

ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
EMPIRICAL STUDIES

**Конструктивные функции мечты:
от теоретической модели к эмпирической валидации.
Часть 2**

Е.Н. Осин

Лаборатория LINP2, Университет Парижа Нантерр (University of Paris Nanterre), г. Париж, Франция
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3330-5647>, evgeny.n.osin@gmail.com

П.А. Егорова

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (ФГАОУ ВО НИУ ВШЭ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5043-8065>, e-mail: umrick@gmail.com

Н.Б. Кедрова

Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3004-326X>, e-mail: kedrova@mail.ru

Вторая часть статьи посвящена эмпирической проверке предположений о позитивном характере мечтания, обоснованных в первой части статьи. Исследование 1 описывает процедуру создания и апробации методики «Опросник конструктивного мечтания». Бифакторная четырехфакторная модель ESEM показала хорошее соответствие эмпирическим данным: опросник оценивает общий показатель конструктивного мечтания и четыре частные шкалы (Наличие мечты, Польза мечты, Поглощенность мечтой и Вера в мечту). Методика показала приемлемые психометрические показатели: хорошую структурную и конструктивную валидность и достаточно высокие показатели надежности шкал ($\alpha > 0,76$) для исследовательских целей. В исследовании 2 проверялись гипотезы о связи выраженности конструктивного мечтания (КМ) с показателями саморегуляции, самодетерминации и уровнем психологического благополучия личности. Были показаны умеренные связи КМ с личностной автономией, переживанием осмысленности жизни, сбалансированной временной перспективой, выраженностью эвдемонических мотивов, более позитивным прогнозом относительно возможности достичь собственные цели уровнем психологического благополучия личности. Гипотеза о положительной связи КМ и преобладания внутренних стремлений личности над внешними не подтвердилась. Полученные результаты позволили сделать вывод о важной роли мечты в эмоциональной и мотивационной регуляции психической деятельности.

Ключевые слова: мечта, процесс мечтания, конструктивное мечтание, функции мечты, саморегуляция, самодетерминация, психологическое благополучие, развитие личности.

Финансирование. Исследование выполнено в рамках Программы фундаментальных исследований НИУ ВШЭ.

Для цитаты: Осин Е.Н., Егорова П.А., Кедрова Н.Б. Конструктивные функции мечты: от теоретической модели к эмпирической валидации. Часть 2. // Культурно-историческая психология. 2024. Том 20. № 1. С. 97–107. DOI: <https://doi.org/10.17759/chp.2024200113>

Constructive Functions of Dreams: From a Theoretical Model to an Empirical Validation Part 2

Evgeny N. Osin

University of Paris Nanterre, Nanterre, France

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3330-5647>, evgeny.n.osin@gmail.com

Polina A. Egorova

National Research University "Higher School of Economics", Moscow, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5043-8065>, e-mail: umrick@gmail.com

Natalia B. Kedrova

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3004-326X>, e-mail: kedrova@mail.ru

The second part of the article presents an empirical investigation of the hypotheses concerning the positive functions of dreaming set forth in the first part of the article. Study 1 describes the development and validation of the Constructive dreaming Inventory (CDI). The bifactor four-factor ESEM model showed good agreement with empirical data: the questionnaire includes the Overall Constructive Dreaming Index and four specific scales (Dream Presence, Dream Value, Dream Absorption, and Belief in one's Dream). CDI showed good evidence of structural and convergent validity and sufficiently high scale reliability ($\alpha > 0.76$) for research purposes. In study 2, we tested hypotheses about the correlation of the constructive dreaming (CD) intensity with a range of indicators of positive functioning. We discovered that CD has moderate connections with mental health and well-being, personal autonomy and self-determination, balanced time perspective, eudaimonic motives, and a more positive prognosis of one's ability to reach one's personal goals. The hypothesis about the positive associations of CD with the predominance of intrinsic aspirations over extrinsic ones was not proven. Nevertheless, the results suggested that dreams and dreaming play an important role in emotional and motivational regulation of mental activity.

Keywords: dream, dreaming, constructive dreaming, functions of dreams, self-regulation, self-determination, psychological well-being, personality growth.

Funding. The reported study was prepared within the framework of the HSE University Basic Research Program.

For citation: Osin E.N., Egorova P.A., Kedrova N.B. Constructive Functions of Dreams: From a Theoretical Model to an Empirical Validation Part 2. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya = Cultural-Historical Psychology*, 2024. Vol. 20, no. 1, pp. 97–107. DOI: <https://doi.org/10.17759/chp.2024200113>

Введение

Явления мечты и мечтания до недавнего времени практически не оказывались в поле внимания эмпирической науки. Сложность изучения этих феноменов связана, с одной стороны, с их мимолетностью и субъективной незначительностью (мечты-грезы), с другой, — напротив, с их очень личным содержанием («мечта всей жизни»), которое нередко скрыто от других людей. В последние 30 лет наблюдается всплеск исследований, посвященных мечте и мечтанию. Изучение позитивного конструктивного мечтания показало целый ряд позитивных функций мечты и мечтания в регуляции психической деятельности [22]. Однако большинство эмпирических работ проведено на англоязычных выборках, тогда как исследований мечты на русском языке крайне мало.

Вторая часть настоящей статьи посвящена эмпирической проверке гипотез об адаптивном характере

мечты и конструктивного мечтания, которые были выдвинуты нами на основании теоретической модели, представленной в первой части работы [7]. Напомним, что мечта и конструктивное мечтание направлены в будущее, они положительно эмоционально окрашены и обладают ценностью для личности [1; 7]. Опираясь на культурно-деятельностный подход к пониманию мечты и результаты исследований мечтания, проведенных в рамках когнитивной психологии и психологии мотивации, мы предполагаем, что конструктивный характер мечтания и наличие мечты связаны с показателями эффективной саморегуляции и самодетерминации: диспозициональной автономией личности, более позитивным прогнозом относительно достижимости собственных целей, а также сбалансированной временной перспективой. Мы также предполагаем, что конструктивный характер мечтания связан с показателями развития мотивационной сферы (эвдемонической мотивацией и преобладанием

внутренних целей над внешними) и выступает одним из проявлений личностной зрелости.

Для проверки исследовательских гипотез о мечте и конструктивном мечтании нами была поставлена задача создания и апробации русскоязычной методики для изучения мечты и конструктивного мечтания. Учет культурного контекста необходим, поскольку понимание и представление о мечте и мечтании демонстрирует существенные культурные и языковые различия (см первую часть статьи).

Исследование позитивных свойств мечты и конструктивного мечтания состояло из двух серий. Первая серия исследования посвящена разработке и валидации методики «Опросник конструктивного мечтания» (ОКМ), а вторая — исследованию позитивных свойств конструктивного мечтания. Статистическая обработка данных проводилась в программах Jamovi 1.6.23.0 и MPlus 8.8.

