выводы по третьей главе**

Представленные результаты эмпирического исследования позволяют сделать следующие выводы относительно особенностей образа профессионального будущего у курсантов, совмещающих обучение в вузе со спортивной деятельностью.

1. Обнаруженные значимые различия по оценкам параметров образа профессионального будущего и представленности элементов его содержания между группами курсантов, находящихся на начальном, среднем и завершающем этапах обучения, позволяют заключить, что образ профессионального будущего формируется в процессе обучения в военном вузе. Наиболее интенсивно его формирование происходит в первые три года обучения. В процессе обучения образ профессионального будущего становится более определенным и более конкретным.

Из трех компонентов образа профессионального будущего наибольшее развитие в процессе обучения получает образ «Я-профессиональное» («Кем я буду в профессиональном плане?»), но он и является более развитым изначально,

на момент поступления в вуз. Основные тенденции в изменении содержания образа – укрепление намерения работать по специальности, появление узких специальных интересов, появление видения будущего в свете реализации профессиональных ценностей.

Сходную динамику демонстрирует образ профессиональной сферы жизни в будущем (Как я буду зарабатывать на жизнь?) – будучи в начале обучения несколько менее развитым, чем образ «Я-профессиональное», к окончанию обучения этот компонент догоняет его по оценкам. Тенденции проявляются в укреплении намерения дальше развиваться в своей профессии, происходит снижение намерений получать второе высшее образование по другой профессии, намерений заняться предпринимательской деятельностью.

Наибольшие изменения в сторону развития в процессе обучения в вузе претерпевают представления о средствах достижения профессионального будущего («Как я достигну своего профессионального будущего?): наименее развитый на момент начала обучения компонент наиболее значительно развивается в процессе обучения, приближаясь по оценкам к другим компонентам. Основная тенденция – укрепление веры в свои силы и отношения к своим личным качествам и усилиям как основным средствам достижения поставленных целей.

2. Образ профессионального будущего у курсантов-спортсменов значительно отличается от курсантов, не занимающихся спортом, причем различия увеличиваются с возрастанием вовлеченности в спортивную деятельность, отчетливо обнаруживая ряд тенденций. Сформированность образа профессионального будущего у спортсменов значительно выше почти по всем показателям, причем по основным показателям – определенности и целостности образа профессионального будущего, его сформированность значительно выше в группе спортсменов высокого класса, что указывает на формирующий характер спортивной деятельности в отношении образа профессионального будущего.

Эти данные свидетельствуют в пользу подтверждения одного из основных положений исследования о том, что спортивная деятельность в вузе выступает

фактором формирования образа профессионального будущего в процессе обучения. Формирующее влияние спортивной деятельности при ее сочетании с учебной деятельностью в вузе на содержание образа профессионального будущего заключается в следующем: 1) по компоненту «образ Я-профессиональное» укрепляется намерение в будущем реализовываться в осваиваемой профессии и реализовывать профессиональные ценности в своей будущей профессиональной деятельности; появляется намерение связать профессиональное будущее со спортом; 2) по компоненту «представления о средствах достижения профессионального будущего» появляется представление о средствах достижения профессиональных целей в будущем, которые заключаются в личных качествах, формируемых в процессе спортивной деятельности (дисциплинированность, ответственность, пунктуальность, целеустремленность, настойчивость, умение преодолевать трудности, трудолюбие и т. п.).

По компоненту «образ профессиональной сферы жизни в будущем» также фиксируются некоторые тенденции: описания образа профессионального будущего спортсменов отличаются более уверенным намерением развиваться в содержательной части профессии (не карьерной, не утилитарной), уверенностью в том, что удастся устроиться и реализоваться в профессии за счет своих качеств и способностей, без специально прикладываемых усилий к карьерному продвижению. Среди описаний образа профессионального будущего у спортсменов почти не встречается описаний, связанных исключительно с карьерными намерениями, которые часто встречаются среди описаний обучающихся, не занимающихся спортом, а если и встречаются, то связаны с намерениями развиваться в профессии, реализовывать профессиональные ценности.

3. В качестве характеристик спортивной деятельности, определяющих сформированность и содержание образа профессионального будущего, выступают:

а) Уровень спортивного мастерства. Нелинейно связан с показателями образа профессионального будущего, который лучше сформирован по

показателям конкретности и перспективности у обучающихся, занимающихся спортом на среднем уровне спортивного мастерства, т. е. при относительно умеренной вовлеченности в спортивную деятельность.

б) Уровень соревновательных достижений. Наиболее высокие показатели насыщенности и перспективности образа профессионального будущего наблюдаются у обучающихся со средним уровнем соревновательных достижений – победителей и призеров соревнований регионального уровня. Спортсмены, добивающиеся высоких результатов на соревнованиях более высокого уровня, имеют более низкие показатели сформированности образа профессионального будущего.

в) Вид спорта. Наиболее способствующими формированию образа профессионального будущего являются занятия единоборствами, далее – циклическими и скоростно-силовыми видами спорта, и менее всего – игровыми видами спорта.

Полученные результаты показывают, что занятия спортом при обучении в вузе способствуют формированию образа профессионального будущего у обучающихся по всем его значимым качественным характеристикам, т.е. сочетание обучения со спортивной деятельностью повышает качество обучения в целом. Максимальная эффективность обучения достигается при занятиях видами спорта, относящимся к единоборствам, циклическим, скоростно-силовым видам и многоборьям, при умеренном уровне вовлеченности обучающегося в спортивную деятельность.

4. Выявлены условия, относящиеся к учебной деятельности курсантов-спортсменов, а также сочетанию учебной и спортивной деятельности при обучении в военном вузе. Это свидетельствует в пользу подтверждения одного из основных положений исследования о том, что совмещение учебной и спортивной деятельности в их организационном, мотивационно-целевом и смысловом единстве, выступает условием формирования образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов. В качестве конкретных факторов выделены следующие:

1) Эффективность самостоятельной организации обучающимися совмещения своей учебной и спортивной деятельности. Отсутствие у курсантов-спортсменов проблем с «увязыванием» учебы и занятий спортом, а также отсутствие проблем с учебой, связанных с занятием спортом, является основным фактором, связанным почти со всеми показателями сформированности образа профессионального будущего. Исследование показало, что те курсанты, которые нашли возможность эффективно совмещать свою учебную и спортивную деятельность, отличаются более сформированным, определенным и внутренне согласованным образом профессионального будущего. Это связано с усердием и трудолюбием обучающихся, которые в разной степени прикладывают усилия к организации совмещения учебных и спортивных занятий, а также с интенсивностью их самостоятельной учебной работы, более внимательным и серьезным отношением к обучению в целом.

2) Организация и поддержка совмещения обучающимися учебной и спортивной деятельности со стороны руководства и педагогических работников вуза. Исследованием показана важность позитивного и профессионального отношения преподавателей и руководства вуза к курсантам-спортсменам, готовность помогать им в организации учебного процесса. У тех курсантов-спортсменов, которые отмечают позитивное отношение к своим занятиям спортом со стороны преподавателей, сформированность образа профессионального будущего значительно выше почти по всем показателям.

Это указывает на важность профессионального отношения преподавателей к вовлеченности обучающихся в спортивную деятельность, которое не может сводиться к проблемам, связанным с посещаемостью учебных занятий, а включает в себя более широкое понимание спортивной деятельности, как части образовательного процесса, которую можно и нужно использовать в деле формирования и развития профессиональных компетенций и эффективного формирования личности будущего профессионала. Очевидно, что многие профессиональные компетенции, в том числе общекультурные, присутствующие во ФГОС почти по всем специальностям, например, связанные с умением

работать в команде, намного лучше и быстрее формируются у обучающихся, которые сочетают обучение со спортивной деятельностью. Преподаватели должны понимать, что они и спортивные тренеры делают общее дело – формируют личность человека, что учебная и спортивная деятельность при правильном отношении и организации не противоречат друг другу, а качественно дополняют друг друга, причем эффект от единства учебной и спортивной деятельности может быть синергетическим.

5. Обнаруженные взаимосвязи между оценками сформированности образа профессионального будущего и рядом психологических показателей указывают на существование психологических предпосылок формирования образа профессионального будущего. Согласно результатам исследования, такими предпосылками выступают: 1) индивидуально-психологические особенности самоактуализирующейся личности, в том числе способность ощущать целостность и неразрывность прошлого, настоящего и будущего, независимость ценностей и поведения от влияния извне, разделение ценностей самоактуализирующейся личности, самоуважение, склонности воспринимать природу человека в целом как положительную, целостность восприятия мира и людей; 2) уровень осмысленности жизни, в том числе высокая общая осмысленность жизни и осмысленность всех временных локусов – прошлого, настоящего и будущего.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты проведенного исследования позволяют сформулировать следующие основные выводы:

1. Теория и методология изучения образа профессионального будущего объединяет несколько разных исследовательских традиций – исследования категории психологического образа и проблемы опережающего отражения в психологии сознания и самосознания, исследования психологического будущего в психологии жизненного пути, а также исследования профессионализации и профессионального самосознания в психологии профессиональной деятельности. Это позволяет понимать под образом профессионального будущего компонент образа будущего, связанный с профессиональной самореализацией, тесно включенный в систему образа мира в целом, формируемый в единстве личностного развития и профессионального становления обучающегося.

2. Образ профессионального будущего, как проявление профессионального самосознания, является элементом системы образного отражения мира, выступая частью образа будущего, который, в свою очередь, основывается на целостном образе мира и образе «Я», существующих в единстве психологического прошлого, настоящего и будущего. Образ профессионального будущего включает следующие основные составляющие: образ «Я-профессиональное» в будущем, образ профессиональной сферы жизни в будущем, а также представление о средствах достижения профессионального будущего. Характеристиками образа профессионального будущего, выступающими и показателями его сформированности, являются определенность (ясность представленности субъекту), насыщенность (наполненность образа элементами), конкретность (детализация элементов образа), перспективность (представленность образа во временной протяженности) и целостность (внутренняя согласованность, логичность).

3. Спортивная деятельность курсантов интегрирована в учебный процесс, сочетается с учебной и воспитательной деятельностью в военном вузе, что

достигается с применением организационных и педагогических технологий, имеет нормативно-правовые основания, и, таким образом, может рассматриваться как часть образовательного процесса. Совмещение учебной и спортивной деятельности в военном вузе можно рассматривать как параллельную реализацию двух сложных и изначально самостоятельных деятельности, сочетающихся в сознании и деятельности обучающихся с неизбежным взаимопроникновением мотивов, целей, особенностей характера и личности субъекта, формируемых в каждой из деятельности. В сочетании учебной и спортивной деятельности формируется образ профессионального будущего курсанта-спортсмена и личность, сочетающая качества профессионала и спортсмена. Исследованием показано, что занятия спортивной деятельностью в период обучения при правильной организации и умеренной интенсивности не только не мешают образовательному процессу, но и повышают качество обучения. Вероятно, это объясняется тем, что спортивная деятельность способствует развитию у обучающихся таких качеств и компетенций, которые сложно развить в учебной деятельности в условиях традиционного образовательного процесса вуза, а также способствует общему многостороннему физическому и психическому развитию обучающихся.

4. Учебная деятельность наиболее успешна при ее совмещении со спортивной деятельностью в военном вузе тогда, когда спортивная деятельность реализуется с умеренной интенсивностью. Высокая вовлеченность обучающихся в спортивную деятельность может снижать показатели учебной деятельности, что вызвано большой занятостью спортсменов высокого класса в тренировочном и соревновательном процессе, а также, вероятно, изменением приоритетов, когда спортивная деятельность становится основной, с которой часто связывается будущее, в том числе и профессиональное. И, наоборот, отсутствие вовлеченности в спорт часто соответствует более низким показателям учебной деятельности. Вероятно, это объясняется тем, что те обучающиеся, которые в целом менее мотивированы, менее дисциплинированы, слабее успевают в

учебной деятельности, и, либо попросту не успевают заниматься спортом, либо не имеют на то должной мотивации и воли.

5. Образ профессионального будущего у курсантов-спортсменов значительно отличается от курсантов, не занимающихся спортом, причем различия увеличиваются с возрастанием вовлеченности в спортивную деятельность, отчетливо обнаруживая ряд тенденций: 1) по компоненту «образ Я-профессиональное» укрепляется намерение в будущем реализовываться в осваиваемой профессии и реализовывать профессиональные ценности в своей будущей профессиональной деятельности; появляется намерение связать профессиональное будущее со спортом; 2) по компоненту «представления о средствах достижения профессионального будущего» появляется представление о средствах достижения профессиональных целей в будущем, которые заключаются в личных качествах, формируемых в процессе спортивной деятельности (дисциплинированность, ответственность, пунктуальность, целеустремленность, настойчивость, умение преодолевать трудности, трудолюбие и т. п.); 3) по компоненту «образ профессиональной сферы жизни в будущем» описания образа профессионального будущего спортсменов отличаются более уверенным намерением развиваться в содержательной части профессии (не карьерной, не утилитарной), уверенностью в том, что удастся устроиться и реализоваться в профессии за счет своих качеств и способностей, без специально прикладываемых усилий к карьерному продвижению.

Приведенными результатами показано, что спортивная деятельность в военном вузе выступает условием формирования образа профессионального будущего в процессе обучения, а те различия, которые обнаруживаются у курсантов-спортсменов и не-спортсменов, выступают элементами, которые привносятся в образ профессионального будущего вовлеченностью в спортивную деятельность. Наиболее сильное формирующее влияние спортивная деятельность производит на видение обучающимися средств достижения профессионального будущего, которые у обучающихся-спортсменов отчетливо проявляются в виде опоры на свои собственные качества, причем те, которые традиционно

описываются в психологии спорта как формирующиеся в спортивной деятельности и составляющие известный «спортивный характер»: дисциплинированность, ответственность, пунктуальность, волевые качества, целеустремленность, настойчивость, умение преодолевать трудности, трудолюбие и т. д. Кроме того, более высокие показатели образа профессионального будущего у спортсменов можно связать и с тем, что спортивная деятельность оказывает особое воздействие на развитие процессов, связанных с формированием психических образов.

6. В качестве отдельных характеристик спортивной деятельности, определяющих сформированность и содержание образа профессионального будущего, выступают: 1) уровень спортивного мастерства – нелинейно связан с показателями образа профессионального будущего, который лучше сформирован по показателям конкретности и перспективности у обучающихся, занимающихся спортом на среднем уровне спортивного мастерства (I спортивный разряд, кандидаты в мастера спорта); 2) уровень соревновательных достижений – наиболее высокие показатели насыщенности и перспективности образа профессионального будущего наблюдаются у обучающихся со средним уровнем соревновательных достижений; 3) вид спорта – наиболее способствующими формированию образа профессионального будущего являются занятия единоборствами, далее – циклическими и скоростно-силовыми видами спорта и менее всего – игровыми видами спорта.

7. Сочетание учебной и спортивной деятельности в их организационном, мотивационно-целевом и смысловом единстве выступает условием формирования образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов. В качестве отдельных компонентов этого сочетания выделены следующие: 1) эффективность самостоятельной организации обучающимися совмещения своей учебной и спортивной деятельности, отсутствие у курсантов-спортсменов проблем с «увязыванием» учебы и занятий спортом, а также отсутствие проблем с учебой, связанных с занятием спортом; 2) организация и поддержка совмещения курсантами учебной и спортивной деятельности со стороны руководства и

педагогических работников военного вуза – исследованием показана важность позитивного и профессионального отношения преподавателей и руководства вуза к курсантам-спортсменам, готовность помогать им в организации учебного процесса.