Исследование 1

Целью первой серии исследования была разработка и валидация методики «Опросник конструктивного мечтания» (ОКМ).

Методика

В исследовании использовано две выборки. Первая выборка использовалась для первичного анализа факторной структуры опросника и включала 304 человека, из них 84% — женщины в возрасте от 17 до 79 лет ($M = 34,0$; $SD = 9,81$). Вторая выборка, использованная для кросс-валидации полученной структуры, включала 359 человек, из них 86,5% — женщины в возрасте от 18 до 68 лет ($M = 36,4$; $SD = 10,7$). Респонденты были пользователями социальных сетей и психологических веб-сайтов и участвовали в онлайн-исследовании анонимно и добровольно.

В исследовании 1 были использованы следующие методики.

1. Опросник конструктивного мечтания (ОКМ). Первый вариант методики включал 43 оригинальных утверждения, разработанных с опорой на теоретический анализ понятий «мечта» и «конструктивное мечтание». Пункты опросника по содержанию составляли 4 группы (наличие мечты, поглощенность мечтой, важность мечты и вера в возможность ее реализации) и оценивались по 5-балльной шкале Ликерта.

2. Краткий опросник процессов воображения (Imaginal Process Inventory, Short Form, сокр. SIPI [11]) (только первая выборка, $N = 285$). Опросник SIPI был выбран для проверки конструктивной валидности методики ОКМ. Краткая версия опросника включает 45 утверждений, оценивающих 3 стиля мечтания: позитивное конструктивное мечтание (характеризуется позитивным отношением к мечтам, их позитивной эмоциональной окраской, направленностью в будущее и ориентацией на решение проблем), дисфорическое мечтание (связано с чувствами вины, тревоги, страха неудачи или агрессией), а также рассеянность (склонность к скуке, блужданию мыслей, трудности концентрации).

Методика была переведена нами на русский язык (стимульный материал доступен по ссылке: <https://osf.io/rckwv>), перевод проверялся и уточнялся в ходе групповой дискуссии с привлечением экспертов-билингвов.

3. Эмоциональная окраска мечты («Когда я мечтаю, я чувствую...»). Респондентам предлагалось оценить выраженность 8 эмоций (радость, страх, вдохновение, прилив сил, грусть, уверенность, стыд, разочарование) по 5-балльной шкале Ликерта.

Результаты и обсуждение

Структура и надежность шкалы опросника ОКМ

Изучение структуры методики ОКМ проходило в 3 этапа. На первом этапе (выборка 1, $N = 304$) использовался иерархический кластерный анализ по методу Уорда (метрика — коэффициент корреляции Пирсона, обратные утверждения инвертированы) и эксплораторный факторный анализ (ЭФА). Были получены 4 относительно однородные группы утверждений, которые хорошо соответствовали теоретической модели: Наличие мечты, Польза мечты, Поглощенность мечтами и Вера в мечту. По итогам ЭФА и анализа надежности были удалены 11 пунктов с низкими факторными нагрузками и получен итоговый набор из 32 утверждений (стимульный материал доступен по ссылке: <https://osf.io/jwqfp>). Второй и третий этапы разработки опросника были посвящены проверке четырехфакторной структуры методики ОКМ на второй ($N = 359$) и сводной ($N = 663$) выборках. Использовалось эксплораторное моделирование структурными уравнениями (ESEM), пункты опросника рассматривались как порядковые (статистика WLSMV [16;20]).

Показатели четырехфакторной модели на обеих выборках свидетельствовали о приемлемом, но не отличном соответствии исходным данным (табл. 1). С учетом того, что конструктивное мечтание представляет собой единый феномен, мы проверили также бифакторную модель ESEM с четырьмя частными факторами и одним общим фактором. Модель показала хорошее и отличное соответствие эмпирическим данным на второй и сводной выборках, соответственно, и сопоставимые оценки параметров (табл. 2). Все пункты методики имели статистически достоверные нагрузки на общий показатель конструктивного мечтания (ОПКМ). Почти все пункты имели статистически достоверные теоретически ожидаемые нагрузки на частные факторы, которые превышали перекрестные нагрузки, за несколькими исключениями. Нагрузка пункта 3 на фактор Польза мечты была слабой, однако с учетом содержания утверждения и результатов анализа надежности мы сохранили этот пункт в составе исходной шкалы. Два пункта, 9 и 23, имели перекрестные нагрузки, сопоставимые с нагрузками на основные шкалы, однако, опираясь на те же соображения, мы сохранили эти пункты в составе исходных шкал.

Для оценки внутренней согласованности шкал методики ОКМ использовался альфа-коэффициент Кронбаха. Показатели надежности на обеих выборках были сопоставимы и свидетельствовали о приемлемой и высокой надежности шкал опросника (0,72 и

Показатели структурных моделей методик ОКМ и SIPI

Методика	Выборка	Модель	χ^2 (df)	CFI	RMSEA[90% CI]	SRMR
ОКМ	Выборка 2 (N=359)	4 фактора	749,72 (374)	0,934	0,053 [0.047; 0.058]	0,042
		Бифакторная	600,61 (346)	0,955	0,045 [0.039; 0.051]	0,035
	Сводная (N=663)	4 фактора	1252,92 (374)	0,919	0,060 [0.056; 0.063]	0,039
		Бифакторная	913,64 (346)	0,948	0,050 [0.046; 0.054]	0,032
SIPI	Выборка 1 (N=285)	3 фактора	2248,01 (858)	0,781	0,075 [0.072; 0.079]	0,073
		3 фактора + ков.	1278,33 (801)	0,923	0,046 [0.041 0.051]	0,054

Примечание: df – число степеней свободы χ^2 ; CFI – сравнительный индекс согласия Бентлера; RMSEA – корень среднеквадратической ошибки аппроксимации с 90% доверительным интервалом; SRMR – стандартизированный корень среднеквадратического остатка.