8. Обнаруженные взаимосвязи между оценками сформированности образа профессионального будущего и рядом психологических показателей указывают на существование психологических предпосылок формирования образа профессионального будущего: 1) индивидуально-психологические особенности самоактуализирующейся личности, в том числе способность ощущать целостность и неразрывность прошлого, настоящего и будущего, независимость ценностей и поведения от влияния извне, разделение ценностей самоактуализирующейся личности, самоуважение, склонности воспринимать природу человека в целом как положительную, целостность восприятия мира и людей; 2) уровень осмысленности жизни, в том числе высокая общая осмысленность жизни и осмысленность всех временных локусов – прошлого, настоящего и будущего.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни [Текст] / К. А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 302 с.
2. Абульханова-Славская, К. А. Время личности и время жизни [Текст] / К. А. Абульханова-Славская, Т. Н. Березина. – СПб.: Алетейя, 2001. – 304 с.
3. Алехин, И. А. Проектирование технологии подготовки кадров в системе военно-профессионального образования [Текст] / И. А. Алехин, А. Г. Караяни // Мир образования – образование в мире. – 2012. – № 2 (46). – С. 146–152.
4. Алехин, И. А. Инновационные ресурсы формирования компетенций курсантов военных вузов: психолого-дидактический контекст [Текст] / И. А. Алехин, А. Г. Караяни, В. Я. Гожиков // Мир образования – образование в мире. – 2015. – № 3 (59). – С. 179–188.
5. Анохин, П. К. Очерки по физиологии функциональных систем [Текст] / П. К. Анохин. – М.: Медицина, 1975. – 447 с.
6. Антилогова, Л. Н. Профессиональное самоопределение личности в условиях современного образования [Текст] / Л. Н. Антилогова // Педагогическое образование и наука. – 2015. – №1. – С. 133-135.
7. Артемьева, Е. Ю. Психология субъективной семантики [Текст] / Е. Ю. Артемьева. – Изд-во ЛКИ, 2007. – 136 с.
8. Артемьева, Е. Ю. Описание структур субъективного опыта: контекст и задачи [Текст] / Е. Ю. Артемьева, Ю. К. Стрелков, В. П. Серкин // Мышление. Общение. Опыт. – Ярославль: Изд-во ЯрГУ, 1983. – С. 99–108.
9. Баева, И. А. Психологическая безопасность в образовании [Текст] / И. А. Баева – СПб.: Союз, 2002. – 271 с.
10. Балина, Т. Н. Социальная зрелость студентов и образ профессионального будущего [Текст] / Т. Н. Балина // Вестник Таганрогского института управления и экономики. – №1. – 2015. – С. 98–101.

11. Барсукова, А. Д. Особенности формирования профессионального самосознания студенчества [Текст] / А. Д. Барсукова. – М.: АСВ, 2009. – 168 с.
12. Березин, Ф. Б. Особенности личности и спортивная деятельность студентов [Текст] / Ф. Б. Березин, Р. В. Рожанец // Вопросы спортивной психогигиены. – М.: Изд-во ВНИИФК, 1973. – Вып. 2. – С. 38 – 46.
13. Бернштейн, Н. А. От рефлекса к модели будущего [Текст] / Н. А. Бернштейн // Вопросы психологии. – 2002. – №2 – С. 94 – 98.
14. Бернштейн, Н. А. О ловкости и ее развитии [Текст] / Н. А. Бернштейн. – М.: ФиС, 1991. – 228 с.
15. Бёрн, Э. Люди, которые играют в игры [Текст] / Э. Бёрн. – М.: Эксмо, 2003. – 576 с.
16. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л. И. Божович. – СПб: Питер, 2008. – 400 с.
17. Большунова, Н. Я. Дисциплинированность – важнейшее качество личности военнослужащих войск национальной гвардии [Текст] / Н. Я. Большунова, М. В. Алещенко // Направления и перспективы развития образования в военных институтах войск национальной гвардии Российской Федерации: сб. науч. ст. – Новосибирск: Новосибирский военный институт имени генерала армии И. К. Яковлева войск национальной гвардии Российской Федерации. – 2017. – С. 133 – 137.
18. Большунова, Н. Я. Мотивационно-ценностная составляющая внутриличностных ресурсов военнослужащих-спортсменов [Текст] / Н. Я. Большунова, А. В. Кузнецов // Проблемы современного педагогического образования. – 2016. – №51-4. – С. 398 – 408.
19. Бохан, Т. Г. Структурно-содержательные характеристики образа профессионального будущего и их динамика на этапах профессионального образования у студентов медицинских специальностей [Текст] / Т. Г. Бохан, Л. Ф. Алексеева, М. В. Шабаловская, С. А. Морева // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2013. – № 5. – С. 182 – 188.

20. Бохан, Т. Г. Образ профессионального будущего у студентов на «кризисных» этапах обучения в вузе [Текст] / Т. Г. Бохан, Л. Ф. Алексеева, К. Г. Языков, М. В. Шабаловская, С. А. Морева // Высшее образование в России. – 2013. – № 11. – С. 30 – 37.

21. Братусь, Б. С. К проблеме человека в психологии [Текст] / Б. С. Братусь // Вопросы психологии. – 1997. – № 5. – С. 3 – 19.

22. Быкова, Е. Б. Образ будущего в картине мира и Я-концепции личности [Текст]: дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.01 / Быкова Елена Борисовна. – Санкт-Петербург, 2003. – 211 с.

23. Володина, К. А. Формирование образа будущей профессии у студентов-психологов на начальном этапе профессиональной подготовки в вузе [Текст]: дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.07 / Володина Ксения Андреевна. – Шадринск, 2015. – 174 с.

24. Восковская, Л. В. Психология ощущений и восприятия: учеб. пособие для академического бакалавриата [Текст] / Л. В. Восковская. – М.: Юрайт, 2017. – 475 с.

25. Гаврилюк, Т. В. Понятие «Образ будущего» в категориальном поле феноменологической психологии [Текст] / Т. В. Гаврилюк // Общество: социология, психология, педагогика. – 2016. – № 5. – С. 57 – 59.

26. Гальперин, П. Я. Введение в психологию: Учебное пособие для вузов [Текст] / П. Я. Гальперин. – М.: Книжный дом «Университет», 1999. – 332 с.

27. Гогунев, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений [Текст] / Е. Н. Гогунев, Б. И. Мартьянов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 288 с.

28. Головаха, Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи [Текст] / Е. И. Головаха. – Киев: Наукова думка, 1998. – 144 с.

29. Головаха, Е. И. Психологическое время личности [Текст] / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. – М.: Смысл, 2008. – 267 с.

30. Головин, М. С. Психофизиологические особенности лыжников-гонщиков и биатлонистов в подростковом и юношеском возрасте [Текст] / М. С. Головин, Л. А. Гиренко, Р. И. Айзман // Мир науки, культуры, образования. – 2013. – №1 (38). – С. 130 – 133.

31. Горская, Г. Б. Психологическая теория спортивной деятельности: актуальные направления развития [Текст] / Г. Б. Горская // Теория и практика физкультуры. – 1999. – №5. – С. 53–56.

32. Гостев, А. А. Психология вторичного образа [Текст] / А. А. Гостев. – М.: Изд-во ИП РАН, 2007. – 512 с.

33. Гошек, В. Успех как мотивационный фактор спортивной деятельности [Текст] / В. Гошек, М. Ванек, Б. Свобода // Психология и современный спорт. – М.: ФиС, 1973. – С.100 – 121.

34. Дементий, Л. И. Особенности ответственности и временной перспективы у студентов с разным уровнем прокрастинации [Текст] / Л. И. Дементий, Н. Н. Карловская // Психология обучения. – 2013. – №7. – С. 4 – 19.

35. Дорохов, С. И. Методологические основы имитационного моделирования спортивных игр [Текст] / С. И. Дорохов. – СПб.: Изд-во «Олимп», 2003. – 32 с.

36. Дорохова, Т. С. Мобильность как один из компонентов профессиональной ментальности социального педагога [Текст] / Т. С. Дорохова // Педагогическое образование в России. – 2014. – № 1. – С. 119 – 122.

37. Доценко, Е. Л. Межличностное общение: семантика и механизмы [Текст] / Е. Л. Доценко. – Тюмень: ТОГИРРО, 1998. – 202 с.

38. Дьячков, В. М. Совершенствование технического мастерства спортсменов [Текст] / В. М. Дьячков. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 232 с.

39. Ефремов, Е. Г. Особенности формирования профессионального самосознания на различных стадиях профессионального обучения [Текст]: дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.07 / Ефремов Евгений Георгиевич. – Томск, 2000. – 169 с.

40. Заболотная, С. Г. Образ профессионального будущего студентов медицинского вуза в понятийном поле педагогики [Текст] / С. Г. Заболотная // Научное обозрение. Педагогические науки. – 2017. – № 4. – С. 49 – 56.

41. Заболотная, С. Г. Становление образа профессионального будущего у студентов медицинского вуза [Текст]: дисс. ...канд. пед. наук: 13.00.08 / Заболотная Светлана Геннадьевна. – Оренбург, 2013. – 189 с.

42. Завалова, Н. Д. Образ в системе психической регуляции деятельности [Текст] / Н. Д. Завалова, Б. Ф. Ломов, В. А. Пономаренко. – М.: Наука, 1986. – 172 с.

43. Заводчиков, Д. П. Основные теоретико-методологические подходы к изучению образа профессионального будущего [Текст] / Д. П. Заводчиков, Н. Н. Ледерман // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2017. – Т.9. – №4. – С. 160 – 170.

44. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития [Текст] / Э. Ф. Зеер. – М.: Академия, 2009. – 240 с.

45. Зейгарник, Б. В. Теория личности Курта Левина [Текст] / Б. В. Зейгарник. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1981. – 118 с.

46. Зинченко, В. П., А. Н. Леонтьев и развитие современной психологии [Текст] / В. П. Зинченко // Леонтьев А. Н. Избранные психологические труды. В 2-х т.т. Т.1. Вступительная статья. – М.: Педагогика, 1983. – С. 8 – 16.

47. Зуб, И. В. Влияние дзюдо на формирование характера [Текст] / И. В. Зуб // Вестник Балтийской Педагогической Академии. – СПб., 2005. – Вып. 62. – С. 233 – 236.

48. Ильин, Е. П. Психология спорта [Текст] / Е. П. Ильин. – СПб: Питер, 2010. – 352 с.

49. Казин, Э. М. Социально-психологические, медико-биологические и педагогические аспекты адаптации и здоровья (методологические и организационные подходы) [Текст] / Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина, Т. Н. Семенова, И. А. Свиридова // Валеология. – 2007. – №4. – С. 8 – 20.

50. Казин, Э. М. Психофизиологические особенности студентов первого курса разных факультетов КемГУ [Текст] / Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, С. Л. Лесникова, Е. В. Васина, Н. Н. Кошко, Л. А. Варич // Вестник КемГУ. – 2009. – №4 (40). – С. 13 – 17.

51. Канищева, М. А. Особенности образа будущего у студентов с разным уровнем субъективного контроля [Текст]: дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.03 / Канищева Марина Александровна. – Белгород, 2016. – 190 с.

52. Караяни, А. Г. Совершенствование обучения курсантов копинг-стратегиям поведения в стрессовых ситуациях [Текст] / А. Г. Караяни, С. П. Поляков // Право и образование. – 2018. – №2. – С. 4 – 10.

53. Карелин, А. А. Спортивная подготовка борцов высокой квалификации [Текст] / А. А. Карелин. – Новосибирск: Мангазея, 2002. – 480 с.

54. Келишев, И. Г. Динамика мотивов и интересов в спорте [Текст] / И. Г. Келишев // Материалы научной конференции кафедры психологии ГЦОЛИФК по проблемам психологии спорта. – М., 1972. – С. 5 – 6.

55. Климов, В. М. Морфофункциональные показатели и физическая подготовленность студенток 1-2 курсов технического университета, занимающихся аэробикой [Текст] / В. М. Климов, В. Б. Рубанович, Р. И. Айзман // Вестник НГПУ. – 2016. – №1(29). – С. 109 – 120.

56. Климов, В. М. Особенности психофизиологического развития студентов бакалавриата, занимающихся в группах разной физкультурно-спортивной направленности [Текст] / В. М. Климов, Р. И. Айзман // Актуальные вопросы реабилитации, лечебной и адаптивной физической культуры и спортивной медицины: Материалы Всероссийской конференции. – 2018. – С. 170 – 173.

57. Климов, В. М. Влияние краткосрочной физической нагрузки разной физкультурно-спортивной направленности на психофизиологическое состояние студентов [Текст] / В. М. Климов, Р. И. Айзман // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Материалы Международной конференции. – 2018. – С. 107 – 109.

58. Климов, Е. А. Психология профессионала [Текст] / Е. А. Климов. – М.: ИПП, 1996. – 400 с.
59. Климов, Е. А. Образ мира в разнотипных профессиях [Текст] / Е. А. Климов. – Изд-во МГУ, 1995. – 224 с.
60. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения [Текст] / Е. А. Климов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 304 с.
61. Ковдра, А. С. Временная перспектива как predisposition психологической безопасности личности [Текст]: дисс. канд. психол. наук: 19.00.01 / Ковдра Алена Сергеевна. – Пятигорск, 2012. – 224 с.
62. Ковдра, А. С. Психологические особенности временной перспективы студентов вуза [Текст] / А. С. Ковдра // Гуманизация образования. – 2012. – № 2. – С. 30 – 35.
63. Кон, И. С. В поисках себя: личность и ее самосознание [Текст] / И. С. Кон. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.
64. Костенко, Н. Б. Особенности образа будущего социально дезадаптированных подростков [Текст]: дисс. канд. психол. наук: 19.00.01 / Костенко Наталья Борисовна. – Барнаул, 2006. – 173 с.
65. Кошелева, С. В. Организационно-психологические детерминанты профессионального самосознания руководителей [Текст]: автореф. ...дисс. доктора психол. наук: 19.00.11 / Кошелева Софья Владимировна. – М., 1997.
66. Краснорядцева, О. М. Особенности профессионального мышления в условиях психодиагностической деятельности: учеб. пособие [Текст] / О. М. Краснорядцева. – Барнаул, 1998. – 114 с.
67. Краснорядцева, О. М. Реконструкция ценностно-смысловой структуры ситуации деятельности как метод исследования особенностей ментального пространства личности [Текст] / О. М. Краснорядцева // Личность в парадигмах и метафорах: ментальность-коммуникация-толерантность / Под ред. В. И. Кабрина. – Томск: Изд-во ТГУ, 2002. – С. 140 – 150.
68. Кретти, Б. Дж. Психология в современном спорте [Текст] / Б. Дж. Кретти. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 224 с.

69. Кужугет, А. А. Морфофункциональные особенности студентов в зависимости от физкультурно-спортивной деятельности [Текст] / А. А. Кужугет, В. Б. Рубанович, Р. И. Айзман // Физиология развития человека: Материалы Международной конференции. – М. – 2009. – С. 53 – 54.