Факторные нагрузки бифакторной модели ESEM методики ОКМ на сводной выборке (N = 663)

Пункт, №	ОПКМ	Польза мечты	Поглощенность мечтанием	Вера в мечту	Наличие мечты
01	0,44	0,38	-0,03	0,43	0,03
02	0,62	0,43	-0,29	0,03	-0,05
03	0,56	0,06	-0,09	-0,26	0,11
04	0,45	0,52	0,05	0,33	0,07
05	0,30	0,45	0,20	0,02	0,24
06	0,57	0,36	-0,35	-0,15	-0,09
07	0,19	0,61	0,20	0,27	0,15
08	0,34	0,47	0,03	0,25	0,04
09	0,47	0,37	-0,40	-0,1	-0,16
10	0,38	0,24	-0,07	-0,21	0,17
11	0,27	-0,00	0,35	-0,14	-0,02
12	0,22	-0,11	0,47	-0,16	0,23
13	0,40	-0,12	0,47	-0,12	-0,25
14	0,21	-0,26	0,63	-0,17	0,15
15	0,46	0,01	0,46	-0,12	0,06
16	0,25	-0,07	0,49	0,04	0,33
17	0,41	-0,11	0,66	-0,11	-0,15
18	0,54	0,06	0,32	-0,03	0,16
19	0,28	-0,08	0,66	-0,13	-0,05
20	0,38	0,01	-0,34	0,51	-0,16
21	0,40	0,06	-0,04	0,36	0,08
22	0,39	0,43	0,09	0,47	0,02
23	0,31	-0,07	-0,47	0,40	-0,16
24	0,48	0,03	-0,13	0,58	-0,01
25	0,43	0,08	-0,35	0,41	-0,09
26	0,56	-0,02	-0,15	0,57	0,00
27	0,53	0,06	0,15	-0,03	0,36
28	0,42	0,13	0,12	0,03	0,36
29	0,66	0,12	-0,09	-0,22	0,38
30	0,66	0,01	0,05	-0,14	0,51
31	0,57	0,26	-0,08	0,27	0,28
32	0,46	0,04	0,42	-0,11	0,51

Примечание: нагрузки на факторы, соответствующие теоретической модели, выделены жирным шрифтом.

выше). Показатели надежности шкал для выборки 2 представлены в табл. 3.

Структура и надежность шкал опросника SIPI

Для проверки структурной валидности опросника SIPI использовалась модель ESEM с 3 факторами

с добавлением ковариаций между утверждениями, входящими в один и тот же фасет, согласно теоретической модели [12]. Модель показала хорошее соответствие данным; все факторные нагрузки пунктов (данные доступны по ссылке: <https://osf.io/a2jm6>) были статистически достоверными и превышали по

модулю 0,3, а также превышали перекрестные нагрузки, за исключением двух пунктов (30 и 35). С целью сохранения эквивалентности англоязычной версии, а также с учетом ограниченного объема выборки и результатов анализа надежности, согласно которым эти утверждения не снижали надежность общих показателей, было принято решение сохранить эти пункты в составе оригинальных шкал. Значение альфа-коэффициента Кронбаха для каждой из 3 шкал методики составило 0,84, что говорит о высокой внутренней согласованности.

Конвергентная и дискриминантная валидность методики ОКМ

Для оценки конвергентной и дискриминантной валидности методики ОКМ был проведен корреляционный анализ связей шкал опросников SIPI и ОКМ (табл. 3). Шкала «Позитивное конструктивное мечтание» SIPI положительно коррелировала как с ОПКМ, так и со всеми частными шкалами ОКМ. При этом связи шкал ОКМ с дисфорическим мечтанием и рассеянностью были обратными или слабыми, а для ОПКМ — не значимыми, в соответствии с теоретическими ожиданиями.

Дополнительно был проведен корреляционный анализ связей шкал методик с частотой негативных и позитивных эмоций во время мечтания (8 утверждений образовали 2 теоретически ожидаемых фактора). Выраженность позитивных эмоций положительно коррелировала со всеми шкалами ОКМ и шкалой позитивного конструктивного мечтания SIPI, а выраженность негативных эмоций демонстрировала обратный паттерн связей.

Для более подробного изучения общей дисперсии шкал ОКМ и шкалы позитивного конструктивного мечтания SIPI был проведен множественный линейный регрессионный анализ, в котором 4 шкалы ОКМ выступали предикторами позитивного конструктивного мечтания SIPI (зависимая переменная). Все 4 шкалы ОКМ были достоверными ($p < 0,05$)

положительными предикторами позитивного конструктивного мечтания и объясняли 61% дисперсии (бета-коэффициенты составили 0,36 для наличия мечты, 0,32 — веры в мечту, 0,25 — пользы мечты и 0,11 — поглощенности мечтами). Таким образом, все 4 шкалы ОКМ можно считать компонентами единого конструкта, который содержательно соответствует позитивному конструктивному мечтанию в модели SIPI.

Таким образом, в результате исследования 1 разработан новый диагностический инструмент — «Опросник конструктивного мечтания», который позволяет оценить выраженность Общего показателя конструктивного мечтания и его четырех характеристик: Наличие мечты, Поглощенность мечтами, Польза мечты и Вера в мечту. Методика демонстрирует хорошую структурную валидность и достаточно высокие показатели надежности шкал для исследовательских целей. Конструктивная валидность подтверждается теоретически предсказуемыми связями с показателями SIPI и позитивной и негативной эмоциональности во время мечтания. Вместе с тем необходимо дальнейшее подтверждение конструктивной валидности с использованием дополнительных методик. Переведенный на русский язык опросник SIPI также может применяться в русскоязычных психологических исследованиях и практике консультативной работы.

Исследование 2

Основной целью второго исследования было изучение связей конструктивного мечтания с индикаторами различных аспектов позитивного функционирования личности.

Методика

В исследовании приняли участие 359 человек, анонимных добровольцев, рекрутированных через социальные сети и веб-сайты психологической тема-

Таблица 3

Корреляции шкал методик ОКМ, SIPI и эмоциональности мечты

Шкалы ОКМ, SIPI	ОПКМ	Польза мечты	Вера в мечту	Наличие мечты	Поглощенность мечтами	ПКМ	ДМ	Р	ПЭ	НЭ
ОПКМ	($\alpha=0,87$)									
ПМ	0,81***	($\alpha=0,78$)								
ВМ	0,62***	0,50***	($\alpha=0,81$)							
НМ	0,80***	0,61***	0,31***	($\alpha=0,77$)						
Погл. М	0,60***	0,17**	-0,00	0,40***	($\alpha=0,83$)					
ПКМ	0,76***	0,66***	0,57***	0,66***	0,30***	($\alpha=0,84$)				
ДМ	-0,03	-0,18**	-0,17**	-0,02	0,25***	-0,12*	($\alpha=0,84$)			
Р	-0,06	-0,13*	-0,39***	-0,00	0,28***	-0,26***	0,43***	($\alpha=0,84$)		
ПЭ	0,44***	0,34***	0,42***	0,34***	0,16**	0,49***	-0,05	-0,18**	($\alpha=0,82$)	
НЭ	-0,13*	-0,18**	-0,28***	-0,08	0,12*	-0,20***	0,34***	0,22***	-0,31***	($\alpha=0,71$)

Примечание: ОПКМ — общий показатель конструктивного мечтания; ПМ — Польза мечты; ВМ — Вера в мечту; НМ — Наличие мечты; Погл. М — Поглощенность мечтами; ПКМ — Позитивное конструктивное мечтание; ДМ — Дисфорическое мечтание; Р — Рассеянность; ПЭ — Позитивная эмоциональность; НЭ — Негативная эмоциональность; «*» — $p < ,05$; «**» — $p < ,01$; «***» — $p < ,001$.