70. Кузнецов, В. В. Основная направленность теоретических и экспериментальных исследований современной системы подготовки спортсменов [Текст] / В. В. Кузнецов // Теория и практика физ. культуры. – 1971. – №1. – С. 66 – 68.

71. Кюглер, П. Психические образы как мост между субъектом и объектом [Текст] / П. Кюглер // Кембриджское руководство по аналитической психологии: сб. под ред. П. Янг-Айзендрат, Т. Даусона. – М.: Добросвет, 2000. – С. 121 – 141.

72. Лебедев, А. В. Морфофункциональные особенности студентов первого курса педагогического вуза [Текст] / А. В. Лебедев, В. Б. Рубанович, Н. И. Айзман, Р. И. Айзман // Вестник НГПУ. – 2014. – №1(17). – С. 128 – 141.

73. Лебедева, Е. В. Особенности временной компетентности студентов с различным статусом профессиональной идентичности [Текст] / Е. В. Лебедева, О. Е. Сурнина // Психологическая наука и образование. – 2014. – №2. – С.188 – 197.

74. Левин, К. Динамическая психология: Избранные труды [Текст] / К. Левин. – М.: Смысл, 2001. – 572 с.

75. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность [Текст] / А. Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2011. – 352 с.

76. Леонтьев, Д. А. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего [Текст] / Д. А. Леонтьев, Е. В. Шелобанова // Вопросы психологии. – 2001. – № 5 – С. 91 – 96.

77. Ли, Х. Ч. Взаимосвязь соматотипа и особенностей психики спортсменов, специализирующихся в восточных видах единоборств [Текст]: Автореф. дисс. канд. ...психол. наук: 13.00.04 / Ли Хюн Чжу. – СПб., 2004.

78. Лурия, А. Р. Об историческом развитии познавательных процессов [Текст] / А. Р. Лурия. – М.: Наука, 1974. – 172 с.

79. Мандрикова, Е. Ю. Современные подходы к изучению временной перспективы [Текст] / Е. Ю. Мандрикова // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29. – №4. – С. 54 – 65.

80. Марищук, В. Л. Психологические основы формирования профессионально значимых качеств [Текст]: автореф. дисс. ...докт. психол. наук: 19.00.03 / Марищук Владимир Лаврентьевич. – Л., 1982. – 36 с.

81. Матвеев, Л. П. Теория спорта как наука и учебная дисциплина [Текст] / Л. П. Матвеев // Теория и практика физ. культуры. – 1972. – №3. – с. 62 – 67.

82. Медведкова, О. Л. Профессиональная ментальность как объект внутришкольного управления [Текст]: дисс. ...канд. пед. наук: 13.00.01 / Медведкова Ольга Леонидовна. – Барнаул, 1999 Изд-во БГПУ, 1999. – 132 с.

83. Медовикова, Е. А. Параметры временной перспективы во взаимосвязи с личностными особенностями студентов на различных этапах обучения [Текст] / Е. А. Медовикова // Мир науки, культуры, образования. – 2015. – №1(50). – С. 185 – 188.

84. Мид. Дж. Г. Избранное [Текст] / Дж. Г. Мид. – М., 2009. – 290 с.

85. Митина, Л. М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях [Текст] / Л. М. Митина // Вопросы психологии. – 1997. – №4. – С. 28 – 30.

86. Михальский, А. В. Психология конструирования будущего [Текст] / А. В. Михальский. – М.: Изд-во МГППУ, 2014. – 192 с.

87. Нечаев, Н. Н. Профессия и профессионализм: к задачам психологии профессионального творчества [Текст] / Н. Н. Нечаев // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2016. – №4 – С. 3 – 15.

88. Нургалеев, В. С. Психологические факторы развития воображения в процессе когнитивной деятельности [Текст]: дисс. ...докт. психол. наук: 19.00.01 / Нургалеев Владимир Султанович. – Новосибирск, 1999. – 378 с.

89. Нургалеев, В. С. Образы движения в контексте спортивной деятельности субъекта [Текст] / В. С. Нургалеев // Образование и саморазвитие. – 2015. – №3(45). – С. 116 – 124.

90. Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего: под ред. Д. А. Леонтьева [Текст] / Ж. Нюттен. – М.: Смысл, 2004. – 608 с.
91. Оборина, Д. В. Становление профессиональной ментальности педагогов и психологов [Текст]: дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.07 / Оборина Дина Викторовна. – М., 1992. – 196 с.
92. Обуховский, К. Психологическая теория строения и развития личности [Текст] / К. Обуховский / К. Обуховский // Психология формирования и развития личности: сб. науч. тр.; отв. ред. Л. И. Анцыферова. – М.: Наука, 1981. – С. 45 – 67.
93. Орлова, Д. Г. Особенности психологического благополучия будущих офицеров войск национальной гвардии [Текст] / Д. Г. Орлова // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2017. – №3(70). – С. 32 – 35.
94. Палайма, Ю. Ю. Мотивы спортивной деятельности [Текст] / Ю. Ю. Палайма // Теория и практика физической культуры. – 1966. – № 8. – С. 33 – 37.
95. Петровский, А.В. Основы теоретической психологии [Текст] / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – М.: ИНФРА-М, 1998. – 528 с.
96. Петровский, А. В. Психология. Словарь [Текст] / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
97. Пилоян, Р. А. Историография науки о спорте [Текст] / Р. А. Пилоян // Теория и практика физ. культуры. – 2004. – №7. – С. 17 – 18.
98. Плахтиенко, В.А. Надежность в спорте [Текст] / В. А. Плахтиенко, Ю. М. Блудов. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
99. Поваренков, Ю. П. Психология профессионального становления и реализации личности как отрасль психологической науки [Текст] / Ю. П. Поваренков // Вестник ПГГПУ. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. – 2014. – №1. – С.184 – 198.
100. Прокониц, О. А. Взаимосвязь характеристик временной перспективы личности студентов вуза со смысловыми аспектами отношения к процессу

обучения [Текст] / О. А. Проконич // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2014. – №4-3(60). – С. 117 – 122.

101. Протопопов, В. М. Изучение категории «Образ» в инженерной психологии: историко-логический ракурс [Текст] / В. М. Протопопов // JSRP. – 2014. – №4(8). – С. 215 – 220.

102. Прусова, Э. В. Проблема взаимосвязи образа будущего личности с удовлетворенностью профессиональным выбором в юношеском возрасте [Текст]: дисс. канд. психол. наук: 19.00.01 / Прусова Элла Владиленовна. – Краснодар, 2006. – 184 с.

103. Пряжников, Н. С. Психология труда и человеческого достоинства: Учебник [Текст] / Н. С. Пряжников. – М.: Academia, 2004. – 480 с.

104. Пряжников, Н. С. Теория и практика профессионального самоопределения. Учебное пособие [Текст] / Н. С. Пряжников. – М.: Изд-во МГППИ, 1999. – 97 с.

105. Психология спорта в терминах, понятиях, междисциплинарных связях: Словарь-справочник / Сост. Е. Н. Сурков; Под ред. В. У Агеевца. – СПб., 1996.

106. Разгоняева, Е. В. Личностная обусловленность процесса построения образа будущего [Текст]: дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.01 / Разгоняева Екатерина Васильевна. – Барнаул, 2004. – 175 с.

107. Регуш, Л. А. Психология прогнозирования: успехи в познании будущего [Текст] / Л. А. Регуш. – СПб.: Речь, 2003. – 352 с.

108. Ричардсон, Дж. Мысленные образы. Сер. «Университетское образование» [Текст] / Дж. Ричардсон. – М.: Когито-Центр, 2006. – 175 с.

109. Роджерс, К.Р. Становление личности: взгляд на психотерапию [Текст] / К. Р. Роджерс. – М.: Эксмо-пресс, 2001. – 416 с.