тики (86% женщин, возраст испытуемых — от 18 до 72 лет, средний возраст — 37 лет).

С целью уменьшения нагрузки на респондентов инструменты были разделены на блоки: после заполнения опросника ОКМ и шкал психологического благополучия один из двух дополнительных блоков выбирался случайно. Объем выборки с учетом пропущенных данных указан для каждой методики в табл. 5.

1. Методика «Опросник конструктивного мечтания» (авторы Е.Н. Осин, Н.Б. Кедрова, П.А. Егорова) (N = 359). Методика включала дополнительные пункты о частоте мечтания и временной отнесенности мечтания.

2. Методика «Спектр психологического здоровья» — сокращенная форма (Mental Health Continuum, Short Form; МНС), К. Киза, валидизация на русском языке выполнена Е.Н. Осиним и Д.А. Леонтьевым [8].

3. Шкала самодетерминации (Self-Determination Scale; SDS) К. Шелдона [21], в модификации Е.Н. Осина [18].

4. Методика «Индекс стремлений» (Aspiration Index), Т. Кассер [13], в адаптации Т.О. Гордеевой и Е.Н. Осина.

5. Методика «Гедонистические и эвдемонические мотивы деятельности» (Hedonic and Eudaimonic Motives for Activities-Revised, НЕМА-R), пересмотренная В. Хуты, в адаптации Осина и коллег [19].

6. Опросник позитивного использования времени (Positive Time Use Inventory; PTUI) Е.Н. Осина, И. Бонивел [17].

7. Опросник временной перспективы (Zimbardo Time Perspective Inventory; ZTPI), Ф. Зимбардо в адаптации А. Сырцовой и коллег [9]. На основе показателей 5 шкал методик рассчитан показатель отклонения от сбалансированной временной перспективы (сокр. DBTP) [24]. Сбалансированная временная перспектива (Balanced Time Perspective, сокр. ВТР) описывает способность гибко и эффективно переключаться между психологическим прошлым, настоящим и будущим в ответ на внешние требования и является важным адаптационным механизмом, влияющим на уровень психологического благополучия [см. подробнее: 24; 25]. В качестве основы для расчета показателя DBTP использованы процентильные баллы, рассчитанные по данным исследования А. Сырцовой [6], итоговая формула представлена ниже:

$$DBTP = \sqrt{((PP - 4.48)^2 + (PN - 1.79)^2 + (PH - 3.99)^2 + (PF - 1.83)^2 + (FU - 4.00)^2)}.$$

Результаты и обсуждение

Для исследования позитивных свойств конструктивного мечтания были рассчитаны коэффициенты корреляции Пирсона для шкал 7 методик (см. табл. 5).

Частота мечтания (табл. 4) оказалась теоретически предсказуемо положительно связана со всеми шкалами опросника, включая ОПКМ. ОПКМ был значимо связан с мечтами о настоящем и будущем, а также с преобладанием мечтаний о будущем, по сравнению с мечтами о прошлом. Это означает, что для конструктивного мечтания в большей степени характерна направленность мечты в будущее, что согласуется как с данными предыдущих исследований [15; 22], так и с теоретической моделью исследования мечты и конструктивного мечтания [7]. Направленность мечтания в прошлое имела отрицательную связь со шкалой поглощенности мечтами, что отличается от данных Дж. Смолвуда, согласно которым именно мечты о прошлом сопровождаются «застреванием» в мечтах [23].

Как видно из табл. 5, Шкалы «Наличие мечты», «Польза мечты», «Вера в мечту» и ОПКМ оказались положительно связаны со шкалами воспринимаемого выбора и аутентичного самовыражения. Шкала «Поглощенность мечтами» отрицательно связана со шкалой аутентичности. Это означает, что конструктивное мечтание, которое характеризуется наличием мечты, верой в ее полезность и возможностью осуществления, связано с ощущением наличия выбора в жизни и переживанием соответствия жизненных выборов ценностям личности. При этом чрезмерная поглощенность мечтанием, уход в мечты характерны для людей с низким переживанием аутентичности.

Важность внутренних стремлений позитивно коррелирует с ОПКМ и со шкалами наличия мечты, пользы мечты и веры в мечту, а также слабо со шкалой поглощенности мечтами. Вероятность достижения внутренних стремлений положительно связана со всеми шкалами опросника, за исключением шкалы поглощенности мечтанием. ОПКМ, шкалы «Польза мечты» и «Вера в мечту» оказались также положительно связаны как с важностью, так и с вероятностью достижения всех внутренних стремлений. Шкала поглощенности мечтами показала положительные корреляции только с вероятностью достижения стремления к личностному росту и важностью служения обществу.

Таблица 4

Корреляции шкал конструктивного мечтания, частоты мечтания и временной отнесенности мечты

ОКМ/Частота мечтания и отнесенность во времени	Частота мечтания	Мечты о прошлом	Мечты о настоящем	Мечты о будущем	Мечты о будущем/о прошлом
ОПКМ	0,53***	0,05	0,21***	0,30***	0,20*
Польза мечты	0,29***	0,13*	0,19***	0,28***	0,25***
Поглощенность мечтой	0,42***	-0,23***	0,08	0,05	-0,13*
Вера в мечту	0,15**	0,25***	0,15**	0,28***	0,32***
Наличие мечты	0,65***	0,06	0,19***	0,29***	0,20***

Примечание. ОПКМ — общий показатель конструктивного мечтания; «*» — $p < ,05$; «**» — $p < ,01$; «***» — $p < ,001$. Параметры «Частота мечтания», «Мечты о прошлом/настоящем/будущем» представлены 1 вопросом.

Корреляции методик ОКМ, Спектр психического здоровья, Шкала самодетерминации К. Шелдона, Индекс стремлений, НЕМА-R, Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо, Опросник позитивного использования времени

Опросник	Шкала	Общий показатель конструктивного мечтания	Польза мечты	Поглощенность мечтой	Вера в мечту	Наличие мечты
Спектр психического здоровья: общий показатель (N = 306)		0,32***	0,31***	-0,05	0,50***	0,24***
Шкала самодетерминации К. Шелдона (N = 307)	Воспринимаемый выбор	0,27***	0,29***	-0,10	0,41***	0,25***
	Аутентичное самовыражение	0,20***	0,27***	-0,23***	0,47***	0,18**
Индекс стремлений (N = 296)	Важность внутренних стремлений	0,32***	0,29***	0,13*	0,27***	0,25***
	Здоровье	0,13*	0,11*	0,04	0,14*	0,09
	Личностный рост	0,26***	0,29***	0,04	0,26***	0,19**
	Любовь и привязанность	0,18**	0,16**	0,06	0,18**	0,10
	Служение обществу	0,27***	0,19**	0,16**	0,18**	0,23***
	Вероятность достижения внутренних стремлений	0,33***	0,32***	-0,11	0,50***	0,30***
	Здоровье	0,16**	0,15*	-0,08	0,32***	0,10
	Личностный рост	0,28***	0,31***	0,17**	0,49***	0,25***
	Любовь и привязанность	0,26***	0,26***	-0,11	0,43***	0,23***
	Служение обществу	0,26***	0,20**	0,02	0,30***	0,24***
	Важность внешних стремлений	0,15**	0,02	0,18**	0,03	0,17**
	Богатство	0,05	0,00	0,06	0,01	0,06
	Внешняя привлекательность	0,17**	0,06	0,19**	0,06	0,15**
	Слава	0,15**	-0,00	0,20***	0,02	0,19***
	Вероятность достижения внешних стремлений	0,29***	0,21***	0,03	0,37**	0,24***
	Богатство	0,25***	0,21***	-0,04	0,38***	0,19**
	Внешняя привлекательность	0,20**	0,15*	0,03	0,23***	0,19**
	Слава	0,27***	0,17**	0,07	0,31***	0,24***
	Индекс соотношения внутренней и внешней ценностных ориентаций	0,05	0,15*	-0,10	0,13*	-0,01
НЕМА-R (N = 132)	Гедонистические мотивы	0,24**	0,26**	0,11	0,13	0,19*
	Эвдемонические мотивы	0,33***	0,30***	0,01	0,40***	0,30***
Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо (N = 112)	Гедонистическое настоящее	0,33***	0,19	0,26**	0,21*	0,21*
	Позитивное прошлое	0,14	0,05	0,13	0,08	0,13
	Фаталистическое настоящее	-0,25**	-0,29**	0,22*	-0,43***	-0,26**
	Негативное прошлое	-0,23*	-0,28**	0,28**	-0,53***	-0,20*
	Ориентация на будущее	-0,17	-0,07	-0,23*	-0,02	-0,12
	Отклонение от сбалансированной временной перспективы	-0,34***	-0,31***	0,12	-0,50***	-0,30**
Опросник позитивного использования времени: общий показатель (N = 253)		0,25***	0,29***	-0,22***	0,50***	0,27***

Примечание: «*» – $p < ,05$; «**» – $p < ,01$; «***» – $p < ,001$.

Важность внешних стремлений имеет положительные корреляции с общим фактором конструктивного мечтания, шкалами поглощенности мечтами и наличия мечты. При этом, в отличие от важности внутренних стремлений, связи со шкалами пользы мечты и веры в мечту не значимы. Оценка вероятности достижения внешних стремлений оказалась позитивно связана с общим показателем конструктивного мечтания, наличием мечты, переживанием ее пользы и верой в

осуществимость мечты. Стремление к богатству не было связано ни с общим фактором, ни с отдельными шкалами ОКМ. Важность стремлений к славе и внешней привлекательности были положительно связаны со шкалами «Поглощенность мечтами» и «Наличие мечты». Оценка вероятности достижения конкретных внешних стремлений была положительно связана с ОПКМ и всеми шкалами ОКМ, за исключением шкалы «Поглощенность мечтами».

Индекс соотношения внутренней и внешней ценностных ориентаций (relatively more intrinsic vs. extrinsic value orientation, сокр. RIEVO) рассчитывался как разность между средней важностью трех внутренних стремлений (кроме здоровья) и трех внешних стремлений. Индекс оказался не связан с ОПКМ, однако положительные связи были получены для шкал пользы мечты и веры в мечту. Полученные результаты не подтверждают выдвинутую гипотезу о связи выраженности конструктивного мечтания и преобладания внутренних целей над внешними. Однако эти результаты позволяют предположить, что мечта и мечтание выполняют различные функции в структуре внешней и внутренней мотивации. Важность внешних стремлений, связанная с наличием мечты и увлеченностью мечтанием, не обязательно предполагает представление о пользе мечты, возможности ее осуществления и позитивном влиянии мечты на жизнь личности. В то время как важность внутренних стремлений связана с верой в полезность и движущую силу мечты и предполагает реализацию важных для личности стремлений и ценностей.

Гедонистические мотивы, направленные на получение удовольствия и комфорт, положительно коррелируют со шкалой «Польза мечты» и слабо — со шкалой «Наличие мечты». Выраженность эвдемонических мотивов положительно связана со значениями шкал «Польза мечты», «Наличие мечты» и «Вера в мечту». Таким образом, эвдемоническая мотивация связана с побудительным характером мечтания. ОПКМ оказался связан с обоими видами мотивации. Полученные данные подтверждают предположение о тесной связи характера мечтания и ценностно-мотивационной сферы личности [14; 15; 22]. Как гедонистическая, так и эвдемоническая мотивация сопровождаются мечтанием, однако цели и результат мечтания в этих случаях могут быть различными: мечтание, порожденное гедонистической мотивацией, может выполнять функцию эмоциональной регуляции, тогда как мечтание, связанное с эвдемоническими мотивами, также может мотивировать к действию.

Шкалы Опросника временной перспективы Ф. Зимбардо предсказуемо коррелируют с методикой ОКМ. Полученные данные говорят о том, что для людей, склонных к фатализму и фиксированных на негативном прошлом, характерны, с одной стороны, отсутствие мечты о будущем, веры в осуществимость и полезность мечтания и, с другой стороны, уход в фантазии. Вероятно, это сопровождается также и слабо разработанной перспективой будущего, поскольку внутренняя психическая активность направлена на настоящее и прошлое. Гедонистическое настоящее, в свою очередь, связано в большей степени с поглощенностью мечтами и, вероятно, с мечтанием, направленным на эмоциональную регуляцию и получение удовольствия в ближайшей перспективе. Индекс отклонения от сбалансированной временной перспективы оказался отрицательно связан с ОПКМ и со шкалами «Наличие мечты», «Польза мечты» и «Вера в мечту». Это подтверждает гипотезу о связи конструктивного мечтания со сбалансированной вре-

менной перспективой — способностью гибко и эффективно обращаться к событиям и переживаниям, относящимся к психологическому прошлому, настоящему и будущему. Тем не менее, умеренные связи говорят о том, что конструктивное мечтание не сводится к сбалансированной временной перспективе или перспективе будущего. В теоретическом плане, в отличие от временной перспективы, выражающей психологическое будущее личности, конструктивная мечта не обязательно реалистична: это, скорее, один из вариантов наилучшего возможного будущего.