110. Родина, Е. М. Временная перспектива и профессионально-личностное саморазвитие студентов [Текст] / Е. М. Родина // Социальная психология личности и акмеология: сб. ст. – М., 2014. – С. 136 – 143.

111. Родионов, А. В. Проблемы психологии спорта [Текст] / А. В. Родионов // Теория и практика физ. культуры. – 2006. – №6. – С. 2 – 4.

112. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / Рубинштейн С. Л. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.

113. Рудик, П. А. Идеомоторные представления и их значение в спортивной тренировке [Текст] / П. А. Рудик // Психологические вопросы спортивной тренировки. – М.: Физкультура и спорт, 1967. – С.101 – 111.

114. Сайко, Я. В. Влияние профессионального воспитания на образ профессионального будущего студентов педагогического вуза [Текст] / Я. В. Сайко // Воспитание в современном культурно-образовательном пространстве. Сб. статей. – Самара, 2016. – Т.4. – С.241 – 245.

115. Серкин, В. П. Методы психологии субъективной семантики и психосемантики [Текст] / Серкин, В. П. – М.: ПЧЕЛА, 2008. – 382 с.

116. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена. Учебное пособие [Текст] / Серова, Л. К. – М.: Советский спорт, 2007. – 116 с.

117. Серый, А. В. Система личностных смыслов: структура, функции, динамика [Текст] / А. В. Серый. – Кемерово: Кузбассвузиздат. – 2004. – 272 с.

118. Сизикова, Н. В. Смысловой компонент психологической готовности к спортивной деятельности [Текст]: дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.01 / Сизикова Наталья Владимировна. – Кемерово, 2008. – 166 с.

119. Склеинис, В. А. Специфика развития образа мира в разнотипных профессиях [Текст] / В. А. Склеинис // Организационная психология. – 2015. – Т.5. – №1. – С. 34 – 58.

120. Склеинис, В. А. Психосемантические корреляты жизненного сценария личности [Текст] / В. А. Склеинис // Молодой ученый. – 2016. – №7. – С. 336 – 340.

121. Сколько вам лет. Линии жизни глазами психолога [Текст] / под ред. А. А. Кроника М.: Школа-пресс, 1993. – 112 с.

122. Смирнов, С. Д. Психология образа: проблема активности психического отражения [Текст] / С. Д. Смирнов. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1985. – 231 с.

123. Сокольская, М. В. Личностное здоровье профессионала [Текст] / М. В. Сокольская. – Хабаровск: ДВГУПС, 2008. – 303 с.

124. Сокольская, М. В. Личностное здоровье в становлении профессионала [Текст] / М. В. Сокольская // Вестник бурятского государственного университета. – 2010. – №5. – С. 65 – 70.

125. Солсо, Р. Когнитивная психология [Текст] / Р. Солсо. – СПб.: Питер, 2006. – 589 с.

126. Стамбулова, Н. Б. Психологические модели и описания спортивной карьеры [Текст] / Н. Б. Стамбулова // Теоретические и прикладные вопросы психологии. – СПб., 1997. – Вып. 3. – Ч. 2.

127. Сурков, Е. Н. Процессы антиципации и их организация в деятельности человека [Текст]: автореф. дисс. ...докт. психол. наук: 19.00.01 / Сурков Евгений Николаевич. – Л., 1985. – 33 с.

128. Сутович, Е. И. Психолого-педагогические условия формирования профессионального самосознания будущих специалистов [Текст] / Е. И. Сутович // Профессиональное самосознание и экономическое поведение личности. – Омск, 2009. Полиграфический центр КАН. – С. 200-219.

129. Теория и методика физического воспитания: Учебник для институтов физической культуры [Текст] / Под общ. ред. Л. П. Матвеева и А. Д. Новикова. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 256 с.

130. Теория спорта [Текст] / Под ред. В. Н. Платонова. – Киев: Вища школа, 1987. – 424 с.

131. Тихонова, А. А. Взаимосвязь образа будущего я с мотивацией к саморазвитию в возрасте юности [Текст]: дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.13 / Тихонова Анна Александровна. – Казань, 2015. – 179 с.

132. Фресс, П. Экспериментальная психология. VI. Восприятие: монография [Текст] / П. Фресс, Ж. В. Ф. Пиаже. – Москва: Директ-Медиа, 2008. – 666 с.

133. Ханина, И. Б. Образ мира и профессиональный мир [Текст] / И. Б. Ханина // Мир психологии. – 2009. – № 4. – С. 179 – 187.

134. Хуцинский, Т. Тренировка женщин-баскетболисток [Текст] / Т. Хуцинский. – СПб.: СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, ВВМ, 2004. – 232 с.

135. Утюганов, А. А. Место и роль ценностно-смысловых ориентаций личности в системе профессионально-важных качеств офицеров войск национальной гвардии [Текст] / А. А. Утюганов // Вестник Красноярского гос. пед. университета. – 2017. – №1(39). – С. 115 – 123.

136. Утюганов, А. А. Формирование ценностно-смысловых ориентаций у военнослужащих войск национальной гвардии Российской Федерации [Текст] / А. А. Утюганов. – Новосибирск, 2017. – 124 с.

137. Шаболтас, А. В. Мотивы занятия спортом высших достижений в юношеском возрасте [Текст]: дис. канд. псих. наук: 19.00.03 / Шаболтас Алла Вадимовна. – СПб., 1998. – 184 с.

138. Шумилова, А. С. Переживание временной перспективы в обыденном сознании студентов вуза [Текст]: автореферат дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Шумилова Анна Сергеевна. – Ставрополь, 2004. – 22 с.

139. Эннс, Е. А. Понятие профессионального самосознания в психологической науке [Текст] / Е. А. Эннс // Психологические науки: теория и практика: материалы Междунар. науч. конф. – М.:Буки-Веди, 2012. – С. 127 – 129.

140. Яссман, В. П. Образ мира личности: этническая картина мира [Текст] / Яссман, В. П. – Хабаровск: изд-во ДВГУПС, 2005. – 103 с.

141. Яницкий, М. С. Адаптационный процесс: психологические механизмы и закономерности динамики: Учебное пособие [Текст] / М. С. Яницкий. – Кемерово: Кемеровский гос. университет, 1999. – 84 с.

142. Яницкий, М. С. Особенности массово-коммуникационных предпочтений в зависимости от типа индивидуальной ценностной системы [Текст] / М. С. Яницкий // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2005. – №2(22). – С. 195 – 198.

143. Яницкий, М. С. Ценностное измерение массового сознания [Текст] / М. С. Яницкий. – Новосибирск, 2012. – 235 с.

144. Яхонтов, Е. Р. Психологическая подготовка баскетболистов [Текст] / Е. Р. Яхонтов. СПб.: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2000. – 230 с.
145. Calabresi, R. Personality and Time Attitude [Text] / R. Calabresi, J. Cohen // *Journal of Abnormal Psychology*. – 1968. – №73. – Pp. 431 – 439.
146. Fraisse, P. *Psychologie du Temps* [Text] / P. Fraisse. – 1967. – 360 p.
147. Goldrich, J. M. A Study in Time Orientation: The Relation between Memory for Past Experience and Orientation to the Future [Text] / J. M. Goldrich // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1967. – №6. – P. 221.
148. Heimburg, L. K. The measurement of Future Time Perspective [Text] / L. K. Heimburg // *Dissertation Abstracts International*. – 1963. – №24. – Pp. 1686 – 1687.
149. Kastenbaum, R. The Dimensions of Future Perspective: An Experimental Analysis [Text] / R. Kastenbaum // *Journal of General Psychology*. – 1961. – № 65. – Pp. 203 – 218.
150. Kosslyn, S. M. *Mental Imagery* [Text] / S. M. Kosslyn // *An Invitation to Cognitive Science*. – Cambridge, MA: MIT Press, 1995. – Pp. 267–296
151. Kooij, D. Future time perspective: A systematic review and meta-analysis [Text] / D. Kooij, R. Kanfer, M. Betts, C. W. Rudolph // *Journal of Applied Psychology*. – 2018. – №103(8). – P. 867 – 893.
152. Lewin, K. *Field theory in social science; selected theoretical papers* [Text] / K. Lewin. – New York: Harper & Row, 1951. – Pp. 53 – 56.
153. Mooney, A. Using Balanced Time Perspective to Explain Well-Being and Planning in Retirement [Text] / A. Mooney, J. K. Earl, C. H. Mooney, H. Bateman // *Front. Psychol*. – 2017. – №8. – P. 1781.
154. Nechaev, N. A psychological mechanism for the development of activity: The cross-cultural context [Text] / N. Nechaev // *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. – 2015. – Vol. 200. – Pp. 33 – 39.
155. Paivio, A. *Mental representations: A dual coding approach* [Text] / A. Paivio. – N. Y.: Oxford University Press, 1990. – 336 p.

156. Paivio, A. Imagery and text: A dual coding theory of reading and writing [Text] / A. Paivio, M. Sadoski. – New York: Routledge, 2013. – 155 p.
157. Wallace, M. Future Time Perspective in Schizophrenia [Text] / M. Wallace // Journal of Abnormal and Social Psychology. – 1956. – №52. – Pp. 240 – 245.
158. White, M. H. Infrahumanizing praise: Athletic admiration decreases perceptions of agency and support for college athletes' rights [Text] / M. H. White, L. E. Molina // Social Psychology. – 2016. – №47 (4). – Pp. 187 – 200.
159. Whitehead, P. M., Senecal, G. Balance and mental health in NCAA Division I student-athletes: An existential humanistic view [Electronic resource] // The Humanistic Psychologist. – 2019. – DOI: <https://doi.org/10.1037/hum0000138>
160. Yukhymenko-Lescroart, M. A. Students and athletes? Development of the Academic and Athletic Identity Scale (AAIS) [Text] / M. A. Yukhymenko-Lescroart // Sport, Exercise, and Performance Psychology. – 2014. – №3(2). – Pp. 89 – 101.
161. Zimbardo, P. G., Boyd, J. The Time Paradox: The New Psychology of Time That Can Change Your Life [Text] / P. G. Zimbardo, J. Boyd. – New York, NY: Simon and Schuster, Inc, 2008. – 396 p.
162. Zhang, J. W. Comparing Three methods to measure a balanced time perspective: the relationship between a balanced time perspective and subjective well-being [Text] / J. W. Zhang, R. Howell, M. Stolarski // J. Happiness Stud. – 2013. – №14. – Pp. 169 – 184.

## Приложение А

### Анкета 1

#### АНКЕТА

1. ФИО \_\_\_\_\_ 2. Дата рождения \_\_\_\_\_  
 3. Вуз \_\_\_\_\_ Курс \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_  
 4. Направление обучения (специальность) \_\_\_\_\_  
 5. Если имеете другое высшее или среднее профессиональное образование, или параллельно его получаете, напишите, какое.
- 

6. Совмещаете ли Вы учебу с работой? Если да, то сколько времени Вы на нее тратите, приблизительно, в неделю?

- А) Да, работаю \_\_\_\_\_ часов в неделю.    Б) Нет.

7. Обычно, сколько дней в неделю Вы посещаете аудиторные занятия в вузе?

- А) 6-7.    Б) 4-5.    В) 3 дня и менее.

8. Вы посещаете дополнительные занятия, факультативы?

- А) Да.    Б) Нет.

9. Как часто Вы занимаетесь учебой самостоятельно (выполнение домашних заданий, подготовка к аудиторным занятиям, чтение учебной литературы и т.п.)?

- А) Занимаюсь почти каждый день.    Б) Занимаюсь 1-2 раза в неделю.  
 В) Занимаюсь редко.    Г) Не занимаюсь.    Д) Другое
- 

10. Охарактеризуйте свое отношение к учебе:

- А) Стараюсь взять от обучения максимум, занимаюсь дополнительно, делаю больше, чем требуют преподаватели.  
 Б) Отношусь средне, делаю основное, что требуется.  
 В) Пока удается только делать минимум, достаточный для получения диплома.  
 Г) Другое \_\_\_\_\_
- 

11. Ваша успеваемость в вузе (на какие оценки Вы учитесь)?

- А) На 5.    Б) На 4-5.    В) На 4.    Г) На 3-4.    Д) На 3.    Е) Другое
- 

12. Сочетаете ли вы в настоящее время обучение в вузе с активной спортивной деятельностью?

- А) Да;    Б) Нет.

**Если Вы ответили на вопрос №12 «Нет», пропустите следующие вопросы.**

13. Каким видом спорта Вы занимаетесь?

---

14. Какой уровень спортивного мастерства (разряд, КМС, МС и т.д.) Вы имеете и в каком виде спорта? \_\_\_\_\_

*Продолжение приложения А*

15. В каких спортивных организациях Вы состоите?  
\_\_\_\_\_
16. Перечислите свои основные спортивные достижения – участие и победы в соревнованиях, награды \_\_\_\_\_
17. Насколько интенсивно Вы тренируетесь?  
А) 3 раза в неделю; Б) 4-5 раз в неделю; В) 6 раз в неделю;  
Г) Несколько раз в день
18. Сколько часов в неделю в сумме, обычно, Вы затрачиваете на занятия спортом? (приблизительно, напишите числом): \_\_\_\_\_ часов в неделю.
19. В среднем, сколько раз в году Вы участвуете в соревнованиях? (напишите числом): \_\_\_\_\_
20. Вам приходилось не посещать учебные занятия по несколько дней для участия в соревнованиях?  
А) Да, много раз. Б) Да, 1-2 раза. В) Нет, не приходилось.
21. Вы собираетесь связать дальнейшую жизнь со спортом?  
А) Собираюсь, причем не исключено, что мое профессиональное будущее будет связано со спортом.  
Б) Собираюсь, но мое профессиональное будущее вряд ли будет связано со спортом.  
В) Не собираюсь.  
Г) Другое (напишите) \_\_\_\_\_
22. У Вас бывают проблемы с учебой из-за Ваших занятий спортом?  
А. Да, постоянно.  
Б. Да, иногда бывают.  
В. Нет. Г. Другое \_\_\_\_\_
23. Насколько Вам сложно «увязывать» учебу и спорт?  
А. Сложно.  
Б. Не очень сложно, но этим приходится заниматься.  
В. Это вообще не проблема. Г. Другое \_\_\_\_\_
24. Как относятся преподаватели и руководство вуза к Вашим занятиям спортом?  
А. В большинстве случаев положительно, поддерживают, идут навстречу.  
Б. По-разному.  
В. Чаще без понимания, мой спорт – мои проблемы.  
Г. Другое \_\_\_\_\_
25. Какие меры поддержки студенческого спорта Вы ощущаете на себе?  
\_\_\_\_\_
26. Как Вы считаете, что Вам даст в будущем то, что вы занимаетесь спортом?  
\_\_\_\_\_

## Приложение Б

### Анкета 2

ФИО \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_ Вуз \_\_\_\_\_

Вам будут предложены пары противоположных утверждений, которыми можно описать Ваши представления о своем будущем. Ваша задача – выбрать одно из двух утверждений, которое, по вашему мнению, больше соответствует действительности и обвести кружком одну из цифр 1, 2, 3 в зависимости от того, насколько вы уверены в выборе («0» если оба утверждения на Ваш взгляд одинаково верны или Вы затрудняетесь ответить).