Общий показатель позитивного использования времени показал положительную связь с ОПКМ и со шкалами «Наличие мечты», «Польза мечты», «Вера в мечту» и отрицательную со шкалой «Поглощенность мечтами». Полученные результаты подтверждают гипотезу о связи конструктивного мечтания с удовлетворенностью использованием времени.

Общий уровень психологического благополучия положительно коррелирует как с ОПКМ, так и со шкалами «Наличие мечты», «Польза мечты» и «Вера в мечту». При этом наиболее сильный размер эффекта оказался для корреляции со шкалой «Вера в мечту». Данные подтверждают гипотезу о связи конструктивного мечтания и психологического благополучия личности.

Общее обсуждение и выводы

Целью настоящей работы было исследование адаптивных свойств мечты и конструктивного мечтания и их роли в регуляции психической деятельности и поведения с учетом культурного контекста и языковой среды. Мы предположили, что выделение конструктивного мечтания как особого вида мечтания о будущем позволит более дифференцированно подойти к изучению мечты и мечтания, а также поможет разрешить ряд теоретических и эмпирических противоречий, накопленных в исследовании этой темы [7]

В исследовании 1 была создана и апробирована на российской выборке методика «Опросник конструктивного мечтания», обладающая хорошими психометрическими показателями. Методика оценивает выраженность общего показателя и четырех характеристик конструктивного мечтания и может быть использована в исследовательских целях. Содержание шкал методики ОКМ близко к содержанию шкалы позитивного конструктивного мечтания в методике SIPI [11; 22]. Вместе с тем при создании русскоязычной методики мы включили в опросник утверждения, отражающие особенности понимания мечты и мечтания в русской языковой среде: представление о пользе мечты и вере в ее позитивное влияние на судьбу человека [10]. Данные о частоте мечтания подтверждают высокую распространенность мечтания, что согласуется с данными, полученными ранее на англоязычных выборках [1; 14; 22 и др.].

Результаты второго эмпирического исследования подтвердили основную часть выдвинутых нами гипотез: мечта и конструктивное мечтание адаптивны

и выполняют целый ряд позитивных функций в регуляции психической деятельности.

1. Конструктивное мечтание связано с большей автономией, верой в свои возможности, переживанием осмысленности жизни и аутентичности выборов. Полученные результаты согласуются с гипотезой о том, что мечта и конструктивное мечтание поддерживают переживание субъектности и авторства своей жизни, а развитие способности мечтать помогает создавать свой собственный, уникальный проект жизненного пути.

2. Гипотеза о связи конструктивного мечтания и преобладания внутренних целей над внешними не подтвердилась, однако полученные данные показывают, что склонность к конструктивному мечтанию связана с важностью внутренних целей и стремлений, реализация которых способствует психологическому благополучию.

3. Для индивидов, склонных к конструктивному мечтанию, характерна высокая выраженность эвдемонических мотивов, т. е. мотивов, связанных с личностным ростом и развитием, преодолением и поиском смысла. Эти результаты представляются нам очень важными, поскольку опровергают представление о мечте и мечтании лишь как о механизмах снижения напряжения и эмоциональной разрядки. Опираясь на полученные данные, мы можем полагать, что мечта и конструктивное мечтание, напротив, увеличивают напряжение, поскольку создают новые, сложные задачи, обладающие высокой субъективной значимостью.

4. Конструктивное мечтание связано со сбалансированной временной перспективой, а также эффективным и осмысленным использованием времени. Это согласуется с предположением о том, что образ мечты и мечтание позволяют интегрировать наиболее важные аспекты прошлого опыта, событий настоящего и желаемого будущего, давая возможность избежать фиксации на каком-то одном временном

отрезке и более эффективно и гибко задействовать все временные области опыта.

5. Наконец, конструктивное мечтание связано с более высоким уровнем психологического благополучия, что подтверждает гипотезу об адаптивном характере конструктивного мечтания, одна из основных функций которого — создание и развитие перспективы желаемого будущего.

В контексте культурно-исторического подхода конструктивное мечтание может быть связано с понятием переживания, которое устраняет несоответствие между сознанием и бытием [2] и устремлено преимущественно в будущее. Такое мечтание наиболее характерно в подростковом возрасте, социальная ситуация развития которого предполагает построение перспективы будущего и освоение внутреннего мира [1]. Однако и в других возрастах мечтание может играть важную роль, поддерживая решение возрастных задач [7]. Исследование онтогенеза мечтания является важной темой будущих исследований. Также интересной задачей выглядит более подробный анализ мечты как культурного феномена в контексте русской литературы и культуры.

Полученные результаты подтверждают основные положения разработанной теоретической модели мечты и конструктивного мечтания как об адаптивном феномене, важном для регуляции психической деятельности. Проведенное эмпирическое исследование, наряду с результатами, описанными нами в двух других работах [4; 5], позволяет сделать предположение о том, что наличие мечты и конструктивное мечтание могут быть критериями личностной зрелости. Проверку этой гипотезы, а также изучение направления каузальных связей между конструктивным мечтанием и другими индикаторами позитивного функционирования личности и дальнейшую валидизацию опросников ОКМ и СИПИ мы планируем сделать задачей будущих исследований.

Литература

1. *Выготский Л.С.* Педология подростка / Собрание сочинений: 6 т. Т. 4. Детская психология / Под ред. Д.Б. Эльконина. М.: Педагогика, 1984. С. 5–241.
2. *Гуткина Н.И.* Концепция Л.И. Божович о строении и формировании личности (культурно-исторический подход) // Культурно-историческая психология. 2018. Том 14. № 2. С. 116–128. DOI:10.17759/chp.2018140213
3. *Егорова П.А.* Адаптивные функции мечты и процессов мечтания // Вопросы психологии. 2022. Том 68. № 3. С. 126–135.
4. *Егорова П.А., Осин Е.Н., Кедрова Н.Б.* Мечта и жизненный выбор: экспериментальное исследование [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2021. Том 1. № 75. С. 2. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2021v14n75/1857-egorova75.html> (дата обращения: 08.08.2023).
5. *Егорова П.А., Осин Е.Н., Кедрова Н.Б., Рогова И.А.* О чем мечтают подростки. Связь характеристик подростковой мечты с уровнем тревоги и депрессии // Вопросы психологии. 2018. № 3. С. 22–33.