Я очень ясно представляю себе свое будущее	3 2 1 0 1 2 3	Я не представляю себе свое будущее
Я точно знаю, как именно я буду зарабатывать на жизнь	3 2 1 0 1 2 3	Я пока не знаю, как именно я буду зарабатывать на жизнь
Я знаю, в какой сфере я буду работать	3 2 1 0 1 2 3	Я не знаю, в какой сфере я буду работать
Я знаю, кем я стану в профессиональном плане	3 2 1 0 1 2 3	Я не знаю, кем я стану в профессиональном плане
Я хорошо представляю себе свою профессиональную карьеру	3 2 1 0 1 2 3	Я плохо представляю себе свою профессиональную карьеру
Моя работа будет тесно связана со специальностью, которую я сейчас получаю в вузе	3 2 1 0 1 2 3	Моя работа не будет связана со специальностью, которую я сейчас получаю в вузе
Я знаю, чего я хочу достичь в профессиональном плане	3 2 1 0 1 2 3	Я не знаю, чего я хочу достичь в профессиональном плане
Я спокоен за свое профессиональное будущее	3 2 1 0 1 2 3	Меня беспокоит мое профессиональное будущее
<i>Если Вы не сочетаете обучение с активной спортивной деятельностью, пропустите следующие вопросы</i>		
У меня есть ясные цели в спорте	3 2 1 0 1 2 3	У меня нет ясных целей в спорте
Я точно знаю, когда закончу спортивную карьеру	3 2 1 0 1 2 3	Я не знаю, когда закончу спортивную карьеру
Моя работа будет тесно связана со спортом	3 2 1 0 1 2 3	Моя работа не будет связана со спортом
У меня есть ясное понимание того, зачем я сочетаю обучение со спортивной деятельностью	3 2 1 0 1 2 3	Я не знаю, зачем я сочетаю обучение со спортивной деятельностью
Спорт не мешает мне учиться	3 2 1 0 1 2 3	Спорт мешает мне учиться
Учеба не мешает мне заниматься спортом	3 2 1 0 1 2 3	Учеба мешает мне заниматься спортом

*Продолжение приложения Б*

Ниже предложены пары характеристик, в которых может отражаться Ваше отношение к учебной и спортивной деятельности. Отметьте нужные цифры, по аналогии с предыдущим заданием.

<b>Моя учебная деятельность:</b>		
Интересная	3 2 1 0 1 2 3	Скучная
Помогает жить	3 2 1 0 1 2 3	Мешает жить
Полезная для будущего	3 2 1 0 1 2 3	Бесполезная для будущего
<b>Моя спортивная деятельность:</b>		
Интересная	3 2 1 0 1 2 3	Скучная
Помогает жить	3 2 1 0 1 2 3	Мешает жить
Полезная для будущего	3 2 1 0 1 2 3	Бесполезная для будущего

## Приложение В

Опорный план сочинения.

ФИО \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_ Вуз \_\_\_\_\_

### Сочинение «Как я вижу свое профессиональное будущее»

Напишите небольшое сочинение о том, как Вы видите свое профессиональное будущее через 10 лет после окончания вуза. В тексте постарайтесь ответить на следующие вопросы:

- Как в целом Вы зарабатываете на жизнь, чем занимаетесь? Если у вас несколько занятий, опишите их.
- Профессионалом в какой области или смежных областях Вы стали, каких достижений в профессиональной сфере добились? Если Вы видите себя как профессионала в нескольких сферах, укажите.
- Как и за счет чего Вы придете к этому? Какова будет в этом роль Вашего образования, занятий спортом?

## Приложение Г

### **Программа формирования образа профессионального будущего курсантов-спортсменов вузов войск национальной гвардии РФ**

Программа формирования образа профессионального будущего курсантов-спортсменов вузов войск национальной гвардии РФ (далее – Программа) разработана в соответствии с особенностями образовательной среды военных вузов войск национальной гвардии РФ, требованиями военных спортивных организаций, государственного заказа как в отношении подготовки офицеров национальной гвардии, так и в области спорта и здоровьесберегающих технологий в образовании.

Цель программы – формирование компонентов образа профессионального будущего у курсантов-спортсменов, совмещающих обучение в военном вузе со спортивной деятельностью.

Данная программа состоит из трех структурных блоков: 1) психодиагностический; 2) профилактический; 3) психокоррекционный.

- психодиагностический блок – основной задачей данного блока является создание и апробирование пакета психодиагностических методов и методик, направленных на изучение уровня сформированности образа профессионального будущего;

- профилактический блок - неотъемлемым элементом выступает проведение просветительских мероприятий, направленных на развитие компонентов образа профессионального будущего. К основным формам реализации профилактического блока относятся воспитательная работа с курсантами в рамках индивидуальных бесед и консультаций, проведение лекционных и семинарских занятий, круглых столов по проблематике будущей профессии и ее совмещения со спортивной деятельностью, а также встреч с действующими офицерами, совмещающими военную службу со спортивной деятельностью;

*Продолжение приложения Г*

- психокоррекционный блок - включает в себя использование психокоррекционных технологий, техник и приемов психологического воздействия на личность с целью формирования компонентов образа профессионального будущего. По результатам данного блока происходит коррекция сформированности компонентов образа профессионального будущего, входящих в его структуру.

В зависимости от уровня сформированности образа профессионального будущего участники программы делятся на группы с достаточным и недостаточным уровнем сформированности, в зависимости от чего курсантам подбирается необходимый комплекс мероприятий.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Содержание мероприятия	Срок исполнения
1.	Психодиагностический блок	
1.1.	Метод вербального самоотчета в виде сочинения на тему «Мое профессиональное будущее»; субъективная оценка сформированности представлений о своем профессиональном будущем, основанная на шкальной технике с биполярным шкалированием пар противоположных утверждений; самописание в открытой форме, построенное по принципу методики «Кто Я?» М. Куна и Т. Маркпартленда; анкетный опрос, направленный на изучение отношения к учебной и спортивной деятельности; психологическое тестирование («Тест смысложизненных ориентаций», разработанный Д. А. Леонтьевым; «Самоактуализационный тест», разработанный Ю. Е. Алешиной, Л. Я. Гозманом, М. В. Загикой и М. В. Крозом; методика диагностики мотивации обучения С. А. Пакулиной и С. М. Кетько; опросник «Мотивация спортивной деятельности» Е. А. Калинина).	До начала реализации программы
2.	Профилактический блок	

*Продолжение приложения Г*

2.1.	Лекции-дискуссии об особенностях профессиональной деятельности офицера войск национальной гвардии при занятии спортивной деятельностью.	ежемесячно
2.2.	Семинары и круглые столы, посвященные проблеме «двойной карьеры» офицера и спортсмена. Мозговые штурмы по выработке вариантов возможного профессионального развития, учитывая современные реалии.	1 раз в полугодие
2.3.	Мастер-классы с действующими офицерами войск национальной гвардии с использованием нарративных психолого-педагогических технологий: сторителлинг, нарративное интервью, групповое обсуждение, что обеспечивает осмысление и внутреннее принятие представлений и ценностей, связанных с будущей профессиональной деятельностью.	1 раз в полугодие
2.4.	Организация и проведение индивидуально-воспитательных бесед курсантов с наставниками и кураторами учебных групп	постоянно
2.5.	Проведение профилактических бесед и консультаций.	по мере необходимости
3.	Психокоррекционный блок	
3.1.	Проведение индивидуальных и групповых психокоррекционных мероприятий, направленных на содействие в решении проблем, связанных с формированием образа профессионального будущего.	по мере необходимости
3.2.	Проведение групповых психологических тренингов с применением технологий «поиска предельных смыслов», «визуализации будущего», «автобиография будущего» для курсантов с затруднениями в формировании образа профессионального будущего.	по мере необходимости
3.3.	Разработка программ индивидуального сопровождения формирования образа профессионального будущего.	по мере необходимости