References

1. *Vygotskii L.S.* Pedologiya podrostanta. Sbranie sochinenii V 6-ti t. T. 4. Detskaya psikhologiya. [Collected works in 6 volumes. Vol. 4. Child psychology]. El'konin D.B. (ed.). Moscow: Pedagogika, 1984. pp. 5–241.
2. *Gutkina N.I.* Kontseptsiya L.I. Bozhovich o stroenii i formirovaniy lichnosti (kul'turno-istoricheskiy podkhod) [L.I. Bozhovich's Concept of Personality Structure and Formation (Cultural-Historical Approach)]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya = Cultural-historical psychology*, 2018. Vol. 14, no. 2, pp. 116–128. (In Russ.). DOI:10.17759/chp.2018140213
3. *Egorova P.A.* Adaptivnyye funktsii mechty i protsessov mechtaniya [Adaptive functions of daydream and daydreaming]. *Voprosy psikhologii [Issues of Psychology]*, 2022. Vol. 68, no. 3, pp. 126–135. (In Russ.).
4. *Egorova P.A., Osin E.N., Kedrova N.B.* Mechta i zhiznennyi vybor: eksperimental'noe issledovanie [Daydream and life choices: an experimental study]. *Psikhologicheskie issledovaniya [Psychological Research]*, 2021. Vol. 1, no. 75, p. 2. Available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2021v14n75/1857-egorova75.html> (Accessed 08.08.2023). (In Russ.).

6. Митина О.В., Сырцова А. Опросник по временной перспективе Ф. Зимбардо (ZTPI): результаты психометрического анализа русскоязычной версии // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2008. № 4. С. 67–89.
7. Осин Е.Н., Егорова П.А., Кедрова Н.Б. Конструктивные функции мечты: от теоретической модели к эмпирической валидации. Часть 1 // Культурно-историческая психология. 2023. Том 19. № 4. С. 56–66. DOI:10.17759/chp.2023190406
8. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 117–142.
9. Сырцова А., Соколова Е.Т., Митина О.В. Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо // Психологический журнал. 2008. Том 29. № 3. С. 101–109.
10. Тихонова Н.Е. Мечты россиян «об обществе» и «о себе»: можно ли говорить об особом российском цивилизационном проекте? [Электронный ресурс] // Общественные науки и современность. 2015. № 1. С. 52–63. URL: <https://ecsocman.hse.ru/text/50686006.html> (дата обращения: 29.12.2023).
11. Huba G., Singer J.L., Aneshensel C., Antrobus J. Short Imaginal Processes Inventory. London, ON: Research Psychologists' Press, 1982.
12. Huba G.J., Aneshensel C.S., Singer J.L. Development of scales for three second-order factors of inner experience // Multivariate Behavioral Research. 1981. Vol. 16. № 2. P. 181–206. DOI:10.1207/s15327906mbr1602_4
13. Kasser T., Ryan R.M. Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals // Personality and Social Psychology Bulletin. 1996. Vol. 22. № 3. P. 280–287. DOI:10.1177/0146167296223006
14. Klinger E. Daydreaming: Using Waking Fantasy and Imagery for Selfknowledge and Creativity. Los Angeles: Jeremy P. Tarcher, INC. 1990. 252 p.
15. McMillan R.L., Kaufman S.B., Singer J.L. Ode to positive constructive daydreaming // Frontiers in Psychology. 2013. Vol. 4. DOI:10.3389/fpsyg.2013.00626
16. Muthén L.K., Muthén, B.O. Mplus User's Guide. 7th Edition. Los Angeles, CA: Muthén & Muthén, 2012. 856 p.
17. Osin E., Boniwell I. Positive time use: A missing link between time perspective, time management, and well-being // Frontiers in Psychology (under review).
18. Osin E.N. I. Boniwell I. Self-determination and Well-being // Poster presented at the 2010 Self-Determination Theory Conference. Ghent, Belgium, 2010.
19. Osin E.N., Voevodina E.Y., Kostenko V.Y. A growing concern for meaning: Exploring the links between ego development and eudaimonia // Frontiers in Psychology. 2023. Vol. 14. P. 958721. DOI:10.3389/fpsyg.2023.958721
20. Sellbom M., Tellegen A. Factor analysis in psychological assessment research: Common pitfalls and recommendations // Psychological assessment. 2019. Vol. 31. № 12. P. 1428–1441. DOI:10.1037/pas0000623
21. Sheldon K.M., Deci E. Self Determination Scale (SDS) [Database record]. APA PsycTests, 1993.
22. Singer J.L. The Inner World of Daydreaming. N.Y.: Harper and Row, 1975. 273 p.
23. Smallwood J., Nind L., O'Connor R.C. When's your head at? An exploration of the factors associated with the temporal focus of the wandering mind // Consciousness and
5. Egorova P.A., Osin E.N., Kedrova N.B. Rogova I.A. O chem mechtayut podrostki. Svyaz' kharakteristik podrostkovoï mecht'y s urovnem trevogi i depressii [Adolescent dream. The characteristics of the adolescent dream and the level of anxiety and depression]. *Voprosy psikhologii [Issues of Psychology]*, 2018, no. 3, pp. 22–33. (In Russ.).
6. Mitina O.V., Syrtsova A. Opornik po vremennoy perspektive F. Zimbardo (ZTPI): rezul'taty psikhometricheskogo analiza russkoyazychnoy versii [F. Zimbardo Time perspective inventory (ZTPI): results of psychometric analysis of the russian version]. *Vestnik MGU. Seriya 14. Psikhologiya [MSU messenger. Series 14. Psychology]*, 2008, no. 4. pp. 67–89. (In Russ.).
7. Osin E.N., Egorova P.A., Kedrova N.B. Konstruktivnyye funktsii mecht'y: ot teoreticheskoy modeli k empiricheskoy validizatsii. Chast' 1 [Constructive functions of daydreaming: from a theoretical model to an empirical validation. Part 1]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya = Cultural-Historical Psychology*, 2023. Vol. 19, no. 4, pp. 56–66. DOI:10.17759/chp.2023190406 (In Russ.).
8. Osin E.N., Leont'ev D.A. Kratkiye russkoyazychnyye shkaly diagnostiki sub'ektivnogo blagopoluchiya: psikhometricheskiye kharakteristiki i sravnitel'nyy analiz [Brief Russian scales for diagnosing subjective well-being: psychometric characteristics and comparative analysis]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: Ekonomicheskkiye i sotsial'nyye peremeny [Public Opinion Monitoring: Economic and Social Changes]*, 2020, no 1, pp. 117–142. (In Russ.).
9. Syrtsova A., Sokolova E.T., Mitina O.V. Adaptatsiya oprosnika vremennoy perspektivy lichnosti F. Zimbardo [Adaptation of F. Zimbardo personal time perspective inventory]. *Psikhologicheskii zhurnal [Psychological journal]*, 2008. Vol. 29, no. 3, pp. 101–109. (In Russ.).
10. Tikhonova N.E. Mecht'y rossiyan "ob obshchestve" i "o sebe": mozhno li govorit' ob osobom rossiiskom tsivilizatsionnom proekte? [Dreams of Russians "about society" and "about themselves": is it possible to speak of a special Russian civilizational project?]. *Obshchestvennyye nauki i sovremennost' [Social Sciences and Modernity]*, 2015, no. 1, pp. 52–63. Available at: <https://ecsocman.hse.ru/text/50686006.html> (Accessed 29.12.2023). (In Russ.).
11. Huba G., Singer J.L., Aneshensel C., Antrobus J. Short Imaginal Processes Inventory. London, ON: Research Psychologists' Press, 1982.
12. Huba G.J., Aneshensel C.S., Singer J.L. Development of scales for three second-order factors of inner experience. *Multivariate Behavioral Research*, 1981. Vol. 16, no. 2, pp. 181–206. DOI:10.1207/s15327906mbr1602_4
13. Kasser T., Ryan R. M. Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1996. Vol. 22, no. 3, pp. 280–287. DOI:10.1177/0146167296223006
14. Klinger E. Daydreaming: Using Waking Fantasy and Imagery for Selfknowledge and Creativity. Los Angeles: Jeremy P. Tarcher, INC. 1990. 252 p.
15. McMillan R.L., Kaufman S.B., Singer J.L. Ode to positive constructive daydreaming. *Frontiers in Psychology*, 2013. Vol. 4. DOI:10.3389/fpsyg.2013.00626
16. Muthén L.K., Muthén, B.O. Mplus User's Guide. 7th Edition. Los Angeles, CA: Muthén & Muthén, 2012. 856 p.
17. Osin E., Boniwell I. Positive time use: A missing link between time perspective, time management, and well-being. *Frontiers in Psychology* (under review).
18. Osin E.N. I. Boniwell I. Self-determination and Well-being. Poster presented at the 2010 Self-Determination Theory Conference. Ghent, Belgium, 2010.
19. Osin E.N., Voevodina E.Y., Kostenko V.Y. A growing concern for meaning: Exploring the links between ego development and eudaimonia // *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. P. 958721. DOI:10.3389/fpsyg.2023.958721
20. Sellbom M., Tellegen A. Factor analysis in psychological assessment research: Common pitfalls and recommendations // *Psychological assessment*. 2019. Vol. 31. № 12. P. 1428–1441. DOI:10.1037/pas0000623
21. Sheldon K.M., Deci E. Self Determination Scale (SDS) [Database record]. APA PsycTests, 1993.
22. Singer J.L. The Inner World of Daydreaming. N.Y.: Harper and Row, 1975. 273 p.
23. Smallwood J., Nind L., O'Connor R.C. When's your head at? An exploration of the factors associated with the temporal focus of the wandering mind // *Consciousness and*

Cognition. 2009. Vol. 18. № 1. P. 118–125. DOI:10.1016/j.concog.2008.11.004

24. Stolarski M., Wiberg B., Osin E. Assessing Temporal Harmony: The Issue of a Balanced Time Perspective // Time Perspective Theory; Review, Research and Application / M. Stolarski, N. Fieulaine, W. van Beek (Eds.). Springer, Cham, 2015. P. 57–71.

25. Stolarski M., Zajenkowski M., Jankowski K.S., Szymaniak K. Deviation from the balanced time perspective: A systematic review of empirical relationships with psychological variables // Personality and Individual Differences. 2020. Vol. 156. P. 109772. DOI:10.1016/j.paid.2019.109772

19. Osin E.N., Voevodina E.Y., Kostenko V.Y. A growing concern for meaning: Exploring the links between ego development and eudaimonia. *Frontiers in Psychology*, 2023. Vol. 14, p. 958721. DOI:10.3389/fpsyg.2023.958721

20. Sellbom M., Tellegen A. Factor analysis in psychological assessment research: Common pitfalls and recommendations. *Psychological assessment*, 2019. Vol. 31, no. 12, pp. 1428–1441. DOI:10.1037/pas0000623

21. Sheldon K. M., Deci E. Self Determination Scale (SDS) [Database record]. APA PsycTests, 1993.

22. Singer J.L. The Inner World of Daydreaming. N.Y.: Harper and Row, 1975. 273 p.

23. Smallwood J., Nind L., O'Connor R.C. When's your head at? An exploration of the factors associated with the temporal focus of the wandering mind. *Consciousness and Cognition*, 2009. Vol. 18, no. 1, pp. 118–125. DOI:10.1016/j.concog.2008.11.004

24. Stolarski M., Wiberg B., Osin E. Assessing Temporal Harmony: The Issue of a Balanced Time Perspective / In M. Stolarski, N. Fieulaine, W. van Beek (Eds.) Time Perspective Theory; Review, Research and Application (pp. 57–71). Springer, Cham, 2015.

25. Stolarski M., Zajenkowski M., Jankowski K.S., Szymaniak K. Deviation from the balanced time perspective: A systematic review of empirical relationships with psychological variables. *Personality and Individual Differences*, 2020. Vol. 156, p. 109772. DOI:10.1016/j.paid.2019.109772

Информация об авторах

Осин Евгений Николаевич, кандидат психологических наук, доцент департамента психологии междисциплинарной лаборатории нейронаук, физиологии и психологии (LNP2), Университет Парижа Нантерр, г. Нантерр, Франция, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3330-5647>, evgeny.n.osin@gmail.com

Егорова Полина Алексеевна, кандидат психологических наук, стажер-исследователь департамента психологии международной лаборатории позитивной психологии личности и мотивации, Научно-исследовательский университет «Высшая школа экономики» (ФГАОУ ВО НИУ ВШЭ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5043-8065>, e-mail: umrick@gmail.com

Кедрова Наталья Бонифатьевна, доцент кафедры детской и семейной психотерапии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3004-326X>, e-mail: kedrova@mail.ru

Information about the authors

Evgeny N. Osin, PhD in Psychology, Associate Professor, Department of Psychology, Interdisciplinary Laboratory of Neurosciences, Physiology, and Psychology (LNP2) University of Paris Nanterre, Nanterre, France, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3330-5647>, evgeny.n.osin@gmail.com

Polina A. Egorova, PhD in Psychology, National Research University “Higher School of Economics”, Department of Psychology, International Laboratory of Positive Psychology of Personality and Motivation, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5043-8065>, e-mail: umrick@gmail.com

Natalia B. Kedrova, Associate Professor, Chair of Child and Family Psychotherapy, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3004-326X>, e-mail: kedrova@mail.ru

Получена 06.10.2023

Принята в печать 20.03.2024

Received 06.10.2023

Accepted 20.03.2024